

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：2025.12.10

英文姓名（姓，名）： PAN, Hung-Wen	臺師大就讀科系所、年級： 華語文教學系碩士班四年級
修習國家： 日本	
修習校名： 法政大學	
修習學院： 人間環境学部	
修習科系： 人間環境学科・ESOP	
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： 113 年 4 月 ~ 113 年 8 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
日本語聴解・語彙・漢字4 Japanese Listening, Vocabulary and Kanji 4	Ayuri SHINYA	1	春
日本語会話3 Japanese Conversation 3	Hiroko INOUE	1	春
日本語文型表現5 Japanese Grammar and Expressions 5	Tomoko KARIYA	1	春
日本語文型表現6 Japanese Grammar and Expressions 6	Tomoko KARIYA	1	春
日本語能力試験 N1演習 JLPT Seminar (N1)	Hiroyuki KANEKO	1	春
ビジネス日本語1 Business Japanese 1	Hiroyuki KANEKO	1	春
ESOP: マーケティング論 Marketing in Japan	Yoshiko SUZUKI	2	春
International Economics A	Ni BIN	2	春

（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：

法政會在交換生赴日之前先寄 Google Form 給大家作為分班測驗，大概就漢字、文法、閱讀等等題目，沒有聽力也沒有進一步的口說測驗，建議誠實面對自己的程度，不然不小心被分太高調不了會很崩潰。之後會告訴你是 J1~J7 哪一級，J6 以上可以修學部的課程。其中 J7 最高，內容比較多是在「用日文了解日本的歷史文化、政治經濟」、我所在的 J6 大概是以考 N1 為導向。如果不想上日文課可以多選 ESOP 或是 GIS 的課，都是全英文授課，但由於非常熱門因此開學就得面對很多 Selection Paper，需要全力讓老師知道你的熱愛。

在日文課中，最推薦的是金子老師的課！老師人很好且課堂活動滿有趣的，像是商業日文（敬語）平常作為學生根本用不到、不好記，金子老師就讓大家每週上去 Role-Play。寫稿的時候我跟中山朋友融入了非常多日常，比如萬博訂票、去琦玉避難（2025.7 據說會有大地震跟海嘯）、送上級鳳梨酥等等，敬語真的莫名其妙就記住了。

另外對於想考日檢的同學來說，也很推薦日本語文型表現的課，會使用 Try! 日本語能力試驗那系列的教材，書中的文法解說有中文翻譯。我很喜歡苺谷老師的教法，能針對複雜的 N1 文法解釋得很清楚，例如說話的對象、場合、正負面、縮略或變形用法等等的，都非常實用詳盡。買一本課本就可以選兩堂課，上半冊和下半冊各一堂，可以說是性價比非常高的選課了。

🌈 開銷：

其實比想像中的便宜很多，但由於東京本身物價不低，加上日幣貶值因此其實一切都在偷偷上漲中，整體來說也沒便宜到哪裡去。很喜歡法政大學是因為它合作的宿舍，住宿費本身就包含了週一到週六的早餐和晚餐。這對初來乍到、還不確定各月開銷該怎麼分配的我幫了很大的忙。在我不懈地早起吃早餐＋盡可能回宿舍吃晚餐的努力下，我四月和五月都花不到 8 萬日幣（不含住宿費），前期省下來的錢也讓我在暑假期間探索東京以及周邊城市更有餘裕。

後期秉持著有出就要有入、「日文學那麼久了能兌現嗎」的原則，我開始了「就活」。經過漫長的等待以及兩次面試、試教之後，我成為了日本最大的華語補習班（中国語アカデミー）新宿校的一名台灣華語講師。原本人資說不會錄取短期兼職的老師，但由於當時實

在太缺老師，加上我是華語碩士班在學生，可謂現成的即戰力，就錄取我了。在日本打工有個好處就是交通費全額支給，一週不要超過規定的28小時即可。然而時薪說出來有點心酸，由於日幣貶值，換算回台幣就遠低於華語碩班在學生接案的薪資水準。但不得不說，我覺得我在新宿講的日文，遠多於在法政大學講的量。果然人就是被逼到絕境才會卯起來說外語，後面排課排得多的兩個月日語聽力與口說都進步超快哈哈。

🌈 生活：

回到了台灣，總是會突然非常懷念便宜的燒肉以及丼飯，還有安靜有序的交通及metro。但反之，剛到的時候覺得不太習慣，有一種「啊這就是冷漠的東京嗎」的感慨，可以說是第一個 culture shock 也不為過。另外還有讓我們台灣交換生與日本格格不入的是過馬路讓車的習慣，日本駕駛好像一定得等行人都全走完才敢開過去，超有禮貌；然而台灣就不一定，過馬路全靠命硬。因此我們交換生第一個月常常卡在路口，我想讓駕駛先過，但駕駛一臉迷惑。後來終於習慣了，反而又開始擔心這樣回台灣會不會被撞飛。

最後來說個我覺得最大的成長：萬博獨旅成功！原本沒有要獨旅的，但因為與原本的旅伴的關係消滅了，因此想說機票都訂了還是要出發吧。滿意外地其實自己可以比想像中的堅強，就算不小心在萬博累到發燒、在京都無意訂到男女混宿的青旅快嚇死，我都還是好好地跑完了行程，也平安地回到了東京。另外還有成功從隨性的P人變回了計畫控J人，秉持著「沒有什麼行程是一天走不完的，有的話就早起」，我們台灣交換生們坐上早上6:58的地鐵，一天走完了一般觀光客走三天兩夜的茨城行程，完美跟著所有算好的公車時刻走，成功蓋到了遠在天邊的 pokemon 章，也看到了有名的大洗磯前神社以及御岩神社。晚上十一點多回到東京的當下雖然快累到說不出話來，但真是成就感滿滿，彷彿重拾了面對未來任何挑戰的信心。

四、照片（如有，請提供）

五、影音檔（如有，請提供連結）

六、其他