

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：2023/8/21

英文姓名(姓, 名): YUAN, HSIANG-YEN	臺師大就讀科系所、年級: 教育心理與輔導學系 四年級
修習國家: 日本	
修習校名: 東京外國語大學	
修習學院: ISEP	
修習科系: ISEP	
赴外學期別: 111 學年(民國年) <input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input type="checkbox"/> 下學期 <input type="checkbox"/> 一學年	
修習期間: 111 年 9 月 ~ 112 年 1 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
Japanese: Integrated-5	大木理恵, 花蘭悟, 福島佐知, 水信涉, 李奎台	5	秋學期
Japanese: Listening Comprehension 5	宮田聖子	1	秋學期
Aspects of Japanese Literature and Culture 2	モリス	2	秋學期
Aspects of Teaching Japanese to Speakers of Other Languages 2	NEWBERY PAYTON	2	秋學期

(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）

生活環境：

東外大雖然在東京，但位在較郊區的地方，學校附近商店不多，校內的日本學生也都會戲稱這裡是鄉下。若要買東西，通常是去學校旁邊的 Lawson，超市則需要走大約1公里才能到。不過因為日本交通很便利，因此空閒時若想要到東京其他地方玩其實也不會不方便。

校園不大，10分鐘左右就可以繞完一圈。主要上課的大樓只有兩個，一個是留學生上日本語課程的「留學生日本語教育センター」，其他的課程則都是在「研究講義棟」。另一棟大家也常去的是「大學會館」，有販賣部賣一些書籍、文具和零食，還有學生食堂，不過食堂只有中午會營業。

宿舍有三棟，只有交換學生和日本學生可以住，通常交換生都申請得到，不太需要擔心。我住的三號館是一人一間寢室，裡面有簡易的流理台（有水槽和IH爐）、冰箱、個人衛浴，還有一個小陽台可以晾衣服。

課程：

● 日本語課程

東外大開給留學生的日語課程總共分成七級，而我第一學期被分到500級，大約是中高級的程度。我選了500級的綜合日本語和聽解。綜合日本語每天都有課，上課用的是東外大自己開發的教材，基本上每一課都是先教單字、文法，最後閱讀課文。上課時很常需要和同學分組討論，例如討論單字的意思、分享自己的造句或是一人一句念課文，所以有滿多練習表達的機會，不過到後來有時會覺得有點浪費時間。每一課最後會有一個大活動，例如口頭發表、書面報告或辯論等。期中考和期末考不難，只要上課認真，考前複習一下基本上分數都不錯。

聽解則是每週上一次，老師會先讓大家聽一篇文章的音檔，接著會有一些問題需要分組討論後回答，回家作業則是要把上課聽的文章打成200字左右的大意。第二學期我則選了600級的文法、聽解、時事日本語和讀解。其中我最喜歡的是讀解課，老師非常認真但不嚴厲，除了訓練閱讀能力外也會練習到批判思考和表達書寫的能力，老師也很樂於和有不同想法的同學討論，其他有上這堂課的朋友也都很喜歡這堂課和老師。

● GLIP(Global Linkage Initiative Program)

GLIP 是東外大中有點類似通識課的全英文課程。因為我認為自己的日文還沒有好到可以上全日文的課，所以除了日語中心的日本語課程，我選的另外兩堂課都是 GLIP 的全英文課程。如果對日本文化、語言有興趣的話，東外大有非常多相關的課程，像我選的兩堂課一堂是在探討日本的飲食文化，另一堂則是在討

論對外國人而言「日語」是一門怎麼樣的語言，我覺得都還滿有趣的。尤其是討論日語的那堂課，在課堂上聽到了很多不同國家的人說自己在學日語時遇到的困境和問題，讓我覺得超級有同感，非常有趣。

課外生活：

我認為在東外大一個很大的好處是學校的學生都很樂於和外國人交流，並且在學業上都很認真，語言能力也很好，大部分的社團也都很歡迎留學生。我自己參加的是表千家茶道社，每週練習一次，大家會一起吃和菓子並熟悉茶道的禮儀和步驟。我認為加社團除了交朋友外，對於練習日文也很有幫助，每個禮拜的社團時間應該是我練習日文聽力最多的時間，甚至比上課還多。不過因為日本的學年是從四月開始，因此若是秋學期才來交換的話，通常社團的招生都已經結束了，想加入的話要自己主動用 IG 或 Twitter 詢問社團負責人。

另外我也參加了東外大的課外組織 LET' S 辦的語言交換計畫，LET' S 只負責配對，其他的聯繫等都是雙方自己進行。剛好跟我配對到的是之後也要來師大交換的中文系學生，也很想練習中文，因此我們每個禮拜都會見面聊天，通常是前半小時用同個語言，後半小時再換另一個語言。如果跟我一樣很想練習日常對話的話滿推薦申請這個計畫，不但可以練習日文，還可以在聊天的過程中了解台灣與日本的文化差異，很有趣。

除了學校的活動，我也參加了東外大附近的社區組織 MIA 辦的接待家庭計畫。這個活動資訊是學校透過 email 傳給留學生的，因此很多東外大的學生參加。除了 MIA 外聽說 YWCA 也有類似的計畫，有興趣的人可以找看看。而我也很幸運，配對到的接待家庭是一位很可愛溫柔的婆婆，婆婆人非常好，每次見到我都帶禮物給我、請我吃東西，新年時還邀我到家裡吃了おせち，是很特別的體驗。

開銷：

- 住宿：宿舍費用依據申請到的宿舍有所不同，我所住的三號館為一個月 ¥46,000。聽說學士班的交換生通常是申請到三號館，研究生則是一或二號館。
- 水電費：水費一個月大約 ¥3,000-4,000，電費大約 ¥7,000-9,000。
- 保險費：一定要保的是健保，一個月大約 ¥1,000。
- 伙食費：在日本外食較貴，一餐最便宜可能都要 ¥700 以上，便利商店的便當也要 ¥500 左右，如果常外食開銷就會比較大。
- 交通費：日本的交通費也比台灣貴很多，若搭 JR 到新宿，來回大約需要 ¥1,000。如果想省一點，可以從學校走 1 公里左右到飛田給搭京王線，會比 JR 便宜。

四、照片（如有，請提供）



與學伴在食堂吃午餐



送給學伴和接待家庭的禮物



與接待家庭參觀西之市



正月時到接待家庭吃おせち料理



學校為留學生辦的和服體驗活動



和語言交換的學伴一起到洋食屋

五、影音檔（如有，請提供連結）

六、其他