

<b>留 学 報 告 書</b>
------------------

記入日:2019年8月18日

所属学部／研究科・学科／専攻	政治経済学部
留学先国	アメリカ合衆国
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	2019年5月～2019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	3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	2021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～ 2学期: 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	41910人
創立年	1868年

留学費用項目	現地通貨 (ドル)	円	備考
授業料	7077	758102円	
宿舍費	5810	622378円	
食費	500	53561円	
図書費	0	円	
学用品費	200	21424円	
教養娯楽費	0	円	
被服費	200	21424円	
医療費	0	円	
保険費		27810円	形態:明大サポート
渡航旅費		157330円	往復代金
雑費	200	21424円	
その他		円	
その他		円	
その他		円	
合計		1683453円	

## 渡航関連

渡航経路: 羽田空港からサンフランシスコ空港

渡航費用

チケットの種類 JAL Economy

往路

復路

合計 157330 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。

JAL

## 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)

寮

2) 部屋の形態

 個室 OR  相部屋(同居人数 )

3) 住居を探した方法:

大学

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)

たくさん友達ができるので、おすすめ。

## 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?

 利用する機会が無かった 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。

問題なかった。

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?

なし。

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。)

寮のインターネットの接続は良かった。基本大学内では Wi-Fi が繋がっていたので、困らなかった。

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。)

日本から多く現金を持って行った。

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。

クレジットカードは最低でも 2 枚あると安心できると思います。

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)

渡航前にクレジットカードで支払った。

## 卒業後の進路について

1) 進路
<input type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 進学 <input checked="" 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。
11 単位	<input checked="" 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):
Negotiation and Conflict resolution	交渉学
科目設置学部・研究科	Haas business School
履修期間	Session A
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(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	Cort Worthington
授業内容	毎日、教授から一緒に交渉するパートナーを発表され、様々なケースについて交渉する授業。
試験・課題など	課題は特にありませんでした。授業前日にケースを読んで、次の日の交渉に備えるぐらいでした。中間試験と期末試験は指定されるホント授業で使ったパワーポイントをしっかり勉強しないと難しいです。期末前にグループプレゼンテーションもあります。
感想を自由記入	授業で交渉するとき、毎回違うパートナーと一緒にになるので、友達を作りやすい授業だと思います。試験は難しかったものの、授業内容は非常に面白いのでオススメです。

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):
Advertising Strategy	広告戦略
科目設置学部・研究科	Haas Business school
履修期間	Session A
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(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	広告について詳しく学べることができ、広告はビジネスにおいてどれほど大切なのかを学べる授業です。
試験・課題など	授業前日にリーディングをしておく、授業内容が頭にスラスラ入ってきます。試験は、教授が出すリーディングと授業中のノートをしっかりとしていけば問題ないです。
感想を自由記入	教授が話すだけの授業ですが、話している内容が面白いので、授業中一回も寝ることなく受けられました。ビジネスに興味がある人は特にとった方が良い授業です。

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	国際ビジネス論
科目設置学部・研究科	Haas Business School
履修期間	Session D
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(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 A Himmelstein
授業内容	多少、世界の政治や経済に触れる授業です。
試験・課題など	中間レポートと期末レポートがありました。しっかりとトピックに沿ってレポートを書けば良い評価を得ることができます。
感想を自由記入	授業内容は非常に面白いです。特に面白かったのは、どのようにして企業の売り上げを伸ばすことができるか、グループを作りディスカッションを行ったことです。朝8時と朝10時の授業があり、内容は同じなので、朝10時の方の授業を取ることをお勧めします。

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):
Stress and Coping	ストレス心理学
科目設置学部・研究科	Psychology
履修期間	Session D
単位数	2
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(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	Andy Martinez
授業内容	自分が抱えているストレスをどのようにして緩和させるかを学べる授業。
試験・課題など	レポートが2回ありました。中間試験と期末試験がありました。授業中に使うパワーポイントを中心に勉強すれば問題ないです。
感想を自由記入	全体的に簡単な授業だと感じました。自分のストレスに関して、どのように対処すべきかを学べたので、すごくためになりました。

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	語学試験の勉強。英検とTOEIC。
10月～12月	バークレー留学の出願。
2019年 1月～3月	1月：バークレーへの留学が決定。 2月～3月： 留学に向けた準備。ビザの申請と学費、寮費の支払い。
4月～7月	4月から5月中旬まで：バークレーでとる授業に関する本(日本語)を購入し、読む。 5月下旬：留学開始。
8月～9月	
10月～12月	

