

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：2020年5月5日

獲補助出國年度： 108 學年 第一學期	
中文姓名：胡瑜秦	英文姓名（姓, 名）：HU, YU CHIN
臺師大就讀科系所、年級： 教育學系碩士班教育社會學組	臺師大學號：60500027E
修習國家：日本	
修習校名：關西大學	
修習學院：文學院	
修習科系：無指定	
修習期間：2019年9月 ~ 2020年1月	
護照入出境時間： 出境：2019年 9 月 12 日 <input type="checkbox"/> 使用自動通關 入境：2020年 2 月 10 日 <input type="checkbox"/> 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
Japanese (6-a)	北野朋子 藤原京佳	2	2019 秋
Japanese (6-b)	田中舞 古川智樹	2	2019 秋
Contemporary Japan (Japan in Mass Media 2)	小川洋介	2	2019 秋
An Introduction to Dialectology	酒井雅史	2	2019 秋
Advertising Psychology	田中祥司	2	2019 秋

三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約 1500 字）

1. 修課

在實際前往日本前，關西大學會先要求我們進行一個線上的日文能力檢測（聽力及閱讀），先初步分級後，到日本後，會再進行一次的紙本測驗及面試，這將作為之後日語課程的分級標準。此外，在開學前，也會要求我們自己先線上選課，關西大學會寄信說明選課方式，依照指示進行就沒有問題。整個結束之後，國際處會安排一位老師與我們留學生（團體）面談，基本上就是確認日語課的級別有沒有問題，若想要調整的話，可以再跟他反應，再到國際處登記修改課程即可。

我的日語課班級為 6-2，是程度第二高的班級。所有日語課的上課時間為週一至週四，每天一節課。6-2 每天都由不同的老師授課，分別教授漢字、作文、語彙及閱讀。原則上每週都會有兩次小考，考試範圍為上週的學習內容，也會有指定的回家作業及線上預習，所以每天都會花一定的時間學習日文，絕對不是人人口中「交換學生都在玩」。此外，我也有修一堂開給外國學生的課程（日文授課）Contemporary Japan (Japan in Mass Media 2)。老實說這堂課與我所期待的相當有落差，我原本預期可以透過課堂學習到許多日本相關的文化或知識，但其實老師就是讓我們自己回家或是在課堂上查資料，然後上台報告練習口說，而且學習單及報告都不會給予回饋，雖然老師滿風趣的，但我並不推薦這門課程。

同時，只要有 N2 程度，也可以修習一般大學部的課程，我選了「方言學入門」及「廣告心理學」。「方言學入門」比較傾向通識課的性質，因為我本身有語言學的背景，所以我滿享受此門課程，也當作訓練自己的日語聽力。期末作業是在生活中，找到使用方言的廣告、看板等，拍照並進行說明，難度不高，且相當有趣。而「廣告心理學」則是社會學部的課程，老師會分享許多論文及市場上的實際案例。因為我本身沒有相關背景，加上語言問題，所以上起課來相當吃力。

期中作業是設計一個量化的研究計畫，而期末作業是完成一份小論文，雖然過程中常常質疑自己「為什麼當初要選這門課？」但看到自己寫出來的成品仍是十分感動。整體而言，因為我修的兩門課程都是大班（可能 100 多人），授課模式基本上都只有教授講述，幾乎沒有機會與身旁的同學或老師互動，我覺得相當可惜。

因為我是碩士生，所以一直很希望可以了解我本身的專業科目，在日本的發展和研究趨勢為何。因緣際會之下，有一位很好心的教授讓我旁聽他所開授的修士（碩士）課程，班上包含我僅有 7 位學生，有很多的機會可以與老師交流，上課模式完全與大學部的方式不一樣，也讓我有機會認識到日本研究所的教學模式，受益良多。

2. 飲食

飲食方面其實是我在留學前最擔心的部分，因為在交換留學前我完全沒有自己煮飯的經驗，而日本的外食又相當貴，勢必要自己料理。人的求生意志是不容小覷的，而且也會意外發現自己的天份，後來我變得十分喜歡自己煮飯、中午帶便當到學校、自己種豆苗等，甚至連逛超市，偷偷觀察日本家庭主婦會買什麼食材（會買到一些看起來不起眼但十分可口的食材喔！）也是一種享受。此外，超市在晚上 8 點後，都會有許多便當、熟食等會有折扣，有時候可以用一半的錢就可以買到囉！在超市購買食材時，有些超市每天都會有特價品，在進去超市時，可以看看門口的廣告，確認當天的特價品是什麼。另外，非常推薦業務超市，有許多東西的價格都比其他超市來得便宜，而且買得到非常好吃的冷凍珍珠及冷凍蔥抓餅，如果懷念家鄉味時，會是個好選擇。此外，在宿舍也可以和朋友們一起合煮晚餐，每個人都拿出 1-2 道拿手料理，就可以品嚐到不同的美食囉！

外食部分，關西大學正門口出去後的巷子內就有許多餐廳，尤其許多拉麵店。平常上面若是想節省花費，也可以到學生食堂用餐，每個學生食堂費受的餐點都不盡相同。另外，關西大學週一到週五有百元早餐，8 點開始供應，限量 100

