

# 國立中興大學交換學生赴國外研修計畫

## 心得報告

姓名	許○祐	學號	
性別	女	就讀本校系所	園藝系(所) 三年級
研修學校	日本 東京農業大學	研修系所(學程)	Department of International Agricultural Development
研修學校獎學金補助經費	0	實際教育部/本校補助經費 (領取者填寫)	教育部學海飛颺獎學金 81000
實際花費金額 (新台幣)	學費：合作校減免(中興學雜費) 學雜費：中興學雜費 NTD 28212 住宿費：JPY 171500 (約 NTD 36000) (112/9/20~113/1/31+bedding fee) 生活費：約 NTD 100000 (含旅行、電信費) 來回飛機票：約 NTD 25000 合計：NTD 189212		
國外修讀學分數	12	薦送學校採認學分數	
實際出國日期	112/9/20	實際返國日期	113/1/29

心得內容(1000-1500 字，請附照片 1~3 張)

### 一、緣起

參考學長姐經驗及歷屆交換心得分享後，認為中興大學提供的交換機會以及獎學金值得一試，因此決定在大三嘗試申請交換。考量到交換國家的語言、文化、安全性、距離、物價，將日本訂為目標；比較各學校提供的課程、住宿、地理位置，以及自己的語言能力，最終決定將東京農業大學設為第一志願。我將這半年的交換期間作為對自己的挑戰及期許，希望能培養外語能力，學習獨立，並在與台灣不同的環境中對農業、園藝，以及未來方向有更多元的探索。

### 二、研修學校簡介

東京農業大學是位於東京都世田谷區的私立大學，為農學專業大學，以「實踐教育」為教學理念。除了世田谷校區（應用生物科學部、生命科學部、地域環境科學部、國際食料情報學部）外，在神奈川縣厚木市（農學部）及北海道網走市（生物產業學部）另有校區。

### 三、國外研修之課程學習(課內)

(一)東京農業大學提供英文課程供日本及國際學生共同選修，學習知識並促進各國學生交流。以下是我這學期選修的英文授課科目：

#### 1. Food and Health 2

多位老師共同授課，主題包含 Bioassay (生物檢測法)、Functional Food、發酵食品、毒性等不同領域，大致上圍繞著食物與其理化性質，並闡述其對人體的影響。大部分為 PPT 輔助授課，有些課堂則是以小組進行活動。老師會鼓勵國際學生跟日本學生組成小組，在小組中互相討論後派代表上台跟其他組別分享，或是合作進行報告製作。期末要繳交一份關於這學期授課心得，以及課堂改善建議的英文紙本報告。最後一堂課老師和同學會帶各地特色料理或自己

喜歡的食物和大家分享，學生輪流上台解說選擇這道食物的原因、食材、料理及食用方式。

## 2. Comparative Developing Agriculture

多位老師共同授課，主要介紹不同國家及地區的農業發展與國際貿易。老師們會鼓勵學生分享自己國家或家鄉在不同議題上的現況及處理方式，可以了解不同地區面對的困境及解決辦法。學期初每個人須進行 individual sharing，搭配 PPT 介紹自己的家鄉，主題不拘。每次授課後須填寫線上表單，簡述這堂課學到的內容並回答與課程相關的簡答題。這學期的校外參訪前往位於小川町的霜里農場，認識日本有機農場先驅的經營模式，了解當地居民和有機農作的共存共榮，收穫良多。



位於山間的霜里農場

## 3. Comparative Food Production Technologies

多位老師共同授課，主題包含地下水壩、蟲害控制、動物行為、植物激素、採後處理等不同領域，內容跨度較廣。PPT 輔助授課，課程中有較為專業的部分，課後常有許多同學和老師討論課堂內容。期末需繳交兩份英文報告，在授課主題中任選兩個，每個主題撰寫至少 3 頁 A4、含文句及圖片的報告。

