



# 國立中興大學交換學生赴國外研修計畫 心得報告

姓名：張○翔 性別：男

學號：\*\*\*\*\*

就讀本校系所：園藝學系

## 就讀學校資料

研修學校：東京農業大學

研修系所(學程)：生物科學系

## 獎學金資料

研修學校獎學金補助經費：400000 日幣(日台交流協會)

實際教育部/本校補助經費：無

## 交換花費金額(新台幣)

學費：中興學費

學雜費：約15000

住宿費：約47000 (四個月)

生活費：約110000 (包含旅行)

來回飛機票：約20000

合計：192000

## 其餘相關資料

國外修讀學分數：12

薦送學校採認學分數：3

實際出國日期：2019/04/03

實際返國日期：2019/08/07



## 學校介紹

### 學術簡介及位置

東京農業大學為日本私立大學，因此學費相對較高；有六個學部及兩個研究科，其**農業**及**釀造學科**方面專業為**日本排名前端**。在日本總共有三個校區，分別在東京都世田谷區、神奈川縣厚木市、北海道網走市，其中交換生只能申請世田谷校區有的學科。

### 學校特色

全國運動比賽表現不錯，其棒球隊、相撲、拳擊隊及攀岩都有過亮眼成績。在每年**11月**時會舉行**收穫祭**，可體驗日本傳統的學園祭，類似大型園遊會，其中販售各個國家、學部及社團具有特色的商品。該校**吉祥物**為**大根**，在學校各種活動皆經常發現。

### 國際交流

東農大為**中興長期合作的姐妹學校**，接待制度極為完善。該校有積極參與JICA (Japan International cooperation agency)，在世界各地都有協助其農業發展，因此校內有大量從世界各地的國際學生，互相交流彼此農業技術，同時也可以學習到來自各地的不同語言及文化。



## 學校課程

### 日本語課程

日本語課程有分成初級、中級、高級，三種程度分開授課，各級別又有分聽力會話跟閱讀寫作兩種課程。

**聽力會話**課中除了聽光碟，還會有許多**小組報告**及**上台討論**的活動。在參與課程活動之下，可以發現自己變得比較敢說日文，同時也認識許多前來日本留學的外籍生，在這之中也能找到互相學習的夥伴。

**閱讀寫作**課則以**漢字考試**為主，因為外籍生對漢字筆劃非常陌生，要寫出來都非常難；而華人則因為有漢字基礎，上這堂課如同倒吃甘蔗，但在期末時也有上台個人報告，因此可練習寫逐字稿給老師修改文法及用詞。

### 英文授課課程

英語授課課程有兩種，分別為為課堂上課以及校外教學。

**課堂上課**就像通識課，一學期有很多老師共同授課，並用英文**簡介系所上的基礎知識**，上課講義以及考試都採用英文，可體驗歐美課程的感覺。

**校外教學**則是每堂課都在各景點**介紹日本傳統文化及習俗**，可從老師口中用英文聽到許多日本歷史，同時課堂中也能認識許多外籍生及日本同學。



日本語課程上台報告



英文授課課程的外籍生們



校外教學車站集合



校外教學景點參訪

## 自選課程

農大的交換生課程與該校學生課程是分開的，若要選系上的課，要自行上學校網站查看課程，並與國際事務處及研究室教授溝通達成協議。

**系上正課**為在百人教室上課，授課內容為該系**所基礎知識**；而**實驗課**同樣也在百人實驗室上課，須穿個人白袍及手套參與，每位學生都有**親自操作實驗**的機會。但全程皆以日語上課，遇到專有名詞及教授語速加快很容易聽不懂，加上考試也是日文簡答題，因此最後我以旁聽的方式體驗一整學期。

