

留 学 報 告 書

記入日:2017年10月18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
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	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19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:8月下旬～12月中旬 2学期:1月中旬～5月上旬 3学期:5月下旬～8月中旬 (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	学部生 27,126名、院生 10,455名
創立年	1868年

留学費用項目	現地通貨 (USD)	円	備考
授業料	6098.21	702,086円	
宿舍費	5513.00	624,558円	
食費		60,000円	
図書費		50,000円	
学用品費		10,000円	
教養娯楽費		30,000円	
被服費		50,000円	
医療費		円	
保険費		42,130円	形態:明治大学指定、プラン24ヶ月
渡航旅費		211,247円	
雑費		100,000円	
その他		円	
その他		円	
その他		円	
合計		1,880,021円	

渡航関連

渡航経路: 航空機

渡航費用

チケットの種類 HIS, サウスウエスト航空
 往路 (往路+復路 LAX~羽田) 196,350 円
 復路 (復路 SFO~LAX) 14,897 円
 合計 211,247 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。

HIS、地球の歩き方

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)

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:

先輩からのアドバイス

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)

不自由なく快適でした。おすすめしたいです。

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。

Summer Sessions Office に相談に行きました。

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?

在留届で登録したメールアドレスに連絡がくるものを参考にしていた。

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。)

寮は、自室でインターネットが接続できないことはほぼなかった。大学のインターネットは場所・教室によってはつながりにくいところもあった。

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。)

日本から持参した現金(ドル)と、クレジットカードでやりくりした。

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。

特になし。

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、自分で指定した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

 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
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。
マスコミ(テレビ、広告)を軸に検討していたが、留学を経て他業種も視野に入った。
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。
留学前は、あこがれのみを軸に就職先を考えていた。しかし留学で、その業種で自分が成長できるのか、という視点や、自分に本当にあっているのか見つめなおすきっかけを得ることができた。
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。
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。今後留学をする人々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):
Leading People	リーダーシップ論、組織行動論
科目設置学部・研究科	Haas Business school
履修期間	Session 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	Lecture だが、少人数(30 名程度)なため、教授と学生のやり取りを軸に授業が行われる。(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	「組織のなかで人はどう動くのか。それを踏まえ、率いる側はどのような行動をどるべきか」を軸に学んだ。中間テストまでは、教科書や視聴覚教材で上記について、心理学等の学術的なアプローチを用いて学んだ。中間テスト以降は、ゲストスピーカーの話を聞いたり、グループプレゼンテーションをしたりとアクティブラーニングが多かった。
試験・課題など	試験は中間と期末。試験は Reading から出題される。期末テストの直前2回に渡ってグループプレゼンテーションあり。その他、Reading に付随する課題などもあり。
感想を自由記入	Session A で、且つ、正規生、それも Haas の正規生が 3,4 割受講しており、最初は圧倒されていた。しかし、先生が、ジョークをよく飛ばす面白い人な一方、英語を非母国語とする学生たちへのリスペクトを見せてくれるなど優しい先生だったので、受けやすさも感じた。そして、プレゼンを含め、グループワークが多く、内容も役に立つことが多く、非常に楽しかった。
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):

Negotiation and Conflict Resolution		交渉と対立の解消
科目設置学部・研究科	Haas Business School	
履修期間	Session 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	Lecture だが、少人数(30名程度)なため、教授と学生のやり取りを軸に授業が行われる。(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	Edward Kass	
授業内容	交渉のやり方と、対立が起きたときの対処法について学んだ。理論を先生が教え、それについてディスカッションをする形式の回と、その理論をもとに、ロールプレイング形式での実践をする回があった。	
試験・課題など	試験は、小テストと期末。期末試験は、授業の進行の都合でオンラインでの提出だった。最終週に、グループプレゼンテーションがある。	
感想を自由記入	交渉の実践は1対1でのものが多く、話す機会が多かったのでよかった。交渉そのものもやりがいがあり、楽しかった。北欧出身の留学生がクラスの6割程度を占めており、ヨーロッパの人々の価値観を理解することもできた。	

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):
Financial Economics		金融経済学
科目設置学部・研究科	Economics	
履修期間	Session C	
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	日本の大教室授業に近い講義形式(チュートリアル, 講義形式等)	
授業時間数	1週間に90分が4回	
担当教授	Sandhyarani Patlolla	
授業内容	資産価格理論、証券投資論を中心に、金融経済学について学んだ。金融商品の基本知識や金融工学についても学ぶことができた。	
試験・課題など	中間試験2回、期末試験1回。Problem Sets(課題)は5回。	
感想を自由記入	「パークレーに来たな～」と感じられるようなハイレベルな授業だった。「Readingの量」よりも、「学ぶ内容の難しさ」を取りたいという人にはおすすめ。一方、明治大学では院で取り扱っているレベルの内容も含まれているため、経済学、金融学を本気で学びたいという人以外にはおすすめできない。履修する人には、予め統計学について学んでおくことを推奨する。	

