

留 学 報 告 書

記入日:2018年8月17日

(この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開されます。また、学内発行の留学関連冊子や、ホームページに情報が掲載されることもありますので、ご了承下さい。なお、資料公開の際は匿名で公開します。)



所属学部／研究科・学科／専攻	政治経済学部政治学科
留学先国	アメリカ
留学先高等教育機関名 (和文及び現地言語)	和文: カリフォルニア大学バークレー校 現地言語: University of California Berkeley
留学期間	2018年5月～2018年8月
留学した時の学年	2年生(渡航した時の学年)
留学先での学年	2年生(留学先大学で在籍した学年)
留学先での所属学部等	<input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部等に所属しなかった。
帰国年月日	2018年8月17日
明治大学卒業予定年	2021年3月
留 学 先 大 学 に つ い て	
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	1学期:8月中旬～12月中旬 2学期:1月中旬～5月中旬 3学期: (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)
学生数	41,910 (2017年)
創立年	1868年

留学費用項目	現地通貨 (ドル)	円	備考
授業料	9,184	1,030,221 円	
宿舍費	5,786	649,074 円	International House
食費	1,047	117,403 円	
図書費	455	51,064 円	教科書など
学用品費		/円	
教養娯楽費		/円	
被服費		/円	
医療費		/円	
保険費	322	36,070 円	形態: 明治大学指定保険
渡航旅費	2,611	292,910 円	ANA(往復)
雑費		/円	
その他	307	34,385 円	現地交通費、通信費 (SIM カードなど)
その他	1768	198,350 円	観光費 (セッション終了後、一週間)
その他		/円	
合計	21,479	2,409,477 円	1ドル 112 円で換算

渡航関連

渡航経路: 成田ーサンフランシスコ (直行便)

渡航費用

チケットの種類 エコノミークラス

往路 _____

復路 _____

合計 249,540

渡航に際して利用した旅行会社やガイドブックを教えてください。

航空会社は ANA を利用しました。

滞在形態関連

1)種類(留学中の滞在先)(例:アパート、大学の宿舎など)

大学の寮 (International House)

2)部屋の形態

個室 OR 相部屋(同居人数)

3)住居を探した方法:

去年留学していた明治大学生からの情報。

4)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)

私はバークレー校に留学したので、寮や授業などはバークレー校を中心とした内容ですが、他のカリフォルニア大学を希望する方のヒントにもなると思いますので、是非全ての欄を読んでいただきたいです。この留学報告書がカリフォルニア大学サマーセッションズに留学を希望する方に少しでも参考になればうれしいです。

International House を選んで良かったと思っています。非常に良い経験ができました。まず、立地はキャンパスから徒歩圏内にあり便利です。滞在している人の国籍は International House という名前の通り、アジア、ヨーロッパ、南米、アフリカと様々です。アメリカ人もいます。また、大学生だけでなく、院生や PhD の人もいるので、その道を考えている人は、話を聞いてみるのも良いと思います。部屋にはトイレ、シャワー、洗面台いずれもありませんが、各階に共同のシャワー、トイレがあります。行く前は、トイレが部屋にないと聞いて少し驚きましたが、慣れました。食事は、三か月で 120 食分、寮の食堂で食べられます。120 食を超えても、一食 6 ドルで追加可能です。食事は全てバイキング形式でした。味は人によるとは思いますが、私はおいしかったと思います。何よりこの寮の良いところは、食堂がとても広く世界中の人と交流できることです。200 人以上の人が住んでいるので、交友関係は寮中心になるのではないかと思います。上記のように食堂を中心として交友関係を広げられるので、部屋は一人部屋でも友達を作れないということはないです。私は、一人の時間も欲しかったので、一人部屋にして本当に良かったと思います。International House 以外にもキャンパス周辺にいくつもの寮がありますが、International House は非常に有名な寮ですし、立地、滞在している学生、食事どれをとっても、皆さんは International House を選ぶのが無難ではないかと思います。おすすめです。

現地情報

1)現地で病院にかかったことはありますか？大学内の医務室/診療所や付属病院等で医療サービスを受けることは可能でしたか？

利用する機会がなかった

利用した:

2)学内外で問題があったときには誰に相談しましたか。留学先大学に相談窓口はありましたか。

私は、現地で履修変更などをしたので、その際にわからないことをキャンパス内の窓口や International House 内の International office で質問をしました。International office では履修の際にこれだけの単位をとっても授業のコマ数的に大丈夫かななどの相談もしてくれました。現地では自分

たちのように Summer Sessions だけの参加という人はそこまで多くないです。ですので、事務的な質問の際に相手がこちらの事情に合わせてくれるということはありません。私たちは、カリフォルニア大学のシステムに精通しているわけではないので、メモなどに要点をまとめてから事務などに相談に行き、聞きたいことをスムーズに聞けるようにしました。

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？

バークレーは、カリフォルニア大学バークレー校を中心としている町で、静かで落ち着いています。ですので、治安が悪いという印象はなかったです。キャンパス周辺にホームレスの方はいますが、観光に行ったほとんどの町でもホームレスはいたのでバークレーだけ特別というわけではないです。バークレーは比較的安全だと思います。しかし、休日に遊びに行くときや留学後に旅行に行くときなど、バークレーを離れるときは気を付けたほうが良いです。というのもバークレーの隣のオークランドは、全米で二番目に治安が悪い都市です。私は、留学後に一週間ほどロサンゼルスに旅行しましたが、一度だけハリウッドで CD を無理やり渡されてサインを書かれて 40 ドル支払わされる詐欺みたいなものにあいました。大きな繁華街などで陽気に近づいてくる人はたいていの場合、お腹がすいたからお金が欲しいみたいなことを言うので、立ち止まらずに無視するか、英語がわからないふりをするのがいいです。立ち止まって話を聞いてしまうと面倒なことになります。もちろん、ただ優しいフレンドリーな人もいるので一概には言えませんが、どこに行くときも、ここは日本ではないという意識をもって行動することが大切だと思います。

4) パソコン、携帯電話、インターネット(接続について)現地での利用はいかがでしたか。

(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。)

私の寮(International House)は Wifi がつながります。キャンパス内でも Wifi がつながりました。私は、渡航前にアメリカ用の SIM カードを iPhone に入れていったので、どこに行ってもインターネットがつながり、通話もできました。アメリカでは日本よりも WiFi がつながる場所が多いですが、私はアメリカ滞在中にも現地の旅行会社と通話をしたり、WiFi が繋がらない場所でも Google Map をよく使ったので、インターネット回線や通話の契約などをしておくのもありだと思います。

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。)

アメリカは基本どこでもクレジットカードが使えます。まずクレジットカードがないと生活が少し面倒かもしれません。私はどこでもクレジットカードを使っていたので、現金は1000ドルほど日本から持っていきましたが、ほとんど使いませんでした。私のカードは学生カードではなかったのですが、友人は学生カードで金額の上限を超えて使えなくなることがあったようなので、学生カードの方は、上限を事前に引き上げるなどをしてくと現地でスムーズだと思います。

