

留 学 報 告 書

留学先国	中国、香港
留学先大学・学部 (和文及び英語)	(和) 香港城市大学人文社会学院 (英) City University of Hong Kong College of Liberal Arts and Social Sciences
留学期間	2026年1月～2026年5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	3年生(留学先大学で在籍した学年)
帰国年月日	2026年5月5日
明治大学卒業予定年月	2028年3月

留学費用項目	現地通貨 (HKD)	円	備考
授業料	0HKD	0円	協定留学のため
宿舍費	\$ 12,000HKD	24 万円	
図書費	0HKD	0円	教授がアップロードした資料や学内 オンラインライブラリーから閲覧
学用品費	0HKD	0円	
教養娯楽費	0HKD	0円	
被服費	500 HKD	1 万円	持参した夏服が少なかったため
医療費	0HKD	0円	
保険費	2,500 HKD	5 万円	明治大学指定のもの
渡航旅費	5,500 HKD	11 万円	ANA の往復航空券に加え、 帰国日の変更手数料 1 万
雑費	2,500 HKD	5 万円	香港での遊び、学外のイベント参 加、アクティビティなど
その他(留学生との旅 費)	7,500 HKD	15 万円	ベトナム、中国
その他(個人的な旅費)	12,500HKD	25 万円	オーストラリア、ベトナム
合計	43,000HKD	86 万円	換算レート 1HKD=20 円

渡航関連

渡航経路	羽田-香港
渡航費用	チケットの種類 ANA 往復エコノミー 往路 5 万 復路 5 万+日付変更手数料 1 万 合計 11 万

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。

スカイスクANNERで比較して 1 番安かった ANA の公式ホームページで取りました。帰国日はあいまいでしたが変更手数料 1 万で変更できるプランにすることで片道ずつ予約するより安く、往復で取りました。

滞在形態関連	
種類（留学中の滞在先）例：アパート、大学の宿舎など	
寮（Ma On Shan）	
部屋の形態	☐ 個室 OR ☒ 相部屋（同居人数：2）
住居を探した方法	
香港は家賃が高く海外で家を自分で探す難しさもあり大学の学生寮にしました。	
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）	
ほとんどの留学生がこちらの寮に住んでおり、みんなとたくさん交流するきっかけとなったので寮に住んでよかったなと思っています。夜遅くまで共有スペースで話し込んだり、一緒に出身各国の料理を作ったり、ゲートで集合して遊びに行くのは楽しかったです。敷地内に入るのも建物に入るにも学生証が必要でセキュリティもしっかりしていました。警備員もたくさんいましたが基本的に英語は通じないので翻訳アプリや友達に通訳してもらって会話します。 設備は安いのでしかたないですが個人的には快適とは言い難いものでした。cityu の学生しかいない大学所有の寮であるにも関わらずキャンパスまでは片道1時間かかります。メトロの終着駅が最寄りなので香港の端で街の中心部に出るのも1時間半くらいかかります。交通費は安く便利とはいえ寮の周りには小さいモールとタワマンしかないのになにをするにも電車に乗らなければいけませんでした。1フロア30人以上で4つのトイレとシャワー、1つのキッチンを共有でした。施設そのものは新しいですが設備に対して利用する人数が多すぎることで、一人ひとりのマナーや使い方の問題でかなり汚かったです。清掃スタッフもいましたが追いついていないんだと思います。キッチンはIHコンロ2口と電子レンジ1つ、一般的な家庭用サイズの冷蔵庫2つ、ウォーターサーバーがありましたが人数に対して小さすぎることと汚くて使いませんでした。冷蔵庫は腐った食材でカビだらけ、シンクは毎日のように詰まって水が並々になってました。キッチンの床と真ん中に使用済みのフライパンが放置されているのを見たときはびっくりしました。フロアやホールによっては比較的にみんながマナーよく使いきれいなところ、トースターやノンフライヤーがあって便利なのところもあるようです。洗濯は1階（日本でいう2階）にコインランドリーのようなものがあり洗濯機、乾燥機が10台ずつあります。隣に干す部屋もありますが日当たりゼロ、男女で分かれていないので下着は干せないですし乾燥機も毎回使っていました。基本的に全員が相部屋で部屋にはベッド、デスクが2つ並んでいるだけという感じです。すごく優しいニュージーランド人の女の子とルームメイトでその子のおかげでいろんなところに誘ってもらえたり、体調が悪い時にはものすごく心配してくれたりと感謝していますが、やはり毎日なんの仕切りもないなかで生活するのは気づかないうちにストレスがたまっていたんだろうなと思います。いろいろ書きましたが私は1学期間だったので後悔は全くないです。個人でマンスリーマンションのような部屋を借りている友達の家に1度行ったことがあるのですが、ベッドと机でピッタリの狭い一部屋で、数部屋で水回り共用でした。清潔で便利な立地でしたが1か月約20万円かかるらしいので結局学生寮に助けられたなと思います。	
現地情報	
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/診療所や附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；	
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。	
留学生の友達。相談窓口もあったと思いますが利用しなかったです。	

