

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：2019/06/19

獲補助出國年度：108 學年 第二學期	
中文姓名： 陳葦葉	英文姓名（姓，名）： Chan Wai Yip
臺師大就讀科系所、年級： 東亞學系、大四	臺師大學號： 40483027I
修習國家： 中國大陸	
修習校名： 南開大學	
修習學院： 文學院	
修習科系： 漢語言文學系	
修習期間： 2019 年 2 月 ~ 2019 年 6 月	
護照入出境時間：	
出境： 2019 年 02 月 17 日 <input type="checkbox"/> 使用自動通關	
入境： 2019 年 06 月 13 日 <input 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
非物質文化遺產保護與傳承	何洪祿教授	2	下學期
旅遊景區景點管理	易志斌教授	2	下學期

(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）

城市介紹：

天津市中國四大直轄市之一，面積廣大，現今成為中國十大新一線城市之一，近年中央致力發展鄰近渤海的濱海新區，是具有發展潛力的大城市。此外，此城市具有濃厚的歷史底蘊，天津郊區薊縣一直是古代數千年的重要軍事重鎮，戰國時期的燕國首都就建於薊。自明朝起天津成為北京對外的主要幹道，在清末時期成為多國的租界，所以天津擁有多國不同建築風格的古舊建築，也成為全國最多建築風格的城市。

天氣方面：

天津是一個四季分明、空氣濕度比台灣低的城市，沒有台灣的濕冷和濕熱，而且降雨少，生活起來比較舒適，不過須提防防不勝防的霧霾天，冬天比較多，春夏比較少。冬天溫度平均零下三四度到十幾度，春夏交際的天氣溫差十分大，小心著涼。夏天溫度平均二十六七度到三十多度，最高溫可以到四十度，注意中暑（天津商場都不冷、汽車都不太開冷氣……）

校外飲食方面：

天津食物的口味，感覺與北方城市大致相同，就是重口味、分量大、喜歡加一點辣，這三點與台灣的食物模式有一點不一樣，同學去到那邊可能需要時間適應，特別是重口味的部分，有些菜真的很鹹。另外，天津食物有三絕：煎餅果子、耳朵眼炸糕、狗不理，但我覺得只有耳朵眼炸糕好吃，它就是一個炸糯米糍，裏面抱著豆沙餡，但吃起來有點油；煎餅果子則是天津本地人常吃的早點，普及程度有如台灣的蛋餅，滿街都是；狗不理包子應該是天津美食中最有名的一個，之前普京前往中國國事訪問，曾與習近平一起製作狗不理包子，可想而知它在中國地位是非常高的。但此光環事跡無阻它被公認天津三絕最不好吃的一個，而且價錢不便宜，平均一個也要 15 RMB 一個，想吃的同學真的要好好思考一下（普通的包子還比較好吃，而且價錢便宜好幾倍）。

校園飲食方面：

以八里台校區為例，此校區有三個食堂，使用校園卡或支付寶付費，食物價格由 5-20 元不等，素質一般。但如果想吃比較好吃的食物，可以去校內村-西南村，位於校園的西南方，該地方有一個小型市場，內有多種食物，素質比食堂好，

但價錢也比較貴（大概 10-20 元，大推不辣的麻辣拌），或者下載及使用外賣軟件（美團外賣、餓了嗎），直接送到宿舍樓下。

交通方面：

南開大學位於市區，但卻沒有地鐵經過學校，同學只能步行（15mins）或騎腳踏車（7mins）前往最近的地鐵站-天塔站，或者騎腳踏車或使用叫車軟件（滴滴打車、曹操專車）外出。學校與天津繁華地段直線距離約 3-5 公里，尚算方便。但同學們需要注意南開大學有兩個校區（八里台校區、津南校區），前者校區位於市區，設施比較老舊；後者則位於郊區，離市區有 40-50 分鐘車程，外出麻煩，不能晚歸，但設施比較新（兩個校區都分別為不同的學院及科系服務，同學須了解科系位於哪一個校區，因為此會影響你住宿的校區。）

校園生活方面：

天氣部分已在上面提及。另外同學選擇南開大學時需要注意的是，此大學的宿舍是沒有浴室，你是需要前往公共澡堂（1 元/4 分鐘，熱度水量無法調節）或者游泳池（5 元/次，可調熱度水量）洗澡，這點不少大陸的大學都是這樣，需要習慣。校內有很多共享單車（摩拜、哈羅單車），出入方便，但同時也需要注意交通安全，因為有很多顧著賺錢，無視一切交通規則的外賣小哥騎著他們的電動車亂竄亂按喇叭，在這裡真的要提醒各位同學，要好好注意他們，他們真的不會讓人！此外，可以多使用網上購物（淘寶、京東），購買各式各樣便宜又實用的平價物品（衣服、手機殼、手機膜、充電線……），而且拿貨手續方便，免運費，大推！

學習及課堂方面：

南開大學可讓交換學生不必硬性規定修讀分發科系的課，換句話來說就是你選擇或被分發到什麼系，只是影響你所居住的校區而已。選課自由度十分大，是對交換生是十分好的舉措。另外，你可在校園裏感受中國大陸前列大學的緊張的學習氛圍，圖書館及教學樓都有不少學生自修，到了晚上十點人數仍處於高峰，此點我們需多多學習。

