

學生出國研修心得報告

研修學年度： 105 學年度 一、二學期

薦送學校、系所、年級：國立臺北科技大學 創新設計研究所 碩二

姓名：張耕慈

研修國家：日本

研修學校：千葉工業大學

一、緣起

記得約三年前，剛上研究所之際，自己的大學畢業設計作品-居家香菇盆栽 MushBloom，受到東京設計師週-亞州青年設計獎的展覽邀請，獲得前往一年一度日本設計界最大盛事-東京設計師週之展覽+參賽的機會，而這趟十幾天的東京微旅，除了實際參與了設計展覽的佈展、導覽等事務，也親身、第一線地目睹+觀察到，日本在各類型設計方面的高水平與未來視野，而最令我印象深刻的是，因最後有幸進到前五強的設計競賽階段，便將準備、預演已久的發表內容，在會場的發表舞台上，做了 3 分鐘的英日文介紹，這次的展覽+上台經驗對我來說彌足珍貴，它讓我知道在於設計的交流、傳遞及推廣，其實存在非常多的型式，從此刻開始，便深深期許自己在未來，也能成為將台灣設計曝光在國際舞台的推手或一份子，有如此的想法萌生。

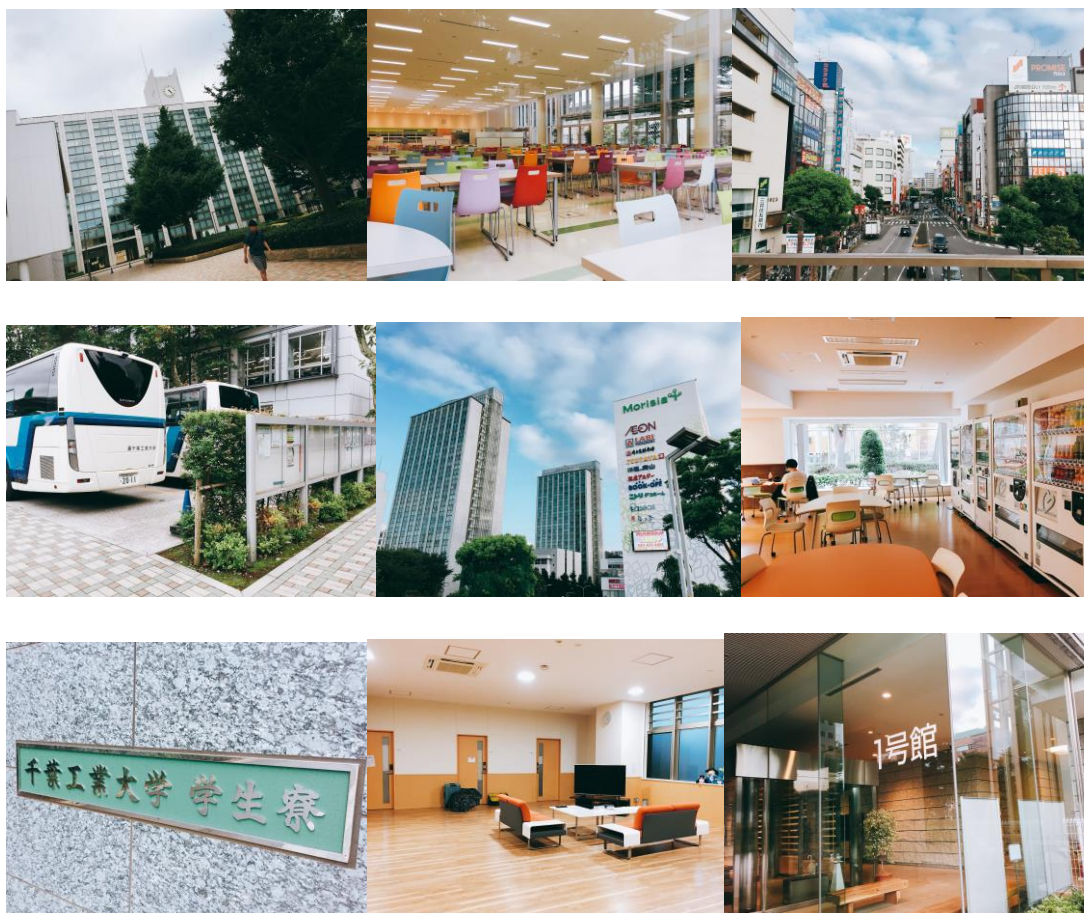
這趟東京設計旅程，是我第一次體驗日本這個國家，因此決定將東京都內的天際線刻畫在腦中，每天的例行公事(前往位在青山的神宮外苑的展覽會場，檢查設計作品的展示情況) 結束後，就以徒步的方式造訪每一個想去的地方，這種緩慢的移動方式，開始建構起自己對這個城市的認識，不僅是地理位置的認知，更重要的是以旅人的心情與角度，深入最平易近人、庶民的日常生活街景，而有名的觀光景點周邊，往往也可能是住宅區域的聚集處；普及於常民與每日的指標設計、公共空間規劃，將是展現一個國家之設計水平，最佳的一個展示平台空間。因此，這趟難忘之旅，促使我開始學習日本語，也迫不及待在不遠的將來，自己能夠流暢地運用這個第三語言能力，更深入地認識日本與日本設計。



