

<b>留 学 報 告 書</b>
------------------

記入日:2019年8月21日

所属学部／研究科・学科／専攻	商学部 商学科
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: The University of California, Berkeley
留学期間	2019年5月～2019年8月
留学した時の学年	2年生(渡航した時の学年)
留学先での学年	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	2019年8月18日
明治大学卒業予定年	2022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:8月下旬～12月中旬 2学期:1月中旬～5月中旬 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	27500人
創立年	1868年

留学費用項目	現地通貨 (ドル)	円	備考
授業料	7468	859,173円	
宿舍費	4648	524,141円	
食費	450	50,000円	
図書費	250	27,500円	
学用品費	27	3,000円	
教養娯楽費	450	50,000円	
被服費	270	30,000円	
医療費	0	0円	
保険費	180	20,000円	形態:
渡航旅費	1950	214,000円	
雑費	1200	130,000円	旅費
その他	270	30,000円	
その他		円	
その他		円	
<b>合計</b>	<b>17,163</b>	<b>1,937,814円</b>	

<b>渡航関連</b>	
<b>渡航経路:</b> 羽田→サンフランシスコ サンフランシスコ→羽田 (JAL)	
渡航費用	
チケットの種類	エコノミークラス
往路	_____
復路	_____
合計	214010 円
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。	
<b>滞在形態関連</b>	
1)種類(留学中の滞在先)(例:アパート、大学の宿舎など)	
寮	
2)部屋の形態	
<input type="checkbox"/> 個室	OR <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 2 人)
3)住居を探した方法:	
インターネット、留学報告書	
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)	
パークレーにある他の寮よりも清潔でご飯も美味しい方	
<b>現地情報</b>	
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?	
<input checked="" type="checkbox"/> 利用する機会が無かった <input type="checkbox"/> 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。	
特に問題はなかった。相談窓口はあった。	
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?	
事件、事故があるとメールで届くお知らせに目を通した。自分でも危ないエリアがどこなのか情報を集めた。友達から危ないエリアを教えてもらったこともある。 夜は外に出ない、危ない所に近づかないなど。 犯罪には巻き込まれなかったが、カメラや携帯を盗まれた友達がいた。少し注意を払って生活するだけで犯罪に巻き込まれる可能性はかなり下げられるはずだ。	
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。)	
寮も大学も wifi は問題なくつなげられた。	
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。)	
現金とクレジットカードを持参	
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。	
飲み慣れた菓 ダイソーが近くにあり、日本の飲み物、お菓子、カップラーメンなどは購入できる	
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)	
渡航前にクレジットカードで2月に支払った	

## 卒業後の進路について

1) 進路
<input checked="" type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 進学 <input type="checkbox"/> 未定 <input type="checkbox"/> その他:
2)進路決定の際に参考にした資料、図書、機関など
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。
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、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。
12 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)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):
Consumer Behavior	消費者行動
科目設置学部・研究科	
履修期間	SessionA
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	Bill Fanning
授業内容	教授がリーディングに即した概要を説明していた。ディスカッションやグループディスカッションも活発だった。ユーチューブを見る機会も多かった。
試験・課題など	中間試験、記述問題、レポート、グループプレゼンテーション 試験はどちらも選択問題と短い記述問題だった。授業内容、リーディングの内容が理解できていれば解ける。基本的なことを問われた。 レポートは消費者行動と移民問題を関係づけて書くものだった。 プレゼンは消費者行動の視点から実在するクレジットカードをどう世間に普及させるかを提案した。
感想を自由記入	リーディングを予習としてやることで授業は理解できる。実生活と結びつくことも多く楽しく学べた。教授も質問に快く答えてくれる。

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):
Advertising Strategy	広告戦略
科目設置学部・研究科	
履修期間	SessionA
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	Bill Fanning
授業内容	教授がリーディングに即した概要を説明していた。ディスカッションやグループディスカッションも活発だった。ユーチューブを見る機会も多かった。
試験・課題など	中間試験、期末試験、レポート、グループプレゼンテーション 中間試験、期末試験はどちらも選択問題と短い記述問題だった。授業内容とリーディングの内容が理解できていれば解ける。基本的なことが問われた。 レポートはダヴ(Dove)のキャンペーンを考えた。 グループプレゼンテーションはオーガニックティーの企業の商品を広告戦略的な考えを用いて提案するものだった。
感想を自由記入	リーディングを予習にすることで授業は理解できる。今まで持ったことのなかった視点から広告を見ることは興味深かった。実際にテレビで流れている広告や掲載されている広告を分析することも楽しかった。

