

學生出國研修心得報告



研修學年度/學期：107學年度/第一學期

薦送學校：國立台北科技大學

系所：資訊與財金管理系

年級：五年級

中文姓名：陳品捷

研修國家：日本

研修學校：千葉工業大學

一、緣起

日本對我來說一點都不陌生的國家；從小因為家人工作的關係，自然而然地受到了日本文化的薰陶，地理、歷史、語言、生活方式等等，對我來說都不陌生，但這樣的熟悉並沒有讓我愛上這個國家。直到升大三那年暑假，被家人半逼迫地送去日本生活了2個月，那是我愛上在國外生活，想要在這片土地生活的開始。

大四那一年，我一邊實習，一邊考試，一邊參加學校的活動，準備的一切都跟交換學生有直接或間接的關聯。其實一開始我並不想到日本交換，因為我想脫離家人的制肘，想獨自到更遠的國家生活；但最後還是在實習的過程中，聽取了老闆的建議，選擇前往日本交換。

而會選擇千葉工業大學（以下簡稱千葉工大），最主要是因為我想要留在東京附近，最後考慮到交通的便利性及所需的花費等因素，選擇了它。

二、研修學校簡介

千葉工大有3個校區，津田沼校區、習志野校區、晴空塔校區。交換學生可以住在位於習志野校區的學生宿舍，上課的場所則會因為年級而有差異；大學部1、2年級在習志野校區，大學部3、4年級和研究所則在津田沼校區。而晴空塔校區則是千葉工大展示其機器人技術及行星探索技術的校區，基本上應該跟我們較沒有直接的關聯。

津田沼校區是千葉工大的校本部，交通十分方便，電車可以通往成田空港及東京市區（例：東京、新宿），車站周邊也有地區型的百貨公司，不管是要買生活用品或是逛街都能滿足需求。此外，津田沼校區2號樓的20樓，平時可以在樓上休息、做報告，天氣晴朗時還有機會可以看到迪士尼及富士山。

另一部分，宿舍位在的習志野校區雖然沒有津田沼校區方便，但兩校區間每天都有校車可以免費搭乘來往，習志野校區周圍基本的生活機能也還是很充足，附近的JR新習志野站有超市和賣場，從新習志野站也有京葉線直達迪士尼的舞濱站及東京車站，前後兩站（海濱幕張、南船橋）更是都有超大型的Mall或是Costco可以逛。

最後，校區內我們最常待的地方—宿舍，真的讓我為之驚艷，先進的臉部辨識、整潔光亮的公共空間、舒適且隔音完善的單人房，洗澡的地方也有淋浴間及大浴場可以選擇，最棒的是每天都有掃除人員幫忙維護環境整潔，也有廚師幫忙煮日本家常的早晚餐。千葉工大的宿舍真的應有盡有，本地生入住每年房租要價不斐，能用交換生的身分住進去真的會好好珍惜。

千葉工大的外籍生不多，不像北科一樣可以常常在國際處附近或校園

內遇見異國長相的交換生，盡管如此，雖然人數不多但千葉工大還是有收一些來自亞洲各國的留學生，而且聽說今年(2019年)千葉工大與北科簽屬的交換生名額增加了，請後續有意願交換的同學踴躍申請。



- 津田沼校區；習志野校區



- 宿舍學餐

三、 國外研修之課程學習(課內)

交換學生的這半年，我從第2天開始就進入研究室跟著大四生一起開研討會寫報告。對於身為半個管理類科系的我，在工業大學要找到相應的科系真的不容易，雖然千葉工大有商業經營、風險規劃等相關的商學系，但在經多方考慮後我還是希望能進跟資訊相關的科系學習。因為我的科系在北科時有學過一點程式的皮毛，在千葉工大國際交流課的引薦下我進入了情報工學系(類似台灣的資工系)富井教授的研究室學習。

富井教授的專業是鐵路，起初因為科系的差異及選用的程式語言毫不相關讓我吃進了不少苦頭，一切的一切都是從零開始；我一邊學習新的程式語言，一邊對鐵路的資料進行研究分析，分析完以後還要準備每周研討會的報告。研討會的報告也不是想像中簡單，或許是民族特質或自信心不足，千葉工大的學生不太擅長使用英文，為了讓同學有參與感，我每一次報告都要卯足全力的準備日文版本，唯一慶幸的是我的教授英文很好，在我日文能力油盡燈枯時，可以讓我用英文

補充；或許是專業領域的不同及專業術語的艱澀，在一開始我真的強烈意識到自己語言能力的不足，所有的語言檢定等到要實戰時都只是一張白紙，我為了每週的研討會，報告的前一天幾乎都是通宵，中文、英文、日文的轉譯，耗費我很多時間卻也讓我的英日文都有所進步。



- 研討會剪影(與台大的交流研討會)

四、 國外研修之生活學習(課外)

為了準備我每週的報告，一開始我真的沒什麼時間出去玩，好在宿舍認識一群外籍生及2位東海大學的學生，讓我的宿舍生活不孤單也不單調。千葉工大的金髮碧眼的同學真的很少，但我也遇到了從沒想過會遇到的人。在這裡我認識了一些西藏人、墨西哥人，還有一位法國人跟瑞典人。雖然日本人的飲酒文化盛行，但我研究室的同學真的酒量不深，反倒是跟這群外國人一起去居酒屋喝酒的次數還多很多。或許是因為民族性，這群外國人真的很容易嗨起來，每次出去都讓我好氣又好笑，一方面怕吵到別人，又覺得他們的行為舉止很有趣。

