

留 学 報 告 書

記入日:2020年6月10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: California State University Long Beach
留学期間	2019年8月～2020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	コロナのため早期帰国 2020年3月28日
明治大学卒業予定年	2022年3月
留学先大学について	
形態	<input checked="" 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～12月中旬 2学期:1月下旬～5月中旬 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3,8000人
創立年	1949年

留学費用項目	現地通貨 (\$)	円	備考
授業料	0	0円	明治大学の学費のみ
宿舍費	7000	70万円	前期はホームステイ月\$750 後期は寮で月\$1000
食費	3000	30万円	寮のミールプランが後期で\$1783
図書費	340	3万5千円	テキストはとて高い
学用品費	0	0円	文房具は日本から持っていた
携帯・インターネット費	360	4万円	
現地交通費	80	8000円	バスのパスが一学期\$40 (<input type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	500	5万円	uber 代がほとんど
被服費	500	5万円	あまり洋服を持っていかなかったため現地で買い足した
医療費	0	0円	医者にかからなかった
保険費	1100+750	20万円	形態:留学先指定保険と明治指定保険
渡航旅費	2000	20万円	
ビザ申請費	380	4万円	
雑費	2000	20万円	休み中の旅行費
その他		円	
その他		円	
合計		1,823,000円	JASSO と明治大学からの奨学金で宿舍、食費分は補うことができた。

渡航関連

渡航経路

往路 出発地:HND 目的地:LAX 経由地:
 復路 出発地:LAX 目的地:NRT 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:アメリカンエアライン 料金:14 万

復路 航空会社:JAL 料金:6 万 ∴合計:20 万

航空券購入方法

旅行代理店(店名: _____) インターネット(サイト名:アメリカンエアライン _____) 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:Parkside, International house) 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 _____)

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:

前期はホームステイ、後期は大学の寮に住んだ。ホームステイは home stay of long beach という斡旋会社を通して申し込み、ホストファミリーを探してもらった。ホストファミリー が決まったのは渡航数日前とギリギリで心配だったが、問題なく、手配して家まで連れて行ってくれた。寮は大学のサイトを通して申し込んだ。

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)

ホームステイは、アメリカ人ホストマザーとタイからの留学生と生活した。バスルームとキッチン共有で自炊することができた。個室だったので自分の時間を持ちながらももう 1 人のタイからの留学生ととても仲良くなることができた。ホストマザーはとて優しく、アクティブな人で、時々パーティーやイベントに連れて言ってくれることがあった。少し家が大学から遠かったためあまり大学の多くの友達と触れ合うことはなかったが、現地の家庭での生活を満喫することができた。食べ物も自分で好きに料理でき、勉強する時間や環境もよく整っているの、落ち着いた生活をするにはとてもいい環境だと言える。ステイ費用も寮よりも高くない。ただしホストファミリーによって住みやすさなどは変わってくると考えられる。

寮での生活も経験してみたいと思い、後期は寮にしたがルームメイトと問題があり、途中で違う寮に移動した。最初に住んだ parkside は現地の一年生がほとんどであり留学生はいなかった。アメリカ人の友達が多く欲しければ、おすすめである。一方 international house は留学生が多く、様々な国から来た人と友達になることができた。ホームステイと比べて寮での友達がたくさんで交流を広げられるのが寮生活のメリットだと思う。またキャンパスへのアクセスがよいので、図書館に遅くまでいたりすることができる。食事に関しては週 10 回ミールプランがあり食堂で食べていた。寮の部屋には電子レンジと冷蔵庫がなくキッチンがないのが不便だった。

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: _____)

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: _____)

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?

インターネットで調べたり、現地の友達に聞いたりし、危険な地域にはいかず、夜は出歩かないように気をつけた。実際、被害にあうことはなかった。

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。)

tMobile の SIM カードを使っていたが、インターネットの接続は良かった。そのためキャンパス外で WiFi をつかうことはなかった。international house の 部屋の WiFi がとても弱く部屋の中でパソコンを使えなかった。キャンパスの WiFi 環境は良好。

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。)

現地の銀行口座 well Fargo を開設し、日本のデビットカードからお金を引き出し現地のカードに移していた。そのカードでホストマザーにステイ費用をオンラインで送金していた。口座開設は大学の銀行で簡単にできた。またクレジットカードも併用し、現金を使うことはあまりなかった。

