

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2024年8月28日
明治大学の所属学部・研究科 ※学部・学科・研究科・専攻等	政治経済学部 経済学科
留学(渡航)した時の学年	2年生
帰国年月日	2024年8月25日
明治大学卒業予定年月	2027年3月
留学先大学について	
留学先国	アメリカ
留学先大学	カリフォルニア大学バークレー校(日本語名) University of California Berkeley(現地言語名)
現地使用言語/ 授業使用言語	英語/英語
留学期間	2024年5月～2024年8月
留学先大学で在籍した学年	2年生
留学先の所属学部等	<input type="checkbox"/> 特定の学部・研究科等に所属している(以下に学部等名を記入) ※学部等名 日本語名: 現地言語での名称: <input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部等に所属せず様々な学部等の授業を履修している <input type="checkbox"/> その他:
形態	<input type="checkbox"/> 国立 <input checked="" type="checkbox"/> 公立 <input type="checkbox"/> 私立 <input type="checkbox"/> その他:
学年暦 ※記入例: 1 学期: 4 月上旬～7 月下旬 2 学期: 9 月中旬～2 月上旬	1 学期: 8 月下旬～12 月下旬 (Fall Semester) 2 学期: 1 月中旬～5 月中旬 (Spring Semester) 3 学期: 5 月中旬～8 月中旬 (Summer Sessions) 4 学期: ~
学生数	約 45,000 人
創立年	1868 年

留学費用

留学費用項目	現地通貨 (USD)	日本円	備考
授業料	6,847ドル	約 1,030,000 円	\$ 595/単位 + 諸手数料
宿舍費	8,500ドル	約 1,275,000 円	1 人部屋、週 19 食分食費込
食費	500ドル	約 75,000 円	外食費
図書費	50ドル	約 7,500 円	教科書代
学用品費	0ドル	0 円	日本から持参
携帯・インターネット費	0ドル	0 円	ソフトバンクアメリカ放題
現地交通費	200ドル	約 30,000 円	(<input checked="" type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	500ドル	約 75,000 円	ラスベガス旅行+その他娯楽費
被服費	300ドル	約 45,000 円	大学ショップで数着購入
医療費	0ドル	0 円	
保険費	266ドル	約 40,000 円	形態: 明大指定海外保険
渡航旅費	1,133ドル	約 170,000 円	JAL キャンペーンで購入
ビザ申請費	185ドル	約 28,000 円	F1 ビザ申請費
雑費	100ドル	約 15,000 円	日用品費
その他		円	
その他		円	
合計	18,581ドル	約 2,790,500 円	1ドル=150 円で計算

渡航関連

渡航経路
往路 出発地: 羽田空港 目的地: サンフランシスコ空港 経由地: 復路 出発地: サンフランシスコ空港 目的地: 羽田空港 経由地:
渡航費用
① 往復チケットを購入した場合 航空会社: JAL 料金: 170,000 円 ② 片道ずつチケットを購入した場合 往路 航空会社: JAL 料金: 300,000 円 復路 航空会社: JAL 料金: 300,000 円 ∴ 合計: 600,000 円
航空券購入方法
<input type="checkbox"/> 旅行代理店(店名:) <input checked="" type="checkbox"/> インターネット(サイト名: JAL 公式) <input type="checkbox"/> その他()
滞在形態関連
1) 種類(留学中の滞在先)(例: アパート、大学の宿舍等)
<input checked="" type="checkbox"/> 学生寮(寮の名前: International House) <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ
2) 部屋の形態
<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数)
3) 共有部分
<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン(<input checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input type="checkbox"/> 自炊不可)
4) 住居を探した方法:
先輩方の留学報告書を参考にしたり、先輩に直接聞いたりして寮を探しました。ほとんどの方が International House に滞在したとおっしゃっていたので、International House に決めました。実際、今回もパークレーに留学した明治大生のほとんどは International House に滞在していました。
5) 感想:(滞在先の感想とこれから留学する人のためのアドバイス)
International House はその名の通り、様々な国から来た人が滞在する寮でした。そんな人たちとダイニングホールなどでそれぞれの文化のことから他愛のない会話まですることができました。世界各国から来た人たちと友達になれるのもとても貴重な経験になりました。これから International House に滞在する予定のある人へのアドバイスとしては、積極的に行動をするべきだということです。最初は積極的に行動することが不安かもしれませんが、皆心地よく返事をしてくれることが多いです。知らない人でも積極的に話しかけてみたり、遊びに誘ってみたりするとより深い経験ができると思います。

現地情報

1) 留学期間中、病気やケガをしましたか。した場合、どこで治療を受けましたか。

(例: 現地の病院、学内の診療所)

なし

あり (治療を受けた場所:)

2) 留学期間中、学内外で問題はありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。

(例: 留学先大学の相談窓口、現地の友人等)

なし

あり (問題の内容や相談した人等:)

3) 現地の危険地域情報をどのように収集し、どのような防犯対策をしましたか。また、実際に盗難等を含む犯罪に巻き込まれたことはありますか? その際どのように対処しましたか?