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。

私は、服や日用品など全て日本から持っていきましたが、バークレーにはスーパーや薬局などがたくさんあるので基本何でもそろいます。

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、渡航前に留学先大学から指示があった、渡航後のオリエンテーションで支払いに関する案内があった等)

授業料は、二月頃にオンラインで履修登録をする際にクレジットカードで支払いました。

卒業後の進路について

1) 進路

就職 進学 未定 その他:

2) 進路決定の際に参考にした資料、図書、機関など

インターネット、大学院のホームページ、先輩方の話、エージェント

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、或は入社すると決定した企業の名前のみでも構いません)

※1～3年生で、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。)

※1～3年生で、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。
まだ学部二年生なので最終決定ではありませんが、イギリスの大学院に進学したいと考えています。
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。
日本の大学院のことについては詳しいことは把握していないので、イギリスやアメリカの大学院に進学を希望する方を対象に書きます。イギリスやアメリカの大学院に進む場合、学部時代のGPAが非常に大切になってきます。高いレベルの大学院の場合、専攻にもよりますが学部四年間で3.7くらいが最低条件になってきます。GPAは一度下がるとなかなか上げにくいので、大学院に行きたいと思った時に、GPAが低くて諦めるといったことが起こらないよう、明治大学での授業も常にSをとる気持ちで頑張ることが大切だと思います。他方でTOEFLやIELTSは何度も受ける中で一番高い点数を出願時までにとそろえれば良いので、GPAよりは準備がはるかに楽だと思います。また、アメリカの大学院の場合はGREなどもあるので、できるだけ早く取りかかれると良いと思います。推薦状が2、3通必要ですので、明治のどの教授に書いてもらうのか、あるいは、明治在学中に行ったSummer Sessionsや交換留学で海外の教授に書いてもらうかなども、早めに計画をたてるのが良いです。最後に、このSummer Sessionsの成績も大事だということを付け加えておきます。私は、渡航前、留学ラスト2週間前までSummer Sessionsの成績は明治のGPAにも入らないし、大学院留学の際にも提出する必要がないと思っていました。確かに明治のGPAには入りません。しかし、現地地で出会った外国の学生たちが、Summer Sessionsの成績証も大学院にアプライする際に提出するから、夏も気が抜けないというようなことを言っていたので、気になって、留学終了二週間前に日本の大学院留学エージェントに確認を取ったところ、Summer Sessionsなどの成績証も基本提出しないといけなとのことでした。ですので、海外大学院進学希望の方は、バークレーサマーセッションズに留学中もよい成績をとれるように頑張ってください。
7) その他を選択した方は、留学希望者に向けたアドバイスをお願いします。
進路に関する情報は、今後留学を考える方の情報として、本報告書の公開のみならず、国際教育センターや就職キャリア支援事務室の関連ホームページや冊子等、留学説明会において、匿名のデータとして公開することがありますので、ご了承下さい。なお、冊子やホームページに公開する前には皆さんに原稿の校正をお願いすることがありますのでご協力お願い致します。

※注意 留学報告書は、以下に「学習・研究活動についてのレポート」、「留学に関するタイムチャート」、「留学についてのレポート」の3項目があります。漏れなく記入してください。

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してください)	
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)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 N101 Contemporary Theories of Political Economy	現代政治経済学理論
科目設置学部・研究科	Political Economy
履修期間	Session A (5/21-6/29)
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(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	Khalid Kadir
授業内容	まず、この留学報告書の履修した授業の欄を書くにあたり、皆さんに伝えておきたいことがあります。明治の授業でもそうですが、教授によって同じ授業名でも、授業内容が全く違うので、私の以外でも他の学生の留学報告書を参考にする時は教授名を必ず

	<p>確認してください。</p> <p>この授業は、現代の経済学者(ケインズ以降)の理論を各経済学者ごとに学んでいく授業です。アメリカの世界大恐慌 から始まり、どのように経済学の軸が Neoliberalism にシフトしていったか、ファイナンス、農業、教育などと経済との関わり、開発学など幅広く学びます。複雑な経済学の知識、数式などは出てこないの、政治学科の私も問題なく履修できました。履修者は 50 人ほどで 9 割がバークレーの正規生でした。講義式なので、ディスカッションはありません。教授がパワーポイントのスライドを軸に講義を進めていきます。教授が質問などをよくするので手を挙げれば発言ができます。</p>	
試験・課題など	<p>試験は、中間、期末それぞれ 150 分記述式でした。各用語の説明を記述するものと、経済学者の考えを論述するものがあります。中間、期末で成績の 80 パーセント、残りの 20 パーセントは出席点です。課題は、各経済学者の論文をまとめた Reading がありますが、読まなくて大丈夫です。というよりも教科書ではなく論文なので英語が難しすぎますし、経済学者向けに書かれたものが多いので、読めないです。もしあなたが TOEFL 105 点か IELTS 7.5 点くらいの英語力でしたら頑張って、Reading を読むのもいいと思いますが、パワーポイントを軸に予習、復習を進めていくのが良いと思います。講義の録音をするのもお勧めします。各授業後、録音を聞いて、パワポを見ながらだと復習がしやすいです。</p>	
感想を自由記入	<p>教授が素晴らしいです。2017 年のバークレー内の優秀な教授 5 人に選ばれているだけあって、知識と授業に対する準備がさすがです。そして何より、教授が人として素晴らしいです。本当に尊敬しています。この教授は、他の教授とは違います。同時に履修していた明治生の日本人が自分を含めて 4 人いましたが、質問に行ったときに大きな笑顔で話を聞いてくれるんです。これは当たり前ではないです。この授業は周りがほとんどアメリカ人の正規生だったので、英語に関しては自分たちが一番できないです。それでも、ゆっくり時間を取って話を聞いてくれますし、向こうから、「おすすめの日食レストランをおしえてあげるよ」みたいなことも言ってくれました。バークレーのような一流大学の教授は、Google で検索すれば数多くの論文やニュースなどに出演するなど有名な人ばかりです。しかし、このように人として温かみのある、Summer sessions に参加している日本人という弱い立場の人間にも手を差し伸べてくれる教授は多くはありません。この人こそが本当の意味での教育者だと思いました。授業の内容は、少し難しいですが、パワーポイントがあるので、勉強がしやすいです。アメリカやイギリスの経済学者が多いので、アメリカ、イギリスの経済の内容が多く出てきますが、勉強すれば大丈夫です。次に履修している学生ですが、ほとんどが正規生で手を挙げた質問の内容が凄いです。生粋のアメリカ人学生たちなので、ところどころ正直何を英語でしゃべっているかわかりませんが、Session D と比べても頭がいい学生が多いという印象でした。教授は、話すスピードが速く、ところどころ何を言っているのかわかりません。たまに言うジョークで、周りの学生が笑うが自分はなぜみんなが笑っているのかわからないという状況が多々ありました。しかし、講義を録音して聞き返せば、復習ができますし、テストでもしっかりと答えることができ、成績もそこそこだったので、そこは心配する必要はないです。上記のように、この教授に質問するときは、変なプレッシャーもなく非常に良い関係を築くことができました。政治経済に興味がある学生には是非、受けてもらいたいです。</p>	
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):	
POL SCI N2 Introduction to Comparative Politics	比較政治学入門	
科目設置学部・研究科	Political Science	
履修期間	Session D (7/2-8/10)	
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(週 4 回)、ディスカッションセッション(週1回)(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1週間に120分が5回	
担当教授	Wendy Muse Sinek	
授業内容	比較政治(世界各国の国内政治の比較)の理論を実例と共に学びます。選挙制度から、各国の政治システム、民主化など比較政治の基本は全て網羅します。政治だけでなく、ラテンアメリカ、アジアの経済発展と恐慌、2008 年の	