現地の危機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？
普通に生活している分には東京と変わらないか、それより安全なくらい治安はよかったですと思います。街中での危ない話も聞いたことがないです。しかし、私は寮の1フロア全員での共有シャワーの棚に保管していたスキンケア1式盗まれました。友達も何人かやられていたのでみんな置いてから大丈夫と思わずに基本的に私物はすべて部屋で保管した方がいいと思います。フロアの責任者みたいな学生の人を探し出してその人に直接連絡を取り、いつどこでの出来事か、盗まれたもの、被害額など伝え防犯カメラを確認してもらいます。犯人はバッグに入れて持っていったらだろうから特定はできないと言われ終わりました。
パソコン、携帯電話、インターネット（接続について）現地で利用はいかがでしたか？
寮も学校のWi-Fiも全く問題なかったです。スマホのSIMは現地のコンビニで買ったものにアプリでチャージしながら使っていましたが1か月60GBを約1000円で利用でき日本よりも安く速度も問題なかったです。eSIMで生活してる友達もいたけど長期だとやはり電話番号はあったほうが便利なので電話番号付きの物理SIMの方がいいと思います。
現地での資金調達はどのように行いましたか？
WISEのデビットカードに日本の銀行口座からチャージしながら使っていました。為替レートが比較的良好、海外手数料もかからないのでお得です。そのカードを使って現地のATMで現金を引き出すことも可能で便利でした。留学生はみんなWISEあるいはRevoltのカードを持っていてアプリで割り勘や送金にも便利なのでできれば両方日本で作っていくことをお勧めします。
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。
香港では日本のものばかり売られていてドンキ、マツキヨなどもあって手に入らないものは正直ないと思います。しかし同じものが日本よりも高いので、心配しすぎることはないですがスーツケースに余裕がある限り日本から持っていくことをお勧めします。
進路について
進路
☐ 就職 ☐ 進学 ☒ 未定 ☐ その他：

学習についてのレポート	
留学先で取得した単位数合計（科目数）	本学で認定された単位数合計（科目数）
12 単位（4 科目）	☒ 単位（ 科目） ☐ 単位認定の申請はしません（理由： ）
履修した授業科目名（留学先大学言語）	English Linguistic - Communicative Functions of Grammar
履修した授業科目名（日本語）	英語言語学 文法のコミュニケーション機能
科目設置学部	CLASS Linguistics and Translation
履修期間	1 学期間
単位数	3 単位
本学での単位認定状況	単位
授業形態（チュートリアル、講義形式等）	講義形式
授業時間数	1 週間に 180 分が 1 回

