

學生出國研修心得報告內容大綱

請於封面上方列標題(標題內容須含：選送生研修學年度/ 學期、
薦送學校系所、年級、中文姓名、前往研修國家及國外研修學校名稱)

研修學年度/學期	107 第一學期
薦送學校、系所、年級	台北科技大學 分子科學與工程學系 大 四
中文姓名	許博翔
研修國家	日本
研修學校	大阪府立大學
<p>一、緣起</p> <p>由於常常跟家人去日本玩，第一次有印象時趣的是北海道，就覺得日本，道路好乾淨，空氣好清晰，但由於當時根本不會什麼日文，只懂得比手劃腳跟謝謝，因緣際會下，在升大學暑假去遊學時室友剛好是日本人，也就此機會開始學習日文，想說有機會在大學期間去日本當交換生。</p> <p>二、研修學校簡介</p> <p>大阪府立大學有兩個校區，由於我是大四理科學生，所以基本上上課也都是在中百舌鳥校區，不過社團裡面不少同學大二以下就常常有客需要到羽曳野校區。</p>	

來到大阪府立大學，學校會指派學伴給每位交換生，以便帶領交換留學生完成在日本的各種應辦手續(在留卡住處登記、健保、年金等)，有關學校的事情(選課等)，也都能夠向學伴請教相關問題。以下對於交換留學生活分幾點做簡單的介紹。

1. 學術 日本語的部分，一開始會有一個分班考試，以便區分之後上課內容，中級大約是 N3 的程度，上級大約是 N2 的程度，如果覺得自己日本語能力不錯的話，也可以不選擇上日語課程，就可以不用參與分班考試。

而個人專業項目的話由於本校沒強制規定於此必須修幾學分，加上自己也鋪需要抵免學分，所以專業課我都是旁聽生身分，只需要跟該課唐老師講好並且跟A2二樓選課的先生說明哪幾堂是旁聽就好。

2. 生活_食 可以選擇學校食堂，一餐大約 300~600 円，平日、周六中午皆有營業(學校網站都有公布當月的營業日期與時間)；或是學校周邊的餐廳，路程大約在 5~10 分鐘左右，學校附近有評價不錯的中華餐廳(花梨)、韓式料理，如果不合胃口的話，也可以選擇在台灣常見的日式餐廳，像是吉野家、すき屋等，價位大多 500~1000 円，個人是比較喜歡去

吃附近的くら寿司、今日亭、麵や鶏と貝次、ココ壺番屋，雖然有時候這樣吃都很容易超過1000不過看個人怎麼想吧，而中午常常會有午餐限定的定食之類所以我大部分都利用中餐去享用，晚上冷也冷得出門是主因；而若是想節省開銷的話，可以自己開伙，學校近有幾家平價的超市，像是玉出超市、業務超市，但我的日本室友及老師都跟我講玉出超市不太新鮮之後我就都去カナート或遠一點コナーン購物中心因為那邊才有多種類的麥片以及剛好個人辦的銀行也在那邊。

3 生活_住 學校的國際交流會館 Iwing，每個月為 37800 円，因為近幾年才完工，設備都還很新，也有廚房等設備(可以在學校官網找到宿舍資訊)，四人同住一間寢室，每人都有自己的房間，每個房間都有各自的房卡可以上鎖，基本上沒有安全疑慮；剛入住宿舍時，會有申請房間 WiFi 的服務(印象中每個月不到 1000 円雖然偶爾蠻卡的但是能用就很好了而且沒有流量限制)；宿舍二樓與三樓都有洗衣機(200 円/次)與烘衣機(100 円/次)；如果需要租用寢具的話，每個月為 1296 円，還包括每個月換洗床單的服務。