	<p>The Great Recession など幅広いです。履修者は上限 75 人のところ、25 人と少なめでしたが、年度によって変わると思います。学生の国籍はアメリカ人半分、残りは international students でした。中国人の international school に通う高校生も何人かいました。週 4 回は講義で、もちろん手を挙げて発言できます。週一回はディスカッションセッションという GSI (Graduate student instructor) による小さな教室での、一週間分の講義の復習や質問などができる時間があります。</p>
<p>試験・課題など</p>	<p>成績の配分は、Map Quiz という世界地図を見て国の位置をあてる小さな試験が 5 パーセント、Pop Quiz という reading を学生が読んだか確認する教授が知らせずに何度かランダムに行う小テストが 10 パーセント、一時間で 5 つの用語の説明を記述する一回目の中間テストが 20 パーセント、一時間でその場で出された問いに対してエッセイを書く二回目の中間テストが 20 パーセント、一回目、二回目の中間テストの方式を組み合わせた期末テストが 30 パーセント、ディスカッションセッションでの参加が 15 パーセントとなっています。課題は、毎日 Reading が 70 ページくらいです。私には不可能でした。アメリカ人の学生も多すぎる無理ですみたいなことを GSI に言っていました。私は、それだけの Reading をこなすと講義の復習ができなくなるので、講義のノートをしっかり作り復習することに重点を置いていました。</p>
<p>感想を自由記入</p>	<p>私の Session D の生活即ち留学後半はこの授業を中心にまわっていました。留学後半の一か月半はテストも多くあったので、土日もずっとこの授業の勉強をしていて、パークレーの町からは出ませんでした。ですので、もしあなたが遊びの時間もたくさん取りたいというならこの授業はおすすめできません。しかし、もしあなたが Comparative Politics に興味があり、多少勉強できなくても学びたいということでしたら、是非お勧めします。特にあなたが政治経済学部政治学科でしたら、ぜひ履修をお勧めします。この授業では大変なことがいくつかありました。教授は 40 代後半の女性なのですが、パワーポイントを全く使いませんでした。では板書をとるのかというと、そういう訳でもありませんでした。ひたすら口頭で説明します。割とゆっくり話すので、説明は理解できますが、聞きながらノートを手書きでとるとするのはとても難しいです。日本語でもやったことがほとんどないです。アメリカの学生は慣れているようでしたが、私にはとても授業内でノートを完成させるのは不可能でした。あなたが TOEFL 105 点、IELTS 7.5 点あったとしても、英語圏でずっと教育を受けていないとしたら、あのノートテキングは難しいと思います。では、私がどのように勉強をしたのかというと、全ての講義を録音して、授業後に聞き返しながら、ノートをとっていくというものです。やればわかると思いますが、この方法だと聞く講義の二倍以上の時間がかかります。授業が二時間の場合、四時間以上です。平日はこの作業に追われ、土日はテスト勉強に追われるといった形でした。アメリカ人の学生にノートを見せてもらおう時もありましたが、(彼らは私が授業中に取るノートの 5 倍以上の情報量を書いて授業中にノートを完成させていました。)、自分で書かないとやはり授業内容を理解できないので自分でノートを作ることにしました。録音を取って、授業後に聞き返してノートをとる、この作業をしないと単位を落とす可能性さえあると思います。私は、各セッション初めの一週間のお試し期間に数多くの upper division (授業番号 3 桁以上) のクラスを試しにうけましたが、この授業が圧倒的に難しく、やることも多いです。正直、</p>

	Introduction というレベルではなかったです。しかしその分やりがいにはありますし、物足りないといったことは起こらないです。そこは保証します。この一か月半、毎日授業があり授業は全 30 回と比較政治の基礎を英語ですべて網羅できたので、今後の勉強につながる大変密度の濃い時間を過ごせました。
--	--

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):
PSYCH 6 Stress and Coping	ストレスと対処法
科目設置学部・研究科	Psychology
履修期間	Session D (7/2-8/10)
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	心理学的視点からストレスにどのように対処していくか、またポジティブ心理学など心理学一般についても学びます。大教室で履修者は 150 人ほどいました。教授がパワーポイントを元に授業を進めていきます。
試験・課題など	成績は 50 問の選択式テストが二回でそれぞれ 30 パーセント、レポート提出が二回でそれぞれ 15 パーセント、残りは RPP という心理学実験に参加して 10 パーセントでした。課題は、上記のレポート提出二回です。
感想を自由記入	Session D でとった Comparative Politics が非常にハードだったので軽めの授業が良いと思い、また私自身心理学にも興味があったので履修しました。講義は比較的簡単で、履修者のほとんどが心理学専攻以外の学生だったと思います。講義内容自体は Stress and Coping ということで、学問的なこと以外に実生活にも応用できるものだったと思います。レポートは一回目が、現在自分が感じているストレスとその対処法を自由に記述すのもの。二回目は授業で習ったストレス対処法から一つ好きなものを選んで調べて、まとめるというものでした。授業名に Stress と入っていますが、Positive psychology など、ポジティブな内容も学べるが魅力的でした。テストに関しては、こういうことを書いていいのかわかりませんが、英語であるという事実を入れたとしても、明治大学の心理学の授業のテストより簡単でした。ですので、この授業を中心に履修するというよりは、何か量的にも内容的にも厳しい授業とこの授業を組み合わせるといった形なら、この授業を履修するのもありなのかなと思います。

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):
科目設置学部・研究科	
履修期間	
単位数	
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, 講義形式等)
授業時間数	1週間に 分が 回
担当教授	
授業内容	
試験・課題など	

感想を自由記入

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):	
科目設置学部・研究科			
履修期間			
単位数			
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, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に 分が 回		
担当教授			
授業内容			
試験・課題など			
感想を自由記入			

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):	
科目設置学部・研究科			
履修期間			
単位数			
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, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に 分が 回		
担当教授			
授業内容			
試験・課題など			
感想を自由記入			

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):	
科目設置学部・研究科			
履修期間			
単位数			
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, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に 分が 回		
担当教授			
授業内容			
試験・課題など			
感想を自由記入			

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):
科目設置学部・研究科	
履修期間	
単位数	
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, 講義形式等)
授業時間数	1週間に 分が 回
担当教授	
授業内容	
試験・課題など	
感想を自由記入	