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):
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	夏休み中、サンフランシスコ・ベイエリアへ旅行。UC バークレーに立ち寄る。
10月～12月	説明会に参加。12月中旬、出願。 出願直後、11月末に受けた TOEIC にてスコア要件を満たしたことがわかる。
2017年 1月～3月	1月：必要書類準備 2月：学生情報登録，授業料支払い，履修登録 3月：寮の手配，ビザ申請の準備(I-20等)
4月～7月	4月：学生ビザ申請・取得，海外保険申込，航空券手配 5月：渡航，Session A 開始 6月：Session C 開始，Session A 期末テスト・終了 7月：Session D 開始
8月～9月	8月：Session C・D 期末テスト・終了，帰国
10月～12月	
2018年 1月～3月	
4月～7月	
8月～9月	
10月～12月	

留学体験記

留学しようと決めた理由	<p>私が留学を決めたのは、いくつもの要因が重なった結果でした。ですが、それらを一言でまとめるならば、「自分を変えたい」。これが動機でした。</p> <p>これをした、と明確に言えるようなものがない大学生活。自分に自信がない。本気を出しきれていない。どこか、言葉にならないモヤモヤした悩みがありました。そんな自分を打破したい。それが、いくつもある「理由」の根幹です。</p> <p>留学することを前提に大学でも国際系の活動を盛んにして、とうとう目標としていた留学を実現、といった感じではなく、「手段」、数ある自分を構成する要素の「ひとつ」としての留学でした。</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>やはり、語学力、特に「英会話力」を向上させることが大事です。正直、リーディングやライティングは、バークレーに行くために必要な TOEIC のスコアを取れた人であれば、向こうで頑張りながら伸ばしていく、というので十分間に合います。</p> <p>しかし、「英会話力」は、授業だけではなく、生活する、友人を作る、向こうで生きる上での、そういったすべての過程で必要になってきます。より有意義な留学にするためには、「英会話力」に重点を当てて、準備することが最も効率的だと思います。</p>
この留学先を選んだ理由	<p>UC バークレーにした理由は2つ、あります。</p> <p>ひとつめは、極めて単純。「レベルの高いところで勝負がしたい」。現実的に、自分が頑張れば手が届くような条件をしいている大学の中で、最もレベルの高い大学がバークレーだった。</p> <p>ふたつめの理由は、「人」です。留学の前の年の夏休み、サンフランシスコ近郊を旅行してバークレーを訪れたことがきっかけでした。そこでできた正規生の友人の暖かさ・賢さ・勉強に対する姿勢に魅了され、「彼らと同じ大学で勉強したい」。そう思い、バークレーに行こうと決心しました。</p>
大学・学生の雰囲気	<p>キャンパスの雰囲気は、まさに「アメリカの大学」と言ってイメージできるようなものです。芝生でのんびりしていたり、カフェのテラス席で勉強していたり。とてもおびのびとした、オープンな雰囲気です。</p> <p>授業となると、学生たちは皆、本気です。大教室の授業でも学生がバシバシ質問します。寝ている学生はいませんでした。学生の授業に対する意識は、日本と大きく異なります。授業は、「自分のため」に授業を受けている。彼らの向上心にとても刺激されました。</p>
寮の雰囲気	<p>寮では、交流活動が非常に盛んでした。毎週水曜日に開催される「コーヒーアワー」がその一例です。夕食後、広いホールで、コーヒーとお菓子を手に、寮の友人と交流する、というものです。試験前に参加者が少なくなるのもまた、風物詩でした。他にも、メジャーリーグの試合観戦や、劇を観に行ったりと、イベントがとても盛んでした。</p> <p>また、24時間利用可能な図書館が館内にあり、自分の部屋で行き詰ったときなどに活用していました。勉強をするのにも快適な環境でした。</p>
交友関係	<p>最初は、クラスでよりも寮の方が、友だちを作る機会が多かったです。最初の Session でとっていた授業に正規生が多かったので、同じ専攻の正規生同士ですですに輪ができていたこと。対して、寮は基本的に留学生ばかりだったので、私のように「友だちを作りたい」というモチベーションが高かったことが理由だと思います。ですが、グループワークなどを通じてクラスのメンバーとも仲良くなっていきました。</p> <p>また、これは賛否両論ありますが、一緒に行く明治の仲間をはじめ、日本人との交流も大事にすべきだと思います。「留学したら日本人と関わりを持たない方がいいとかそういうのは幻想でね。実際、他の国からの人もそうなるでしょ。気持ちのわかってくれる仲間の存在ってやっぱり大きいから」。留学当初、政府系の機関から派遣されてきた日本人の研究者の方の言葉です。彼の言う通り、辛いとき相談に乗ってくれたり、励ましたりしてくれる日本人の友人の存在は大きかったです。無論、日本人と固まってばかりというのはどうかと思いますが、全く関わりを持たないのもったいない。そのバランスが大事だと思います。</p>
困ったこと、大変だったこと	<p>帰国子女でなければ、留学経験もない。出身の中学・高校が英語教育に熱心だったわけでもない。そんな私は、決して英語が「得意」なわけではありませんでした。なので、大変だったことはやはり、言語の壁でした。</p> <p>「留学生が多いから、授業のペースは遅めだよ」。そんな噂がありましたが、少なくとも私の受けた授業では、そんなことはありませんでした。最初、何を言っているか全くわからない。「何をやればいいのか」すら聞き取れないことがありました。日本人が全くいない授業も受けていたので、教わるのもひと苦労。これが、大変でした。</p>