二、研修學校簡介

千葉工業大學(以下簡稱千葉工大)是位在千葉縣的學校，總共有 3 個校區。大學部 1、2 年級以及學生宿舍是在習志野校區，大學部 3、4 年級和研究所在津田沼校區，第 3 個校區在東京晴空塔的 8 樓，其中津田沼校區是千葉工大的校本部。

我的設計研究室是位在津田沼校區的 1 號館，津田沼校區從 J R 津田沼車站走 3 分鐘即可到學校。津田沼車站是交通便利的大站，J R 快速線有停靠，以及不用轉車就可以到達東京車站，車站周邊有 3~4 棟日本連鎖的百貨大樓和超市，生活機能方便。此外，在津田沼校區的某些高層樓的教室裡，當天氣晴朗時，除了可以看到迪士尼煙火外，還可以看到富士山。在日期間交換生都是住在千葉工大的學生宿舍裡，學生宿舍位在習志野校區內，目前的宿舍是在 2014 年 3 月才開始使用的新宿舍。千葉工大宿舍目前只提供給交換生以及大學部 1、2 年級生申請及住宿。宿舍都是單人間，女生的房間內除了有提供床、衣櫃、書桌外還有一個洗手台，男生的宿舍與女生宿舍的差別在於，房間內是沒有洗手台。宿舍的廁所以及衛浴設備是共用的，男女生宿舍衛浴皆有淋浴間或澡堂可以選擇，非常高級與舒適。宿舍在每一層皆有提供自習空間與交誼廳。另外，宿舍有提供食堂，除了放寒暑假期間可以自行開火煮飯外，其他時間都必須去食堂用餐，自己煮飯是禁止的。千葉工大在津田沼和習志野兩校區間有提供免費的校車搭乘，非常方便。學校食堂的供餐非常多元，且價格優惠，是學生族群省生活費開銷的正餐第一選擇。



三、國外研修之課程學習（課內）

交換的一年期間，我的研究室(設計科-長尾研究室)一共有 3 位台灣交換生(各自一年)及 3 位中國哈爾濱工業大學交換生(各自三個月)的加入，全盛時期研究室裡有 12%的比例是會講中文的交換生及留學生，可以說是千葉工大單一研究室內，可同時期以日文、中文及英文交流的熱門研究室。長尾研究室的研究專業包含：產品設計、交互設計、情報設計等，此外，長尾研究室多有與台灣、中國合辦國際設計工作營的機會，因此除了學期間的課內課程修習之外，也常常能夠參加工作營、認識更多國家的朋友。

交換的前半年，主要跟著研究室成員一起做設計專題，參與了當地平和交通株式會社的巴士站牌情報設計的提案，旁聽的課程，更是與 NEC 日本電氣株式會社進行產學合作，針對現存的日本社會課題，運用該公司的科技技術，對未來生活進行設計概念提案，寒假期間也到位於東京的本社，跟公司高層進行簡報提案，是非常寶貴且札實的經驗與訓練。

交換的後半年，旁聽了兩門設計課程，山崎老師的未來設計課，每周會請日本業界有名的設計公司社長、總監等人，於課堂內分享經驗+演講，演講當中不僅可密集訓練日文聽力+即時理解之外，演講者的經營理念、設計思想與案例分享，都讓每週的設計課程收穫滿滿，是非常值得選擇的一門課程；而長尾老師開的造型設計課程，這學期則跟相機專門公司 Canon 株式會社、LIXIL 住宅研究專門的株式會社產學合作，隔週的課程同時有兩個專案一起進行，進度及內容都非常充實，課堂當中大家的設計產出水平都非常不錯。

