

國立中興大學交換學生赴國外研修計畫

心得報告

姓名	李○瑩	學號	
性別	女	就讀本校系所	外文系四年級
研修學校	滋賀県立大学	研修系所(學程)	国際コミュニケーション学科
研修學校獎學金補助經費	無	實際教育部/本校補助經費	無
實際花費金額 (新台幣)	學費：24096 元 (中興學費) 學雜費：0 元 住宿費：48930 元 (9/19~2/15 住宿+保險) 生活費：39779 元 (伙食費、生活必需品、網路卡) 來回飛機票：16887 元 旅遊：27910 元 (奈良兩天、京都八天、大阪十天) 合計：157602 元		
國外修讀學分數	11	薦送學校採認學分數	未知
實際出國日期	2018/9/19	實際返國日期	2019/2/20

心得內容(1000-1500 字，請附照片 1~3 張，至少含上課照片 1 張)

一、緣起

我從小就非常喜歡日本，不管是日本的文化、風景、還是人們都深深吸引著我，由於一直嚮往日本的生活，因此從進大學後就打定主意一定要把握交換的機會，到日本親自體驗當地生活，儘管有些朋友認為當交換生對未來求職並沒有幫助，有可能會剝奪實習或是進修更多課程的時間，我也曾經很苦惱是不是真的如此，但仔細思考自己本身想交換的目的之後，我想我不會對選擇交換後悔。踏入職場之後就很難再湊出一段時間到國外細細體驗當地生活，就算能排出假期到日本，也頂多是觀光的行程，無法像交換生一般與日本學生及當地居民互動、體驗日本大學課程、近距離觀察日本的生活文化，選擇出國交換可能無法讓履歷看起來比別人出色，但對於自己本身的充實與成長是絕對無法否認的。

二、研修學校簡介

滋賀縣立大學位於滋賀縣彥根市，設立於 1995 年，大學部包含四個學院、十三個系，校園的西側是日本最大的內陸湖—琵琶湖，東北側則是山脈，冬天可以看見雪積在山頭的景色，而校內的風景也十分漂亮，校園中心最主要的幾棟建築是被一條運河圍起來的，沿著運河常常可以看到許多野生的鴨子在游泳覓食，沿著河岸種了許多櫻花樹，春天的時候會非常漂亮。校內的設施也十分方便，有學生食堂、生協（類似福利社）、以及其他小餐館，光是飲食上就有非常多選擇。此外，學校附近有日本五大國寶城之一的彥根城，想去參觀十分方便，從最近的南彥根車站搭車到京都、大阪也很便利，到京都大概一個小時內，到大阪則是一個半小時左右。



滋賀縣立大學通常會建議交換生選擇「國際交流學系」，因為這個系有比較多英語授課的課程，校內有許多來自各國的交換生及留學生，像是中國、韓國、美國、英國、義大利、德國、西班牙、蒙古……等等，儘管來自台灣的學生通常只有一兩名，但也因此有更多機會用外語跟其他學生溝通，此外，滋賀縣立大學的國際化推進室（類似中興的國際處）對交換生十分友善，在我們剛來到日本的時候給予了非常多的幫助，也時常舉辦各式各樣的活動促進交換生與日本學生的交流、親自體驗日本文化，而校內也有一個由學生組成的社團叫做「びわこまち」，這個社團會提供日本學生及交換生跟彼此聊天的機會，也時常舉辦各式各樣的活動，像是萬聖節或聖誕節都有不同的派對，平時也會一起欣賞電影或體驗日本文化，可以跟許多日本學生做朋友！

三、 國外研修之課程學習(課內)

我在日本總共修了六門課，這邊的一節課是一個半小時，中間不下課，但由於其中一門課的上課時間是兩節，因此一周的總上課時數是 1.5×7 ，也就是一周 10.5 小時。我修的課包含當代日本文化、日文課、中文課、英文課、以及兩門語言學相關課程。

當代日本文化課是專門開給交換生的課程，這門課除了一般的在教室聽有關日本文化的課程以外，國際化推進室的老師們還安排了許多親自體驗的部分，例如插花、茶道、空手道、摺紙、書法、彥根傳統遊戲力口ム、日本傳統戲劇狂言、以及寺廟參觀等，甚至還帶我們免費參觀彥根城並請專人導覽，讓交換生們都收穫滿滿。



日文課是交換生必修，依程度分為五個等級，在來日本之前學校就已經先請所有交換生做線上 J-CAT 測驗並回報成績，並依照 J-CAT 成績來分發日文班，我被分到第二難的班，這個班主要是以準備 N1 為主，學期目標是能寫出一篇日文 1200 字以上的短文。起初我對自己的日文程度很沒自信，因為來日本之前才剛通過 N3 檢定而已，此外班上同學多半原本是日文系的學生，因此我一直很擔心會跟不上或不適合這個班，然而上課的柴川老師說她相信我可以做到，在課堂上也很照顧我，於是我決定繼續留在這個班繼續努力，最終也達成了寫出日文短文的目標，並且還被日本朋友稱讚寫