担当教員	Dr Meichun Liu
授業内容	英語の文法そのものを学ぶのではなく、英語の文法がなぜその仕組みで運用されているのかを学びました。
試験・課題など	毎回の出席確認の小テスト、グループプレゼンテーション、持ち帰りの期末テスト
感想を自由記入	言語学専攻の現地学生ばかりの授業でした。日本人、さらには留学生は私だけでしたが担当教員は台湾人の先生で日本にいいイメージを持っていてくれました。授業内で中国語と英語が比較される場面がありましたが、教授が私の存在に気づいてからは私にもわかるように英語で補足で解説してくれたり、日本語とも比較できるのはラッキーですねとみんなの前で温かく迎えてくれました。プレゼンテーションでは、英語で英語の文法をみんなの前でマイクを持って解説するのが難しかったです。テストは自宅受験で過去のスライドを見返しながらできたので問題なかったです。
履修した授業科目名(留学先大学言語)	Media, Communication and Public Opinion
履修した授業科目名(日本語)	メディア、コミュニケーションと世論
科目設置学部	CLASS media and communication
履修期間	1 学期間
単位数	3単位
本学での単位認定状況	単位
授業形態(チュートリアル、講義形式等)	講義形式
授業時間数	1 週間に 180 分が 1 回
担当教員	Dr ZHOU Shuhua
授業内容	指定の教科書の内容に沿いながら public opinion とは何かどのように世論は形成されていくのか、どのように調査するのかなど学びました。
試験・課題など	中間、期末試験、グループペーパー、ペアプレゼンテーション
感想を自由記入	マスメディア業界での経験が豊富な教授が教科書を中心に自らの経験なども交えながらメディアとくにパブリックオピニオンについて解説してくれました。中間期末試験の難易度は授業内容を理解していればそこまで難しいものではなかったです。グループペーパーは個人的にとっても印象が強く、4 人の日本が大好きな現地学生と自然とグループを組みましたがレポートのために Google フォームを使ったアンケートを周囲の人たちに取りました。想定していた回答数より少なかったため誰かが回答数を偽装し 1 つのアカウントから何度も答えて不正をしていたことが提出期限当日に発覚し他のメンバーが激怒、その日に 1 週間かけたものを全て書き直すことになりました。なんとか間に合いましたが、揉めているみんなを仲介しながら課題を終わらせるというのはとても大変でした。
履修した授業科目名(留学先大学言語)	Tourism, development and society
履修した授業科目名(日本語)	観光学、発展と社会

科目設置学部	CLASS General Education
履修期間	1 学期間
単位数	3 単位
本学での単位認定状況	単位
授業形態（チュートリアル、講義形式等）	講義形式
授業時間数	1 週間に 180 分が 1 回
担当教員	Prof. Yuk Wah CHAN
授業内容	観光を切り口にその地域社会に及ぼす環境的社会的影響を考えたり、香港の観光の現状や政策さらに課題で実際にプランを考える
試験・課題など	期末試験、グループプロジェクト、グループペーパー、授業内小論文
感想を自由記入	グループプロジェクトは香港 1 泊 2 日の観光プランを考え実際にそこを巡り動画撮影をし編集した 10 分程度の動画を作成するものでした。プレゼンテーション代わりに授業内で流しディスカッションを行いました。私は編集担当でしたが英語力というより編集ソフトを使ったことがなかったので苦戦しました。ナレーションを考えて吹き込むのも初めてで緊張しました。授業内の発言が成績に影響する授業だったので発言できるように頑張りました。また観光というトピックの性質上日本について教授やクラスメイトに尋ねられることが多かったです。1 度、売春観光のトピックの回で日本も東南アジアのタイなどの国と同列で安く買春できる国として語られており、教授は私を指名して実際本当ですか？と少し見下したように質問し、みんなから注目されたりその話を聞かれるのは嫌な気持ちになりました。
履修した授業科目名（留学先大学言語）	Identity and Citizenship in a Globalized World
履修した授業科目名（日本語）	グローバル化した世界でのアイデンティティと市民権
科目設置学部	CLASS General Education
履修期間	1 学期間
単位数	3 単位
本学での単位認定状況	単位
授業形態（チュートリアル、講義形式等）	講義形式
授業時間数	1 週間に 180 分が 1 回
担当教員	Dr . Tshering EUDON
授業内容	アジア、ヨーロッパの市民権獲得、概念の広がり歴史を実際の事例を通して学びました。
試験・課題など	中間、期末テスト、グループペーパー

