

交換生研修心得



研修學年度: 105 學年度上下學期

薦送學校: 台北科技大學

系所: 應用英文系

年級: 三

研修國家: 日本

研修學校: 靜岡大學

一、緣起

從小就一直抱持著以後要出國念書的念頭，然而因為一直找不到自己感興趣的學科，錯失了許多機會。在大二時一直有個休學的念頭，卻又不知道休學後要做些什麼，在迷惘之際與父母深談後，他們鼓勵我去國外交換一年，看看不同的國家，開闊自己的視野，別愈活愈狹隘。當初選擇學校時，因自己的專業為英文，比較想去英語系國家，然而當時的歐美正陷於動盪不安的時期，父母放不下心。最後，選定了從沒想過會去的日本。在確認名單下來後，非常的不安，交申請表時是抱持著僥倖想說第一志願的日本不會過，畢竟我從沒參加過日文檢定，日文能力實在很低，而日本人的英語能力普遍也不高。在不會講、聽不懂、英語交談有困難的狀況下在那裏生活一年，實在讓我很害怕。後來呢，乾脆抱持者是去學新的語言的想法下定決心去日本的，畢竟語言這種東西，永遠不嫌少。

二、關於靜岡

靜岡縣位於日本的中央，是日本人口第十多的縣。大致以富士川、大井川為界分為三個地區。溫暖多日照的氣候使得靜岡縣農業發達，茶葉、柑橘等農產品的產量位居日本前列。同時靜岡縣在日本工業中也有重要位置，是本田技研工業、鈴木、山葉等日本代表性大企業的誕生地。靜岡也是日本東西交通的大動脈，不管是往東京或是大阪，皆須經過靜岡。

靜岡是一個由鄉村與都市結合的城市，雖不及東京、大阪、名古屋等城市熱鬧繁華，但該有的還是有。靜岡也擁有需多漂亮的景點，春天賞櫻的河津及秋天賞楓的大井川還有夏天必爬的富士山。此外，靜岡也是知名動畫櫻桃小丸子的出生地。



(大井川鐵道)



(富士宮市富士山)



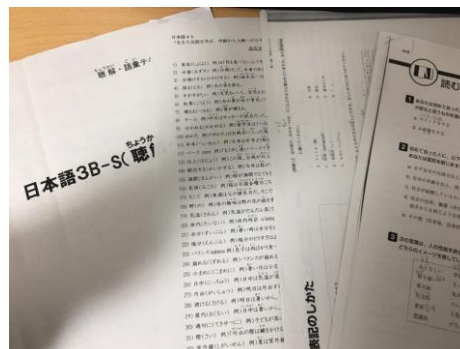
(河津櫻)

靜岡大學位於日本靜岡縣靜岡市的國立大學，從靜岡車站北口搭公車到學校需大約 30 分鐘的車程。費用為 290 元日幣。不過靜岡大學重建了國際生的宿舍，新的國際生宿舍位於學校與車站的中間。從車站搭車到宿舍(小鹿局前)只需 10 幾分鐘的車程，費用為 190 元。從宿舍搭車到學校也是 190 元。在靜岡，一定要有一輛腳踏車。上下學或是到車站，騎腳踏車會比搭公車更方便。畢竟日本的公車是依照時刻表發車的，到站時間也是一定的。而宿舍周圍的生活機能也不錯，旁邊就有一家超市(GOOD MOM)及便利商店(SEVEN-ELEVEN)。遠一點也有 UNIQLO、唐吉軻德、超市(AEON BIG)及百貨公司(ITYOKADO)。靜岡大學有許多宿舍，但國際生統一都住國際交流會館，一個月費用大約在兩萬五至三萬日元中間。國際交流會館為一座 4 層樓的建築，裡面有不同的 UNIT，一個 UNIT 有五間獨立房間及共用的廚房和衛浴設備。



三、國外研修之課程學期(課內)

靜岡大學規定一學期最少要選擇七堂課，不限課程。學部的課程都能選，跟日本人一起上課，評分標準也跟日本學生一樣。難度會比較高。此外，靜岡大學在開學前會做一個外籍生分級測驗，會有對應不同級數的日文課可以選。授課內容則是日文的聽說讀寫。若是跟我一樣沒有日文底子也可以選擇上日文加強班。從 50 音學起，一學期上完大家的日本語初級上下冊。還有日文口說寫作訓練及文化課程。一天三堂課從早上 8:40 到下午 2:15。星期一到星期五天天都有課。而下學期我就參加了分級測驗分到 LEVEL3 的組別，授課的難度則是日語檢定 N3 的程度，授課內容也是聽說讀寫。除了日文授課的課程外，也有英語授課的通識課程可以選。



四、國外研修之生活學習(課外)

日本學生非常注重社團，在靜大有各式各樣的社團可以加入。此外，如果有能力也能去打工。而靜岡大學國際處每年寒假都會舉辦國際生旅遊，帶國際生們去滑雪。而老師們也會告知各式各樣的活動讓我們報名參加，如茶會、採茶體驗等等活動。也時常與室友及其他學生相約去吃飯、看電影。而在每個假日我也安排了許多小旅行，一年中也幾乎走遍全日本。



(文化課去品茶)



(假日老師帶我們一起去參加茶會)



(寒假時參加國際生旅行)



(國際生旅行到長野滑雪)



(外國團參訪時擔任翻譯)



(騎馬社團)



(採茶體驗)



(國際生電影團)

五、與台灣學習環境之比較

與台灣學習環境差不多。只有在日文課時，如果課業上有遇到任何困難，老師會馬上調整授課內容及提供幫助。在課堂時，也時常分享日本的文化、習慣及提出與其他國家不同之處讓我們討論。

