

【大学間協定留学】留学報告書

記入日:2022年1月27日

所属学部／研究科・学科／専攻	国際日本学部/国際日本学科
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: サンフランシスコ州立大学 現地言語: 英語
留学期間	2021年8月～2022年1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	2022年1月9日
明治大学卒業予定年	2023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～1 月下旬 2 学期: 3 学期: 4 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 30,000 人
創立年	1899 年

留学費用項目	現地通貨 (US ドル)	円	備考
授業料	0	0 円	協定留学のため
宿舍費	7,060	815,000 円	ホームステイ 月 1,300ドル(約 150,000 円)、 ホームステイ先紹介料 560ドル(約 65,000 円)
食費	440	50,000 円	昼食代(朝食、夕食代はホームステイ代に含まれる)
図書費	85	9,500 円	教科書代
学用品費		円	
携帯・インターネット費	145	16,500 円	現地で eSim を契約(T-mobile 月 29ドル)
現地交通費	10	1,500 円	大学の学生証がクリップカードとして利用でき、 muni という市内バス(電車)に無料で乗車できる (bart という電車は半額)(<input type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費		円	
被服費		円	
医療費	700	80,000 円	PCR 検査、MMR ワクチン、証明書代
保険費	1,450	165,000 円	形態:現地大学の保険 945ドル(約 10.7 万)、明 治大学の保険約 5.7 万
渡航旅費	2,000	176,000 円	片道ずつ購入
ビザ申請費	160	45,000 円	J1 ビザ、SEVIS、配送料
雑費	875	96,500 円	
その他	1,100	125,000 円	
その他	3,100	350,000 円	旅行など
合計	17,125	1,930,000 円	

渡航関連	
渡航経路	
往路 出発地:成田 目的地:サンフランシスコ 経由地:仁川 復路 出発地:オーランド 目的地:羽田 経由地:ダラス	
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:69,200 復路 航空会社:アメリカン航空、日本航空 料金:90,810 ∴合計:160,010	
航空券購入方法	
<input type="checkbox"/> 旅行代理店(店名: _____) <input checked="" type="checkbox"/> インターネット(サイト名:HIS, エクスぺディア) <input type="checkbox"/> 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)	
<input type="checkbox"/> 学生寮(寮の名前: _____) <input type="checkbox"/> アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ	
2)部屋の形態	
<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 _____)	
3)共有部分	
<input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン(<input type="checkbox"/> 自炊可 <input checked="" type="checkbox"/> 自炊不可)	
4)住居を探した方法:	
留学先大学のホームページから(ISP という会社)	
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)	
自分以外に同じ家でホームステイをしている人はいなかったの、一階部分を一人で自由に使えた。ホストマザーが別荘を所有しており、週末はよくそちらで過ごした。子供がいなくて一人暮らしの家だったため、そのほかにもいろいろなところに連れて行ってもらった。ホームステイは当たり外れがあるとよく言われますが、同じく ISP を利用した人も良かったと言っていたのでおすすめです！自分は半年間ずっとホームステイでしたが、最初はホームステイである程度現地の暮らしに慣れたらルームシェアや寮に切り替えてみるのもいいと思います。	
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)	
<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり(治療を受けた場所: _____)	
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)	
<input type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり(問題の内容や相談した人等:ホストマザー、友人、親)	
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？	
バスの中などで携帯を出していると盗られることがあるので、必要時以外出さないほうがよいと言われた。 自分は巻き込まれたことはない。	
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。)	
学校の Wi-Fi は問題なく使用できた。ホームステイ先の接続はあまりよくなかった。	
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。)	
クレジットカードから毎月決まった額をキャッシングしていた。(一応二つ作ったが、VISA かマスターカードが一枚あれば問題ないと思う)	
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下さい。	
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。
13 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() ・履修の制限はありましたか？ 留学生は履修出来ないものがある	
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):
Living in San Francisco	サンフランシスコについて
科目設置学部・研究科	All University
履修期間	2021 年 8 月 23 日～2021 年 12 月 10 日
単位数	1 単位
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	フィールドトリップ(チュートリアル, 講義形式等)
授業時間数	1週間に学期にフィールドトリップ分が 3 回
担当教授	Paula Mirando
授業内容	留学生は必修の授業らしく、履修登録をする前に自動で登録されていた。毎週の決まった授業はなく、学期中に 3 回サンフランシスコ市内のフィールドトリップが行われる。
試験・課題など	フィールドトリップ前に、その回に行く場所に関する記事や動画などを観て内容を要約し、感想を書く。またフィールドトリップ後にもそれぞれ感想を書くという課題が出される。
感想を自由記入	コロナ禍だからかもしれないが、この授業は全 3 回のフィールドトリップしかないの、これらすべてに出席しなければ単位がもらえない。一回目は3, 4人のチームに分かれて学校の中のいろいろなところをまわった。2 回目、3 回目は市内に出かけた。フィールドトリップは非常に自由度が高く、自由時間が長かった。事前学習でその場所の歴史について学んでから実際にフィールドトリップができたため、満足度が高かった。

