

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：_2026/7/21_

英文姓名 (姓, 名) : WU, TIAN WEN	臺師大就讀科系所、年級 : 體育與運動科學系、碩士三年級
修習國家：日本	
修習校名：神奈川大學	
修習學院：国際日本学部	
修習科系：国際文化交流学科	
赴外學期別： 114學年 (民國年) ☐ 上學期 ☒ 下學期 ☐ 一學年	
修習期間：2026年04月 ~ 2026年07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
日本語演習 (作文) I ③	和美 智子	1	春
日本語演習 (文法) I ③	和美 智子	1	春
日本語演習 (聽解) I ③	梅津 聖子	1	春
日本語演習 (音聲) I	奥村 匡子	1	春
日本語演習 (表現) I	高木 南欧子	1	春
国際観光論	白木 一恵	2	春
国際日本文化論 (現代文化)	ジェムズ ウェルカ ー	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）

學術方面：

在申請交換時，我們可以自己選擇要到哪一個系所交換，最多交換學生選擇的系所應該是國際日本學部，如果選擇國際日本學部的話，學校有規定交換生的選課至少要有60%的課程是由國際日本學部開設，所以建議大家在選擇系所的時候一定要先查詢一下歷年的課程，再做選擇，而有些系所是沒有規定修課學分的系所比例。

神奈川大學的單純學日文的日文課程大多都是為了日文能力檢定而開設的，所以相對而言比較沒有那麼有趣。比較特別的日文課有日本語演習（音聲）I，這堂課會主要是在學日文的發音，像是會學習重音規則、斷句、發表等等，這部分是我以前很少接觸的內容。另外一堂則是日本語演習（表現）I，這堂課主要是練習會話，但完全沒有教科書，老師會和我們討論最近在日文會話中遇到的困難，然後針對我們不會或不熟悉的部分進行練習。再來就是會有一個讓我們練習使用敬語的訪談，我們這次是訪問就職課的專員，雖然有點困難，但是個滿特別的學習體驗。

生活方面：

國際學生宿舍離神奈川大學橫濱校區走路大概10分鐘，離港未來校區則需要40-50分鐘的距離，如果不想要走路的話，可以坐公車到橫濱車站在走路到學校，公車單趟為220円，或是先走路到反町站再轉東橫線到新高島站，而交換生的話比較多人是在港未來校區上課。宿舍總共有三棟，A、B棟為男女合住，C棟則為純女宿，房間為一人一間，每一層樓都有共用的廚房、桌椅、休息空間、衛浴、洗衣機和烘衣機，一樓的話也有共用的教室空間可以使用，宿舍偶爾也會舉辦活動，有些是強制參加的，有些則是自由參加的。另外，垃圾處理的部分比較麻煩，因為日本的垃圾分類比較仔細，所以在入住的時候宿舍有提供我們一本垃圾分類手冊（中文），大家要先自行確認，再進行分類，再拿到一樓大門外的垃圾集中倉庫放，而廚房的垃圾桶只供丟棄使用廚房時所產生的垃圾，大家要自行確定，不要造成清潔人員的困擾。

宿舍附近有一間藥妝店クリエイト，走路5-7分鐘就可以到，基本的生活所需用品都有賣，生鮮食品也有，不過選擇種類不是很多，另外，如果常買的話，滿推薦可以辦會員，下載他們的 app 即可免費辦，可以累積點數、每個月也都會有折價券可以使用，以及抽獎活動。

神奈川大學的學生食堂平日每天早上8點到9點時有販賣早餐，會有和食和洋食可以選擇，像是會有烏龍麵、咖哩飯、鯖魚定食等，只要100円！真的很便宜，而且也可以吃得飽，也省去自己準備的時間，很推薦。午餐的話，我只有吃過一兩次，我覺得價格稍微偏高，有點空虛的感覺，所以之後都自己帶便當。

開銷方面：

每個月最大的開銷應該就是住宿費5萬円，包含水電費，每個月需要自行到銀行匯款。另外，健保費每月大概1,600-2,500円左右，生活費的話就會依據個人而有所不同，我的經驗是每個月5-7萬円左右，主要的花費包含吃飯和交通，大概會佔4-5萬，這部分是不包含長途旅遊。另外，入住宿舍及入學的時候會有一些額外的開銷，如下，供大家參考。

費用名稱	金額
租借寢具費用（レンタル寢具の費用）	¥ 39,000
學生保險（学研災）	¥ 1,000
學生保險（火災責任險）	¥ 6,020
醫療翻譯服務費（メディフォン）	¥ 6,600

另外，很多人關心的獎學金，神奈川大學會提供每一所姐妹校一名獎學金的名額，所以相對來說是比較容易申請到的，金額的部分是每個月8萬円，交換一個學期的交換生，可以到4個月的獎學金，如果是春學期來交換的話，就可以從4月開始領，一直領到7月，如果是連續交換兩個學期的話，暑假則可以繼

續領。

神奈川大學有許多語言課程，因此每到開學前或開學初，常常會招募語言課程助教，可以順便賺一些生活費。像我這學期就擔任了一堂中級中文課的助教。老師是中國人，學生都是日本人，以大二、大三的學生居多，班上共有6位學生。上課時，我主要負責朗讀課文和單字、協助老師確認同學的發音是否正確、陪同學練習簡單的中文對話，另外也分享了兩次台灣文化相關的主題。因為這是一堂中文課，所以其實不需要非常流利的日文，只要能做基本溝通就可以了。如果大家剛好沒課的話，很推薦去試試看，不但能賺點生活費，也是一個練習交流、累積教學經驗的好機會。

四、照片（必要，請提供至少3張）



國際學生宿舍



神奈川大學港未來校區



食堂 100円の早餐



上學途經的風景

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