

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2025 年 9 月 6 日
明治大学の所属学部・研究科 ※学部・学科・研究科・専攻等	商学部商学科マネジメントコース
留学(渡航)した時の学年	3 年生
帰国年月日	2025 年 8 月 20 日
明治大学卒業予定年月	2027 年 3 月
留学先大学について	
留学先国	アメリカ
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 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	2025 年 5 月～2025 年 8 月
留学先大学で在籍した学年	年生
留学先の所属学部等	☐ 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: ☒ 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 ☐ その他:
形態	☐ 国立 ☒ 公立 ☐ 私立 ☐ 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: 1 月中旬～5 月中旬 2 学期: 8 月下旬～12 月下旬 3 学期: 4 学期:
学生数	26535 人
創立年	1868 年

留学費用			
留学費用項目	A 現地通貨 (\$1) (1 現地通貨 = 150 円)	B 日本円	備考
授業料	7084	円	
宿舍費	7380	円	
食費		円	
図書費		円	
学用品費		円	
携帯・インターネット費	90	円	
現地交通費		円	(☒ 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費		円	
旅費(留学中)	690	円	
被服費		円	
医療費		円	
保険費		25085 円	形態: 明治大学指定の保険
渡航旅費		157320 円	
ビザ申請費	185	円	
雑費		250000 円	
その他		円	
その他		円	
合計 ※現地通貨 および 円	15429 (=2314350 円)	432405 円	
総計(A+B) ※円		2746755 円	

※現地通貨で支払ったものは「A 現地通貨」の欄に、日本円で支払ったものは「B 日本円」の欄に記入し、総計も記入してください。

※現地通貨名、現地通貨と円の為替レートも必ず記入してください。

渡航関連

渡航経路

往路 出発地：成田国際空港 目的地：サンフランシスコ国際空港 経由地：台北空港

復路 出発地：成田国際空港 目的地：台北空港 経由地：サンフランシスコ国際空港

渡航費用

① 往復チケットを購入した場合

航空会社：EVA air

料金：

② 片道ずつチケットを購入した場合

往路 航空会社：

料金：

復路 航空会社：

料金：

∴合計：¥157320

航空券購入方法

☐ 旅行代理店(店名：)

☒ インターネット(サイト名：HIS)

☒ その他()

滞在形態関連

1) 種類(留学中の滞在先)(例：アパート、大学の宿舎等)

☒ 学生寮(寮の名前：) ☐ アパート ☐ ホームステイ

2) 部屋の形態

☒ 個室 ☐ 相部屋(同居人数)

3) 共有部分

☒ バス ☒ トイレ ☐ キッチン(☒ 自炊可 ☐ 自炊不可)

4) 住居を探した方法：

インターネット、留学報告書

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)

困ったらインターナショナルハウスにしましょう。留学先の出会いはそこで保証されます。

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?

バークレーで事件が起きると学校からメールが送られます

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。)

寮は wifi がないのですが、学校はあります。学校の wifi は寮からでも繋がります。日本から zoom をしても問題なかったため接続は安心です。

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け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。)

日本でキャッシュパスカードを作りました。お金が足りない場合は親から送金してもらいました。

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下さい。

カップラーメン

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。)

クレジットカードで支払えます。2 月に支払いました。

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	☒ 12 単位 ☐ 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	
☒ 出発前 ☒ 出発後 ☐ 派遣先大学の事務室 ☐ オンライン ☐ メール ☐ その他() ☐ 履修の制限があった:	
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)
leading people	リーダーシップ論
科目設置学部・研究科	
履修期間	5 月 26 日～7 月 3 日
単位数	3
本学での単位認定状況	4 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 180 分が 3 回
担当教授	Janet Brady
授業内容	
試験・課題等	試験 Final Midterm プレゼンテーション Group Project Write-up Group Presentation レポート Case Analysis
感想を自由記入	この授業では、映画や文章を通してビジネスにおけるリーダーシップについて学びます。ときどき心理学的な観点からもリーダーシップを考えます。「どうすればモチベーションを高め、より良い組織づくりができるか」や、「リーダーとして人を導き、動かす際に起こる問題点」などについて理解を深められました。教授が教科書の内容をパワーポイントで説明しながら進めますが、学生に意見を求める場面も多く、ディスカッション中心です。また、「黒人女性が工場長になったケース」や「山で遭難したときにどう行動するか」など、現実には即した事例を使って議論やテストも行います。どの内容も、最終的にはリーダーシップに関する理解を深めることにつながっています。さらに、授業では頻りに映像を見ます。「ブラダを着た悪魔」や「アポロ 13」などの映画を観て、登場人物の行動からリーダーシップについて考察します。普段見慣れた映画を、リーダーシップという視点で見直すのはとても新鮮で面白かったです。最後には、実際に職場でリーダーを経験した人にインタビューをして、グループでその内容を発表しました。チームで協力しながら学べたのも良い経験でした。

