

<b>留 学 報 告 書</b>
------------------

記入日:2019年10月16日

所属学部／研究科・学科／専攻	文学部心理学科臨床心理学専攻
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: カリフォルニア大学アーバイン校 現地言語: University of California, Irvine
留学期間	2019年6月～2019年9月
留学した時の学年	4年生(渡航した時の学年)
留学先での学年	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9月17日
明治大学卒業予定年	2020年3月
<b>留学先大学について</b>	
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:9-12月 2学期:1月-3月 3学期:3月末-6月下旬 (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	33,467人
創立年	1965年

留学費用項目	現地通貨 (ドル)	円	備考
授業料	6,417	705,870円	
宿舍費	2,112	232,320円	
食費		84,000円	平日は自炊で、土日は外食もしました
図書費		25,000円	
学用品費		1,500円	
教養娯楽費		円	
被服費	150	16,500円	
医療費		円	
保険費	250	27500円	形態:
渡航旅費	1,000	110,000円	
雑費	100	11000円	
その他		円	
その他		円	
その他		円	
<b>合計</b>		約 125万円	



## 卒業後の進路について

## 1) 進路

就職    進学    未定    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。

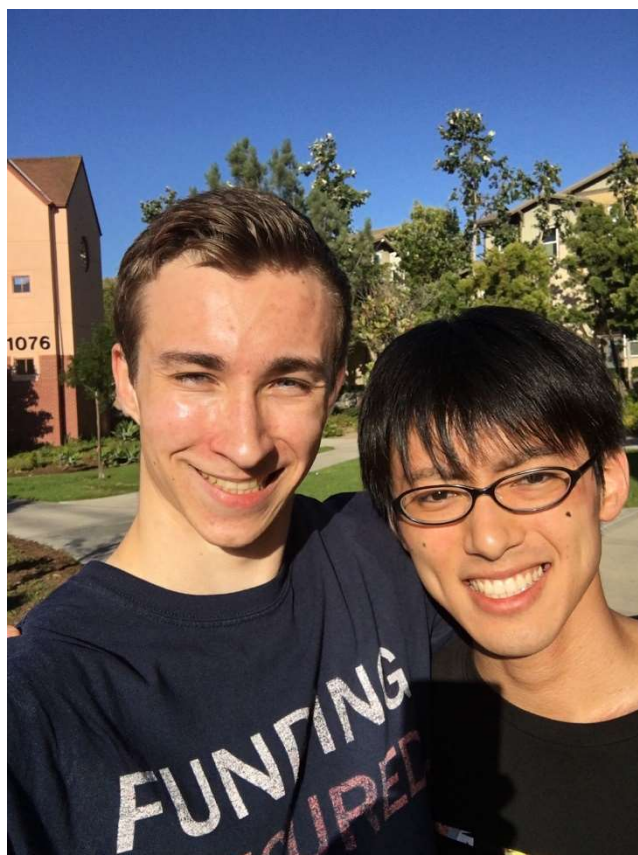
私は4年でありながら就職活動真っ盛りの時期に留学するという、周りから見ればイレギュラーな決断をしました。本来ならば渡航前に内定をとりたかったのですが、残念ながらそれは叶いませんでした。

しかし、現地でも就活をやろうと思えば Skype などでも現地でもオンラインで面接してくれる企業もあります。現時点で(2019年10月)就活を続けている状況ではありますが、個人的な意見としては就活を理由に留学を諦めるのはあまりにもったいないと思います。

