

留 学 報 告 書

記入日:2017年9月8日

所属学部／研究科・学科／専攻	政治経済学部経済学科
留学先国	アメリカ合衆国
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	2017年5月～2017年8月
留学した時の学年	3年生(渡航した時の学年)
留学先での学年	3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	2017年8月21日
明治大学卒業予定年	2019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: 2学期: 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	約40000
創立年	1868

留学費用項目	現地通貨 (ドル)	円	備考
授業料	7701.11	円	
宿舍費	4500	円	
食費		200000円	
図書費		30000円	
学用品費	30	円	ノート、ペン、電卓
教養娯楽費		100000円	
被服費	100	円	留学先大学パーカーなど
医療費		0円	
保険費		42130円	形態:プラン2
渡航旅費		232910円	
雑費		120000円	
その他		円	
その他		円	
その他		円	
合計	12331.11	725040円	計2054630円(上表ではドル・円を分けました)

渡航関連

渡航経路: 成田空港～サンフランシスコ国際空港

渡航費用

チケットの種類 e チケット、ビジネスクラス

往路 _____

復路 _____

合計 232910円

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: ANA

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)

寮(International House)

2) 部屋の形態

 個室 OR 相部屋(同居人数本人含め2人)

3) 住居を探した方法:

留学先大学のホームページ

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)

寮は全体的に清潔であり、ネット環境なども満足できるものでしたが、個人部屋が部屋ごとにサイズなどが変わっており、二人部屋なのに一人部屋よりも明白に小さいことが分かるような部屋が多くありました。

毎週水曜日にコーヒーアワーという交流会があるため、多くの生徒がその場で交流をしていました。また、食堂においても交流を深めている生徒が多く、明るい雰囲気は寮全体にありました。

また、ゲームルームや音楽室もあったため、そういった場所で交流をしていた生徒も多くいました。

一人部屋の場合、勉強に集中できるため試験前には相当良さを感じられる模様。二人部屋の場合は英語を話さない日が一日もないように出来。またルームメイトと深い友情関係を持つことが出来るため、留学先で良き友人を作ることが出来るのは保証できる。

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?

 利用する機会が無かった 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。

大きな問題がなかった。

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?

外務省のメールによる案内を読み、不要な外出は控えた

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。)

おおむね不満を感じることはなかった。

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。)

クレジットカードを主に利用していた。

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ください。

薬類は日本のものがあれば安心できると思う。自分は目薬が足りなくなり、現地で購入したが少し不安を感じた。
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)
渡航前にクレジットカードで支払った
卒業後の進路について
1) 進路
<input checked="" type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 進学 <input type="checkbox"/> 未定 <input type="checkbox"/> その他:
2)進路決定の際に参考にした資料、図書、機関など
特になし
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。
メーカー、大学事務、金融関係
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。
留学中に日本にいる友人たちが徐々に就職活動を始めているのを見て、焦りはないが意識はするようになった。
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、留学希望者に向けたアドバイスをお願いします。

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。
11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):
Negotiation and Conflict Resolution	交渉学
科目設置学部・研究科	HAAS Business School
履修期間	6週間(セッションA)
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	交渉のロールプレイ(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	Cort Worthington
授業内容	様々なシチュエーションが毎日与えられ、他のクラスメートとそのシチュエーションに応じた交渉を行う。一日に3度ほどシチュエー

	ションが与えられるので多くの種類の交渉をこなした。
試験・課題など	中間試験と期末試験があり、4冊の教科書全体をまんべんなく出題。 非常に範囲の広いテストであったため教科書の通読に時間をかけた。
感想を自由記入	毎回の授業で多くの交渉を行うため精神的な疲労が多かった。交渉の相手となるのが英語のネイティブスピーカーなどであり、言語面での苦労も多く感じたじゅぎょうであった。クラスメートが授業中にいろいろな面で助けてくれて、また休日に一緒に遊んだりする中で非常に良いクラスメートに囲まれていたと感じている。教授も生徒との対話を重視していたため、盛り上がりが見えることのないクラスであった。
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):
Macroeconomic Analysis for Business Decisions	マクロ経済分析
科目設置学部・研究科	HAAS Business School
履修期間	6週間(セッションA)
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、週1回のTAによるディスカッション(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	John Gonzales
授業内容	国際的な経済状況をマクロ的な視点で分析するもの。簡単な公式から応用の公式を用いて、歴史上の経済状況がなぜ起きたのか・どのような解決策があったのか ・そのような状況に近い国が現在存在するのか といったことを分析していた。また、さまざまな種類の経済危機が起きた時の政府や中央銀行の取るべき行動を生徒自らが考えることが求められていた。
試験・課題など	中間試験、三度のレポート、期末試験 試験はノートの内容が中心となり、それに加えてノートに含まれる知識を用いて自分で考えた経済政策などを求められた。 試験は主に論述が中心となっており、期末試験においては大小20個ほどの論述を求められた。そのため、クラスメートの反応を踏まえても非常に難易度が高いものであったと感じた。 レポートは難易度は試験と比べると高くないが、授業中の解説を応用したものを求められたため、多くの時間を要した。
感想を自由記入	試験が非常に難しい科目であるというのが一番の感想である。昨年度の受講者のアドバイスによると、昨年は中間試験の平均点が約90点だったと聞いたが、今年度は試験の難易度・形式(論述メイン)ともに変化し、平均点は大幅に下がり、中間試験の翌日以降には数人の生徒が受講をやめていた。 教授の解説がわかりやすいが、授業中に用いる参考資料(プリント)が非常に多いため予・復習に時間がかかった。 テストの難易度や授業への予・復習を踏まえると、同じセッションにおいては他の授業を取ってしまうと非常に苦勞してしまうのではないかと感じた。他の授業を同時に取るとしても比較的容易な授業を取ることを勧める。 全体で25人ほどの生徒が受講し、アメリカ人3割、中国人4割、ヨーロッパ人2割、日本人とホンジュラス人が1名ずつとなってい

