

國立臺灣師範大學學生赴國外修習 返國後心得報告書

一、學生資料

填寫日期： 113/03/12

英文姓名 (姓, 名): HUANG, YICHI	臺師大就讀科系所、年級： 企業管理學系 113級
修習國家： 日本	
修習校名： 明治大學	
修習學院： 經營學院	
修習科系： 經營學系	
赴外學期別： 112 學年 (民國年) <input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input type="checkbox"/> 下學期 <input type="checkbox"/> 一學年	
修習期間：112 年 9 月 ~ 113 年 2 月	

二、修習課程名稱

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/學期
比較經營論(中国)B School of Business Administration Comparative Management(China) B	カク 燕書 HAO YAN SHU	2	秋學期
企業內教育論 School of Business Administration In- firm Training	島内 高太 SHIMAUCHI KOTA	2	秋學期
日本語 8(語彙・句型表現) International Collaboration Courses Japanese 8 (Vocabulary, Grammatical expressions)	石塚 久与 ISHIDUKA HISAYO	1	秋學期
日本語 8(文章表現) International Collaboration Courses Japanese 8 (Writing)	中原 なおみ NAKAHARA NAOMI	1	秋學期

日本語 8(口頭表現) International Collaboration Courses Japanese 8 (Speaking)	杉山 ますよ SUGIYAMA MASUYO	1	秋學期
演習 IIB School of Business Administration Seminar IIB	カク 燕書 HAO YAN SHU	2	秋學期

(表格不足請自行加頁)

三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約1500字）

● 學術及生活

這半年我在明治大學為經營學部的學生，也有修習國際事務處開的日本語的課程。校內課程及生活以下分為**日本語課程、經營學部的課程活動，以及明治大學的活動**來介紹。

選課之前會收到各個學部的來信，問你想要修什麼課。經營學部有規定至少要修學部的一堂課，但沒有規定上限。也會問你想不想參加研討會 (seminars)，給你老師的研究主題跟可收的老師的資料(非強制參加)。但我認識的交換留學生們(文學部、政治經濟學部等……)大家都有參加！

*** 建議大家想要平衡生活跟課程的話，修5-7堂課就好了！**

➤ 日本語課程

明治大學給留學生的日本語課程為「留學生共通日本語」，分為日本語1-8及上級。在赴日前會先詢問你要不要修習日本語（一定要回答要！），然後先有約1小時的線上筆試測驗，到日本後，國際事務處會有現場面試請你參加，以筆試+面試成績再決定你的分班。那如果被分到比較初級的班級的話，課程就會比較密集，也會比較多早9的課。

我修了三個日本語8的課程，分別為語彙(文法)、口頭表現、文章表現。**語彙8**為 N2、N1的文法彙整，每堂課都會有上次教的文法小考試(5分鐘而已不難)，老師會另外補充日語的諺語，偶爾會有小作業，基本上只要好好念(?)、跟著老師的步調走，會學到很多。**口頭表現8**基本上都在報告，每兩週會有不同主題請你做5分鐘的報告，雖然聽起來壓力很大，但其實老師很善良所以沒有那麼困難，我覺得這是可以訓練自己日語報告的好課程。也有安排跟日本人雜談的週，這學期有採訪他們、聊天交流等。**文章表現8**則是我覺得三個裡面我收穫最多的課程，我原本對自己的書寫能力很沒有自信，但隨著作業、半年在經營學部也有一些書面報告，到最後一堂課我也能寫出5000字的論文報告(規定2000字以上)，論文體要怎麼用也有更加了解。

➤ 經營學部的課程活動

我修了三堂課，比較經營（中國）、企業內教育論及 Seminars。我覺得可能是我剛好修這兩個課的老師都非常善良、修習人數也多，我覺得並沒有日本老師比台灣老師嚴格的刻板印象。但上課不能吃東

