

# 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：2025/01/09

|                                   |                 |
|-----------------------------------|-----------------|
| 英文姓名（姓, 名）：Hu, Jyun-Chi           | 臺師大就讀科系所、年級：機電五 |
| 修習國家：美國                           |                 |
| 修習校名：University of Nevada, Reno   |                 |
| 修習學院：(General Engineering)        |                 |
| 修習科系：N/A                          |                 |
| 赴外學期別：113 - 1                     |                 |
| 修習期間：2024年 8月 16日 ~ 2024年 12月 11日 |                 |

## 二、修習課程名稱

| 修習課程名稱   | 任課教授                                | 學分數 | 學季/學期     |
|----------|-------------------------------------|-----|-----------|
| ENG 112A | Amy Metcalf                         | 3   | 2024 Fall |
| ENG 112C | Amy Metcalf                         | 3   | 2024 Fall |
| ENGR 110 | Jeffrey Griffin<br>Ravi Subramanian | 3   | 2024 Fall |
| CS 151   | Ignacio Astaburuaga                 | 3   | 2024 Fall |

### 三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等）

#### 住宿

我在美國交換期間住在 Reno International House (網址：<https://www.renoihouse.org>)，這是一個專門提供國際學生的住宿選擇，由當地房東提供房間，租給來自世界各地的學生。在本次交換中，我透過 International House 諮詢後，選擇月租金最便宜的 \$680 房間。這個價錢包含入住時的水電瓦斯和網路費用，且每個人都有自己獨立的房間，相較學校部分宿舍需要與客地對象共享生活空間，這裡更能擁有自己的個人空間，也相對其他租屋選項來說開銷較便宜。另外在簽約方面能根據自己需求調整，不會遇到宿舍在學期結束後馬上到期或是一次需要簽約一年的問題。對於沒有獨立衛浴的房間，International House 也提供共用浴室。每個人的房間都配有自己的小冰箱，可以到當地 Walmart 採買貨物，到共享廚房自己煮飯藉此省下生活開銷。



▲ 我的小木屋房間



▲ 國際生聚會



▲ 到森林裡砍聖誕樹

Reno International House 另一個特別之處是房東一家人 Mike 和 Angel 很有人情味。剛抵達時和房東太太 Angel 聊天更發現他是十年前春季來 UNR 交換的學姐！在活動方面，房東更常常邀請室友們和國際學生到他們家一起準備食物與聚餐，聚在一起與來自世界各地的朋友交流，讓人感受到家的溫暖。更特別的是在聖誕節期間，房東還邀請我乘車一小時到深山參與美國的傳統活動：挑選聖誕樹。令人意外的是，美國人真的會付費到山上砍伐適合大小的樹作為家中的聖誕樹！能夠親身拿起電鋸參與這種活動，讓我感到很幸運能夠有機會體驗到這種當地人獨特的生活方式。

## 生活

在飲食方面，外食一餐的基本開支約為 10 美元，份量通常會比臺灣商家提供的更多。若前往有服務生的餐廳用餐，通常需要支付 15% 至 20% 的小費，這是美國的一種標準禮儀文化。當你快要用餐完畢時，服務生會將帳單送至座位。此時，應將信用卡與帳單一併放置於帳單夾中，而不是直接拿帳單到櫃檯。服務生會替你將信用卡帶至櫃檯結帳，並在完成後將卡片和單據歸還給你。在離開餐廳前，記得於單據上填寫小費金額，店家會在稍後將小費的金額自動加入你的信用卡帳單中。值得注意的是，許多餐廳會免費提供麵包，如果喜歡麵包的同學可以不要害怕和服務員詢問。同時，若不想花錢購買昂貴的餐前酒或飲料，也可以向服務生索取免費的 "Tap Water"。附帶一提，想念臺灣菜的同學可以到 Downtown 的 Taiwan 101 享用道地臺灣風味的美食。