3. 生活_行 在日本，交通費比較貴，若是出遠門也很多觀光簽證能買得PASS都不能買了，雖然有的人還是請朋友幫忙偷買

但是我覺得這是有點不好的畢竟暫時你的身分就是等於日本人，能開戶能辦手機等等所以還是別去鑽這種洞，被抓到不僅個人問題也使得日本人對台灣人的感官可能不好，但也是有些能買的一日票因為日本人也能買，像是大阪市營地下鐵的御堂筋線，可通往大阪的難波、心齋橋、梅田、天王寺等知名觀光景點，配合一日券使用(平日 800 円 假日 600 円)，都是觀光、逛街的好幫手。腳踏車的部分，可以到學校附近的自行車行購買二手車(大約 7000 円起)，個人是買新的因為13800左右就可以買到了也有免費保固，而且二手是真的很舊的那種居多，有了自行車的話，想去學校附近商店購買日常用品就會方便許多；另外，腳踏車需要至自行車行代為登錄名字，也需要額外的登錄費用，登錄完後，再向學校登記，以便能在學校停放自行車。

4.生活_娛樂 如果有參加社團，或是留學生的活動，常常會舉辦像是各種聚餐活動，像是飲み会、うちあげ、忘年会等，不過開銷較高，可以自己斟酌參加。學校也時常會舉辦留學生的活動，可以在活動中認識各國的留學生，在大阪府立大學裡，留學生主要來自 中國、法國、韓國、台灣等，可以跟不同國家的留學生交流，也算是不錯的體驗。學校每年都會

有兩次學園祭，上學期為友好祭，下學期為白鷺祭，可以好

好享受日本的學園祭，相信會成為難忘的回憶。

三、國外研修之課程學習(課內)

日文課會話,主要是上一本教科書。

日文讀解,老師會發資料，照著上或是做做jlpt試題。

日本事情，講解有關日本的文化與各種領域的事。

專業科目，其實蠻簡單的雖然都是日文沒任何英文，但由於台灣已經上過類似課程概念，基本上不會很吃力，報告時老師也通融可以使用英文。

四、國外研修之生活學習(課外)

體驗茶道,和服，以及去小學校參訪但是不能拍照，家庭餐訪或寄宿也有但是很快就額滿的樣子，此外這裡有一群善良的老人會礁島我們日文，二五不用錢，星期三好像100日圓，老實說事比上學校日本課有趣且有用。

五、與台灣學習環境之比較(請條列式列舉)

注重出席率，以及盡量別遲到，考試的話其實比台灣簡單，他們的壓力應該是在於大四上下要找工作若不升學的話。

課堂沒有像台灣那麼重的課程，或許更多時間能拿來做報告自

主學習。

六、研修之具體效益(請條列式列舉)

更加開拓自己視野。

日語口說能力進步。

也更加珍惜家人與在台灣的朋友。

七、感想與建議

在日本交換留學的期間內，雖然不長，卻很充實，日語的進步、祭典的文化洗禮、學園祭的體驗、紅葉祭巡禮等，都是很美好的體驗，尤其大阪是個有名的觀光勝地，距離京都、神戶、奈良都很近，對於交換留學生而言，大阪府立大學，無疑是最佳的選擇。

註:銀行的話由於本人來的時候只先帶35萬日幣，因為一來就要先繳兩個月房租，加上買了吹風機這邊沒有跟鍋子(有但是是公用的)所以我試辦三菱ufj銀行，因為聽說郵局要住滿六個月才能海外送金，銀行的話不管日文程度好不好建議還是跟學伴一起去，有日本人帶比較好過，加上銀行員用的敬語若有不清楚的部分也不太好，畢竟關西到錢，以及之後宿舍自費用動轉帳的問題。

若有任何想請問的問題，空閒之餘會盡力回復，信箱bobol99961514@gmail.com

備註：

1. 請依規定大綱項目書寫，但格式不拘，可採用圖文並茂附加插圖
2. 字數限制：至少 2,000 字以上
3. 容量限制：8MB
4. 請另附研修相關照片原檔 20 張
5. 請勿呈現重要個人資料(身份證字號、出生年月日、住址等)

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

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 4 人一單元但是房間個人_____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

\$ _____ 40000 日幣 _____ (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：_____ (距學校距離：_____)

計費方式：_____

火車 站名：_____ 中百舌鳥(南海鐵路)
_____ (距學校距離：_____ 步行約 17 分)

計費方式：_____

捷運 站名：_____ 中百舌鳥(midosuji line)
_____ (距學校距離：_____ 步行約 17 分)

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：_____ 0~20 _____

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 1.2~1.5 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

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

Kirinto 藥局

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