西是正常的！！然後這兩堂課最後的期末考試都是可帶書考試（持ち込み可），建議大家選課前要好好看課綱～

在我的半年生活佔了最大部分的應該是 seminar，我們老師是中國人，主題是「東アジア企業論(東亞的企業論)」，主要是研究關於日中人力資源管理。這學期的主要的學術活動有幾個，日本國內的企業參訪(今年去京都大阪，因為是交換留學生沒辦法有學部的補助金)、經營學部 seminars 共同的研究發表會、與別的大學的共同發表會，OB會（這個研討會的前輩們回來分享工作心得）。比較輕鬆的是，經營學部各個 seminars 的體育大會，還有同學自己約出來的飲み会。每個研討會的風格不太一樣（我們的算很鬆），基本上這學期沒有上課，都在討論報告。

我自己印象最深的是「經營學部 seminars 共同的研究發表會」，長話短說就是中間發生了一些插曲，我從原本那組調到別組去救火(?)，兩個人在一週內完成應該一年多的研究報告，每天在學校待5個小時以上討論，基本上每天都跟老師 meeting，最後拿了我們這間教室的第三名：) 小總結一下，經歷了這件事，覺得自己的日文實力突飛猛進。



(圖左是救火組、圖右是原本那組)

*** 學業上，我花在唸書的時間其實蠻多的，主要也希望好好的認真念，所以真的建議大家如果日語沒有那麼熟的情況下，可以多留點時間給自己～然後有報告或發表，盡量參加，可以練習自己的膽量跟組織能力我覺得都蠻不錯的。**

➤ 明治大學的活動

① 演講比賽「学長杯留学生日本語スピーチコンテスト」

我有參加給留學生（正式生、交換生）的演講比賽「学長杯留学生日

本語スピーチコンテスト」。2023年的主題是「改變自己的人事物」，一組會有一個留學生搭配2-3個日本學生，日本學生會幫忙輔助原稿修正、練習等。雖然只有參加獎，但為期3個月的寫稿、發音練習，我覺得自己在日文發音上有進步，對於背誦日文的速度也比較快了。

②明大祭

明大祭就是明治大學的學園祭（在11月初），我覺得整體形式比較像高中的校慶，有攤位、表演等，但日本特色就是會有很多校外的人參加。（我也有參加早稻田祭，真的不愧是第一大祭，人多的很誇張！）

*** 社團活動部分（我沒參加）：明治大學的社團大部分是春季開放入社，所以秋季能加入的社團不多。會在開學初有類似社團博覽會的活動，想要參加的話可以去看看～**

➤ 校外生活

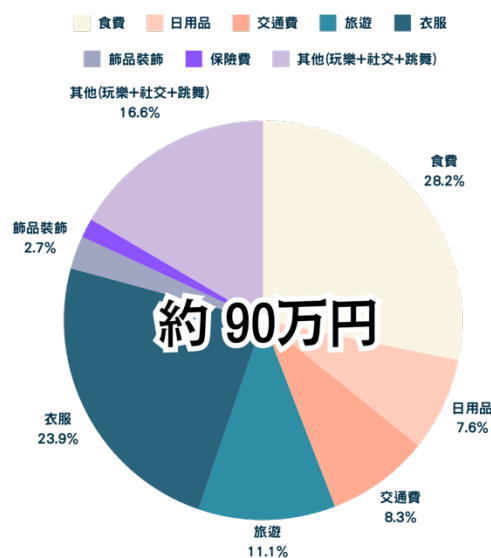
我本身喜歡跳舞，也想要運動，所以我有去外面的舞蹈教室(Noa)去學舞（沒有很貴）。然後其他課餘時間會跟朋友出去玩（跟交換留學生、日本朋友有去咖啡廳、居酒屋吃飯、唱歌等；台灣朋友來大部分就是去觀光景點，迪士尼、穿和服等）。

