

# 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：113.03.20

英文姓名 (姓, 名): 黃詩庭 Huang, Shih-Ting	臺師大就讀科系所、年級: 資訊教育所 碩三
修習國家: 日本	
修習校名: 筑波大学	
修習學院: 芸術専門学群	
修習科系: プロダクトデザイン領域	
赴外學期別: 112學年 (民國112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
画像論	山本 美希 MCLEOD Roderick	1.0	秋 AB
コンテンポラリー フォトグラフィ演習	MCLEOD Roderick	2.0	秋 AB
基礎韓国語 AII	白 仁子	1.0	秋 ABC
総合日本語5演習 B	中野 二郎	1.0	秋 ABC
基礎体育弓道(秋)	松尾 牧則	0.5	秋 AB

総合日本語5読む書く B	柳田しのぶ	1.0	秋 ABC
デザイン演習4	橋本 剛,山田 博之	1.0	秋 A
Japanese Issues VI (Living and Learning among the Japanese)	Vanbaelen Ruth	1.0	秋 AB
ビジュアルデザイン演習 B	MCLEOD Roderick	1.0	秋 AB
プログラミング基礎	山田 博之	1.0	秋 B

### 三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約1500字）

食：

學校食堂主要有三個（個人最愛第二食堂，第三也不錯），價位400-600圓不等，有定食類、拉麵、烏龍麵、咖哩飯，也有麵包店。体芸学棟的食堂只有賣便當跟小點心（只有這裡可Pay Pay），或是路上也會有餐車來擺攤，只是偏貴、份量也不多。然後不要去大學會館下面那間，它只是有服務生的一般學餐，東西沒有比較好吃還比較貴，不推。（全部都只能付現金）

午餐我通常一下課就跟同學們一起去食堂吃飯，而晚餐就會在宿舍自己煮。校園內就有超市KASUMI，可以買到一至二人的少份量食材，但比較貴（注意這間只能刷卡或電子支付）。騎腳踏車15分鐘左右可以到「桜」區域，那裡有大間的超市跟藥妝店、連鎖快餐、家庭餐廳等可以選擇。（這裡的KASUMI就可以選擇付現或刷卡了）

如果一次要買大量一點的食材，很推薦去筑波車站的Lopiaロピア超市，東西都很便宜又新鮮（但是只能付現金）（大推他們自己出的布丁！香草籽滿滿）

學校附近最多的是拉麵跟居酒屋，推薦「茅堂寺」這間每天還沒開門就大排長龍的拉麵店，有很多口味可以選，最特別是他們加麵也是可以選口味的，而且

都很特別。另一間是開在它隔壁的咖哩烏龍麵「ZEYO」，份量多又好吃，筑波學生還有優惠。但這裡還是偏鄉下，居酒屋都只開到12點而已，沒有什麼夜生活。下午茶的話，「トタンコットン」的舒芙蕾鬆餅最好吃，只是偏貴，營業時間很短，可以去店家的推特看每月營業日期。

衣：

唯一推ZOZOTOWN（台灣卡片會刷不過，可以綁Pay Pay儲值現金扣款）、UNIQLO、GU。不然就是去新宿逛LUMINE EST，一整天還逛不完。

住：

短期留學生都會住在校園最北の一の矢宿舍，房型有ABCD四種能排志願。除了A房型之外都是套房，B的房型最大，大家聚會都會去B的同學房間。我是被分配到廁所浴室沒乾溼分離有魔術大空間，有附衣櫃鞋櫃wifi但不大的D房型（¥30,600/月，唯一沒翻新的38棟）。9月剛到時還很熱很潮濕，那邊可以說是像在叢林中生活，蟲也不少，被大家戲稱一之矢森林。後來學校有派人來除草+入秋天氣轉涼樹葉掉光後大幅改善，變得非常舒服，我的房間也不再因為被藤蔓擋住而照不到陽光了。

行：[強力推薦可以下載「えりたん」（筑波大學校園詳細的地圖），是某個筑

波學長做的app，哪棟大樓都標示很清楚，點擊公車站也會跳出校內循環公車的時刻表。]

學校今年開始有跟附近的腳踏車行（CYCLE CHIC）合作，讓留學生短期租腳踏車（¥ 4,400/4個月或¥ 6,600/6個月，另加押金¥ 1,000）。腳踏車是從校園內回收沒人使用或亂丟棄的，狀況不會太差，但是還是先選先贏。（建議可以找變速的，從宿舍去各系館上上下下的坡不少，剛開始都會騎到心累很想痛苦：）另外也可以在大學會館前的書店買循環公車的年票（¥ 19,000，不論何時買期限都是到3/31，所以越早買越划算），畢竟從一之矢去筑波車站要騎30分鐘，很累。

如果要去東京的話有兩種方法：一、高速巴士，從「筑波大學中央」校內公車站搭巴士就可以直達東京車站。二、先搭公車到筑波車站，再轉TX筑波快線，可以到秋葉原或淺草。搭巴士比較便宜（筑波→東京¥ 950，東京→筑波¥ 1200）但進東京時常塞車，適合不趕時間又想省錢的時候；回程的話就不用擔心，完全不會塞車，約一小時就能回到筑波。（在東京車站八重洲中央口的2號バス乗り場搭車）

育：[ 推薦可以下載「Twin:te」是某個筑波學長做的app，可以自行加入課表，課程幾乎都可以搜尋到，很方便。]

