

# 國立臺南大學

## 英語系

交換學生出國進修之心得報告

學生姓名：顧韶瑋

中華民國101年5月7日

# 交換學生出國進修之心得報告

---

姓名：顧韶瑋

學號：

系所：英語學系

進修國別：日本

進修學校：埼玉大學

進修院所：STEPS PROGRAM

起訖日期：100年10月3日至101年2月26日

---

## 1. 留學國國情簡介

日本，一提到這個國家一定會先想到哇沙比跟沙西米，這芥末跟生魚片的日文在台灣可以說是無人不知無人不曉。另外當然一定還會想到傳統的和服以及強大的電車系統 JR。日本也有著許多美食和自然的風景，當然也少不了購物的天堂，加上跟台灣很鄰近，坐飛機到東京只需要三個小時，是台灣人時常選擇的旅遊勝地。

## 2. 姐妹校簡介

位於埼玉縣埼玉市的埼玉大學，是在 1949 年油舊制浦和高等學校、埼玉師範學校、埼玉青年師範學校合併而成立。校園和台南大學一樣是麻雀雖小，五臟俱全。校園內有兩棟食堂和一間便利超商，校門口則設有巴士站，讓學生們不論是去超市、車站或是任何地方都非常地方便。

### 3. 行前準備：

在通過審核可以前往交換學生之後，從埼玉大學會寄來一份詳細的資料，當中就會告訴我們許多資訊和所需用的資料，資訊諸如留學生的宿舍的費用、留學生到達日本時間和接機等事宜；需要寄返的文件等等。生活必需品則是看個人而定，畢竟去生活那麼長一段時間，許多東西都需要在日本購買。個人藥品和衣物是最重要，然後強烈建議帶一個小電鍋和一些台灣的食物、調味料過去，因為去那邊是很難買到的，如：沙茶醬。其它的日常用品都可以在學校附近的超市買到。

### 4. 初抵留學國經驗、注意事項

剛到達日本之後，生活上難免有許多的不適應，比如說周遭的人都不會講中文這件事。一開始埼玉大學的國際交流中心的人員會帶我們留學生們去辦理許多重要業務，像是外國人登錄證、健保卡還有郵局帳戶等等。關於在日本的生活費，當然不可能一開始就帶著那麼多的錢從台灣過去，因為會有遺失的風險。有幾個方式比較常用，就是旅行支票或是國際匯款。不過旅行支票相當於帶著大量的現金，還是會有遺失的風險，所以一定要妥善收在安全的地方，之後再存在帳戶裡。而我是選擇國際匯款的方式，不

過這其中遇到了一個問題，日本郵局雖然表示台灣和日本郵局是可以互相匯款的，但是我第一次匯款卻是失敗的，在不得已的情況下只好去我在台灣的銀行指定的日本銀行開戶，畢竟兩家有合作的銀行是一定可以互匯的，只是手續費非常的高。有了銀行帳戶之後就可以在那邊辦手機門號了，當然手機門號也是有許多的選擇和考量，除了手機、費率以外，建議也打聽一下違約金的部分，因為通常半年期的留學生最後都要提早解約的。

## 5. 住宿

住的地方是國際交流會館，就是和其他的留學生住在一起，房間全部都是一個人住，所以沒有室友。房間的設備很齊全，有自己的廚房，所以去留學前趕快先跟媽媽請教一下如何燒菜吧！美中不足的就是狹小的浴室了。宿舍就如同一個小聯合國一樣，有空就多和朋友交流一下，左鄰右舍多多關照一下，一定會有很多有趣的事。洗衣服的話，洗衣間有投幣式的洗衣機和烘衣機，洗衣粉要自行準備喔！

## 6. 選課、上課、額外費用

選課在學期開始前，國際交流中心的人會協助留學生選課，其實就是到網站上看課程，然後把想修的課的編號填入對應的時刻表裡面再交回給交流中心。基本上，日本語的課程會根據分班考試

和面試的結果分班上課，課程也都是排定的，在這之外的時間，可以選修自己有興趣的課。當然，一般大學生的課幾乎都是日語授課，所以能力還不夠的話也是沒有辦法修的。有一些選修課是專門開給留學生修的，有日文也有英文授課的，最低限度就是至少要選修兩門的選修課。我自己有選修一門體育課，是和日本學生一起上課，還滿有趣的，也可以認識一些新朋友，建議可以選一堂體育課，強身健體又可以達到國際交流的目的。

#### 7. 食、衣、住、行、購物、經驗分享

身為美食天國住民的台灣人，到日本一定會有許多不適應的地方，單調的飲食就是其一。日本人可是能夠一年到頭天天吃納豆喝味噌湯的民族，再加上外食的費用是異常的高，所以自己學會煮飯可以省下不少錢，同時又可以解決飲食單調的問題。若說到衣服，我在日本幾乎沒有買什麼衣服，因為日本的衣服真的很貴，學校附近有一間二手衣物的專賣店，有需要的話可以去尋寶一下。然後其實有些地方的衣服還是挺合理的價錢，只要記得貨比三家不吃虧就可以了，而竹下通是個不錯的逛街勝地，有空可以去見識一下。交通上面的問題，很多留學生到那邊都會購買二手的腳踏車，有腳踏車是真的很方便，若不想花那個錢，我保證可以習得一雙好腳力。像我就是雙腳萬能得過完了一學期，當然公

車也是一個選擇，但是不論是電車 JR 或是公車，交通費都是不容小覷的。

## 8. 假日、休閒、交友

留學間，我參加了學校的社團聖經研究會，跟大家一起唱詩歌、讀聖經和討論。因為有帶自己的聖經，所以讀經時還不會太吃力，當然也有嘗試看日文的聖經，還真的是很困難呢。討論時，更是絞盡了腦汁用僅有的少量字彙想要表達，雖然很頭痛，但是無疑是很棒的經驗。慢慢地，除了社團以外，也交到了很多日本朋友，每逢假日常常一起出遊，日文會話也越來越進步。另外如果有意願的話，埼玉大學會幫我們安排寄宿家庭的活動，讓我們到日本的家庭裡實際去生活，體驗日本家庭的生活和我們有什麼不同，都是一些很棒很可愛的人喔。國際交流中心也時常會有很多的活動可以參加，像是參觀工廠還有體驗穿和服等等，都很值得去參加，一定都會獲益良多的。日本的生活很多采多姿，娛樂也很多，如何有效並節省的使用金錢，是在日本留學生活的第一要點，這裡趕快畫重點！

## 9. 意外、緊急事故處理、連絡

最後，一般情況下，在台灣視為犯罪的行為，到日本也是一樣，千萬不要給台灣人丟臉！國際交流中心的電話和留學生擔當人

員的手機號碼都要隨身攜帶和存在手機中，緊急時，可以撥打。

當地的警察局和醫院的電話也都要記在手機裡面，以備不時之

需。秉持不出入不良場所的原則，就沒什麼好擔心的了。