

【大学間協定留学】 留学近況報告書

記入日	2023年 11月 1日
留学先大学	カリフォルニア州立大学ロングビーチ校 (日本語名) California State University, Long Beach (現地言語名)
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) : (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 :
留学期間	2023年8月ー2024年5月
明治大学の所属学部等	国際日本学部 (学部/学科/研究科/専攻等)
学年 (出発時の本学での学年)	2年生

I. 出発前にどのように情報を集め、準備をしましたか。しておいて良かったこと、準備不足だったこと、ぜひ次の学生に準備としてアドバイスしたいことを記述してください。

準備・情報収集のしかた

- ・過去の近況報告書に目を通して重要だと思ったことをメモしておく
- ・わからないことがあったらすぐにメールで留学先大学に確認する
- ・手続きの中でわからないことがあったら、すぐにインターネットで調べてみる
- ・明治大学の同じ留学先の人と連絡を取り合って互いに確認し合う
- ・昨年度の同じ留学先の先輩にわからないことはたくさん質問して、参考リンクや写真・動画を送ってもらう
- ・ECH (English Conversation Hours) に積極的に参加して、スピーキングとリスニングを強化する
- ・日本の政治や流行、文化に関する英語を習得しておく
- ・Instagram でアメリカ留学している人の様子を見て、イメトレをする

もっと準備できたと思うこと

個人的に、情報を得るのが遅くなってしまったと感じたのは持っていく荷物やスーツケースに関してです。スーツケース 2 個 (80L と 100L) を持っていたほうが良いこと、夏服と冬服と下着をそれぞれ 1 週間分持っていくこと、靴は 3 足あったほうが良いこと、服は 1 着フォーマルなものを持って行ったほうが良いこと、シャワーシューズを持っていくことなど、出発日に近くなってから気付いて買い足すということを繰り返してしまったので、留学をスタートしてからのイメトレだけでなく、持ち物をパッキングするイメトレもしておくべきだと思いました。

それから、優先度は高くなくても、全く日本のアニメ・漫画文化を知らないまま留学してしまったので、少しはあらすじなどを予習しておいて、より会話の幅を広げられるようにしておくこともできたと感じています。

II-1. 留学のための渡航前手続き (留学ビザ) ※詳細に記入して下さい

ビザの種類 : J1	申請先 : 在日米国大使館 (東京)
ビザ取得所要日数 : 約 2 週間 (申請してから何日/週間要したか)	ビザ取得費用 : ビザに \$180 前後、SEVIS に \$350 (※ただし、値段は為替レート次第で変動が大きい)

1. ビザ取得のためにどのような書類の提出が求められましたか？また、どのように手配しましたか？

- ・ パスポート
- ・ DS-160 の印刷したもの（オンラインの質問に答えるもの、要印刷、時間がかかる手続き）
- ・ 証明写真（5 cm× 5 cm、背景白）
- ・ DS-2019（留学先大学からメールを通じて送られてきます）
- ・ 面接予約確認書
- ・ ★残高証明書(英文、予約から発行までに約 2 週間かかるものなので、早めに取り掛かること)
- ・ 英文成績証明書
- ・ SEVIS 費用支払い確認書(領収書、オンラインで領収書を受け取った後、要印刷)

2. 具体的な申し込み手順を教えてください。

1. 留学先大学から DS2019 をメールを通じて受け取り、印刷して直筆サイン
2. SEVIS 費をオンラインで支払い、支払い後に領収書印刷
3. 上記必要書類を持って大使館へ行き、面接