在日本的設計教育當中，非常重視前期的概念發想及研究調查，每周都會花很長地時間與老師、同儕討論，確保此一議題有發展的可能潛在性，因此，討論形式的上課模式很常見，是可以訓練日語口說表達的好場合，也可快速得到對方的意見回饋。此外，也因緊密地跟業界設計公司進行產學的關係，每周都有機會，可以直接跟公司內部的設計師討論自己的設計，將可快速有效率地修正不足之處，如有機會得到業界設計師的讚美，也會信心大增。



四、國外研修之生活學習（課外）

因千葉工大校內沒有提供日本語課程，每週一次的日語課，則是自己報名前往習志野市國際交流協會的日語教室上課，因為是採一對一的教學形式，所以上課內容可以針對檢定考、日本生活文化認識等等，只要與自己的日語老師討論好即可，建議可在即將前往日本交換的前一個月開始線上申請，如此一來，一到日本之後就可以馬上開始上課。日語教室的教材數量非常豐富且多元，基本上不用教材費，可彈性影印使用；如有需要日本就職學習職場用語，也可與老師們討論加強教授敬語的部分，因市役所的志工老師們多為經驗豐富的日本語教學者，因此會依照每個人的學習情況做調整，非常推薦。在日常對話方面，跟著老師可以學到非常多日本當地約定俗成的地道用語，與之前自己在國內課本上學習的有所不同，在研究室與朋友、同儕聊天可以用輕鬆的用語，跟市役所日語教室的老師，也可以運用 email 通信，練習ます型寫作格式，自己寫完的文章或日記交由老師修改後，寫作能力將可以進步很快。

日本語教室每年定期舉辦「書道」、「花道」、「茶道」、「お正月」、「七夕」等等的體驗活動，可以跟著志工們一起度過富有濃厚日本氣息與深厚文化底蘊的節日，自己也可以參加了假日教小朋友中文的語言交流活動，增添自我經驗跟生活趣味。



在研究室生活方面，舉凡聖誕節、萬聖節、新生歡迎會、秋天春天露營合宿、慶功宴、學園祭等等，這些特別的日子都會跟千葉工大研究室的大家一起度過，因為日本人非常重視團體活動的和氣、氣氛，特別會營造充滿回憶、團結一致的空氣，讓每一次的派對、活動、旅行都非常順利且圓滿。平常相處在一起大家，在派對酒酣耳熱之際，有別於以往拘謹印象變得更加活潑，整個氣氛會非常熱絡。

此外，千葉工大國際交流課也會在聖誕節，舉辦一年一度的派對活動，邀請所有校內外國留學生、交換生一同參加。在年末，從聖誕節開始，日本各地開始會有很多派對活動，所以不只可參加校內的活動，當時還參加了日本朋友們的保齡球+聖誕抽獎晚會，一整天一連串的分組競賽，將大家的距離拉得更近了，整個聖誕假期製造了非常多美好回憶。



在每週的週末，自己會前往車程僅約 30 分鐘的東京都內，造訪設計雜貨小店、博物館、美術館等，也跟日本同學去了遠程的小旅行，因為在這次交換之前，已經累積造訪日本四次之多，因此，這次的一年常住時光，就傾向規劃一些較深入的旅行，去一些觀光客較稀少的點，或許連日本同學都鮮少知曉的特色景點，可以依照心情決定這次是單人旅或團體旅行，恣意選擇自己喜歡的旅行方式。



五、與台灣學習環境之比較

首先，因日本的學制規劃的關係，設計系的學生在千葉工大三年級の後半年，就會選擇進入一理想的研究室，跟著指導教授、研究室前輩學習該領域的專業設計，大四的畢業製作，相較於台灣必須參加一年一度於世貿舉辦的新一代設計展，日本的大學設計畢業生，在最後一年的設計訓練，更著重在設計研究的小論文撰寫訓練，不只侷限在產品或平面設計本身的產出，而輔以設計背後札實的前期調查、量化質化的資料收集……等，畢業展覽也以校內展為主，但也有一些美術大學、設計大學會選擇在東京都內，較有名的博物館、美術館空間舉辦校際畢業聯展，供一般民眾及高校生前往參觀，有利於設計與藝術的推廣，高中生也可進一步實際接觸、理解未來理想校系的研修內容。

