

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：_2020/07/22_

中文姓名： 張瑄	英文姓名(姓, 名): CHANG, HUAN
臺師大就讀科系所、年級： 歷史 109 級	臺師大學號： 40522009L
修習國家： 日本	
修習校名： 明治大學	
修習學院： 國際日本學系	
修習科系： 國際日本學科	
修習期間： 2019 年 09 月 ~ 2020 年 02 月	

二、修習課程名稱：

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/期
中級日本語(綜合)	菊池富美子	A	學期
中級日本語(語彙、漢字)	岩元隆一	S	學期
法國文化論 B	鹿島茂	B	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）

學業方面在明治大學我覺得一切都很順利，老師上課都很認真，因為班級人數沒有很多，日文課的班級莫約 10 幾個同學不到 20 位，老師可以很好的掌握我們的學習狀況，配合一些隨堂考試也可以催促自己跟上進度，課堂上也常常出現和同學的對話練習，透過練習的過程也會更認識身邊的同學，我還蠻喜歡日文課的！就是日文課的上課時間都是早八，早上起床的時候會有點辛苦...大冬天的早上起床格外痛苦，好幾次都差點睡過頭了。另外一堂法國文化論的課程就是在講堂一樣的大教室，學生大概有快 100 位或以上，老師獨自在講台上講課，課程比較沒那麼緊湊，但還是有學到和我的本科相關的知識。

吃的方面相較台灣來說當然偏貴，外食普通的一餐能吃到 1000 日圓以下我就覺得 OK 了，除了連鎖的吉野家或是すき家那種可以把一餐的價錢壓到 500-600 日圓左右，其他餐廳應該都是 1000 日圓附近，若是時間比較多、不趕時間的情況下個人是偏向自己煮，去超市買食材回家自己料理省蠻多的，去一趟超市買菜、食品等等平均約 2000 日圓以下，就可以煮好多餐，去日本前我是完全不會做菜的，覺得我就是可以靠吃外賣或是出去吃飯解決，抱持著現代女性也不一定都要學煮飯的想法，直到我去了日本，把家附近的餐廳都吃到膩了，又有點想念台灣的食物，才開始自己學、動手做，意外地

省下一筆錢 xd

交換期間因為我有認識的朋友可以租房子給我，所以沒有住在學校宿舍，在新宿區租了一間自己住，以新宿區的房價來說是很便宜的，但沒辦法作為其他人租房子時的參考，其實申請的到的話，應該住學校宿舍比較便宜，起初是我個人不想要室友，稍微上網查了之後發現其實明治的宿舍有單人房，但是整體來說隔音好像不太好，小週末到週末期間如果有外國人狂歡之類的話很容易被吵到，所以我在剛開始就沒有申請住宿了，至於實際上的情況我也不太清楚，因為同班的其他同學們也都是自己住在外面，宿舍內的情況就不可考了。

娛樂方面多元的不可思議，除了平時逛逛 Animate、書店、抽抽獎(一番賞)，遊樂園、迪士尼等等的我也都沒少去，生日的時候還去了一趟富士山附近，住了溫泉旅館和去了富士急遊樂園，體驗了傳統日式旅館的懷石料理和溫泉，還買了很多富士山的小名產餅乾，富士急樂園的雲霄飛車也是非常推薦，樂園內的雲霄飛車有許多金氏世界紀錄，像是最高點往下墜的、速度最快的雲霄飛車等等，對喜歡雲霄飛車的人來說簡直天堂，不過因為排隊的人很多，排隊時間不是普通遊樂園可以比擬的，上次我們為了搭其中一個雲霄飛車就排了 3-4 小時，金錢上沒有疑慮的話可以考慮買 Fast Past。其他遊樂園主要是門票上價錢偏貴，不然作為假日休息的地點是很棒的~迪士

尼的門票一日卷好像是 7000 還是 8000 日幣，大概好幾個月或是特殊節日才會想去一次的價格，但是相較於台灣的遊樂園，園內設施真的是做得很好，會有值回票價的感覺!!而特殊節日像是萬聖節、聖誕節等，我有特別去澀谷參加萬聖節體驗一下氣氛，大家都很認真的變裝，遇到喜歡的 coser 可以問他們能不能一起拍照留念，通常他們都會很開心地答應 XD

交通的部分因為我住在新宿，離學校(中野校區)沒有很遠，兩站 JR 的車程而已(沒記錯的話一趟 140 日幣)，再加上上課天數不是很多，所以我沒有買通勤票，若一周內通勤天數夠多，可以買月票比較划算，月票去學校附近的車站申請，填車站準備的表單再拿著學校的學生證到櫃台申請、付錢就可以了。

比較特別的體驗大概是晚上自己逛街完回家的路上，被微醉的日本男性搭訕，這是我第一次也是唯一一次在日本街頭被搭訕，大概跟了我到回家的半路上，一路上不死心地邀請我要不要一起去喝茶或喝酒，還遲遲沒有發現我不是日本人，後來還是我自爆了不是日本人，是台灣人唷，那位先生才卻步 xd 我的一位朋友長得特別漂亮就常常被搭訕，她說這種情況只要講幾句聽起來好像很厲害的英文的話，通常搭訕的人很快就會離開了，還蠻有趣的
~

四、照片（如有，請提供）



明治大學前的學士服照



溫泉旅館的懷石料理

萬聖節時在澀谷和 coser 們的照片



個人料理的進步史



培根煎蛋吐司



自製壽喜燒



日常晚餐

五、影音電子檔（如有，請提供）

六、其他