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、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	<b>本学で認定された単位数合計</b> ※該当項目にチェックのうえ、記入して下さい。 <input type="checkbox"/> 単位 <input type="checkbox"/> 単位数認定の申請はしません(理由: )
14 単位	
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):
Psychology Fundamentals	心理学基礎
科目設置学部・研究科	
履修期間	Session 1
単位数	4
本学での単位数認定状況	単位数認定(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 110 分が 3 回
担当教授	Berg, B.
授業内容	教科書にそって心理学の基礎を勉強する。内容はかなり理系の内容に偏っており、心理学基礎と言っておきながら神経科学や生物学の内容が大半である。
試験・課題など	試験は計 3 回行われ、いずれもマーク式で 50 問のテスト。Extra Credit もあり、エッセイの提出や UCI の教授の心理学に関する実験に協力すると加点される。
感想を自由記入	この授業では大半の授業で理系の知識を学ぶため、特に文系出身の皆さんは留学前に勉強しておかないとかなり厳しいです。私は取り扱われた分野をあまり勉強していなかったため、かなり大変でした。日本で勉強する心理学ではこのような理系の知識はあまり勉強しないと思うので、もしこの授業を取るのであれば事前に神経科学や生物学(特に人体器官の構造について!)を勉強しておくことを強く勧めます。回によってはさっぱり内容が分からなかったため、毎回授業が終わる度にオフィスアワーに行き質問をしまくりました。オフィスアワーではどんな質問でも教授が親切に答えてくださいました。

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):
The Beatles and 60's	ビートルズと 60 年代
科目設置学部・研究科	
履修期間	Session 1
単位数	4
本学での単位数認定状況	単位数認定(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 170 分が 2 回
担当教授	Brodbeck, D
授業内容	音楽の歴史の授業で、ビートルズの曲、またビートルズが活躍した 60 年代を多角的に学ぶ。毎回ビートルズもしくは同時期に活躍したアーティストの曲が取りあげて曲の構造や特徴を解説したり、曲が生まれた当時の時代背景についても取りあげる。
試験・課題など	課題は中間エッセイ(3 つ)と期末エッセイのみ。エッセイについて発表されるのが直前なので、短時間でエッセイをこなさなければならず大変。また毎回リーディングの量が多い。リーディングを読まなくても授業についていけなくなるというわけではないが、これを読まないでエッセイを書くのが相当大変になる。
感想を自由記入	この授業は聞いている分には面白いのですが、短時間で大量のリーディングを読まなければならず、また課題の情報が発表されるのが直前なのでエッセイを書き上げるのに時間に追われました。その結果、私はあるエッセイが締切りに間に合わず非常に悔しい思いをしました。結局、教授に何とか頼み込んで遅れて提出しましたが、それくらいこの授業はリーディング、ライティング、音楽の知識がある人でないと良い成績を取ることが厳しい授業だな、というのが正直な感想です。

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):
University Writing & Communication	ライティング&コミュニケーション
科目設置学部・研究科	
履修期間	Session 2
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、ディスカッション、グループワーク(チュートリアル, 講義形式等)
授業時間数	1週間に 80 分が 2 回
担当教授	Wolff, B
授業内容	大学レベルのエッセイの書き方や間違えやすい文法事項などを学ぶ。
試験・課題など	エッセイの提出やクイズ形式の小テスト、グループでビデオ作成など。量は多いがそこまで苦になるような量ではない。
感想を自由記入	留学生向けの授業と言うこともあり、楽しく勉強しながら英語の能力を上げていくといった授業だと思います。課題の量は多いとは思いますが、真面目にやっていたら大丈夫です。先生がとても親身な方で、毎回オフィスアワーに行くと自分のエッセイの何が良くて何を改善すべきかなど丁寧に教えてくださいます。

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):
Introduction to Early Childhood Education	幼児教育基礎
科目設置学部・研究科	
履修期間	Session 2
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、ディスカッション、グループワーク(チュートリアル, 講義形式等)
授業時間数	1週間に 170 分が 2 回
担当教授	Collins, P
授業内容	0-8 歳の子供に対する、高度な幼児教育とはどうあるべきかということについて勉強する。子供の発達段階を多面的に学んだり、幼児に効果的なアクティビティは何かということについてディスカッションしたりもする。
試験・課題など	リーディングの宿題はあるがそこまで読まなくても授業にはついていけると感じた。またオープンブックでクイズ形式の小テストが3回、グループワークが3回あり、期末はテストと幼児教育に効果的なアクティビティを考えて、それをインフォグラフィックにまとめる(ポスターみたいなもの)課題がある。
感想を自由記入	先生がとても熱心で明るい先生なので、授業の雰囲気は毎回良かったです。私は明治で発達心理学を少し勉強しており、知識の遅れもあまりなくスムーズに理解することが出来ました。グループワークの時にも、周囲の学生に助けをもらいながら何とかやることが出来ました。全体として授業の難易度もそこまで難しい感じではないと感じましたが、期末試験はしっかり勉強しないと点は取れません。



