

國立臺灣師範大學鼓勵學生赴國外進修補助

學生返國報到單

填寫日期：114.02.08

獲補助出國年度：113 學年 上 學期	
姓名：羅宜旻	臺師大學號：61186003I
臺師大系所：國際人力資源發展研究所	
臺師大學院：國際社會科學院	
基本核銷文件： ☐ 國外學校之修業成績單影本 ☒ 心得報告紙本及電子檔 ☒ 核給生活費者，檢附護照入出境章戳頁影本	
學院結案確認（以下由學院承辦人填寫）： ☐ 無另訂其他結案要求或文件 ☐ 有訂學院結案要求或文件，確認學生已完成	
院戳 已由國際事務處與學院承辦人確認：該院無另訂其他結案要求	



國立臺灣師範大學鼓勵學生赴境外進修補助學生赴國外修

習返國後心得報告書

一、學生資料

填寫日期：114.02.07

獲補助出國年度：113 學年 第一學期	
中文姓名：羅宜旻	英文姓名（姓，名）：Lo, Yi-Min
臺師大就讀科系所、年級：國際人力資源發展研究所 二年級	臺師大學號：61186003I
修習國家：日本	
修習校名：關西大學	
修習學院：無	
修習科系：無	
修習期間：2024年9月9日 ～ 2025年1月20日	
護照出入境時間： 出境: 113年 9月 1日 ☒ 使用自動通關 入境: 114年 1月 23日 ☒ 使用自動通關	

二、修習課程名稱：

修習課程名稱	任課教授	學分數	所屬學季/期
Japanese 6-a	田中舞/小川洋介	2	秋
Japanese 6-b	千田愛/北川美香	2	秋
Communication in Japanese Society (JPN Corporate Culture)	池田佳子	2	秋
キャリアデザイン2	坂井伸彰	2	秋
Communication in Japanese Society (Business Japanese)	古川智樹	2	秋

(表格不足請自行加頁)

三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等等，約1500

字）

- **獎學金**

除了師大的補助之外，關西大學有提供 JASSO 獎學金可以申請

(¥80,000/月)，會提前幾個月寄信通知可開始申請獎學金，申請時需填寫申

請表(基本資料、申請獎學金的動機、畢業之後的計畫)，獎學金名額相當

少，這學期入學僅有約20個名額(交換生人數應該有150人以上)。若申請通

過，需達成學校的點數要求(交換一學期需完成50點，一學年需100點)，才

能於每個月月底領取獎學金，點數的計算分成幾大類，每個大類有相對應

的點數，例如：課程8點、實習5點、講座2點、商用海報發表10點等等。需

注意的是：每大類皆有最低需達成的點數，實習與商用海報發表一定要參

加。實習有多種選擇，我參加的是2025萬博相關的活動，活動的主要內容

是邀請外國學生向日本高中生介紹自己國家的文化，並協助高中生做社會

議題簡報，總共需要2天半的周末及活動前的線上開會。而商用海報發表是以小組為單位呈現，國際處老師會將同國家的同學分在同一個小組以便討論，主題是某家日本公司所遇到的難題(我們這組被分配到的是招募/員工留任不順利)，我們需要在一個月內的時間討論好解決方法並做成海報，在發表當天會有許多企業及貴賓前來聆聽，若發表的好會被邀請上台簡報分享。除此之外，可參與的講座也非常多，大多是與商用日文或求職相關，可選擇自己有興趣的主題報名。

- **住宿**

暑假時，學校會先寄表單讓我們填寫住宿意願，有學校宿舍(秀麗寮、KU G-House、南千里國際學生寮、月之丘)、寄宿家庭及外宿可以選擇，可依照自己的喜好填寫順序。我選擇的是學校宿舍，雖然第一順位填寫秀麗寮，但學校似乎是用抽籤決定，最後被安排到的是第三順位的 KU G-

House。

KU G-House 是所有宿舍中最新(2024年春季啟用)，但也是費用最高的(¥63,000/月)。相較於其他宿舍，KU G-House 的房間很大、收納空間充足、附冰箱與寢具(枕頭是又硬又小的小石子枕頭，建議到宜得利購買)、環境安靜且景色優美、也是唯一房間內有獨立衛浴(浴缸也相當大)，媲美飯店等級的宿舍(聽其他宿舍的朋友分享，隔音很差，每天都睡不好，若很重視居住品質推薦 G-House)。每層樓皆有洗衣房、交誼廳、些許家電，洗衣及烘衣皆免費。宿舍一樓有廚房與用餐區，廚房有提供烤箱、微波爐等，若平常有下廚的習慣，可免費申請廚房內的獨立置物櫃。此外，宿舍餐廳有提供早餐(¥400)及晚餐(¥550)(周日及國定假日不提供)，需提前三天訂購且無法取消，若當天臨時有事無法享用餐點也需付費! 宿舍餐點 CP 值高、好吃且可以吃到日本家常菜，開學後若想節省料理時間及外食費用，非常推薦宿舍晚餐!

