

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2023年6月12日	
明治大学の所属学部・研究科	情報コミュニケーション学部 (学部/ 学科/ 研究科/ 専攻等)	
留学(渡航)した時の学年	3年生	
帰国年月日	2023年6月19日	
明治大学卒業予定年月	2025年3月	
留学先大学について		
留学先国	アメリカ合衆国	
留学先大学	サンフランシスコ州立大学 (日本語名) San Francisco State University(現地言語名)	
現地使用言語/ 授業使用言語	英語 /英語	
留学期間	2022年8月~2023年6月	
留学先大学で在籍した学年	3年生	
留学先の所属学部等	<input checked="" 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):メディア学 (現地言語での名称):Broadcast & electronic communication arts <input 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:特定の学部には所属していましたが、様々な学部の授業を受講していました	
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 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	1 学期:8 月下旬~12 月下旬 3 学期: ~	2 学期:1 月下旬~5 月下旬 4 学期: ~
学生数	27179(2021年度時点)	
創立年	1899	

留学費用			
留学費用項目	現地通貨 (\$)	日本円	備考
授業料	0	0 円	明治大学の授業料を払っていたため、留学先大学には支払っていませんでした
宿舍費	15,170	約 200 万円	私が住んでいた寮は高い方です(10 か月分)
食費	4,970	約 70 万 円	週 15 食分のミールプランに加入していました (10 ヶ月分)
図書費	0	0 円	
学用品費	0	0 円	
携帯・インターネット費	250	3 万 5 千円	
現地交通費	50	7 千円	週末出かける用 (☑大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	0	0 円	
被服費	200	2 万 8 千円	
医療費	70	1 万円	医療保険には入っていたので薬代のみ
保険費	2030	28 万円	形態:留学先大学と明治大学でそれぞれ必須の保険に加入していました
渡航旅費	2,300	33 万円	
ビザ申請費	200	2 万 8 千円	配送料も込みです
雑費	500	7 万円	家具等
その他	1500	22 万円	パレのクラブでかかった費用
その他	250	3 万 5 千円	生活用品費や洗濯代
合計	27,440	385 万円	1ドル 140 円で計算しているため、少し高めかもしれません

渡航関連	
渡航経路	
往路 出発地:成田国際空港 目的地:サンフランシスコ国際空港 経由地:仁川国際空港	
復路 出発地:ロサンゼルス国際空港 目的地:成田国際空港 経由地:	
渡航費用	
① 往復チケットを購入した場合 航空会社: 料金:	
② 片道ずつチケットを購入した場合 往路 航空会社:アジアナ航空 料金:109940 円 復路 航空会社:ZIPAIR 料金:91635 円 ∴合計:201575 円	
航空券購入方法	
☑旅行代理店(店名:HIS)	
☐インターネット(サイト名:)	
☐その他()	

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)

学生寮(寮の名前:Village at Centennial Square) アパート ホームステイ

2)部屋の形態

個室 相部屋(同居人数ルームメイト 1 名、ハウスメイト 1 名)

3)共有部分

バス トイレ キッチン(自炊可 自炊不可)

4)住居を探した方法:

大学ホームページにて探しました

5)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)

ミルブランが必須の寮なので自炊を検討している方は他の寮を探したほうがいいかもしれません。私が住んでいた寮はかなり価格高めです。しかし、ミルブランやルームシェアを通じて多くの現地の友人や他の留学生と仲良くなることができたので個人的にはおすすめです。

現地情報

1)留学期間中、病気やケガをしましたか。した場合、どこで治療を受けましたか。(例:現地の病院、学内の診療所)

なし
あり(治療を受けた場所:校内のヘルスセンター)

2)留学期間中、学内外で問題はありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。

(例:留学先大学の相談窓口、現地の友人等)

なし
あり(問題の内容や相談した人等:現地の友人)

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?

