

留 学 報 告 書

記入日:2019年06月30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
留学先高等教育機関名 (和文及び現地言語)	和文: カリフォルニア州立大学ロングビーチ校 現地言語: 英語
留学期間	2018年8月～2019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	2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	2019年5月30日
明治大学卒業予定年	2021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月中旬～12月中旬 2 学期:1月中旬～5月中旬 3 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	37,446
創立年	1949

留学費用項目	現地通貨 ()	円	備考
授業料		0円	
宿舍費		200万円	寮生活
食費		40万円	寮食兼外食
図書費		5万円	
学用品費		1万円	
教養娯楽費		30万円	交通費含む
被服費		8万円	
医療費		1万円	治療費無料
保険費		3万円	形態:
渡航旅費		50万円	冬休みに一回帰国
雑費		円	
その他		円	
その他		円	
その他		円	
合計		338万円	

渡航関連

渡航経路:LAX-NRT

渡航費用

チケットの種類	American Airline
往路	5
復路	5
合計	10万

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。

Expedia, Student Universe

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)

大学の宿舎

2)部屋の形態

 個室 OR 相部屋(同居人数2人)

3)住居を探した方法:

大学からの提供

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)

寮はキャンパス内に3つ、キャンパス外に1つ(バスで10分くらいの距離)ありました。私は International House というキャンパス内の寮に住んでいて、ルーミーは韓国人でした。あまりルーミー内のトラブルはありませんでしたが、寝る時間の違いや電話・電子機器などの音が少しストレスな時もありました。しかし、この寮に来たからこそ、日本人も含め様々な国からの友達を作ることができました。清潔具合はあまり良く無いです(蟻は多発します)。また wifi も寮ではあまり通じませんでした。

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: 可能です

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。

友達

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?

危険地域は現地の友達に聞きました。常に荷物から目を離しませんでした。

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。)

基本キャンパス内では wifi が通っています。しかし寮ではインターネット接続が悪く、使えない時も多々ありました。スマホの sim カードは現地の AT&T という会社で月 6GB で毎月 4000 円支払っていました。

5)現地での資金調達はどうに行いましたか? (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。)

日本からエポスカード、三井住友銀行の Deposit の合計2枚を持って行きました。

6)現地では調達できない日本から持っていきべき物があれば教えてください。

風邪薬、化粧品類

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)

卒業後の進路について

1) 進路
<input type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 進学 <input checked="" type="checkbox"/> 未定 <input type="checkbox"/> その他:
2) 進路決定の際に参考にした資料、図書、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、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。
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。
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。
24 単位	<input checked="" type="checkbox"/> 32 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):
WGSS 102: Gender Race Sex & Societies	女性学
科目設置学部・研究科	Women's, Gender & Sexuality Studies Department
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	Lecture(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	Kavitha Koshy
授業内容	Introduction to some of the basic questions raised by feminist movements and writings in response to the socio-political subordination of women emergent through the organization of race, class, gender and sexuality in contemporary societies
試験・課題など	2 essays, midterm, final, and readings every time
感想を自由記入	This class and especially my professor taught me how important to know not only about the ideology of feminist but also varieties of the problems which different color women have. And every after class I went to the Office Hour to share my ideas and thoughts with her.

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):	
NUTR 132:introductory Nutrition		栄養学	
科目設置学部・研究科	Nutrition and Dietetics		
履修期間	Fall semester		
単位数	3		
本学での単位認定状況	4 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(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			
授業内容	Essential nutrients, their physiological functions and human needs during the life cycle; food sources as applied to selection of an adequate diet; problems encountered providing food to meet nutritional needs; food additives and consumer protection.		
試験・課題など	Diet analysis(papers), and 3 exams.		
感想を自由記入	this class provided some important knowledges of nutritions which we have to take adequeantly.Not only listning to the lectures, we actually practiced some Diet anylisis by applying what we learned.		

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):	
IS/T200:Introduction to International Studies		国際関係学	
科目設置学部・研究科	International Studies		
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	Lecture(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	Richard R. Marcus		
授業内容	issues around the globe such as international conflict, economic development, globalization, transformations of identity, and the environment.		
試験・課題など	3 essays,readings, Midterm, and Fianl.		
感想を自由記入	It was really hard to catch up with those lectures and other local students because all topics in this class were difficult such as imperialism, globalization, and something like that. When I wrote essays about a counrty,which each of us picked up and followed,every time I went to the tutoring to get support.		

