

國立中興大學交換學生赴國外研修計畫

心得報告

姓名	張O潔	學號	
性別	女	就讀本校系所	行銷學系 四年級
研修學校	日本山口大學	研修系所(學程)	國際綜合科學部 FGSS
研修學校獎學金補助經費	日台交流協會短期獎學金:8萬日幣/月	實際教育部/本校補助經費 (領取者填寫)	無
實際花費金額 (新台幣)	學費:0(中興學費) 住宿費:29,000日幣/月 生活費:90,000台幣(含旅遊) 來回飛機票:12,000台幣 合計:約14萬		
國外修讀學分數	16學分	薦送學校採認學分數	尚未確認
實際出國日期	2018/09/20	實際返國日期	2019/02/22

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

自從剛進大學時,從學長姊口中得知學校有如此完善的交換學生計畫,便萌生了大四那年要好好把握學校給的機會,體驗到海外讀書的生活。從國中以來,就一直對日本文化抱有興趣的我,上大學後也開始自學日文,但畢竟是自學,當然還是有很多不足之處。因此,我就希望能好好利用交換學生的機會,在這半年內,提升自己的語言能力外,也能體驗在日本生活的感覺。

二、研修學校簡介

「山口」這個地名,大部分的人可能不太熟悉,但山口縣其實是一個歷史悠久的地方,在日本歷史上是明治維新的起源地,日本政治界輩出的地方。山口大學有著豐富歷史,在國內整體排名約40名,該校為一所綜合的國立大學,擁有許多不同領域之學院,總共分為三個校區,而我所研修的「國際綜合科學部」就位在吉田校區內,至今才創立4年,是一個非常新的學部。

山口大位處湯田溫泉,是個國內知名的觀光勝地,雖然是個寧靜的鄉下地方,但生活機能是很完備的。以下以食衣住行四點,簡單介紹一下:

- 食:日本外食的價格跟台灣相比是不便宜的,所以大部分都以自炊為主,宿舍附近就有超市及市場,買菜方便而且也很省錢。當然偶爾會想出去聚會吃飯,除了一般連鎖店的麥當勞、松屋等,這裡也有許多居酒屋、拉麵、燒肉、洋食、咖啡廳...等,應有盡有。
- 衣:山口大附近的 yume town 商城,裡面有些品牌的服飾店,另外山口也有 UQ、二手服飾店等。但我覺得如果要逛街、買有品牌或較流行一點的衣服,還是得去大城市,福岡就是一個超好逛的地方,愛逛街的人到福岡一定會買到失心瘋。
- 住:我住的宿舍是離學校有3公里的 Share House,雖然跟學校有些距離,但 Share House 真的是很新、很大、很漂亮!這裡就像是家庭式分租一樣,一戶有三個學生,共用廚房、浴室、廁所、公共空間,房租每月2萬9就包含了所有水電瓦斯等。Share House 就像個

小型國際村一樣，會遇到不同國籍的室友，是很好的國際交流機會，也常常會有人在交誼室辦 party、聊天、看電影、玩遊戲等，宿舍生活可以說是每天都很充實愉快。

- 行：這裡雖然有公車和電車，但短距離移動還是腳踏車方便。每天上學都必須踩著腳踏車上下橋，來回騎個 5 公里是例行公事，其實到最後就習慣了，而且邊騎車邊眺望山口的風景其實真的蠻舒適愜意的。

三、 國外研修之課程學習(課內)

1. 日文課

在開學之前，留學生每個人都要考一個名為 J-CAT 的日文能力測驗，而 J-CAT 測驗的分數就會決定之後日文課被分到哪個級別，總共有 1~5 級，1 級為最初級。日語課會依照各個級別開設適合的課程，各級別大概都會有 4 至 5 門課程，我所屬的 4 級包含了聽說、讀寫、綜合、文法、日本事情，這五個課程。介紹一下「日本事情」這門課，上課內容主要是介紹日本文化、價值觀、社會現象等，授課以互動的方式讓每個人都有討論發言的機會，而因為內容不那麼死板生硬，上課氣氛輕鬆，又能跟不同國家的人交換意見，是個最好認識新朋友的時機。

2. 各學部課程

除了日文課之外，留學生也可以修習學部的課程，這些課程就是跟日本學生一起上課。我修了自己學部開設的日本企業講座、Global Communication 和教育學部的異文化學習，這三門課。

