

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2026 年 8 月 24 日
留学先大学（日本語名） / 留学先国	カリフォルニア大学バークレー校 / University of California, Berkeley
現地主要使用言語 / 授業使用言語	英語 / 英語
明治大学の所属学部・研究科 ※学部・学科・研究科・専攻等	政治経済学部・政治学科
留学へ出発した時の学年	4 年生
留学期間	2026 年 5 月～2026 年 8 月

渡航準備・事前手続き

1) ビザ申請について	
ビザの種類： F-1 学生ビザ	
ビザ申請時期： ☒ 日本国内 ☐ 現地到着後	
ビザ取得所要日数（申請してから何日 / 何週間要したか）： 約 1 ヶ月半	
具体的な手続き（必要書類・手続き手順等）： 留学先大学から I-20 を受領した後、I-901 SEVIS 費用を支払い、オンラインで DS-160 を作成した。その後、ビザ申請料金を支払い、在日米国大使館での面接を予約した。面接当日は、パスポート、I-20、DS-160 確認ページ、面接予約確認書、SEVIS 費用の支払証明書などを持参した。面接後、4 月上旬に F-1 ビザが貼付されたパスポートを受領した。	
困った点： オンラインで入力する項目や準備する書類が多く、各手続の順序を確認しながら進める必要があった。また、面接予約の空き状況によって取得時期が左右されるため、I-20 を受領したら早めに手続を始めるべき。	
2) 留学先大学到着までの流れ	
渡航経路	往路： 羽田 - サンフランシスコ国際空港
記入例： 羽田ードバイ（経由）-マンチェスター	復路： サンフランシスコ国際空港 - 羽田
キャンパスへの移動手段	☐ 大学手配の送迎車 ☐ 公共交通機関（バス） ☒ 公共交通機関（電車） ☐ タクシー ☐ その他（ ）
3) 留学前にやっておいて良かったこと、やっておくべきだったこと。留学に向けてどのように情報収集をしたか。	
渡航前は、大学や留学先から送られるメールを確認し、履修登録、学生寮、保険、F-1 ビザなどの手続を進めた。また、履修予定科目のシラバスを読み、開発経済学や国際ビジネスに関する英語の専門用語を確認したことは、授業開始後の理解に役立った。	
4) 日本から持っていくべきもの、持っていけば良かったもの。	
多くの商品は現地で購入できるが、価格が日本より高いものもあるため、日常的に使用するものは日本から持参した方がよい。	

現地生活

1) 滞在先について

滞在先の種類	☒ 学生寮（寮の名前：International House at UC Berkeley） ☐ アパート ☐ ホームステイ ☐ その他
部屋の形態	☒ 個室 ☐ 相部屋（同居人数　　）
共用部分	☒ バス ☒ トイレ ☒ キッチン（ ☒ 自炊可 ☐ 自炊不可）
滞在先を探した方法	☐ 留学先大学による仲介・紹介 ☒ 自分で探した ☐ その他（　　）
滞在先を手配した時期	2026 年 2 月頃
滞在先の感想とこれから留学する人へのアドバイス	国籍、専攻、年齢の異なる学生が生活しており、日常的に国際交流ができる環境であった。食堂や共用スペースでの会話を通して、授業だけでは出会えない学生とも知り合うことができた。

2) 生活インフラについて

スマホの契約について	☒ 現地で SIM/eSIM カードを購入 ☐ 日本で現地の SIM/eSIM カードを購入 ☐ 日本で使用しているキャリアの海外プランを使用 ☐ その他（　　）
銀行口座開設有無	☐ 開設した（銀行名　　） ☒ 開設してない
支払い方法	☒ 現金 ☒ クレジットカード ☐ デビットカード ☐ QR コード決済 ☐ その他（　　）

3) 留学期間中に体調不良になった際、どのように対処しましたか？また、大変だったことはありましたか？

- ☒ 日本から持って行った薬を飲んだ ☐ 現地の薬局で薬を購入して飲んだ
☐ 学内の診療所を受診 ☐ 学外の病院を受診

大変だったこと：

4) 留学期間中、学内外で問題がありましたか。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：　　）

5) 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？

大学や、外務省からの案内。盗難などの犯罪に巻き込まれることはなかった。

学校生活

1) 留学生用オリエンテーションと授業開始日について

留学生用オリエンテーションの実施有無	☒ あり（日程：5月ごろ） ☐ なし
授業開始日	5月26日

2) 履修登録について

登録時期	☒ 出発前（3月20日頃） ☐ 現地到着後（ 月 日頃）
登録方法	大学のサイト上
留学生として優先されましたか？	特にない
留学生として履修に関する制限はありましたか？	特にない
履修登録後に、科目の変更・追加・取り消しはできましたか？	可能

