

# 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：2024/11/20

英文姓名(姓, 名): LIN, YU-JU	臺師大就讀科系所、年級: 華語文教學系 三年級
修習國家: 日本	
修習校名: 東京都立大學	
修習學院: SATOMU	
修習科系: 一般科目	
赴外學期別: 112學年(民國年) <input type="checkbox"/> 上學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下學期 <input type="checkbox"/> 一學年	
修習期間: 2024年3月 ~ 2024年8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
English Conversation I	Bernard David	2	春季/前期
日本がわかる、日本語がわかる	黒田文彦	1	春季/前期
「私」を日本語で話す、書く	いじょんみ	1	春季/前期
社会人類学 A	河合洋尚	2	春季/前期
多文化共生を考えながら学ぶ日本語	市江愛	1	春季/前期
多読	市江愛	1	春季/前期
Special Lecture on Anthropology and Contemporary Society	Ratana Tosakul	2	春季/前期

### 三、心得分享

#### (一) 住宿 ([官網連結](#))

1. 宿舍名稱：グローバルハウス調布
2. 宿舍地址：東京都調布市多摩川6-33-1
3. 附近車站：京王多摩川駅（走路10-15分鐘）、  
調布駅（走路15-20分鐘）
4. 最早能入住的日期：3/18、最晚必須退宿的日期：8/31
5. 入住時建議交通方式：搭乘從羽田機場到調布駅北口的接駁巴士（[リムジンバス時刻表](#)）單趟¥1800，抵達調布駅後附近有計程車乘車處，請司機開進宿舍建築物的門口即可
6. 公共空間：分為南北兩棟各3層樓，中間1樓為交誼廳及公用廚房，提供電飯鍋、微波爐、烤箱、基本廚具，和前人遺留下來的各種調味料。還有烘衣機和吸塵器可以使用
7. 房間環境：室友1至2人，共用洗衣機（濾網需自行定期清理）、淋浴間和簡易廚房（IH爐）。清潔人員每周會來清理客廳兩次，一次約10分鐘。有免費WIFI、小冰箱，**需自備檯燈及延長線**
8. 垃圾分類：宿舍旁有垃圾集中收集場，需自行購買調布市指定的垃圾袋，建議不可燃的藍色垃圾袋不需要買太多。丟有害垃圾（如電池）的桶子在丟古紙的箱子裡

#### (二) 當地生活費用

1. 住宿費：一學期5個月¥227362（含水電、清潔費，需於3月初前完成線上繳費），和¥15000的寢具租借費
2. 交通費：搭電車（單趟約20分鐘）至南大澤駅來回¥546（因交換生非正式學生，無法購入學生優惠定期月票）
3. 飲食費：外食大約一餐¥500起跳，自己煮可以壓在¥500以內
4. 電話費：「linemo」20GB月費含稅¥2731+手續費¥41（不定時會推出新的方案）
5. 建議：(1)若想將日圓現金存進銀行，可以至最近的調布小島郵便局申請「ゆうちょ銀行」的帳戶，郵局內也有ATM，提款時可以注意[免繳手續費的時段](#)。(2)可以下載「PayPay」的app賺取消費回饋金，只需在Lawson的Loppi機台存現金進去即可使用

### (三) 學業

課程種類主要分為三種：僅交換生可履修的日語課程、以英語教授一般專業科目的課程、以日語教授一般專業科目的課程（與日本學生一同上課、需具備 N1 以上日語能力）。這邊主要分享交換生日語課程的部分。

1. 黑田老師的這門課每周需要閱讀一篇約3600字，主題涵蓋文學、哲學的文章，並於課堂書寫段落文章大意及感想，再與同學們互相分享，紀錄彼此的回答。這門課對聽說讀寫能力的要求都偏高，但老師都會盡量給同學們時間練習，並引導對話
2. いじょんみ老師的這門課每周會有一個關於自己的主題，問題都很有趣，像是自己的名字、what's in my bag 等，課堂進行方式通常是根據主題自由發想、書寫學習單，並與同學們互相分享。課後都需於 Google 試算表紀錄感想或回答問題，期中以「我是什麼樣的人」為題書寫一面 A4 的文章，期末則以「我在日本的生活」為題，與同學合作進行小組報告，是很充實的一門課
3. 市江老師的多讀課程是我與其他交換生朋友一致認為這學期整體最喜歡的一門課。除了課程內容本身可以自由閱讀自己喜歡的書以外，老師在我們製作書籍海報及原創故事時也經常關心我們並給予實質的建議。另外一門多文化共生的課程也很推薦喜歡思考公共議題，並想嘗試提出解決對策的同學履修
4. 建議：可以下載「すごい時間割」的 app 紀錄課表，搜尋課程名稱即可自動帶入以日語教授一般專業科目的課程資訊

### (四) 學校環境與活動

1. 校內只有一台飲水機在禮堂，大家多到商店買瓶裝飲料
2. 雨天時大家多不用折疊傘，教室外基本都有傘架
3. 開學前的周末有社團博覽會（サークル紹介），可以到各個社團的社辦參觀，表演型社團在中庭也會有表演。不需要比賽的社團交換生會比較容易加入。我自己參加了桌遊社（ボードゲーム研究会）及廣播社（れたぼわ！）兩個社團的活動都是自由參加並不強制，且都不需繳交社費
4. 每個月在國際學生會館的一樓交誼廳都有舉辦國際咖啡廳（インターナショナルカフェ）的活動，可以與日本和來自其他各個國家的學生用日語或英語進行交流，且提供免費茶點。並有國際學生交流團體 Hands，舉辦各式如遊戲、運動、烤肉等聯誼活動