## 留学体験記

留学しようと決めた理由	中学校と高校の間、アメリカに滞在していたということもあり、自分の中で留学することは頭の中にはなかったのですが、大学一年生と大学二年生を日本で過ごし、自身の英語力が落ちていることに気づきました。英語力の低下だけでなく、アメリカ生活で培ってきた異文化対応能力やコミュニケーション能力までも低下していることに気づきました。そのため、大学三年生になって留学をしようと決心しました。そうすることで、自身の能力の向上とそれをどのように維持していけば良いのかを探ることができると考えたからです。
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	留学前には、自分が留学先で履修する授業の予習を行っていました。もちろんのこと、留学先では英語で授業を受けることになるので、日本語での知識をまず身につけようとしていました。留学前にしておけばよかったことは、もう少し語学の勉強をしておけばよかったと感じます。多少、語学の勉強はしていましたが、留学先での授業は専門的な単語がよく出てきて、意味がわからなくなったことがあったので、履修する授業の予習の他に、その授業に関する専門的な英単語も予習するべきだったと感じました。
この留学先を選んだ理由	留学すると自分の中で決心した時は、英語圏の大学に留学しようと考えていました。その中で魅力に感じたのがカリフォルニア大学バークレー校でした。なぜなら、バークレー校のサマーセッションには自分が魅力と感じる要素がたくさんあったからです。バークレー校は、たくさんの実業家やノーベル賞受賞者を卒業生として輩出しており、比較的レベルの高い学生が集まっているので、彼らと積極的にコミュニケーションをとり、多種多様な考えに触れることで、自分自身の成長と英語力の向上につながるのではないかと感じ、バークレー校への留学を決めた。
大学・学生の雰囲気	とにかく、キャンパスが広がったです。日本の大学であれば、一週間あれば比較的どこに何があるか把握できるのですが、カリフォルニア大学バークレー校は一ヶ月以上経っても、見たことない建物が出てきたり、常に新しい発見がありました。大学の雰囲気は夏休みというもあり、割と静かで、非常に過ごしやすく、勉強のしやすい環境にありました。学生も日本に対して関心を持つ学生が多く、優しい人ばかりでした。さらに、オンとオフがしっかりしている人が多いと感じました。
寮の雰囲気	寮は、友達を作る場としては一番良い環境だと感じました。国際寮なので、様々な価値観だったり、異文化を共有できたので、たくさんの友達をつくることができました。毎週水曜日にはコーヒーアワーがあり、寮に住んでいるほとんどの学生がロビーに集まり、交流するので、毎週コーヒーアワーを楽しみに授業を頑張っていました。食堂もインターナショナルな学生だけでなく、現地の学生も食べにきたりするので、寮は常に賑やかで、楽しい空間でした。
交友関係	国際寮に住んでいたということもあり、知り合いは初日からたくさん作ることができましたが、最初は文化の違いや言語の壁といった問題で友達になるまでに結構時間がかかりました。留学中の生活に慣れてきた時には、授業で仲良くなった人に、パーティーに誘われたり、夜ご飯を一緒に食べに行ったりなどすることができました。後期からはスケボーをほぼ毎日していたため、現地のスケボーをやっている学生とも仲良くなることができました。
困ったこと、大変だったこと	アメリカに中学と高校時代に住んでいたこともあり、現地学生とのコミュニケーションだったり、私生活に困ることは全くありませんでした。しかし、授業では苦労しました。現地の学生のレベルは非常に高く、ディスカッションについていけなくなったり、教授から指されてもうまく答えられないことがよくありました。日本の大学の授業ではやらないことを、現地では当たり前のようにやっていたので、順応するのに結構時間がかかりました。
学習内容・勉強について	専攻はなかったのですが、ビジネスの授業を中心に履修していました。履修した授業の中でも特に交渉学の授業は非常に面白かったです。ただ、授業のスピードはだいぶ早く、ついていくのが大変でした。しかし、学生同士で交渉する授業だったので、たくさん交流することができ、授業内でもたくさんの友達を作ることができました。他の授業では、授業前の予習と復習をしっかりやっていました。最初の方はあまりやらなかったのですが、授業が難しくなるにつれ、予習と復習を始め、授業に遅れをとることはなく、良い成績をとることができました。

課題・試験について	セッション A は課題はあまりなく、予習と復習をするだけだったのであまり大変ではありませんでしたが、セッション D はセッション A に比べレポートの量が多かったため、レポートを書きながら授業の復習と予習をするのが大変でした。試験日が近くなると、寮にある図書館で朝まで勉強しないと間に合わない状況でした。特に、プレゼンテーションの日と試験日が重なった時は、試験の勉強をしながらプレゼンの用意をしなければいけなかったため、非常に大変でした。しかし、朝まで勉強を頑張っていたおかげで、全ての授業の試験で満足のいく評価を得ることができ、非常に嬉しく思いました。
大学外の活動について	寮の近くにサッカーフィールドがあり、毎週水曜日にピックアップサッカーというサッカーのイベントが行われていたため、授業や寮でできた友達同士でチームを作り、参加していました。水曜日の試合に向けて、他の日はみんなで集まって練習していました。スケボーもほぼ毎日しており、近くの町で行われたスケートのイベントに参加したり、様々な場所で滑ったりなどして、学校外でも交流を持ち、たくさんの友達を作ることができました。
留学を志す人へ	留学に行く前は誰もが心配に感じると思います。言語や文化が違う中で、自分はやっていけるのだろうか、友達はできるのか、などと不安に思う人が多いでしょう。しかし、実際現地に行ってみるとそんな不安は一切なくなります。大事なものは、積極的に自身で行動を起こすことです。自身で行動を起こさない限り、何も始まりません。たとえ嫌なことがあっても、それでも諦めずに、自分に自信を持って、留学に臨んでください。そして、自分の留學生活が人生において思い出に残るようなものにしてください。

## 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	起床	授業	授業	授業	起床		
	自習	スケボー	スケボー	スケボー	ランニング	起床	起床
午後	授業	授業	授業	昼寝	自習	外出	
	自習			自習	自習		昼寝
夕刻	サッカー		ジム	自習		帰宅	スケボー
夜	自習	自習	コーヒーアワー		寮の人と遊ぶ	就寝	授業の予習