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：_2019/08/25_

中文姓名： 何浩平	英文姓名（姓, 名）: Ho,HaoPing
臺師大就讀科系所、年級： 工業教育學系	臺師大學號： 40370014H
修習國家： 日本	
修習校名： 豊橋技術科学大学	
修習學院： 環境生命専攻	
修習科系： 環境生命専攻	
修習期間：2018 年　10 月 ～2019 年 03 月	

二、修習課程名稱：

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/期
日本史	佃　隆一郎	2	後期
通信工学概論	大平　孝	2	後期
対照言語学	村松　由起子	2	後期
基礎物理化学 II	手老　龍吾	2	後期
日本語上級 IA　（読解）	村松　由起子	1	後期
基礎物理化学 I	松本　明彦	2	後期
計測制御工学	田中　三郎	2	後期

（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）

在去交換前我就對日本文化很著迷，也去過日本觀光幾次，每次都留下很美好的回憶，然而每次去都讓我更加好奇，到底在當地生活，和短期的觀光會有什麼樣的差別呢？抑或者，在當地生活過是不是就會看透這個國家，進而感受不到她的魅力？抱著這樣既期待又忐忑的心情，我到了日本豐橋大學。

不得不說，我對日本的印象確實有因為這段時光的沉浸而有所改變，但比起原先擔心的由愛轉恨，更多是深刻的理解與感動，日本對我來說已經從片面美好的形象、單純的地理位置，轉化為連結人生經驗的珍貴地點。

在學業方面，我在當地的研究所學到了很多，當時指導我的前輩是一位叫做樺澤（かばさわ）的學長，他看似豪放不羈，講話又自來熟，一派輕鬆。但在研究時完全判若兩人，他雖然希望我們有前瞻性的視野與大膽的假設，但對於研究細節非常要求，一步出錯他就會質疑整個實驗結果，每次都要詳細記錄相關數據與零件，並且規範我們要對研究室有基本尊重，才不會對不起自己的專業。

在樺澤前輩的引導下，我開始對於研究生的生活有了更成熟的認識，做研究並不像我想像中的充滿個人理想與成就感，也不是都只能乏味的埋頭苦幹。另外更令我意外的是，他讓我理解到在研究中，人脈跟經驗都是同樣重要的，這兩個要素是讓研究事半功倍的關鍵。我以前在台灣很少跟教授或跟學長姐深入交流，相關的人脈也有限，這可能會讓我之後做研究少了許多可靠資源，所以我回到台灣後也開始打理這方面的資產。

另外在社團與人際交友方面，我也獲益良多，這次交換我最忘不了的，就是我在那邊交的好朋友吧。我到日本後加入輕音社，也就是台灣的熱音社，裡面不只有日本人，也有許多來自不同國家的交換生，德國、菲律賓、印尼、法國，甚至還遇到美籍台灣人！我在那裏擔任鼓手，在日本的大家和我在台灣認識的人對音樂的喜好差很多，他們喜歡的樂團很多我都沒聽過。一起演奏完後大家也會互相稱讚，這段時光真的既有趣又充實。現在回想起來，真的很希望可以再跟他們一起再表演一次。

我到日本生活前總覺得日本的物價比較高，每天的日常開銷應該會比台灣貴很多。但是因為我在日本所居住的地方屬於郊區，生活費其實沒有比現今的台北高多少，校園內的學生餐廳各種套餐約 200-400 日圓，非常便宜。如果到校外吃飯的話，一餐約在 700-900 日圓以內(麥當勞算很便宜，能吃 700 內)。生活雜貨的部分我則常常在百元商店解決，一人份的日常用品都能 100 日圓內買到。比較大

的開銷就是交通費/腳踏車了，因為學校真的地處偏僻，從校內的宿舍只能坐公車到電車大站豐橋站，約 40 分鐘，車票更要 440 日圓，我個人是不得已都坐公車或拜託同學開車載我。如果不想坐公車的話，有同學買腳踏車代步，移動到小電車站或附近的商場，腳踏車要價 10 萬日幣以上，如果不是長居一年以上的話，會很痛心。另外，各種名牌衣鞋包、電子產品、幫家裡帶家電等等開銷，有需求的學弟妹應該也都不需要我教吧。我到當地後有辦一張日本信用卡，以便在日本 amazon 網購這些東西，amazon 一般都比當地商家便宜，還能很方便地直接送到宿舍，大推。

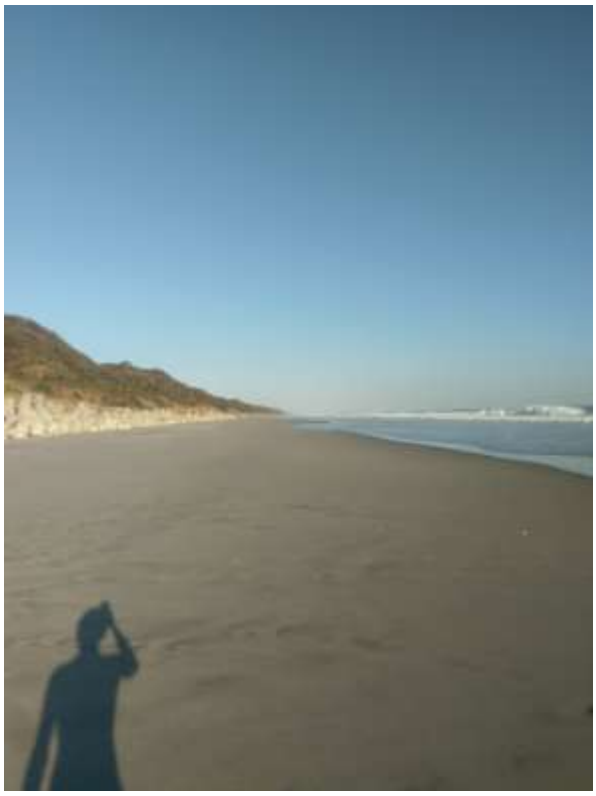
最後，在生活方面，日本真的有好多跟台灣不一樣的地方，並無關優劣，但只要想到不同國家之間可以產生如此巨大的差異，我就覺得好有趣。在那邊生活真的是跟在台灣生活，抑或是去日本觀光完全不一樣的體驗，我在回來後才發現自己原先所想像的日本比較平面，沒有真正理解這些文化的重量，而這又讓我好奇，不知道其他國家有多大的可能性，希望我有機會可以去其他地方看看，再次感受文化差異帶給來的感動。

四、照片（如有，請提供）

校園

校園

校園



學校附近的沙灘

當地的祭典，有透過國際事務處邀請我們這些外籍生參加