

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：2024/12/26

英文姓名(姓,名): Xiong Ruohang	臺師大就讀科系所、年級: 國文所博士三年級
修習國家：日本	
修習校名：金澤大學	
修習學院：人間社會學院	
修習科系：人間社會環境研究科	
赴外學期別： 113 學年(民國年) <input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input type="checkbox"/> 下學期 <input type="checkbox"/> 一學年	
修習期間：2024 年 9 月 ~ 2025 年 3 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
日本語中上級作文	星 摩美	1	Q3Q4
日本語中上級聽解	小島 莊一	1	Q3Q4
日本語中上級會話	岡本 さや子	1	Q3Q4
日本史概論	山本 洋	1	Q3Q4
中国文学テーマ別演習	上田 望	1	Q3Q4
論文指導	上田 望	1	Q3Q4

(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）

宿舍生活：金澤大學提供給交換生的宿舍一共有三種。第一種是單人間的留學生會館，第二種是五人間的公寓房，第三種八人間的一戶建。單人間的會館距離學校較遠，要去教室上課的話，步行大約40分鐘，搭巴士大約15分鐘，騎自行車可能15分鐘左右。但由於位置在山下，生活非常便利，附近有豐富的生活設施，如大型超市、理髮店、餐廳等。很多同學租房也會租在那附近。單人間室內沒有廚房，需在交誼廳使用公共廚房。五人間與八人間位於學校內，距離上課的教室步行約20分鐘。但因位於山裏，附近並無任何購物場所，生活物資需搭巴士到山下採買。雖是與室友共住，但每個人都有自己各自的房間，房間設施算齊全。廚房與衛浴需與室友共用。在交友方面，由於五人間八人間集中一處，有許多留學生，也經常舉行派對，可以認識各個國家的朋友。去交換之前，金澤大學會傳送宿舍的相關資訊，詢問要選擇哪個宿舍。需留意郵件。

選課資訊：金澤大學給留學生們提供許多日本語和日本文化的相關課程。在學期開始前，學校會請同學們線上答題，測試日語水平，以便讓大家知道自己的日語程度，選擇自己適合的班級。這部分需要按照自己的水平來做，選擇到合適的班級才能有效地聽課和寫作業。程度高低都不需要擔心，總會有適合自己的課程。日本語課程分為技能課和綜合課。技能課有聽說讀寫四種專門課程，綜合課則包攬許多內容。我個人推薦技能課，相對更有效地訓練自己薄弱的地方。尤其是作文課與會話課，對於寫作和口說的訓練很有幫助。但相對的，作業也會有點多。尤其是作文課。每一節課後都有作業。日本文化課也很豐富，尤其山本洋老師的日本史課程特別有趣，特別推薦。

修課資訊：金大的學年分為 Q1Q2和 Q3Q4，通常許多課程都是2個 quarter 連起來上課，但要分別在每個 quarter 開始前去選課（「履修登錄」），每個 Quarter 結束前也都有考試（テスト），如期中考試與期末考試。每個 quarter 都要求出席率在三分之二以上，若出席率低於三分之二，這門課就會被當，也無法在下個 quarter 繼續履修。而不僅翹課會被視為「欠席」，「遲到」兩次也會被記「欠席」一次，需要留意自己的出席狀況，以免不小心被當。

生活導引：1. 學校在留學生抵達後會舉行許多留學生會議，專

門教導如何選課、如何扔垃圾，如何連網路等必備技能，同時協助留學生辦理各種手續（如在留卡、保險等）。儘量在學校給的時間到學校報到，以免錯過這些導引。如果實在錯過，也可以自己去市役所辦理。2. 建議帶自己特別喜歡吃的一些調味料或合法入境的食物（尤其吃素的朋友要多帶，日本沒有吃素文化，許多食物甚至調味料都是葷的），以及一些方便攜帶的生活用品（吹風機、充電器等各種），以免在這裡還要重新購入。3. 其他生活上的問題都可以詢問同學。建議在交換過程中多認識同期交換的留學生朋友們，大家會互相交換許多寶貴的生活資訊和課程資訊，甚至朋友在超商打工的話還能給自己帶來免費的飯糰等。

生活開銷：1. 學校設有食堂，食堂大部分只在中午開放。一餐費用大約500到1000円。外食的話，學校附近的餐廳一般一餐費用為1000到1500円左右。自己料理的話，可以到山下的イオン超市購物，物資齊全，但日本菜肉等食物價格並不便宜，食物物價比台灣略高。豐儉由人，無法估算費用。平常僅是上課和吃飯的話，生活開銷並不多。2. 打工是許多留學生會做的選擇。如果生活費不充足，或想要體驗日本打工生活的話，可以嘗試。時薪一般是1000日幣。3. 旅行方面，日本的民宿費用和台灣略同，東京大阪京都等觀光地一個晚上費用在1萬日幣左右或更高。也可以住青旅或膠囊旅館，價格相對便宜。但餐廳一般在1500日幣或以上。旅行的開銷還是蠻大的。可以規劃好自己的生活費安排，留出旅行基金。特別注意：日本人在意肖像權，拍照時儘量避免拍到別人的臉或者店內的陳設等，以免引發不必要的麻煩。或者很想拍照也可以詢問店主或可能會被拍到的朋友等（「写真を撮ってもいいですか」）。

四、照片（如有，請提供）

五、影音檔（如有，請提供連結）

六、其他