

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2024年1月7日
明治大学の所属学部・研究科 ※学部・学科・研究科・専攻等	国際日本学部国際日本学科
留学(渡航)した時の学年	2年生
帰国年月日	2023年12月29日
明治大学卒業予定年月	2026年3月
留学先大学について	
留学先国	アメリカ
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)
現地使用言語/ 授業使用言語	英語/英語
留学期間	2023年8月～2023年12月
留学先大学で在籍した学年	2年生
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 日本語名: 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:
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 月上旬 2 学期: 1 月下旬～5 月上旬 3 学期: ~ 4 学期: ~
学生数	32,700
創立年	1949

留学費用

留学費用項目	現地通貨 (ドル)	日本円	備考
授業料	6650	980,856 円	
宿舍費	6835	1,008,387 円	
食費	2,067	304,909 円	
図書費	80	11801 円	
学用品費	60	8850 円	
携帯・インターネット費	19	28,000 円	ミントモバイル
現地交通費	0	0 円	(<input checked="" type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	1,000	147512 円	
被服費	400	59005 円	
医療費	0	0 円	
保険費	1000	148,401 円	形態: 明治 50,395 + CSULB98,006
渡航旅費	1656	244,378 円	デルタ航空
ビザ申請費	491	72,549 円	SEVIS 等
雑費	1355	200,000 円	生活必需品 + お土産 + 雑貨
その他		円	
その他		円	
合計	21,613	3214648 円	

渡航関連

渡航経路

往路 出発地:羽田空港 目的地:ロサンゼルス国際空港 経由地:なし

復路 出発地:羽田空港 目的地:ロサンゼルス国際空港 経由地:なし

渡航費用

① 往復チケットを購入した場合
航空会社:デルタ航空
料金:244,378

② 片道ずつチケットを購入した場合
往路 航空会社: 料金:
復路 航空会社: 料金: ∴合計:

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:公式サイト)
 その他()

滞在形態関連

1) 種類(留学中の滞在先)(例:アパート、大学の宿舍等)

学生寮(寮の名前:ヒルサイド) 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2)

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:

ルームメイトとエアコンのある少し高級な寮を狙っていたのだが、そこはすぐ売り切れてしまったので仕方なくヒルサイドにしました。

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)

寮に関してですが、スイートという構造になっており、一つのドアの先に、三つの二人部屋と一つの一人部屋がある構造になっていた。自分とルームメイトはほかの二つの二人部屋の人たちと仲良くなることができました。暇な時間には互いの部屋を行き来したり、休日にはお出かけも一緒にすることもありました。トイレと洗面台、シャワーが共用となっており、誰かが使用している際には待つ必要があり、少しだけ不便だった。鍵はオートロックになっており、自分の学生証でドアが開くようになっていた。学生証を部屋に忘れて締め出されてしまい、管理人に電話している友達も少なくはなかった。エアコンがないので特に夏は暑くなってしまっていました。私にとっては我慢できるほどでしたが、筋肉量の多いルームメイトは寝るのに苦労をしていました。食事に関してですが、私は週 10 回食堂に入れるミールプランを選択しました。週 10 回だと、毎日3食は食べれないので節約する必要がありました。ミールプランを使い切ってしまった後や、食堂が閉まってしまった後には、友人と車でタコベルに行きました。また、ルームメイトが 1 学期で 210 回のプランだったのでたまにそれを使って食堂に入れてもらうこともありました。設備に関しては、徒歩 15 分くらいのところにジムがあったのでそこを有効活用していました。きれいで大きかったので満足していました。日本で大学に通うのと異なり、寮生活のため、授業に徒歩 10 分くらいで着けるのはとても便利だなと感じました。授業に関しては、レベルによってだいぶ異なると思います。自分は難しすぎる授業や、課題が多い授業で友達と過ごす自由時間が無くなるのが嫌だったので、比較的簡単で興味のある授業をとりました。中間試験がマークシート方式のもあれば、レポートであったり、大学のサイトでオンラインクイズのような形で受けられるものもありました。休日は暇な時もあれば、しっかり外出するときもありました。私のスイートではルームメイトを含む二人が車を持っていたため、用があるときは頼めば連れて行ってくれるのでとてもよかったです。

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:)

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?