ポイント：

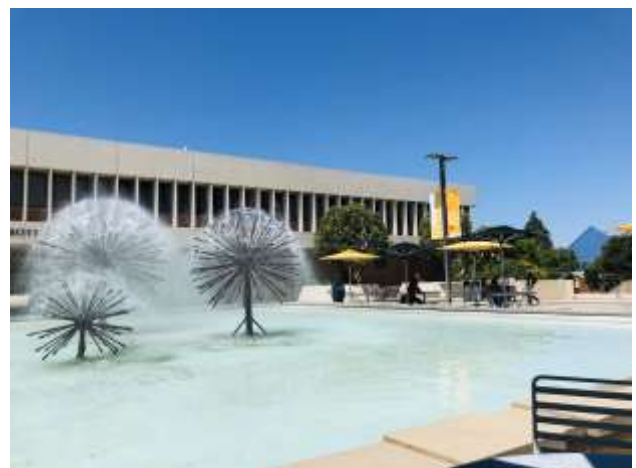
- ・ 顔写真はオンラインにアップロードと実物持参の両方が必要なので注意する
- ・ 大使館へは基本的に持ち込みできるものが限られているので、最寄りの駅のコインロッカーに荷物を預け、透明クリアファイルに入れた書類とスマホのみを持って大使館に行く
- ・ 英文の残高証明書はすぐに出来上がるものではないので、早めに銀行に申し込みに行くこと
- ・ サインは基本、パスポートの signature と同じにすること

3. ビザ取得の際に、留学先国大使館で面接のあった方は、どのような質問を受けましたか？

質問時間はほんの数分で、どこに留学するのか（アメリカのカリフォルニア州）、大学の名前は（カリフォルニア州立大学ロングビーチ校）、どのくらいの期間滞在するのか（約 10 か月）という質問で終わりました。

4. ビザ取得に関して困った点・注意点

特になし



II-2. 留学のための渡航前手続き（その他の事前準備について）

その他済ませておくべき準備があればお書き下さい（現地での現金調達準備、携帯電話購入、荷物運送など）

・ 持っていく現金について

日本円で 15 万円ほどをあらかじめ両替して持っていくといいと思います。両替するときは、100 ドル札数枚、20 ドル札数枚、10 ドル札 10 枚前後、1 ドル札 30 枚前後に両替することをおすすめします。10 ドル札と 1 ドル札については具体的な枚数を挙げましたが、これはチップ代や急な出費、集金や現金のみ利用できるといった場合に備えるためです。特に 1 ドル札は少なくとも 30 枚は持っておかないと、バス利用でも必要になるので（バスは 1.25 ドルが主流、coin と合わせて払う）、用意することをおすすめします。coin は何か買い物をしたときのおつりや、現地の友達と交換してもらうことで確保できると思います。

・ 携帯及び SIM カードについて

SIM カードは携帯電話にとってのマイナンバーカードのようなもので、現地で携帯を買うことなく、内部の SIM カードを入れ替えるだけで現地の通信回線を利用できるようになります。ハナセルというアメリカに特化した SIM カードをネットで購入し、3 日ほどで無料で届きました。出発の前日に SIM カードを入れ替え、その後は出発まで Wi-Fi のみを使い（通信回線は既にアメリカ現地のものになっていて高額請求を避けるため）、現地に到着したらすぐに携帯を使うことができました。現地で SIM を買うという人もいますが、留学中に日本用の大事な SIM カードをなくさないためにも、また到着後すぐに利用できるようにしておくためにも、日本にいるうちに SIM の入れ替え・保管を済ませておくとうまいと思います。

・ 荷物について

まずはスーツケース大きめのものを 2 個用意することをおすすめします。私の場合、荷物はスーツケース 2 つ（80L と 100L）に全て詰めて出発日に自分で持っていきました。そのためあらかじめ輸送しておくといったことはしませんでした。また、日本から荷物を送ってもらうのはかなりのお金がかかるので、基本的に荷物の運送・輸送はしないで現地調達するようにしています。持ち物ですが、夏服と冬服、下着類など主に衣類を 80L のスーツケースに、到着後すぐに必要になるような日用品（ドライヤーやお風呂関連のものなど）や化粧品、1 年分のコンタクトレンズなどを 100L のスーツケースに詰めました。また、飛行機内にはショルダーバッグとリュックの 2 つを持ち込むことができるので、リュックには入国審査で必要になるような重要書類などを入れ、ショルダーバッグにはお財布やスマホなどの貴重品、モバイルチャージャーなどを入れて持っていきました。