事前にネットなどで行かないほうが良い地域などを調べて、その地域には立ち入らないようにしていました。また、比較的安全とされている地域でも深夜は出歩かないようにしていました。実際には犯罪に巻き込まれることはありませんでした。

4) 携帯電話や、インターネットについて、現地での利用・接続はいかがでしたか。

(例: 寮のインターネット接続が不安定で1週間に1度は全く繋がらない時がある。街にあるほとんどのカフェではWIFI接続が可能であったので、寮で使用できない時はカフェに行った。)

寮を含めたキャンパス内ではどこでも大学のwifiが繋がっていました。大学のwifiについては特に不満はありませんでした。

5) 現地での資金調達はどうに行いましたか?

(例: 現地に銀行口座を開けて日本の親から送金してもらった。銀行口座は現地で外国人登録をしないと開設できない。また、クレジットカードも併用していた。)

親の銀行口座に紐づいたキャッシュカードとデビットカードが一体型になっているカードを使っていました。現金はほとんど使う機会がなかったので、ほとんどそのカードで過ごしていました。

6) 現地では調達できない日本から持っていきべき物があれば教えてください。

必須ではありませんが、サウのご飯などを持ってきている人が多かったです。私自身もアメリカの食生活に慣れるまではサウのご飯を時々食べていました。また、飲み物についてもほとんどが甘い飲み物なので、水に溶かして使うタイプのお茶を持って行きました。

7) 【授業料負担型の方】授業料の支払方法、支払時期等について教えてください。

(例: 渡航前に自分で指定したクレジットカードで支払った、現地で開設した銀行のチェックで支払った。)

渡航前にクレジットカードで支払いました。

学習・研究活動についてのレポート(履修した科目ごとに記入)

1) 留学先で取得した単位数合計	本学で認定された単位数合計 ※該当項目にチェックのうえ、記入して下さい。
10 単位	<input type="checkbox"/> 単位 <input type="checkbox"/> 単位認定の申請はしません(理由:)
2) 履修登録の時期・方法及び履修制限	
<input checked="" type="checkbox"/> 出発前 <input checked="" type="checkbox"/> 出発後 <input type="checkbox"/> 派遣先大学の事務室 <input checked="" type="checkbox"/> オンライン <input type="checkbox"/> メール <input type="checkbox"/> その他() <input checked="" type="checkbox"/> 履修の制限があった: 計 10 単位、セッション全体で授業をとる必要がありました。	
3) 以下は留学先で履修した科目についてのレポートです。今後留学をする人たちへのアドバイスも含めてお書き下さい。記入スペースが足りない場合は、A4 用紙で別途作成し、添付してください。	
履修した授業科目名(留学先大学言語)	履修した授業科目名(日本語)
Leading People	リーダーシップ論
科目設置学部・研究科	Haas School of Business
履修期間	5/20~6/28
単位数	3 単位
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	講義形式(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 150 分が 3 回
担当教授	Janet M Brady
授業内容	企業の ceo やスポーツチームのマネジャーなどがどのように部下や選手をまとめてモチベーションを保ち、問題にどのように対処しているかを分析する授業。
試験・課題等	・選択形式の中間テスト、期末テスト・少人数グループによるプレゼンテーション・ケーススタディレポート
感想を自由記入	組織のリーダーとして、組織を統括するためにどのような態度をとると良いのかを学ぶことができました。プレゼンテーションではグループで好きな企業にアポイントメントをとってインタビューをし、それを発表するという形で、自分にとって学びになるものがたくさんありました。

履修した授業科目名(留学先大学言語)	履修した授業科目名(日本語)
Pronunciation	発音特訓
科目設置学部・研究科	College Writing Programs
履修期間	7/1~7/19
単位数	2 単位
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	少人数参加型授業(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 150 分が 4 回
担当教授	Melody Noll
授業内容	英語は話せるが、発音をよりネイティブに寄せたい人のための授業。英語のアクセントの仕組みや、抑揚の付け方など、ネイティブの人が意識をせずに行っている細かいところを学ぶ。
試験・課題等	授業毎に少量の課題
感想を自由記入	少人数授業だったので、友達を作るためにこの授業を取りました。授業自体もとても面白く、日本ではなかなか学ぶことのできない英語の特性などを学ぶことができ、英語力の向上に役立ちました。少人数授業なので、とても仲良くなることができ、授業外でみんなで映画を見に行ったりプールに行ったりしました。