友達のスケートボードが食堂で盗まれたらしいですが、それ以外は特にありませんでした。

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。)

寮のWi-Fiはたまに不安定になるところがありましたが、十分でした

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け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。)

自分は現地の銀行を持っていなかったため、Venmoという日本でいうとPayPayのような送金システムを利用できなかった。主にクレジットカードを使っていた。友達全員分のものを自分がカードで支払い、現金で返してもらうという方法を使い、現金を調達した。

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。

特にないですが、日本食は割高なので余分に持って行ってほしいと思います。

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。)

自分のクレジットカードでは上限に行ってしまうので、払えないので、渡航前に親のカードで支払った。

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。
12 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 type="checkbox"/> オンライン <input checked="" type="checkbox"/> メール <input type="checkbox"/> その他() <input type="checkbox"/> 履修の制限があった:	
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)
The Meaning of Life	人生の意味
科目設置学部・研究科	リベラルアーツ
履修期間	一学期
単位数	3
本学での単位認定状況	まだ 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(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	Keith Kaiser
授業内容	哲学に部類される授業だと思います。宇宙論的証明などを用いて神の存在について考察するような授業でした。
試験・課題等	小テストが三回。最終試験は筆記テストでした、
感想を自由記入	教授がひたすら哲学についてしゃべるので、使われる英語もむずかしくなかなか大変な授業でした。

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)
Composition II	文の構成
科目設置学部・研究科	リベラルアーツ
履修期間	一学期
単位数	3
本学での単位認定状況	認定待ち単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	オンライン講義(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	Ngozi Williams
授業内容	いろいろな文献を読みながら、それを要約したり、エッセイを書いたりしながら英語の文の書き方を学ぶ授業でした。MLA フォーマットの使い方も詳しく教わりました。体感的には、国際日本学部のライティングの授業のような感じでした。
試験・課題等	試験はなく、毎月エッセイなどの大きい課題。最終課題は12個の文献を使ったりサーチペーパーでした。
感想を自由記入	初めのほうは課題も少ない授業でしたが、期末になると文献を12個も使ったりサーチペーパーを書かなければならず、たくさんの労力を割きました。

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)
Greek mythology	ギリシャ神話
科目設置学部・研究科	リベラルアーツ
履修期間	一学期
単位数	3
本学での単位認定状況	認定待ち単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	講義(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	Jessica Brooks
授業内容	古代のギリシャの神話を学びました。週ごとにいろいろな神の逸話などを聞いていました。
試験・課題等	ほぼ毎週あるクイズと毎月のレポート。中間テストと期末テストは筆記でした。
感想を自由記入	名前を聞いたことのある神の逸話などを詳しく聞けるのでとても興味深かったです。毎週のクイズも簡単で毎回講義をちゃんと聞いていれば、よい成績が取れると思います。

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)
Pickleball	ピックルボール
科目設置学部・研究科	Kinesiology
履修期間	一学期
単位数	1
本学での単位認定状況	認定待ち単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	実技(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に50分が2回
担当教授	Nikki Thornburg
授業内容	ピックルボールという体育館で行うミニテニスみたいなスポーツです。学期の最初にペアを組み、その人とずっとプレイしていくので友達ができやすかったです。日本では学べないスポーツだと思ったので取りました。
試験・課題等	プロの試合を見て分析する課題やクイズがありました。中間と期末試験はオンラインのクイズでした。
感想を自由記入	少人数授業で、友達ができやすく楽しく運動することができました。レベルごとにグループも分かれるので初心者でも撮りやすい授業だと思います。