交通部分，相較於其他宿舍，KU G-House 較不方便，離最近的 JR(岸邊站)及地鐵(南千里站)皆需坐公車(¥250/次)才能抵達，公車班次不算多，因此平常上學日學校有提供宿舍及學校間往返的免費接駁車。生活機能部分，宿舍附近的餐廳不多，但有大型複合式賣場(類似家樂福，包含大超市、百元商店 Seria、麥當勞、宜得利與其他小店)、大創、7-11、及多家藥妝店。因我平常午餐都在學校食堂吃，晚餐會訂宿舍餐點或下廚，飲食方面不會感到不方便!

- **學業**

學校有為交換生開設日語課程，分為1-7級，1級是最基礎，7級為最高等級。在暑假期間，需先做線上日語測驗，抵達宿舍後也有安排約15分鐘的團體面試，作為分級的依據，但若開始上課後想要再調整級數，可以向國際處老師提出。我上6級的課，課程是為了考 N1而設計，分為6-a 與6-

b，一周各有2堂課。我6-a(週一、三)與6-b(週二、四)皆有選，6-a是上文法、聽力與口說，6-b是上語彙/漢字，閱讀與寫作，幾乎每周都有小考或大考。週一上文法與聽力，每堂課都需要事先看6-10分鐘的影片預習，並做簡單的小測驗，上課時田中老師會用ppt上文法，上完之後分組討論，將學到得文法寫成一段短會話，完成之後再做聽力練習。個人覺得，田中老師教文法的方式較隨便，ppt上的內容幾乎與課前預習的影片一模一樣，上課時老師就唸過ppt，不會再補充其他知識，小考內容也都是課本上的例句。週二上得是語彙與寫作，千田老師會以練習題搭配語彙一起上，前面幾週都是狀聲詞，要背起來並不容易，上完語彙後會教寫作的技巧，包含稿紙寫法與常常搞混的句型用法等等，算是非常實用，回家作業就是作文。週三上得是文法與口說，也是需要事前看影片預習並做小測驗，小川老師是位有趣的老師，文法的教學較著重在「怎麼用」、「與相似文法的差異」，上課時會請同學分組造句，再檢討句子是否正確，口說的部份沒有特

定主題，直接與小組內的同學聊天(任何內容都可以)。週四上得是漢字與閱讀，北川老師是一位認真的老師，板書非常漂亮，上漢字時會補充同漢字但不同讀音的差異，每週都會上一篇閱讀，也會講解裡面較難的單字或用法。

除了日文課之外，我也選了三堂商用日文相關的課程(為了達到 JASSO 獎學金的點數要求)，這三堂課程因學生幾乎都是日文程度非常好的交換生或是學部生，相較於一般日文課是更有難度的。非常不推薦池田老師的

JPN Corporate Culture(前幾周老師會邀請企業線上演講，主題都是介紹公司相關資訊，每次演講結束後都需要填寫 google 表單回答演講內容相關的題目，後面幾周完全不知道在幹嘛)，池田老師或許是因為國際處業務繁忙，多次未事先通知就臨時停課(補課都在週五或是國定假日)，有一次到教室上課，老師沒來，只請助教要我們看影片並交1000字與課程不太相關的報告，還有一次是大家到教室視訊上課。キャリアデザイン2是介紹日

本公司文化、制度及職涯探索的課程(就職活動、年功序列等等)，每週上課大約都會有2個小主題需要小組討論/分享並繳交400字課程心得，雖然坂井老師是位客氣且親切的老師，但因為同學們日文口說都像日本人一樣非常流利，每次小組討論的時候都還是會緊張，記得有一次是看完一個20分鐘的影片再討論，因為影片完全沒有字幕，在只能聽懂大約5成的情況下，小組分享心得時就只能依靠同學的回答半猜測另外5成的內容(><)。

Business Japanese 的谷川老師非常幽默風趣，但課程內容是難度最高的，每週都會練習 BJT 的題目、教商用日文的用語，教完之後老師會給情境，請大家跟隔壁同學討論並造對話，5分鐘之後會抽點幾組演練，雖然多數同學程度都非常好，但氣氛還是很緊張。

總結來說，與我之前大學上過的日文必修課相比，個人認為關大開給交換生的日文課程授課內容較無法學習課本外的東西，部分老師也是能混則混(?，雖然不知道其他交換校的課程如何，但關大提供的課程應該算是

多元的，交通位置方便，若你是愛旅遊的人且不是非常重視課程品質的

話，推薦關大！

- **必要開銷**(若未特別標示台幣，金額皆以日幣計算)

支出

- 住宿費: \$337,310 (9月~1月住宿費+入寮費20,000+超商手續費)
- 手機網路費: \$8,990 (80GB/4個月)
- 健保費: \$10,916 (9~1月)
- 實習保險: \$210

收入

- 師大獎學金 40,000 台幣
- JASSO 獎學金\$400,000 /5個月

若有任何資訊想詢問，歡迎透過 IG 聯繫我: yi_min_18

四、照片(如有，請提供)