另一方面在研究室裡，一開始我真的很擔心要如何跟同學相處，有了之前來日本生活2個月的經驗，我充分體會日本人的冷暖，導致我一開始真的有點卻步。尤其一開始因為我的專業不同，總覺得自己添了很多麻煩，所幸在我第一次主動開口後，後來同學們漸漸的會跟我聊天，不僅是我到研究室都會主動跟我聊天，還會跟我開玩笑。後來研究室的大家還一起在研究室煮火鍋，一起去箱根旅行，最後還讓我參加了他們的畢業典禮跟派對。對於日本的同學及富井教授真的是萬分的感謝，他們總是願意在我不懂的時候聽我慢慢說或是等我查資料，願意陪我聊天，陪我體驗及教會了我很多日本文化。

最讓我開心的是我在這半年教到了很多好朋友，其中又以東海的兩個女生最讓我印象深刻，我們一起生活、一起出去玩，過程中真的可以感受到學設計的他們跟我們學商的看到的世界不太一樣，他們會去注意很多生活中的細節，像是色彩或是設計理念等等；我們也會一起討論研究室日本人跟我們的不同，會一起學習一起仿效日本人好的

地方，也會一起發現日本人不日本的時候。

很感謝這半年來在日本經歷的一切人、事、物，因為有了這些經驗，讓我的人生有了美好的回憶，也讓我更喜歡日本。



五、 與台灣學習環境之比較(請條列式列舉)

1. 日本在大三後會選擇自己大四的指導教授，會在大四花一年的時間寫論文。且每個人都有所屬的研究室及個人的位置。
2. 很注重討論及研究的過程，相對於台灣的結果論，日本人花更多時間在修改及探討。
3. 很重視分工，所有事情都可以分工，且會默默的分工好，不會有任何衝突。
4. 可能是中文沒有太大敬語或常體的差異，我發現日本人在談話間很重視前後輩關係及師生關係，但相處時也可以互相打鬧或開玩笑。
5. 所有事情都會規劃好，從開會日程到出去玩的行程，所以事情都會提前規劃好。
6. 絕對守時。

六、 研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 學會獨處、學會做自己

我學會給自己一些時間做想做的事情，也養成先規劃再行動的習慣。

身為一個都市俗的我，求學過程也從沒有離開過家裡，從小到大、生活周遭四處都是人。離開習慣的大都市，離開周圍永遠都有人的環境，一開始很不習慣，但後來我很享受，因為我可以盡情的做我自己，仔細聆聽自己想要的，並過我自己想要的生活。

2. 語言能力的提升

這點是我選擇來日本交換最大的原因，在台灣有一定日文基礎的我，來到日本後還是受到了不小的挫折，但也因為這些磨練讓我有所成長，老師、同學、朋友都說我的語言能力有進步。

3. 學會提早到

日本的國土比台灣大很多，像是搭個電車所耗費的時間就是台灣的好幾倍，但時刻都是可以查的，因此我養成提早出門的習慣，所有行程再也不是in time，而是on time。

4. 理財規劃

雖然我出國前就有習慣注意自己的財務狀況並作規劃，但因為交換的所有花費都是自己出的，我學會了理財，更學會了取捨。

七、 感想與建議

來日本這半年真的可以說是苦盡甘來，不管是一開始等待入管局核可信等到我心灰意冷的時候，還是剛來日本一進研究室就碰一鼻子灰的時候，雖然一開始有可能會很辛苦，但一切的等待及付出都是值得的，因為所有的過程都有可能是未來的墊腳石。來日本交換，或許沒辦法去很多地方玩，但我交到了很多異國朋友；又或許沒辦法想買什麼就買什麼，但我學會了取捨及珍惜；雖然我的交換生活可能不是最多采多姿的，但我很高興自己能有所成長，能確實完成自己大學的目標。

當初為了來日本交換，前前後後準備了不少時間，來日本交換的這半年，我一直很慶幸當初自己有努力爭取；因此，提醒想交換的同學們，如果你有心交換，盡量提早準備，沒有不可能實現的目標，只有願不願意去努力的決心。

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

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 1 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

\$ 0 (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：津田沼駅、新習志野駅 (距學校距離：)

計費方式：

■火車 站名：津田沼駅、新習志野駅 (距學校距離：步行 15 分鐘)

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：1 度~27 度

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 vs. 臺北 2.5 : 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

習志野校區：Blex(超市)，Mr.Max(賣場)

津田沼校區：百貨公司，商場，超市

其他：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

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

津田沼校區附近(醫院診所詳細日方學校會提供)；松本清等藥妝

習志野校區：松本清

其他：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

習志野校區前後站 (南船橋駅、海浜幕張駅)都有超大型百貨商城

飲食

校園

■校內餐廳 ■宿舍餐廳 ■宿舍含廚房設備 ■其他：小賣部

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： 各式各樣 類型： _____ 價位： _____ 步行距離： _____

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

其他建議

餐廳多集中在津田沼校區，習志野校區(宿舍區)附近不多

其他建議