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):
Movement I:Skills	舞台俳優の動き
科目設置学部・研究科	Theatre Art
履修期間	2021 年 8 月 23 日～2021 年 12 月 10 日
単位数	3 単位
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	ワークショップ(対面実施)(チュートリアル, 講義形式等)
授業時間数	1週間に 165 分が 2 回
担当教授	Patrick Russell
授業内容	舞台俳優が舞台上でする動き(身体の使い方、舞台上における周囲とのかかわり方)や、さまざまな演技の方法やそれらのトレーニング方法などについて学ぶ。
試験・課題など	中間レポートとして自分で演劇を選んで、感想を書くという課題が課される。また、中間発表としてクラスメイトの前で一人ずつ作品を準備し発表をする。期末レポートは出席数が足りない生徒のみ課される。発表は中間同様、一人ずつ行う。
感想を自由記入	机に座って行う講義形式ではなく、実際に身体を使って活動したので楽しかった。演劇に関する専門用語などを全然知らず、さらに英語であったため苦労した部分も多かったが、知識がついてくるにつれてだんだん理解できるようになり、嬉しかった。クラス自体が少人数であったため、アットホームな雰囲気だった。授業時間が長くグループワークもたくさんあり、みんなと仲良くなるスピードがとても速かった。

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):	
Acting Workshop I		演技のワークショップ	
科目設置学部・研究科	Theatre Art		
履修期間	2021年8月23日～2021年12月10日		
単位数	3単位		
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	非リアルタイムオンライン(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	Jo Tomalin		
授業内容	完全オンラインで行われた。毎週教授が提示した動画などをみてそれに対して感想や考えたことなどを書く。クラスメイトの投稿を読んで、それにまたコメントを返し、オンライン上でディスカッションをする。一度だけグループワークがあり、zoomを使って行った。		
試験・課題など	試験はなかったが、中間レポートがあった。		
感想を自由記入	コロナによりオンラインだったため、対面でのディスカッションはできなかったが、毎週たくさん書かなければならぬためライティングの力がかなりついたと感じている。また、他の生徒が書いたレポートも読む必要があるため、ネイティブがライティングのときによく使う単語や表現を身に付け、それを次のレポートに活かしていくことができた。レポートの内容としては、映画やドラマ、演劇などを観て、俳優がどんなテクニックを使って演技をしているか、その方法は別の作品のどの場面で見られるかなどについてディスカッションしていた。		

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):	
Introduction to the Theatre		舞台演劇入門	
科目設置学部・研究科	Theatre Art		
履修期間	2021年8月23日～2021年12月10日		
単位数	3単位		
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	非リアルタイムオンライン(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	Curtis Daw		
授業内容	完全オンラインで行われた。毎週教授による講義動画をみて、受講者購入必須のオンラインの教材を指定された範囲読み込み、その教材の内容をもとに小テストが行われる。		
試験・課題など	オンライン教材や動画の範囲から構成された中間試験、期末試験がある。また、中間レポート、期末レポートも課される。		
感想を自由記入	この科目が単位を取るのに最も苦労した。リーディングの範囲が毎回 50 ページほどあり、小テストのような課題は、間違えなくなるまで終わることができないようなシステムになっているため、きちんと理解してから臨む必要がある。ただ、そのおかげでほとんどなかった演劇に関する知識が少し身に着いた。テストは平均点が高いが、問題文に結構分からない単語が出てくることが多く、留学生で高得点を取ることは難しかった。レポートも非常に採点が厳しかったが、レポートもテストもすべて自分のクラス内順位が分かるため、やりがいはあった。		