友人の情報やインターネットの情報で特に治安の悪い地域(テング-ロイン)は把握していました。また、夜遅い時間に校外を 1 人で(特に女性)出歩くことは非常に危険なので避けていました。私は盗難被害には合わなかったのですが友人はバス内でカバンを紛失していました。

4)携帯電話や、インターネットについて、現地での利用・接続はいかがでしたか。

(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。)

校内の WIFI は基本的には問題はなかったのですが、時折接続が悪くなることがありました。アメリカには多くのフリー WIFI サービスがあるのでその点は非常に便利でした。私は現地の SIM(ミニモバイル)を出発前に購入したので到着してからすぐインターネットの利用が可能でした。

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。)

留学前に私の日本の口座にまとめて資金を振り込んでもらいました。現地でも、口座を開設したため、必要に応じて日本の口座から WISE という送金サービスを使ってアメリカの口座に振り込みました。アメリカの口座を持っていれば現地の送金アプリや Apple Pay の利用が可能になります。また、寮代の振り込みも手数料がかからなくなります。

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。

日本で服用している薬があったら多めに持っていくことをおすすめします。アメリカでも薬を簡単に手に入れることができますが飲み慣れているものを持っていくべきだと思います。

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。)

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)

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。
27 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)履修登録の時期・方法及び履修制限	
<input checked="" type="checkbox"/> 出発前 <input type="checkbox"/> 出発後 <input type="checkbox"/> 派遣先大学の事務室 <input checked="" type="checkbox"/> オンライン <input type="checkbox"/> メール <input type="checkbox"/> その他() <input checked="" type="checkbox"/> 履修の制限があった:upper division(上級生向け)の授業は requirement(前提条件)があるものがあります	
3)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):
COMM120 Language, culture and power	文化、権力に関わる言語学
科目設置学部・研究科	Communication
履修期間	Fall semester
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	対面とオンライン (チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 75 分が 2 回
担当教授	Timothy Wolcott
授業内容	人種、経済格差、教育格差に関する問題を言語学の視点から考える
試験・課題など	オンラインかつグループでの試験が中間と期末にある。課題は毎週のリーディングに関する要約や疑問点をオンライン掲示板に書き込むこと。プレゼンテーションもあった。
感想を自由記入	様々な社会問題を言語学の立場から学ぶことができ非常に興味深い内容であった。他にも多くの留学生が受講していたため先生もその点を配慮してくれていた。

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):	
COMM150-42 Fundamentals of Oral Communication		口頭コミュニケーション基礎	
科目設置学部・研究科	Communication		
履修期間	Fall semester		
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	対面 (チュートリアル、講義形式等)		
授業時間数	1週間に75分が2回		
担当教授	Pati Shojaee		
授業内容	プレゼンテーションの方法、コミュニケーション学の基本		
試験・課題など	プレゼンテーションが5回ほどあった。また、アウトライン等の提出もあった		
感想を自由記入	この授業とENG210を通じてプレゼンの経験を多く積むことができた。レクチャーの内容はそこまで難易度が高いものではなかった。		

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):	
ENG210-01 Oral Communication - Multilingual		口頭コミュニケーション 多言語話者用	
科目設置学部・研究科	English		
履修期間	Fall semester		
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	対面(チュートリアル、講義形式等)		
授業時間数	1週間に75分が2回		
担当教授	Katelyn Endow		
授業内容	プレゼンテーションの方法		
試験・課題など	プレゼンが5回ほどとアノテーション等の課題があった		
感想を自由記入	COMM150と類似した内容だった。ただ多言語話者向けの授業だったのでより丁寧にゆっくりなペースで授業は進んでいった。		

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):
HIS0114-01 World History to 1500		1500 年以前の歴史
科目設置学部・研究科	History	
履修期間	Fall semester	
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	対面(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1 週間に 75 分が 2 回	
担当教授	Arturo Arrieta	
授業内容	1500 年以前の歴史についての講義	
試験・課題など	記述式の対面ミニテストが 4 回ほどと大きめのレポートが 2 回	
感想を自由記入	先生が板書をどんどん書いていってそれをメモして聞いていくという形だった。正直なところアメリカでなくても学べる内容だったと思う	