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):
科目設置学部・研究科	
履修期間	
単位数	
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, 講義形式等)
授業時間数	1週間に 分が 回
担当教授	
授業内容	
試験・課題など	
感想を自由記入	

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):
科目設置学部・研究科	
履修期間	
単位数	
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, 講義形式等)
授業時間数	1週間に 分が 回
担当教授	
授業内容	
試験・課題など	
感想を自由記入	

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):
科目設置学部・研究科	
履修期間	
単位数	
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, 講義形式等)
授業時間数	1週間に 分が 回
担当教授	
授業内容	
試験・課題など	
感想を自由記入	

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):
科目設置学部・研究科	
履修期間	
単位数	
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, 講義形式等)
授業時間数	1週間に 分が 回
担当教授	
授業内容	
試験・課題など	
感想を自由記入	

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、留学中の中間試験、期末試験、その他イベント等

2016年 1月～3月	
4月～7月	
8月～9月	
10月～12月	10月 苦手だった英語の勉強を始める。
2017年 1月～3月	1月 初めて TOEIC を受験する。
4月～7月	4月 明治大学に入学。 二年の春学期にカリフォルニア大学バークレー校のサマーセッションズに留学すると決意。
8月～9月	家で夏休みの期間、英語の勉強をする。
10月～12月	11月 TOEFL iBT 初受験。 12月 カリフォルニア大学バークレー校サマーセッションズの留学希望を明治大学に提出。
2018年 1月～3月	2月 サマーセッションズの履修や寮の手配をオンラインで行う。 2月～3月 フィリピンに一月間、語学留学をする。 3月 フィリピンから帰国後、ビザ面接。 サマーセッションズ前最後の TOEFL iBT 受験。
4月～7月	5月～8月 カリフォルニア大学バークレー校サマーセッションズに留学。
8月～9月	家で夏休みの期間、英語の勉強をする。
10月～12月	英検、TOEFL iBT 受験。来年の留学の出願。

留学体験記

以下の各項目についてそれぞれ 200 字以上で具体的に回答ください。

なお、このレポートは、留学体験記として、本センター発行の「留学の手引き」やホームページなどで、匿名で公開されることがあります。公開の前に、皆さんに原稿の校正をお願いすることもありますので、協力よろしくお願いいたします。（但し、皆さんの所属学部、留学先、留学年度、在籍年／卒業年は公開されません）

※ 文章は「です・ます」体に統一して下さい。

<p>留学しようと決めた理由</p>	<p>二年前に英語学習を始める前までは、留学なんて考えたこともありませんでした。しかし、英語を勉強し始めて半年後、つまり明治大学に入学したころに明治大学には留学プログラムが数多くあることを知り、説明会などに参加するようになりました。私は日本の外に長い間滞在する経験がなかったので、海外を見てみたいというのとアメリカの大学の教育に興味があったので行くことにしました。英語を勉強し始めて、英語が少しずつできるようになってきたので、英語圏で少し生活してみたいという自然な経緯だったと思います。また、今はそうではないと気付きましたが、留学を決めた当初は大学卒業後に留学するのは難しいと思っていたので、学部学生のうちにチャンスがあるのなら、外国の授業を受けてみたいと考えていました。渡航直前に持っていた目的の一つは、自分が海外の大学院に本当に進学すべきかを見定めるということです。最後の理由は、自分が下からもがいて這い上がる環境がパークレーで手に入れられると思ったからです。私は、今までの人生でも今回と形は違いますが、自分の目指している世界で自分よりも上の人ばかりの環境に身を置いて下から這い上がるということをしてきました。これがいかに大切かを肌をもって感じていたので、今回もパークレーに留学することにしました。パークレーの留学に伸びるための困難はあっても、楽すぎて物足りなさを感じることはないとわかっていたからです。</p>
<p>留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備</p>	<p>高校 3 年生の10月に英語の勉強を始めてから、英語学習は続けてきました。英語学習については、日本でやれるだけのことはやってきたつもりなので、英語の面については渡航前にこれをやっておけば良かったと後悔することは何もありません。しかし、もちろん渡航前からわかっていたことですが、サマーセッションズでの三か月間は言語の面で苦労はたくさんありました。まず、よく頭に入れておいてほしいことは、カリフォルニア大学はアメリカにあるということです。サマーセッションズということで、留学生もたくさんいますが、基本アメリカ人の英語がネイティブの学生に教育を提供する場だと思っておいて下さい。東南アジアなどの非英語圏に留学して英語で授業を受けるのとは訳が違います。もちろん international students がたくさんいるので、非ネイティブに対する理解もあります。しかし彼らのほとんどは、高校時代まで英語で教育を受けてきた、あるいはそうでないにしても、アメリカの大学に TOEFL 100 点 IELTS 7.0 点を超え留学し、さらにそこからアメリカで二年、三年と生活しそれでもなお、言葉の面で苦労するよと言っている人たちです。そういう非ネイティブに対するアメリカの大学の理解はあっても、一般化するのはいくつかの点で私たちが非ネイティブの日本人の英語に対する理解とは全く違うものだと感じました。ではどれくらい英語ができれば良いのかということはこの紙面で伝えるのは難しいので、あえて語学試験の点数で言うと、最低でも TOEFL iBT 105 点か IELTS 7.5 点くらいあれば他の international students と近いレベルでやっていけると思います。では、私を含めてそのレベルに達していない人はサマーセッションズに行くべきではないのでしょうか。私はそうではないと思います。留学して、英語が出来ない中でも、どうにか量をこなして授業についていく、世界中の学生と話す中で新たな発見もたくさんするはずですよ。もちろん渡航の前日まで、英語学習を続けることは大切です。しかし、繰り返しになりますが、上記のレベルに達していないからと言って、サマーセッションズの留学を諦める必要はないと思います。次に学習面ですが、私は比較政治の授業は絶対に履修しなかったので、渡航前に英語で書かれた 300 ページくらいの基本的な教科書を一冊読み専門用語を理解できるようにしておきました。ここに関しては、事前の英語学習よりも優先順位は低く</p>

