

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：_2026/8/21_____

英文姓名（姓，名）： HUANG, TZU-NING	臺師大就讀科系所、年級： 教育心理與輔導學系5年級
修習國家： 日本	
修習校名： 同志社大學	
修習學院： 國際教養教育院	
修習科系： 日本語・日本文化教育プログラム	
赴外學期別： __115__學年（民國年） ☐ 上學期 ☒ 下學期 ☐ 一學年	
修習期間： 115 年 4 月 ~ 115 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
日本語1（総合1Ⅱ）-71 1	高田充清	1	春
日本語1（総合2Ⅱ）-71 1	高田充清	1	春
日本語1（総合3Ⅱ）-71 1	今井洋子	1	春
日本語1（総合4Ⅱ）-71 1	今井洋子	1	春
日本語1（総合5Ⅱ）-71 1	下橋美和	1	春
日本語1（総合6Ⅱ）-71 1	下橋美和	1	春
日本語1（総合7Ⅱ）-71 1	戸田綾子	1	春
日本語1（総合8Ⅱ）-71 1	戸田綾子	1	春

日本語総合演習 B-71 1	戸田綾子	1	春
日本の文化特講 A-72 2	高岸雅子	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）

● 食

相較於台灣，日本的外食真的不便宜(雖然從歐美來的朋友們都一直表示很便宜)。一般的餐廳一餐大概都要台幣200元起跳。雖然我住的宿舍房間有廚房，但很小不太方便，因此有一半的室友都還是會去公共廚房做飯。仔細尋找的話會發現日本真的有很多在台灣看不太到的食材，我覺得趁著交換的機會多嘗試不同的食物也是一件很有趣的事情。例如我真的很喜歡大葉，因此在這五個月中吃了超級多，超級幸福!另外，個人感覺日本的外食比台灣不健康，大多都是炸物與澱粉，沒有太多青菜之類的，因此如果有時間的話不妨自己下廚吧。

● 衣(天氣)

我去的時候是三月中，雖然沒有零下也比台灣乾燥，但體感還是超級冷，每天都穿羽絨外套，晚上也要開暖氣(但宿舍只有冷氣機，所以只能用冷氣開暖氣)。我去的這一年四月下旬開始到六月中天氣都很舒服，體驗到了台灣消失已久的春天的感覺，但六月下旬開始天氣就變得很熱。如果要形容大概就是在烤箱裡的感覺，太陽大到就算撐陽傘皮膚還是會因為太陽照到地板再反射的光線感到疼痛的程度，我覺得跟台灣的天氣不相上下。

● 住

我住的宿舍是リチャーズハウス，是女生宿舍。我個人蠻推薦的!雖然不是宿舍裡面最便宜的，但整體而言離學校走路15分鐘就可以到(甚至是穿過京都御院! 每天走上上學的時候我都覺得超級幸福)。雖然都不大，但房間裡也有浴室跟廚房，每層樓的共用廚房也都很大，設備整體也還算新。但很可惜的是外人不能留宿，因此如果有朋友來玩的話不能住在宿舍。

另外，在剛搬進宿舍時一樓會放著上一學期離開的人不要的各種東西，從生活用品到文具、晾衣架、洗衣精、化妝品等等，當時我不知道所以從台灣帶了不少東西去，其實可以去了之後拿也完全沒有問題，共用廚房裡也有個各種基本的廚房用品，不過因為大家都會想要拿自己想要的東

西，所以如過太晚去拿的話可能會被拿光喔。

不過リチャーズハウスの介紹上雖然寫只要另外繳電費，但因為整體而言沒有瓦斯，所以洗澡水的加熱都是用電熱水器，加上可能還要負擔公共區域的電費，整體而言平均一個月的電費可能會到7000日幣，這部分可能要自己斟酌一下。

● 行

日本的交通真的很貴，公車一趟就要230日幣，或者要搭新幹線從京都到東京單趟也要22000日幣，因此我在日本真的走了超多路。平常要去河源町(京都最熱鬧的地方)的時候我和朋友基本上都是走40分鐘去再回來。天氣比較涼的時候甚至會從京都車站花一個多小時走回宿舍。但京都的道路整體而言算好走，因此走起來很舒服喔！

此外，很多同學會買腳踏車代步，買菜或者去比較遠的地方比較方便(也可以省交通錢)，但我個人覺得如果只待一個學期的話其實沒有必要，因為比較熱鬧的地方停腳踏車也都要收費，超市的話其實也走路20分鐘一定內可以到，如果買了腳踏車最後來要處理掉他也很麻煩。不過如果想要買較踏車，京都其實很多腳踏車店會賣二手腳踏車，也可以上 fb 社團找在京都的台灣人的二手商品喔。

● 育

同志社大學會在入學前要求大家進行分級測試，但我個人覺得分級的標準有些可以改進的空間。第一部分考試的內容是純選擇題，基本上都只有考文法，因此文法比較弱的人來說往往會被分到比較低級。後續的面試基本上只是稍微確定你的能力沒有差太多而已。我因為以前基礎沒有打好，在測驗時文法的細節沒有記熟因此在考試時沒能答對，最後我雖然有考過 N3 但被分到的班級的教材是大家的日本語第二冊，裡面的內容90%都是我學過的內容，因此上課偶爾會很無聊。再加上老師會花不少時間解釋漢字，對中文母語者來說可能會有點痛苦。而我在班上的朋友們大多也都跟我有類似的狀況，上課內容對於一半以上的同學們來說其實有點太簡單，但又因為有還沒學過的同學，所以老師也不能講太快，導致有同學基本上整學期上課都在滑手機也沒有讀書。不過也有聽說同志社為了確保大家都不會被當，因此會故意把大家往簡單的級數安排。

總而言之，因為同志社大學的 Nichibun 課程是以日文教育為主，如果希望自己可以學到很多東西，非常建議大家至少文法一定要好好讀再來考

試!!

● 樂

這次交換我很幸運的認識很多從不同地方來的朋友，也因為有參加社團而認識了可以用日文對話的友人，因此日語的口說有進步！也跟不同的友人去了很多不同的地方旅行。如果要推薦的話，我其實很推薦鳥取！具離京都有些遠，但整體而言沒什麼人，沙丘也很震撼。

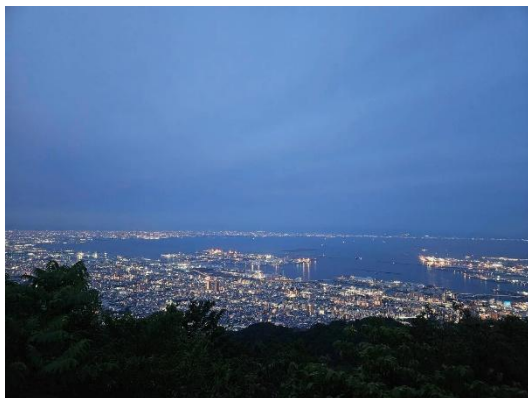
四、照片（必要，請提供至少3張）



USJ



永遠很多人的清水寺



神戶的超漂亮夜景

五、影音檔（必要，形式不拘，可以是 PowerPoint、YouTube（約2分鐘）或個人 Instagram、網站，請直接上傳檔案至以下連結或傳送檔案予各語組承辦人）

<https://forms.gle/k5LC6vDkEAmZSKwN9>

六、其他

無