・ 予防接種やその他健康に関する準備

まず予防接種について、ロングビーチ校は他の学校よりも接種しておかなければならない予防接種に関する決まりごとが多く、接種する内容も（回数や種類は人によって異なるかもしれませんが、おたふくなどの一般的なものから輸入ワクチンでしか接種できない髄膜炎 B などの特殊なものがあるので、）4、5 月あたりには近所の通いやすいトラベルクリニック（海外渡航用のワクチン接種を担当してくれる病院）を検索して相談すると思います。私もクリニックに相談に行って、ワクチン接種の個人スケジュールを病院の方と一緒に立てました。学校からは 6 月ごろに予防接種を各自で進めておくようにとのメールが来ましたが、このメールを待たずに自分でホームページの内容を踏まえて接種を進めておくとうまいと思います。

★コンタクトレンズについて

私は 1 day のコンタクトレンズを 1 年分持っていきました。重さや大きさとしてはそこまで大きくも重くもなくスーツケースに入りました。眼科からのアドバイスで、海外の水の衛生環境なども総合的に考えて 2 weeks ではなく 1 day がいいとおすすめされました。コンタクトレンズを外しているとき用のメガネも必須です。

Ⅲ. 現地到着後のながれ

1. 到着時の様子

利用航空会社	デルタ航空				
航空券手配方法	Trip.com という格安航空券情報サイトを利用 サイト、格安航空券情報等があれば記入				※利用した旅行社・旅行
大学最寄空港名	ロサンゼルス空港 (LAX)	現地到着時刻	12:30		
キャンパスへの移動手段	<input type="checkbox"/> 大学手配の 出迎え	<input type="checkbox"/> 知人の 出迎え	<input type="checkbox"/> 公共交通機関 (<input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> 電車)	<input checked="" type="checkbox"/> タクシー	<input type="checkbox"/> その他 ()
移動の所要時間	約 20 分				

空港からキャンパスへの移動の際の注意点、タクシー・公共交通機関で移動する際の行き方、料金等
現地到着後から数日間、Uber というアメリカで主流の格安タクシーを利用することになると思います。
空港から Uber 駐車場まで行く無料バスに乗って移動した後、Uber をアプリで手配して寮まで移動しました。
あらかじめ知っておきたいことを書いておきます：

1. Uber のアプリは事前にダウンロードおよび登録を済ませておくこと（なお、登録の際には日本のクレジット・デビットカードが使えるが、電話番号と住所に関しては現地のもを入力すること。現地の電話番号を事前に知っておくためにも、できるだけ「ハナセル」のような日本にいる間に手に入れて開通できる SIM カードを購入しておくことが望ましい）
2. Uber は Uber 駐車場に着いてから手配すること（運転手さんが待っていてくれる時間には限りがあり、合流できないとキャンセル料がかかる恐れがあるため）