日本的大學校園，對於舉辦校園博覽會這類型的活動相當重視，千葉工大每年會為高校生舉辦兩次的 OPEN CAMPUS 活動，整個校園到了這個週末，每棟教學空間、研究室會各自布置成不同專業領域的介紹空間，為正在決定未來志向的高中生們，理解這間學校及相對應科系會學習甚麼？校方除了會準備海報的書面及口頭介紹之外，也會推出一些實作的工作坊活動，實際讓學生與家長完全理解未來的大學科系學習方向，十分清楚。

在校園生活的最後一年(包括大四、碩二)，日本學生即開始參加就職活動的面試投履歷，設計系的學生會準備好自己的設計作品集，開始參加各大公司的大型階段面試，順利的話，在還沒有畢業前，就可以拿到公司內定，順利取得就業資格，相較起台灣的學生，等於早早提早一年準備就職的事務，非常不一樣且較有系統。

六、研修之具體效益

在國外的這一年當中，所有學業、生活事務都需自己打理，運用非母語的語言去跟陌生人溝通、談判，深深覺得日本是一個非常替人著想的國度，因為民族性的關係，所有提供服務的場所、機關，在辦理任何手續、購買東西等等，都設想地非常周道，所以你可能的潛在需求，它們都已經設想完畢，自己只需說些關鍵字、按照 SOP 流程，通常都可以很順利平和地完成任務，鮮少會感到尷尬或不便，只要稍注意自己的言行，不要給對方帶來麻煩即可。

在日本一年的交換生活，獨處的時光非常多，以往在台灣忙著學業與生活，在這個時間點來到日本，剛好緩慢了整體步調，因為自己是在完成研究所碩士論文、口試完後才出國交換，因此可專心去培養語言能力、體驗日本的校園生活、安排旅行及規劃未來工作職涯，真正花時間去探索自身興趣所向，為人生的下一階段奠定好基礎再開始。

七、感想與建議

日本的交換生活，是自己進研究所後準備了兩年才爭取到的寶貴機會，因此非常珍惜這一年的每時每刻，感謝在這段時間遇到的每一個人，很開心能跟許多日本人成為知心好友，也累積的非常多美好回憶，更知道自己其實比原本想像地更堅強、更有能力解決一切事務，這一年絕對是自己人生當中到目前為止，最繽紛豐富的一年，深深地這麼覺得！

赴外研修調查表

姓名：張耕慈 所屬系所 / 年級：創新設計研究所 碩三
聯絡資訊(同意公開)：h652520315@gmail.com
研修國家：日本 研修學校：千葉工業大學
研修學期：☒上學期 ☒下學期 當地研修科系：設計系
研修期間：西元 2016 年 9 月 15 日 至 2017 年 8 月 18 日

初期規劃

選擇此校原因：有相對應的科系及研究領域
是否有相對應科系：☒ 是(系所名稱設計系) ☐ 否

赴外學校申請

何時開始準備資料：西元 2016 年 2 月
何時繳交資料提出申請：西元 2016 年 3 月 7 日
何時獲得錄取通知：西元 2016 年 4 月 11 日
申請所需資料清單(若有網址請提供)：履歷、近一學年成績單、日文檢定證書、研究計劃書

簽證申請

是否需要申請簽證：☒ 是 ☐ 否
簽證費用：\$ 880 (2017 年 4 月現在) (新台幣)
申請/核發簽證單位(如駐台辦事處)：日本交流協會 台北事務所
申請簽證官方網頁：
https://www.koryu.or.jp/taipei-tw/ez3_contents.nsf/Top
申請所需文件(請逐一列出)：護照正本、簽證申請書、2 吋彩色白底證件照 1 張、身分證正本及正、反面影本 1 份、在留資格認定證明書正本及正、反面影本 1 份
申請所需時程：原則上於受理申請後 5 天以內核發(不包括星期六，日及本所休假日)

