

【大学間協定留学】留学近況報告書

記入日	2025年 9月 23日
留学先大学/国名	コロンビア大学(日本語名) 国名:アメリカ Columbia University(現地言語名)
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:
留学期間	2025年9月～2025年12月
明治大学の所属学部等 ※学部・学科・研究科・専攻等	商学部 商学科
学年 ※出発時の本学での学年	4年生
I. 出発前にどのように情報を集め、準備をしましたか。しておいて良かったこと、準備不足だったこと、ぜひ次の学生に準備としてアドバイスしたいことを記述してください。	
過年度の留学生報告書はもちろん、治安や現地生活などはネットや実際に訪れたことがある友人から情報を収集した。秋からコロンビア大学に入学する日本人を集めた会が都内で7月頃にあったため、そこで情報を得ることも出来た。	
II-1. 留学のための渡航前手続き(留学ビザ) ※詳細に記入して下さい	
ビザの種類: F-1	申請先: アメリカ大使館
ビザ取得所要日数: 面接を受けた日から1週間 (申請してから何日 / 何週間要したか)	ビザ取得費用: 8万円程度
1. ビザ取得のためにどのような書類の提出が求められましたか? また、どのように手配しましたか?	
予防接種および英文証明、パスポート、I-20、DS-160、英文の銀行残高証明など。	
2. 具体的な申し込み手順を教えて下さい。	
大学にてI-20を申請し受け取った後、DS-160の申請をアメリカ大使館のHPにて行う(偽サイトがあるらしいので注意が必要)。取得次第、大使館でのビザ面接の予約、面接実施。	
3. ビザ取得の際に、留学先国大使館で面接のあった方は、どのような質問を受けましたか?	
「How are you?」のみ。必要書類を提出すると、「知ってる通り、学生ビザは今手続きに時間がかかっています」と英語で言われ、学生ビザ申請者に配られる紙を渡されて終わった。	
4. ビザ取得に関して困った点・注意点	
I-20やDS-160の申請が良く分からなかったため、ネットで情報を集めることに苦労した。ビザの面接が3～4ヶ月先まで埋まっていたため、早めの申請やキャンセル待ちが必要だと思う。	
II-2. 留学のための渡航前手続き(その他の事前準備について)	
その他済ませておくべき準備があればお書き下さい(現地での現金調達準備、携帯電話購入、荷物運送等)。	
現地で使うeSIMは事前に日本で手続きしておくと渡米後すぐに使えるためおすすめ。初期費用を抑えたい人は、日本で日用品を買っておくと良いと思う。	

III. 現地到着後のながれ

1. 到着時の様子

利用航空会社	デルタ航空				
航空券手配方法	デルタ航空 公式 HP ※利用した旅行社・旅行サイト、格安航空券情報等があれば記入				
大学最寄空港名	ラガーディア空港		現地到着時刻	17:30	
キャンパスへの移動手段	<input type="checkbox"/> 大学手配の出迎え	<input type="checkbox"/> 知人の出迎え	<input checked="" type="checkbox"/> 公共交通機関(バス 電車)	<input type="checkbox"/> タクシー	<input type="checkbox"/> その他()
移動の所要時間	2 時間				

空港からキャンパスへの移動の際の注意点、タクシー・公共交通機関で移動する際の行き方、料金等

空港から直接滞在先に向かったため分からぬ。

大学到着日	月	日	時頃
-------	---	---	----

2. 住居について

到着後すぐに住居入居できましたか?	<input checked="" type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ	いいえを選んだ方:	月	日から入居可能だった。
住居のタイプ	<input type="checkbox"/> 寮	<input type="checkbox"/> アパート	<input checked="" type="checkbox"/> その他(シェアハウス)	
部屋の種類	<input type="checkbox"/> 一人部屋	<input type="checkbox"/> 二人部屋	<input checked="" type="checkbox"/> その他(個室あり。水回りは共有。)	
ルームメイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生	<input type="checkbox"/> 他国からの留学生	<input checked="" type="checkbox"/> その他(シェアメイト:日本人の社会人3人)	
住居を探した方法	<input type="checkbox"/> 大学の斡旋	<input checked="" type="checkbox"/> 自分で探した	<input type="checkbox"/> その他()	
住居の申込み手順	大学の寮が秋学期のみの Visiting Student を受け入れていないため、ネットで自分で探した。			

住居は渡航前に、また渡航後すぐに見つかりましたか? ラブルはありましたか?

特になし。

3. 留学先でのオリエンテーションについて

オリエンテーションの有無	<input checked="" type="checkbox"/> あった	<input type="checkbox"/> なかつた
日程	8月28日	
参加必須ですか?	<input type="checkbox"/> 必須	<input checked="" type="checkbox"/> 任意参加
参加費用は?	<input checked="" type="checkbox"/> 無料	<input type="checkbox"/> 有料(金額:)
内容と様子は?	参加していないため分からぬ。	
留学生用特別ガイダンス	<input type="checkbox"/> あった	<input checked="" type="checkbox"/> なかつた
授業開始日	9月2日から	

IV. その他、渡航してから必要な手続きについて

1. 現地で滞在許可等の申請の必要はありますか？ いつ、どこで、方法は？ 日数、料金は？ トラブルは？

無いと思う。

2. その他現地でした手続きは（健康診断、予防接種等）？ いつ、どこで、方法、日数、料金は？ トラブルは？

なし。

3. 現地で銀行口座を開設しましたか？ 手続方法、必要書類、日数、料金は？ トラブルは？

銀行で口座開設をした。予約しなくても大丈夫だとは思うが待つと思う。パスポートとデポジットのお金（125 ドル）のみ。その場で開設され利用可能。

4. 現地で携帯電話を購入しましたか？ 手続方法、必要書類、日数、料金は？ トラブルは？

いいえ。

V. 履修科目と授業について

1. 履修登録はいつどのような形で行いましたか？

出発前に（6月25日頃）

オンラインで登録 志願書類に記入して登録 できなかった その他()

