

國立成功大學
高教深耕計畫出國報告書

報告名稱：赴日本北海道大學交換生(短期交流)之出國報告書

出國期間：2023/03/27~2023/09/26

經費來源：高教深耕計畫

單位：成大交通管理研究所

職稱：碩士班四年級

姓名：李宜臻

中華民國 112 年 10 月 20 日

中文摘要

本報告提及此次交換的目的、交換生的生活及心得感想，於北海道大學的生活拓展了我的視野，也鍛鍊了我的外語表達能力。我結識了來自不同國家的朋友，也對人與人相處有新的想法，也了解日本文化和生活方式，那是單單在日本旅行無法體會到的。比較特別的是，我的日文並不好，幾乎無法溝通，將會在我的文章中提及這樣的情況會遇到什麼樣的挑戰和問題。在異地生活有許多無法想像的挑戰，這次的交換經驗也讓我培養面對突如其來的問題也可以冷靜應對的個性，我獲得了一輩子珍貴的回憶。謝謝成大國際處、北海道大學國際處、我的家人和朋友的鼓勵與協助，也謝謝勇敢追逐這個夢想的我自己。

英文摘要

This report covers the purpose of this exchange, the daily life of the exchange student, and personal reflections. My time at Hokkaido University broadened my horizons and enhanced my language proficiency. I made friends from various countries, gaining new insights into human interactions. Additionally, I gained a deeper understanding of Japanese culture and way of life, an experience that goes beyond ordinary travel. One unique aspect was my limited proficiency in Japanese, which posed challenges in communication. I will address the specific difficulties and issues I encountered in my report.

Living in a foreign environment presented numerous unforeseen challenges. This exchange experience has helped me develop a calm and collected demeanor when faced with unexpected situations. I have gained precious memories that will last a lifetime. I extend my gratitude to the Office of International Affairs at National Cheng Kung University, the International Office at Hokkaido University, my family, and friends for their encouragement and support. Lastly, I thank my past self for bravely pursuing this dream.

目錄

一、目的.....	4
二、過程.....	4
1.出發前準備.....	4
2.學校生活.....	4
2.1 學伴.....	4
2.3 修課.....	5
2.4 社團.....	6
C.校外生活.....	6
三、心得及建議事項.....	6
四、附錄.....	8

一、目的

我從國中開始接觸動畫、漫畫以及日本文化，平時我也很喜歡在 twitter 看看日本流行的時事或是新發售的創意生活小物，升上大學後，我開始嘗試日系穿搭，時時在 IG 關注日本時尚潮流。眾多國家之中，家人最喜歡去日本旅遊，自小也前往日本觀光多次，每次都讓我留下美好的回憶。因此大學時我就下定決心要前往日本當交換學生，體驗在日本的生活，無奈前些陣子因為疫情這個計劃都被暫緩了，所以我決定在碩班即將畢業的最後一個學期遞出我的申請。

二、過程

1. 出發前準備

與一起前往北海道大學當交換生的琬臻、哲諺不同之處，我完全沒有任何的日文檢定成績，僅僅高中上過第二外文以及大學修了一年的日文課，因此我趕在遞出申請前考了雅思做為語言證明，同時我也在我的申請資料中附上過去修日文課的成績單，但我的情況僅做為參考，因為北海道大學交換的簡章上有標註需要繳交日文成績證明(大學 HUSTEP 學程不用，但我是碩士只能申請 SAS 或 SRS)。

很感謝琬臻與哲諺，在通過校內審之後，我們組了 messenger 群組，即使沒有見過面，我們仍然彼此交換資訊、互相提醒；此外，也想提醒未來想交換的學弟妹，除了自己應該主動關注交換學校的交換資料繳交時程外，因為國際處要處裡的業務繁雜，若是遲遲沒有收到交換學校的資料，可以禮貌的向承辦人詢問；每件事情都提早完成才有修改或重新寄送資料的時間。

出國前的事前準備我認為與出國觀光沒有太大差異。我提前購買 10 天的網卡，足以撐到申辦手機號碼即可；我帶了一張可以國外提款的金融卡與一張信用卡，沒有帶太多現金；此外，必須穿一雙好走的鞋子，因為剛抵達後會有好幾天會長距離移動。