履修した授業科目名(留学先大学言語)	履修した授業科目名(日本語)
Stress and Coping	ストレスとその対処法
科目設置学部・研究科	Psychology
履修期間	7/1~8/9
単位数	2 単位
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	講義形式(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 150 分が 2 回
担当教授	Andres G Martinez
授業内容	日常で感じるストレスの原因、仕組み、それに対する対処法を学ぶ。
試験・課題等	選択式の間接テスト、期末テスト・ストレスに関するレポート
感想を自由記入	私たちが日々感じるストレスの仕組みを理解し、それに対する適切な対処方法を学ぶことができ、役立ちました。他の授業に比べて、単位がとりやすいと思います。

履修した授業科目名(留学先大学言語)	履修した授業科目名(日本語)
Introduction to International Business	国際ビジネス入門
科目設置学部・研究科	Haas School of Business
履修期間	7/1~8/9
単位数	3 単位
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	講義形式(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 150 分が 3 回
担当教授	Daniel Alan Himmelstein
授業内容	海外でのビジネスにおける影響を調査し、外国市場の分析や運営戦略、管理上の課題、発展の可能性を検討する。
試験・課題等	中間レポート、期末レポート
感想を自由記入	中間レポート、期末レポートが自分が有名企業の CEO になったと仮定するケーススタディなので、自分で深いアイデアを出す必要があり、海外ビジネスについてよく考えるきっかけになりました。

卒業後の進路について

1) 進路 ※3年生以下の方は今後の予定を記載してください。(下記2以降は記入不要)

就職 進学 未定 その他:

1) 進路決定の際に活用したウェブサイト、書籍、機関等

3) 就職を選択した方は、差し支えなければ内定先を教えてください。また、その企業を選んだ理由も教えてください。内定を得た企業すべての名前、あるいは入社すると決定した企業の名前のみでも構いません。就職活動をこれから始める場合は、差し支えなければ現時点で希望する業界、職種等を教えてください。

4) 就職活動中・終了に関わらず、就職活動について感想・アドバイスをお願いします。(例: 留学中の就職活動に向けた準備、帰国後に就職活動を始めるにあたり注意すること等。) 就職活動を不安に思い、留学を断念する方もいます。ご自身の経験を踏まえてアドバイスをお願いします。就職活動をこれから始める場合は、留学経験を通して就職活動に対する意識や希望する就職先の変化等を教えてください。

5) 進学を選択した方は、差し支えなければ進学先を教えてください。

6) 進学を志す留学希望者に向けたアドバイス(準備、試験対策等)をお願いします。

7) その他を選択した方は、その進路を選択した理由と、留学希望者に向けたアドバイスをお願いします。

留学に関するタイムチャート

留学するまでの準備、試験勉強、留学中、留学後、特に留学に関連して発生した事項を記入してください。
(例: 語学試験の勉強、選考、出願、ビザ申請・取得、航空券購入、予防接種、滞在先の確保、留学中の中間試験、期末試験、その他イベント等)

留学開始年の前年	1月～3月	語学試験勉強
	4月～7月	
	8月～9月	留学募集要項公開
	10月～12月	オンライン応募、可否通知
留学開始年	1月～3月	ビザ取得、航空券購入、履修登録、滞在先の確保
	4月～7月	留学開始
	8月～9月	留学終了
	10月～12月	
留学/帰国年	1月～3月	
	4月～7月	
	8月～9月	
	10月～12月	

留学を志す学生へのアドバイス

※ これから留学を志す学生へ、この留学先国・大学を選んだ理由、留学生活全般等について、アドバイスを記入してください。

私が今回の留学で、アメリカに行くことを決めた理由はアメリカは公用語が英語で、世界を牽引する国の一つであると思っていたからです。アメリカに留学することで英語を学べることはもちろん、世界一の国と言って過言のない国の文化や生活を肌で感じることができました。他の国に留学をしても日本では感じられない文化の違いなどを経験することはもちろんできますが、国の大きさや人種の多様性などに関してはアメリカでしか感じられないものがあると思います。そういった点でアメリカはお勧めです。

留学に行く国を選ぶ際のアドバイスとしては、怖気付き過ぎないことです。あまり海外経験のない人にとってアメリカなどの遠い国は少し怖い印象があるかもしれませんが、意外と怖いことにはそうそう遭遇しません。印象だけで怖気付いて後から後悔するくらいなら勇気を出して挑戦してみた方が良いと思います。

留学生活におけるアドバイスは積極性を持つということです。日本では自分からから行動しなくてもできることでも海外では自分から行動しないといけないことが多々あります。わからないことがあったらすぐ誰かに聞いてみるとか、友達を作りたかったら自分から話かけてみるとか、そういった積極性を持つことで留学生活がうまくいくと思います。日本だと変に思われるくらい積極的に行動しても海外だとそれが普通くらいの感覚なので、どんどん行動するべきだと思います。