

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：2020.02.13

獲補助出國年度： 108 學年 第一學期	
中文姓名：葉巧嵐	英文姓名(姓, 名): YEH, CHIAO-LAN
臺師大就讀科系所、年級： 國文系四年級	臺師大學號：40520114L
修習國家：中國	
修習校名：同濟大學	
修習學院：人文學院	
修習科系：文化產業管理	
修習期間： 108 年 9 月 ~ 109 年 1 月	
護照入出境時間：	
出境： 108 年 8 月 29 日 <input type="checkbox"/> 使用自動通關	
入境： 109 年 1 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
素描藝術中的材質探索	吳茜	1.5	108-1
日本文化概論	金璽罡	1.5	108-1

(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）

能在中國順利生活最重要的便是手機與銀行卡，一到學校會由學伴帶領到校園附近的中國移動或中國聯通辦理手機門號，有了手機號碼後才能開戶、使用支付寶與微信支付。辦理手機與銀行的過程費時，所以建議一大早電信公司開門前就到，趕快辦好手機門號才能到銀行開戶放錢進去。另外，銀行開戶會需要交換校寄給各位交換生的入學證明影本，可以先在台灣印好帶去比較省時（建議彩印）。

基本上所有開銷都可使用行動支付交易，除了校園內的食堂以及宿舍洗澡間，必須使用校園卡付費。校園卡充值可由微信校園寶線上充值，也可以拿現金到食堂的充值櫃台人工充值。校園卡一定要保管好，若是不慎遺失，需要 20RMB 的工本費才能補發（重辦校園卡的地點在哀和樓旁的綜合服務大廳）。

選課方面，交換生只能參與到同濟最後一次的選課階段，一堂課必須有空缺名額才能選，類似於師大的加退選階段，因此並非能如你所願上到所有想要的課程。如果沒有學分壓力，可以申請旁聽真的很想上的課，不過要有心理準備面對課程內容和教學方法可能與你想像中差異甚大的情形。

上海的文化資源非常多，有各式各樣的國際型展覽、音樂會、校內外講座以及表演活動，建議可以下載「大麥」、「活動行」APP，以及關注校內藝文公眾號，都可以獲得非常多的活動訊息。港澳台辦的老師也經常有不少活動的資訊與入場票券，會在微信群組裡開放同學報名領取，有興趣就要趕快搶！圖書館的「聞學堂」不時會辦理歷史、文化相關的工作坊，如果對中國文化與歷史有興趣的同學，可以多關注他們的公眾號，因為去的人不多，所以上課氣氛好、知識量的吸收也收獲頗豐。上海有很多種類的博物館、美術館，上海博物館是免費參觀，而且館藏豐富、數量龐大，常有期間限定的展覽，可以分多次去。然後順路走去附近的南京東路步行街，再遠甚至可達外灘，四平路校區也有直達外灘的公車，可以多加利用！至於美術館，像是龍美術館、中華藝術宮、油罐藝術中心以及當代藝術博物館等等，都有很多的資源與展覽可以觀看使用。極度推薦中華藝術宮的清明上河圖動態展覽，知識量細膩豐富、呈現方式也為之驚嘆，而且還是當時上海世博會出名的展覽。建議平日去這些地方，博物館或美術館的人都會很少，可以好好欣賞。

住宿生活的部分，這次我入住於四平路校區的西南九樓，房間內有廁所，但淋浴設備是在房間外。不需要從台灣帶吹風機過去，除了電壓不合還需要另外買轉接頭外，宿舍阿姨每個月會查房 1-2 次，吹風機是違禁品不能在房間裡使用，宿舍內有設置統一吹頭髮的區域。四平路校區有西苑、學苑、北苑、三好塢（清真）四個學生餐廳，食堂價位基本上比起外食更低廉，但衛生與美味程度可能就不盡理想，種類多元可以多去嘗試。但要注意的是，他們的「飯點」通常比台灣早一個小時左右，加上他們營業時間結束前半小時就會開始收拾，所以台灣學生

可能會不太習慣當地吃飯的時間。可以觀察課表下課時間避開人潮去吃飯，早一點去也比較多選擇可以吃。

在中國要買國外品牌的任何東西（例如：保養品、化妝品、保健食品等等）基本上都會比台灣還要貴，如果真的很有需要，比較划算的時間就是淘寶天貓的購物節，比如雙十一、雙十二，但還是先在台灣買好帶去最保險。反而那些衣物、日常生活用品不需要帶太多，超市或是線上購物都很方便且快速。天貓、淘寶的到貨時間都非常快速，收件地址填學校的近鄰寶就好，簽收後會透過近鄰寶的公眾號發訊息通知你到貨，在指定天數內去拿就可以了，非常方便。另外，根據我的經驗，如果你是屬於東西很多、又常購物的人，出國時請帶上拉鍊式而且是布製的行李箱，能裝的東西比較多也有彈性空間伸縮，但也要小心超重！因為國際運費非常的貴，加上四平校區的交換生沒有統一的儲藏空間放置想留給下一屆交換生的生活用品，若是學伴無法幫忙轉交這些東西，很容易帶不走，這樣也是浪費。

不管是去其他城市旅遊還是在上海玩，都一定要帶學生證，有學生證可以買半價票，省下的錢不無小補！在此推薦大家，如果是喜歡大自然的人，可以從四平路校區坐公車到共青森林公園，離市區近、占地廣大之外，不同季節也能看到相對應的植物景觀，例如楓紅、黃澄澄的銀杏葉。裡面甚至還有烤肉區、一些簡單的遊樂設施，可相約朋友、學伴一起在那裡野餐、拍照等等，是一個很清淨悠閒的好去處。

四、照片（如有，請提供）

五、影音電子檔（如有，請提供）

六、其他