Uber 駐車場まで行くバスは、LAX 空港の緑の柱を目印に移動してください。多くの人が Uber 駐車場に向かって移動するので、あまり心配する必要はないです。

大学到着日	8 月 15 日 13 時頃
-------	----------------

2. 住居について

到着後すぐに住居 入居できましたか？	<input checked="" type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ	いいえを選んだ方： 月 日から入居可能だった。
住居のタイプ	<input checked="" type="checkbox"/> 寮	<input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> その他 ()
部屋の種類	<input type="checkbox"/> 一人部屋	<input checked="" type="checkbox"/> 二人部屋 <input type="checkbox"/> その他 ()
ルームメイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生	<input checked="" type="checkbox"/> 他国からの留学生 <input type="checkbox"/> その他 ()
住居を探した方法	<input checked="" type="checkbox"/> 大学の斡旋	<input type="checkbox"/> 自分で探した <input type="checkbox"/> その他 ()
住居の申込み手順	<p>現地大学からメールを通して具体的な手順に関する指示を受けます。自分自身の情報や希望する寮、部屋のタイプを答えます。また、簡単な生活習慣や自分自身についてのアンケートに答え、それを基にマッチングする可能性の高い学生が 30 人前後一覧に表示された後、自分たちでコンタクトをとってペアあるいはグループを作ります。個人的に、このシステムは非常に恵まれていると感じていて、というのも自分の生活スタイルに近い人を自ら選ぶことができるからです。</p> <p>寮の希望だけでなく、同時に食事プランを選ぶことも必要になりますが、おすすめは 10 meal plan (3 つあるプランのうち、1 週間に 10 回寮のダイニングホールを利用できる最も安い食事プラン) です。</p>	

住居は渡航前に、また渡航後すぐに見つかりましたか？トラブルはありましたか？

渡航前に、大学から指定された日程に沿って入寮及びルームメイトを確定させました。トラブルは特にありませんでした。

3. 留学先でのオリエンテーションについて	
オリエンテーションの有無	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった
日程	8月17日
参加必須ですか？	<input checked="" type="checkbox"/> 必須 <input type="checkbox"/> 任意参加
参加費用は？	<input checked="" type="checkbox"/> 無料 <input type="checkbox"/> 有料（金額： ）
内容の様子は？	教室に全留學生が集まって、これまでに済ませた様々な手続き（寮や履修登録など）の確認を前半にしたあと、後半はキャンパスツアーを行いました。ゲームも行い、留學生としての期待や不安を共有しつつ、友達を増やす時間にもなりました。かなりアットホームで、キャンパスツアー中も積極的に質問や会話をしていた印象があります。
留學生用特別ガイド	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった
授業開始日	8月22日から
IV. その他、渡航してから必要な手続きについて	
1. 現地で滞在許可等の申請の必要はありますか？いつ、どこで、方法は？日数、料金は？トラブルは？	
日本の外務省のほうから、たびレジというオンラインでの在留届提出が求められました。これは数分で終わるオンライン手続きなので、現地到着後すぐに済ませることをおすすめします。	
2. その他現地でした手続きは？（健康診断、予防接種等）いつ、どこで、方法、日数、料金は？トラブルは？	
特になし	
3. 現地で銀行口座を開きましたか？手続方法、必要書類、日数、料金は？トラブルは？	
はい 現地到着日に銀行に直接行って手続き日の予約をし、到着2日後に、予め両替して持っていた100ドル札数枚と20ドル札数枚（日本円で15万円前後の額）を銀行に持って行って、銀行開設及びデビットカード発行の手続きを済ませました。必要書類はパスポートとDS2019、現地住所の記載された紙です（メモでも特に問題ありませんでした）。預けておきたい金額分の紙幣も持っています。実際にデビットカードが届くまでには約1週間ほどかかったと思います。以下に役立つようなヒントを書いておきます：	
<ol style="list-style-type: none"> 1. 口座開設（Bank of America）の場合、\$25ドルは最低でも開設に必要 2. あらかじめ両替しておいた米ドル紙幣のうち、1ドル札30枚前後と10ドル札5枚前後は預けずにお財布用に保持しておくこと（チップ代やバス代に1ドル紙幣を使う機会が多いことと、急な集金に10ドル紙幣でも対応できるように） 3. クレジットカードの発行はしなくてよい（聞かれたときは、デビットカードだけでいいと答える） 4. 事前来店予約をネットで済ませておくとスムーズ 	
現在までで、特に大きなトラブルはありませんでした。	
4. 現地で携帯電話を購入しましたか？手続方法、必要書類、日数、料金は？トラブルは？	
いいえ ハナセルという、アメリカに特化したSIMカードを買いました。SIMカードとは簡単に言えばスマホにとってのマイナンバーカードのようなもので、SIMカードを入れ替えるだけで他の携帯電話を持ったことと同じような意味合いになるので、現地で携帯電話を買う必要はないと思います。	

