

<b>留 学 報 告 書</b>
------------------

記入日:2018年8月17日

所属学部／研究科・学科／専攻	政治経済学部経済学科
留学先国	アメリカ
留学先高等教育機関名 (和文及び現地言語)	和文: カリフォルニア大学バークレー校 現地言語: University of California, Berkeley
留学期間	2018年5月～2018年8月
留学した時の学年	3年生(渡航した時の学年)
留学先での学年	1年生(留学先大学で在籍した学年)
留学先での所属学部等	<input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部等に所属しなかった。
帰国年月日	2018年8月14日
明治大学卒業予定年	2020年3月
<b>留学先大学について</b>	
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	1学期:9月～12月 2学期:1月～5月 3学期: (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)
学生数	35,000
創立年	1868

留学費用項目	現地通貨 (US\$)	円	備考
授業料	6,412.63	705,389円	
宿舍費	4,482	493,020円	
食費	1,500	165,000円	
図書費		円	
学用品費	270	29,700円	
教養娯楽費	1,800	198,000円	
被服費	120	13,200円	
医療費		円	
保険費		34,530円	形態:プラン①、3か月
渡航旅費	2,383	262,180円	
雑費	100	11,000円	
その他		円	
その他		円	
その他		円	
<b>合計</b>	<b>17,067.63</b>	<b>1,912,019円</b>	

## 渡航関連

渡航経路: NARITA-SAN FRANCISCO

渡航費用

チケットの種類 Economy

往路 \_\_\_\_\_

復路 \_\_\_\_\_

合計 262180

渡航に際して利用した旅行会社やガイドブックを教えてください。

United Airlines, INC.

## 滞在形態関連

1) 種類(留学中の滞在先)(例: アパート、大学の宿舎など)

大学の寮(International House)

2) 部屋の形態

 個室 OR  相部屋(同居人数 1)

3) 住居を探した方法:

大学のオリエンテーション、パークレーのホームページ

4) 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)

様々な国の人が滞在先に滞っているのはもちろんのこと、現地大学生をはじめ大学院生、visiting researcher, low school, business school の人たちと寮での食事などで交流を図ることができるため、様々な友達をつくることのできるためとてもお勧めします。寮での meal はとてもおいしく、100 回分無料で食べることも出来ますし、洗濯機、乾燥機、氷製機、電子レンジ、コンピュータ室、コピー機、娯楽施設など様々な設備が備わっているのもとても快適に生活を送ることができます。

## 現地情報

1) 現地で病院にかかったことはありますか? 大学内の医務室/診療所や付属病院等で医療サービスを受けることは可能でしたか?

 利用する機会がなかった 利用した:

2) 学内外で問題があったときには誰に相談しましたか。留学先大学に相談窓口はありましたか。

留学先大学や大学の寮に相談室はもちろんありますが、一度も利用しませんでした。

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?

パークレーは日本のようにとても安全な地域です。財布、携帯、パスポートを肌身離さず持っていれば何の心配もありません。町を歩いているとホームレなどから声をかけられることがありますが、無視すれば大丈夫です。

4) パソコン、携帯電話、インターネット(接続について)現地での利用はいかがでしたか。

(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。)

日本とは違い、アメリカでは様々な場所で Wifi を利用することができます。私の住んでいた寮や大学内のキャンパスでももちろん利用することができます。私は、US にて SIM を購入しませんでした。何の不自由もなく生活できましたし、旅行にも行けました。

5) 現地での資金調達はどのように行いましたか? (例: 現地に銀行口座を開設し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。)

私は、日本円 5 万円 US \$ 300 だけ cash で持っていきました。US では主にカードで支払っていました。cash はあまり持っていなくても大丈夫だと思います。また、現地にカードから cash を手に入れることも出来ます。

6) 現地では調達できない日本から持っていくべき物があれば教えてください。

日本食のレストランも沢山ありますし、日本食を売っているお店も沢山ありますので、日本食は一切持っていなくても大丈夫です。私はレトルトのカレーやインスタントの味噌汁など沢山持って行きましたが、結局使わず現地の友達に全てあげてしまいました。Daiso もあるので雑貨も手に入ります。お湯を沸かしたい人はケトルを持っていくことお勧めします。

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、渡航前に留学先大学から指示があった、渡航後のオリエンテーションで支払いに関する案内があった等)