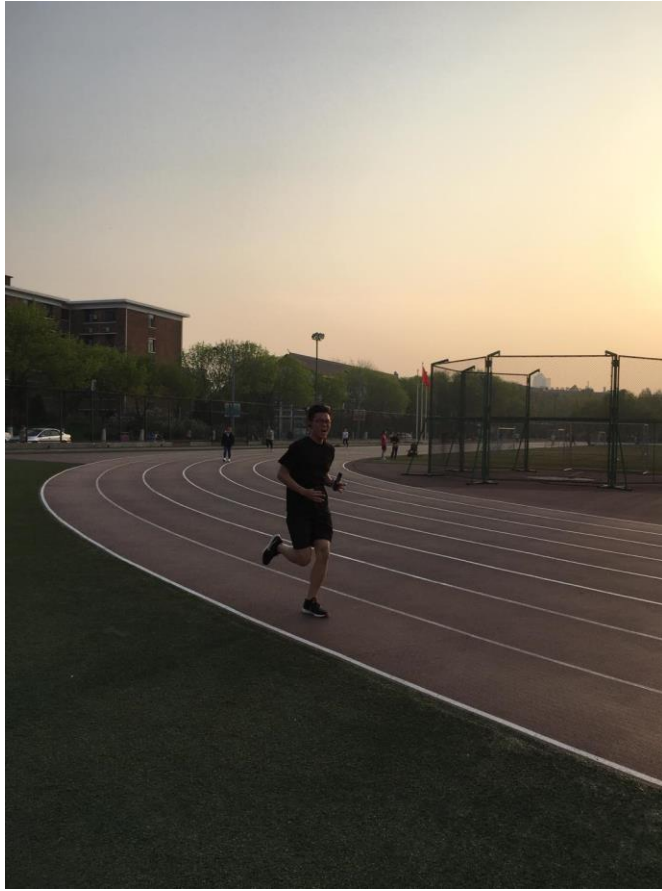
旅遊方面：

此次交換我前往了北京、重慶、寧夏、內蒙古、山西、陝西等地旅遊，費用算是便宜。同學們外出旅遊可選擇搭火車（軟、硬臥）、高鐵等，因為價錢相對

便宜。此外也可以留意機票網站，因為大陸國內線很常在起飛前的一個禮拜會突然降價，有時候還比火車便宜，這點需要各位細心留意。當中可選擇下載大陸的旅遊軟件（美團、攜程、馬蜂窩等），方便搜集旅遊資訊及購買火車票、飛機票。最後，也是最重要的部分，就是大陸不少飯店都不能接待外賓（使用港澳台通行證的台灣人及外國遊客），只能接待內賓（使用港澳台居民居住證的台灣人及中國人），如果外出居住需要事前打電話確認飯店或民宿能否接待外賓，以免影響行程安排（越不發達的地區，就越少接待外賓的住宿，須注意）。

四、照片（如有，請提供）

天津生活：



大大的運動場



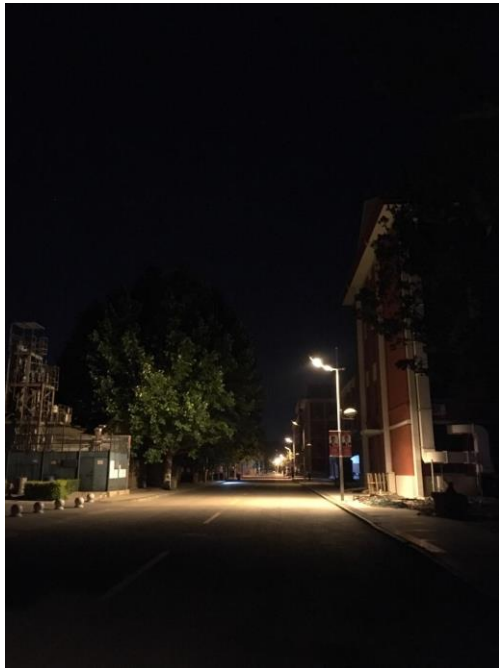
這就是所謂的狗不理



南開浴園門口



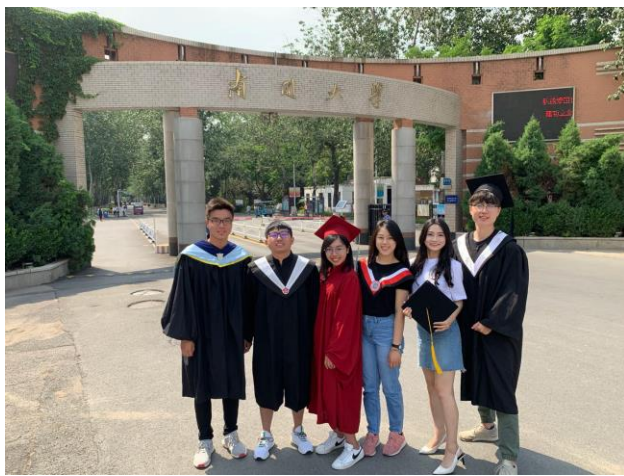
去現場看中國足球超級聯賽 讚讚



晚上的南開大學



美麗的天津



認識新朋友真好

外出旅遊：



西域寧夏的沙漠 一望無際



騎駱駝好好玩



與一群新朋友去內蒙古玩



重慶嘉陵江夜景



兵馬俑真的好宏偉



中國三大佛教石窟之一 – 山西雲岡石窟



中共革命聖地 - 紅色的延安



山西懸空寺

五、影音電子檔（如有，請提供）

六、其他