

國立臺灣師範大學學生赴國外修習
返國後心得報告書

一、學生資料

填寫日期：2023.10.02

英文姓名（姓, 名）： Chen Chia Her	臺師大就讀科系所、年級： 工業教育學系碩士班二年級
修習國家： 日本	
修習校名： 早稻田大學	
修習學院： 日本語教育センター	
修習科系：	
赴外學期別： 111 學年（民國年） <input type="checkbox"/> 上學期 <input type="checkbox"/> 下學期 <input checked="" type="checkbox"/> 一學年	
修習期間：111 年 9 月 ~ 112 年 8 月	

二、修習課程名稱

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/學期
総合日本語 5		3	秋学期
漢字 5		1	秋学期
私の東京プレゼンテーション 5		1	秋学期
戯曲を読む 4 - 7		1	秋学期
日本社会を知る：観る、まとめる、伝える 4 - 5		1	秋学期
好きな本を自分の力で読んでみよう 5		1	秋学期
絵本を読む 4		1	秋学期
カタカナ語の世界を見る 4		1	秋学期
オノマトペを学んで、話そう 4 - 5		1	秋学期

日本の暮らしと行事を楽しもう 5		1	秋学期
日本の歌—わらべ歌から歌曲まで 4 - 8		1	秋学期
ライフストーリーインタビュー 3 - 4		3	春学期
接触場面の会話コミュニケーション 3 - 4		1	春学期
写真とエッセイで綴る留學生活の 体験と意義 5		1	春学期
ブログで学ぶ日本語 3		1	春学期
短編小説の謎を解く 4 - 5		1	春学期
生活マッピングから学ぶ自分に役 立つ漢字、漢字語彙 3 - 5		1	春学期
わたしと早稲田 3 - 5		1	春学期
漫画、アニメから学ぶ日本語學習 法 4		1	春学期
待遇コミュニケーション 4		1	春学期
声に出して学ぶ日本語 5 - 8		1	春学期
ビジネス敬語コミュニケーション 4		1	春学期
合気道 基礎 0 1		1	春学期

三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約1500字）

很開心能成為疫情後第一批開放出國的交換生，雖然等待 COE 下來的時間非常煎熬，但幸運的還是在早稻田開學前抵達日本，沒有錯過任何說明會、課程及活動。

早稻田提供三種住宿選擇：交換生宿舍、協力廠商宿舍(WID&Dormy)及寄宿家庭，以排志願的方法進行分配。交換生宿舍都位在學校附近，步行5~10分鐘能抵達，是通學最方便的選擇，缺點是設備較老舊且沒有個人衛浴。協力廠商宿舍除了 WID

Waseda 以外都離學校有段距離，像我住的 Dormy 上石神井就需要40~50分鐘才能抵達學校，如果有一限的課還要跟上班族擠滿員電車。優點是有提供早晚餐，房間大且明亮，有個人衛浴及小廚房。整體來說除了要比較早起及滿員電車，我對這個宿舍非常滿意。

如果不住學校附近記得一定要去購買通學定期券，在學生證背面填寫離自己家最近那站及離學校最近那站的名稱，拿學生證去窗口就可以購買，可以省下一半以上的交通費。如果去旅行有搭乘新幹線的需要，也可以在學校申請學割證明，去窗口購買的新幹線票也會有打折。不過縱使學生有一些優惠可以利用，日本的交通費還是非常的高，定期券以外，我一個月大概還是會花10,000日圓左右在交通上。

早稻田的日本語課程有非常多級別可以選擇(1-8)，級別會在開學前提供連結自己上網測試，但也沒有強迫只能選擇自己級別的課，就是一個參考用，選課非常自由。像我當初測出來是6-7，但我有點擔心口說跟不上，有興趣的課也集中在5左右，所以還是選了很多5左右的課程。除此之外，如果想要拿修了證書兩學期至少要修26學分的日本語課程，1學分100分鐘，課表會排得非常滿，早稻田的作業又非常非常的多，周末至少有一天要在家裡寫作業。因此如果有想拿證書的也可以斟酌一下選擇的級別及課程內容。

另外，交換生也可以選擇體育課程。我在春學期的第三次加選才發現這件事，因此那時候只剩下劍道、合氣道、空手道這種類型的體育課。我最後選擇了合氣道，在17號館地下室上課，這邊要注意的是早稻田並沒有操場及體育場，所以有些體育課會在比較遠的地方上，如果有想修習的人在選課時要注意一下上課地點，以免遲到。上課時日本老師不只會教動作，還會跟大家說明合氣道的一些文化、規矩及禮儀。最後期末會倆倆進行動作的小考試，基本上大家都高分通過。我覺得能在日本大學上體育課是個非常難得的體驗，雖然要另外付一點課程費用(印象中1600日圓左右)，不過非常推薦大家體驗看看。

活動方面眾所周知的應該就是11月初的早大祭了，跟台灣的校慶不同的是沒有運動項目的比賽，取而代之的是各個社團的大型表演。在學校內會搭建非常多個大型中型舞台，從早到晚都有不同的社團的表演活動，非常熱鬧，也吸引非常多民眾共襄盛舉。不過也因為人太多，要買到吃得東西非常困難，學生要進場也需要排隊。這邊推薦可以去漫畫社的似顏繪攤位，整間教室都擠滿畫畫及被畫畫的人，印象中400日圓就能畫一張，非常快速划算也有紀念價值。

春天的大型活動就是5月的早慶戰，又以棒球人氣最高，基本上大家都會穿著紅色球衣去幫早稻田加油。應援席門票可以在17號館的生協持學生證購買，一人限購兩張。比賽當下大家喊著應援口號唱著應援歌，團結一心的感覺真的非常熱血。雖然我

去看的那場大輸慶應，但也留下了非常美好的回憶。

另外，如果有想加入社團，可以先傳訊息問問他們收不收交換生。我當初想參加的幾個社團，都說只收大學部或是能參加兩年以上的人，因為沒辦法待這麼久，最後只好作罷。不過也有很多歡迎外國人及交換生的社團，像我也有很多朋友參加語言交流、跳舞、熱音之類的社團，有興趣的也可以找找看。

最後想要介紹一下生活方面，早稻田的午餐時間只有50分鐘，餐廳或便當店又都排滿了人，像我這種吃飯緩慢的人根本來不及。因此我都早上先買好，或是中午去便利商店隨便買點小東西吃。以食物來說，每天外食真的好貴好貴，超市的打折品真的是留學生最好的朋友，或是買材料自己煮來吃。生活費方面，依照每個人生活旅行習慣也會有所不同，但一個月大約落在80,000~100,000日圓左右。

周末除了寫作業以外的時間，我通常都跟朋友在東京晃晃，找好吃的店家吃。12月日本放過年長假的時候就是去旅行最好的時間，提早把作業做完就可以去遠的地方旅行。今年過年的時候我跟朋友在大阪一起吃蕎麥麵、看紅白，隔天一起去新年參拜。

在日本的這一年，在早稻田的這一年，雖然也遇過不少挫折，但我過得非常幸福。到了夢寐以求的學校，交了好多不同國家的朋友，去了好多以前只能在電視上看到的地方，原來這就是夢想實現的感覺，回想起來就跟夢一樣。謝謝國際事務處的各種幫忙，謝謝我的家人們支持我的夢想，能夠去日本真的太好了。

四、照片（如有，請提供）



五、影音檔（如有，請提供連結）

<https://www.canva.com/design/DAFhKiJxOCI/Des0XiYJ2NIHTxqyCeZcbw/edit>

六、其他