

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2025年9月23日
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
留学(渡航)した時の学年	2年生
帰国年月日	2025年8月20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	2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 checked="" type="checkbox"/> 国立 <input 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: 8月末～12月末 2 学期: 1月初旬～5月中旬 3 学期: 5月末～8月中旬 4 学期:
学生数	45,000人
創立年	1868年

留学費用			
留学費用項目	A 現地通貨 (米ドル \$) (1 現地通貨 = 144,45 円)	B 日本円	備考
授業料	6,726	円	渡航開始前に支払う
宿舍費	7,743.65	円	同上
食費	80	円	平日は 3 食・休日は 2 食、寮で提供される
図書費	0	円	寮と大学に図書館が存在する
学用品費	62.96	円	教科書代
携帯・インターネット費		0 円	
現地交通費	15	円	生徒はバス(AC transit)が無料になる (<input checked="" type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	0	円	おそらくほかの項目に含まれているだろう
旅費(留学中)	120	円	
被服費	50	円	
医療費		0 円	
保険費		25,085 円	形態: 明治大学系列の保険
渡航旅費		315,530 円	
ビザ申請費	538	円	
雑費	15	円	洗剤・コップなど日用品
その他	600	円	現金を事前に用意した
その他		円	
合計 ※現地通貨 および 円	15,950.61 (= 円)	340,615 円	上記の為替レートは 2025/06 平均のものを採用
総計(A+B) ※円		2,304,065.6 円	小数点第 2 位以下切捨

※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：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：日本航空
料金：315,530 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：日本航空)

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：International House) 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：

過去のパークレーに留学していった先輩の留学報告書を見ながら決めた。

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)

スタッフの方が全員親切で、よくあるアメリカっぽい楽しいノリが感じ取れるので過ごしていてとても幸せだった。若干治安の面で心配があると思うが常に注意深く過ごしていれば大丈夫だと思う。

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: 寮内でモバイルバッテリーの盗難被害・寮のスタッフに報告)

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?

外務省から来るメールや留学先の領事館からのメール、また留学先大学からのメールも届くので外での心配はなかったが、寮は時々盗難事件が発生していた。実際に自分もモバイルバッテリーを盗まれてしまったのですぐにスタッフに報告しておいた。

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。)

学校でも寮でも難なく使えた。ただ利用登録が難しいという部分もあった。

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。)

基本的にクレジットカードで買い物をしたり、タクシーを頼んでいた。たまに現金を使うくらいにしておいたので現地で資金調達は行わなかった。

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下さい。

アメリカなんて大国なので物価が高いという部分に目をつむれば大抵のものは現地調達ができると思う。ただ薬と日本食は日本から持っていきといた方がいいだろう。スペースに余裕があれば電気ケトルもおすすめ。

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。)

渡航前にクレジットカードで支払った。3月あたりに支払ったので留学開始のかなり前だと感じた。

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 checked="" type="checkbox"/> 10 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 type="checkbox"/> 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)
POLECON 100 - Classical Theories of Political Economy		
科目設置学部・研究科	不明	
履修期間	2025/06/24 - 2025/08/15	
単位数	4	
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・生徒間ディスカッションあり(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1 週間に 150 分が 4 回	
担当教授	Edwin Lin	
授業内容	過去の政治経済に関する偉人・先人はどのような意図でそれらの理論を導き出したのか、過去の著書を参考にし生徒間でディスカッションして話し合うもの。	
試験・課題等	中間テスト(対面筆記式)1 回・期末レポート(分量かなり多め)1 回	
感想を自由記入	政治学科所属なので一番最初に履修を決めた。3 つ履修登録したのだがその中でも一番高度な授業だった。常に授業内で発言をしなければいけないので(別に話せなくても周りの人が話を進めてくれるが)大変だった。予習をしなければいけないが 1 冊の本を丸々使うなどかなり大変で、文明の利器に頼りっぱなしだった。とはいえ常に考え続けたり、話を続けたりしたので一番自分の思考回路の進化に役立っただろう	

