

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： 07.25.2018

獲補助出國年度： 106 學年 第一學期	
中文姓名： 高顥慈	英文姓名(姓,名): KAO, HAOTZU
臺師大就讀科系所、年級： 歷史學系五年級	臺師大學號： 40222056L
修習國家： 日本	
修習校名： 山形大學	
修習學院： 基盤教育機構	
修習科系：	
修習期間： 2017 年 10 月 ~ 2018 年 9 月	
護照入出境時間：	
出境： 2017 年 9 月 12 日 <input type="checkbox"/> 使用自動通關	
入境： 2018 年 8 月 11 日 <input checked="" type="checkbox"/> 使用自動通關	

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
バドミントン（スポーツ実技）	辻原 吉子	1	106-1
日本語中級2（秋）総合	北川 絹代 薄井 宏美	4	106-1
日本語中級2（秋）読む	森 秀明	1	106-1
日本語中級2（秋）書く	内海 由美子	1	106-1
An Introduction to Japanese Culture II	尤 銘煌	2	106-1
Japanese Culinary Culture	アーウウィン 香織	2	106-1
バドミントン（スポーツ実技）	柳川 郁生	1	106-2
日本語中級2（春）書く	内海 由美子	1	106-2
近現代中国文化概論	許 時嘉	2	106-2

(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)

山形大學位於日本東北山形縣山形市。緯度雖高但地處盆地，冬季酷寒而夏季酷熱。大雪紛飛可使積雪達到小腿肚，連續 10 天零下 10 度左右的天氣都有，若不戴手套會冷到感受不到手指的存在。同時在 6 月中之後氣溫會飆高，7 月中旬以後每天都會超過 30 度。加上盆地水氣重，其悶熱感不遜色於台北。

雖然如此，我仍然推薦學弟妹前來山形大學交換。即使有冬季酷寒與夏季酷熱。但相反的，在這裡將可以清楚地感受到一年四季的變化。春天的櫻花、夏天的煙火、秋天的楓葉、冬天的雪景。日本的自然景觀變化與各種祭典活動，使得在這裡的時間如同血液般在體內清晰地流動。

春天在大學旁的河川可以看到整排的櫻花，盛開時的櫻花隨風飄散，「櫻吹雪」的畫面就有如夢境，絕對不輸京都賞櫻景點。夏天於河堤旁、海港邊欣賞著一個多小時的煙火。不同於新年煙火於幾分鐘內展現著繁華，煙火大會悠悠地於夜空中閃耀。入秋之後，大學校園內的銀杏轉為一片金黃，在陽光照耀下格外醒目。鄰近的公園楓葉逐漸轉紅，或是搭電車前往山寺，寺

院與楓紅的景致格外靜謐。冬天的大雪在藏王山形成壯麗的樹冰奇景，若遇到好天氣的話，樹冰與山形盆地的景色絕對會留下深刻印象。

關於山形大學的課程規劃，在開學前會先進行一次能力測驗。根據筆試與面試成績總和進行能力分班。能力分級為初級 1、初級 2、中級 1、中級 2、高級 1、高級 2。若是以 N3 能力取得交換資格的話，分班應該會落在中級 2。至於 N2 以上或是日語系的人則基本上都在高級。

日本的大學課表與課程規劃為一堂課 90 分鐘中間不下課。一天一共 5 個課程時段。早上 8 點 50 開始第一堂課，最後一堂課於下午 5 點 50 結束。除 12 點到 13 點的中午休息時間之外，課堂間休息時間為 10 分鐘。中級 2 的課程非常扎實，基本上每週會有兩三篇作文要寫，還不包含其他作業，以及每週每堂日語課都會有小考。

對於台灣人來說最無法習慣的，應該是綜合課。綜合課一次上 3 個小時，每週上兩次，也就是說每週上六小時。而且每此都會考試，也就是說星期二上的課星期五考試，星期五的課星期二考試。這樣的課程密集度對我來說一開始是非常不能適應

的。但相對的這樣的課程訓練可以大幅提升日語能力。每天生活都在使用日文，老師也都是全日文授課，若是平時中午或是課間時間都有跟日本人聊天的話，兩個月左右就可以順利地進行對話，剩下的就是單字量跟少數比較進階的文法。

山形大學有稱作 IF 的學生社團，專門規劃各種交流活動，提供留學生與日本學生的互動機會。像是迎新派對、萬聖節派對、聖誕節派對、賞花會、體育大會等等，從那邊是最先與其他國家的留學生進一步互動的平台。而後就會根據個人興趣喜好各自約活動出遊。

留學生活最一開始，台灣留學生的關係會非常緊密。由於語言的便利性，加上最初抵達的時候的各種手續跟房間打理，有人可以詢問或一起行動可以節省許多麻煩。故自然而然會形成一個台灣大團體。至於與其他國家的留學生的交流機會，就要看個人的努力。

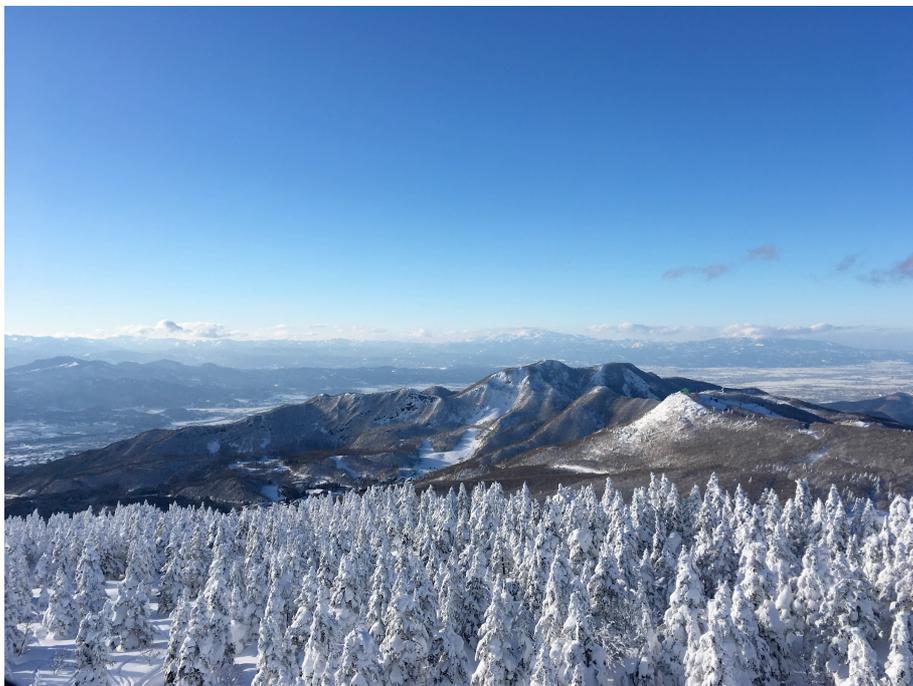
就我個人的感想的話，能的話盡量去參加各種活動。並非要當一個萬事 OK 的「YES MEN」，但要記得你只有一年，許多機會只有留學期間才有，也可能就只有這麼一次。遇到你喜歡或是好相處的人，記得你只有一年；遇到不喜歡或是性格不

合的人，也記得你只有一年。留學提供的是各種不同的機會，
如何在各種選項之間做選擇，我覺得是留學本身一個很大的課
題。而如何在留學期間不迷失方向，找出自己的目標，也是留
學的一大收穫。

四、照片 (如有 , 請提供)



聖誕派對



藏王樹冰

五、影音電子檔 (如有 , 請提供)

六、其他