### 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	大学1,2年は普通に授業を受けサークルに行き...という典型的な生活。高校生の時に10日間ほどアメリカに研修に行っており、大学1年の頃からまた留学してみたいなあと思っていたが、資金は全て自分で賄わねばならず、また長距離通学をしているためアルバイトをする時間もあまり無く、出来ないだろうと諦めていた。
8月～9月	しかし、それでも留学に行きたいなあと思い始める。
10月～12月	一ヶ月のイギリス留学に行くことを決断。アルバイトを掛け持ちし資金集めに励む。
2018年 1月～3月	アルバイト三昧。
4月～7月	アルバイト三昧。
8月～9月	イギリスに一ヶ月間留学。
10月～12月	公務員勉強を開始するが、もう一度留学に行きたいという思いが高まってしまう。この頃 UCSS のプログラムを検討し始める。また、公務員志望から民間志望に切り替える。
2019年 1月～3月	1月：親と協議の末、UCSSに参加することを決断する。TOEICを受験し応募要件の点数をクリアする。 2月：二次募集で出願。 3月：履修手続き
4月～7月	主に就職活動と英語の勉強。UCSSの準備講座や自主講座に参加。 5月中旬：I-20取得 5月下旬：航空券手配、寮手配 6月下旬：Session 1開始 7月下旬：Final Exam週間
8月～9月	8月上旬：Session 2開始 9月上旬：Final Exam週間
10月～12月	奨学金手続き、就職活動

## 留学体験記

留学しようと決めた理由	もともと大学入学時から留学に興味はあったのですが、資金を全て自分で揃えなければならなかったこと、また長距離通学をしていてアルバイトの時間も中々とれなかったこともあり諦めていました。しかし諦めきれず大学3年の夏に、一ヶ月間の留学に行きました。その際、現地生のレベルの高さにショックを受けたのと同時に、英語を話す楽しさや英語で得られる情報量の多さを知りました。就職活動(当時は公務員勉強)を控えた中ではあったのですが、完全に留学に対する思いが再燃してしまい、行くことを決めたという感じです。
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	準備として、明治大学で英語のライティングの授業を取りました。また、3-4分ほどの動画を見て要約するといった学習も行いました。しておけば良かったと思う準備は、スピーキングの練習です。やはり英語で話す機会が圧倒的に欠けていたので、日本にいるうちにもう少し機会を見つけておけば良かったかなと思います。また、自分が取る科目の勉強をもう少ししておけば良かったとも思います。あとは、このプログラムに関しては渡航前に取る授業の候補を作っておくことをオススメします。実際に授業を受けて、自分に合わない、難しすぎるといった際に履修変更がスムーズに出来ると思います。
この留学先を選んだ理由	私の卒業年に影響が出ない留学プログラムであり、また単なる語学留学でなく専門的な知識を学べる留学プログラムだったからです。仮に半年~1年間大学の協定留学に行く場合、明治に復学した後の学費を自分で払わなければならないとそれは避けられたので短期間のプログラムを探しました。このプログラムは単なる語学留学でなく自分の専門知識を更に勉強出来るプログラムであったというのが大きな決め手となりました。その中でもアーバイン校はサポートが手厚く、またパークレー校やロサンゼルス校と比べてそれほど費用がかからないというのも大きな魅力でした。
大学・学生の雰囲気	大学全体に良い意味でのんびりとした雰囲気が広がっていました。現地の学生も自分の思い通りに時間を過ごしているといった印象があります。大学が一つの街みたくになっていて、スーパーやファストフード店もあつたりとにかく広大です。その上学生の皆さんはとてもフレンドリーで見知らぬ人に道を尋ねても誰もが親切に答えてくれます。アーバインはとても安全な街なので夜に出歩いてもそこまで危険ではありません。
寮の雰囲気	各学生が自立した生活を送っているという感じでした。共有スペースに行けば誰かいらしますが、基本的には一人でいる学生が多かったです。とはいえとも声をかければ皆でボーカーをやったり一緒に料理を作り合ったりするなどの交流はしていたので、個人的には心地の良い雰囲気だったと思います。寮にはレジデントスタッフという学生がいて、何か困ったことがあれば相談に乗ってくれます。
交友関係	現地に到着して2,3日は中々周りの学生とコミュニケーションがとれず、本当にこのプログラムを乗り越えられるのかが不安で仕方ありませんでした。しかし数日経つと同じ寮のメンバーを中心に友達ができ良く話すようになりました。ルームメイトが気さくで、一緒にジムに行ったり夕食を作ったりして仲良くなりました。その他の仲良くなった友達ともショッピングやバーに行ったりして、何でも気兼ねなく話す関係になりました。
困ったこと、大変だったこと	生活面で最も困ったのは食事です。最初の一週間ほどは外食中心だったのですが、とにかく口に合わずそこからは自炊することを決断しました。ですが、現地のスーパーで売られているものはサイズが大きく使い勝手も異なるため、食材を使い切れず捨ててしまうことも度々ありました。私はまともに自炊をしたことも無かったため、料理を作るのにも一苦労でした。また現地にいると日本では考えられないトラブルに遭遇します。ある時近くの変電所が火事になってしまい、二日間ほど電気が通らなかった時は本当に大変でした。
学習内容・勉強について	私は心理学を専攻しており現地でも心理学基礎の授業を取っていたのですが、内容が理系に偏っており勉強したことがない分野だったので大変でした。留学が開始して最初の頃は、どの授業も何を言っているかさっぱり分からないので、毎回の授業後オフィスアワーに行って質問をしていました。教授に許可をとり授業を録音して復習の際聞くようにしました。そうすると少しずつ分かってきます。