	<p>て良いと思います。というのも現地で履修する授業を変更することがあるからです。やっておけばよかったと思うことは履修を希望する授業以外にも、何個か授業の時間帯なども見ながら、第2, 3希望と授業のパターンを日本にいるときにあらかじめ決めておくことです。現地に行ってから、各セッション初めの一週間履修変更できる期間に授業を受けて、想像していたものと違うということが起こります。その時になって初めて他の授業を探すととなかなか大変ですので、絶対この授業を受けると決めていて、二月にオンライン登録したとしても、第二、三希望の授業を決めておくのを勧めます。</p> <p>履修を決めるときは、まずカリフォルニア大学のホームページでサマーに開講している授業の中から、自分の興味がある授業を選びます。その後、その教授の名前を”Rate My Professor”というほぼ全てのアメリカ人大学生が使っているサイトに打ち込みます。するとその教授の人気度や授業の難易度、さらにはどのような試験形式で課題の量は多いかなどを見ることができます。かなり正確でした。そして、その授業が本当に気になるようだったら、Googleで教授の名前を打ち込みどうか教授のメールアドレスを探して、教授にメールをして、自分は来年サマーセッションズに参加する日本人学生で英語に不安がありますが、教授の授業にとっても興味があるのでぜひシラバスを送って見せてほしいとメールを送ってシラバスを入手できれば、かなり授業内容が明確になりますし、事前に日本で予習などもしやすいと思います。皆さん全員が履修決めに関してここまでやったほうが良いというわけではありませんが、私自身、アメリカでセッションDの前にこの作業を行い、かなり授業内容が明確になったので、時間と労力はかかりますが、これをするのもありだと思います。</p> <p>(例:何と言っても語学力を向上させることが一番大切です。留学中は膨大な量のレポートを書きます。読解力、作文力、会話力を、特に重点的に準備すれば留学後とても役に立ちます。語学力以外にも、日本の文化や伝統行事・料理などについてもっと理解を深めておくべきだったと思います。留学先では日本の代表者のように日本のことを質問されることがよくあります。)</p>
この留学先を選んだ理由	<p>私は、留学に興味を持った当初から国はアメリカと決めていました。世界の中心を学部学生の間に見ておきたかったからです。交換留学も少し考えましたが、明治の交換留学には、残念ながらバークレーレベルの協定校はありません。UC Berkeleyは世界一の公立校です。私立を含めても、世界ランキング10位台にいますし、専攻によっては世界5位以内に入ります。アメリカの高校生皆があこがれて、それでもほんの一握りしか入れない大学です。世界中の人にUC Berkeleyと言えば通じます。そのような素晴らしい大学で、たとえ三か月でも留学することは、今後の人生に必ずプラスになると考えたからです。</p>
大学・学生の雰囲気	<p>大学、学生の雰囲気とは少しづれませんが、気候が素晴らしいということをまず伝えておきたいです。20度ほどの気温で、常に晴れていて雲一つないです。三か月間で一度も傘をませんでした。私は、UCLAにも観光に行ったのですが、LAは40度になった時もあったらしく、暑かったです。気候ならバークレーがナンバーワンで間違いありません。UC Berkeleyのキャンパスは自然が多くとても落ち着いています。キャンパス周辺も比較的静かで勉強に集中できました。YouTubeなどで検索して頂ければわかると思いますが、UC Berkeleyはパーティーを楽しむ大学ではないです。パーティーをたくさん楽しみたい学生にはあまり合わないと思います。バークレーの四年生などに大学四年間どうだったかと聞くとほとんど勉強だったという人も少なくないです。多くの学生が勉強をしたくて大学に来ていてといった印象です。人種の構成は、カリフォルニア州ということもあり、アジアの学生(多くはAsian American)で40パーセントを占めます。私が後半に受けていた、Comparative politicsで特に感じたのは、学生の成績に対する執念です。彼らにとって、GPAは大学院進学の際はもちろん、就職の際にもかなり重視されるので必死です。あと、一人ひとりの学生が自立していると感じました。一般化す</p>

	<p>るのはよくないと思いますが、日本の大学生のように常に友達と集団でいるということはなかったです。少なくともバークレー生にはそういう人が多いように感じました。男性だけでなく、女性にもあてはまります。もちろん彼らが友達と楽しくしている様子も多々見ましたし、そういう時間も勿論大切だと思いますが、常に用事もなく一緒にいるなどといったことはしないようでした。一人ひとりが前を向いていてとてもかっこよかったです。</p>
寮の雰囲気	<p>この留学報告書の初めの方の寮の欄にも書きましたが、international House は食堂を中心として学生との交流ができます。他の人に聞いた話だと、とある寮ではほとんどが中国からの学生など国籍が固まる傾向があったようですが、International house にはアメリカ人を含め様々な国の人がいるのが良かったです。寮の中は、新しいとは言えませんし、エレベーターが停まっていたり、階段しか使えないということも多々ありましたが、雰囲気はとてもいいですし、寮のプログラムで日帰りで安く行けるイベントなども多くありました。繰り返しになりますが、international house を選んでおけば、失敗ということはないと思います。</p> <p>(例:寮では頻繁に学生が交流できる活動が行われていました。パーティ、ゲーム、BBQ など盛りだくさんで、友達を作るには最適の環境でした。)</p>
交友関係	<p>交友関係は、授業内での友達もできましたが、寮が中心でした。私は、アジア人の友人が多かったです。私があまり海外慣れしていないことも理由の一つかもしれませんが、アジア人の学生といると心地よく感じました。留学当初は、アメリカ人の友達をたくさん作りたいて考えていましたが、英語の面と彼らは留学生ではないので既に友達が多いたこともあり、なかなかアメリカ人の友達を作るのは難しかったです。一度、お昼ご飯を5人のアメリカ人学生と自分で食べる機会がありましたが、彼らが話していることがほとんどわからず笑ってごまかすことがありました。我慢して、話していることがよくわからずともずっと一緒にいればある程度仲良くなれ、相手もこちらの英語のレベルに合わせてコミュニケーションがとれたかもしれません。しかし、私は一緒にいて楽しく、困っていることがあったら話を聞いてもらえ、逆に相手が困っていたら助けてあげるような、心から一緒にいたいと思えるような友達がほしかったので、そのままアメリカ人にこだわることはしませんでした。しかし実際に、食堂で会ったら一緒にご飯を食べたり、外食と一緒に行き、表面的でなく深い話もするようなアジア人の友人が数人できました。そのアジア人の友達の一人はバークレー生で、もう一人は別のアメリカの大学に通っている学生です。私が悩んでいるときは、彼らの言葉に救われましたし、大きな夢を持ち、それに向かって毎日必死で努力する彼らの生き方が本当に魅力的でした。こういう友人ができたことが、今回のバークレーでの留学で一番大きかったことかもしれません。もちろん、アメリカに行くわけですから、アメリカ人の友人がたくさんほしいと考える人も多いと思いますし、それはそれで素晴らしいことだと思います。もし、あなたがアメリカの文化、スポーツ、音楽などに興味があるのならなおさらそうだと思います。今回、私はアメリカ人の友達と呼べるような友達はできませんでした。これからは私もアメリカ人など欧米系の人をもっと理解して、いつかはわかりませんが、またアメリカに行くときには英語の面でも不自由なく、アメリカ人にもこいつと話したいと感じてもらえるよう、もっと英語の勉強もしていこうと思います。なにより、人種などはあまり気にせず、クラスでも寮でも会って一緒にいたいと思える人ができたら、その気持ちを大切にぜひ素敵な友人を作ってください。</p> <p>(例:留学当初は言葉も拙く中々友達が作れなかったのですが、積極的に自分から色々な人に話しかけ、遊びに誘ったりしているうちに、パーティに呼ばれたり、ご飯に招待してもらったりと、いつの間にか周りには、楽しい時間を共に過ごす友達が沢山できていました。また、後期からダンスサークルに所属した事で、一緒に体を動かす楽しみを通じながら、より多くの友達ができました。)</p>
困ったこと、大変だったこと	<p>母国語ではない英語、慣れない環境ということもあって、たくさんの苦労がありました。例えば、教授が話すスピードが速すぎてよくわからない、急に授業を変更することになった際の手続き、授業のテストや課題が多すぎるなどです。他にも小さいトラブルはたくさんありました。しかし、冷静になって解決策を考えれば解決できるようなことでしたし、トラブルにも動じず対処するいい練習になったのではないかと思います。</p>

