

國立成功大學

出國報告書

報告名稱：113學年第1學期赴日本 大阪大學 出國報告書

出國期間：2024年9月18日～2025年2月28日

經費來源：教育部學海飛颺獎學金

單位：國立成功大學生物科學與科技學院

職稱：學士

姓名：陳意佳

中華民國114年3月23日

中文及英文摘要

在大阪大學的交換期間，我不僅學習了日本的語言與文化，更拓展了自己的國際視野。透過 OUSSEP 計畫，我選修了多元的課程，與來自世界各地的同學共同學習。在課堂上，我觀察到歐美學生積極發言的學習態度，這也激勵我勇敢表達自己的想法，逐漸提升了英語表達能力。

在日本的生活經驗亦令我印象深刻，學校宿舍的工作人員總是用溫暖的問候迎接我們，讓人倍感溫馨。此外，我參與了 IRIS 計畫中的 Host Family 活動，深入體驗日本家庭文化，並與寄宿家庭建立了深厚的情誼。交換期間，我也與來自不同國家的朋友一同旅行，透過文化交流加深對世界的理解。

這次交換經驗不僅豐富了我的學術與文化素養，也幫助我建立國際人脈，對未來的發展方向有更明確的規劃。我鼓勵未來的交換生勇敢嘗試新事物，積極參與校園活動，這將是一段寶貴且難忘的人生經歷。

During my exchange program at Osaka University, I gained not only knowledge about Japan but also a deeper understanding of the world. Through the OUSSEP program, I selected a variety of courses that expanded my perspectives beyond my major. The classes were conducted in English, and I noticed that Western students were highly active in discussions. This environment encouraged me to express myself more confidently in English, gradually improving my communication skills.

Living in Japan was also a unique and heartwarming experience. The dormitory staff greeted us warmly every day, making me feel at home. I also participated in the IRIS program, particularly the Host Family program, which allowed me to experience Japanese family life firsthand and build meaningful relationships. Additionally, I traveled with friends from various countries, and our cultural exchanges enriched the journey beyond sightseeing.

This exchange experience has significantly broadened my academic and cultural perspectives, helping me build a strong international network and clarify my future career goals. I highly encourage future exchange students to step out of their comfort zones, actively engage with local students, and immerse themselves in campus activities. This journey will undoubtedly become one of the most valuable experiences in their lives.

目次

目的（交換動機與目的）	4
申請過程	4
研修期間	5
日本上課經驗	5
日本生活經驗	5
日本旅遊經驗	6
日本家庭活動	6
心得以及建議事項	6
在交換過程中 我學習到知識	6
在交換過程中 我學習到交流	7
感想與建議	7
對未來交換生的建議	7

目的（交換動機與目的）

參與大阪大學的交換計畫，是我大學生活中一個重要的挑戰與機會。我希望透過這次經驗，拓展國際視野，提升語言能力，並深入了解日本的學術環境與文化。此外，我也希望藉由與來自世界各地的學生交流，學習不同的思維方式，培養跨文化溝通能力。

在大阪大學有很多計畫可以選擇，而我選了 OUSSEP 計畫的原因，不僅是因為其提供全英語授課的多元課程，讓我可以同時學習專業知識與國際議題，也因為該計畫吸引了來自世界各地的學生，提供了一個多元文化交流的平台。我期待在這樣的環境中，挑戰自己、突破語言與文化的限制，並建立國際人脈，為未來的學業與職涯發展鋪路。

申請過程

申請大阪大學交換計畫需要經過嚴謹的準備與審核。我在校內申請階段便開始收集相關資料，確保自己符合申請資格，並提前準備必要的文件，以提升錄取的機會。

首先，校內會公告交換計畫的申請資訊，包括申請資格、名額以及所需文件。我根據要求準備了個人自傳、讀書計畫、推薦信 IELTS 以及語言能力證明 JLPT 成績。不過要確認時間考試，因為大阪大學競爭激烈，所以提前準備英檢比較好，撰寫自傳時，我強調了自己對跨文化交流的興趣，以及希望透過交換計畫提升學術與國際溝通能力的動機。

此外，提早準備是關鍵。由於申請競爭激烈，越早規劃申請流程，就能有更多時間修改文件、請教授提供推薦信，並確保所有資料齊全。經過校內初選後，我獲得推薦資格，並進一步向大阪大學提交，正式申請加上其繁瑣的手續，最終成功獲得錄取，展開這場難忘的交換旅程。

研修期間

日本上課經驗



大阪大學提供多種交換課程，我選擇了 OUSSEP（Osaka University Short-Term Student Exchange Program），因為我不僅想學習日文，也希望增進自己的世界觀，接觸不同領域的知識。該計畫涵蓋多元課程，不僅限於自己的本科專業，還能修習其他領域的課程，讓學生有更廣泛的學習機會。