課題・試験について	課題は明治大学では経験したことのない量を課され、リーディングやエッセイの提出などにかく大量でした。特に大変だったのがエッセイで、慣れるまでは文章が全然書けませんでした。その結果、ある音楽の授業のライティングが間に合わず、自分の力不足を感じました。その後は段々と書くことに慣れ、また大学にライティングセンターがあるのでそこでアドバイスをもらいながら、他のライティングも何とか書き上げたという感じでした。
大学外の活動について	特にクラブ活動等には参加していなかったのですが、定期的に大学の留学生向けのアクティビティがあり、他の留学生と交流していました。また土日には同じ明治の友達や仲良くなった現地の友達と観光やショッピングに行っていました。観光はロサンゼルス、ラスベガスに行き、その他にもエンゼルス野球の試合を観に行ったりディズニーランドに行ったりしました。平日は勉強で多忙な日々を送っていたので、土日はなるべく遊ぼうと心がけていました。
留学を志す人へ	少しでも留学に興味があるのなら、すぐに調べてください。プログラムの募集は大体遅くても半年前には締切りになります。それまでに逆算してお金を工面したり資格の取得などをしないと間に合いません。もう遅かったということがないよう、早めの準備をください。また、繰り返しになりますが私は4年で留学をしました。就職先が決まっていなまま留学に臨んだので賛否両論あると思いますが、私は本当にこの留学をして良かったと思っています。同調性の強い日本に生きてきた我々にとって、価値観の違うものに触れることこそ何よりの貴重な体験です。お金はかかるかもしれませんが、留学に行くと減るものは何もありません。皆さんそれぞれ状況は異なるでしょうが、行ける環境が整いそうなら絶対に行くべきだと思います。

## 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	起床	起床	起床	起床	起床	起床	起床
	朝食	授業	朝食	授業	朝食	観光	観光 or 勉強
午後	授業	勉強	勉強	勉強	授業		
	勉強	アクティビティ参加	勉強	勉強	勉強		
夕刻	ジム、買い物	ジム、買い物	ジム、買い物	ジム、買い物	ジム、買い物		
夜	勉強	勉強	勉強	勉強	勉強		