份，只要花 100 日圓加出示學生證就可以吃到豐盛的日式早餐，同時也可以逼自己早起唸書。

3. 旅行

因為我非常喜歡到處旅遊，到了日本，當然要把握機會。留學期間與朋友們多次結伴旅行，當天來回的旅行就以鄰近地區、景點為主，如：已經把它當作後花園在跑的京都、神戶、和歌山、滋賀等地，而長途旅行的話，如：京都賞櫻團、東京小資旅行、岡山倉敷自然之旅、好山好水的北陸地區及快被疫情嚇死的北海道之旅等。由於在前往日本留學前，我已經列好一些想去的清單，剛好趁這次留學期間幾乎都走了一遍，完成不少心願。建議在實際出發前，先上網做好功課，查看當地的公車、地鐵等是否有一日券或優惠交通券等票可以購買，因為有些優惠交通票券只有持觀光簽證的人才可以購買，我們持留學簽證就不能購買，這點也要特別注意。此外，關西大學在開學前的說明會上會給一張留學生一張單子，上面有一些大阪內的博物館、美術館等，都可以免費入場，記得善加利用。

關西大學國際部及 KU Bridge 也會定期辦理一些國際生可以參與的活動，有些可能要付費，不過金額也不高，可以多去體驗、結交不同背景文化的朋友，如：茶道體驗、和菓子製作等。同時，國際處也會轉知一些 Homestay 的消息，難得有機會可以體驗當地日本人的生活，要好好把握。因為幾乎都是透過 Email 通知，記得要定期收信！

4. 住宿

我住的是南千里國際學生寮，為單人雅房，房間內有冰箱，浴室、廚房都是每一層樓共用。除了第一個月要多付一些金額外，每個月的費用為 3 萬日圓，需事先存到學校的指定戶頭，時間一到學校會自動扣款。宿舍前面有一個公園，公園的另一側就是車站，那邊有超市、餐廳、郵局、藥妝店等，因為距離宿舍還

算有段距離且從車站回宿舍的路段是上坡，所以通常都會先把東西買好或是將事情處理好，再回到宿舍。而宿舍附近以居住品質來講，算是滿好的。不過因為太陽下山後，要通過暗暗的公園才能回宿舍，我覺得滿危險的，所以建議晚上回宿舍要結伴。

宿舍也會有 RA 定期舉辦活動，讓彼此認識、交流，且一樓會有一區塊可以將自己不需要的物品放在那邊，如：衣架、衣服、洗衣籃、電器用品等，有需要的人就可以去那邊挖寶，可以省下不少錢。

5. 開銷預算

扣除掉每個月的住宿費，我每個月花費約為 10 萬日圓，因為我另有領日臺協會獎學金，且只有一個學期的交換，聽說會比較難找到打工機會，所以留學期間我並沒有打工。除了獎學金外，我自己大約帶了 30 多萬的日圓，就可以好好享受留學生活了。

在日本開銷最大的花費應為外食費跟交通費。交通費部分，記得要到車站辦通學定期券，可以節省不少錢。另外，阪急電車也有回数券可以購買，像我因為很常到河原町、梅田等地區，我就會算好單趟車資再買回数券，可以省下一些開銷。

6. 其他（服飾及申辦手機號碼）

服裝

因為我個人很喜歡逛街，在購買衣服上，非常推薦 zozotown，上面有許多知名的品牌的服飾，不時都會有比實體店面便宜的優惠（即便加了運費也還是比較便宜），所以我都到實體店面試穿，再上網訂購，直接寄到宿舍。另外，也推薦下載商家的 APP，會有會員的專屬優惠或是折價券，如：GU、UNIQLO 等。

穿衣部分，大阪的冬天還算溫暖。由於日本天氣乾冷，所以雖然氣溫低，但其實只要將露在外面的身體用衣物包住，就不會太冷。在大阪時，我冬天的穿

衣是一般的上衣（可能是毛衣、帽 T 等），外面再加一件大衣，另外再圍圍巾，就很足夠了，僅有少數幾天會需要多穿發熱衣。發熱衣則推薦 UNIQLO 的，它們的發熱褲也是我在北海道旅遊時的禦寒好夥伴。

申辦手機號碼

我使用的門號方案不是關西大學所提供的，我從臺灣帶了約七天的網卡，到日本後再辦 Line mobile，因為我經常使用 SNS，所以我選擇 **Line mobile 的 SNS 吃到飽的方案**。我除了 SNS 吃到飽外，另外每個月還有 3G 的流量，因為在宿舍就會用宿舍的 Wifi，所以 3G 非常夠用，流量沒有用完，也可以留到下一個月繼續使用。Line mobile 直接上網申辦即可，它很快就會將資料及 sim 卡寄到你所填的地址，依據說明書安裝及設定就可以使用。

四、照片（如有，請提供）



日語班 6-2 於最後一堂課全班同學與老師、TA 合影。



11 月時與朋友們到京都賞楓，走訪了嵐山、鞍馬寺、貴船神社等地，欣賞到日本的秋楓之美。



過年時，在日本阿姨家體驗日本人的傳統過年，一起做もち、おせち料理，非常幸運有這個機會。



與朋友前往岡山旅行，走訪了富有日本風情的倉敷地區，也去了位處深山的井倉洞，讓自己遠離城市，享受自然之美。



與朋友在聖誕節期間去環球影城，聖誕節期間有許多商品都是期間限定的，如：印有雪花造型的奶油啤酒杯，另外也有期間限定的夜間舞台表演。



關西大學的百元早餐，每天的菜色都會不同，飯的量也可以自己選擇。週一至週五早上八點開始販售，每日限量 100 份，出示學生證即可購買。



宿舍 RA 所舉辦的送別會，除了活動之外，還有準備了紀念影片及每個人都有專屬的留言板。



與朋友前往北海道，體驗在大阪看不到的雪景，拜訪了許多景點，如：旭山動物園、小樽運河、円山公園等。