V. 履修科目と授業について

1. 履修登録はいつどのような形で行いましたか？

- 出発前に（4月6日頃）
 オンラインで登録 志願書類に記入して登録 できなかった その他（ ）
- 到着後に（ 月 日頃）
 オンラインで登録 国際オフィス等の仲介 できなかった その他（ ）

登録時に留学生として優先されることはありましたか？

- あった なかった

優先が「あった」方はどのように優先されましたか？

優先が「なかった」方はどのように登録しましたか？

基本的に、留学生はどの授業を申し込んでもまず最初は自動的にエラーになるようになっていました。というのも、留学生は現地大学での成績を保持していないので、履修登録とは別に履修申し込みエラー申請フォームに授業番号と名前と学生番号を記入して送信し、それを基に現地大学のスタッフの方が留学生の提出した成績表や履修履歴と照らし合わせて承認するかどうかを決めるという形をとっていました。承認が下りないこともあるので、いくつか候補を持っておくことをおすすめします。また、同じ授業でも異なる教授の授業に申請してみることで承認をもらう、ということもできます。以下に、履修登録のヒントを書いておきます：

1. 日本とは時差があるので、登録自体は深夜3時頃になる可能性あり
2. 教授の授業の評判はRate My Professor というサイトで調べてみる。多くの学生が利用しています。
3. 1限(8:00スタート)は体力的に大変な部分もあるので、9:00以降の授業を探してみる

2. 出発前に授業を登録した方は、現地で変更・追加できましたか？また希望通りの授業が取れましたか？

しなかった、希望の授業が取れたため



VI. 一週間のスケジュール 授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入してください。

	月	火	水	木	金	土	日
7:00	起床 (6:00)		起床 (6:00)				
8:00	授業 A①	起床	授業 A②	起床	起床	起床	起床
9:00	授業 A①	朝食	授業 A②			課題	課題
10:00	図書館				ジム		
11:00		授業 C①		授業 C②			
12:00	昼食	授業 C①	MTG	授業 C②	昼食	昼食	昼食
13:00		昼食	昼食	昼食	課題	自由時間	自由時間
14:00	授業 B①	授業 D①	授業 B②	授業 D②			
15:00	授業 B①	授業 D①	授業 B②	授業 D②			
16:00							
17:00	MTG	夕飯	MTG	MTG			
18:00	MTG	課題	MTG	MTG	夕飯	夕飯	夕飯
19:00	夕飯		夕飯	夕飯	自由時間	課題	課題
20:00							
21:00	お風呂	お風呂	お風呂	お風呂	お風呂	お風呂	お風呂
22:00	課題・MTG の事前準備	課題・MTG の事前準備	課題・MTG の振り返り	課題	課題	自由時間	自由時間
23:00			自由時間				
24:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝



VII. 現在までの感想

留学先大学、プログラムについて、授業、宿舎、生活全般についてなど、自由に書いてください。

カリフォルニア州立大学ロングビーチ校は人種や国籍、宗教、人々の興味関心において多様性豊かで、ビジネスや映画・演劇関連の授業・カリキュラムが充実している大学です。自然豊かでありながら様々な施設・地域にアクセスしやすい立地の良さもあり、かつ映画監督のステイーヴン・スピルバーグ監督の出身校としても有名です。ビジネスにおいて選べる授業カリキュラムの多さ、数多くのクラブ活動団体、バレーボールやサッカーなどスポーツの強豪校、芸術に対する支援などでも知られています。学校の象徴的建造物でもある青いピラミッドではスポーツの試合が年間を通して行われ、CSULB の学生は無料で試合を鑑賞でき、会場は常に満席で大声で、会場を揺らす声援やウェブで相手チームを圧倒するパフォーマンスには日本ではなかなか見られない一体感と圧巻のスケールがあって一度は体験してほしいものです。キャンパスは日本とは比べられないほど広大で、大学内を無料のシャトルが巡回しており、授業間の移動に使うこともあります。pantry といって、週に 3 回まで無料で食べ物をもらうことができる場所も大学内にあり、日本のカップ麺などのここで手に入るので活用しています。大学内にはボウリングなどの施設やロッククライミングも備えたジムもあり、留学して初めの頃はその規模の大きさに何度も圧倒されていました。