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):
The Urban Experience	アメリカの都市発展
科目設置学部・研究科	
履修期間	SessionD
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	Shu-Wei Tsai
授業内容	教授がパワーポイントを使って授業を進める。フィールドワークの一環でサンフランシスコのチャイナタウンへ行ったり、授業中に映画・ドキュメンタリーを観たりした。
試験・課題など	レポート、グループプレゼンテーション レポートは授業で扱った内容の中から好きなテーマを選び、1200words～1500wordsで書いた。 毎週与えられるキーワードから一つ選び、それについて20分プレゼンした。
感想を自由記入	元々期末試験がある予定だったが、出席と発言に比重が置かれるようになり、期末試験は無くなった。リーディングの量が他の授業と比べて多かった。SessionDはほとんどの授業で留学生が増えるにも関わらず、現地生がかなり多かった。アメリカの都市の発展を人種差別や公共衛生などの観点とも絡めて考えた。日本では取り扱わないテーマだったから面白かった。

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 English for Multilingual Students	ビジネス英語
科目設置学部・研究科	
履修期間	SessionD
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	ディスカッション、グループワーク(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	Renee Snyder
授業内容	アメリカのビジネスマナーや履歴書、報告書、手紙の書き方を習った。先生が与えた話題で毎回ディスカッション、グループワークも多かった。
試験・課題など	単語テスト(週1回)、レポート(週2回)、その他(週1回)
感想を自由記入	私とイタリア人の生徒以外全員中国からの留学生だった。最初は疎外感を感じていたが、最終的に仲良くなれた。授業中は自由に発言できる雰囲気、生徒同士のディスカッションも活発に行われた。どんな事を発言しても否定されることは無く、先生も優しく、ユーモアのある方だった。



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

2017年 1月～3月	
4月～7月	
8月～9月	
10月～12月	
2018年 1月～3月	
4月～7月	
8月～9月	TOEIC の勉強
10月～12月	出願
2019年 1月～3月	アデレードへ留学(40 日)
4月～7月	ビザ、授業選択、寮選択、保険 留学 中間テスト・期末テスト
8月～9月	中間テスト・期末テスト 帰国
10月～12月	

## 留学体験記

留学しようと決めた理由	<p>高校生の時から漠然と留学をしたいと考えていました。留学することで語学力の向上のみならず、異なった考え方に触れて自分の視野を広げたいと思っていたからです。また日本での大学生活から得られる事の量に限界を感じ、違う環境に身を置くことでその限界を越えられるのではないかと考えたからです。日本にいても英語で授業を受ける機会がありますし、世界から情報を得ることも、情勢を知ることも出来ます。しかし、自分の目で見て実際に肌で感じ、考えることは海外でしかできないことです。そして私はそんな体験こそ留学の醍醐味であると思います。</p>
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	<p>留学に行く前に、一通り英語を復習し直しました。こっちに来てからは授業で精一杯で、英語を見直す時間は無いと思います。英語の勉強はいくらしても、現地に行くと自分の英語力の低さを感じるはずで、留学が始まる前に最大限英語の力を上げることをおすすめします。留学することで確かに英語の伸びは実感しますが(リーディングの読むスピードが上がる、教授の話していることが聞き取れるようになる等)、序盤から英語ができるに越したことはありません。</p>
この留学先を選んだ理由	<p>留学を検討し出した頃は一年間の留学しか考えていませんでした。しかし、就活の時期が早まりだし、単位や休学の点も考慮に入れた際に、一年間行くのは私にはリスクがあるように感じられました。三か月のこのサマーセッションは長さにおいて負担が無く、またパークレーという世界トップレベルの大学で学べる機会は二度と無いと思い決断しました。ギリギリまでUCLAと迷いましたが、せつかくならレベルの高い方で勉強に臨もうと考えました。</p>
大学・学生の雰囲気	<p>真面目な学生が多いように感じられました。またスポーツも盛んらしく、所属チームのリュックサックを背負っている学生を沢山見かけました。平日は勉強に励み、土日は遠くへ出かけたり、友達と遊びに行ったり、生活にメリハリがある現地生が多かったです。さらに授業が自分の専攻に縛られずに取ることが可能なため、明確な目的意識を持って他の分野の授業を履修している学生が多かったです。緑も沢山あり、大学全体としてのんびりした印象を受けました。</p>
寮の雰囲気	<p>前半のセッションにはあまり多くの学生は住んでいませんが、後半のセッションから徐々に増え始めます。様々な国から学生が訪れていて、日本で出会ったことのない国の出身の人たちとの交流はなかなか刺激的でした。水曜日の coffee hour で知り合いはできると思います。私は宿題に追われ数回しか参加できませんでしたが、それでも輪は広がりました。料理は他の寮と比較すると美味しい方ですが、日によって味に差がありました。前半のセッションよりも後半のセッションの方が料理が美味しいです。基本的に脂っぽいので健康には気を付けてください。</p>
交友関係	<p>授業で知り合った友人と出かけることが多かったです。最初は授業で分からないことを尋ねる程の仲でしたが、授業後にご飯を食べたり、スイーツを食べに行く仲になれました、またルームメイトと一緒に過ごす時間も長かったです。気の利く優しいルームメイトだったので、その日一日あったことを話したり、互いが旅行で撮った写真を見せ合ったり、勉強で精神的に辛い時に励ましてもらったりしました。お互いの国の食べ物交換して楽しんだのも良い思い出です。</p>
困ったこと、大変だったこと	<p>物価が高いことによりかなり悩まされました。ランチ代が15ドルからが当たり前で、さすがに沢山は行きませんでした。また健康に対してかなり敏感になりました。アメリカの食事は高カロリーで、塩分や砂糖も多く含まれているため決して体にはよくないと思います。アメリカには暴飲暴食をしている人も沢山いますし、私自身勉強のストレスで食べ過ぎることもありました。しかし健康が第一です。実家暮らしで食に対して注意をあまり払ってこなかったのですが、自らの食事を見直す良いきっかけになりました。</p>
学習内容・勉強について	<p>私が履修した授業はどれもリーディングの量が多かったです。一度では理解できず何度か読み返したこともありますし、多すぎて読み切れない時もありました。平日は授業の予習、復習、リーディング、土日は読み切れなかったリーディングを読むか、次週のリーディングを読み始めたりに調整していました。論文は特に難しく、日本語で書かれた情報を集めてから読み始めるなどの工夫をしました。読み慣れることで、一つの文献の中でも重要な箇所、そうでない箇所などが分かるようになります。また読むスピードも上がってきます。</p>