	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):	
Globalization		国際関係学	
科目設置学部・研究科	Geography		
履修期間	6 週間(セッション D)		
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	Alessandro Tiberio		
授業内容	国際関係学として、国際関係の世界史から始まり、後半には近年の国際関係についてを講義。主に中国、アメリカについてのことを扱い、多くの著者の記事や著作が含まれる教科書に沿って授業内で確認がされた。		
試験・課題など	<p>三度の小テスト、中間レポート、最終レポート、期末試験</p> <p>小テストは授業の内容を中心に三択問題・空欄補充・記述・論述などの問題が出題された。中間レポートは教科書の内容を要約し、最終レポートでは自分のかかわる都市を一つ選び、その都市とグローバルゼーションのかかわりをまとめることを求められた。Word 2 ページ分に多くの内容をまとめなければならないため、必要なキーワードをいかに簡潔に述べるかが問われた。</p> <p>期末試験においては、小テストの形式がすべて含まれた内容となっていた。問題の最後に大論述が出題され、時間としては足りないと感じる生徒も多くいたように思えた。</p>		
感想を自由記入	教科書を重要視する科目であり、500ページに及ぶ大きな教科書を常に重要視する授業であった。教科書は量と難易度ともに非常にタフなものであり、時間が足りないと思ったことが非常に多かった。リーディングを最も重要視していたため、リーディングの力が向上したと思えた。講師は PhD の方だったが、熱意があり約80人の生徒全員の顔と名前をほぼ覚え、生徒をできるだけ名前と呼ぶようにしていた。個人的には、試験など含め最も達成感のあった科目であった。難易度がかなり高いというほどではなく、ついていくことができた。また、講師が日ごろのニュースを読むことを常に強調していたため、海外のニュースにも関心を持つことが出来た。		

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):	
Academic Intensive English Practice: Vocabulary		学際的な語彙 (英語)	
科目設置学部・研究科	ESL		
履修期間	3週間(セッション E)		
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4回		
担当教授	Shelley Dykstra		
授業内容	アカデミックボキャブラリーという名前ではあるが、内容としてはアカデミックライティングであり、論文の書き方などを習った。様々な基本的な単語の「同義語」を覚えることで、文章を膨らみのあるものにするのが目標となっていた。主に授業内で文章を書く		

	ことが求められ、時間も限られていたので非常に緊張感のある授業であった。
試験・課題など	<p>3度の小テスト（各60分）、3度のレポート、期末テスト</p> <p>3度の小テストは授業と教科書の内容が出されたが、細かいところまで聞かれたため難しく感じる場所も多かった。レポートは抽象的なグラフをもとにグラフ説明をするものであったため、書く内容をひねり出すことに時間がかかった。</p> <p>期末テストは出題数の多さと長文作成が非常に難しいと感じた。問題の中で、英文による長文作成は3題出され、問題におけるルールや含めるべき内容が多く、細かいものであったため時間がかかった。</p>
感想を自由記入	<p>短い期間に多くの文章を書くことを求められた授業であった。しかし、文章を書くときに細かいところまで指定がされていたことが多く、書きたいことが十回にかけないと思うことが多かった。3週間の短期間に多くの知識を詰め込むため、知識の整理が苦労した。また、短期間なため課題が非常に多く、時間を多く費やした。講師は熱意があり、生徒に多くの質問を投げかけていたため明るい雰囲気クラスであった。生徒は8割ほどが中国人であり、そのほかにオランダ人、インドネシア人、日本人が1人ずつ受講。クラスメートが英語に不自由を感じている生徒が多かったため、授業中の相談などはお互いに苦労を感じていた。</p>