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)
project management		プロジェクト管理論
科目設置学部・研究科		
履修期間	5月26日～7月2日	
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	Omar Romero-Hernandez, Sergio Romero-Hernandez	
授業内容	プロジェクトの基本的な進め方を学ぶ	
試験・課題等	Final EXAM FINALPROJECT→今までの知識を使ってプロジェクトを紹介します。 また、定期的に課題がでます。ステークホルダーマネージメントのゲームや、経営戦略の長文を読んで教授の問いに答えるなど、さまざまな宿題が出ます。	
感想を自由記入	この授業では、プロジェクトに関する基本的な理解を深め、効率的に進める方法について学びました。思っていたよりも形式的な内容で、教授が自身のプロジェクトをどのように進めているのかを紹介し、それをもとに実際にアプリや他のツールを使いながら進めていきました。授業を通して、特に印象的だったのは、実践的で社会でも役立つ知識を多く学べたことです。例えば、たくさんの人や部門が関わる中での予算の決め方や、ステークホルダーにどう優先順位をつけてアプローチしていくかなど、実社会でも応用できる内容が多く含まれていました。また、授業はとてもアットホームな雰囲気が進められ、対話形式が中心です。たまに当てられることもあります。基本的には自分の考えを述べる場面が多く、心配はいりません。ただし、時には予算やスケジュール日数など計算問題や正確な答えが求められる質問も出されるので、日々の復習は欠かせませんでした。実際に教授に当てられた時に、答えが合っていたのはとても嬉しく、自信にもつながりました。特に印象に残った課題は、ステークホルダー・マネージメントのシミュレーションゲームです。これは、プロジェクトを期日までに完了させつつ、関係するステークホルダーの満足度を高めるというゲーム形式の課題でした。最初はすべて英語で説明されるため理解が追いつかず、スコアも低かったのですが、繰り返し練習し、友達にもコツを教えてもらうことで、最終的には高いスコアを獲得し、授業でも最高評価を得ることができました。授業の最後には、これまで学んだ知識を活かして、自分たちで一からプロジェクトを考え、その実行プロセスなどを発表しました。「結婚について」や「子ども食堂」など、班ごとにユニークなプロジェクトが紹介されました。私たちの班では「靴の使い放題サブスクリプション」について発表しました。通常は4人で進めるところを、さまざまなトラブルの末、最終的には2人で準備を進めることになり、とても大変でしたが、海外の学生と協力して取り組んだことが貴重な経験になりました。	

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)
Stress and Coping		
科目設置学部・研究科		
履修期間	7月7日～8月15日	
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		
試験・課題等	レポート2回 試験2回あります。 レポートは自分のストレス対処法について述べるというテーマです。試験はマークシートで、対策すれば点が取れます。	
感想を自由記入	基本的には、教授の講義を聞く形式で進みます。ディスカッションはなく、評価は2回のレポートとテストによって行われます。授業名からも分かる通り、ビジネスの授業とは異なり、日常生活に役立つ知識が多く学べる非常に実用的な内容でした。私は普段ビジネス系の授業ばかりを履修していたため、他分野にも触れて視野を広げたいと考え、この授業を選びました。中でも特に興味を持ったのが「ドーパミン」についてです。授業内では深くは扱われませんでしたが、自分でさらに調べ、レポートのテーマとして取り上げました。ドーパミンは「快楽物質」とも呼ばれ、本来は特別な状況で分泌されるものですが、現代ではスマートフォン、テレビ、ジャンクフードなどを通じて、簡単に大量に分泌されてしまいます。その結果、ドーパミンが過剰になり、かえって生活への満足感が下がってしまう可能性があることを推測しました。このように、授業ではストレス対処法に加え、日常生活をより良く生きるためのヒントとなる知識や考え方が多く紹介されました。テストは2回あり、いずれもマークシート形式です。テスト直前には、教授が内容を整理して復習してくれる回があるため、安心して試験勉強に取り組むことができました。	