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)
Golf I	ゴルフ
科目設置学部・研究科	Kinesiology
履修期間	一学期
単位数	1
本学での単位認定状況	認定待ち単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	実技(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に50分が2回
担当教授	Eric Burkhardt
授業内容	ゴルフの授業です。最初はパターの基本から学び、その次に打ちっぱなしに行きます。
試験・課題等	中間と期末にオンラインのクイズがありました。期末には自分のスイングを分析する課題もありました。
感想を自由記入	基本友達とおしゃべりしながら、ひたすら打っていました。先生もしっかりスイングを教えてくださいるので、楽しく学ぶことができました。ゴルフの授業は日本では取れないので価値のある経験だったなと思いました。

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)
Fitness Walking	フィットネスウォーキング
科目設置学部・研究科	Kinesiology
履修期間	一学期
単位数	1
本学での単位認定状況	認定待ち単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	実技(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に50分が2回
担当教授	Bonny Thompson
授業内容	運動としての散歩を実技形式で行う授業です。大抵の授業ではタイムを計りながら2マイルを歩きます。スカベンジャーハントなどのアクティビティーもあり、広大なキャンパスを散策することもありました。
試験・課題等	中間と期末試験はオンラインのクイズでした。
感想を自由記入	ハロウィーンの時期にはレクを行ったりと、とても楽しい授業でした。気温がとても高かった日や、雨の日には休講になりました。基本キャンパスのどこへでも行けるので、友人と探索をよくしていました。

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)

就職 進学 未定 その他:

1) 進路決定の際に活用したウェブサイト、書籍、機関等

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	TOEFLの対策
	10月～12月	
留学開始年	1月～3月	出願、航空券購入、履修の提出
	4月～7月	ビザ申請、予防接種、寮の選択
	8月～9月	留学開始
	10月～12月	中間試験、期末試験、帰国
留学/帰国年	1月～3月	留学報告書の作成
	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等、自由に記入してください。

初めて海外に住む経験はとても刺激的で、自分自身成長を感じることができました。私は、ほかの国からの留学生ではなく、現地のアメリカ人と仲良くなりたかったので、一般の寮を選択しました。インターナショナルの寮を選択し、いろんな国の友達を作ることができた友人もいます。この選択によって、留学の中身がとても変わると思います。私は、自分の選択に大変満足しています。この大学は、部屋を決めて、ルームメイトが勝手に割り当てられるスタイルではなく、自分でルームメイトを選んでから一緒に住みたい寮を選択する仕組みでした。(ルームメイトを選ばなかったら勝手に割り当てられると思います)。ルームメイトを妥協しなかった私は、大学のハウジングのポータルを通して、何人かにメッセージを送りました。すると、日本人のハーフの現地の人から返信が来て、意気投合し、一緒に住むことが決まりました。現地の人には車を持っている可能性が高いので、たくさん観光をしたいという人は、現地の人とルームメイトになったほうが良いかもしれません。寮では、ルームメイトだけでなく近くの部屋にいるスイートメイトもできました。寮のみんなは、自分にとってもやさしくしてくれ、ジムに行くときも、食堂に行くときも、休日に遊びに行くときも一緒に行動していました。正直、海外の大学の授業を受けたことよりも、海外に友達ができただけのほうが自分にとって価値があるなと思います。また、先ほども述べた通り、ルームメイト選びが一番重要だなと思いました。わからないことがあるとすぐ助けてくれる、車でどこにでも連れてってくれる。ルームメイトが留学の価値を左右するといっても過言ではないと思います。サンクスギビングの時は、学校が一週間丸ごと休みになります。そういったときにも、彼の実家に泊まらせてもらうことができました。そして、そこでアメリカの実際の感謝祭の様子なども体験することができました。また、私が帰国するまでに寮を追い出されてしまうのですがその際も、一週間以上泊まらせてもらうことができました。良い友人を持つことによって、私の留学はほかの人のより何倍もよいものになった自信があります。ロングビーチは治安も気候も良くとても過ごしやすかったです。ホームシックになりそうな時もありますが、行ってしまったら楽しむしかないと思います。とても貴重な経験になると思うので頑張ってください！