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下さい。

薬

日本マーケットやダイソーがあり、大体は日本のものを現地で買うことが可能だった。

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。
25 単位	<input checked="" 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? VISA の関係上最低 12 単位はとる必要がある。基本的に学部にも所属していなかったため、履修したい授業をとることができた。	
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):
Sociology100 (Principles of sociology)	社会学の基礎
科目設置学部・研究科	Liberal arts
履修期間	秋学期(8月下旬~12月中旬)
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	Alfonso Hernández Márquez
授業内容	社会学の基礎。gender、race とは何か、どれだけ貧困格差があるのか、その格差の引き起こされた原因は何か、など生徒の経験なども聞きながら授業を進めていく。
試験・課題など	2 mid term exam, Final exam, 2 paper
感想を自由記入	世界で根本的な問題である男女、人種差別に関し幅広く学ぶことができた。基礎のクラスであったので 課題やリーディングの量はさほど多くはなかった。クラスでは学生による議論が頻繁に繰り広げられていて圧倒された。

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):
Sociology142(Social trends and problems)	社会の傾向と問題
科目設置学部・研究科	Liberal arts
履修期間	秋学期(8月下旬~12月中旬)
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	seminer(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	Nathan Horn
授業内容	アメリカでの社会問題(人種差別、環境問題、選挙、公共交通機関、ジェンダー、貧困格差)を全般的に学ぶ。
試験・課題など	4 online quizzes final paper(7-10pages)
感想を自由記入	毎回授業で、テキスト1章ずつ進んでいくので授業前に読んでおかなければならず大変だった。さらにセミナー形式の授業だったので出席点を得るには授業で発言しなければならなかった。しかし教授は優しく、質問すれば丁寧に説明してくれたので助かった。

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):
International studies 100(Global citizenship)	地球市民
科目設置学部・研究科	International Studies
履修期間	秋学期(8月下旬~12月中旬)
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	Laura Ceia
授業内容	主にグローバル化について学ぶ。グローバル化が起こった原因や背景、またそれによって何が引き起こされたのか、アメリカだけでなく世界全体に目を向けて考える。先進国と発展途上国の貧富の格差、環境問題など現代社会の問題にも触れる。
試験・課題など	2 Online quiz(multiple choice and essay) final paper(5-6pages) short essay (200words) every week
感想を自由記入	毎回、クラスメイトとの discussion の時間があつたため、事前に教科書を読んで内容を理解しておく必要があつた。クラスメイトはそれぞれ異なる意見を持っていて興味深かつた。さらに、オンラインでクラスメイトが書いたショートエッセイを見ることができたため、それを読むことが自分の理解を深めることにつながつた。

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):
Psychology 150(Personality and social behavior)	性格と社会的行動
科目設置学部・研究科	Liberal arts
履修期間	秋学期(8月下旬~12月中旬)
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165分が1回
担当教授	Rose Hanna
授業内容	心理学の導入、人の心理や性格がどのように行動に影響を与えるのか
試験・課題など	2 midterm exam, final exam, Individual project paper, group presentation
感想を自由記入	日常生活と結びついている点が多く、秋学期履修した授業の中ではとても興味深い授業だった、心理学の用語が難しいことが時々あつたが、具体的な事例を交えて説明してくれたので理解することができた。

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):
Spanish 100(Fundamentals of Spanish)	スペイン語の基礎
科目設置学部・研究科	Liberal arts
履修期間	春学期(1月下旬~5月中旬)
単位数	6
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、group work が多い(チュートリアル, 講義形式等)
授業時間数	1週間に110分が2回
担当教授	Rosy Wellborn
授業内容	スペイン語の基礎、基本的な文法、語彙、会話練習も多くある
試験・課題など	hybrid クラスだったのでとにかく課題が多い 2 exam, 5 pop quiz, online assignment, 3 essay partner と 5 video work(Oral practice) final project
感想を自由記入	スペイン語の初級ではあつたが一年間分の内容を一学期分にまとめたクラスだったため、授業速度がとても早くついていくのが大変だった。クラスでは毎回グループワークがあつたが、クラスメイトが助けてくれた。質問すれば、教授もクラスメイトも優しく教えてくれた。他の授業とは違い、予習は必要ないが、頻繁に小テストがあつたので毎回授業後に復習し定着させるよう心がけた。

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):
Sociology335 (Social Psychology)	社会心理学
科目設置学部・研究科	Liberal arts
履修期間	春学期(1月下旬~5月中旬)
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	seminer(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	Chantrey Murphy
授業内容	主に社会に蔓延している人種や性別などに対する偏見やステレオタイプがどのように行動(差別)に影響するののかに関する理論を学ぶ。また個人の気持ちがどのように行動に反映されるか心理学にも触れる。
試験・課題など	1 short essay, 1 individual paper, group presentation
感想を自由記入	社会心理学に興味があったため、この授業を履修したが正直とても難しい授業であった。抽象的でよく理解できない言葉があったり、リーディングの内容を理解するので精一杯だった。授業はリーディングを中心に取り上げて進んでいくが、授業の出席点をとるには授業内で発言することが求められた。課題もかなりレベルの高いものを要求されたため、自分だけでなく、現地生も苦勞していた。これは一般教養の授業であったが300番代は上級生向けなので100番代の授業と異なる。それなりの覚悟を持って受講した方がいいと思った。