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)
Introduction to International Business	国際ビジネス論
科目設置学部・研究科	
履修期間	7月7日～8月15日
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180分が 回
担当教授	Dan Himelstein
授業内容	
試験・課題等	レポート2回 国際ビジネスに関するニュース調査2回
感想を自由記入	この授業は、基本的に教授の講義を一方的に聞くスタイルで進行了。内容は難解なものかと思いきや、実際には「4P分析」や「3C分析」など、日本の授業でもよく扱われる馴染みのあるマーケティング手法についても取り上げられており、比較的理解しやすいものでした。 授業中に2回ほどディスカッションの時間が設けられました。事前に国際的なビジネスニュースを調べ、その内容を少人数のグループ内で発表し、議論するという形式です。そのうえで、各グループで最も興味深いと感じたニュースを1つ選び、クラス全体の前で発表する機会もありました。私のグループには現地の学生や海外からの優秀な学生が多く、中国のEV(電気自動車)戦略やEUの経済政策といった、非常にレベルの高いテーマが取り上げられていました。そうした中、私は「日清のピクルス味カップラーメンの新発売」という記事を選んで発表しました。意外にもこの話題がグループ内で選ばれ、クラス全体の前でプレゼンテーションを行うことになりました。30人ほどの前で発表するのは緊張しましたが、とても貴重な経験となりました。 また、授業の課題では、実際にCEOになったと仮定して企業戦略を考えるというものでした。コカ・コーラ社のCEOになったつもりで取り組んだ際には、日本市場での展開として「綾鷹」の成功事例を取り上げてレポートを作成しました。教授からも好評価をいただき、自信につながる結果となりました。

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

ワンキャリア、マイナビ、ビズリーチキャンパス

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。

まだ幅広く見えています。

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: 留学中の就職活動に向けた準備、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。

もともと海外で働きたいという思いを持っていましたが、その思いは今回の経験を通じて、より一層強くなりました。多くの人と関わる中で、海外の学生たちのレベルの高さを痛感し、自分の存在の小ささを実感する場面もありました。そうした経験を通じて、自分の価値を高めたいという思いが強まり、現在は就職活動を進める一方で、フランス語と英語の資格取得に向けて勉強しています。

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	TOEIC の勉強
	10 月 ～ 12 月	応募、合格
留学開始年	1 月 ～ 3 月	授業登録、語学留学
	4 月 ～ 7 月	就活、手続き、英語の勉強、留学開始
	8 月 ～ 9 月	留学終了、就活
	10 月 ～ 12 月	
留学/帰国年	1 月 ～ 3 月	
	4 月 ～ 7 月	
	8 月 ～ 9 月	
	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。

留学に行けば自然と成長できるわけではありません。留学とは「成長する機会」であって、成長するかどうかは自分次第です。日本では経験できないさまざまな出来事に直面することで、自分の頭で考え、行動することが求められます。例えば、現地のバスや電車は時間通りに来ないことが多く、最初はとても戸惑いました。しかし、そのような状況の中で、別の交通手段を探したり、現地の人に聞いてみたりと、自分で状況を判断し、対応する力が身につきました。単に「待つ」以外にも、近くのカフェに立ち寄って時間を有効に使うなど、柔軟な対応もできるようになりました。また、多様性を受け入れる価値観にも大きな影響を受けました。日本ではあまり見かけないベジタリアンの人や、LGBTQ+の当事者、彼らを祝うイベントなどが日常に存在しており、「違い」が自然に受け入れられています。協調性や同調圧力が強い日本の文化では得にくい視点を持つことができ、多様性に対する理解が深まりました。このような日常の中で、戸惑い、驚き、感動といったさまざまな感情が湧き上がってきます。そして、そうした感情に向き合ったときこそが、自分の中の価値観が変化する瞬間です。だからこそ、私は日々の気づきや感じたことを「日記」に書き留めることを強くおすすめします。その積み重ねが、留学経験を単なる思い出ではなく、自分自身の成長の証として残すことに繋がると実感しています。