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):	
Modern Musicianship I		現代音楽技能	
科目設置学部・研究科	Theatre Art		
履修期間	2021年8月23日～2021年12月10日		
単位数	3単位		
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(対面実施)(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	Michael Zisman		

授業内容	基礎的な音楽理論(音階や和音、音程)や、簡単な、曲の作り方など
試験・課題など	中間試験、期末試験があった。中間試験は各自家でいき、解答用紙をメールで送る形式だった。期末試験は対面で行ったが、持ち込み可能だった。基本的に課題はない。
感想を自由記入	昔から音楽をやっている、音楽理論についてきちんと学びたい、作曲に挑戦してみたいという思いがあり受講した。これはどの講義でもいえると思うが、自分は多少知識があったため内容についていけたが、音楽理論について知識がまったくないと、第二言語で理解するのはとても難しい内容だと感じた。しかし、教授がとても優しく自分が留学生だということを伝えるとよく気にかけてくれた。試験の内容は日ごろからきちんと講義を聴いていれば問題なく点数が取れるものだった。

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
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。) ※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。
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、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	
	8月～9月	
	10月～12月	選考、パスポートの更新
留学開始年	1月～3月	
	4月～7月	渡航前オリエンテーション(二回)、ビザ申請・取得、航空券購入、予防接種、新型コロナワクチン接種、滞在先の確保
	8月～9月	中間試験
	10月～12月	期末試験
留学/帰国年	1月～3月	帰国報告書作成
	4月～7月	
	8月～9月	
	10月～12月	

留学体験記

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

自分はアメリカのドラマや映画などが好きで、アメリカ英語に憧れていたため、アメリカの学校を志望しました。正直一番志望していた学校には行くことが出来なかったけれど、サンフランシスコ州立大学で本当に良かったと今では思っています。まず、アメリカと聞くとアジア人に対するヘイトクライムを想像し恐れている人も多いと思います。実際私も渡航前テレビなどで報道されているのを見て、自分は大丈夫かなと少し心配していました。でも実際現地に行ってみると、アジア系の方たちが自分の想像の何倍も住んでいて、学校にもたくさんいました。少なくとも私の周りにはみんな人種、肌の色関係なく仲良くしていました。街中でも自分がアジア人であるからという理由でなにか嫌な思いをしたという経験は一度もありませんでした。もしかしたら一部ではアジア人に対する残酷な差別が行われているのかもしれませんが、本当に一部だと思うので、日本で流れている情報を鵜呑みにしないで正しく恐れることが必要だと感じました。

次に心配することといえば友達作りだと思います。私は少し特殊で、同じ授業を取っている日本人が留学生必須の授業以外でひとりもいませんでした。なので必然的に現地の子たちと話すことが多く、仲良くなっていきました。自己紹介のときに日本から来たというので、だいたいすごく興味をもって話しかけてくれることが多いので心配しなくても大丈夫だと思います。また、サンフランシスコ州立大学には国ごとのサークルみたいなものがあり、日本人は全員そこに所属することになると思うので、そこで日本の文化に興味がある現地の学生と交流できると思います。あとは自分で学校や地域のイベントなどに参加してみるといいと思います。

私は、留学先大学で授業が始まった2日目にとっても難しい授業に当たり、まったくついていけず、一気に日本に帰りたくなってしまいました。でも逃げていてもどうしようもないので、直接教授に授業を他のものと交換できるか交渉しました。その結果、もともと取っていた授業の代わりに、より自分の実力にあった授業を受けることができ、学校に行くのが嫌ではなくなりました。そのほかにもここには書ききれないほどたくさん問題が発生しましたが、誰にも相談せず塞ぎ込んでしまうことが一番良くないことだと思うので、とりあえずその時点で自分ができるところを探しましょう。ひとりだと感じてしまうこともあると思いますが決してひとりではないので、まわりのひとをたくさん頼ってひとつひとつ乗り越えていってほしいです。応援しています！

留学の準備や現地での生活などについて個別に聞きたいことがあれば気軽に連絡してください！