## 研究室實驗

農大交換生都會被分配到各系上的研究室中，因此有許多參與**研究室研討會**、**實驗操作**、**期初期末聚餐**等各種活動的機會。

實驗學習主要皆以日文為主，雖然英文日本人可以理解，但比較他們不會說。從中學到**操作各種分子生物儀器**，並會對日本研究室生態比較了解。日本研究生對我們也十分友善，會在教導實驗過程中語我們閒聊興趣，最後還**一起去打排球和運動**。而在期末時，研究室教授把我們帶去**居酒屋吃飯**，而且教授們都非常健談，從飯局到走回學校路上話題都沒停過。

日本的研究室生活真的是我在交換過程中最特別且有趣的回憶。



系上實驗課上課盛況



研究室每週實驗報告



研究室實驗器材操作



研究室期末居酒屋聚餐

## 課外安排

每個週末或連假都會安排與外籍生及日本學生一同出遊，互相交換各自的文化趣事及未來規劃，並體驗各種不同休閒活動。



與外國朋友們一起爬山



與大家一起來迪士尼



日本 KTV 徹夜高歌



台灣留學生會聚餐

日本各季節花海也常常另人矚目結舌，在春季的賞櫻行程及夏季的各式祭典及煙火大會都是令人印象深刻的體驗。



常陸海濱公園粉蝶花海



神代植物園杜鵑花海



路上街道櫻花



橫濱煙火大會



經堂祭典表演

每週出去玩累了之後，也可以選擇一些靜態活動，**學校圖書館**多達五層，可以在裡面選擇喜歡的書籍及影片進行觀看，或者到附近**神社寺廟**裡或**私人庭院**中，欣賞日本傳統建築並點一份甜點熱茶享受一整個下午的寧靜。



學校圖書館豐富書籍



精心照顧的私人庭園



質感高級的路旁花店



充滿招財貓的豪德寺

除了各種景點外，日本的美食也絕對不能錯過。鹹食的有**豚骨拉麵**、**牛肉蓋飯**、**炸天婦羅**等，甜點的**聖代**、**鬆餅**、**水果蛋糕**都令人難以忘懷。



池袋無敵家豚骨拉麵



原宿美味牛肉飯



下北澤湯咖哩



池袋超浮誇聖代



原宿閃電泡芙

## 研修之具體效益

1. 培養多種語言能力
2. 學習日本人做事精神及文化
3. 從另一個角度看見台灣優勢
4. 遇見來自各個國家學生並交友
5. 學著適應海外生活
6. 增加國際觀
7. 培養生活自主獨立

## 感想與建議

### 感想

藉由這次的交換，讓我**知道自己未來有更多選擇**，並不僅僅侷限於台灣，同時也**體會到不同國家經濟實力及發展差距**，更了解一後在台灣學習上須努力的目標。在這段交換生活中，**認識了許多外國朋友**，為了在未來有機會再見一面，下定決心回台灣會更加努力學習及工作，成為推動我繼續向前邁進的動力，雖然才短短四個月，但卻學習到相當多的能力及經驗。

### 建議

1. 日本人有**送禮習慣**，在見面及結束時可以準備禮物送給教授及身旁幫助過你的同學及朋友，我個人準備新貴派、沙其瑪等，教授的話可以送酒
2. 日本人有**喝酒文化**，加減喝一點可以讓氣氛變得比較好聊，在老師送禮時若送酒，這時候就可以介紹一下台灣喝酒文化及習慣，然後日本人自己會開始跟日本的酒開始比較(聊到酒話題都綿延不絕 XDD)
3. 日本**網路沒有吃到飽**，且宿舍連不到學校網路，因此可以參考網路分享器留學生方案，一個月大概1100多台幣，不然在地高流量方案也滿貴的
4. 一定要**帶禦寒衣物**，四月前往日本的時候還是很冷，都在10度左右
5. 要回台灣前可從郵局**把行李寄回台灣**，寄海運其運送時間要2週，空運可縮至3天，但價格為2倍(所以海運的要提前去寄)

只有在還年輕時，才能肆無忌憚到處體驗、大闖特闖

有幸能把握交換機會並留下美好回憶，是我大學生活做過最不後悔的決定

—【致敬那年勇敢的我】