<p>学習内容・勉強について</p>	<p>私は、政治経済学、政治学、心理学を履修しました。一年前、つまり去年の11月頃はビジネス系の科目を履修するつもりでいましたが、その後将来やりたい事が変わったので、政治学系を中心に履修しました。それぞれの科目の細かい内容や感想については、各授業の欄に記述済みですので、ここでは全体的な感想を書きます。それぞれの授業で自分から発言する学生は明治大学よりも多かったです。しかし、全員がしているわけではなく、テストの点数やレポートが成績に一番大事なものは、どの授業でも同じだと思います。私は履修していませんが、ディスカッションが多かったり、プレゼンなどがある授業をとっている学生もいました。勉強はも大変でしたが、やればなんとかなるというのが正直な感想です。授業中に理解できないなら、録音を何度も聞き返せばいいですし、読まなければいけないものを読むのに時間がかかるなら、アメリカ人の2,3倍時間をかければなんとかなる感じました。何より大切なのは、自分が本当に興味のある授業を履修することです。皆さんの中で明治大学での授業に対して、毎回予習復習をしているという人は少ないと思います。しかし、パークレーではそれをしないと全くついていけません。私がそれを続けられたのは、本当に今履修している授業に興味があって、それが自分のキャリアにかなり直接的につながると確信していたからです。ですので、皆さんも授業を決めるときに、私が書いているような明治の学生の留学報告書を参考にするだけでなく、Googleを使い、明治の学生が受けていないけれども、あなたが本当に受けたいと感じるような授業をぜひ見つけてください。</p> <p>(例:私は政治学を専攻していました。授業は学生同士の意見交換や共同作業が多かったです。専門用語が理解できない、授業のスピードについていけない等、落ち込むこともありましたが、やる気と根性を見せれば、教授や周囲のクラスメイトはとても協力的にアドバイスをくれます。また、教授の許可を得て、授業を録音するという工夫もしました。)</p>
<p>課題・試験について</p>	<p>私がとっていた授業は、テストを中心として成績が決まるものだったので、レポートなどはあまりありませんでした。テストは、論述形式のものが多かったので、ある程度Writingを練習していったのはよかったです。テスト前は、範囲が広く精神的にきついときもありましたが、それなりの結果となりかえてきたので良かったです。Readingやレポート課題、プレゼン準備など時間がかかり大変だと思いますが、これらは量をやってそれが結果に反映される種のものなので、頑張ってください。ディスカッションや発言が現地の学生と比べて劣るのはしょうがないことです。量をこなせばどうなるのかの話ではありませんでした。そこは割り切って、時間をかければなんとかなるもの、自分の努力で今できることにフォーカスすることはとても大事だと思います。睡眠時間は、自分を律して無駄なことをしなければ十分に確保できました。私は最低8時間の睡眠が必要なので、睡眠時間は十分に確保するようにしました。</p> <p>(例:課題量は膨大でした。慣れるまでは毎日の睡眠時間が平均4時間程度と、明け方まで勉強する時期もありました。しかし、勉強内容も自分が興味があることだし、頑張った成果が試験に反映されているととても嬉しく思いました。)</p>
<p>大学外の活動について</p>	<p>勉強を中心にしていたので、あまり多くは参加していませんが、休みの日に観光をしました。具体的には、野球観戦や演劇鑑賞、シリコンバレーのツアーなどです。どれも前半のセッションAのときに行きました。後半のセッションDの期間は一か月半勉強が非常に忙しかったので、一度も観光に行きませんでした。どれだけ観光に行けるかは、本当に個人個人がどこに優先順位を置くかで決まると思います。というのも、私は勉強に重点を置いていて、食堂でいろいろな人と話せれば頻繁に観光は行かなくてもいいと考えていました。しかし勿論、あなたがアメリカでたくさん観光に行きたいと思っていて、それが今回の留学を希望する理由の一つでしたら、頻繁に観光に行くことは十分可能だと思います。セッション終了後にロサンゼルスを一週間ほど旅行してから日本に帰りました。このように宿泊しての旅行は、セッション中も土日などを使ってすることはできますが、セッション後の方が勉強のことを気にせず、より楽しめるのではないかと思います。また、ジムに数回行って卓球やバドミントンをしました。一人で行ったので、その場で初めて会った人と一緒にスポーツをするのはなかなか面白かったです。</p> <p>(例:ダンススクールに通ったり、難民救済のボランティアに参加したり、大学外の交流も持つようしていました。)</p>
<p>留学を志す人へ 「これを知っておいて欲しい」と思うこと、アドバイス等</p>	<p>ここまで長文を読んで頂きありがとうございました。私自身去年、この留学報告書の情報が役に立ったこともあり、次は皆さんのお役に立てればと思い、お伝えしたいことは全て書いたつもりです。私自身も将来このパークレーでの経験を思い出したいときに何度でも読み返せるようにと、私自身のためにもかなり気合を入れて書いていたら少し書きすぎてしまったかもしれません。最後に、カリフォルニア大学サマーセッションへの留学を志す皆さんにメッセージを送ります。留学先では、どんな人でも必ずたくさんの困難に直面すると思います。しかし、同時に素敵な出会いも待っています。</p>