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	2年生になり、留学先大学を探し始める。
4月～7月	教養演習の講師であったジョージ・ジョニー先生の授業に感銘を受け、彼の母校である UC バークレーに興味を持ち始める。
8月～9月	ゼミ試験に向けた情報収集をする。
10月～12月	ゼミ試を通し、担当教員の勧めや相談の上、サマーセッションへの参加を決める。
2017年 1月～3月	TOEFL や IELTS などの外部試験の対策をしていた。 体同連を休部することをきめ、主に留学準備（主に英語力の向上）をした。 海外経験の獲得のために東南アジアへ2週間の旅行をする。
4月～7月	留学直前のため書類の準備や各種の申し込みなど。 また時間があつたため、ゼミへの参加や取りたい大学の授業を自由に聴講し、週五日は大学に通っていた。 5月後半に留学開始。セッション A の授業を受ける。
8月～9月	留学中。セッション D の授業を受ける。課題が多く、ほとんどの時間を予習と復習に費やす。
10月～12月	未定
2018年 1月～3月	
4月～7月	
8月～9月	
10月～12月	

留学体験記

留学しようと思った理由	もともと海外の文化や言語に対して興味を持っていたため、明治大学入学以前から大学生活で留学をすることを目標としていました。そして大学に入学した直後の留学ガイダンスにおいて学部の留学プログラムが豊富であり、かつ留学に関する奨学金も豊富であることを聞いたので、留学をすることに決まりました。その後、大学1年生の頃に韓国への短期留学を経験し、日本にいただけでは感じることはできなかった日本への客観的な視点を持つことの楽しさ・重要性を感じたので、大学3年生になったら中・長期の留学を通して、異文化にいることの楽しさ・苦しさを体験したいと思い、留学を決めました。
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	留学において基本中の基本となるのは、やはり語学力だと思います。アメリカの一流大学での留学ということもあり、他国の学生で英語を苦に感じている生徒はほとんどいなかったように思えます。学問においてはもちろんのこと、日常生活や授業外のクラスメートとの交流などにおいても基本的に英語を使わないと交流ができません。学問においては、スピーキング・リーディング・リスニング・ライティングのすべての技能が必要となります。そのため、留学をすると決意したその日から英語の勉強はした方がいいと思いました。 留学において最も悲しいことは、楽しいことはもちろん悲しいことすら感じることはできないほど全くついていけないことです。そのように、何も得ることのない留学から少しでも遠ざかるためには英語力の向上が基礎になると感じました。
この留学先を選んだ理由	私は政治経済学部 に在籍しているのですが、本学部には非常に多くの留学プログラムがあります。そのなかで留学先を選ぶ際に基準となったのは「どれだけ苦しい留学になるかどうか」でした。大学1年生の時に、ある教授から個人的に「苦しい留学は大きな成長につながる」ということを聞いたことから、最も大変な留学先に挑戦してみようと思いました。UCバークレーは世界大学ランキングで毎年トップ10位に入るなど、世界的にも有名な大学です。それほどまでに有名な大学ならば今までに経験のしたことがないような経験ができると思い志望しました。また、自分の所属しているゼミの教授がUCバークレーのサマーセッションを勧められていて、教授と話している中でも留学への思いが一層強くなりました。
大学・学生の雰囲気	大学は非常に広大なキャンパスであり、学生数も多いため活気の溢れる学校という印象を受けました。キャンパスにはアジア人・ヨーロッパ人・アメリカ人・アフリカ人など様々な国からの生徒がいるため、多様性があることも印象的でした。 学生は将来への意欲が高く、いつかは大企業で働く・大企業を作るといった目標を持つような学生であふれていました。しかし、テストではお互いが助け合いをしているため、互いに協力をしあいながら勉強をするなど、生徒同士も仲が良く、明るい学生が多いように思いました。
寮の雰囲気	寮は全体的に清潔であり、ネット環境なども満足できるものでしたが、個人部屋が部屋ごとにサイズなどが変わっており、二人部屋なのに一人部屋よりも明白に小さいことが分かるような部屋が多くありました。 毎週水曜日にコーヒアワーという交流会があるため、多くの生徒がその場で交流をしていました。また、食堂においても交流を深めている生徒が多く、明るい雰囲気が寮全体にありました。 また、ゲームルームや音楽室もあったため、そういった場所で交流をしていた生徒も多くいました。

