

【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	国際日本学部 国際日本学科
留学(渡航)した時の学年	4年生
帰国年月日	2024年8月18日
明治大学卒業予定年月	2026年3月
留学先大学について	
留学先国	アメリカ合衆国
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	4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: 5 月中旬～8 月上旬 2 学期: ~ 3 学期: ~ 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 (米ドル)	日本円	備考
授業料	6872	1,030,800 円	10 単位
宿舍費	6460	969,000 円	5/17-8/10
食費	500	75000 円	
図書費	50	7500 円	授業の教科書費
学用品費	0	0 円	
携帯・インターネット費	45	6750 円	
現地交通費	100	15000 円	大学周辺は無料バスを使用、遠方へは地下鉄または Uber を使用 (<input type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	500	75000 円	
被服費	0	0 円	
医療費	0	0 円	
保険費	266	39,955 円	形態:
渡航旅費	1040	156,000 円	
ビザ申請費	185	27750 円	
雑費	300	45000 円	
その他	0	0 円	
その他	0	0 円	
合計	16,318	2,447,755 円	\$ 1 を ¥ 150 とする

渡航関連

渡航経路
往路 出発地: 成田空港 目的地: サンフランシスコ国際空港 経由地:
復路 出発地: ロサンゼルス国際空港 目的地: 成田空港 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: 料金: ② 片道ずつチケットを購入した場合 往路 航空会社: Zip Air 料金: 70,500 円 復路 航空会社: JAL 料金: 85,500 円 ∴ 合計: 156,000 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: Zip Air 公式サイト、JAL 公式サイト) <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 type="checkbox"/> 個室 <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 1 人)
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 type="checkbox"/> 自炊可 <input checked="" type="checkbox"/> 自炊不可)
4) 住居を探した方法:
以前カリフォルニア大学バークレー校に留学をしていた方々のアドバイスを参考にした。
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)
国際寮ということもあり世界各国の学生が住んでいました。また RA(レジデントアシスタント)主催のイベントも定期的に開催されていたので、寮内で交流し、友達を作る機会は多くあったと思います。

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?

大学が配信している危険情報や犯罪情報に関するメールを随時確認していた。

また、夜に1人で外出しないよう心がけていた。

幸い盗難等を含む犯罪には巻き込まれなかった。

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。)

携帯電話は Mint Mobile という会社で通信制限無制限の e-sim を購入した。

時々ネット接続が悪いことがあったが、特に困ることはなかった。

また、大学内や寮内には Wi-Fi があったので基本的にネットのある環境では Wi-Fi を利用していた。

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。)

日本でドル口座を開設し、基本的にデビットカードを利用していた。

現金が必要な際は現地の ATM で現金を引き出していた。

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下さい。

スキンケア用品、コンタクトレンズ、日本の薬を持っていくことをおすすめする。

スキンケア用品やコンタクトレンズに関しては、現地でも調達できるが、自分の肌に合う合わないがあると思うので、普段使用しているものを持っていく方が失敗がないと思う。

また日本の薬に関しては、最低限風邪薬を持っていくことをおすすめする。

万が一風邪を引いた際にすぐに病院に行けるとは限らないので一時的対処法として使用すると良い。

また、海外の薬は日本人の身体には効果が強すぎる場合があるので飲み慣れた薬を持参する方が良い。

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。)

渡航前に自分で指定したクレジットカードで支払った。

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 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:最低 10 単位履修する必要があった	
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)
Marketing (UGBA 106)	マーケティング
科目設置学部・研究科	Haas School of Business
履修期間	Session A
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・ディスカッション・プレゼンテーション(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 Brady
授業内容	基本的なマーケティング用語や概念の理解から始め、定量的・定性的なマーケティング手法とビジネスという環境の中でのマーケティングの役割を学ぶ。また、過去のケーススタディの分析と発表を通じて、コミュニケーションスキル向上だけでなく実践的なマーケティングスキルを身につける。
試験・課題等	課題: ①ライティング課題3つ(個人ワーク2つ・グループワーク1つ) ②グループによるケーススタディプレゼンテーション 期末試験: ①MCQ(Multiple Choice Question)タイプの試験 ②記述式の試験 その他: 毎授業の前までに予習として教科書のチャプターを読むリーディング課題があった。
感想を自由記入	講義内容に関して、マーケティング用語や概念は基礎的なものが多かったのでマーケティングの応用知識習得を目的とした場合、少し物足りなさを感じた。しかし、授業内で取り上げた様々な有名企業のケーススタディとグループプレゼンテーションはとても興味深かったと思う。各企業がどのようなマーケティングを行ない、強みを何としているか、現在の課題と今後の解決策は何かを各グループで分析しプレゼンテーションという形で発表し合うことで、ディスカッションをしていく中での英語力向上と実践的な分析力・問題解決力が学べたと感じる。

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)
Project Management (UGBA146-1)	プロジェクトマネジメント
科目設置学部・研究科	Haas School of Business
履修期間	Session A
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	チュートリアル(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	Omar Romero Hernandez, Sergio Romero Hernandez
授業内容	プロジェクトリーダーとして質の高いプロジェクトを期日内かつ予算内に成功に導くためのスキルと知識を学ぶ。具体的には、プロジェクトの立ち上げ、計画、組織化、管理、プロジェクトライフサイクルの概念理解と基本的なスケジューリングスキル、プロジェクト管理ソフトウェアとリスク分析力を学ぶ。
試験・課題等	課題 ①ミニケーススタディ ②コンピューターシミュレーション ③グループプレゼンテーション 期末試験 ①MCQと記述式混合の試験
感想を自由記入	プロジェクトマネジメントという授業自体、日本の大学ではなかなか開講されていない授業だったのでとても興味深かった。プロジェクトを成功に導く上で期日内、予算内に終えることは当たり前のことだと頭の中では自覚していても実際やってみると難しいと思う。そこでプロジェクトを効率よく且つ正確に管理するために必要なツールの使い方を講義形式で学び、実際にプロジェクトを行うと想定して実践的に行うことで更にスケジューリング力が身についたと感じる。今後企業で働きプロジェクトに携わる或いは任された際に必要なスキルを学べたので授業を履修して良かったと思う。教授のアクセントが強く、講義内容が聞き取りづらい部分が唯一難点です。

