

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：2018.08.14

中文姓名： 劉思沅	英文姓名（姓，名）： LIU, Szu Yuan
臺師大就讀科系所、年級： 企業管理系 4 年級	臺師大學號： 403570010
修習國家： 日本	
修習校名： 早稻田大学	
修習學院： 日本語教育研究センター(CJL)	
修習科系： 日本語	
修習期間： 2017 年 09 月～2018 年 07 月	

二、修習課程名稱：

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/期
外来語を学ぶ3-4	仙波 純子	1	秋學期
ニュースと映画・ドラマで学ぶ日本語4-5	塩崎 紀子	1	秋學期
日本社会を知る：観る・まとめる・伝える4-5	西部 由佳	1	秋學期
中級からのアカデミック・リスニング4-5	毛利 貴美	1	秋學期
オノマトペを学んで、話そう4-5	杉山 ますよ	1	秋學期
戯曲を読む4-7	河内 千春	1	秋學期
項目別日本語文法3	新井 慶子	1	秋學期
日本語の発音（リズム・アクセント・イントネーション）を学ぶ3-4	木下 直子	1	秋學期
メディアを使った漢字学習5-6	山田 京子	1	秋學期
待遇コミュニケーション5-6	福島 恵美子	1	秋學期
地方文化と旅行4-8	山崎 朱美子	1	秋學期
昔話の世界5-6	草野 宗子	1	秋學期
中上級の読解技術5	草野 宗子	1	秋學期
日本の良さを知る：「伝統文化を学ぼう！」知識編4-8	森下 雅子	1	春學期
季節で学ぶ日本と日本語3-4	奥原 淳子	1	春學期
相手と気持ちを共有して会話する3-4	小池 真理	1	春學期
講義理解とノート・テイキング5-6	関口 律子	1	春學期
日本の歌－わらべ歌から歌曲まで－4-8	井内 麻矢子	1	春學期
要約力をつける6-7	仙波 純子	1	春學期
日本の良さを知る：「伝統文化を学ぼう！」実践編4	森下 雅子	1	春學期
日本語の異文化コミュニケーション：ことばの中の社会・文化を学ぶ5	寅丸 真澄	1	春學期
写真とエッセイで綴る留學生活の体験と意義5	今井 なをみ	1	春學期
ケース・メソッドで伸ばす問題発見解決と表現力3-4	武 一美	1	春學期
就職支援：自己分析編5-6	村上 まさみ	1	春學期
みんなでみがく文章表現4-5	酒井 和子	1	春學期
読解ディスカッション：「働く人」を考える3-4	中山 由佳	1	春學期

三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約 1500 字）

申請

看簡介選出自己想要的學校及課程內容

(<http://ap.itc.ntnu.edu.tw/istudent/oia2/commonstylecontent.jsp?sno=2014100104&sno1=2014091204&sno2=2014091220&sno3=2014091409>)

詳讀歷年學長姐的交換心得

(http://ap.itc.ntnu.edu.tw/istudent/oia2/cooperation_sister_universities_introduction_content.jsp?sno1=2014091203&sno2=&country=JP&schno=JP-007-WU)

參加學校的交換生返國分享會了解資訊

開始著手申請的審查資料

準備面試:面試中會從你所準備的資料中做提問，如果可以建議全程使用日文會比較有優勢

出發前

注意學校來信，並在期間內完成需要的申請手續(包括住宿/J-CAT 日文等級測驗等等)

學校獎學金申請

行李打包(記得攜帶印章及入學通知單)

開學前

盡量配合學校的時間跟著學校一起辦手續，不然自己來感覺很麻煩

電話 SIM 卡(我是去辦 BIC SIM，但也很多人辦 LINE 的，可以自己上網查資料選擇自己喜歡的)

研究選課(早稻田的課很多，不用等學校發選課本子再來研究，不然到時候去日本之後一堆手續加研究選課會很混亂)

1. 可以先在學校網站上下載**講義要項**研究 2. 可事先加入 FB 的早稻田大學台灣留學生會 WTSa 裡面有 milestone(有點像師大的選課沒地雷的檔案)可以看看，會有許多收穫的 3. 詢問學長姊的意見

生活

開銷概算:我住早稻田交換留學生宿舍，每個月 69000 日幣含水電費(最一開始的一個月會多一點點床單等等的錢)，我個人一個月含房租的話大概花十萬日幣，但我蠻常自己煮的，很少外食，如果是常常外食的話會再多一倍的伙食費我覺得。放假期間出去玩，如果提前安排的話或許可以訂到便宜的飯店跟機票，每一次的旅程會控制在五萬日幣以內。

關於買菜部分，宿舍附近有許多超市，特別推薦ドンキ(ピカソ)這間，價錢親人也常常有特價。

旅遊

善用連假的時候出遠門，尤其是春假長達兩個月。選課可以選四天，這樣就會有三天連假可以去近郊走走，這時候可以查查日本的季節限定的活動去做參加。

語言學習

早稻田留學生宿舍-RA 時間

RA 是安排在交換留學生宿舍的日本人，我的宿舍有兩位一男一女，分別住在南棟與北棟，通常每個禮拜會有兩次的 RA 時間，每次大概是兩小時，依 RA 的情況延長或者是取消，當初我報考 JLPT N1 考試的時候，就有善加利用 RA 時間問問題，也多虧了 RA 讓我順利通過，也交到第一個在交換留學期間的日本人朋友，之後只要有空就會參與 RA 時間練習口說，跟學習新單字，不同於學校課程，也是個語言快速進步的方法之一。

W-Mentor

W-Mentor 是早稻田新創的一個制度，很幸運我其中一個的 Mentor 正是創辦人之一，我覺得這個制度有點像語言交換也有點像交朋友，但其實可以跟你的 Mentor 討論你想要在這學期做些什麼事，也就是說你想要跟你的 Mentor 幹嘛都可以，只要雙方 OK 達成共識就可以了，因為這個制度我也認識了更多人跟創造了許多回憶，所以可以申請看看。

ICC-活動. 語言交流

ICC 對於留學生非常的有名，入學說明會的時候也會介紹，它會舉辦許多很有趣的活動，當然也有交流活動，雖然我只參加過幾次，建議你可以多多關心 ICC 的資訊，或許會有自己很有興趣的活動出現。

社團

早稻田有非常多的社團可以參加，我個人因為很喜歡偶像所以參加了一個叫 copy dance 的社團，能夠知道自己喜歡什麼再去尋找適合的社團，不僅能為自己的留學生活增加色彩，更能認識許多日本人的朋友哦。

打工

我在日本的期間打了兩次工，第一個是年末年始在郵局的打工，第二個是在西早稻田附近一間叫 Big Boy 的餐廳，兩次的經驗都非常的愉快，即使很累也都是個練習日文以及了解日本職場的好機會。

四、照片（如有，請提供）

這是我修的一堂課所寫出來的一本書，裡面是我這一年留學的體驗與心得，雖然是日文版的，但日文不難，如果有興趣的話還是可以看看！

[秋冬]

https://www.canva.com/design/DAC2Xdp-rIc/TCfyxwgXLumMtTcjfiBrDw/view?utm_content=DAC2Xdp-rIc&utm_campaign=designshare&utm_medium=link&utm_source=sharebutton

[春夏]

https://www.canva.com/design/DAC3FfmFei4/i_FIa9L6pR8pXpRjwuOrvA/view?utm_content=DAC3FfmFei4&utm_campaign=designshare&utm_medium=link&utm_source=sharebutton

五、影音電子檔（如有，請提供）

六、其他