▲ 喜歡麵包別忘了再拿



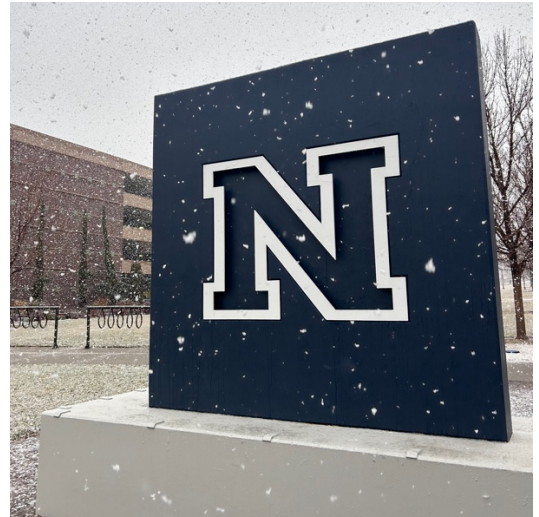
▲ Cane's 是不少學生的最愛



▲ 便宜草莓是每次採賣不可少的

在美國自行烹飪通常是降低生活費的方法。購買食材自行烹飪的成本通常低於學校的 meal plan (平均約 \$12 一餐但菜色豐盛可以體驗看看)。值得注意的是雞肉、草莓及牛奶等商品在這裡的價格相較於台灣更加便宜，可以多加考慮。至於超市選擇，WinCo 是附近主要販售食品的超市，價格稍低但僅接受現金或 debit card (不收信用卡!)。Walmart 則品項齊全，包括食材、家具及服飾等；若想尋找划算又精緻的食品，則可以搭車約 40 分鐘前往稍遠的 Trader Joe's，產品以包裝適大小適中、冷凍食品好吃與好吃的點心聞名 (還有購物袋)。

在穿著方面，因 Reno 屬於內陸氣候，濕度相對較低。夏季白天氣溫可能達到攝氏 38 度，因此建議攜帶輕便短袖衣物。然由於早晚溫差較大，長袖或薄外套也是必備的。隨著季節推移，氣溫逐漸下降，12 月時平均氣溫約為攝氏 -5 至 10 度。在秋季交換期間，我曾經遇到過兩次降雪，分別在 11 月中旬及 12 月初，但即使如此，個人仍覺得台灣的寒流比 Reno 的雪天更冷。若需增添保暖服飾，可以搭乘公車到附近的 Outlet 購物中心，這裡匯集了許多品牌商店，價格相較台灣便宜許多，特別適合採購。



▲ 秋季班有機率遇到下雪



▲ 免費的 RTC Bus

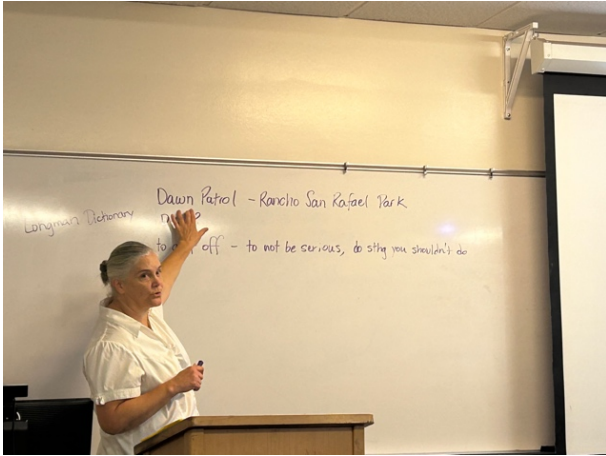
在完成選課以後，別忘了領取學生證 (Wolf Card)，持有這張卡片即可免費搭乘當地的公車(RTC Bus)，但公車班距依路線不同，可能從 10 分鐘到 1 小時不等，因此移動效率較低，建議搭乘前使用 Transit app 查詢公車動態。若需更快捷的交通方式，也可以選擇 Uber 或 Lyft，雖然價格較高，但快捷方便。短距離移動可以考慮使用共享滑板車 (Bird) 或自行購買滑板車。