## 4. Edo Aesthetics and Environmental Resiliency

前三堂課老師會簡單介紹江戶時代的階級制度等背景，剩下的課程由學生任選一個與江戶有關的主題搭配 PPT 進行報告。課程以討論為主，提出問題與想法，比較不同文化背景下和江戶時代的異同。老師對任何看法都會提出正面意見，並且會針對提問進行補充，是一堂互動越多學到越多的課。期末須繳交一份英文報告，包含各個同學的報告主旨，以及從老師提出的幾項主題中挑選一個進行討論。

(二)東京農業大學提供不同程度的日語學習課程，以及沒有學分的初學者日語課。

以下是我選擇的日語課：

### 1. 初級日本語(三)&(四) (兩節課需一起選修)

使用 MARUGOTO 的教科書，適合對 50 音有基本認識的人，課程中會有大量分組對話練習，以及漢字教學，大約在 N4 程度。每周進度不會太多，課後需繳交與當週主題有關的簡短手寫作業，期末有簡單的考試以及三分鐘口頭報告。這學期授課的大場老師人很好，對課程或生活有疑問都可以向老師請教。



初級日本語口頭報告的錄影紀錄

#### 四、 國外研修之生活學習(課外)

##### 1. 旅行

東農大附近有小田急線，交通十分方便，交換期間可以利用平日沒有排課時避開人潮出遊。前往神代植物公園、小石川植物園、新宿御苑、清澄庭園，觀察日本在不同季節的植栽景觀變化；探索鎌倉、江之島、高尾山、奧多摩，體驗與台灣不同的山海景色；參觀江戶博物館、東京都國立博物館、世田谷美術館、印刷博物館、東京都水道歷史博物館，了解日本文化及歷史的不同面向。冬季休業時安排了日光兩天一夜遊，在奧日光地區第一次看見白雪覆蓋的寧靜景象，令人難忘。



在雪中寧靜的奧日光地區

##### 2. 收穫祭(學園祭)

11/3~11/5 為世田谷校區的收穫祭，各個科系及研究室在校園中開設模擬店和即售店，並且在教學樓中舉辦文化學術展，是了解各科系研究方向和學業成果的好時機。另外有社團發表

與舞台表演，能看見學生們充滿活力的一面，並欣賞東京農業大學應援團著名的「大根舞」。

### 3. 與同學間的交流

在陌生的環境中認識了不少友善的國際學生與日本學生，我們一起參加收穫祭、beer garden 等活動，在活動中暢談，認識彼此的文化、語言，或是分享生活小事。聖誕節時和國際學生舉辦 potluck，度過熱鬧的一晚；日本春節期間，有幸受邀至同學家中，品嚐日本傳統御節料理、一起看箱根驛傳，今年正好是第 100 屆，且是東農大睽違十年再次入選，值得紀念。和這些同學們的相處，讓我在國外也能感受到與人交流的溫暖。

## 五、 研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 英文和日文的進步與口說能力的增強
2. 了解各個國家的農業狀況並反思台灣現狀
3. 培養獨立解決問題及自主生活的能力
4. 增進料理能力
5. 學會和不同國家、文化的人建立良好人際關係
6. 克服孤身在外國的恐懼感
7. 從不同角度認識日本文化與習慣

## 六、 感想與建議

以交換學生的身分在外國生活，除了能獲得與眾不同的學業歷程，更是融入當地生活的機會。旅遊的經驗固然獨特，但觀察路樹的花開葉落、採買超市裡的季節蔬果、與眾人在寒風中看著花火綻放及聽著除夜鐘聲時，才真切感受到生活在家鄉之外的陌生跟興奮。這次的交換對我來說既滿足又失落，滿足的是在這半年間獲得許多新的體驗與感悟，每一次出遊與交談都令人回味；失落的是自己在事前及交換中仍有許多沒有準備好的地方，包含日文能力的不足，以及對遠行的卻步，因此過著相對保守的交換生活。儘管有些許遺憾，這次的交換仍是不可多得的珍貴機會，使我的心靈和能力都獲得磨練與成長，也更加堅定未來把握每一次機會的決心，並從現在起培養需要的能力。

\* 請於返國二個月內將本報告繳交至 oia@nchu.edu.tw