臺師大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：2019.4.2

獲補助出國年度： 106 學年 第二學期	
中文姓名： 李詩涵	英文姓名（姓, 名）: LEE, SHIH HAN
臺師大就讀科系所、年級： 英語系四年級	臺師大學號： 40321134L
修習國家：日本	
修習校名：北海道大學	
修習學院：文學院	
修習科系：不分系(HUSTEP Program)	
修習期間：2018 年 4 月 ～ 2018 年 8 月	
護照入出境時間： 出境：2018 年 4 月 3 日 □使用自動通關 入境：2018 年 9 月 2 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	研修學季/期
中級やりとり(基礎)2	阿部 仁美	2	2018 春
中級やりとり(運用)2	今泉 智子	1	2018 春
中級表現(基礎)1	阿部 仁美	2	2018 春
中級表現(運用)1	佐藤 梓	1	2018 春
中級理解(基礎)2	小森 千佳江	2	2018 春
中級理解(運用)2	今野 美香	1	2018 春
Agriculture in Hokkaido	柏木 純一	2	2018 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

我申請的是 HUSTEP program 的春學期，在學期間是四月到八月。學校提供給交換生主要有分級的日文課程，和一系列英文授課的課程。

日文課程透過線上測驗分班，等級分為初級 1~3、初中級、中級 1~3、上級。第一節課各班會有考試確認程度，再斟酌把學生降級或升級。我大部分的日文課被分到中級 2，有理解(聽解讀解)、表現(寫作口說)、やりとり(會話)，都是一星期兩節基礎課和一節運用課。個人蠻喜歡北大的日文課程，認為有效幫助增進日文程度。

英文授課課程大部分是跟日本學生一起上課，課程內容相當多元，各領域的課程都有。然而每堂課的評價不一，有人認為一部分英文不大好的日籍老師為了配合英文授課，教學內容變少，甚至會聽不懂老師講的英文。我聽過更極端的例子是授課老師直接忽視交換生，直接用日文授課，讓交換生感到非常錯愕。

學校對於半年 HUSTEP 的學生課程限制比較寬鬆。聽在北大交換一年的朋友分享，他們必須修一定堂數的英文授課課程，而半年的學生沒有此限，因此朋友推薦申請半年 HUSTEP，時間安排上比較自由。

社團

來北大交換絕對不能錯過社團。北大有超過 100 個社團，舉凡運動社團、日本

傳統文化社團、文藝社團、應有盡有。參與社團活動能幫助你結交相同興趣的日本朋友或外國人朋友，能練日文會話的機會也會變多。四五月社團會很積極地舉辦迎新和說明會，可以趁機詢問社團歡不歡迎留學生加入。我在這半年期間參加了兩個社團，是攝影旅遊社團 photrip 和酪農社團にとべこ。Photrip 時不時會舉辦外拍活動，曾和社員一起去小樽外拍，也在北大祭期間一起舉辦了攝影展。酪農社團にとべこ則是會定期舉辦例會，迎新讓大家試喝四種牛奶(還有珍貴的北大鮮奶!)，還舉辦過起司試吃會和農場參訪等等的活動，非常新鮮有趣。

留學生迎新的時候會有很多機構或社團上台宣傳給留學生的活動。像是北大留學生交流社團 SACLA，會辦留學生派對讓日本學生和留學生交流。校外也有一些地方機構會舉辦定期日文聊天會或文化體驗活動。

校園活動

每年的六月初會舉辦學校最盛大的活動:北大祭。學系班級，同鄉社團、體育社團會在貫穿校園的大馬路邊擺攤賣各式各樣的食物，更有一區是各國留學生的食物攤位，可以品嘗來自世界各地的特色美食。很多學系和文藝社團也會舉辦展覽會。

到了秋天，十月底會舉辦金葉祭，學校裡著名的銀杏大道到了晚上會點燈，據說非常漂亮。十一月初也有惠迪寮祭，可以進入這棟完全自治的宿舍裡參觀，裡面有各種奇葩的人類和塗鴉，也很推薦去逛逛。

除了北大祭和金葉祭，學校也有各種大大小小的活動，像是農產品市集和啤酒節等等。

學校照顧留學生之處

北大在四月底會舉辦跳蚤市場，讓留學生用低廉的價格(或免費)把生活物品帶回家。北大最棒的一點是，留學生可以領免費的腳踏車。札幌市政府會把沒收後沒人認領的腳踏車送給留學生使用，不須歸還。只要遵守生協的幾項手續和規則，就能在五月中領到一台腳踏車。另外，北大生協不時會辦郊遊活動給留學生參加。我參加過生協舉辦的さくらんぼ狩り(櫻桃吃到飽)一日遊，只要 1800 日幣，超級划算。

宿舍

申請北大宿舍的時候，可以選填志願。當時把月租低廉的霜星寮排第一志願，後來也幸運地如願住進霜星寮。一個月住宿費只要 4700 日幣，加上整棟樓平分的水電瓦斯費，一個月宿舍費只要一萬元上下，相當便宜划算。雖然霜星寮相較其他宿舍稍顯破舊，但能以這麼便宜的價格住進單人房，只要對整潔要求不要太高，應該會很喜歡霜星寮。(FYI:其他棟宿舍月租含各種費用三萬起跳)