<授業について>

私は 2023 年度秋学期現在、マーケティングとビジネス法、心理学、社会学の授業を履修しているのですが、授業によって人数規模はかなり変わってくるというのと、授業中や授業後に積極的に教授に質問に行っている生徒が多いという印象があります。週に 2 コマある授業は月水か火木の組み合わせで 75 分授業、週に 1 コマの授業は月曜あるいは金曜に連続コマとして約 3 時間分の授業があります。予習としてテキストを読んだり授業終わりに課題をこなすという点では、日本の大学ともあまり変わらないと思います。しかし、テストは基本的に First Exam, Midterm Exam, Final Exam の 3 つあり、それ以外に毎週末こなさなければならない Quiz やレポート課題もあるので、毎日コツコツ勉強を進めていくこととわからないことがあったらすぐ教授に確認することが重要だと感じています。また、マークシート式のテストの場合、Scantron というマークシート用紙を自分で大学の本屋やコンビニで購入してテストに持参する必要があるので、教授やシラバスの指示をよく読んでおくことも大切だと思います。

<寮について>

カリフォルニア州立大学ロングビーチ校には Parkside, Hillside, Beachside という 3 つの寮があり、私はそのうち少しキャンパスから離れた Beachside という寮に住んでいます。Beachside には現地生や transfer (編入生) が多く、より現地生の友達を作って英語を使ったり地域を散策したりする機会を多く持つことができると思います。Parkside や Hillside はキャンパス敷地内でオープンな構造になっているのに対し、Beachside はシャトルで学校間を行き来して ID カードで敷地全体のセキュリティが確保されており、その点からもかなりおすすです。シャトル移動中はラジオや音楽がかけられていて、綺麗な風景を眺めながら移動する日常が私の癒しの時間になりました。3 つの寮のいずれかに入寮している人はどの寮のダイニングを利用してもいいので、メニューや時間次第で利用するダイニングを変えるのもおすすめです。メキシコ料理や中華料理、日本食(ラーメン、うどん、カレーなど)も頻りに提供されるので、食事に困ることはないですし、かなりおいしいです。また、毎月頻りに寮に住んでいる生徒を対象にしたイベントも開催され、cultural food event では他国の料理をみんなで楽しんだり、Halloween Horror Maze では寮にお化け屋敷迷路を作ったりパンプキンカービングを体験したりもしました。友達を作る機会はたくさんあります！

<現地での連絡手段について>

親しい友達とは主に Instagram の DM を使い、SNS を利用していない学生や授業で話す程度の友達とは iMessage (電話番号を知るだけでテキストチャットが利用できるもの)、クラスやクラブ団体活動では Discord を利用していました。Discord はダウンロードしておくことをおすすめします。留学前は WhatsApp が主流だろうと思っていたのですが、あまり普段使っている人はいなかったです。それからあまり緊急でなくても電話をコミュニケーションツールとして使う人も多くいます。私の場合、電話を使うと料金がかかる通信プランだったので、電話は応答せずテキストだけで対応していました。

＜その他＞

カリフォルニア州立大学ロングビーチ校は立地がよく、有名な観光地にもアクセスしやすいこともまた、留学の機会を有効活用できる魅力だと思います。例えば、カリフォルニアのディズニーランドには約 20 分、大谷翔平選手所属で有名なエンゼルススタジアムも約 20 分、世界でも最大規模を誇る貿易港ロングビーチや隣接する水族館には約 25 分、ハリウッドサインやリトルトーキョー、ユニバーサルスタジオハリウッドまで約 40 分など、広大な敷地のアメリカで有名観光地にこのような短時間でアクセスできることは、CSULB に留学する上で間違いなくアドバンテージになると思います。

