

# 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2025/8/17

英文姓名（姓，名）： Chen, Chi	臺師大就讀科系所、年級： 學習科學 四年級
修習國家： 日本	
修習校名： 神奈川大學	
修習學院： 國際日本學部	
修習科系： 日本文化學科	
赴外學期別： 113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： 2025 年 4 月 ~ 2025 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
文化交流入門	角山 朋子	2	前學期
國際日本文化論（現代文化）	James Welker	2	前學期
日本の食文化	小林 毅	2	前學期
日本文化論（現代文化）	水川 敬章	2	前學期
國際日本文化論（古典文学）	Christian Ratcliff	2	前學期
漢文学 A	林 教子	2	前學期

（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）

#### 課程心得：

文化交流入門：是同為國際日本學部底下的國際文化交流學科的入門課，定位類似於師大的大學入門，課程內容包含與非日本文化背景的人交流時應具備的心態、了解文化間的差異，以及神奈川大學學生赴外交換的注意事項等。課程基本每次都會有簡單的課堂測驗或問題需要回答(實體或網路都有)，如果日文程度不夠的話，可以詢問助教或老師，多數可以讓你改成用英文回答，網路繳交要注意繳交時間，通常只到課程隔天的中午，除此之外沒有報告或考試，如果早九起得來的話，算是很輕鬆的一堂課。

國際日本文化論（現代文化）：由美國老師授課，課程依主題分成社會文化、兩性、少數群體、教育、工作、娛樂等。每週上課前會有一篇指定閱讀，上課先由老師講述，之後會跟同學討論文章內容，老師非常鼓勵與不認識的同學交流，每週都會有不同的座位分類法，盡量讓不同國家的人有對話的機會。作業共有三篇250~350字的短文心得與最後一篇期末考試，期末為回家作業，包含名詞解釋與短文，需要注意老師非常忌諱使用 AI。

日本の食文化：如同名稱，課程講述各式日本飲食文化，內容很豐富，上課為老師單方面講述，下課前會有不定時的課堂回應單要交。共有三次報告需要繳交，每次會有兩、三個題目，一題至少800字。此外，每學期會有一次外國學生和老師的聚餐，請務必參加，除了吃飯外還可以和老師聊很多，老師也有在暑假開設一些類似校外教學的活動，但師大目前沒有在神奈川大學交換一年的計畫，應該參與不了。老師再過幾年就要退休了，有去交換的同學不要錯過。

日本文化論（現代文化）：光看課綱會讓人覺得很嚴格的老師，實際上課其實還好，最重要的是不要聊天、睡覺、使用手機(但交換生需要翻譯等 OK)，課程需要手寫筆記，老師不會放教材在網路上。課程不是輕鬆介紹的風格，如動漫、偶像、歌曲雖然會提到，但更多是作為講解一個概念或理論的範例，會有一些較抽象的內容需要理解。課程每次都有200字的回應要交，要注意繳交期限是課程隔天的中午，很容易不小心忘記或錯過。期末考為是非題，課程難度不高。

國際日本文化論（古典文学）：課程主要在講源氏物語，並透過一些角度如：馬克思主義、後殖民理論、性別理論等分析，老師說這種分析在日本不常見，但對交換生來說應該很好接受。雖然是英文授課，但日本人的比例很高。課前有指定閱讀和問題，需要在課前影印好自己的回答，老師上課會抽點同學回答，點到沒回答視同缺席，上課一開始則有小考，是上次上課範圍內的三個選擇題。期末有考試，但老師會附上每個問題對應的課堂筆記。如老師所說，有上課的話，通過這堂課很簡單。

漢文学 A：課程主軸是中國古文或日本古代以漢字書寫的文章，對於母語是中文的人很容易，但需要一定日語程度才能聽懂老師講述的內容以及看懂日文的譯文。每週作業是將現代日語的譯文還原為漢字，有一次推薦漢文相關書籍的作業和期末報告，期末報告需閱讀一篇論文後完成1600~2000字的統整與論述。

神奈川大學沒有留學生專門的系所，除了少數限制外，可以自由選擇科系加入，但務必先看過系所的課綱，確定交換的學期會開什麼課，雖說可以自由選課，但自己科系的課程必須佔選課的一半(如果修最低六堂課的話，至少要有3堂自己系所的課程，日語課怎麼算我沒參加不清楚)。神奈川大學會有一次 J-CAT 考試，藉此判斷你的日文程度，並給你能選修的日語課清單，多數是針對 JLPT 考試的課程。

**校區相關：**

學校有兩個校區：橫濱校區和港未來校區，宿舍走路約5分鐘可以到橫濱校區門口，學校舉辦的活動如歡迎會、日本相關手續說明會、結業式會在這邊舉行，如果選擇國際日本學部的話，課基本會在港未來校區，接下來介紹會以港未來校區為主。

由宿舍到港未來校區的通勤方式很多，簡單列舉一些，可以根據自己的體力、金錢、時間取捨：

1. 走路，根據速度30~50分鐘不等
2. 走路10~15分鐘到反町站搭一站到橫濱，不用換車再搭一站到新高島，接著走路約5~10分鐘到校區，電車一趟313日幣
3. 宿舍門口對面搭公車到橫濱，走路約15分到學校，公車一趟220日幣
4. 腳踏車，宿舍門口有地方可以停，不過購買跟學期結束後需要自己解決

