

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_2023.08.05_

英文姓名(姓, 名): LEE, YENJOU	臺師大就讀科系所、年級: 東亞系大二
修習國家: 日本	
修習校名: 千葉大學	
修習學院: 國際教養學院	
修習科系: J-PAC 國際教養學程	
赴外學期別: 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 4月 ~ 2023年 7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
國際移動論概說	福田友子、五十嵐洋己、佐々木綾子、小林聡子、周飛帆、見城悌治	1	T1
心理学 A 1(1)	田中未央	1	T1
心理学 A 2(1)	田中未央	1	T2
日本イメージの交錯 A	見城悌治	1	T1
日本イメージの交錯 B	見城悌治	1	T2
日本人の精神・伝統文化を示すキーワード A	和田健	1	T1
日本人の精神・伝統文化を示すキーワード B	和田健	1	T2
日本語602(口頭表現1)	小林佳代子	1	T1・2

日本語602 (口頭表現2)	藤原恵美	1	T1・2
日本語604 (文章表現)	田島ますみ	1	T1・2
日本語607 (文法)	室田真由見	1	T1・2
日本語608 (統合型)	吉野文	1	T1・2
現代日本政治論 一戦後レジームからの脱却(JS)	TSAI MON-HAN	1	T1
近代日本社会とアジア留学生たち	見城悌治	1	T1

三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約1500字）

（一）學術

千葉大學從4月開始一整年共分為6個夕一ム(term)，參加春季班交換的話便會在千葉大學修習前期(T1、2)的課程。T1期間為4月開學至5月底，T2期間則是6月初至7月底學期結束，兩個半期皆有8次實體授課和1次的線上授課。兩個半期中間有約一周的授課準備期間供學生自由運用。通識和學院課程的開設長度多為半期(T1或T2)當地學分單位一學分，國際教育中心開設的語言課則多為一期(T1-2)當地學分單位同樣為一學分，一次授課皆為1.5小時，因此要達到台師大所規定之18小時採計為1學分的門檻十分困難，必須有無法採計許多學分的心理準備。

申請 J-PAC 計畫時可以選擇日本研究學程或是國際教養學程，選擇後者若無特殊研究需求便會被歸在國際教養學部，視情況可能在選修其他學部的課程時會有資格不符的問題。除了留學生課推薦的日語/日英雙語/英語授課學部課程外，J-PAC 生可在得到授課老師的許可下修習任何通識課程，以個人選修通識心理學的經驗而言內容十分深入淺出獲益良多，若語言能力許可非常建議多選修通識課程。日本語課程會在赴日前透過系統進行能力考核與分班，由於考核僅針對閱讀能力以個人立場認為準確度有限，被分配的600級略顯簡單，若自身判斷自己能修習更高的級數也能自行調整級數。課程分為文章表現(學術寫作)、文法、口頭表現(演講、學術討論/會話)等，在各方面的能力都能得到成長，十分充實。整體而言日語授課的比例非常高，對於有基礎想精進日語能力的人來說是非常理想的學習環境。

（二）生活

留學生宿舍位於西千葉校區電車鄰站的稻毛，距離車站徒步約10分鐘交通十分便利。稻毛車站周邊有 AEON、マルエツ、Welcia 等大型複合式商場和藥妝店，也有居酒屋、家庭餐廳、

快餐、西餐等多種飲食選擇，生活機能優良。外食預算除快餐可落在500-600日幣一餐以外，其餘皆約需1000-1500日幣左右，宿舍單人房備有簡易廚房，若在上述商場備置食材自炊可以省下不少飲食開銷。學校食堂有三家店，分別為麵食、洋食和鐵板/咖哩店，開學第一周因新生體驗潮可能會需要排半小時以上，但嚐鮮期過後尖峰時段也約10分鐘就可以完成點餐。千葉大學的午休時間只有12點到12點50分共50分鐘，如果有修下午第一節(3限)的課要斟酌吃飯時間是否充足。