得很好，增加了很多信心！

選擇修中文課除了因為好奇外國人學習中文的方法，也是為了練習日文聽力，來日本之後我才發現不少日本學生都想學中文，就連我的日本學伴都能用中文跟我聊天！班上除了我和另一位台灣同學，其餘都是日本學生，上課的地藏唐老師非常歡迎來自台灣和中國的學生，常常在上課用日文請教我們中文的問題，因此有很多機會能直接練習日文聽力跟口說，此外上課時老師會請日本學生把日文翻成中文，而我則負責把中文翻成日文，並讓其他日本同學幫我糾正，從中能發現自己文法較常出錯的地方，也因為這堂課我才發現語言真的是博大精深，有很多不同的用法連我都解釋不出來！

為了不讓自己的英語退步，我在日本也選修了準備托福的英文課程，是由一位美籍老師授課，儘管班上只有我一位交換生，但大家都對我非常和善，雖然課堂作業有點多，每周都有模擬題要做，但確實對想準備托福的同學很有幫助，也因為這堂課時常有練習口說對話的部分，我跟許多日本學生在聊過之後都成為了朋友。

另外兩節語言學的課都是以英語授課，其中一門是由日本老師上，主要以語義學為主，課程中較常提到專有名詞，不過老師都會詳細介紹，期末必須寫一篇英文 2000 字以上的報告，另一門則是由英國老師上的，偏向外語習得的基礎，課程內容較平易近人，老師也會體諒不是每位學生都英文很好，因此都用較淺白的字彙，每周都有簡單的小考，期末考雖是申論題但也可以看自己的筆記。這兩門課都有許多交換生以及留學生，由於課程內容與語言相關，因此也有許多交流討論的部分，可以跟許多來自不同國家的同學一起分享自己國家語言的狀況，非常有趣。

由於交換生多半是屬於國際交流學系，通常選的課也是這個科系大一的課程，因此常常能在不同的課上遇到同一批日本學生，久了也就變成朋友了，儘管許多人可能會覺得日本人比較內斂，不自己主動開口的話他們也不會跟你講話，但只要我們自己主動開口打招呼聊天，就會發現其實他們都很願意跟交換生做朋友的！

四、 國外研修之生活學習(課外)

當提到為何要交換的理由，最常聽見的不外乎就是為了讓自己更獨立，的確出國之後所有事情都必須自己來，無論保險或是住民登記、開戶等手續都要自己好好留意，但我覺得最重要的部份是要顧好自己的健康以及安全，日本的醫療費用非常昂貴，雖然交換生有保健保，學校也會替學生支付一定的金額，但為了不造成雙方的麻煩及他人的擔心，還是要好好注意健康及安全，這也是在讓自己獨立的一環中我覺得最重要的部分。

交換生雖然還是有一定的課業壓力，但比起在校的日本學生，我們仍然有很多剩餘的時間可以好好利用，因此我也報名了許多不同的體驗活動，像是學校的國際化推進室以及其他校外團體舉辦給外國留學生及交換生的活動。這個學期國際化推進室總共舉辦了兩次巴士一日遊，分別是去伊勢神宮以及甲賀市，活動都非常豐富，包含手作筷子和彩繪陶盤等等，而且都免費，此外，因為巴士旅遊是交換生及日本學生都能參加，所以途中也能跟各個國家的學生們一起聊天，非常有趣！





除了學校主辦的活動，我也曾報名天津市國際親善協會主辦的”留學生と環境學習船 megumi で巡るびわ湖体感ツアー”，簡而言之就是環琵琶湖的一日遊，這個活動是開放給關西地區的交流生、留學生，以及大津當地居民，我也因此遇見了更多不同背景的人們，像是來日本讀研究所的中國同學、在日本居住的印度夫婦、以及許多帶著小孩前來參加的日本家庭，大家都非常照顧日文講得不太好的我，也很願意跟我聊天，讓我覺得很感動。這趟旅程我們除了搭上船去了琵琶湖博物館，也去了琵琶湖中的沖島，最後還從湖中的角度看見了有名的白鬚神社，最棒的是這樣的行程全程免費！儘管大津離彥根有一段距離，到集合地點的交通費也須自付，但我仍然覺得非常值得！



十一月三日我參加了彥根城祭，這是一年一次的大型活動，當天的中午會有非常厲害的遊行隊伍，多半是由當地居民中選出，包含許多小朋友身穿傳統服飾的隊伍、彥根町火消隊伍、市女笠的隊伍（各個時期女性的服飾）、井伊赤鬼家臣團等，總共約 1,000 名參加者，展現彥根的歷史，而且雖說是遊行，但途中也有非常多驚人的演出，真的讓我大開眼界，雖然對當地歷史還不是很了解，可是看見身旁的日本居民們都很開心的樣子，不禁也覺得與有榮焉，對我來說這是一個非常具有當地特色的文化活動，而對當地居民來說則是看見家人出現在隊伍中的榮譽感吧！



