

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2025 年 9 月 9 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
留学(渡航)した時の学年	2 年生
帰国年月日	2025 年 8 月 23 日
明治大学卒業予定年月	2028 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	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: 8 月下旬～12 月中旬 2 学期: 1 月中旬～5 月中旬 3 学期: 4 学期:
学生数	45000 人
創立年	1868 年

留学費用			
留学費用項目	A 現地通貨 (ドル) (1 現地通貨 = 145 円)	B 日本円	備考
授業料	7000	1030000 円	
宿舍費	7000	1030000 円	
食費	1000	145000 円	外食多め
図書費	400	58000 円	
学用品費	0	0 円	
携帯・インターネット費	50	7000 円	VPN 購入
現地交通費	0	0 円	(☐ 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	100	14500 円	博物館
旅費(留学中)	1500	220000 円	
被服費	500	72500 円	
医療費	0	0 円	
保険費	700	100000 円	形態: 学生保険
渡航旅費	3400	500000 円	
ビザ申請費	185	25000 円	
雑費	1350	200000 円	
その他		円	
その他		円	
合計 ※現地通貨 および 円	23185 (=3412000 円)	3412000 円	
総計(A+B) ※円		3412000 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：羽田空港 目的地：サンフランシスコ国際空港 経由地：

復路 出発地：ロサンゼルス空港 目的地：羽田空港 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：JAL

料金：250000 円

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：

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：)

☐ 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： インターナショナルハウス)

☐ 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：

先輩の紹介

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)

インターナショナルハウスはかなりお勧めできる寮です。食事も 3 食付いているし、追加料金を払えば一人部屋にすることも可能です。

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?

バークレイから直接メールで危険情報が届けられる。

4) 携帯電話や、インターネットについて、現地で利用・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。)

通信に関して困ったことはなかった。

5) 現地で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。)

自身の銀行口座にお金を入れていて、カード決済が多かった。現金は 20 万円ほど持って行ったが、割り勘などで使うことが多いため、帰国時にはほぼ残っていなかった。

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。

特になし。常備薬は必ず持っていくほうが良い。

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。)

クレジットカード決済を 2 月にした。

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。	
11	単位	☐ 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)	
Marketing		マーケティング	
科目設置学部・研究科			
履修期間		5 月 - 7 月	
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		Janet Brady	
授業内容		マーケティングの基礎的な内容を講義形式で学べる授業。授業中にディスカッションをしたり発言を求められることはあるが、教授がとても寛容で留学生に対する理解があるため、英語が詰まっても問題はない。	
試験・課題等		グループ課題・レポート 2 つ・期末試験	
感想を自由記入		この授業はかなり面白かった。課題についてもそこまで難易度の高いものではない。グループ課題は少し厄介ではあるが困難というほどではなく、成長をするきっかけになるぐらいの難易度である。教授やクラスの雰囲気も温厚でとてもお勧めできる。	

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)	
Introduction to International Business		国際ビジネス入門	
科目設置学部・研究科			
履修期間	7 月-8 月		
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	Daniel Himmelstein		
授業内容	国際ビジネスの入門的な内容を講義形式で学べる授業。		
試験・課題等	中間と期末レポート・ニュース記事に対しての感想 2 つ		
感想を自由記入	この授業は少し退屈に感じるかもしれないのであまりお勧めできない。授業の内容自体は悪くないのだが、教授が少し癖がある。彼は 150 分間ほぼノンストップでしゃべり続ける。そのため、話してる内容のどこが大事なのかがよくわからず、150 分も集中し続けて聞くことなんて不可能であるため、内容はほぼ頭に残らない。しかし、配られる授業資料はとても分かりやすいのでそれをもとに自習することをお勧めする。もしこの授業をとることを望む者がいるのなら、履修前に 150 分ほどあるビジネスのポッドキャストを日常的に聞いておくことをお勧めする。 また、単位に深くかかわってくる試験はほぼ授業内容と関係がないため、授業が分からなくてもレポートをうまくこなせば単位は取れる。		