感想を自由記入	授業中はほとんど担当の先生が話していて最後に周囲の人たちで軽く話し合いする流れが毎週でした。講義形式で100%テストとグループペーパーによる評価だったので周囲の出席率はとても低かったです。特に私は留学生と4人でグループを組んでいてみんな毎週のように周辺国に旅行していたので最初の数回しか顔を合わせませんでした。グループペーパーではアジアの政治とシンガポールの憲法について4人で分担して書きました。シンガポール憲法に関する前提知識がほとんどなく、授業で取り上げられているトピックでもなかったのがかなり苦戦しましたがなんとかグループでいい評価をもらうことができてよかったです。試験は範囲が毎週読んでくるべきリーディング資料になっている論文で膨大で中間試験では全くカバーしきれないまま臨んで大失敗しました。期末試験は授業スライドだけに勉強範囲を絞り具体的な点数は公表されていないため分からないのですが単位は取得できたので、それなりの点数は取れたと思います。試験は4択問題と800字レポート3本という私の能力では量的にも時間内ではとても書ききることが難しかったので書けるところまでできるようにしました。トピックも事前に教えてくれるわけではなくそれなりに難しいものでした。話し合いの時間に留学生同士母国の歴史について話す場面が何度かあり世界史を高校で履修していたおかげで話題を振ったり、話を広げることができたのはよかったです。
---------	---

留学に関するタイムチャート

2025年 1月～3月	留学したいと具体的に調べる、勉強というほどでもないが電車の中では毎日BBCのポッドキャストを聞き始める。
4月～7月	6月 事務室に書類を提出し出願、英語と日本語でオンライン面接 7月 学内で内定
8月～9月	
10月～12月	10月 JASSO 奨学金の申し込み、相手校への出願 11月 明治でオリエンテーション 12月 明治で1月分の出席と期末試験の受験ができない旨を各授業の教授に相談する
2026年 1月～3月	1月 出発、明治の秋学期の課題や代替してもらったテスト、レポートもやっていた。 ベトナム旅行 2月 旧正月休暇（オーストラリア）、中間テスト 3月 グループプロジェクト
4月～7月	4月 イースター休暇で中国の張家界へ旅行、テスト、最終レポート 5月 帰国

留学体験記

留学しようと決めた理由	元々高校生くらいから海外に興味があって1度は留学、海外に住んでみたいと思っていました。英語も試験に向けた勉強はしていましたが実際に会話できるかと言われたら自信がなく実際能力もなかったので鍛えたいと思いました。日本人以外とも深くかかわってみたいと思い学生のうちに機会があるなら挑戦しない手はないと思いました。
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	香港の公用語は広東語、英語ですが街中ではほとんど英語は通じなかったので広東語が喋れる友達に通訳してもらうかボディランゲージです。ただ学内では英語だけで十分なので英語を勉強することをお勧めします。留学前に SPICE の授業を取っていたのは良かったと思います。基本的なアカデミックなレポートを書く練習が役に立ちました。
この留学先を選んだ理由	世界的に国際的な大学と評価されていて留学生比率が高かったからです。英語圏ではないものの国際的な環境なら英語は練習できました。留学に行きたいと考え始めたときに就活に影響の出ない時期までに帰国できるよう渡航したかったのですが、TOFLE や IELTS を対策して締め切りまでに目標の点数を取って出願できる自信がなかったので、持っていた TOEIC で出願でき比較的倍率の穏やかな学部間で出せる国で最善の選択肢だと思ったからです。
大学・学生の雰囲気	本当に留学生がいっぱいいます。香港人の学生は日本が好き人や日本語を勉強している人がたくさんいるので授業の自己紹介で日本人ですというと話しかけて来てくれる学生がたくさんいました。日本人は少なく学内の日本人学生のグループチャットに入りましたが正規学生、院生含め6人くらいしかいなかったですし会話もなかったです。留学中ほぼ日本人と関わらなかったのが日本人同士で固まることもなく英語の練習には最適な環境でした。
寮の雰囲気	留学生ほぼ全員が住んでいたのが国際的な環境でした。イベントは数回開催されていたと思いますが参加していないので雰囲気は分かりません。共有スペースで夜遅くまで話し込んだり、旅行の計画を立てたり、一緒に料理したりと交流のきっかけになっていました。ただ先ほども述べましたが私は私物を盗まれているので変な人も一定数いると思います。ゲームしているのか喧嘩か深夜に部屋で奇声を上げている人もフロアにはいました。
交友関係	当初はネイティブの会話が理解できず苦労しましたが、分かるふりをしながら笑顔を絶やさず全ての誘いに積極的に参加したことで、英語力が飛躍的に伸びました。現地で人の輪に飛び込むには愛想が大事だと思います。多様な国籍の留学生とベトナムや中国を旅する機会にも恵まれました。アジア旅行は帰国後も可能ですが、多国籍の仲間と長時間過ごす経験は貴重なのでお金と時間が許すなら、ぜひ行ってみることをお勧めします。