2. 學校生活

2.1 學伴

抵達日本前，大學方的學伴以電子郵件的方式告知我抵達日本後需要到區役所辦理的手續，像是在留卡申請、國民健康保險、國民年金的加入，我的學伴和我約了時間，親自陪我到區役所辦理，這樣的制度給了幾乎沒辦法說日文的我很大的幫助，不過學伴的個性因人而異，有些人可以跟學伴變成要好的朋友，也有些學伴比較冷漠；我的學伴則是每周五都會跟我一起吃午餐，我們會交流不同的文化以及當週發生的趣事。

2.2 住宿

我選擇住在北 24 条的國際學生宿舍「北 23 条 2 号棟」，也是我在選宿舍的第一志願，每

個人都會有自己的房間，八個人共用一個公共空間，等於可以認識 7 個來自各國的新朋友!通常會居住這棟宿舍的學生都是外籍生，比較不會遇到日本當地學生，但這裡經常舉辦一些讓外國人體驗日本文化的活動。我們宿舍的公共空間很大而且乾淨，我有時候會在煮飯的時候跟瑞典室友閒聊或是聽她分享她家鄉的生活；由於我很喜歡 k-pop，所以我也很會跟韓國室友聊偶像團體。學期結束後，我在自己宿舍舉辦了 Farewell party，我跟室友們一起吃了蛋糕又一起唱歌跳舞，非常愉快又令人難忘!

從我的房間窗戶望出去是馬術社的訓練場，所以平常會聽到馬的叫聲，有時候也可以看到狐狸。北 23 條的周圍有兩家超市可以購買食物與日常用品，地鐵站附近也有很多好吃的餐廳，但與北 8 條宿舍相比生活機能沒有那麼好，走到最近的地鐵站需要 20 分鐘。也因為不是繁榮地帶，一過晚上 8 點，宿舍外面那條路幾乎就沒有人，有一次晚一點騎車回家就遇到路人伸手抓住我，當下沒有任何人可以給予我協助，讓我非常害怕，這點提供給未來想要申請此間宿舍的學弟妹參考。

2.3 修課

我申請的是 SAS 特別聽講生，北海道大學沒有可以對應交通的相關科系，所以我選擇了經濟與管理學院。每個 SAS 依照學校規定必須修滿 7 門課，由於我的語文能力只能選修英文授課的課程，我的指導教授相原教授便幫我協調一些課程只需要繳交英文的讀書心得或研究報告，不過不去上課確實會少一些體驗；當然，也有像是深山教授這樣友善的教授，雖然是日文授課，但他仍然非常歡迎我修習他的課程並繳交英文報告。能參與課堂真的是最開心又有趣的體驗，由於我不太會說日文，我經常被分配在課堂上與英語系國家的同學進行小組討論，他們的想法總是令我大開眼界且風趣；經濟與管理大學院管理組的學生大部分是來自中國的女生，他們注意到我不能理解老師的意思或是老師出日文的課題時，都會主動的協助我，跟她們聊中日的文化差異也是我在這趟交換之旅中感到有趣的回憶。除了系上的課程，我也有選修一門工學院的專案管理課，在這堂課程上我收穫良多，也比較接近我自己主修的專業；雖然可以選修非所屬學院的課程，但選修前還是要跟系辦確認這堂課程是否與你的科系有關連。(例如我原本選修西洋音樂史，系辦表示因為跟經濟、管理和交通都沒有關連，因此拒絕我的選課。)

我非常推薦 Student Community Center 開設的日文課程，有為了國際學生們設置各種程度的日文課程，我在這堂課上除了扎實的學習日文，課堂上也可以跟來自不同國家的同學交流，也因此結交到許多朋友，甚至比系上的朋友更加親密；此課程需要開學前在網路上測驗與報名，要注意簡章上的時程，但此課程無法計算至 SAS 的修課學分中。Student Community Center 經常舉辦體驗日本文化的活動，這邊舉辦的活動比較有機會遇到想練習英文對話的日本學生，我

認為是很好與日本學生交流的機會。

2.4 社團

北海道大學有許多特別的社團，我參加了「牛奶社」，社團活動時間我們會聚在一起喝牛奶，製作奶製品跟料理，但整體來說，參加社團還是要有足以溝通的日文能力才更能融入，此外建議只能使用英文交流的同學，可以提前傳訊息詢問是否可以接受英文溝通，因為有的社團會拒絕；另外，我也很想參加「冰淇淋社」，社團活動內容是會巡禮學校附近的冰淇淋店，是相當熱門的社團。