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)
Stress and Coping		ストレスと対処法
科目設置学部・研究科		
履修期間	7 月-8 月	
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	Andres Martinez	
授業内容	心理学の観点からストレスと効果的な対処法について学べる授業である。	
試験・課題等	中間試験と期末試験・自身のストレス対処法についてのレポート二つ。	
感想を自由記入	この授業は本当にお勧めできる授業である。ストレスについての深い理解に加えて実践的な対処方法を細かく説明してくれる。教授はよく「勉強のためではなく、人生のためにこの授業を使ってほしい」といっているぐらいこの授業は実戦に富んでいる。またこの授業は途中で 10 分休憩が挟まれる上に、だいたい 20 分ぐらい早く授業を切り上げてくれる。この授業は終わるときに必ず生徒たちから拍手が起きるぐらいには面白い。Ted talk を聞いているような感覚である。また、教授の英語はとても聞き取りやすいため、リスニングに自信がない人にもお勧めできる。	

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)
Field Study of Buildings & Cities	建物と町のフィールドワーク
科目設置学部・研究科	
履修期間	7 月-8 月
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	フィールドワーク(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 720 分が 1 回
担当教授	Seth Lunine
授業内容	サンフランシスコのバイエリアの街並みを一日かけて歩き回り観察する授業。
試験・課題等	レポート 3 つ・選択式レポート 1 つ
感想を自由記入	この授業はバークレーの中でもトップクラスにお勧めできる神授業である。この授業は毎週金曜日の朝 9 時から夕方 5 時までバイエリアの都市見て回れる授業である。この授業の良い点は 2 つある。一つ目は教授である。この授業を担当する教授はバークレーの中でもかなり人気の高い教授であり、性格は温厚で思慮深く優しい。英語もとても聞き取りやすい上に話している内容もとても興味深いものが多い。地理学の教授ではあるがその他の分野の知識も豊富なためとても面白い話をしてくれる。また、彼は生徒と交流することがとても好きらしく、覚えてもらいやすいニックネームなどを考えておけば彼に気に入ってもらいやすくなるのでお勧めである。二つ目は友達作りがしやすい点である。この授業は 1 クラス 30 人とやや小規模で展開されている。そして彼らと毎週 8 時間歩き回り昼食を共にするため、いやでも交流する機会がやってくる。そこで少しだけ勇気を出して話しかけて友達になることができたのなら、この授業は友達と行く小旅行に成り代わる。この授業は留学の醍醐味である異文化交流ができる最高の授業であると断言できる。もし履修を悩んでいる生徒がいるのなら、この授業は手放しでお勧めできる。

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

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。

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。

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	語学試験の勉強
	8 月 ～ 9 月	TOEIC
	10 月 ～ 12 月	留学申し込み
留学開始年	1 月 ～ 3 月	留学申し込み・履修登録・ビザ申請・寮の申し込み
	4 月 ～ 7 月	出国
	8 月 ～ 9 月	帰国
	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。

留学は人生の中でもかなり大きな挑戦だと思います。また、海外経験がない生徒にとっては少し怖いものでもあるかもしれません。私も海外経験がなかったので少し怖いと感じていました。

しかし、いざアメリカに来てみると「案外」いけるなと感じることが多くあります。

アメリカに来る前は現地で友達ができるかどうかをすごく不安に思っていました。私はあまり英語が上手ではないのでなおさら不安に思っていました。

しかし、友達作りに本当に必要なのは「豊富な英語力」でも「コミュ力」でもなく、「少しの勇気」と「笑顔」です。

英語が拙くても思いは通じます。けれど話す「勇気」がなければ伝わるものも伝わりません。

また、「笑顔」さえあれば何とかなる場面がいっぱいあります。

何かに挑戦するとき、人間はよくその挑戦と高く見積もりすぎてしまい躊躇してしまうことがあります。

けれどその挑戦に本当に必要なのは「少しの勇気」と「笑顔」だったりします。

行ってしまえば案外うまくいくものです。

そもそも留学に行こうと志して、そのための準備をしているあなたにできないはずはありません。

だから、少しの勇気と最高の笑顔をもって、最高の景色を見てきてほしいです。