到着後に（ 月 日頃）

オンラインで登録 国際オフィス等の仲介 できなかった その他()

登録時に留学生として優先されることありましたか？

あった なかつた

優先が「あった」方はどのように優先されましたか？

優先が「なかつた」方はどのように登録しましたか？

履修登録期間に登録した。現地時間のため、朝か夜にやる必要がある。

2. 出発前に授業を登録した方は、現地で変更・追加できましたか？ また希望通りの授業が取れましたか？

希望通りの授業が取れた。

VI. 一週間のスケジュール 授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入

	月	火	水	木	金	土	日
5: 00	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠
6: 00	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠
7: 00	起床	起床	起床	起床	起床	起床	起床
8: 00	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
9: 00	課題	移動	課題	移動	課題	課題	自由
10: 00	買い物	授業	買い物	授業	自由	買い物	自由
11: 00	料理	授業	料理	授業	料理	料理	料理
12: 00	昼食	授業	昼食	授業	昼食	昼食	昼食
13: 00	課題	昼食	課題	昼食	自由	自由	自由
14: 00	課題	授業	課題	課題	自由	自由	自由
15: 00	課題	授業	移動	課題	自由	自由	自由
16: 00	課題	帰宅	授業	課題	自由	自由	自由
17: 00	料理	料理	授業	課題	自由	自由	自由
18: 00	夕食	夕食	帰宅	帰宅	料理	料理	料理
19: 00	課題	課題	料理	料理	夕食	夕食	夕食
20: 00	風呂	風呂	夕食	夕食	風呂	風呂	風呂
21: 00	課題	課題	風呂	風呂	課題	課題	課題
22: 00	課題	課題	課題	課題	課題	課題	課題
23: 00	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠
24: 00	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠

VII. 現在までの感想

留学先大学、プログラムについて、授業、宿舎、生活全般について等、自由に書いてください。

コロンビア大学はマンハッタンという大都会に位置しているが、広大な敷地と緑豊かなキャンパスを有しており、大変魅力を感じている。キャンパス内は常に人で溢れ、芝生で寝ている人、サッカーをしている人、課題をしている人などがいる。たとえ土日であっても、キャンパスには多くの学生が集まっている点が日本の大学との違いだと思う。体育館は3階層になっており、ワークアウト、ランニング、ヨガ、スカッシュ、プールなどが予約不要で利用可能である。キャンパス自体は24時間開いており、いつでも勉強できる環境が整っている。運動する場所が一般生徒に開放されてなかつたり、図書館が遅くまで開いていない日本の大学と違い、本当に学生がのびのびと勉強が出来る環境だと感じている。また、常に大学内でイベントがあり、留学生同士の交流や、同じ学部生同士の交流などが気軽に出来るため、最初の友達作りに有効である。その際、無料でお菓子・アイス・ご飯・コロンビアのグッズなどが貰えることもあるため、物価の高いニューヨークで過ごす上で、非常に助かっている。授業に関しては課題が多いため、上のスケジュールにて「自由」と書いてあるところも、基本的には課題をしている。コロンビア大学は基本的には少人数授業であり、授業内での積極的な発言が大切である。そのため、課題をきちんと取り組んでおかないと授業についていけない可能性が高いと思う。また、ニューヨークは様々なアクセントを持った人が集まっているため、渡米前に色々なアクセントに触れていれば良かったと思っている。アメリカの大学だからといって、先生がアメリカ人とは限らないため、もし苦手なアクセントがある場合は先生の情報を集めることも重要だと思う。シェアハウスに関しては、私自身が初めての海外生活のため、外国人の大家さんやシェアメイトに対して不安があり、そのため日本人の大家さんと日本人のシェアメイトである本物件を選んだ。実際に入居してからは、ご飯をお裾分けしてくださったり、週末遊びに連れて行ってくださったりと、皆さん優しい方で非常に助けられている。留学に行くと日本シックになつたり気分が沈むと聞くことがあると思うが、自宅に帰れば日本語で会話ができる環境が整っているため、私自身のメンタルケアになっていると感じている。生活に関して特に気になるのが物価の部分だと思うが、基本的には東京の2倍程度と考えていればいいと思う。東京で昼食を食べようとしたら場所によっては1,500円は軽くするように、マンハッタンでは2,000~3,000円ほどする。しかし一方で、自炊の場合の食材費は日本の1.3~1.8倍程度のため、比較的安く滞在することが出来ると思う。私の場合、住んでいる場所がマンハッタンではないため、ローカルの値段で食材を買っていることも大きいと思う。もし、私と同じように経済的に厳しくてコロンビア大学への留学を悩んでいる方がいたら、マンハッタンではない地域で家探しをしてもらいたい。ニューヨークの場合、電車賃が距離に関わらず2.9ドルと一定のため、キャンパスから遠くに住むことも1つの有効な節約術だと思う。もちろんキャンパスまでの通学時間がその分かかってしまうが、その間で授業資料の読み込みなどに取り組めるため、個人的には非常に有意義な時間であると感じている。ニューヨークの治安に関しては、私自身が何か身の危険を感じるような場面に遭遇したことではなく、普通に生活していく分にはあまり心配ないと思う。かといって、不用心に荷物を扱ったり、むやみに人通りの少ない裏路地に入ることはおすすめしない。