吃飯的話，學校1、7、21樓有餐廳，3樓自動販賣機旁有賣便當、飯糰、麵包之類的小攤，7樓另外有便利商店。中午多數學生會集中在7樓的學餐，基本的炸雞丼約500日幣，有時會有特價或特色菜單，21樓要注意電梯會很多人，有可能會搭不上。此外7樓早上8~9點有提供100日幣的早餐(我去的學期因為週年的原因是50日幣)，如果爬得起來想吃的話，建議在8:15前到，早餐供應的數量不多，晚到就賣光了。

## 手續相關：

神奈川大學是對交換生很友善的學校，多留意 email 以及閱讀神奈川大學給的資料，神奈川大學會給一份排程表，依照上面的注意事項完成即可。到日本後市役所的手續和健保、年金都會由國際中心集合一起完成，不過學期結束的時候需要自己處理，但過程很簡單不太需要溝通，只要把資料交給行政人員就可以。

手機和銀行帳戶需要自己處理，手機網路選擇不少，可以在去日本前先查

好資料，根據價錢和自己的使用量決定，我自己選擇樂天的最強方案，契約過程能在網路上完成，之後會寄 sim 卡給你，解約也同樣在網路上即可，如果想到實體店簽約，有可能被多收3000日幣左右的人工費。不過樂天在如地下、車站、人多的地方，甚至京都的某些小巷可能會有收不到訊號的問題，如果網路要求比較高的話建議選擇別家。如果有獲得獎學金的話(底下補充)，國際中心的老師只會帶你們到郵局銀行，開戶手續需要自己完成，不過根據平板指示即可，不確定的話可以直接問郵局銀行行員。

學伴制度:前往日本前會有表單勾選是否希望學伴會說英文，並藉此分組，如果是英文組，組員內歐美人比例會比較高，日文組會更容易看到亞洲臉孔，或發現其他台灣人在組內。跟學伴有兩次見面的機會，第一次是線上的見面會，第二次是校園導覽，要注意學伴通常不住在國際寮，如果希望多和日本人交流的話，需要更主動聯絡，或是和宿舍的日本學生交流。

## 宿舍生活：

住宿有四種可以選擇：國際寮、其他宿舍、租屋、寄宿家庭，神奈川大學不會幫忙處理租屋契約等，寄宿家庭是聯絡日本相關的公司，以下以國際寮(栗田谷アカデメイア)為主。

宿舍分 A、B、C 三棟，一樓是連通的，包含交誼廳、音樂室、桌球室等公共空間，C 棟為女宿，其他兩棟是混宿，宿舍大門和進入各樓層都需要感應鑰匙，AB 棟的鑰匙不能去 C 棟。A 棟的空間最大，男女廁所淋浴有分開，4樓有男澡堂，B 棟廁所淋浴為混用。雖然是混宿，但 A 棟多數是男生，B 棟多數是女生。

宿舍房間很簡單，一張床、可折疊的桌椅、曬衣桿，空間不大但還是能打開大型行李，宿舍各層都有公共空間，但不能堆放個人物品。洗衣200/次，烘衣100/次，不過房間內的抽風其實很強，衣服大概一兩天就乾了。學期初可以到備品房拿以前學生留下的東西，如衣架、盒子、餐具、沐浴乳等。

各層都有廚房但大小不一，A棟3樓的廚房應該是最大的，有許多不同樓層的人會去使用。如果有自己煮的打算，建議帶或買一套鍋具，公用的鍋子磨損比較嚴重，外加會有不洗餐具的人，有自己的鍋具能省下一些麻煩。

宿舍附近的超市：1. 離宿舍最近的 create，走路5分鐘內就能到，如果想買生活用品，可以從旁邊的路走約10分鐘到大創和樓下的 coop。2. bigyosun，被不少人推崇為附近最好的超市，品項很多。3. 業務超市和 aoba，喜歡比價可以走這條，有時能遇到很不錯的價錢。

宿舍每一樓層會有 line 群，但基本上不會使用。絕大部分歐美人都用 WhatsApp 交流，例如這學期他們有創建群組，會在裡面組織一些活動和聊天，如果不想錯過一起出遊或交友的機會，建議來日本前下載好。

宿舍有3、4次義務活動必須參加，包含運動會與講座，雖說是義務，但約束力很弱，所以後面參加的人數越來越少。

宿舍警衛會在早上0~6點鎖上大門，所以要晚歸或早出門要填申請單，告訴警衛那時候需要開門。外宿的話需要在出門前一週繳交外出單，如果一直沒有感應鑰匙的話，宿舍會去房間敲門和寄信給你，確認你目前的位置。話雖如此，申請單都很簡單並不麻煩。

## 補充：

**神奈川大學的獎學金改制!**不再是固定一人五萬日幣，而是一次姊妹校推薦只會有一人獲得八萬日幣，例如師大一學期可以推薦兩人，則只會有一人獲得八萬日幣。另外神奈川大學強調無法直接以獎學金抵宿舍費，因此仍需準備足夠現金繳交。

神奈川大學組織的語言活動，以讓日本人練習英文口說的活動為主，不妨用英文認識一些日本朋友。

神奈川大學有舉辦一些文化體驗活動，如種田、風呂敷包、穿浴衣等，可以根據自己的興趣和時間報名，浴衣體驗較為熱門，記得提早報名。

**四、照片（如有，請提供）**

**五、影音檔（如有，請提供連結）**

**六、其他**