國際教養學程的課程全部都位於西千葉校區，從宿舍徒步30分鐘可以抵達授課教室。由於校區內建築配置的問題，搭電車到最近的西千葉車站加上徒步時間也約需30分鐘，考量車資在天氣允許的狀況下建議可以多走路通學，或者向其他學生收購二手腳踏車(須購買校內停車證)(可遇不可求)。

平時在課堂上不容易和日本學生有交流，如果想交很多日本朋友建議可以參加同好會(サークル)，性質較接近台灣的社團。同好會多於4-5月舉辦迎新，8-9月進行夏季集訓，為11月初的千葉大學最大慶典大學祭準備。春季班交換生必須在7月底學期結束後盡快歸國，加上台灣的學期時間最多只能待到8月底，一般來說很難參加到夏季集訓或參與大學祭的籌備。雖有因此拒絕交換生參加的社團，但大致上所有社團都可以自由參加。另外，社團費用多一次收取整年費用，欲參加者須考量自身經濟負擔能力。個人情況下參加了一個樂團性質的社團和一個排球社團，前者社費5000日幣，如需參加演出則需要額外負擔租用練習室的費用和演出費用；後者則無需繳交社費，僅需繳交參加活動時的活動資金，一次約500日幣。

(三)開銷概算

根據個人實際的消費情況平均一個月日用品、水電房租、餐費、交通、學用品、電信費和其他保險等雜項開支，為日幣10萬9千元左右，折合新台幣約24000元左右。宿舍雖備有床墊和簡易家具，但初期仍需要花一筆開銷購置寢具、廚具、收納和清潔工具等，建議可以多選購100元商店的商品。上述的費用

處於相對縱慾的開銷，同期的台灣留學生多低於這個價格。根據每個人對旅遊、娛樂、收藏等興趣的熱情程度不同，開銷會有非常大幅度的差異。

四、照片（如有，請提供）



千葉大學樹很多



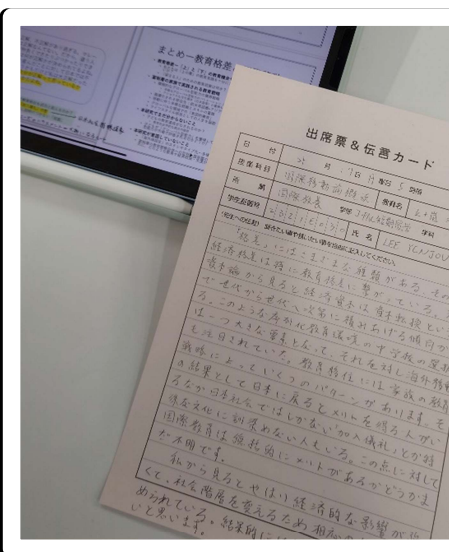
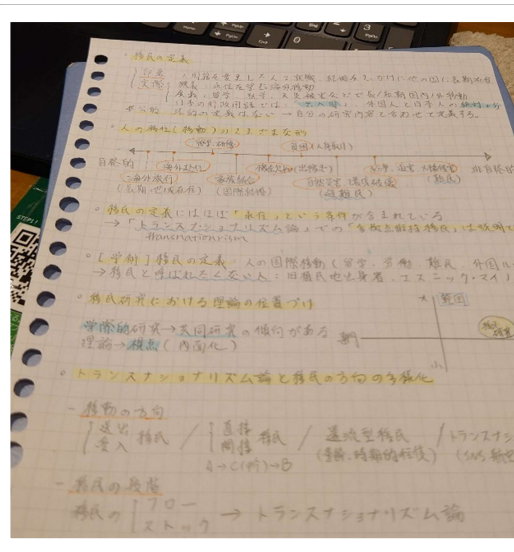
西千葉校區的代表獸にし



麵類學餐



飯類學餐的泡菜豬肉600多日幣





life center 前的廣場
(午休常常有各種社團表演)



離學校最近的 JR 西千葉站



輕音サークル Sound house zoo



バレーボールサークル CHANGE



稻毛淺間神社祭典



稻毛海岸

五、影音檔（如有，請提供連結）

六、其他