OUSSEP 計畫的學生來自世界各地，每位同學的學術背景與能力不同，這讓課堂報告與討論變得非常有趣。我特別參加了一門日文課，這門課只有四名學

生，分別來自台灣、德國、匈牙利和泰國，而授課老師則是日本人。這樣的環境讓我們能夠深入學習日語，並透過不同文化背景的交流，加深彼此的理解。

此外，OUSSEP 課程是以英文授課，因此我們的學習環境以英語為主。我發現歐美學生普遍習慣積極發言，這也影響了我，使我逐漸變得更勇於表達自己的意見。雖然英語並非我的母語，剛開始發言時難免緊張，但同學們總是給予鼓勵，讓我更有自信。每次上課都帶給我新的挑戰與學習動力，使我在學術與語言能力上獲得顯著的成長。

日本生活經驗

在日本的生活，不僅在學術上帶給我新的學習體驗，也讓我深刻感受到日常生活中的溫暖與文化差異。大阪大學的宿舍環境舒適，而讓我最印象深刻的是宿舍工作人員的親切態度。每天回到宿舍時，他們總是會用溫暖的話語關心我們，例如：

- 「今天一天辛苦了。」
- 「歡迎回家！」
- 「出門當心！」

這些簡單的問候讓我們感受到家的溫暖，即使身處異國，也不會感到孤單。這樣的細節展現了日本文化中對人際關係的重視，以及對彼此的關懷。此外，在日常生活中，我也觀察到日本人注重禮儀，例如進入商店時，店員會熱情地打招呼，搭乘大眾運輸時，大家習慣保持安靜，這些都與我在台灣的生活習慣有所不同。

這段時間的生活經驗讓我更能理解日本文化的獨特之處，也學會以更細膩的方式去關心身邊的人，這將會是我珍貴且難忘的回憶。



日本旅遊經驗

在日本交換期間，除了日常上課，我們也常與來自世界各地的朋友一起旅行。

由於大家的文化背景不同，旅途中不僅能欣賞各地風景，連等待時的閒聊也變得特別有趣。透過交流，我們發現彼此的生活習慣、思維方式都有所不同，這讓我深刻體會到世界的多元與廣闊。這些經驗不僅豐富了旅途，也讓我對不同文化有了更深的理解與尊重

日本家庭活動

大阪大學對於留學生提供了豐富的交流計畫，其中一個特別有趣的機構是 IRIS。我也參加了幾項活動，收穫滿滿。

- 與當地高中生互動：透過英文交流，彼此分享文化與生活經驗，增進語言能力與跨文化理解。
- Host Family 計畫：這讓我有機會深入體驗日本家庭文化。我和寄宿家庭關係特別好，他們還帶我去吃螃蟹、賞楓，度過了許多美好的時光。我們甚至約定未來要在台灣再見面！



心得以及建議事項

在交換過程中 我學習到知識

日語能力大幅提升

- 直接與當地人交流，學到許多台灣教科書或課堂上無法習得的實用日語。
- 在日常生活與學術環境中使用日語，提高聽說讀寫能力。

專業知識的深化（生物科技領域）

- 修習日本的生物相關課程，體驗當地的教育方式。
- 認識並與日本教授交流，有機會進入實驗室學習，深入了解日本生物科技領域的研究環境。

在交換過程中 我學習到交流

拓展國際人脈

- 認識來自世界各地的同學，建立跨國的學術與人際關係。
- 這些國際朋友未來可能成為學術或職場上的重要資源，彼此可互相幫助。

探索未來發展方向

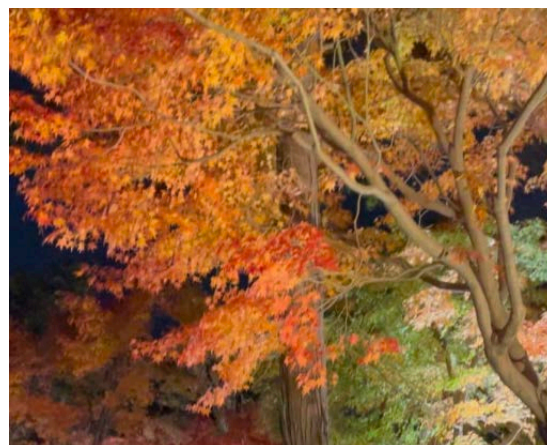
- 透過與不同背景的學生交流，對自己的未來有更多啟發。
- 認識來自 UBC 等國際知名大學的學生，獲得留學申請的資訊與協助，為未來的學術發展鋪路。



感想與建議

對未來交換生的建議

- 勇敢與當地人交流
- 不要害怕犯錯，盡可能多與當地學生和居民交流，這不僅能幫助語言進步，也能讓你更快融入當地生活。
- 積極參與學校活動
- 大阪大學有許多針對留學生的活動，例如 IRIS 計畫等，這些都是拓展人脈、了解文化的好機會。
- 規劃好學業與旅行的平衡
- 日本有許多美麗的地方值得探索，但同時也要兼顧學業，確保自己能夠在學術與生活體驗中取得平衡。



交換的時間或許不長，但這是一段能讓自己成長與拓展視野的機會。

勇敢接受挑戰，去體驗當地文化，已然成為我人生中寶貴的回憶。