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):
COMM220 Performance of Literature		文学パフォーマンス (パフォーマンス)
科目設置学部・研究科	Communication	
履修期間	Spring Semester	
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	対面(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1 週間に 75 分が 2 回	
担当教授	Allen Conkle	
授業内容	パフォーマンスに必要な要素を体験しながら学ぶ。毎回授業前にブレイクアウトタイムがある	
試験・課題など	カラオケパフォーマンス課題、グループでの最終パフォーマンス課題	
感想を自由記入	日本にはないタイプの授業だった。毎回クラスメイトとゲーム等のアクティビティをする時間があった。また、かなり個性的なメンバーが揃っていたので非常に興味深かった	

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):	
COMM240 Introduction to Nonverbal Communication		非言語コミュニケーション入門	
科目設置学部・研究科	Communication		
履修期間	Spring semester		
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	対面(チュートリアル、講義形式等)		
授業時間数	1週間に75分が2回		
担当教授	John Ryan		
授業内容	ノンバーバルコミュニケーションを構成する要素やそれらが普段のコミュニケーションにどのように適応されているのかを学ぶ。		
試験・課題など	プレゼンテーションが3回ほどとミニクイズが3回ほど		
感想を自由記入	先生が陽気な人で生徒とのやりとりを積極的に行っている印象である。身近な例をよく使っていたのでとてもわかりやすかった。		

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):	
ENG112-01 The Evolution of Language in the Digital Age		デジタル時代における言語の進化(変化)	
科目設置学部・研究科	English		
履修期間	Spring semester		
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	対面(チュートリアル、講義形式等)		
授業時間数	1週間に75分が2回		
担当教授	Jenny Lederer		
授業内容	絵文字やネットスラングなどCMC(computer mediated communication)について学ぶ		
試験・課題など	レポート提出3回、グループ調査とそれについてのプレゼンテーション		
感想を自由記入	取り扱っているトピックが非常に私たちに身近なものであったので調査や考察もやりやすかった。教授はレポートの添削やチェックを細かく行ってくれた		

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):
WGS200 Introduction to Women and Gender Studies	ジェンダー学入門
科目設置学部・研究科	Women and Gender studies
履修期間	Spring semester
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	対面(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に75分が2回
担当教授	Julietta Hua
授業内容	ジェンダー学を様々な側面から考える。毎回のリーディング記事に基づいてディスカッションと講義を行う形。
試験・課題など	毎回のリーディングに関する感想、疑問点等をまとめた紙を提出する
感想を自由記入	リーディングがかなり多めだったがやりがいのある授業だった。ジェンダーについてだけではなく人種や環境等の問題点についても学ぶことができた

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):
ETHS100-02 Introduction to Ethnic Studies	民族学入門
科目設置学部・研究科	Ethnic Studies
履修期間	Spring semester
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	オンライン(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	Rama Ali Kased
授業内容	アメリカ国内での人種に関する問題について考える。教授が提示した動画や記事を読んだり見たりする形。
試験・課題など	与えられたリソースに関するワークシートを提出
感想を自由記入	様々な人種バックグラウンドをもつ友人の状況と授業内容が重なり合う部分があったので興味深かった。先生の対応が雑め

卒業後の進路について

1) 進路 ※3年生以下の方は今後の予定を記載してください(下記2以降は記入不要)
<input checked="" type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 進学 <input type="checkbox"/> 未定 <input type="checkbox"/> その他:
2)進路決定の際に活用したウェブサイト、書籍、機関など
CFN、マイナビ
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、あるいは入社すると決定した企業の名前のみでも構いません) ※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:留学中の就職活動に向けた準備、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。) ※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。
私は3年の6月までアメリカにいたので最後の方は留学先で情報を集めたりオンラインイベントに参加しました
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。
GPA や英語試験のスコアが協定留学の条件であるため、留学を決めたならば早めに取り組むことをおすすめします
7) その他を選択した方は、その進路を選択した理由と、留学希望者に向けたアドバイスをお願いします。