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):	
COMM110: Interpersonal Communication		コミュニケーション学	
科目設置学部・研究科	Communication Studies		
履修期間	Fall semester		
単位数	3		
本学での単位認定状況	4 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 and Activity(チュートリアル, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に 75/110 分が 1 回		
担当教授	Ebony A. Utley and Todd		
授業内容	Lecture: Basic characteristics of processes underlying the formation, maintenance and termination of interpersonal relationships; theoretical and practical implications of these characteristics in various forms of interpersonal communication. Workshop: Planned exercises and activities to develop interpersonal communications skills.		
試験・課題など	Lecture: Quize(every class),textbook,3 exams, and 1 essay. Workshop: One speech		
感想を自由記入	Lecture section was kind of hard because my instructure didn't post powerpoints,which were used in only class and sumeized, and I had to listen to her every word by my ears. Activity session was much harder than Lecture one because we needed to work in pairs and first assingment was that I speached up in front of all of them for 5 minuits.		

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):
WGSS 101: Gender, Race, Sex & the Body	女性学
科目設置学部・研究科	Women's, Gender & Sexuality Studies Department
履修期間	Spring semester
単位数	3
本学での単位認定状況	4 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(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	Dr. Lori Baralt
授業内容	the interdisciplinary field of women's, gender and sexuality studies, particularly related to gendered aspects of health and sexuality
試験・課題など	1 essay, midterm, final, readings, and group discussions.
感想を自由記入	the most interesting topic in this class was "intersuarity". Unlike last semester, this class had small group sessions and we discussed individual background of the problems we've faced.

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):
CRJU 101: Criminal Justice Systems in Society	犯罪学
科目設置学部・研究科	Criminal Justice
履修期間	Fall semester
単位数	3
本学での単位認定状況	4 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(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	Tracy F. Tolbert
授業内容	Introduction to the study of criminal justice in American society. Focuses on the history, philosophy, functions, roles, policies, practices, and ethics of the institutions of social control within the criminal justice system, especially police, courts, and correctional personnel.
試験・課題など	4 essays, Midterm, and Final
感想を自由記入	last 20 pages essay, which was about the difference of gun criminal between Japan and the USA, was really hard, but other than that everything was not harder than what I expected.

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):
ES P 101 - The Global Environment	環境学
科目設置学部・研究科	ES P 101 - The Global Environment
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	Lecture(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	Monica Argandoña
授業内容	introduction to the Earth's principal human-environmental relationships and biogeographic processes with a focus on how human actions impact the geography of living things from the local to the global scale.
試験・課題など	3 exams, short essay every week, and Life project(essay)
感想を自由記入	I've learned some stuff relating to the global environmental issues from this class. Only difficult thing was that I had to write down every word my professor said, even though she used powerpoint.

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):	
SOC 100 - Principles of Sociology		社会学	
科目設置学部・研究科	Sociology		
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	Lecture(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 Barnes		
授業内容	Introduction to the sociological perspective as a tool for understanding society and culture, including the inter-personal, inter-group and global dimensions of social life.		
試験・課題など	2 essays, some short essays(depends on the topic)		
感想を自由記入	This class widen my perspect of our complecated society, such as gap between rich and poor people.		



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

2017年 1月～3月	
4月～7月	TOEFL に向けての試験勉強
8月～9月	TOEFL に向けての試験勉強
10月～12月	TOEFL に向けての試験勉強、出願する学校の情報集め、志望動機(日本語・英語)の作成、面接練習、選考
2018年 1月～3月	留学先の情報集め、クラス選択、ドーム申請
4月～7月	留学に向けて軽い英会話勉強、VISA 取得
8月～9月	留学開始、オリエンテーション
10月～12月	10、11月 Midterm・12月 Final、Thanksgiving break (almost 2 weeks)
2019年 1月～3月	12/17-1/22 winter break, 3月 Midterm
4月～7月	3/29-4/7 Spring Break、5月終わり帰国
8月～9月	
10月～12月	