交友関係	<p>クラスにおいては、自らが話しかけないと絶対に友人が作れないようにおもえたため、初回の授業で隣に座った学生には積極的に話しかけ、彼らとは深い関係を持った。私はセッション A の時に毎回の授業後に食事をしに行き、さらに毎週末には観光をしに行くような深い関係を持つことのできた友人を作ることが出来たため、そのような友人たちと多くの思い出を作りました。多くの時を共にしていたため、別れの際に互いに涙を流すような関係を作ることが出来ました。</p>
困ったこと、大変だったこと	<p>まず語学面では相当な苦勞を感じました。アメリカでは、英語をしゃべることを苦にしている人は相当な苦しみを感じると思いました。様々な店で注文をする際にも、アジア人と分かりつつも明らかにネイティブスピーカーに話すスピードで話しかけてきて、聞き返すと不機嫌な態度を取ったり、悪口を直接的に伝えてくる人もいました。また、留学先の地域は治安が悪い地域であったため、学生の中では怪しい人に追いかけられそうになったりと危険に感じる人もいたそうです。</p>
学習内容・勉強について	<p>サマーセッションに参加していたため、自分の興味のある分野を自由に取りました。世界のトップスクールであるため、まず英語で不自由を感じているような学生は日本人以外に誰もいません。そのため、英語で授業を受けることにはついていけないんじゃないかと感じるが多かったです。</p> <p>しかし、教授は英語を第一外国語にしている生徒がいることを知っているため、比較的ゆっくり話してくれて、またクラスメイトがアドバイスやノートを見せてくれたりしてくれたため、何とかついていくことが出来ました。現地の優秀な学生でもつらいと感じるようなレベルの授業であるため、私も日本についての知識などを他の生徒に教えたりしましたし、お互いに助け合うなかで乗り越えたという印象があります。</p>
課題・試験について	<p>リーディング量がまず日本の大学で学んでいたときと大きく異なっていました。毎日100ページ近くのリーディングが課され、毎日夜中遅くまで課題に追われていました。課題としてはリーディング・レポートなどがメインとなっていて、授業中は徹底的にリスニング・スピーキング能力の鍛錬というイメージが多かった半面、課題では徹底的にリーディング・ライティングの能力の鍛錬をしました。</p> <p>試験も莫大な量を試験範囲にすることが一般的で、ある授業においては6週間しかない授業期間のなかで、300ページほどの教科書を4冊、さらに授業中に配布した大量の記事をも試験範囲とするような授業もありました。他の学生と支えあいながら乗り越えました。</p>
大学外の活動について	<p>大学や寮のプログラムには参加をしなかったのですが、ある休日の日に UC パークレーを見学に来ていた日本人の方がいて、話をきかせてほしいといわれたので、大学の案内や他の学生の雰囲気や自分がわかる範囲のなかで行きました。</p> <p>大学に約20ある図書館や Sather Tower などを中心に UC パークレーの主要な建物を中心に、自分が授業を受けている教室などを案内・説明しました。</p> <p>また、日本人ではない学生とは積極的に外食に行っていたのですが、日本食のレストランに積極的に連れていき、日本人の代表として留学に来ているんだという意識を持って、日本の礼儀作法や文化などを伝えることで日本に興味を持ってもらうことを目指しました。</p>
留学を志す人	<p>留学を通していろいろなことを学んだという人が多くいますが、そこには「苦しい留学」を乗り越えたからこそ学ぶものが見えてくるのだと思います。英語を理解してもらえないから日本人で固まった留学・授業が難しそうだから簡単な授業に変え妥協する留学・勉強が難しいから授業も出ずに遊びに行った留学・自分ができないことばかりネガティブに捉え自分の強みを見つけようとする留学など、環境が変わったからといって自分を甘やかそうと思えば楽な生活をする方法なんていくらでもあります。自分で留学に行くことを決めたなら、今の自分ができることは何かを常に考えてほしいです。英語の勉強・留学先の文化や歴史を学ぶ・日本の授業で積極性を見せる・メンタル面を鍛えるなどできることは人それぞれ違うはずですが。</p> <p>できる限りの準備をしても、留学中にはつらいと思うことは多々あります。その時に逃げることなく、自分ができるところまでくらいについてみたり、周りの友人のサポートを得たり、教授と積極的にコンタクトを取ったりすることで乗り越えることができれば、得るものはあると思います。苦しいことや悲しい出来事は捉え次第では大きなモチベーションとなります。</p> <p>自分で納得できる留学・自分のその後の人生を変えてくれるような留学となるように、苦しいときも逃げずにポジティブな気持ちで留学生活を過ごしてください。</p>

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	午後の授業の予習	授業	授業	授業	午後の授業の予習	観光	一週間の予習・復習
	午後の授業の予習	授業	授業	授業	一週間の予習・復習	観光	一週間の予習・復習
午後	授業	授業	午前授業の復習	授業	授業	観光	一週間の予習・復習
	授業	授業	授業	授業	一週間の予習・復習	観光	一週間の予習・復習
夕刻	授業の復習	授業の復習	授業の復習	授業の復習	授業の復習	観光	一週間の予習・復習
夜	授業の予習	授業の予習	寮の交流会	授業の予習	授業の予習	観光	一週間の予習・復習