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)
Business, Sustainability and Society (EneRes 192)		ビジネスと持続可能な社会
科目設置学部・研究科	Energy and Resources	
履修期間	Session D	
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・ディスカッション・プレゼンテーション(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	Sanchita Banerjee Saxena	
授業内容	グローバル企業がサプライチェーンにおける労働環境と環境条件の改善にどのように取り組むべきか考える。ビジネス論理、持続可能性、資源の制約、社会監査、労働問題、環境問題など現在企業が直面する課題と従来の解決策を幅広い業界の例を用いて学び、また授業内のディスカッションを通じて従来より効果的なアプローチを考える。	
試験・課題等	課題 ・毎授業前のリーディング(2-3 個) 中間試験 ・グループプレゼンテーションの内容をまとめたライティング(5-7 ページ) 期末試験 ・グループプレゼンテーション	
感想を自由記入	今回の留学中に受けた授業の中で 1 番大変だったが学びがいのある授業だと感じた。授業で行われるディスカッションの事前課題として、毎授業前に 2-3 個のリーディング課題が出され内容を理解する必要があったが、読む量も多く特に時間を要した。また、授業内のグループディスカッションも 生徒同士意見交換をするだけでなく、最終的に全生徒の前で発表する機会もあった為、授業を受ける上である程度の英語力が必要であった。授業内容に関してはサプライチェーンにおける一般的な労働問題や環境問題を取り上げながら、様々な業界の企業が現行なっている解決策を知識として習得し、自ら新しいアプローチを考えるという実践的なアクティビティが多かったので、考える力が養われたと思う。	

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	ストレス対処法
科目設置学部・研究科	Psychology
履修期間	Session D
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	Andy Martinez
授業内容	ストレス、ストレス管理、心理的幸福に関連する心理学の理論的及び経験的研究を検討する。生物学的、社会的、人格的、認知的、感情的、臨床的にストレスをコントロールする技術と知識を心理的な幸福感を最大化するための科学文献を元に学ぶ。
試験・課題等	課題 ・リフレクションペーパー(2 枚) 試験 ・MCQ タイプ試験(2 個)
感想を自由記入	基本的に 150 分間教授の講義を聞いているだけなので始めはあまり面白くなかったです。ですが授業で実際に学んだストレス対処法を実生活に取り入れてみて、少しでもストレスが和らいだと実感できた時には科学的文献への信憑性が高まり心理学に対して興味を持ちました。課題も試験もどちらも比較的簡単なのでリラックスして授業を受けることができました。

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

マイナビ、リクナビ、外資就活ドットコム

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。

希望する業界は日系メーカー、化粧品会社。

職種はマーケター、セールスを考えている。

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。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。

留学と就職活動の両立は基本的に難しいと思った。アドバイスとして、留学と就職活動のどちらも完璧を追い求めるのではなく、留学中は勉学を優先する。また、就職活動はESの数を多く出すのではなく、一個一個の質を高めることに専念する方が効率が良いと感じた。最低限、自分が将来どのような業界、企業に就職したいか考えておくことで、帰国後に就職活動を始めるに当たって行動がしやすいと思う。

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	
	4月～7月	
	8月～9月	語学試験の勉強
	10月～12月	資格取得、選考
留学開始年	1月～3月	ビザ申請、滞在先の確保、授業履修登録、航空券購入
	4月～7月	留学
	8月～9月	留学
	10月～12月	
留学/帰国年	1月～3月	
	4月～7月	
	8月～9月	帰国
	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。

私がカリフォルニア大学バークレー校を選んだ理由として、世界トップレベルの大学で英語でビジネスを学びたかったからである。将来、外資企業に就職し、英語を使用しながらグローバルに活躍することを目指していた為、ビジネススクールで有名な Haas でビジネスに関する知識習得だけでなく、ディスカッションやプレゼンテーションを通じた実践的な学びをしたいと考えました。また、カリフォルニア大学バークレー校はシリコンバレーの近くに位置していることもあり、実際に有名なIT企業の本社に訪れ、自分のキャリアの実現性を高めたいとも感じたからです。

留学を終えた今感じることとして、学業の面では留学に行ってビジネス関連の授業を取ったからこそ、外資企業の中でもマーケティング部署で働きたいと自分のキャリアの方向性が決まり、将来的には海外に出て働きたいという気持ちが更に強くなりました。また、日々の生活面では、多種多様なバックグラウンドの人たちとの関わりの中で、いろんな価値感に触れることで、自分自身の成長にも繋がったと考えます。

最後に留学のアドバイスとして、学業と課外活動のメリハリをつけながら、全力で留学を楽しむことです。もちろん大学生活の中で勉学はとても重要ですが、留学でしか経験できない事もたくさんあります。新しい人と出会って交流を楽しんだり、留学をきっかけに今まで出来なかった新しいことに挑戦してみたり、様々な経験が出来ます。留学だからこそ出来ることを自ら積極的に探し求め行動する事が鍵だと思います。