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)
Psychology 6: Stress and Coping	
科目設置学部・研究科	
履修期間	2025/07/07 - 2025/08/15
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	現代社会は様々なストレスが存在する。これらはどのように人間へ作用するのか、そしてそれらを解消するためにはどのように行動すればいいのかを多方面から論じる。
試験・課題等	中間テスト(対面マークシート式)2回
感想を自由記入	経験則・実際に行動するという点で見れば留学中で1番生活に役立ったといえよう。日本と同じく講義形式でメモを取りながらテストに備えるという同じルーティンワークをすればいいので楽しかった。

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)
Sociology 3AC: Principles of Society	
科目設置学部・研究科	
履修期間	2025/05/26 - 2025/07/04
単位数	4
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(生徒発言多め)(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に120分が4回
担当教授	Jerome Baggett
授業内容	現代の社会を徹底的にひも解く。人間と社会の成り立ちやジェンダー論・家族論など様々な面から社会について話し合っていく
試験・課題等	週6回のうち週3回でレポート、期末テスト(記述式)
感想を自由記入	日本式の講義形式とアメリカ式の発言多めで授業を組み立てていくバランスの取れた授業。なので留学して初めての授業がこれでよかったと思う。授業の内容はやはり現代社会に関するものばかりなのでそういった面でもかなり役立った。先生もアメリカっぽくて親身で初めての授業におすすめ。

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。

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	語学の勉強
	4月～7月	入学・TOEICの点数獲得・ACE受講
	8月～9月	学校の説明会に参加し始める
	10月～12月	応募開始・奨学金選考突破・プログラム参加メンバー初顔合わせ
留学開始年	1月～3月	ビザ申請・取得・滞在先確保・授業料支払・航空券購入・第2回説明会
	4月～7月	アカデミック集中講座(留学前)受講・出発
	8月～9月	帰国・書類提出
	10月～12月	秋学期参加・語学試験・ゼミ試験
留学/帰国年	1月～3月	奨学金獲得
	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。

まずは勇気を持つこと！ これだけで変わります。留学へ行こうと決心するとき、家族に伝えるとき、応募のボタンを押すとき、授業料を支払うとき、飛行機に乗るとき、外国人と英語で話すとき、授業で発表するとき・・・慣れないことをするのは勇気が必要なものです。だから否が応でも帰ってきたときには違う自分が生まれているはずです。それを忘れないようにどんどん勇気を振り絞っていきましょう。

この留学先を選んだ理由としてはやはり母語が英語の国で留学したいということを前々から考えていたからだ。元々大学生活中に留学を経験したいと思って入学してきたことも起因するだろう。そしてパークレー校を選んだ理由としてはたくさん国から多くの人が集まって過ごしているからだ。パークレー校のサマーセッションではおよそ40%がアメリカ外からきているというデータがあったからだ。実際に行ってみると寮でさえ様々な国籍を持つ人々が集まっており、食堂では毎日楽しく過ごせた。留学前半の授業で特に多くの地域の人たちと交流できたと感じる。

毎日が新鮮な日々で、今まで体験したことないことばかりの日々だったように感じる。周りを恐れず積極的に声をかけることで乗算式にどんどん交流関係が広がっていくものだ。海外でしか感じえない雰囲気・建物・交流をこころゆくまで楽しむためには留学などの長期間の生活をしなければいけないだろう。かえって日本の良さにも気づくことができるだろう。例えば治安とか。自分がやれるとか思わないとか、海外の空気になじめないだろうとか、そう思うかもしれない。自分は弱いから、コミュニケーション能力がないから無理だとか、そう思うかもしれない。実際自分もそう感じていた。だからこそ、そんな人たちこそ、留学に行つて自分を変えてほしいと切に願っている。留学に行つた後、必ず自分の思う理想像に近づけるだろう。

というわけでここまで読んでくれた熱心な人は今から英語の勉強をしておいてください！ いくらやっておいても損はないので！