*** 我的生活方面我在 Instagram 的 stories 有放日本精選、也有發文，可以看看～ (@2000_hyc17)**

● 開銷概算

以下是我2023.9月初到2024.2月底的生活開銷供大家參考！

我因為非住宿是住阿姨家，有待到2月底，但是如果是住宿的人，1月中旬學期結束之後，大約一週就不能住了，我認識的交換生朋友約在2月初回國



食：{ 佔了最大部分的錢 }

60%自己煮飯+30%外食/聚會+10%旅遊飯錢。

雖然大部分自己煮飯可以壓低價錢，但跟朋友吃飯或是跟 seminars 的聚會還是會挺貴的（尤其台灣朋友來更心痛><）。日本外食能夠在1000円左右已算便宜，如果自己吃外食的話可以選擇家庭餐廳。（但還是看自己的需求！想要享受美食就去吧）

行：{ 日本交通真的很貴>< }

5個月的上學時間我利用學校的通勤券及 suica 卡。

通勤券是開學的時候向學校申請，然後再拿去 JR 綠窗口請站務人員或 suica 的 app 上面自己辦。有1個月、3個月、6個月的方案。我當初是3+1的方式，剩下時間用 suica 卡。那看你家住的站跟學校的距離，票錢會不一樣，優點在於通勤站間所有的車站下車都不會扣錢（例如：家住吉祥寺，學校在御茶之水，中間會經過新宿。在新宿下車是不扣錢的！）缺點是，如果有很多校區的學校，就會以最主要的那個校區為通勤學校站。（明治大學是以御茶之水分站——駿河台校區為學校通勤站，所以如果你的課程在其他校區就不太划算。）

另外如果要買新幹線，學校有學生優待券，去校內的自助機台申請優惠券，拿去 JR 綠窗口買票就可以打八折！（線上買不行）

***溫馨小提醒：現在日本沒有實體 suica 卡，直接下載 app 即可。如果不想要信用卡付款的話，可以到普通便利商店請店員加值。**

手機 sim 卡及其他網路：

網路部分，我當初是採用當地**手機4G 網路 + Wi-Fi 機**的方式。也有買一個 Wi2 的免費網路帳號，一個月500日圓，他是大部分街上都會有的，家庭餐廳ガスト也有。

樂天 mobile sim 卡：

手機 sim 卡我用樂天 mobile sim 卡，比起大的品牌 docomo、au、softbank，我在赴日前有覺得樂天的一個方案「Rakuten 最強 Plan」很不錯，他是階段性付款（0-3G、3-20G、20G 以上不同價錢），流量超過20G 就可以吃到飽（雖然有人說它會限流，但我有用到40G 以上都沒有被限制）。

參考連結：https://japanlifesupport.com/ch/internet/rakuten_mobile.html

Wi-fi 機 (不太推)：

我是在「wi-fi 租用屋」買「SoftBank 601HW[50GB]」的6個月方案 (約3萬日圓)。一個月有50GB，超過會限流。但我真的搞不太懂他的計算方式，有時候即便很省網路的在用，到每個月20號左右就會被限流了。(可能要用 wi-fi 機的話，有些手機、電腦會自動更新或使用的背景程式要注意一下) 但優點是，他有全中文的服務，租借網路預訂、付款，取機台時不用擔心合約看不懂，還的時候在普通郵箱還就好了。

參考連結：<https://tw.wifi-rental-store.jp>

其他有健保費、該繳的費用，就跟著區公所、學校的指示去繳就好了～

四、照片 (如有，請提供)

Seminars 去京阪企業參訪	2023明大祭
	

演講比賽與組員的合照



交換學生們與老師的合照



剩下比較日常的可以到我的 instagram 看～

五、影音檔 (如有，請提供連結)

無

六、其他

如果有任何關於明治大學相關或日本留學相關，都可以聯繫我！

instagram (@2000_hyc17) 或者 Email: hyc170005@gmail.com

然後我有一個書面的記錄版「日本明治大學交換分享(記錄版)」，可自行下載～
<https://online.visual-paradigm.com/tw/community/book/--1ot9tjv49a>

祝大家交換順利～