

交換生研修心得

研修學年度/學期	106學年度第2學期
薦送學校、系所、年級	台北科技大學、化學系、四年級
中文姓名	古家旭
研修國家	日本
研修學校	靜岡大學



(從遠處看的靜岡大學)

一、緣起

由於大三時已經基本把畢業所需要的學分都修滿了，再加上剛好自己本身又會說日語，所以便有了想利用大四時挑一個學期去日本交換的想法。

起初本來是想去像東京或大阪這樣大城市的學校的，但後來看到

交換學校的名單中竟然有其中一所學校是普通大學(其他名單上的學校，大部分都是像北科一樣以工科為主的工業大學)，由於自己從高中到大學，讀的都是理工科為主的學校，所以便非常好奇，一般普通大學和工科大學到底有那些差異呢?因此最後便申請了日本的國立靜岡大學去做交換。

二、 關於靜岡大學

1. 學校簡介:

靜岡大學成立於1949年，為日本國內排名中段的國立大學。其有靜岡與濱松兩個校區，其中我這是去做交換的校區為靜岡校區，其位於靜岡市內南方靠近海濱的半山腰中，校區內設有農學部、理學部、教育學部與人文社會學部。

2. 學校交通:

從靜岡車站搭車前往約十五分鐘車程(費用為290日圓，與日本其他縣市相比算有點貴)。

而從國際學生宿舍搭公車到學校的話則約需要七至十分鐘，費用為190日圓，也不算便宜。因此需學生會選擇騎腳踏車去學校，從宿舍騎到學校，與公車相同，也只需要七到十分鐘便能到達，同時又比較省錢。

此外由於靜岡校區是建於半山腰上，所以下了公車，從校門口

走到教學大樓，還需要一段距離。其中最位處地勢較高的人文社會學系，甚至需要走10分鐘左右的上坡才會到，所以夏天時會有點吃力。

3. 對於外國學生的支援：

靜岡大學對於外籍學生可以說是提供了相當豐富的支援，先從住宿方面來說，學校為了外籍學生另外蓋了一座設備相對優的專用宿舍，每個人都有自己獨立的房間，且房間內皆設有冷暖空調(日本學生的宿舍為四人一房，且沒暖氣或冷氣，靜岡冬天最低溫接近0度，而夏天的最高溫則是接近40)，此外家電設備也是一應俱全，且在宿舍的一樓還另外設有兩間大交誼廳，供外籍學生自由使用。

接著是在教學方面，學校提供了分階式的日語課程，根據你的日文程度分成五個等級，並且每個等級都有相對應的聽、說、讀、寫的課程供選擇。另外對於外國學生的選課，也給予了相當大的彈性，不分年級或學部，你只要向授課老師申請，基本上學校都會讓你修課。

然後是身心方面，除了保健室及免費的基本簡康檢查外，還請了英語流利的心理諮商師，讓外國學生在碰到問題時，隨侍都有專業的諮詢管道。

三、 國外研修之課程學習(課內)

課內除了上述提到的日語課程外，基本上只要是你校區內開的課，無論是甚麼系的課，基本上都能申請選修。

以我個人來說，由於專業是化學，所以便選擇了溶液化學作為專業選修，基本上課程內容與北科的內容差異不大，只是全部改成日文，並且由於這門課沒有期中考试只有期末考，所以期末考的準備範圍相對較大。

另外由於想多認識一些朋友，所以也修了高級英語會話的課程，課程內容很有趣，美籍外語老師每次都會準備一項不同的主題，讓大家隨機分組討論，只是班上的許多日本人似乎比較害羞，常常剛開始不願意開口講英文，所以需要一點時間去適應與日本學生的相處模式。

四、 國外研修之課程學習(課外)

在靜大有各式各樣的社團可以加入(其中最有人氣的社團是音樂系的社團)，並且只要時間上不衝突，要參加幾個社團都可以。

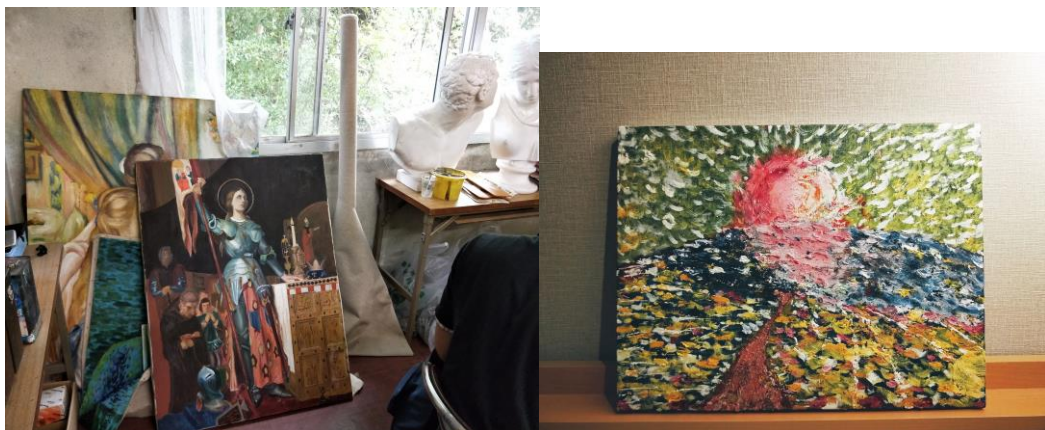
以我來說，我就參加了三個社團，第一個是中國語交流的社團，主要是和有意想學中文的日本學生交流，可以幫他們解答關於中文的問題，以及分享一些我們的文化；