授業料は渡航前の 2 月 3 月あたりにクレジットカードで支払いました。人気な授業はすぐに一杯になってしまうので、なるべく早めに支払うことをお勧めします。

## 卒業後の進路について

## 1) 進路

就職     進学     未定     その他:

## 2) 進路決定の際に参考にした資料、図書、機関など

beo

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、或は入社すると決定した企業の名前のみでも構いません)

※1～3年生で、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: 留学中の就職活動へ向けた準備, 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。)

※1～3年生で、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。

まだ確定していませんが、UKの大学を考えています。

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。

IELTS, TOFLE は定期的に受けてください。とにかく自分で情報を手に入れられるように、常に気になる大学の募集要項に目を向けていかないと厳しいと思います。明治での成績をとにかく上げていくべきです。

7) その他を選択した方は、留学希望者に向けたアドバイスをお願いします。

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してください)	
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。
b10 単位	<input checked="" type="checkbox"/> 9単位 <input type="checkbox"/> 単位認定の申請はしません(理由: )
2)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):
Global inequality and growth	世界の格差と経済成長
科目設置学部・研究科	Economics
履修期間	5/21~6/28
単位数	4
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	講義型授業(チュートリアル, 講義形式等)
授業時間数	1週間に 120~150 分が4回
担当教授	Calanit Kamala
授業内容	世界的な格差と国の経済成長についてマクロ経済学を用いて考えていきます。最初の方は基本的なマクロ経済から考え様々な経済学者の理論から経済成長について考えていきます(ソローやローマーなど)。その後、所得や健康面での格差について学んでいき、グローバルな社会における貿易や経済連携などについて着目していきます。また世界各国での格差や経済状態の現状を学びながら、格差と経済成長の関係について深く学ぶことができます。
試験・課題など	課題 大きなレポートが計 3 回、小レポートは私の時は 4 回不定期でありました(その年によると思います)。期末の最後に final report があります。また、2 人一組になり、30 分のプレゼンテーションがあります。組ごとに内容は異なります。私の組はマクロ経済政策と不安定さについてでした。 試験 midterm,final の 2 回あります。どちらも記述です。 形態は、true or false,short answer,long answer の順で出ます。
感想を自由記入	私は経済学部経済学科なので、この講義にとっても興味を持って受けることができましたが、どの学部の人でもマクロ経済の知識さえあれば受けることが可能だと思います。ディスカッションも 2 日ほどあります。私は、セッション A において、この授業しか受講していませんでしたが、とてもハードで何回も徹夜をする羽目になってしまいました。課題図書も結構出るので、準備をどれだけできるかがカギになります。課題はやっていけばすぐになれます。試験で高得点を狙うにはかなりの準備が必要です。毎回の授業スライドを bcourse(行けばわかります)にあげてくれているので、とても助かりました。教授も質問に的確に答えてくれます。とても大変でしたが、現地の 3, 4 年生とともにレベルの高い授業を受けることができるため、少しでも経済に興味がある人には、私はとてもお勧めします。

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	国際経営学入門
科目設置学部・研究科	Haas school, Business
履修期間	7/2~8/8
単位数	3
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	講義型(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	Dan Himelstein
授業内容	企業がグローバルに展開していく上での問題点、メリットデメリット、戦略などについて学びます。マクロ経済学の知識も活用しながら、様々な国、企業における実証例も挙げながら、教授がグローバルに展開していくための極意を教えます。
試験・課題など	課題 小レポートが2つあります。ビジネスに関わる記事を見つけます。 試験 試験はありません。その代わりに midterm, final exam の時期に2つの研究レポートがあります。私の時は、midterm において「Apple の CEO として海外製造をする上での recommendation を述べよ」、final exam において「Coca Cola の CEO として global standardization と localization どちらを選ぶべきか述べよ」でした。
感想を自由記入	教授の話すスピードはとても速く、理解するのにとても苦労します。基本講義型で教授がずっと語り、たまに生徒に質問をしたりします。プレゼンも簡単なものが2回あります。ビジネスをこれから学んでいきたいと思っている人には、とても適した授業だと思います。私もビジネスの初心者でしたが、十分理解していけました。