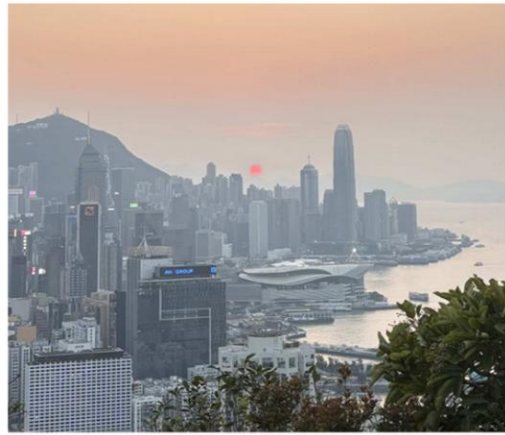
学習内容・勉強について	私はメディアコミュニケーション専攻でしたが情コミのように幅広い授業を履修できるのでメディアに関する授業は1つしか履修していませんでした。どの授業も基本的には講義がメインで発言やディスカッションメインの授業を受けているのが当たり前の欧米系の学生は授業のレベルが低いと苦言を呈していましたが、私からすると専門用語含め膨大な量の範囲を英語でインプットするので精一杯でした。
課題・試験について	量そのものがとても多いということはないですが全てを英語でこなすという意味で私には大変でした。課題もグループレポートが多く点数を直接共有するので私のミスやクオリティの低さでみんなに迷惑はかけられないので人より時間をかけて書きました。試験は科目によって難易度の差が大きかったので取る授業によると思います。
大学外の活動について	香港では学生ビザでアルバイトはできないですし、大学内の交流で十分忙しかったので私は学外のコミュニティには参加していませんでした。1年間の留学でとてもアクティブな友達はビクトリアハーバーをランニングする社会人コミュニティや地域のバドミントンクラブに行っているというような子もいたので、余裕のある人は学外でも活動する場はあると思います。
ある平日のスケジュール	7時 起床、8時 登校、9時～18時 授業、19時～23時 友達と料理しながらお喋り、24時就寝
ある休日のスケジュール	9時 起床、～13時 課題、昼食 14時 ハイキング、19時ハイキングに行ったメンバーとご飯、21時 帰宅、自由時間 24時 就寝
留学を志す人へ 「これを知っておいて欲しい」ということ	私は上京してから約2年間東京での大学生活がとても楽しくてこれを半年分手放してまで行くのか、と迷ったりもしましたが実際に行ってみて留学してよかったと心から思っています。正直楽しさだけで言えば東京で過ごしていた方が楽しかったとは思いますが、日本では絶対できない経験をたくさんして成長できたと思います。英語力や世界中の友達、日本にいては絶対できなかった経験など得られたものもたくさんあります。頑張ってください！



週末は香港各地をみんなでハイキングしました



20歳の誕生日を祝ってもらいました



イースター休暇に張家界へ



他の留学生達とベトナム旅行



大学主催の餃子クッキングイベント



春節休暇に日本から留学中の
友達に会いにオーストラリアへ



学部の春節イベント

