

# 國立臺灣師範大學(受獎助)學生赴國外修習

## 返國後心得報告書

### 一、學生資料

填寫日期：\_2019/02/21\_

中文姓名： 蔡旻潔	英文姓名(姓, 名): Tsai, Ming Jie
臺師大就讀科系所、年級： 華語系 108	臺師大學號： 40485214I
修習國家： 日本	
修習校名： 明治大學	
修習學院： 國際日本學部	
修習科系：	
修習期間： 107 年 9 月 ~ 108 年 2 月	

## 二、修習課程名稱：

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/期
中級日本語(総合) Intermediate Japanese (General)	菊池 富美子 Fumiko Kikuchi	3	秋
中級日本語(語彙・漢字) Intermediate Japanese (Vocabulary & Kanji)	安高 紀子 Norito Ataka	1	秋
日本語能力試験対策(上級) JLPT Preparation (Advanced)	西島 絵里子 Eriko Nishijima	1	秋
ツーリズム・マネジメントB Tourist Management B	佐藤 郁 Iku Sato	2	秋
広告産業論B Advertising Industry B	野村 清 Kiyoshi Nomura	2	秋

(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）

[申請準備]

經過師大校內申請之後，還要準備明治大學要求的申請資料。基本上學校的文件都把指示說的很清楚，照著做應該沒什麼問題。

我在的學期明治大學有提供 **JASSO 獎學金**，在前面申請步驟結束後隔了好一陣子，學校就寄信來問說有沒有意願申請 JASSO 獎學金，附上一些簡單的資料就可以申請了。結果要到快出發前才公布，和入學許可一樣都需要耐心等待。JASSO 獎學金每個月提供 8 萬日圓，半年的交換生提供五個月，共 40 萬日圓。每個月須在指定期間至事務處簽到，若沒簽到就領不到當月的錢。要注意簽到時間與事務處辦公的時間，簽到期間事務處不一定都有開，我曾經不小心錯過了時間，不過事務處還是人很好的讓我簽了，順利領到錢，所以如果不小心錯過也不用太緊張，但還是建議準時比較好。獎學金會在月底匯入日本戶頭，所以還是要帶一些生活費在身上，才不會過得太困窘。

[學期開始前]

雖然當學期開始日期是 9 月 26 日，但學校要求的宿舍入住日期是 9 月 3、4 日，也就是說開學前須提早赴日(不住宿舍者另當別論)。入境日本時會從海關那裡拿到**在留卡**，有些人說海關有直接問需不需要打工，就直接給予**打工許可**，也有些人說需要自己另外填表格申請。我因為入關當下海關沒有詢問，後來才知

道需要申請，也懶得再去辦手續就沒有拿到打工許可，如果有打工需求的可以注意一下。

在課程開始前，會有**日文課程分班測驗**(已取得 N1 者不需參加)、**健康檢查**，還有一些**說明會**，佔了約四天的行程，雖然學校寄的通知上一再強調這期間不要出去旅遊，不過其實其餘沒有日程的時間即可自由安排，建議趁這段時間最有空天氣也比較好就可以趕快在東京走走觀光。

日文課的分班測驗分為兩天，一天電腦測驗，一天口試。電腦測驗的題型基本上和日檢差不多，國際日本學部則還多了短文寫作。口試基本上就是了解你的日文學習歷程，並念一些短文、角色扮演的對話和看圖說故事。

抵達日本後需至區役所辦理**入籍**以及**健康保險**的手續，學校會安排 campus mate(協助留學生與日本學生交流之學校社團)的同學來宿舍帶交換生們去辦理(9/6、7)，時間足夠的話也會順道協助**郵局銀行開戶**。郵局戶頭似乎要半年後才能使用海外送金功能，所以建議來的時候一次將生活費帶足，可以省去海外提款手續費與匯率問題。

有關**手機通訊**問題，因為只有半年很多都會有解約金的問題，我去 BIC CAMERA(有中文服務人員)諮詢了三次有哪些電信公司比較適合半年時間的，每次都得到不同結果，覺得很困惑，還是不太清楚每家公司的運作，只能提供個人經驗作參考了。最後我是辦了 **UQ MOBILE** 每個月 3GB 網路沒有通話功能(不過