六、研修之具體效應

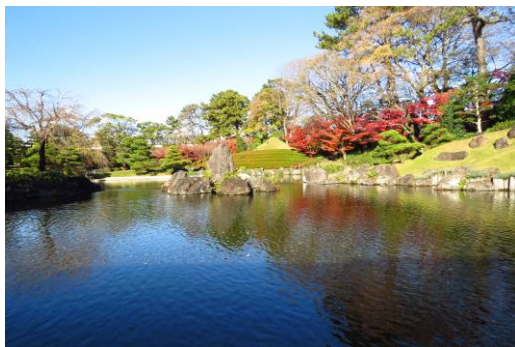
- 1.與不同國家的人進行交流並學習不同之處
- 2.能更深入了解日本文化及生活
- 3.學習新語言，除了提升英日語能力，也能跟其他國家的學生學習他們的語言
- 4.學習獨自面對各種困難及找出解決辦法

七、感想與建議

身為英文系學生的我，從確定申請交換至日本開始，最常被問的問題就是，你是英文系的為什麼要去日本？這個問題我也問過自己，雖然對於沒有去歐美國家有點失望，但不會後悔這次的選擇。若是想學習一個新的語言，申請交換一年到日本其實是個不錯的決定。半年的交換其實很快，剛適應安定生活後馬上又要回國了，而學習這方面其實沒有加強到多少。而交換生所需的費用及門檻又較語言學校低，因此一年的交換生是非常好的選擇。一年的時間能做許多事，可以跟室友、同期的交換生及日本學生有更深入的交流，對於別人的文化也能有更多的了解。開闊視野不只是到很多個國家看看，跟那個國家的人有過接觸與交流也能體會到更多不同層面的東西。

在一年的交換生活中，我最慶幸的是，除了日本人外還能更不同國家的人相處，除了學日文也同時跟朋友們學了他們的語言。靜大的交換生們來自許多不同國家，大家相處在同個屋簷下，課也是一起上的，感情也會比較深。此外，日本的生活環境其實與台灣差不多，不需要花太多的時間適應生活。當然像我這種完全不懂日文的一開始到那裏時真的蠻痛苦的，完全聽不懂他們在說什麼，但萬事起頭難，只要能開口說，其實日本人也會非常熱心及細心的幫忙。而在日本，使用日語的機會又更多，比起在台灣只從書中學，進步的速度更快。

除了學習，每個假日與假期，我都是獨自一人出去旅行。日本的觀光很完善，除了網路上能蒐集到很多資料，他們的觀光案內所的工作人員也會提供很多很棒的私人景點。雖然留學生不能使用最優惠的交通票券，但日本各地也有各式各樣的優惠券可以使用，只要做好功課就能順利去旅行。而日本的治安又不錯，一個人旅行不會有太大的危險也不會有太多的問題。我雖然沒有申請到學校給的補助金，卻有日本政府給的獎學金(JASSO)。每個月八萬元日幣，付完房租剩下的拿來當生活費及旅遊其實綽綽有餘。同期的交換生們也就是 10 月過去的都有拿到獎學金，而 4 月才到的交換生們就無法申請。如果有想要申請至日本當交換生，建議申請台灣學期的上學期出去交換，能申請到日本政府獎學金的機率會更大。



秋-紅葉山公園



冬-北海道



春-駿府城公園



夏-伊根



櫻花祭



祇園祭

赴外研修調查表

姓名：魏瑀萱 所屬系所 / 年級：應用英文系 三年級
聯絡資訊(同意公開)：FB:魏瑀萱
研修國家：日本 研修學校：靜岡大學
研修學期：☒上學期 ☒下學期 當地研修科系：人文社會科學部
研修期間：西元 2016 年 10 月 2 日 至 2017 年 7 月 31 日

初期規劃

選擇此校原因：國立大學非科技大學
是否有相對應科系：☒ 是(系所名稱言語文化學科) ☐ 否

赴外學校申請

何時開始準備資料：西元 2016 年 1 月 日
何時繳交資料提出申請：西元 2016 年 3 月 4 日
何時獲得錄取通知：西元 年 月 日
申請所需資料清單(若有網址請提供)：

簽證申請

是否需要申請簽證：☒ 是 ☐ 否
簽證費用：\$ 1100 (新台幣)
申請/核發簽證單位(如駐台辦事處)：日本交流協會
申請簽證官方網頁：
https://www.koryu.or.jp/taipei-tw/ez3_contents.nsf/12/8A89689016294B344925758D003920F4?OpenDocument
申請所需文件(請逐一列出)：1.在留資格認定書正本 2.在留資格認定書正反面影本 3.國民身分證正本 4.國民身分證正反面影本 5.有效期限半年以上的護照 6.赴日簽證申請表
申請所需時程：1 天 (申請日期) (取得日期)

費用

當地學校需繳交費用
學費：0 (新台幣)
其他項目：住宿 費用：93500 (新台幣)
其他項目： 費用： (新台幣)
整體總開銷(含：簽證、交通、伙食、住宿等)：200000 (新台幣)

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 7

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：3堂課，共6學分
- 當地研修之課程名稱：LAW AND SOCIETY 學分：2
日文 學分：22
- 北科大抵免課程名稱：政治與生活 學分：2
日文三 日文四 學分：4

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

學校會給選課單 自填

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： 5 人房

您採用的住宿方式：

☒ 學校宿舍 5 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

\$ 8500 (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: 5 人房: \$ 8500 (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：靜岡大學 (距學校距離：100M)

計費方式：_____

☐ 火車 站名：_____ (距學校距離：_____)

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：11-30

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 日本:3 vs. 臺北：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

其他：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

宿舍旁邊超市 GOODMOM

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

其他：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

宿舍旁邊 濟生會綜合病院

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