費用

當地學校需繳交費用
學費：\$0 (新台幣)
其他項目：食費 (一年) 費用：約 59700 (新台幣)
其他項目：電費 (一年) 費用：約 2500 (新台幣)
整體總開銷(含：簽證、交通、伙食、住宿等)：約 62200 (新台幣)

課程與學分抵免

選課方式：☐ 線上選課 ☒ 紙本選課 ☐ 其他：_____

選修學分數上限與下限：上限_____下限_____

是否可跨系選課：☒ 是 ☐ 否 ☐ 其他：_____

課程難易度：☐ 困難 ☒ 普通 ☐ 容易

學分抵免

- 是否有抵免學分：☐ 有 ☒ 無
- 學分抵免難易度：☐ 困難 ☐ 普通 ☐ 容易
- 抵免學分數：_____堂課，共_____學分
- 當地研修之課程名稱：_____ 學分：_____
- _____ 學分：_____
- 北科大抵免課程名稱：_____ 學分：_____
- _____ 學分：_____

語言學習資源：☐ 有 ☒ 無 (如：語言學習中心)

- 是否額外收取費用：☐ 是 ☐ 否

請簡單說明學習的語言、方式及申請單位等

可至習志野市國際交流協會日本語教室申請一對一日本語授課

http://www.nia08.com/about_division/japanese_language.html

住宿

交換學校所提供之住宿選項

☒ 交換學校宿舍

☐ 交換學校配合之校外租屋公司

☐ 交換學校提供之校外租屋資訊

學校是否提供宿舍：☒ 是 ☐ 否：

校內宿舍型式包含：☒ 單人房 ☐ 雙人房 ☐ 其他：_____人房

您採用的住宿方式：

☒ 學校宿舍 _____ 人房 ☐ 寄宿家庭 ☐ 自行租屋 ☐ 其他：_____

其他住宿資訊來源：☐ 研修學校 ☐ 朋友

☐ 網路-網址：_____

住宿費用：

您所住宿的房型費用

\$ _____ (新台幣) ☐ 一週 ☐ 一個月 ☐ 一學期

就您所知，其他房型費用：

☐ 單人房：\$ _____ (新台幣) ☐ 一週 ☐ 一個月 ☐ 一學期

☐ 雙人房：\$ _____ (新台幣) ☐ 一週 ☐ 一個月 ☐ 一學期

☐ 多人房：_____ 人房：\$ _____ (新台幣) ☐ 一週 ☐ 一個月 ☐ 一學期

交通

研修學校是否有提供接機服務：■ 是 □ 否

若有，是否收取費用：□ 是 \$_____ (新台幣) ■ 否

學校附近交通工具 (距離可以步行距離計算)

□ 公車 站名：_____ 津田沼車站 (距學校距離：_____ 200M)

計費方式：_____

□ 火車 站名：_____ 津田沼車站 (距學校距離：_____ 300M)

計費方式：_____

□ 捷運 站名：_____ (距學校距離：_____)

計費方式：_____

□ 公共自行車 站名：_____ (距學校距離：_____)

計費方式：_____

□ 其他：_____ (距學校距離：_____)

計費方式：_____

□ 無

生活

當地平均溫度(攝氏)範圍：_____ 5°C ~ 29°C

校園內是否有提供無線上網(Wifi)：■ 有 □ 無

住宿環境是否有提供無線上網(Wifi)：■ 有 □ 無

當地英語使用普及率：□ 偏高 □ 普通 ■ 偏低

當地物價與台北之比較

例如：捷克布拉格 vs. 台北為 1.2 比 1 (即為當地物價比台北貴 20%)

交換學校所在國家城市與比例 _____ 3 比 1 _____

生活用品採買地點

學校附近：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

_____ 津田沼校區周邊非常便利，各類型商店皆具備

其他：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

_____ (宿舍)習志野校區附近有 DAISO、Mr.Max：距宿舍 850 M

醫院診所與藥局

學校附近：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

_____ 津田沼校區周邊非常便利，就醫及藥局皆具備

其他：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

飲食

校園

☒ 校內餐廳 ☒ 宿舍餐廳 ☐ 宿舍含廚房設備 ☐ 其他：_____

校外

請大略分享校外附近用餐地點，並以條列式說明

餐廳名稱：_____ 類型：_____ 價位：_____ 步行距離：_____

餐廳名稱：_____ 類型：_____ 價位：_____ 步行距離：_____

其他建議

其他建議