還是會有一個電話號碼，買票辦會員填資料的時候可以填，有些手機可能可以免費收到簡訊，我的 iPhone 6s 是不行)的方案，每個月 1060 日圓。當月沒用完的流量會累積到下個月，還有 app 可以開起節約模式(網速會慢一些，但不會耗到流量)，原則上很夠用。解約不需要解約金，不過要當天打電話過去解約(電話有中文客服)，沒辦法直接去門市辦理，打電話過去 2~3 小時後就會停止服務。

關於**住宿**，根據學校志願分發，我被分配到位在東京地鐵丸之內線上，中野富士町站走路 10 分鐘的**東京女子學生會館**。住宿費一個月包水包電 5 萬 5 日圓，需在台灣時先海外匯款一次付清全款。宿舍附近環境清幽，生活機能便利。從中野富士町站坐車到新宿站僅需 10 分鐘。走路至中野校區或和泉校區約需 30 分鐘，坐丸之內線可以直達駿和台校區所在的御茶水站。宿舍一樓有 TAKE FREE 區，會有前人留下之生活用品，如鍋碗瓢盆、衣架等，入住宿舍後無需急於購買，可以去那裡挖挖寶。房間為單人房，每六人有一個共用空間(和式榻榻米或洋式餐桌椅、廚房有鍋子砧板刀子、吸塵器、電視、冷暖氣、冰箱、收納空間)。浴室廁所整層樓的人共用(不過從來沒有遇到沒得用的時候)，每層樓都有一個公用調理空間、兩個洗衣間，洗衣服一次 200 日圓、烘衣服一次 100 日圓，6 樓有陽台可以曬。一樓有交誼廳，裡面有自動販賣機和兩個流理臺。二樓有小健身房，三樓有閱覽室，裡頭有影印機(黑白一張 10 日圓)、收費桌電、燙衣板(熨斗可以去管理室借)。比較特別的是洗澡要是用代幣，僅供應 10 分鐘的水，中間可以無

數次暫停，聽起來可能會覺得不夠用，其實非常夠，常常都會剩很多時間可以拿來洗些衣服。代幣沒用完的話，可以去管理室換錢，一枚可以換回 30 日圓。比較麻煩的可能是宿舍有門禁，00:00~06:00 禁止進出。

[學期開始]

**選課**時間是從開學後才開始的。基本上各學部的課都可以選，不過要注意上課的校區，一二年級的課開設在和泉校區，三四年級的課在駿和台校區，理工學部與農學部全學年在生田校區，國際日本學部與綜合數理學部的課則是全學年開設在中野校區。開學前會有**教授面談時間**，給予你選課上的建議，並關心你的生活。比較特別的是明治大學有專題研討課程ゼミ，可以和指導教授討論要不要參加。我因為覺得自己日文能力還不足以應付所以沒有參加，不過看其他同期有參加的交換生看起來過得很充實也可以認識到不少日本朋友，也較容易參加到飲み会，有興趣的人可以去試試看。

明治大學上課時間從早上九點開始，一節課 100 分鐘，一至兩學分不等。開學第一週加退選階段，課堂會分為上下半 50 分鐘說明課程兩次，所以若在同時段有兩門想修的課，可以都去聽聽看再做選擇。

國際日本學部與其他學部不同，日文課分成七級(入門、初級、中級入門、中級、中上級、上級入門、上級)，入門是零基礎，上級則是給已通過 N1 的人選修的，其他等級透過開學前的測驗分班。分班等級無法更改，只能選擇要上或