<p>学習内容・勉強について</p>	<p>私は、ビジネスと経済学の授業を履修していました。</p> <p>ビジネスの科目の授業では、先生が学生に発言を振り、その学生の発言をもとに、先生がレクチャーをしていく、という構図が多かったです。グループワークで一緒になった友人に支えてもらいながら、がんばっていくことができました。先生方も優しく、親身にアドバイスをくれました。</p> <p>経済学の授業は、先生のパワーポイントをもとに進んでいましたが、やはり学生たちは皆、能動的に受講していました。こちらでも、他大学の日本人を含め、同じ授業の友人と協力して乗り切りました。</p>
<p>課題・試験について</p>	<p>課題は、どの授業も「大変」なのですが、科目によって種類が大きく異なりました。</p> <p>ビジネス系の科目では、「話力」が重要になってきます。課題は主にリーディングとグループワークに分けることができます。リーディングの量は、後述の社会科学系科目のそれよりは若干少ないですが、その分、グループプレゼンやグループライティングなどの共同課題があります。そこでは、単なる「英語力」だけではなく、自分の意見を伝えようとする意欲や、会話での瞬発力など、総合的な「話力」が必要になります。</p> <p>政治学などの社会科学系の科目の課題の大変さを一言で表すと、「量」。膨大なリーディングの量をこなさなければならぬものが多いです。心身ともに疲弊はしますが、日本人的な価値観である「時間をかけてやれば評価される」に近いものがあるので、ガッツがあれば何とかあります。</p> <p>一方、経済学と、理系の科目の大変さは「質」です。はっきり言うと、難しいです。時間をかければいいというものではありません。どれだけ時間をかけても、理解できなければやらないのと同じ。裏を返すと、理解さえできてしまえば、時間をかける必要がありません。「実力主義のアメリカ」を感じられます。覚悟を持って挑まねばなりません、乗り越えることができれば、なかなかの力と自信がつかます。</p>
<p>大学外の活動について</p>	<p>夏学期は、通常の学期と異なり、正規生皆が受けるわけではないので、サークル・クラブ活動などは、さほど行われていません。そのため、寮や同じクラスの友人との交流が中心になっていきます。</p> <p>また、UC バークレーには日本人会のようなクラブがあります。前述のとおりでクラブ活動は夏学期中、行われてはいませんが、部員は夏もバークレーに残っていたりします。そこにいる正規生の日本人・日系人と交流することで、「アメリカから見た日本」を意識することができます。</p>
<p>留学を志す人へ</p>	<p>「後悔したっていい」。敢えてそう言いたいと思います。「留学をする」となると、自分へのハードルが格段に上がると思います。「一度きりのチャンス。失敗してはならない。行く前の自分と大きく変わってなくてはならない。一刻もムダにしてはならない」。そんな思いから躊躇してしまうのではないのでしょうか。</p> <p>しかし、今まで生きてきて、「すべて順風満帆。失敗知らず。ひと時も余すことなく有意義に過ごしている。完璧な人生だ」。そんなことありましたか？あるのであれば、尊敬します。そして、僕のアドバイスなど聞かなくてもよいと思います。しかし、そうでないのだとしたら、留学中だけそんな自分になれる、そんな都合の良い話はありません。</p> <p>だからこそ、気負わないでほしいのです。留学中だって、「ああしておけばよかった」と思うことはある。「今日は自分を甘やかしちゃったかな」。そんな日だってある。それでもいいのです。大事なのは、「留学行って、よかったな」。そう思えること。</p> <p>正解、なんてない。気負わず、ありのままの自分でチャレンジする。それが、留学を意味のある、「楽しい」ものにするカギだと思います。</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	授業	授業	授業	授業	勉強	お出かけ	遅めの起床
午後	授業	授業	授業	昼食→ 友人と談話	勉強	お出かけ	友人と談話
夕刻	友人と談話	友人と談話	友人と談話	ジム	街で外食	お出かけ	勉強
夜	勉強	勉強	勉強	勉強	友人と談話	お出かけ	勉強