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):
Business Speaking for multilingual students	ビジネス英会話
科目設置学部・研究科	Writing
履修期間	7/2~8/8
単位数	3
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	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120~150分が2回
担当教授	James Seger
授業内容	ビジネスで使用する英会話を学びます。会社での会議、交渉、プレゼンなどで有効に利用できる英会話を授業のプリントや課題を通して学んでいきます。
試験・課題など	課題 毎週2つの課題が出ます。一つはリーディング、リスニングリスト作成で、毎週3時間以上自分の好きな映画や新聞、本などをやまなければいけません。もう一つは field work であり、企業見学や TED の鑑賞など様々なジャンルに取り組み毎回レポートを提出します。また、授業で使う教科書から課題も出ます。単語の課題が多いです。 試験 試験はありません
感想を自由記入	教授がとても優しく、またとても聞き取りやすい英語で楽しく授業に取り組むことができます。最後にプレゼンをすることもありますが、比較的リラックスしてゆとりをもって授業に望めます。授業に毎日しっかり参加し貢献していければ、良い成績を必ず取れます。アメリカでのビジネスの世界についても学んでいけますし、何よりパークレーの近くのサンフランシスコはビジネスタウンであるので、この授業をとり実際に企業見学とかをすれば、より楽しめると思います。セッション D に重い授業を取るつもりの方は、この授業をセットで受講することをお勧めします。

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、留学中の中間試験、期末試験、その他イベント等

2016年 1月～3月	
4月～7月	
8月～9月	
10月～12月	
2017年 1月～3月	
4月～7月	TOEIC 試験勉強
8月～9月	語学留学(イギリス)
10月～12月	TOEIC 受験、UCB 留学出願&選考
2018年 1月～3月	授業料支払い、寮費支払い、VISA 取得
4月～7月	渡航費支払い、渡航
8月～9月	
10月～12月	

## 留学体験記

留学しようと決めた理由	私は将来海外の大学院に進学したいと考えており、実際に海外の大学においてどのように授業が行われており、今の自分がどれくらいついていけるのかを実感したかったので、パークレーに留学をしようと決意しました。レベルの高い授業や生徒、教授に刺激を受けながら今後の自分の道を明らかにするのに、パークレーの留学は自分にとって最適だと考えました。また、日本にいただけでは気付けない他国の人々が持つ価値観や文化を吸収するのに、留学をするのはとても効果的であると思いました。
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	留学先では英語しか通じないため、私の苦手なスピーキング力を鍛えるために TED や洋画を見ながら、様々な日常英語力や大学でのアカデミック英語を鍛えていきました。しかし、時間が足りなかったため、もっと事前に(最低留学の 3 か月前ぐらいから)準備をしていくべきだったと、留学してから思いました。また、自分が履修する分野の知識を事前に学んでいく必要もあると思います。私は経済学とビジネスの授業を取っていましたが、経済学科だったので事前に知識があり、割とスムーズに授業内容を理解していましたが、仮に哲学だとか自分の専門外の分野を履修していたら、事前の学習が無ければ授業についていくのがとても大変だったと思います。余力があったら英語で学んでいくのも良いと思います。レポートや論文のアカデミックスキルは、現地の学生に聞いて直接学ぶことをお勧めします。また、日本のお菓子を持っていき現地で出来た友達に配ると、話題も出来て話が弾むのでお勧めします。
この留学先を選んだ理由	パークレーには、世界中から優秀且つ自分のビジョンを持っている学生が多く来ていることを知っていたので、現地の学生から刺激を受けるのにパークレーほど良い場所はないと思い、留学先として選びました。また、IELTS や TOFEL を持っていなくても行ける点も大きかったです。大学の設備がとても充実している点も大きかったです。キャンパスにはたくさんの図書館があり、誰でも書庫に入れるので、必要な資料を探すときには最適だと思います。
大学・学生の雰囲気	UCB のキャンパスはとにかく敷地が大きいのはもちろんのこと、自然があふれたキャンパスであり、歴史を感じる建物と様々な設備が整っていました。一番の驚きは図書館の多さです。メインのメモリアル図書館を筆頭に 10 近くの図書館が学問分野ごとに存在しており、勉強をするのにこれ以上ない設備が整っていました。UCB の学生はこの素晴らしい環境の中伸び伸びと自分の勉強を頑張っている感じでした。学生には様々なバックグラウンドを持つ人が沢山いましたが、全ての生徒が自分の目標を持っており、ひたすら努力をしている印象でした。私の住んでいた寮の図書館はいつも満員でした。しかし、ただ勉強だけをしているわけではなく、メリハリをつけて遊ぶときは思いっきり羽目を外していました。
寮の雰囲気	私は International house に住んでいました。寮には、ゲームルーム、パソコン室、24 時間やっている図書館(自習室)、洗濯機乾燥機など、充実した設備があります。世界各地から様々なバックグラウンドを持った人々が来ており、毎週行われるイベント(旅行、スポーツ観戦、パーティーなど)や寮での食事の場で、寮生と交流して友達になれます。寮の食事はバイキング形式で美味しいものばかりでした。全ての面においてこの寮に住むことをお勧めします。
交友関係	私は寮で最初に行われる歓迎会において、率先して様々な人と話して友達を作っていました。私が留学期間に食事をしたり、遊んだり、勉強の相談をしていた友達は、ほとんど最初の歓迎会で出来た人たちです。是非歓迎会に出て終了までいることをお勧めします。また、毎回の寮での食事の場でも、新たな友達を作っていくことも出来ます。もちろん自分のクラスにおいても友達を作っていけるとと思います。映画に行ったり、遠出の旅に行ったり、スポーツしたりと様々なことをしていました。最初は日本人同士で固まりがちですが、是非率先して日本人以外の友達をつくっていければ、より楽しい留学生活を送れると思います。
困ったこと、大変だったこと	正直言って、パークレーは治安も良く、食文化も日本人にとってもあったので、生活面では苦労することがありませんでした。日本食が恋しくなっても、カリフォルニアにはたくさんの日本食レストランや日本製品が売ってる店があるので、大丈夫だと思います。私は寮で 2 人部屋に住んでいたのですが、ルームメイトとの部屋でのやり取りが大変だった時がありました。特に寝る際や起きる際に気を遣うことが多かったため、事前に部屋のルールなどを決めておくことをお勧めします。また、コンセントの数が限られているので、2 人部屋の方は延長コードを持っていくといいと思います。