不上。日文課一週四節課，三節綜合，一節漢字與語彙。

「中級日本語」是國際日本學部開授給外國人的日文課，一週四節課，分兩天上課。上課同學除了交換生外亦有學部正規生，採小班制上課，人數約十人上下。綜合課根據課文內容講授生詞、文法，漢字與語彙課則集中於漢字字型、讀音的教學。老師人都很好，也很關心學生上課情形，講解仔細，提供許多補充資料，受益良多。「日本語能力試験対策(上級)」是為了考取 N1 的準備課程，因上課時間不夠的關係，老師會請同學自己回去讀上課用書(文法)並做題目，上課簡單講解，並額外提供大量題目練習。回去作業份量較大，稍微有些負擔，但若可以跟上老師進度，相信收穫不少。「ツーリズム・マネジメント」、「広告産業論」，皆是在 hall 上課的百人以上課堂。上課方式皆屬於上課聽講、期末筆試，算是比較輕鬆的課，但是因為是全日文授課，要百分之百掌握仍有些困難。一個講觀光、一個講廣告，都是師大必較少見的課程，十分有趣。

[課外活動]

#### ■ 社團生活:

##### (1) SIGN:中野校區熱舞社

秋學期正巧會遇上明治大學的學園祭(11月初明大祭)，因緣際會我也加入了屬於中野校區的熱舞社參與明大祭表演。不過因為是秋學期加入，已是日本的第二學期，較難以融入日本人群體。所幸國際日本學部也有秋學期才入學的學生，並有

較多外國人，所以還是認識了許多朋友。

比較特別的是參加了他們合宿的經歷。在明大祭表演前為了增加練習時間，社團有舉辦兩天一夜的合宿活動。合宿以練習表演為目的，真的是都在練習，沒有什麼其他特別的活動。雖然社團有請大家盡量不要缺席，但其實真的缺席也沒關係，而且價格不算便宜(17000 日圓)，有興趣的人可以再斟酌一下。

## (2) GJSSC:國際日本學部學生交流委員會

會組建 Supporter Group 以日本學生與外國學生一比一的比例，一組約八人，幫助國際日本學部的外國留學生融入日本生活，是一個可以交到日本朋友的好機會。GJSSC 也會定期舉辦活動，像是歡迎派對、萬聖節派對、賞楓活動等等，也是個認識新朋友的好機會。

## (3) Campus Mate:明治大學國際交流團體

定期會舉辦國際交流活動，像是東京一日遊、高尾山賞楓等等，每個星期二也會在和泉校區進行 Campus Mate Day 活動，每週以不同主題認識日本文化，可以認識到其他學部的同學們。

## (4)明治台灣人留學生會

在明治的台灣留學生聚會，與其他同在明治學習的台灣人交流，有問題亦可向留學生會裡的學長姊請益。

### ■ 旅遊:



秋學期有兩個較長的假期，學園祭放假(11月初)一星期和冬休み(12月底至1月初)約15天，可以利用假期至其他地區旅遊。旅遊花費中比重最高的大概當屬交通了，以下推薦自己使用過經濟實惠的交通方式。

(1)夜行巴士 路線價錢查詢: <https://www.kosokubus.com/tw/>

個人很喜歡搭夜行巴士，可以利用睡眠時間移動到目的地，很省時間，早上抵達目的地就可以直接開始行程了，價錢也比較便宜。不過因為我滿好睡的也不容易被吵醒所以並沒有什麼困擾，若是很注重睡眠品質的人的話可能就不太推薦。

(2)青春18 JR車票

詳細介紹: <https://www.jreast.co.jp/tc/pass/seishun18.html>

可以以優惠的價格去比較遠的地方，缺點是只能做普通列車所以交通時間很長，旅程可能有大半時間都會花在坐車上，如果不趕時間的話，悠閒的坐著普通列車晃到目的地也是不錯的選擇。我的五張車票分別用在茨城縣一日遊、箱根一日遊、日光一日遊、新宿-靜岡來回，都是很超值的路線供參考。

四、照片（如有，請提供）



Campus Mate 協助辦理手續



GJSSC Welcome Party



Campus Mate 東京一日遊活動



GJSSC Supporter Group 聚餐



明治台灣人留學生會聚餐



東京六大學野球聯盟比賽



SIGN 合宿練習



澀谷萬聖節活動

五、影音電子檔（如有，請提供）

六、其他