また、多様性と自主性が尊重される大学であり、クラブ活動団体も数百、数千と多く存在し、そのため学期初めの Tabling Fair という各活動団体がキャンパス中にテントを張って勧誘活動を行うイベントも非常に盛り上がりがあります。私自身、4 つのクラブ活動（マーケティング 2 団体、ビジネス 1 団体、日系学生 1 団体）に所属し、学校生活が非常に充実していると感じます。ぜひ、CSULB に留学するには複数の活動団体に所属し、コミュニティを広げてより多くのことに挑戦してみてください。

最後に、知っておくといいなと思った用語をいくつかリストアップしておきます：

- ・ CSULB：大学の略称ですが、Cal（カル）State Long Beach と呼んでいる人が多いです。
- ・ transfer：編入生、現地では 2 年間コミュニティカレッジに通ってその後 CSULB に編入してくる学生もたくさんいます。
- ・ In-bound：これは主に留学生のことを指しています。In-bound exchange student と呼ばれることもあります。
- ・ Uber：これはアメリカで主流の移動手段で、格安タクシーという位置づけです。留学前に Uber アプリダウンロードと登録は必須です。日本語でも利用できます。
- ・ Lyft：これは Uber とほとんど同じタクシーアプリですが、現地の方は Uber を使っている人のほうが多い印象があります。また、Uber と違って英語のみの提供です。
- ・ Discord：日本でよくあるクラスや団体組織の連絡ツールは、現地では基本全て Discord というアプリを利用していました。テキストやボイスチャット、その他機能が全て無料で利用でき、日本での LINE と近い利用のしかたです。
- ・ Linkedin：ビジネス版 SNS。ビジネスを学びに留学する人はアプリをダウンロード・登録しておくことをおすすめします。講演会に来ていただいたマーケターの方などは主に Linkedin で連絡先を交換していました。よりフォーマルな使い方をする SNS です。

以上、参考にさせていただければ幸いです。

留学先大学を目指す学生に向けてのアドバイスをお願いします。

ここまででカリフォルニア州立大学ロングビーチ校についての情報やそのほか役立つと思われる情報をまとめてきましたが、このロングビーチ校は明治大学交換留学制度で毎年最も倍率の高い人気校であり、留学を叶えるには①GPA を高くキープすることと、②自分が具体的にどの授業で、どの活動団体で、あるいはどのイベントでどのように活躍し、どのようなスキルを身に付けて、それを帰国後どのように発揮することができるかという視点で志望動機をまとめることが重要だと思います。私の場合の留学の軸はマーケティングと文化交流でしたが、留学前に自分の学びたいことの軸を決めておくことは、留学の肝心な目標を見失わないようにするためにもとても大切なことだと思います。それから、日々英語の勉強にきちんと取り組むこともまた重要だと思います。国際日本学部の方でしたら、English Conversation Hours を活用してスピーキング練習ができますし、他学部の方であっても英語の YouTube やラジオを活用してリスニング力向上を目指すことができます。留学する上では IELTS や TOEFL のスコア提出が求められますが、普段の英語の授業や自主的な勉強の時間を取ることで必要なスコアは十分取得可能だと思います。

留学に応募する上で、海外に長期間滞在することに対して、初めての環境に対して、言語の壁に対して、様々な不安があると思います。しかし、どのような問題も基本的には「困ったら誰かに聞く」と「大丈夫だと自信を持つこと」で上手くいくはずですよ。私自身も疑問点があるときは明治大学の国際連携事務室や留学先のオフィス、同じ留学志望者の友達にすぐに聞いて解決していました。わからないことはわからないままにせず、すぐに聞いて解決してください。気持ちを楽に、ぜひ日本では経験できないようなことに積極的にチャレンジしてください！