(社團專屬大樓，每

個社團都有自己的傳用教室，且還滿寬敞的，只是沒有冷氣，所以夏天時有點熱)

第二個社團是美術社，其實我並沒有甚麼繪畫的經驗，但是社團裡的人還是很熱心地教了我許繪畫相關的常識與技巧，甚至還免費提供了需多素材和工具，等到了學期末時，我甚至還完成了兩張油畫，實在非常有成就感。



第三個參加的社團則是英語交流的社團，在這個社團除了能夠認識日本的學生外，你還能夠認識許多來自歐美的留學生，每次社團活動時，都會設定2或3個主題，讓大家分享自己的意見，以及

乎相討論，對於想認識朋友以及想訓練英語口說的人來說，十分推薦。



五、與台灣學習環境之比較

1. 大一大二的必修比台灣少很多，且都集中在上午居多。而下午大多安排選修課程。
2. 英語平均水平較低(此為靜岡大學，不代表所有日本大學)
3. 雖有實習制度，但是一般實習時間都只有約一星期，相對於北科需要至少兩個月才能完成的實習時數制度相比，日本僅僅一星期的實習時數感覺略顯不足。
4. 日本比起台灣非常注重課外的社團活動。
5. 日本學校的教室和廁所非常乾淨。
6. 上課時日本同學給老師的回應往往比台灣還要不熱絡。
7. 靜岡大學的跨系所的博雅課程相對較少，所以比較難有機會能和不同系的同學一起做報告，有點可惜。

8. 大四學生基本上沒有課，學校會有一個專門的處，全力支持學生們在大四這一年中找到工作。
9. 幾乎每個教授都會點名，而且上課規定也比較多，如不能喝飲料吃東西等。
10. 教務處和學務處等處室的人員，服務態度非常的好，不但不會擺臉色，還總是面帶微笑，而且在接受你的委託事項後還會對你鞠躬道謝，實在太不可思議了。

六、 研修之具體效益

1. 有機會能與不同國家的人進行交流並相互學習。
2. 日語及英語的進步。
3. 變得更加獨立自主。
4. 學到了化學專業知識的日語表達方式。

感想與建議：

整體來說，我感覺靜岡大學與北科大還是非常不一樣的，基本上他們給學生的彈性自由時間是非常充裕的，因此如果有心的話，多參加一點活動，多去外面走走，絕對能非常深入的體驗日本的文化與知識。



(學校附近的海濱)



(靜岡市內的古城)



(理學部大樓-後門)



(上學通勤時的公車內，座位與台灣相比非常的窄，坐起來不適很舒服)



(由於學校建於山腰上，因此從教室窗外看出去的景色很漂亮)

赴外研修調查表

姓名： 古家旭 所屬系所 / 年級： 分子系/四年級
聯絡資訊(同意公開)： as84627333@gmail.com
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：
研修期間：西元 2018 年 04 月 01 日 至 2018 年 08 月 03 日

初期規劃

選擇此校原因： 校風
是否有相對應科系：是(系所名稱 理學部化學科)

赴外學校申請

何時開始準備資料：西元 2017 年 12 月 20 日
何時繳交資料提出申請：西元 2017 年 03 月 03 日
何時獲得錄取通知：西元 2018 年 01 月 19 日

簽證申請

是否需要申請簽證：否 (由於持日本護照，故不需簽證)
簽證費用：\$ - (新台幣)
申請/核發簽證單位(如駐台辦事處)： -
申請簽證官方網頁： -
申請所需文件(請逐一列出)： -
申請所需時程： - (申請日期) - (取得日期)

費用

當地學校需繳交費用
學費： - (新台幣)
其他項目： 保險 費用： 300~400 (新台幣)
整體總開銷(含：簽證、交通、伙食、住宿等)： 100000 (新台幣)

課程與學分抵免

選課方式： 紙本選課
選修學分數上限與下限：上限 - 下限 7
是否可跨系選課：是
課程難易度：普通

學分抵免

□無

生活

當地平均溫度(攝氏)範圍： 14~36 攝氏度

校園內是否有提供無線上網(Wifi)：有

住宿環境是否有提供無線上網(Wifi)：有

當地英語使用普及率：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 靜岡 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

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

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

自己煮比較便宜

其他建議