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、ビザ申請・取得、航空券購入、予防接種、滞在先の確保、留学中の中間試験、期末試験、その他イベント等)

留学開始年の前年	1月～3月	
	4月～7月	留学準備開始、GPAの向上、IELTS勉強
	8月～9月	IELTS受験
	10月～12月	協定留学の選考(面接と志望理由書)
留学開始年	1月～3月	留学先決定
	4月～7月	ビザの取得
	8月～9月	留学開始
	10月～12月	
留学/帰国年	1月～3月	
	4月～7月	留学終了
	8月～9月	
	10月～12月	

留学体験記

※ この留学先を選んだ理由、留学生生活全般について、また、これから留学を志す後輩学生へのアドバイスなど、自由に記入してください。

私がサンフランシスコ州立大学を選んだのは多様性豊かなアメリカ西海岸に留学したいと考えたからです。また、都会の学校に留学したいと考えていたのももう一つの理由です。実際に、キャンパスには様々な人種やジェンダーの生徒や教授がいました。また、キャンパスはダウンタウンから電車で一本のところにあるので週末に出かけることもよくありました。サンフランシスコには多くのアジア系アメリカ人がいるので街中で人種差別の経験を受けたことはほとんどありませんでした。しかし、治安が良いわけではないので街中を歩くときは注意が必要です。また、かなり物価が高めということも留意しておくべきだと思います。そして、特に重要なのが気候です。サンフランシスコは一年中11月から12月の気温といっても過言ではありません。私は、8月時点でダウンジャケットを現地購入したほどです。なので、半袖はほとんど持って行く必要はないと思います。体調を崩しやすい環境ではあると思うので、健康には気をつけたほうがいいです。

私は、寮生活を選択して本当に良かったと思います。というのも、ルームメイトと過ごす時間だったり、別の寮に住んでいる友人と過ごす時間が長く作れるからです。私は併せて、カフェテリアでのミールプランに加入していたため毎食友人たちと食事を楽しんでいました。夕食後は、ジムのスタディールームに行ったり友達の部屋に行ったりゲームをしたりなど非常に楽しい時間を過ごせました。友人たちとは、秋学期前に実施されていたイベントで出会ったので、特に学期の初めのころは様々なイベントに参加するべきだと思います。寮生活をしていると、友達の友達というような形で段々と友達が増えていったので、その点は日本の大学とは違うなと感じました。

また、私はスポーツを通して多くの友人を作ることができました。私は小さい頃からバレーボールをやっていたので、留学先でもプレーがしたいと思い留学先にバレーの用具一式を持っていきました。到着後、自己紹介でバレーのことを話したりイベントに参加したりすることを通じてオープンジムという存在を知りました。オープンジムはレベルや性別関係なく学内のジムでバレーができる機会です。そこに通うようになり、また、そこで出会った友人とともにチームを作って intermural という学内大会にも出場しました。また、バレーのクラブチームに入部するためのトライアウトというテストも受けました。最終的には、正式メンバーとして選ばれ様々な大会へと参加することができました。これらの経験は私の留学生活には欠かせない要素で、多くの人々と出会い仲良くなる良い機会でした。

そのほかにも、日本語の language exchange にも時々参加していました。日本に興味のある学生や日本にルーツを持ったアメリカ人等と知り合うことができました。

授業に関しては、スケジュール的にも内容的にもハードにならないような履修登録をしました。基本的に、GE (general education) の授業を1日に2授業(75分ずつ)のみ受講しました。私は、勉強以外の課外活動にも時間を多く使ったかったのでこのようなプランにしていました。

私は、サンフランシスコ州立大学に留学に行ったら良かったです。私の考えだと、移民第一世代や第二世代の人が多く、街中には様々な英語があり、現地のネイティブスピーカーもそれに慣れているので、私にとっては非常に英語を練習しやすい環境だったと思っています。

コロナ禍が収束して、留学のチャンスがますます広がっています。留学を悩んでいる人、気になる人は、まず情報収集から始めてみましょう!!