私が仲の良かった二人の友達それぞれハーバード、ケンブリッジの大学院に進むために口だけでなく本気で努力をしていました。それでいて心がとてもあたたかい人でした。日本ではなかなかない出会いでした。皆さんが留学に行きたいと思う理由は、何でしょうか？何だっというと思います。それよりもその留学に行きたいと感じる直感のようなものを大切にしてほしいです。逆説的になりますが、英語力を伸ばすことだけを目的にしている方がいましたら、カリフォルニア大サマーセッションズの三か月の留学は、費用対効果で考えると良くはないです。三か月で旅行費を抜いても220万円ほどかかりました。私自身、パークレーでの三か月間で英語力は大きくは上がっていません。皆さんの中には留学に行けば英語力が上がると考えている人もいます。私は、そのことを否定はしません。英語力は上がると思います。留学に行っても英語力は上がらないとただ批判だけをするのも良くはないと思います。私が思うに、留学に行くとその期間、当たり前ですが日本の大学に行かない、日本でバイトに行かない、日本で飲み会に行かない、だからその時間を海外で生活することによって、英語ができるようになるのだと考えています。何が言いたいのかというと、例えばその同じ三か月間に日本にいて、大学、バイト、飲み会に行かずに日本の家で毎日10時間ほど英語の勉強に充てられるのであればそっちの方が遥かに英語力は伸びると思いますし、私自身そうでした。日本にいるときは長期休みはそれだけの時間が確保できますが、学期中の平日などは他にやることもあり、時間の確保が厳しいと思います。つまり、海外に行くから英語ができるようになるのではなく、留学に行っている期間は日本の大学で授業を受けず、バイトに行く時間が無くなるからその分の時間を全て海外で過ごす時間にあてられ結果的に英語力が上がるのだと考えています。英語力だけに関して言えば、どこで勉強するのかではなく、どれだけの時間を充てるかなのです。次に皆さんがカリフォルニア大学に留学する前に何か、これだけは負けないという特技などを身に着けるといいと思います。スポーツでも音楽でもいいですし、何かの学問分野の専門知識でもいいと思います。パークレーに留学して実感しました。皆さんが例えば東南アジアなど非英語圏に留学した場合、皆さんの英語力はアドバンテージになるかもしれませんが、しかし、アメリカに留学した場合はどうでしょう。よく、「英語だけで来ても仕方がない、英語だけで来てただの人だ。」というのを耳にします。しかし、アメリカではただの人にもなれません。東南アジアに行くプラス要素だったあなたの英語力がアメリカではマイナス要素になるのです。0ではないです。マイナスです。私がパークレーで感じたのは、ただの人にもなれない自分だからこそ専門知識や特技を磨くことが大切だということです。無理に新しいことを始めなくてもいいので、あなたの特技や好きなことを現地の人とどう共有するのかを具体的にイメージしておくことをお勧めします。最後になりますが、私がこの3か月間のUC Berkeleyで何を一番得たのかをお伝えして終わりにしたいと思います。もちろん政治学、経済学の専門知識を得られたし、英語力も少しは向上しました。しかし、それらを3か月という短い期間で全て吸収し学び取るのは不可能です。今回一番の収穫は心の変化でした。パークレーの学生は、すでに能力が高いながらも更に目標に向かって努力していましたが、これは留学に行く前から想像していたことと同じでした。では何が心の変化かかというと、もっとソフトな部分です。笑顔で困っている人達に接してあげる人たちの優しさです。笑顔で弱い立場の人を助けてあげる人。笑顔で人に接することがどれだけ美しく、大きな力をもっているのかを感じました。シリコンバレーに見学に行き、最先端のテクノロジーを見て、これから10年、20年と世界はますますテクノロジー社会になっていくのだと改めて思いました。これから世界が科学技術を中心としてどう変わっていくのか想像もつきません。しかし、人の感情的な部分、人の温かさとかそういう部分はいつになっても変わらぬ重要な要素だと思いますし、むしろテクノロジーでなんでもできるようになるからこそ、人の心がより大切になってくるのだと感じました。今回のパークレー留学で笑顔の人がもっと好きになりましたし、私自身も笑顔を大切にしていきたいです。皆さんも、カリフォルニア大学の留学で必ず何か得るものがあると思います。そしてそれは、これからのあなたの長い人生における貴重な財産になります。皆さんが一瞬一瞬を大切に、素敵な留學生活が送れることを心より願っています。

例:「待っているだけでは何も始まらない」留学が良いものになるか否かは自分次第です。留学前も、留学中も、とにかく積極的にチャンスを探み、食欲に学習しようという姿勢がとても大切です。また、「諦めない」ということも重要です。諦めたら留学は実現しません。目標、やる気、努力を持って、臨んで下さい。

上記回答内容にまつわる写真、またそれ以外でも結構ですので**写真の提供をお願いします(キャンパスの写真、本人を含めた写真2枚程度(大勢と写っている写真もちろんOKです))**。この写真は、「海外留学の手引き」や本学HP等留学関連の情報媒体に使用される場合がありますのでご了承ください。

一週間のスケジュール(例)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
午前中	前半はセッション A、後半はセッション D を意味します。 前半 キャンパス散歩	前半 自習	前半 自習	前半 自習	前半 自由時間	前半 観光など	前半 観光など
	後半 自習	後半 自習	後半 自習	後半 自習	後半 自習	後半 自習	後半 自習
午後	前半 自習	前半 授業	前半 授業	前半 授業	前半 自習	前半 観光など	前半 観光など
	後半 授業	後半 授業	後半 授業	後半 授業	後半 授業	後半 自習	後半 自習
夕刻	前半、後半 夕食	前半、後半 夕食	前半、後半 夕食	前半、後半 夕食	前半、後半 夕食	前半、後半 夕食	前半、後半 夕食
夜	前半 自由時間 後半 自習	前半 自習 後半 自習	前半 自習 後半 自習	前半 ジムなど 後半 自習	前半 自由時間 後半 自習	前半 自習 後半 自習	前半 自習 後半 自習

※ 授業だけではなく、課外活動、交流会、自習、その他自由時間の活用についても具体的に記入をお願いいたします。

Report of Program Activities (Study Abroad Program)

Date: year month day

(Please be aware that this report will be published on the website of Meiji University, study abroad information brochures, and etc. Your name will not be listed on the media without your permission.)

Name/Email	Name: Email: ※This column will not be published on PR resources.
School/Graduate School·Major At Meiji University	
Country of your study abroad	
Name of the host institution	
Study period	year month ~year month
Grade when you started the program	year (year at your departure)
Grade you belonged to at the host institution	year (year you have belonged to at host institution)
School you belonged to at the host institution	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Haven't belonged to specific school.
Date of return	year month day
Expected year of graduation (from Meiji University)	year month
Information of Host Institution	
School type	<input type="checkbox"/> National <input type="checkbox"/> Public <input type="checkbox"/> Private <input type="checkbox"/> Other
Academic calendar	Semester1: Semester2: Semester3: (e.g./Semester1:Beginning of April~End of July, Semester2:Middle of September~Beginning of February)
Number of students	
Year of founding	

Fees	Local Currency ()	Yen	Note
Tuition		yen	
Housing		yen	
Food		yen	
Books and Text books		yen	
School Supplies		yen	
Recreation		yen	
Clothes		yen	
Medical		yen	
Insurance		yen	type:
Travel expense		yen	
Petty expense		yen	
Other		yen	
Other		yen	
Other		yen	
Total		yen	

Travel Information

Route:

Travel Expenses

Ticket type _____

Outward _____

Return _____

Total _____

Travel company you used, guidebooks, or any other resources you referred during the preparation:

Accommodation

1)Housing type (e.g.:apartment, dormitory of host institution etc.)

2)Room type

Single OR Living with others(Number of room mate _____)

3)How did you find the residence?:

4)Comments : (Describe your life at the housing and advise to students who are willing to study abroad.)

Local Information

1)Have you gone to any hospitals during studying abroad? Are there any clinics or medical offices at the host institution?

No,

Yes:

2)Who did you consult with if you have any problems? Is there any specific office where you could consult at the host institution?

3)How did you get information on risk management ? Have you encountered any dangerous situations or crimes during your stay? If yes, how did you deal with the problem?

4)Are there any troubles or comments regarding the use of PC, cell phones, and the Internet?

(e.g.:The Internet environment at the dormitory was unstable and it stopped once a week. I could connect the Internet at café in the town, so I visit it during the time.)

5)How did you bring your money?

