

國立成功大學
高教深耕計畫出國報告書

報告名稱：111 學年度第一學期神戶大學交換報告

出國期間：2022 年 9 月 28 日至 2023 年 3 月 24 日

經費來源：高教深耕計畫

單位：創意產業設計研究所

職稱：碩士研究生

姓名：謝明倫

中華民國 112 年 3 月 24 日

摘要

本報告以日本神戶大學國際生交換經驗為主軸，分述在日交換過程中的各項。包含赴日前行前準備、在日生活、學校支援、課業修習，以及課外文化體驗的收穫與反思，從生活體驗中感受文化差異並反思自我。總結來說，本次交換經驗讓我原先認為語言和文化差異的巨大鴻溝變得可以突破，也期許未來能藉由培養起的日文能力持續和這片土地串連。文末並提供建議給未來有興趣前往日本神戶大學進行交換的同學，具體包含語言交換時程、政府補助，以及個人成長之勉勵。

Abstract

This report focuses on my experience as an international exchange student at Kobe University in Japan. It covers various aspects of the exchange process, including pre-departure preparations, daily life in Japan, school support, academic studies, and cultural experiences. Through my experiences, I gained a deeper understanding of cultural differences and reflected on myself. In summary, this exchange experience allowed me to break through the perceived language and cultural barriers, and I hope to continue connecting with this land through my improved Japanese language skills. At the end of the report, I provide advice for future students interested in studying abroad at Kobe University, including language exchange schedules, government grants, and personal growth recommendations.

目次

一、目的.....	4
二、過程.....	4
2-1. 行前準備.....	4
2-2. 在神戶生活.....	5
2-3. 旅遊文化體驗.....	8
三、心得及建議事項.....	9
四、 附錄.....	11

一、目的

一生中能在國外居住一段較長的時間，以不只是遊客、而是居民的身份在國外生活，我認為是非常難得的機會。大學時看著身邊的同學一個個去國外看見了不同的世界、甚至因此改變了人生軌道、在國外工作，雖嚮往著卻因為猶豫躊躇，最後沒有踏出那一步。工作後再次回到學校，研究所的交換對我來說是不可錯過的機會，因此從碩一開學前就準備好語言檢定，希望能去日本看看不同的人們是怎麼生活的。

選定日本作為交換對象，除了喜歡日本的文化、在大學時學過一點日文以外，家裡因為日治時期的緣故、信仰日本的佛教，總覺得在某種程度上一直與這個國家若即若離地連結著，想更貼近地了解日本的文化與社會。其中，日本關西地區自古以來坐擁古都京都、大阪和港口神戶，對於了解日本文化，無論是傳統、近代或現代而言都有豐富的資源，因此選擇到神戶大學進行半年的留學生活。

二、過程

2-1. 行前準備

前往交換的時正值疫情即將解封、國際航班為了恢復而忙碌缺工的時候，台日交流協會當時也因為每日變化的政策而多了許多手續。除了依照神戶大學校方信件上的說明以外，也需要隨時注意交流協會的公文，並適時寫信給神戶大學要求文件，以便順利入境。當時因為 CoE 和「受付済証」的事情，便寫信和校方要求希望提早收到文件，以便簽證手續能順利。

日幣方面雖然有獲得 JASSO 獎學金，但因為不確定在日本的生活費會多少（即使有學校預估的金額，但後來也發現不是很準）我在現金之外另外準備了一張在日本可以刷的信用卡，以便財務上的規劃。

另外雖然我申請的交換單位「人文學研究科」有開放英文的課程，我也是以英文成績申請交換，但赴日前的半年左右我另外有撥出時間聽日文的 podcast。先準備幾句日常生活常用的日文的話，在剛來到日本忙得焦頭爛額時也能稍微喘口氣，例如先熟悉在便利商店買東西時的對話流程等。

來日本前我先在台灣買了伴手禮，雖然未必會派得上用場，但因為日本人重視禮節，且學校會分派學伴協助處理居住的相關政府手續，在初次見面時送上台灣來的土產，也是不錯的國際交流。

2-2. 在神戶生活

神戶大學大部分的校區位在神戶市灘區（なだく）的山坡上，通常學生都是搭車到阪急六甲（はんきゅうろっこ）站走路或是從 JR 六甲道（ろっこうみち）搭公車上山。人文學部以及我經常拜訪的國際教育中心（Global Education Center）都位在主校區最下方的校區（六甲道第二校區），從車站走路大約二十分鐘的距離。

居住與交通

神戶大學有不止一個宿舍提供給國際交換生，除了我居住的神戶大學國際宿舍（位在神戶市中央區港島）以外，另外還有住吉寮、白鷗寮等。每個宿舍都在神戶市的不同區域，彼

此之間搭車大約都需要半小時左右以上，各宿舍的費用、生活狀況也都不盡相同。

以我居住的國際宿舍來說，每個月的住宿費含共益費近三萬日圓，電費因為宿舍統一燒水的關係，每個月都在六千日圓以上，到了冬天要開暖氣時更是逼近萬圓。房型是單人房，付有流理臺、IH 爐，廁所裡有一個小浴缸，其他宿舍雖然價格較低，但聽說生活機能各有差異，算是優缺利弊各有所得。

日本的交通費用是出了名的高，雖然有學生專用的通學券，但半年的國際交換生不在資格範圍內，因此只能使用一般的交通 IC 卡。從我宿舍到神戶大學大約 40 分鐘的車程，從 portliner（ポートルライナー）的北埠頭站到三宮轉電車後，加上步行約 20 分鐘，即可抵達六甲道第二校區，其他宿舍距離學校也大約是一小時的通勤距離。

