

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：

2023.08.10

英文姓名(姓,名): Chang, YUN JOU	臺師大就讀科系所、年級: 社教112
修習國家: 日本	
修習校名: 明治大學	
修習學院: 國際日本語	
修習科系: 國際日本語	
赴外學期別: <input type="checkbox"/> 111學年(民國年) <input type="checkbox"/> 上學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下學期 <input type="checkbox"/> 一學年	
修習期間: 2023 年 3 月 ~ 2023 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
東アジア地域研究	近藤大介	2	春学期
口頭表現	矢口貢大	2	春学期
比較文化学	張競	2	春学期

(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）

校園

明治大學總共有 4 個校區，最主要的兩個校區是駿河台校區和和泉校區，但我修習的國際日本語學部是位於中野校區，看上去就是一大棟商業大樓一樣氣派，沒有另外兩個校區大但周邊環境很舒適宜人，有一大片草原、中午開始會有餐車常駐，也有不少餐廳，附近商店街有下町風格。中野校區雖然不大，但其實很多校務資源都具備，幾乎不需要特地去別的校區就能辦好很多事。

學業

和關西學院大學很不一樣，明治大學在入學前是可以選擇學部的（但各學部有其要求的日文能力，國際日本語學部是要求日檢 N2）。個人覺得明治大學在選課方面並沒有說的很清楚，我是自己去明大的國際事務處問過才知道，他們並沒有要求交換生一定要修幾學分，也沒有特別開設給交換生的課程（這是我自己的情況，不確定有無針對日語初學者的課程），所以交換生必須根據自身日語能力選擇修課。另外需要注意的是交換生有一些課程並不能修，像我原本有選一堂課，第一堂課參與了、名單上也有我，但第二週確定課表下來後卻發現交換生不能修那堂課。明大也有幫留學生配對一位指導老師，選課前有想要相談的話可以聯絡那位老師，但我自己完全沒有見過我的指導老師，也沒有收到那位老師任何訊息。

活動

1. 明大有舉辦一些留學生交流活動，但主要的活動校區都是駿河台校區，自己比較不方便，所以參與的比較少。明大舉辦的留學生交流活動性質比起交流或談話類型，更接近仿效歐美的派對舞會，優點是可以和一大群交換生一起玩遊戲，缺點是少有深度交流、沒辦法更了解對方的文化。
2. 不確定其他學部有沒有，不過國際日本語學部和關學一樣有分派學伴，和關學不同，明大是交換生 1 對日本學生 1。但因為這個學伴制度沒有很正式的團體活動破冰，都是按學伴個人經驗引導，所以很吃人品。像我的學伴雖然人很好，但只一起吃過一次飯就沒有再聯絡了；另一個交換生朋友和他的學伴也是只有一週一次放學邊走到車站邊聊天。
3. 最後我有自願參加一個「Conversation Practice Matching program」的語言交換活動，每週一次和其他同學進行語言交換，除了想學日文的留學生，也有

想學其他語言的日本學生。但或許活動主理人也是第一次接手這個活動，所以這個定期活動說不上辦得成功。這個活動包含我共 5 人，想學習外語的人數和語言並沒有配對成功，並且因為大家的語言能力程度不一，蠻多時候會花時間在基礎對話。不過交流氣氛確實比起其他活動更加輕鬆，大家也有一起揪團去別的學校吃好吃學餐，或一起去唱 KTV 之類的，推薦給希望在課餘時間輕鬆的語言交流的學弟妹們。

各種文件辦理(健保/郵局帳戶/手機網路...)

說實話明大在這個方面非常的需要加強。因為疫情關係，剛來到日本時明大沒有舉辦實體說明會，只是給交換生一份 PDF 檔案，甚至國際日本語學部在我抵達日本的兩週後才和我聯絡。各種轉入手續雖然有日本同學幫忙但從最初規定的集合時間就沒有統一，選課資訊或疑問要自己去問學校，手機網路、郵局開戶等都要自己想辦法，好險自己有之前交換經驗，所以幫了不少同宿舍完全不會日文的留學生。建議大家如果有不清楚的地方可以和台灣留學生群組求救（入學典禮最後有和其他台灣留學生交流的機會）。

住宿

我的宿舍位於葛飾區的DKハウス東京，因為是學校和外面房仲簽約的宿舍，所以宿舍裡面也有非同時期入住、非學生的人。入住前學校會要求一次支付一學期的費用，一個月約 5.5 萬日幣，房間蠻小的，廚房衛浴共用，有管理員，距離最近的車站新小岩站走路約 10 分鐘。整體來說設備不算新但都很夠用，房間沒有檯燈跟電風扇比較需要注意；管理員不會代收包裹，雖然可以指定包裹放宅配箱，但有時候郵差還是會親自去敲房間門簽收。依我的個人經歷，學校不會依照學部所在校區遠近分配留學生宿舍，像距離我最近的其實是駿河台校區，反而最常去的中野校區單趟通勤時間約 1 小時。

飲食

大部分都自己煮居多，但我是平時在台灣也都這樣，並沒有特別大的改變，不過日本超市可以買到的食材相較台灣超市更便宜、種類更豐富，方便民眾料理的貼心設計也更多。宿舍附近有一間超商，超市的話在車站附近。因為遮站對面就有一條商店街，外食也算方便。

中野校區的學餐聽說很難吃，但個人覺得還好，校區內除了學餐還有一間小全家，中午時間也有人在校內賣便當。走出校區有餐車跟一些商店，想外食也很方便。

開銷概算

這次除了有領師大的赴外交換進修補助外，個人負擔約 15 萬台幣（不含房租）。

感想

首先，雖然不知道申請連續 2 學期交換的案例多不多，但如果想跟我一樣這麼做的學弟妹請務必清楚掌握兩間學校的各個日程期限，不要造成國際事務處專員們的困擾！

我在體驗了日本關東跟關西的交換生活後，非常的有感，光是一個日本就可以如此的不同。但各有各的好處，無論去到哪間學校都一定要好好把握這個交換的機會！自己因為疫情延後了學涯，所以當初第一次自己一個人踏上日本的感動真的可以記一輩子。而來到東京後可以看到各種形形色色的人，其實很像當初考上師大後從台中搬到台北這個大城市的感覺。因為自己此時也已經大四下學期，面臨不得不思考未來方向的時期，來到東京遇見很多不同的人、聽到很多不同的想法，也逐漸知道自己想要的是什麼、未來想怎麼過。我覺得無論自己當初是抱著什麼想法計劃出國交換，可能是想給自己一段長期居住國外的體驗、可能只是在畢業前壯遊一趟等，都好，到了國外就好好體驗、感受在台灣感受不到的所有人事物，然後不要去比較跟別人的交換生活，因為大家都是抱著不同的想法出去的，知道自己是為了什麼而來就好了！相信這趟旅程一定會改變你的一些想法，是非常珍貴的經驗！

四、照片（如有，請提供）

五、影音檔（如有，請提供連結）

六、其他