

臺師大鼓勵學生赴境外進修補助學生赴國外修習 返國後心得報告書

一、學生資料

填寫日期：106.10.18

獲補助出國年度： 105 學年 第二學期	
中文姓名： 張睿恩	英文姓名（姓，名）： CHANG, JUI-EN
臺師大就讀科系所、年級： 人類發展與家庭學系碩士班二年級	臺師大學號： 60306032E
修習國家：日本	
修習校名：山形大學	
修習學院：教育學院	
修習科系：地域教育與文化學研究科	
修習期間：106 年 04 月 ~ 106 年 09 月	

二、修習課程名稱：

修習課程名稱	任課教授	學分數	研修學季/期
総合	佐藤桐子	4	
書く	薄井宏美	1	
漢字	横沢由実	1	
日本文化	尤銘煌	2	
読む	内海由美子	1	
保育内容（人間関係）	香曾我部琢	2	
幼児の理解	永盛善博	2	

（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）

（一）學術方面

入學前會先經過筆試和面試，做為日語學習分班的依據。山形大學的日語學習課程包含：綜合，閱讀，書寫，漢字等，老師的教學風格雖然不同，每堂課也都要小考，但是跟著進度練習，就會慢慢進步。除了日語課程外，也可以經過修課教授的同意，修大學部或是大學院的課程。可以修自己的專業科目也可以修自己有興趣的科目。每次我修的是與我的專業幼教相關的課程，老師們都很親切，歡迎你學習，但是一旦修課，就必須繳交所有的報告與期末考試，這是負荷比較重的部分，並且老師們的評分標準基本上還是跟其他日本同學相同，所以相對日語學習的部分，修專業課程會比較辛苦，分數也相對不會太高。

（二）生活方面

山形市是一個步調比較悠閒的地方，當地的人們都很親切，也非常的寧靜。生活的部分會隨著自己被分配到的宿舍而有些不同。山形大學給國際交換生住的宿舍有國際交流會館及平清水寮。國際交流會館靠近山形車站，周遭非常的熱鬧，有超市，便利商店，餐廳等等，平清水比較靠近山邊，較為安靜。我是住在國際交流會館，是獨立個人的房間，所以衛浴設備跟廚房全部都包含，也有冷暖氣機。因為國際交流會館地點很好，所以常常能夠在比較熱鬧的地方閒晃，也因為離車站近，能夠坐車去其他地方逛，像是天童南站有一間很大的aeon，或是可以坐到山寺去走走，作並泡溫泉等等，另外山形北 aeon 也有從山形車站前方的派出所出發的接駁車，只要有在北 aeon 購物的發票就可以免費搭乘，而且北 aeon 附近有激安殿堂和 movie on 大型電影院。食的部分，基本上自己做料理會比較省錢，可以趁超市打折時去購買，ヤマザワ是星期三特價，星期天積分乘 10，建議大家可以善用集點卡，會員卡等等。

開戶的部分，大都會選擇開郵局的戶頭，到日本各處皆可使用，大致上都是提

款免手續費，不過如果是想要海外送金的同學，郵局只接受美金跟歐元，所以是不太方便的，條件也比較嚴格。相對的山形銀行的海外送金的限制是比較低的，也需要海外送金的同學可以使用，不過若是使用山形銀行的戶頭，就要記得提領錢時免手續費的時間。並且若是需要海外送金的同學，再到山形市役所辦理在留卡時，一定要跟市役所人員再三表是你的住民票裡一定要註明你的「MY NUMBER」，這是類似身分證的概念，如果你沒有這組號碼，就沒辦法領到海外送金的錢，所以要切記。至於沒有需要海外送金的同學就自己斟酌囉。

(三)開銷的部分

基本上如果說住學生宿舍，一個月共益費和住宿費約1萬日幣，加上水費，電費，瓦斯費等等大概也是一萬左右，在住的部分約二萬日幣。如果自己做料理，偶爾外食，大概二萬至三萬日幣左右。最大的花費其實是旅行，所以如果打算只待在山形而不去旅行的人其實費用相對其他日本的城市是比較便宜的。如果想去旅行可以善用夜巴、廉價航空等等，我自己到山形以外的地方旅行三次，第一次是從仙台搭AIR DO去北海道。第二次從山形搭夜巴去富山，橫跨立山黑部到長野，再從長野回山形。第三次從仙台搭樂桃去大阪，從大阪搭春秋航空到東京，最後從東京搭夜巴回山形。我覺得除了求學德知識之外，到日本各處去體驗當地的風俗民情、風景等都是很寶貴很重要的體驗。

(四)與留學生及日本人的互動

山形大學校園中有國際交流中心，在那邊提供留學生及日本人活動的空間，大家可以在課間空堂或是中午用餐的時候到那邊互相交流。一開始因為口說能力很差所以去這裡會有壓力，但是如果你想讓自己的口說能力增進及擴展交友圈，這是一個很棒的地方，裡面也提供微波爐，筆電等等，是個很便利的地方，可以善加使用。學校會安排專屬於留學生的體驗活動，或是與日學生交流的活動，以有些是到日本小學校、中學校等等進行教學或是交流的活動，大家如果有興趣都能夠把握機會參加。

四、照片（如有，請提供）

	
<p>宿舍的單人床，每個月被套、枕頭套接換新的</p>	<p>應有盡有的房間</p>
	
<p>基盤教育1號館，基本上都在這棟大樓修課</p>	<p>學生食堂的餐點</p>
	
<p>星期五麵包店(真的只有星期五有賣手作麵包)</p>	<p>超級便宜的卡拉OK店，飲料可以無限暢飲</p>



酒田祭



天童-人間象棋

五、影音電子檔（如有，請提供）

六、其他