由於 Reno 附近的景點多位於較遠的地方，建議提前準備好台灣駕照及國際駕照以便在當地租車。熟悉美國交通規則後會發現美國的道路規劃寬敞流暢，駕車輕鬆。建議的景點包括距離約 40 分鐘車程的 Lake Tahoe，以及約 2.5 小時車程的優勝美地 (需避免降雪封路期間，才能更全面地遊覽與避免繞路)。



## 學業

和在臺灣上課相比可以感覺到不同的課堂文化：學生喜歡和老師互動對話、更多的團體討論與作業。許多作業需要課後與同學合作，如錄製 Podcast、操作太陽能電池、實地調查等等。另外，排版格式也是很重要的 (e.g., MLA Format)



▲ ENG112 英文課程



▲ 太陽能電池專題

## 活動

來交換的同學可以多注意 OISS 的電子郵件或官方帳號，可以獲得許多校園、城市的活動資訊。健身房 (EL Wiegand Fitness Center)、語言中心、學生活動中心 (Joe Crowley Student Union) 等資源非常充沛 (費用都包含在雜費中)，可以多加利用資源。值得一提的是大部分大型比賽都是可以領票後免費入場的！



▲ 免費入場的美式足球比賽



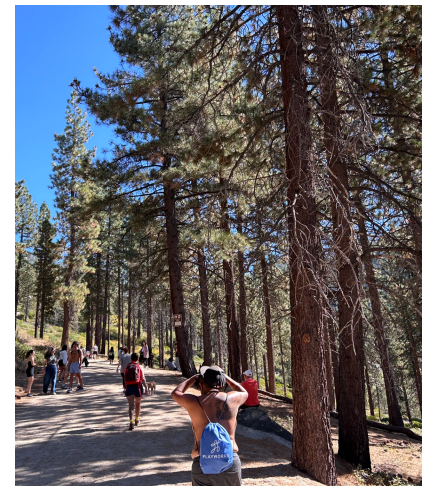
▲ 社團博覽會



▲ 九月初 Balloon Race 活動



▲ 中秋節活動



▲ 參觀 UNR Lake Tahoe 校區 (兩天一夜)



▲ 免費電影與爆米花 (校園裡面有電影院！)



▲ OISS 聚會活動



▲ 兄弟/姐妹會招生



▲ 學校健身房是一棟四層樓的建築，設施齊全



▲ 大學籃球比賽



▲ 大學排球聯賽



▲ 在門口放南瓜燈



▲ OISS 雕刻南瓜活動





#### 四、附錄

#### 在該校繳交之費用名稱及金額

| <b>Payment Breakdown</b>                         | <b>Term</b> | <b>Payment Amount</b> |
|--|-------------|-----------------------|
| Technology Fee                                   | 2024 Fall   | 54.00                 |
| Associated Students UN                           | 2024 Fall   | 36.60                 |
| Electronic Course Materials - ESL-Reading Skills | 2024 Fall   | 45.88                 |
| EL Wiegand Fitness Center Fee                    | 2024 Fall   | 45.00                 |
| International Health Insurance                   | 2024 Fall   | 1,163.00              |
| Health Center                                    | 2024 Fall   | 108.00                |
| Counseling Center                                | 2024 Fall   | 70.00                 |
| Technology Fee                                   | 2024 Fall   | 54.00                 |
| International Fee                                | 2024 Fall   | 145.00                |
| Performing Arts                                  | 2024 Fall   | 5.00                  |
| Academic Success Undergrad                       | 2024 Fall   | 25.00                 |
| Associated Students UN                           | 2024 Fall   | 36.60                 |
| Joe Crowley Student Union                        | 2024 Fall   | 94.00                 |
| <b>Total</b>                                     |             | <b>1882.08</b>        |