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):
Antholopology412 (Culture and Communication)	文化とコミュニケーション
科目設置学部・研究科	Liberal arts
履修期間	春学期(1月下旬~5月中旬)
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	Linda Light
授業内容	文化の違いによって引き起こされるミスコミュニケーションをなくすため、様々な国の文化を学ぶ。特にアメリカ西洋諸国と日本をはじめとするアジア国の行動スタイルの違い(個人主義、集団主義など)に触れる。世界各国の人とコミュニケーションをしていく上で必要な知識だと思う。
試験・課題など	3 exams, group presentation, 5 assignment
感想を自由記入	400番代で上級生向けのクラスであったが、難しすぎることはなくとても興味深い授業だった。自分が日本人の交換留学生だったこともあり、よく日本人について聞かれることが多かった。またいろんなバックグラウンドを持つ人と一緒に学ぶことができた。英語はコミュニケーションのためのツールであり、円滑な対話をするには相手側の文化を理解し尊重することが大切だと感じた。

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):
CAFF 226 Consumer Life Skills	消費者としての生活スキル
科目設置学部・研究科	Consumer Affiars
履修期間	春学期(1月下旬~5月中旬)
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1回
担当教授	Jacquelyn Morell
授業内容	消費者を守る法律や機関などについて学び、消費者として自分を詐欺から守るスキルを身につける。授業は週に一度だけでその他は課題が課せられる。
試験・課題など	3 exams, online assignment every week, group presentation
感想を自由記入	課題は教科書を読んだ内容をまとめたり、外部のサイトから情報を調べてきてまとめたりするもので難しいものではなかった。これから社会にでて一個人の消費者としてモノを買う上で必要な知識を身につけられたと思う。

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。
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。
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。

2018年 1月～3月	
4月～7月	
8月～9月	8月短期でトロントに語学留学後、長期で留学したいと思始める 9月 TOEFL 勉強、留学に関する情報収集
10月～12月	10月 TOEFL 受験 11月 留学応募 12月 学内選考、結果発表
2019年 1月～3月	2月 留学先大学への書類提出 4月 履修登録
4月～7月	留学準備(VISA の申請、飛行機予約、保険加入、予防接種、ホームステイの申請、英語学習、アルバイトで資金調達)
8月～9月	8月 渡航、オリエンテーション 授業開始(8/26～)
10月～12月	fall semester (8/26-12/17) 10月 中間試験 11月 spring semester campus housing の申請、Thanks giving break 12月 期末試験、冬休み
2020年 1月～3月	1月 冬休み(~1/19)、ホームステイ先から大学寮に移動 春学期(1/20～) 2月 中間試験 3月 コロナのため対面式授業からオンライン授業に、早期帰国
4月～7月	4,5月 日本でオンライン授業を続ける、期末試験(~5月中旬) 6月 留学終了手続き、インターン探し
8月～9月	
10月～12月	就活準備予定

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。

カリフォルニアはアメリカの中でも様々な人種が住んでいる地域であり、留学生の数も多いです。そのため、異なる文化や背景を持つ人と生活を共にし、自分と考え方や価値観が異なる人と交流することで刺激を受け、物事に対する新たな考え方を見出せると考えました。リベラルアートの授業が多く開講されていたのもこの大学を選んだ理由です。またロングビーチという名の通り、ビーチがたくさんあり、雨が降ることはほとんどなくとても過ごしやすい気候でした。さらにロングビーチはロサンゼルスまで車で30分とアクセスがよく、休日は観光地に遊びに行くことができるため、勉学に励み、遊びながら留学を満喫するには最適な場所だと思いロングビーチを選びました。

最初は英語も拙いまま、慣れない地で生活するのに、友達ができるだろうか、授業についていけるだろうかと不安を覚えていました。しかし自分から積極的に行動し、チャレンジしていくことで、英語でのコミュニケーション能力もあがり、授業を含め、留学生活を楽しむことができるようになっていました。今回コロナの影響でオンライン授業に切り替えられ、予定より2ヶ月早く帰国することになってしまったのが残念でしたが、それまでの期間で十分に楽しみ成長できたと思います。

留学するにおいて留学前の手続きや英語の勉強、大学の成績の維持、たくさん準備することがあるため、地道に準備をすすめておくことがとても大切です。留学前、留学中、困難に立ち向かうことはたくさんあるかもしれませんが、それを乗り越えた達成感は大きく、最終的には自分の成長につながると思います。自分から積極的に行動し、何事も行動を起こしてみる前向きな姿勢が重要です。留学する目的を明確にし、向上心を持ちながら頑張ってください！