五個月生活總開銷

四月到八月生活總開銷約 70 萬日幣(含一次名古屋旅行和道東環島旅行總共約 15 萬)。有領師大赴外獎學金和五個月的 JASSO 獎學金，再加上在札幌有短期

打工，實際上家裡不需要補貼太多錢。提醒學弟妹最好去申請學海飛颺，有申請到的話比師大獎學金多很多，在交換期間可以過更好的生活。

選擇北大的優點

我認為北大有幾項優點，值得來北大交換。其一，北大歷史悠久，名聲很好。只要日本人聽到你在北大交換，都會一致地說”你頭腦一定很好!”校園裡面也有很多漂亮的古蹟。其二，北大校園廣大，風氣自由。身為師大學生的我們，到北大一定會對於廣大又漂亮的校園感到非常興奮，學校裡面有小河有農場，看得到牛羊和狐狸。學校似乎也不太干預學生活動，自由自治的風氣也令人嚮往。其三，北大地理位置很棒，坐落於北海道最大都市札幌，距離札幌車站也很近。其四，生活費相較東京或其他大城市便宜。

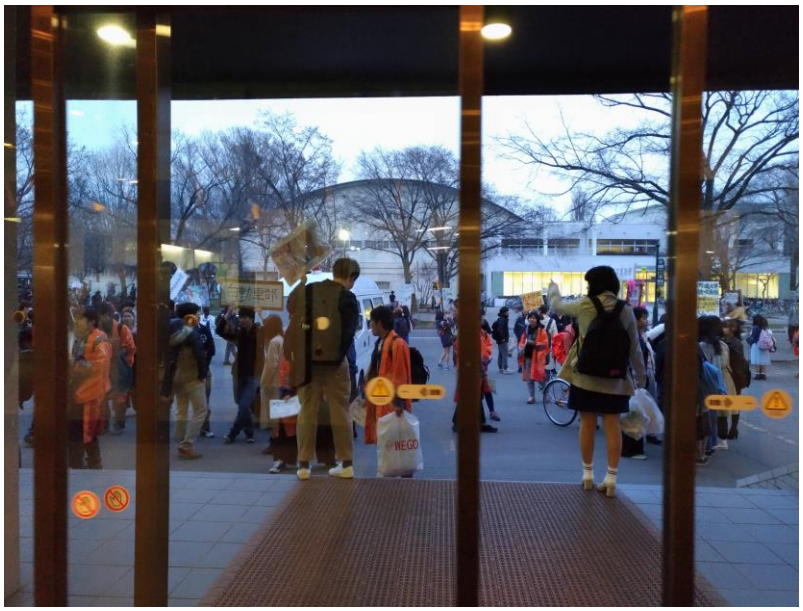
推薦喜歡大自然、喜歡不擁擠的城市的學弟妹來北大交換，尤其推薦春夏學期。札幌這座城市該有的生活機能都有，人不多，生活起來非常舒適。札幌春夏的氣候相當宜人，春天可以到大公園或校園裡欣賞花花草草，夏天高溫只有 28 度(比關東關西低十度)，也能參與六月的 yosakoi 祭典、七月的花火大會和大通的 beer garden 等等。

謝謝師大提供去北海道大學交換的機會，在這半年交換期間語文能力進步不少，也獲得許多寶貴的體驗。

四、照片（如有，請提供）

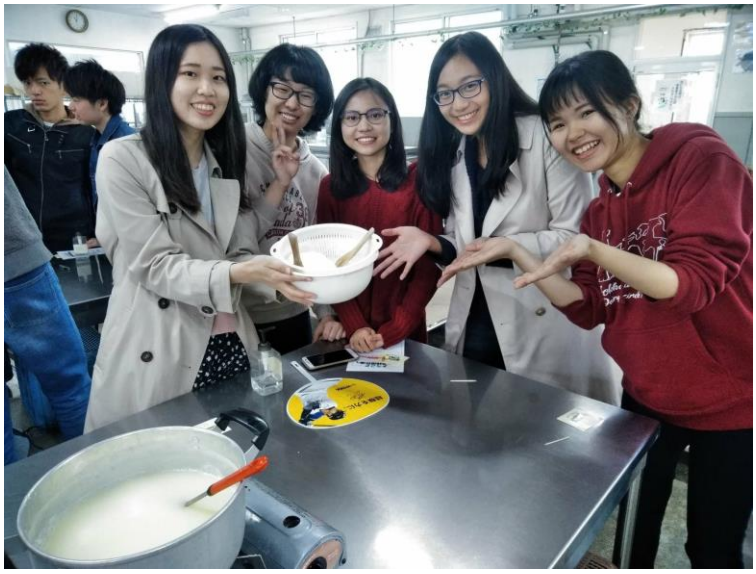
HUSTEP spring 2018 的大家

住進了神奇的宿舍房間，牆壁有將進酒



剛開學幾周社團迎新陣仗龐大

札幌好朋友來看 photrip 攝影展我的作品



和酪農社團去農場製作起司

北大祭儀式之一

五、影音電子檔（如有，請提供）

六、其他