除了參觀體驗的活動，我也報名了一年一度舉辦於同志社女子大學的 ACE Conference，這個活動的主要目的是讓日本大學生與外國留學生能協力替企業解決問題，整個會議有兩天，第一天為小組討論以及簡報製作，第二天則為發表會，需要發表自己的意見給各公司的社長，這次參與會議的公司有南海電鐵、Panasonic、以及三菱電器，全程以英文進行。以前我並不曾參與這樣的活動，因此對我來說本身就是個挑戰，此外又要與眾多的日本學生一起交流（我這組除了我是交換生，其餘皆是日本學生），更是難上加難，不過最終達成目標之後還是很開心，此外也從各組的回答中獲得很多想法，收穫重重。



學期結束前，我受到地域文化系的教授邀請，參加了他們系上關於同性婚姻的座談會，由於臺灣在這方面相較於日本較為先進一些，因此教授希望我能分享目前臺灣在同性婚姻法律上的現況，為了盡量不帶個人立場，我特地請教了法律系的朋友，並且去查詢了關於同性婚姻的大法官釋字以及公投的結果，對日本學生分享了就投票結果而言的狀況，而當天也有兩位來自蒙古的學生向大家分享蒙古對於同性婚姻的看法以及行動，除了從中更了解蒙古及日本對同性婚姻的看法，也見識到了日本大學的座談會模式，是個非常有意義的活動。

除了這些活動，交換期間我跟其他交換生以及日本朋友也常有各式各樣的小互動，像是偶爾日本朋友會約我一起吃午餐，每周我也會跟我的日本學伴一起吃飯，我教她中文，她教我日文，彼此一起練習語言，此外也會聊各式各樣的事情，久了就真的成為朋友了！我們也曾舉辦過小型章魚燒派對，由日本學生帶交換生一起手作章魚燒，聖誕節時我們利用學校補助的金額舉辦了派對，農曆過年時我和許多中國學生一起圍爐並玩了很多遊戲，偶爾不同國家的朋友也會互相分享自己的家鄉料理，透過這些互動，我跟更多交換生及日本學生熟了起來，生活也變得更有興趣更充實，也發現了文化的不同的確會對價值觀有非常大的影響，這時彼此的尊重、包容和溝通就非常重要了！



(聖誕派對以及圍爐的照片)

五、 研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 日文口說及聽力的成長
2. 深入體會日本人的生活
3. 學會日文文章撰寫技巧
4. 發現更多各國之間不同的文化差異，並學習去溝通而非一味容忍
5. 在有限時間內準備自己的三餐
6. 金錢的管理
7. 結交異國朋友，並交流彼此的文化、飲食、語言等
8. 自己規劃日本旅行

六、 感想與建議

彥根是一個非常美的地方，儘管有些人可能覺得它太鄉下了，不如都市購物方便，但我仍然很喜歡這個地方，這裡的人們都很和善，有時在路上等紅綠燈時還會有阿婆跟我搭話，這裡的景色也很美，只要留神就能發現很多與臺灣不同的景色，我在這個地方完成了想過日本生活的夢想，體驗了日本居民生活，也親自上了日本的課程，並結交了許多國家的朋友，雖然在這裡只有短短的半年，但這個地方仍然給了我家的感覺。

很高興能獲得來日本交換的機會，在這半年中我真的獲得了很多很多，難以一言而盡，會來日本生活大概是以前的自己連想都不敢想的事吧，小時候曾經非常非常嚮往日本，喜歡著日本的一切，夢想著未來有一天能夠到日本居住、生活，當初第一次來到日本旅遊時，遇見什麼事都覺得好稀奇、好有趣，不管是多麼小的東西都想拍照紀念帶回去跟家人分享，然而這次來日本後我發現自己對日本的期待及興奮似乎變少了，但並非是不再喜歡日本，而是我看得更實際了，我不再像以前對日本的一切都盲從地喜歡，認為日本的所有事物都比臺灣好，而是能在喜歡著日本的同時仍然看見自己國家的美好，我仍然很喜歡日本，但我覺得臺灣並不比日本差，當我看見日本的優點時我能

好好思考為何臺灣還做不到，而當我見到日本的缺點時我也能慶幸臺灣在這方面也許已經更好了，我想比起以前盲目喜歡日本的自己，或許這樣的自己才是有所成長吧，所以我覺得一年前決定要來日本交換真的是太好了。

對於未來想來日本交換的同學，我建議多多少少要學一點基本會話和五十音，因為無論是平時買日常用品還是在校園中，都真的有人是完全不會英文的，因此有時並不能完善地以英文溝通，不過如果真的不會也不用擔心，可以利用萬能的肢體語言，畢竟出國總是要有點挑戰嘛！另外，大方一點多開口絕對不會吃虧的，有時大家都很害羞不敢互相搭話，然後就這樣失去了成為朋友的機會了，真的很可惜，其實多數人都很和善很願意和交換生交朋友的，因此就勇敢地搭話吧！還有也可以多注意給交換生的活動訊息，通常這些活動都是免費的而且都非常豐富，除了能跟其他交換生更熟以外，也能體驗到很棒的日本文化！

由於對於日本交換的心得真的太多太多了，無法將全部都詳細在這記錄下來，因此更多的詳細內容我會記錄在我的部落格：<http://dreamhotaru.pixnet.net/blog>，有興趣的同學可以去看看！