留学体験記

留学しようと決めた理由	高校生の頃から留学したいという夢があり、また IS 国のテロ事件をきっかけに国際問題について興味があったため、英語力・世界の知識を得るために留学を決意しました。もう一つのきっかけは以前に同じ留学先で勉強していた兄に影響された事です。
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	友達を作るためには会話力が大事だと思いスピーキングの練習に力を入れました。実際、教科書では扱わないようなスラングやちょっとしたスモールトークは会話を弾ませる事に役立ちました。後悔していることは話すことだけに力を注ぐのではなく listening・聞き手の方も勉強しておくべきだったことです。
この留学先を選んだ理由	兄が以前同じ大学先で留学していたことが初めのきっかけです。カリフォルニア州立ロングビーチ校は多国籍の生徒が在学していること、また気候が一年中過ごしやすい事、ビーチや観光名所に近い事も選んだ要因です。
大学・学生の雰囲気	キャンパスはとても広く授業間の移動でスケボーや自転車を使う生徒も多いです。人種は様々で、ホワイト・ブラック・ラティーン・アジアンの学生がいます。この大学の象徴となる建物はバスケットコートのある青いピラミッドと GOBEACH というサインです。
寮の雰囲気	私は 4 つあるドームの中で、International House に住んでいました。半分以上は他の国から来た留学生でした。ルーミーは韓国人で、他にスイートメートは 4 人いました。他のドームとは異なり、時期によって様々なイベント(ゲームやドームのデコレーションなど)があったため、はじめのオリエンテーションの期間で友達作りにも困る事なくスムーズに過ごす事ができました。
交友関係	多国籍の友達を作る事ができました。これはカリフォルニアであった事、また International House を選んだ事が大きかったと思います。比較的積極的に話しかけていましたが、たまに相手が言っている事が理解できず落ち込むこともありましたが、一回だけ友達と大げんかをしなくともありました。いろんなことはありましたが、とてもいい友達に巡り会えました。ビーチやユニバーサルスタジオ、ディズニー、ハリウッドなど様々な観光スポットに友達と行きました。
困ったこと、大変だったこと	やはり言語の壁が一番大きかったです。ある程度日本で英語を勉強していても、若者の使う英語(スラング)を理解するのは大変で自分が周囲に比べて劣っているという自己嫌悪になる時期もありました。また、同じ人種(特にホワイト)同士で固まる事が多く、まだまだ国境・人種を超えた真の友好関係を築くのは難しいと感じました。 学校の
学習内容・勉強について	クラスを選ぶ時特に学部を選考する必要はありませんでした。初めはどのクラスでも先生が言っている事が早かったり、生徒との意見交換などでうまく話せなかったり自分にプレッシャーを感じていました。オフィスアワーで先生と話したり、tutoring でアドバイスをもらったり、友達に助けをもらいながら授業に慣れていく事ができました。私が一番興味深かったのは Women & Gender のクラスでリーディングなどの課題は大変でしたが、日本にはなかなかない授業なので女性として学ぶ事がたくさんありました。
課題・試験について	初めの頃はリーディングやエッセイなどがたくさんあり毎日寮にある図書館で勉強する日々でしたが、段々と慣れてきて自分の時間を作れるようになりました。midterm や final の 1、2週間前はエッセイの提出と時期が重なったりしたため、大きい図書館の方で一日中(試験期間は朝 3 時までいることもありましたが。)こもって勉強しました。
大学外の活動について	金曜日の午前中は春学期から毎週フードバンクのボランティアに行っていました。1年間通して少なくとも週に 2・3回は無料のジムに行き体をリフレッシュしていました。
留学を志す人へ	基盤となる自分の意志を貫き通しつつ、柔軟に新しい環境に適応する事が大事です。誰でも留学中は周りに圧倒され自己不信になったりするかもしれないけれど、そこで落ち込んでばかりいては成長する事ができないと思います。その代わりに、自分の弱み強みを理解した上でどうしたら自分を生かし、学び、吸収できるかを日々探し続ける事が大事だと強く実感しました。

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	ボランティア	ビーチ	お出かけ
午後	授業	授業	授業	授業	ジム		
	ジム	ジム	ジム	ジム	勉強	Netflix	
夕刻	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	自習	自習
夜	Netflix	Netflix	Netflix	パーティ			