3) 履修単位数/単位認定について

履修登録した単位数	1学期目：11 2学期目：
本学での単位認定予定	☒ 単位認定をする予定 ☐ 単位認定をしない予定（理由： ）

4) 履修した科目の情報について例に倣って記入してください。

科目名	履修時期	授業時間数	現地修得単位数
例：Marketing	1学期目	60分×週3回	10
Economic Development	Summer Session	180分×週3回	4
Introduction to International Business	Summer Session	150分×週3回	3
Critical Issues in Global Studies	Summer Session	150分×週3回	3
American Language and Culture: Business and Social Entrepreneurship	Summer Session	150分×週2回	1

※入力欄が足りない方は以下に入力してください。

5) 授業に関する感想（今後留学予定の学生へアドバイスも含めて）

留学生の多い授業から、正規生のための授業まで様々あり、クラスの雰囲気も異なっていた。レポート、宿題、グループ発表、中間試験、期末試験など、さまざまな形式で評価された。専門用語を事前に確認したり、わからないところを放置しない姿勢が大切だと思う。

留学費用			
留学費用項目	A 現地通貨 (米ドル) (現地通貨 = 160 円)	B 日本円	備考
授業料 (授業料負担型のみ)	7800	円	
宿舍費	7500	円	
食費	1000	円	
教材費	100	円	
学用品費	50	円	
携帯・インターネット費	75	円	
現地交通費	100	円	大学から交通系 IC が配布された (☒) 大学まで徒歩・自転車)
娯楽費	500	円	
旅費 (留学中)	1500	円	
医療費	0	円	
現地保険料 (明治大学指定の 海外旅行保険料は除く)	0	円	
ビザ申請費用			
渡航費		80,000 円	
その他/雑費	500	円	
合計 ※現地通貨 および 円	19,125 (= 3,060,000 円)	80,000 円	
総計 (A+B) ※円	3,140,000 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。

※ 数字は半角で入力してください。例) 520,000

留学中の就職活動

1) 留学中に就職活動はしましたか？ ※「はい」と回答した方は 2)以降も回答してください。

☒ はい ☐ いいえ

2) 活用したツール（WEB サイト、書籍、機関、団体など）、参加した就活イベント

内定先の懇親会に参加。現地社員への訪問も実施。

3) 留学中の就職活動において苦労したこと、うまくいったことについてや、感想、アドバイス

海外と関わりをもちながら働きたいと思っていたので、実際に活躍されている先輩の話を直接きくことができ、学びが多かった。

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、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	留学に関する情報収集
	10 月 ～ 12 月	留学に向けて、明治大学での学内手続、出願準備、必要書類の確認
留学開始年	1 月 ～ 3 月	大学への出願手続きや寮の申し込み、ビザ手続きなど
	4 月 ～ 7 月	留学開始。7 月に前半の授業の期末試験
	8 月 ～ 9 月	8 月に後半の授業の期末試験。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	

統括・アドバイス

「自身の留学先大学、国を選んだ理由」

世界的に高い教育・研究水準を持ち、開発経済学、国際ビジネス、グローバル・スタディーズなど、自分の関心に合う科目を英語で履修できるためである。

「留学生生活全般についての感想」

専門科目を英語で学び、課題、試験、発表を最後までやり遂げたことで、自分の英語力を使って専門的な内容を学び、意見を伝える自信がついた。寮では、異なる国や地域から来た学生と日常的に交流し、それぞれの大学生活、家族、文化、将来について話す機会があった。短期間ではあったが、学習、国際交流、自立した生活のすべてにおいて密度の高い経験となった。

留学を検討している学生へのアドバイスやメッセージ

不安があっても、実際に行動することで少しずつ慣れていくため、留学に興味がある人にはぜひ挑戦してほしい。

留学中の写真

留学中の写真を最大 3 枚まで添付してください。

写真①

写真の説明 「夜のキャンパス」