- 日本企業講座：跟中興管院必修的企業家講座很像，每次上課會邀請不同企業來演講，當然全程都是日語，是個練習日文聽力的大好機會，而且也能藉由每次的演講更了解日本的企業文化與現況。
- Global Communication：以英文授課，每次上課我們必須挑一則日本近期的新聞評論、做成小簡報、然後在課堂上發表，發表後老師會和大家一起討論。雖然每次都要事前做不少功課，但有別於亞洲講課的填鴨式教學，我很喜歡這堂課可以自由發表意見和討論的氣氛。
- 異文化學習：這堂課會請各個不同領域的老師來授課，授課內容都很簡單有趣，讓學生能從不同角度學習日本文化。例如，教育系的課程就介紹了日本學齡前的教育；體育系的是空手道體驗；音樂系的則帶我們認識三味線及傳統歌謠。



(左:異文化學習課程、右:拜訪日本家庭)

四、 國外研修之生活學習(課外)

1. Buddy 制度

如果是 FGSS 的學生，每人會配一位學生作為 Buddy，Buddy 就像是學伴一樣，剛開學時人生地不熟，Buddy 們會協助你認識校園、選課等等的事務，生活中遇到困難 Buddy 也很樂於幫助。

2. 各種文化觀光體驗、party 聚會

留學生中心會常常辦一些巴士觀光導覽活動，通常是免費或只需付幾百圓日幣。山口的觀光景點不少，但礙於交通不便(通常都需要開車)，留學生若要自己出去玩可能比較困難，這時候參加巴士 tour 就是很好的選擇，除了便宜外還能交到許多朋友。除了觀光活動外，平時也會舉辦各種主題的聚會活動，讓留學生有更多機會與其他日本學生接觸。

3. Home Visit Program

山口市國際交流組織有安排一個留學生與日本家庭交流的 Program，我也透過這個 Program 認識了很友善的松村一家人，對我像自己的女兒般一樣親切。一起學做日本家常料理、假日帶著我去郊外兜風、也交流了很多日本與台灣的文化，在異地能有像這樣家人的陪伴讓人很窩心。

4. 實習研修

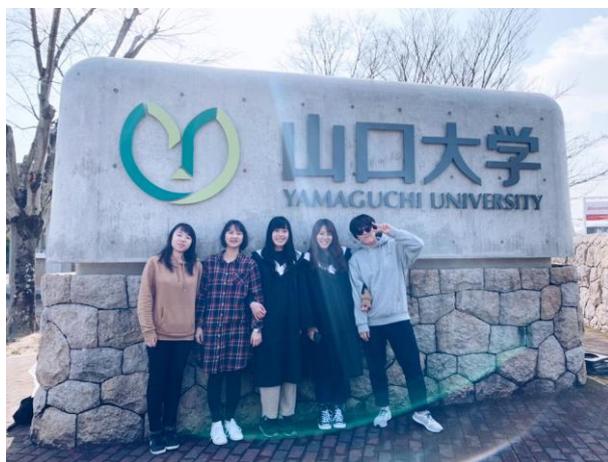
這次我非常幸運地，因為老師的推薦之下，得到了一個在山口市役所的短期研修機會。這個研修除了讓留學生能體驗職場，還希望透過外國人的視角協助改善山口市目前的觀光現況。實習期間為五天，一開始去了許多平時不會拜訪的觀光地視察，也與許多山口市觀光相關組織、業者交流，在短短幾天內探索課題並思考如何改善，最後還必須在眾長官面前發表提案和感想。雖然時間不長，個人認為體驗性質偏多，但在整段實習這麼充實的安排下，我的確獲得了許多別人無法體驗到的寶貴經驗。

五、 研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 增進語言能力(尤其聽說方面)
2. 國民外交、拓展人脈
3. 學習在國外獨立自主與危機處理能力
4. 到日本各地旅行的機會
5. 透過真正在這裡生活，更了解這個國家

六、 感想與建議

結束了在山口的留學生活，回顧這半年真的覺得很像夢一般。我之前已經到日本旅遊過好幾次了，所以一開始的文化衝擊並不多，自己抱持著想在日本生活、以更不同的角度認識這片土地的心情來留學的。果然，只透過旅行能認識到的還是有限，在這裡長期生活、與日本朋友交流，才看到日本真正的那一面。對我來說，我覺得交換期間除了獲得實質的知識、交了許多志同道合的朋友，更多的是自己心靈與思想上的成長，真的很值得。



(左:山口市名勝-琉璃光寺、右:與山口大學石碑合影)

* 請於返國二個月內將本報告繳交至 oia@nchu.edu.tw