(e.g.:I opened a bank account at a local bank and asked my parents to make wire transfers. The bank account couldn't be opened before completing alien registration there. I also used my credit card for shopping.)

6)Are there any items you should have brought from Japan?

7)[Fee-paying program]The way and timing you have paid the tuition and fee.(e.g.:Paid by my own credit card before departure / Opened a bank account and made the payment through it after arrival/ Received the information from the host institution before departure/ Informed how to make the payment at the orientation after arrival/ and etc.)

After Graduation

1) Career plan after graduation
<input type="checkbox"/> Start working <input type="checkbox"/> Continue studying <input type="checkbox"/> Not decided <input type="checkbox"/> Other:
2) Any documents, book or organizations referred when you decided your career plan.
3) If you will start working, please mention the company and the reason why you decided to join it. (Not mandatory, writing the name of company only is also accepted.) ※For 1st~3rd year students who are going to start job hunting, please describe which industry you want to work for. (not mandatory)
4) Any advices or comments regarding your job hunting. ※For 1st~3rd year students who are going to start job hunting, please describe your motivation toward it or any changes occurred on your career plan through studying abroad.
5) If you will continue studying, please write the institution you are going to.
6) Any advices for students who wish to continue studying after studying abroad (about preparation for examination, and etc.)
7) If you selected "Other" above, please describe your plan and provide some advices to the students who wish to study abroad in the future.

The information above might be published without your name on the website or brochures of the International Student Center and the Recruit and Career Center for the reference. Please be aware that you might be asked to revise your report to make it published for PR use.

※Note: This report is consisted of 3 parts: "Report of your study," "Time chart," and "Report of Study Abroad." and make sure to fill out all the parts.

Report of your study(Describe the details of all the classes you took)

1) Number of credits you' ve earned	Number of Credits you converted (at Meiji University)
Credits	<input type="checkbox"/> Credits <input type="checkbox"/> Haven' t requested to convert any credits (Reason:)
2) Please describe each class you took during studying abroad including advice for students who wish to study abroad. If the space is not enough, make another document (A4 size) and attach it to this report.	
Name of the class:	
Faculty	
Duration	
Number of credits	
Number of credits converted to Meiji	Credit
Class style	(tutorial, lecture, etc.)
Class frequency/ hours	minutes * times per week
Professor	
Contents	

Test, Homework etc.	
Comments / Advice	

Name of the Class :	
Faculty	
Duration	
Number of credits	
Number of credits converted to Meiji	Credit
Class style	(tutorial, lecture, etc.)
Class frequency/ hours	minutes times per week
Professor	
Contents	
Test, Homework etc.	
Comments / Advice	

Name of the Class :	
Faculty	
Duration	
Number of credits	
Number of credits converted to Meiji	Credit
Class style	(tutorial, lecture, etc.)
Class frequency/ hours	minutes times per week
Professor	
Contents	
Test, Homework etc.	
Comments / Advice	

Name of the Class :	
Faculty	
Duration	
Number of credits	
Number of credits converted to Meiji	Credit
Class style	(tutorial, lecture, etc.)
Class frequency/ hours	minutes times per week
Professor	
Contents	
Test, Homework etc.	
Comments / Advice	

Name of the Class :	

Faculty	
Duration	
Number of credits	
Number of credits converted to Meiji	Credit
Class style	(tutorial, lecture, etc.)
Class frequency/ hours	minutes times per week
Professor	
Contents	
Test, Homework etc.	
Comments / Advice	

Name of the Class :	
Faculty	
Duration	
Number of credits	
Number of credits converted to Meiji	Credit
Class style	(tutorial, lecture, etc.)
Class frequency/ hours	minutes times per week
Professor	
Contents	
Test, Homework etc.	
Comments / Advice	

Name of the Class :	
Faculty	
Duration	
Number of credits	
Number of credits converted to Meiji	Credit
Class style	(tutorial, lecture, etc.)
Class frequency/ hours	minutes times per week
Professor	
Contents	
Test, Homework etc.	
Comments / Advice	

Name of the Class :	
Faculty	
Duration	
Number of credits	
Number of credits converted to Meiji	Credit
Class style	(tutorial, lecture, etc.)
Class frequency/ hours	minutes times per week

Professor	
Contents	
Test, Homework etc.	
Comments / Advice	

Name of the Class :	
Faculty	
Duration	
Number of credits	
Number of credits converted to Meiji	Credit
Class style	(tutorial, lecture, etc.)
Class frequency/ hours	minutes times per week
Professor	
Contents	
Test, Homework etc.	
Comments / Advice	

Name of the Class :	
Faculty	
Duration	
Number of credits	
Number of credits converted to Meiji	Credit
Class style	(tutorial, lecture, etc.)
Class frequency/ hours	minutes times per week
Professor	
Contents	
Test, Homework etc.	
Comments / Advice	

Name of the Class :	
Faculty	
Duration	
Number of credits	
Number of credits converted to Meiji	Credit
Class style	(tutorial, lecture, etc.)
Class frequency/ hours	minutes times per week
Professor	
Contents	
Test, Homework etc.	
Comments / Advice	

Name of the Class :	
---------------------	--

Faculty	
Duration	
Number of credits	
Number of credits converted to Meiji	Credit
Class style	(tutorial, lecture, etc.)
Class frequency/ hours	minutes times per week
Professor	
Contents	
Test, Homework etc.	
Comments / Advice	

Go to the next part ↓ :

Time Chart for the Study Abroad

Please describe things you have done from preparation before your departure (including studying), during your staying abroad, and after returning to Meiji University.

(e.g.: Studied for language proficiency test, inner screening, application, middle exam (during study abroad program), final exam, other events, and etc.)

January ~ March, 2016	
April ~ July	
August ~ September	
October ~ December	
January ~ March, 2017	
April ~ July	
August ~ September	
October ~ December	
January ~ March 2018	
April ~ July	
August ~ September	
October ~ December	

Report of Study Abroad

Please fill in each column in details. (150 words or more)

This report might be published on the booklet “Guide to Study Abroad,” the website of Meiji University, and so on (your name will not be listed on the page.) Please cooperate with revising the report before publishing these materials when you are asked. (Your school, host institution, academic year you’ ve studied and year of graduating will be listed.)

Reasons why you decided to study abroad	
Preparation for study abroad (including things you should have done.)	
Reason why you chose the institution	
Description of the host institution and students there	
Description of the dormitory you stayed	
Friendship and community you belong to	
Difficulties and how you overcome those things	
About your study and research (are of study, levels of the classes, classmates, how to manage your study plans, and etc.)	

About homework and exams	
About extra activities	
Messages and advice for students wishing to study abroad	

Please offer two or three photos during study abroad (those with your friends would be acceptable). Please be aware that these pictures might be used on “Guide to Study Abroad” , the website of Meiji University and other media for PR use.

Weekly schedule during the study abroad (Reference)

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
Morning							
Afternoon							
Evening							
Night							

※ Please inform the details of your activities including not only the classes but also extra activities, exchange events, self-study and other free time.

※ Please confirm all the parts and columns are completed before submission.