<p>課題・試験について</p>	<p>授業で取り扱った内容を確実に理解することで試験は乗り越えられました。しかし、英語の授業を確実に理解することは簡単なことではありません。特に前半のセッションは平日はもちろん土日にも部屋にこもって勉強漬けでした。授業についていくのが大変でも、リーディングの量が多くて苦しくても、勉強している分野が自分の好きな事であったため、頑張れたと思います。授業が楽だから、課題が少ないからという理由で授業を選ぶ人がいますが、興味の無いことは人は続けられないと思います。二度と無い留学でつまらないと感じる勉強をするのではなく、取って良かったと思える授業で勉強する方が価値があると私は思います。</p>
<p>大学外の活動について</p>	<p>後半のセッションで余裕ができたので、空いた時間はジムに通うようにしました。体を動かすことが好きな私にとって運動することでリフレッシュでき、自分と向き合える時間でもありました。さらに前半のセッションと後半のセッションの間にロサンゼルスへ行ったり、土日を使ってラスベガスへ訪れたりしました。国土が広いアメリカを移動するのは大変ですが、同時に違った景色で溢れています。旅行好きの私には様々な場所へ行くことができ満足です。</p>
<p>留学を志す人へ</p>	<p>私にとって今回の留学は辛いこと、大変なことの連続でした。覚悟して臨んだ留学ではありましたが、それらは想像を超えることばかりでした。英語で苦しめられたこともその内の一つですが、歴史認識の違いから他国の人から日本を批判、侮辱されたこともありました。また文化の違いから友達と意思疎通が上手くいかない日もありました。どれも今まで日本では決して経験したことがありませんでした。そして異国の地で自分がマイノリティであることを強く自覚しました。もちろん留学は楽しいこともあります。それがばかりではありません。また留学というキラキラした印象を持つかもしれませんが、それは楽しいことの一部でしかなく、留学の全体像ではないと思います。実際私も過去に留学に行っていた知人の写真を見て留学に対し楽しそうな印象を持ちました。しかし留学が始まってみると楽しいことが全てでないと実感しました。大変なことも多かったですが、その分それを乗り越えた時の達成感は大きいです。そして辛いことと正面から向き合い、挑戦する過程で一回りも二回りも成長できました。留学の目的は人によって様々です。実際パークレーを訪れていた人も同じ目的ではないです。社会人で学び直しに来た人、勉強しに来た人、母国が夏休みで時間があるから観光も兼ねてやってきた人等。どんな目的でも、なぜ自分が留学するという選択をしたのかを明確にしとくことが大切だと思います。私は勉強が辛くて留学をして正解だったのか、自問自答した時期もありましたが、はっきりした目的はそんな時期の自分を少し支えてくれました。</p> <p>「留学を迷っている人は絶対行くことをおすすめします」というフレーズを留学前に沢山見かけました。しかし、私は「留学を迷っている人は納得のいくまで情報を集めることをおすすめ」します。留学で無駄にすることは何一つありませんし、自らにもたらしてくれることも山のようにありますが、決して甘い考えでは過ごせません。十分な情報を持つことで、その人にとって正解に近い決断(留学に行く、行かない、長さ、国等)ができるのではないのでしょうか。留学することは義務でも、周りが友人が行っているから行くものでもありません。沢山悩んで、納得のいく結論を出してください。</p>

## 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	準備		準備				
	授業	準備	授業	ジム・準備		外出	外出
午後	昼食・自由	授業	授業	授業	自習	外出	外出
	自習	自習	自習	自習		外出	外出
夕刻	夕飯・風呂						
夜	自習	自習	自習	自習	自由	自由	自習