短期留學生的選課一律是手寫填單給授課老師簽名加簽，再交到所屬學院的辦公室。

筑波的學期比較特別，分成ABC三個階段，每個階段有五週。而學校有規定整個學期至少要修120小時，大部分的課都是只有A、B階段，語言課才會到C，所以如果日文課修比較少的人放完年假後就有很多空閒時間了，像我一二月就只剩星期二三四各一節課。（大推中野老師的日本語演習！老師很有趣，課程也很有趣～老師還住過台灣兩年，會一點中文。）

什麼課都能選，體育課也都可以修，只要授課老師沒有拒絕，願意簽加簽單的話都能算在學分內。但如果要回台灣抵師大學分的話就要看課程大綱以及上課時數了，因為筑波一節課有75分鐘，不是每門課都有上滿ABC階段。

我選的課都是自己有興趣的，剛好有幾堂是英語授課，因為老師是英國人，班上同學就會是一半日本學生一半留學生。只有我在筑波的指導教授開的設計課才是全日文課程，由於是開給大二的專業課程，同學全是日本人，我其實上課時也只聽得懂75%，幸好我的學伴跟我同班（也是產品設計領域），遇到問題都會盡力幫我。\*學伴(Tutor)留學生都會配有一位，但負不負責任就看運氣了

(btw他們有領錢)

樂：

秋季班入學的優點是有許多連假，行事曆也會稍微有點亂，會說星期幾其實補上星期幾的課，老師們上課時都會再提醒，自己也需要注意一下。

10月初正式上課前有約一週的時間，跟朋友去了箱根、鎌倉。

11月初雙峰祭（學園祭）、土浦競技花火大會，11月底連假去了金澤。12月底至一月初的年末年始總共約兩週，我去了大阪、京都、姬路、倉敷、直島、豐島、高松。第一次在海外跨年，跟著陌生人們在八坂神社前倒數，再排兩小時的隊進去新年參拜。

1月中去了名古屋，剛好台灣朋友來日本玩，就一起去了吉卜力樂園，逛名古屋市區一些景點，吃名古屋的三大名物：鰻魚三吃、味噌豬排、雞翅。隔週很臨時跟同學約去仙台，三天都在吃牛舌（最推牛タン料理 閣）、藏王狐狸村，最後一天跑去了交通不太方便的銀山溫泉，只是剛好遇到氣溫回暖，所以只有下暴雨跟暴漲的溪水，沒有看到漂亮下雪夜景。

2月初為了看演唱會再次去了大阪，也順便去了京都、宇治，緊接著跟著留學生同學們自駕去富士山河口湖與山中湖。（有乖乖交期末報告和考期末考）

考完試之後和台灣同學們一起去北海道，是我時隔十年的北海道，雖然很冷還要隨時注意走在路上不要滑倒，這次能自由行安排自己想去的的地方，看漂亮雪景，又能滑雪真的很開心。最後的旅行是參加茨城縣大洗觀光協會的活動，體驗他們針對台灣旅客規劃的套裝行程「開運大洗」後給回饋（行程預計在4月會

上線)。吃了美食、海鮮、泡溫泉也帶回很多名產伴手禮，大洗磯前神社的海上鳥居很美，很推薦自駕去大洗玩。

另外，強烈建議如果是用iPhone的人，在台灣時就先在錢包加入Suica，並且綁定好信用卡Apple pay（因為Apple pay需電話認證，須在台灣設定好）這樣在外還可隨時手機充值。有需要開郵局戶的人，用ゆうちょ銀行的「口座開設」app就能線上開戶了，只是它只算數位帳戶，沒有存摺，但一樣會收到提款卡可以使用。然後轉帳不建議，手續費高達¥ 3,000。好處是在外面沒錢可以提款，Pay Pay也可以綁定銀行帳戶隨時充值。（前提是Pay Pay也需要先用My number card本人認證完帳號）

現今的話準備日幣80-90萬才會比較夠，因為只去一學期無法匯款來日本，在日本海外提款手續費很高。筑波這種鄉下很多地方還是只能付現，我原本只帶45萬圓完全不夠，是後來有朋友剛好來日本才請他幫忙帶現金給我。

信用卡建議用JCB的，線上刷卡比較不會刷不過。有時候線上刷也會需要驗證碼，這時候像中信之類的銀行可以用app收驗證碼就很方便，不用換SIM卡等著收台灣來的簡訊。

電信我辦LINEMO，一個月20G/¥ 2728，只有使用LINE不算在流量裡（語音通話、視訊也不算）。網路成癮的我其實滿常不夠的，但用完就要忍耐降速，等

下個月初滿血復活，幸好校園裡都有wifi能用啦（wifi名稱是tsukuba-x的那個）。  
有查到網路上有人推NUROモバイル，LINE、推特、IG都不算流量，網路沒用完可以累積到下個月，還有能選e-SIM的方案大家可以試試看。（回線推Softbank）

滿多app都是要日本app store才下載得到：ZOZOTOWN、Pay Pay、ゆうちょ銀行口座開設、ゆうちょ通帳、ゆうちょ認証。

#### **四、照片（如有，請提供）**



水槽要移去馬桶才能洗澡

9月的房間陽台

第2エリア食堂

大阪



富士山

北海道



夏→秋

攝影課：紙箱Pinhole camera、藍曬



雙峰祭

茅乃舍各種口味鍋底很讚

金沢神社

豊島

## 五、影音檔 (如有, 請提供連結)

## 六、其他

Instagram: @ykr\_in\_jp, 有任何問題歡迎私訊。