学習内容・勉強について	私は経済学とビジネスの授業を取っていました。経済学の授業は講義型でしたが、ディスカッションを2回ほどしました。授業中に急に一つの課題について自分でパソコンやスマホを駆使して調べてまとめて、全体でシェアする感じでした。教授はスライドを使いながら話をしてくれるので、教授の話を聞き逃しても何とか内容は理解していけると思います。しっかりと授業でやったスライドは後日配信してくれるので、予習復習はしやすいと思います。ビジネスの授業も講義型で2回ディスカッションがありました。経済学の授業にも言えるのですが、どれだけ予習をして望めるかが、授業を理解していくカギになります。
課題・試験について	経済学の授業は課題が重かったです。セッションAだったこともあり、慣れるまでとても大変でした。プレゼンテーションもしなければならなかったため、資料作成の時期や課題提出の3日前ぐらいから、図書館で徹夜して作業をすることが頻繁にありました。試験も授業でやったことを全て覚えていないと高得点を狙えないため、かなり苦労しました。記述問題のウェイトがとても重いので、事前に沢山書く練習をして必要があります。多分どの授業も大変だと思いますが、自分が興味のある科目を取っているなら、つらくても何とか乗り越えられると思います。
大学外の活動について	大学外の活動はあまりしていなかったのですが、私はスポーツが好きだったので、頻繁に大学のジムに通っていました。キャンパス内にあるジムは、スカッシュやバスケット、テニス、卓球、バレー、バドミントンなど様々なスポーツができ、用具も貸してくれるので是非利用すべきだと思います。学生はもちろんタダです。トレーニング機器も充実しており、広く快適な空間で、勉強のことを忘れリフレッシュすることができます。老若男女様々な人が楽しく利用していました。
留学を志す人へ	留学をする目的をしっかりと持つことも大事ですが、何となくしてみたいという気持ちで臨むのも全然ありだと思います。現地に行ってから気づくことは沢山あり、色々な事を体験してくうちに、様々な目標や将来のビジョンが生まれることがほとんどです。迷っていたらとりあえず行ってみるべきだと思います。しかし、いざ現地に行ったら毎日自分に課題を出して過ごしていくことが必要だと思います。笑顔で率先してコミュニケーションをとっていければ、自分の言語能力に自信がなくても全然大丈夫です。自分が興味をもっていることを相手にどれだけ伝えられるかが重要なんだと、留学してから思いました。

## 一週間のスケジュール(例)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
午前中	授業	授業	授業	買い物	勉強か旅行	旅行	旅行
	ジム		ジム			勉強	勉強
午後	授業	授業	授業	授業	勉強か旅行	遊びか買い物	遊びか買い物
				ジム		勉強	勉強
夕刻	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食か外食	外食
夜	勉強	勉強	勉強か遊び	睡眠	ゲーム	勉強かジム	勉強か睡眠