

留学費用			
留学費用項目	現地通貨 (US \$)	日本円	備考
授業料	7,110.00	981,180 円	11units 分
宿舍費	5,548.76	765,728 円	寮での食費含む
食費		円	
図書費		円	
学用品費		円	
携帯・インターネット費		28,832 円	sim カード 3 ヶ月 60GB
現地交通費		円	(<input checked="" type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費		円	
被服費		円	
医療費		円	
保険費		282,485 円	形態: 明治大学指定の 3 ヶ月分のもの
渡航旅費		181,280 円	
ビザ申請費		69,702 円	
雑費		円	
その他		386,054 円	
その他		円	
合計		2,695,261 円	

渡航関連	
渡航経路	
往路 出発地:羽田 目的地:サンフランシスコ 経由地:ロサンゼルス	
復路 出発地:サンフランシスコ 目的地:羽田 経由地:シアトル	
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 料金:¥84,830 復路 航空会社:デルタ 料金:¥96,940 ∴合計:¥181,280	
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:エアトリ)	
<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)

学生寮(寮の名前: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 1)

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:

同じ留学先へ留学した先輩たちの留学報告書から。

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)

International house での生活に不便は感じなかった。ルームメイトとの生活時間帯を合わせる工夫などは必要だと感じた。

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?

留学先大学からのメールや旅レジの情報を利用していた。

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。)

接続が不安定だったことはなかった。

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。)

VISA のクレジットカードを一枚利用していた。また、割り勘用に大学の近くの外貨両替所で現金も作った。

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。

特になし。

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。)

事前に親にクレジットカードで払ってもらった。

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。
11 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 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):
Introduction to Economics		
科目設置学部・研究科	ECON	
履修期間	Session A	
単位数	4	
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(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1週間に 240 分が 2 回	
担当教授	Seamus Li	
授業内容	経済学の入門	
試験・課題など	中間試験 1 回目 20% 2 回目 20% 期末試験 25% 課題と出席 35%	
感想を自由記入	日本ですでに経済学を学んでいたこともあり、そこまで苦労はしなかった。経済学科の生徒でなくても、経済に興味があれば履修することは可能だと思う。経済の歴史というよりは、数字を使った理論を学ぶ。	

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):
General Psychology		
科目設置学部・研究科	PSYCH	
履修期間	Session C	
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	オンデマンド形式(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1週間に 120 分が 3 回	
担当教授	Christopher J Gade	
授業内容	心理学の入門で広く浅くさまざまなことについて学ぶ	
試験・課題など	試験 4 回 80% 課題 20%	
感想を自由記入	課題やテスト範囲の量が非常に多く、授業が始まってから最後のテストまで毎日この授業の勉強はしていた。ただ、内容自体は理解しやすいもので興味があればやり切れると思う。	

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):	
Stress and Coping			
科目設置学部・研究科	PSYCH		
履修期間	Session D		
単位数	2		
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(チュートリアル、講義形式等)		
授業時間数	1週間に150分が2回		
担当教授	Andres Martinez		
授業内容	ストレスの対処法		
試験・課題など	試験 60% レポート 30% 実験協力 10%		
感想を自由記入	100人くらいの授業で、教授の話を一方的に聞くような大講義形式。さまざまなストレスの対処法やストレスを感じる脳の構造などを学ぶ。レポートは授業で学んだストレス対処法などを実際にやって感想を書くもの。		

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):	
Emotional Intelligence			
科目設置学部・研究科	PSYCH		
履修期間	Session D		
単位数	2		
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、ゼミ形式(チュートリアル、講義形式等)		
授業時間数	1週間に150分が2回		
担当教授	Ryan Lundell		
授業内容	感情に関する心理学		
試験・課題など	試験 40% プレゼン 20% ディスカッション 20% 課題 20%		
感想を自由記入	私が留学中に履修した授業の中では一番難しかった。内容や扱う単語が難しく、ゼミ形式で授業をする回もあり大変だった。		

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 type="checkbox"/> 就職 <input checked="" 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	明治大学への留学出願
留学開始年	1月～3月	予防接種
	4月～7月	パスポート取得、ビザ取得、航空券購入、留学開始
	8月～9月	帰国
	10月～12月	
留学/帰国年	1月～3月	
	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、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。

この留学先を選んだ一番大きな理由としては、TOEIC のスコアだけでいけることでした。私は計画性があまりない方で、留学をしたいと思ったときには TOEFL の受けて結果が出てから申請しては他の交換留学に応募できない時期でした。しかしカリフォルニア大のサマーセッションは TOEIC が 600 点台の人でも応募でき、幅広い人が挑戦できるようになっていました。

そして留学をしようと思った理由の一つに、先ほども書いた計画性のなさを改善したいというものもありました。結果としてはあまり何も変わりませんでした。20 年かけて染み付いた性格というのはやはり変えるのは難しく、航空券の手配やビザの申請なども留学出発日の1週間前に終わりました。また、性格という面でいえば、留学を始めたばかりのころにグループ活動であまり発言をすることができず、英語力のなさを痛感したことがありました。しかし、これは英語力だけの問題ではなく、性格の部分も関連していると感じました。実際に日本にいた頃も、大人数でのグループ活動の際に積極的に発言する方ではなく、それはアメリカに行っても変わらないことだけであり、くよくよ悩む必要はないことに途中から気づきました。そして英語力は実際にあったわけではなく、ルームメイトとの会話もなかなかうまくいかないことがありました。しかし、留学が終わる頃には仲良くなっていて、その理由の一つに運動がありました。ルームメイトは筋トレをする人で、私も中高の部活で筋トレをしていたこともあり、一緒にジムに行くようになりました。そこで運動を通して関わる時間を増やしていきました。また、大学のジムには体育館も併設されており、ルームメイトの友達ともバスケットボールをすることで、コミュニティが広がっていきました。最後に、留学は語学力を上げることが全てではないと感じました。しっかり遊び、会話をすることで、日本ではできない貴重な経験を得られると思います。筋トレに関しても日本でできることではありますが、その活動を通して得られるコミュニティや会話の機会があると感じました。なので、こうしなければならぬという固い考えはあまり持たずに、行動をしてみるということも大事だと感じました。