

國立臺灣師範大學(受獎助)學生赴國外修習

返國後心得報告書

一、學生資料

填寫日期： 2018/08/30

中文姓名： 姚鈞愷	英文姓名(姓, 名): YAO, CHUN-KAI
臺師大就讀科系所、年級： 科技應用與人力資源發展學系 四年級	臺師大學號： 40371218H
修習國家： 日本	
修習校名： 大阪府立大學	
修習學院： 現代システム科学域	
修習科系： 環境システム学類	
修習期間： 2018年03月 ~ 2018年09月	

二、修習課程名稱：

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/期
日本語会話(上級)I Advanced Japanese Conversation I	播磨 涼子	2	2018 前期
情報とサステナビリティ Information Science and Technology for Sustainable Society	荒木 長照・他	2	2018 前期
日本語表現・読解(上級)I Advanced Japanese Expression and Reading I	大崎 桂子	2	2018 前期
日本事情 A Japanese Culture A	大崎 桂子	2	2018 前期
共生文化論入門 Introduction to Cultural Studies for Social Coexistence	酒井 隆史・他	2	2018 前期

(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

1. 生活方面

(1) 住宿

我交換的五個月期間都是住在府大校地內的留學生宿舍 I-wing 裡，個人認為這裡的居住品質還算不錯。畢竟是新蓋三年的建築，各種設施都還算新，不過住宿費用並不算便宜，我有申請床具租用加上水電共益費大概是一個月 39000 日幣左右。電水費不管用多少都是繳一樣的價格，所以要省錢的同學不用刻意節省使用資源。

宿舍基本是四人一個單位，一人獨立一房間。衛浴與廁所、廚房空間四人共用。在學校官網上可以找到宿舍平面圖有需要的可以去參考看看。每週四會有專人來打掃個人房間以外的公共區域。但公共空間的垃圾桶需要跟室友協調好輪流去 I-wing 外的垃圾處理處丟棄。要注意的還有因學校附近多為自然豐富的綠地，宿舍常常會有昆蟲侵入。

這裡會先提供的有床與床墊、書桌、桌燈。如果有使用床具租用服務的話，會提供枕頭、床單、被子與被套、還有毛毯等保暖床具。每個月還會有人來收攬床單、枕頭套與被套並提供乾淨的。滿推薦使用租用服務可以節省不少麻煩。個人洗衣烘衣的話，在二樓三樓有投幣式的機器可使用。

宿舍的室友基本上會不同國家的人，也有可能會是日本人。我的情況是兩個中國人和一個法國人。而法國人不常遇到，故跟室友能練習外語的機會比較少，但也跟中國室友交流了不少。而 I-wing 也會不定期舉辦活動給大家參加交流，蠻推薦去的可以認識不少人。交誼廳偶爾也會有人一起打電動或是看電影，有興趣的可以去參與。

(2) 環境

大阪府立大學的所在位置一堺市並非都市中心區，而是在地下鐵御堂津線終點站附近的郊區，但生活機能非常方便。光學校周邊就有三家超市可以購買食材與生活用品，離學校的食堂和生協的距離也很近。宿舍旁邊就有一家全家便利商店，也有非常多的連鎖餐廳或飲食店可供選擇。值得一提的是中百舌鳥附近的拉麵店非常多也非常美味，也有書店、理髮廳、健身房、卡拉 OK 等店家。如果平時想省錢的話，多購買超市的便宜食材並在宿舍自炊，想吃美味的外食的話也有很多選擇。

整體氣氛而言，堺市的氛圍輕鬆悠閒，不太會看到人潮爆滿的景象。空氣非常好也不常遇到下雨或陰翳的天氣。附近建築多為具古風的平房住宅，幾乎沒有高樓，偶爾還能看到住戶自耕的田地。市內綠地豐富，還有中百舌鳥川，每次在市內騎著腳踏車閒晃都能夠找到令

人驚喜的美景，故我非常喜歡這個地方。

有時社區也會舉辦一些活動供在地居民參加，像是八九月時就會舉辦非常多的祭典或是煙火大會，這些活動資訊都可以從 i-wing 的門口索取 DM 或是 email 收到，建議多多參加體驗當地文化。

(3) 交通

校區距離車站蠻遠的，如果是走路的話可能需要走 20 分鐘才能到達。不過只要透過電車，從中百舌鳥到難波、心齋橋、梅田等觀光地區都不需要轉車，還算方便。至於平時交通還是建議能想辦法入手腳踏車。通常學校安排的學伴或是學長姊有多的話可以購買二手或是問他們能不能夠轉讓，有腳踏車平時還是方便很多的。只是還要申請學校的腳踏車證等手續。

(4) 手續

在前往交換校之前，學校會詢問一些問題以安排學伴—tutor 來支援交換生活中各種事務。可以選擇要日本人還是留學生，我個人是選擇留學生，後來我的 tutor 是一位中國留學生，也給了我許多支援包括銀行手續辦理、區役所轉入轉出、腳踏車轉讓等…。我認為同樣身為留學生

會較熟悉交換時會遇到的問題，不過這沒有一定哪個選擇較好，端看個

3. 學習方面

開學前後，到教育推進課那邊索取選課單後，就可以先根據自己的專業與喜好選擇自己想要上的課程並在一周內試聽填好表單送出。這裡的課程大致分成三類：專門科目、教養科目、留學生特設科目。專門科目顧名思義就是根據自己的學域與學科而開設的專業科目，教養科目則是像我們的通識科目，最後的留學生特設科目則主要是日語及日本文化的介紹，剛到那裏後會進行考試並根據成績分成中級程度或是上級程度。

這裡建議在選課之前一定要聽過第一堂課再決定要不要去上，並且一定要事先知道該科成績的評量方法。如果你要拿這裡的學分回師大抵的話還會有更多考量，不過我個人是先修完畢業所需學分才來的沒有這個問題。

我個人的日文程度在 N2~N1 之間，基本上，我選修專門科目都會避免以考試或是上台報告當作評量方式的課。一來對這裡的評量方式並不熟悉二來自任實力沒有好到能夠以日文表達專業內容。我選修的兩堂都是以報告來評量成績的，聽起來容易但這裡的報告對於格式與文法要求很嚴謹，在交報告之前最好請認識的日本同學或是日文老師先訂正過一次。另外，最好選擇以講義或是 PPT 來授課的課堂，避免聽力跟不上的情況。

教養科目由於我最後沒有選修，所以沒辦法提出甚麼建議，不過我當初試聽的一堂教養科目講得十分深入且艱澀，所以教養科目並不一定代表輕

鬆。

留學生特設科目的話非常推薦大崎老師的上級日語與日本事情課程，老師蠻嚴格的不過很認真，能從他的課堂上學習到非常多並改正日語上的錯誤。

4. 娛樂方面

旅行

人生中難得會有長時間在外國的經驗，能旅行就多旅行吧，自己安排各種事也能夠成長。我在交換期間去過箕面、奈良、京都、神戶、和歌山、岡山、姫路、名古屋、都是自己一個人去的，飯店的話推薦東橫 INN，網路就可以訂房，有辦會員的話十次住宿送一次，而且有附早餐，價格也還 OK。

社團

很推薦參加社團，是除了課程之外能夠跟日本學生接觸最多的地方，但要注意有些社團對於練習是較嚴格的。我個人是參加美術社，跟社員處的還不錯，也一起參加過許多活動。暑假還有合宿，認識了許多日本人，也常常在沒課的時候跑來部室跟大家聊天練習日文。