C. 校外生活

我在學期期間幾乎沒有時間做太多的課餘時間，經濟學院的課程作業通常需要花很多時間閱讀跟查找資料，並撰寫研究心得。學期間我只有偶爾會與朋友約去咖啡廳或是晚上一起去吃芭菲，周末找室友們一起在學校周圍的景點走走，或是搭 JR 到小樽河畔散步。有些喜歡交流的日本同學和交換生會安排比較遠的小旅行，也是很棒的旅行機會！

學期結束後，我的家人和大學同學都有來北海道觀光，所以我去北海道很多地方，也跟同學們參加許多北海道的祭典，祭典上會有來自北海道各地區的特色美食，北海道的食物非常美味。我也前往本州多次，我去了橫濱參加夢寐以求的 2023 Pokémon World Championships 和皮卡丘大量發生季，還抽到參加皮卡丘夜間遊行的資格，實在是太精采了，我忍不住流下感動的淚水；還拜訪在名古屋讀書的朋友，去了 LEGO 樂園、品嚐了名古屋式的中華料理跟親眼見證名鐵百貨的 NANA CHAN；也跟著在大阪參加研討會的同學遊玩大阪，並去了日清泡麵博物館製作自己的泡麵和環遊影城；當然沒有錯過東京，我去了東京迪士尼、愛繆的演唱會，還跟在北海道大學日文課認識的朋友踩點韓國團體 SEVENTEEN 成員去過的景點。不過，即便去了許多地方，我最喜歡的還是北海道，這裡的氣氛、環境都很宜人舒適。

三、心得及建議事項

在這裡度過了半年精彩的生活，每天都過得飛快，彷彿轉眼之間，一天就過去了。我提醒自己無論遇到好事或挫折都必須用心好好體會、用眼睛紀錄下這一刻，未來都會成為讓我成長的養分、回憶起來讓我會心一笑的美好回憶。我經常跟年紀比我大的來自非洲的學長和來自中國的醫生們吃飯聊天，聽他們說對人生的想法並給我人生建議，都是我在課本上所無法學習到的珍貴知識。

日本人比較不太喜歡說英文，大部分的人也聽不太懂英文，剛到日本時我僅能用「これこれ」度過每天，我的朋友大部分都是外籍學生，僅有少數想練習英文或中文的日本朋友，也因為語言限制會有一些課堂不能參加，這點是想要至日本交換卻不會說日文的同學可以考

慮的(當然我還是會說我的交換生活是很棒的)。我前往日本的另一個原因是想購買日本的商品，所以我三不五時也會去百貨公司挖寶，大部份的品牌都可以在北海道找到，但如果是最潮的牌子或是某些品牌的限量聯名商品，北海道通常沒有(北海道的 carhartt 店員跟我說的)，另外有些知名歌手也不會來北海道巡演。但我認為在日本國內旅行的成本，無論如何都低於從台灣出發前往日本的成本，所以有興趣的都去吧，好好把握!

四、附錄



北 23 宿舍旁邊是北海道大學的馬術部



北海道校園內到處都可以看到牛跟羊還有大片的草地，這個圍欄是韓國團體 SEVENTEEN 的風車 mv 拍攝地點。(周圍也有其他畫面的拍攝地點)



我在宿舍舉辦的 Farewell party，北 23 宿舍有很多外國學生。宿舍的公共空間很大，可以八個人一起在大餐桌吃飯也沒問題。



位於美瑛的青池，看點是池子是綠色的，因為天氣太好了，所以沒拍出來，從這照片可以看出來池子是淺淺的綠色，非常值得一去的景點，親眼看會非常震撼，是屬於夏天的景點，冬天會結凍。



和大學朋友去吃位於小樽的瀧波食堂，便宜又好吃！



六尾跟阿羅拉六尾與六尾分別被任命為北海道發現隊的隊長與副隊長，因此北海道每個地區都會限定版的寶可夢水孔蓋，這張照片是小樽的水孔蓋。



抽到 2023 寶可夢世界錦標賽及皮卡丘大量發生的皮卡丘夜間遊行的入場資格，非常精彩！