飲食

因為宿舍備有 IH 爐，加上外食不便宜（便宜的大約一餐一千日圓），平常多是在宿舍附近的超市買菜自煮。在日常生活中，超市是最能經常感受到日本文化的地方。不只是只有在日本才有的食材，日本的超市有許多備好的配料（例如切好的蔥花、跟白飯一起放到電鍋裡就能做出香菇飯的湯包等），也可以看出日本人這種縝密細心的個性。此外，隨著季節變換，也可以從超市中感受到當下節令中在飲食文化上該吃什麼。譬如在年節時經常可見的善哉（ぜんざい紅豆湯）、お餅（過年要吃的類似麻糬、年糕的東西）、女兒節（ひな祭り）時的各種和菓子等等，從超市中可以強烈感受到飲食文化是如何實踐的一部分。

在宿舍以外，另一個覓食地點就是學校的食堂。因為每週菜單都會變換，且價格比外面便宜許多，只要有去學校的日子幾乎都是在食堂解決。

學校提供的支援與活動

在剛到日本的時候，學校就會用信件通知學伴的聯絡方式，並告知重要的相關政府手續（辦理居留、銀行開戶、保險等）需要和學伴同行，因為大部分的公家單位只能使用日文。若是自己日文程度夠好，也可以自行前往辦理。

我交換的期間學校另外有提供給學生的文化參觀折扣券，包含「ひょうごカルチャーパス」和「はっぴいめもり - パス KOBE」，和系辦人員說想要折扣券就能獲得，在指定的文化機構參觀時出示可以享有折扣或免門票費用。

另外 GEC 和人文學部都會不定期舉辦國際交流活動，若有時間很值得參加，不只能獲得學校包辦的深度參訪行程還能省下可觀的交通費用，我當時便參加了 GEC 舉辦的活動，前往兵庫縣的丹波篠山市體驗傳統民俗舞蹈和製作陶藝。

學業課程

雖然在赴日前就已經看好想選的課程，但碰巧我去的時候負責開課的老師全部把課程移到前一個學期，由於對自己的日文程度沒有自信、沒辦法上日文授課的課程，最後我選了一堂人文學部的日本思想史課程、一堂國際文化學部的日文語言學課程，其他都在 GEC 學習日文。雖然與當初的預期不同，但也因此專心學習了日文、認識從其他國家來日交換的同學。

GEC 的日文課程依照學校的線上分級測驗分為初級、中級、中高級和高級，每個級別都有對應的聽說讀寫課程。我選擇的課程是中級的日文會話與聽力及一堂中級的專題課程「國際地域交流」。後者的課程目標是透過小組專案討論 GEC 所提供的國際生支援，以及調查神戸市的語言景觀 (linguistic landscape) 並用日文進行發表來增強日文應用能力。透過這堂

課程，我也因此更了解神戶市（長田區）的歷史和現況，是一堂非常有趣的課程。

經過一學期的日文學習訓練，很顯著地是剛來時聽都聽不懂的店員對話和車站廣播，逐漸就變成了習以為常的背景音。買東西時也能夠和店員一來一往地詢問商品，成就感十足。

2-3. 旅遊文化體驗

日本和台灣很大的不同之一就是溫帶四季分明的氣候，伴隨著這的自然環境，衍伸出日本文化中對於四季慶祝的習俗、融入藝術、生活文化等各個面向中。在日本居住的這半年裡，可以很強烈的感受到從秋天進入冬天再逐漸回暖的這個過程，從秋季去京都、奈良賞楓，冬天在靜岡山梨眺望富士山、在出雲大社體驗新年初次參拜，甚至在南九州的屋久島尋訪魔法公主裡的森林等等。直到我在寫這份報告時，正好是櫻花要盛開的季節，日本各地也都在準備迎接櫻祭。從季節中感受日本文化，也讓我以此為出發點在期末的思想史課程上以四季的美學意識為題，探討了日本文化中季節的美感如何演變進入文學作品，乃至於其他藝術、創意商品中。

除了四季以外，我自己覺得最有趣的旅遊文化經驗是日本的澡堂（錢湯）和神社。在澡堂和溫泉中雖然也會受到必須大家一起洗澡的文化衝擊，但同時也是非常新奇的體驗。也在北陸的和倉溫泉體驗了和日本人一起下班後，在澡堂中洗去一天疲勞的感受，在那一瞬間總覺得即便自己是個外國人，也在某種程度上融入了這個環境。

神社則是另一個可以深度體驗當地生活的經驗。日本的神社，除去有名的神社以外，其實到處都有小小的神社，在以前幾個村落就有一個神社，像是台灣的廟宇。透過說明神社間

的歷史故事、御朱印、甚至神社巡迴等等，日本的神社經常以敘事的方式將神社排名或重新以歷史、神話故事詮釋，因此每到一個神社總覺得新奇。我在最後即將離開神戶時，便進行了「八社めぐり」(八社巡拜)依序從神戶市的一宮神社參訪到八宮神社，不只更了解各個神社的故事和神戶市的區域，也終於理解了每天生活的地名由來(三宮)。

三、心得及建議事項

半年過去，對於這個曾經若即若離的國家，感覺有更深刻的認識和理解。雖然因為選擇的課程都沒有日本同學，只認識了少數幾個日本人，有些遺憾。但透過課程和課外的體驗與旅遊、甚至是偶爾和店員、車站人員對話互動，也能體會得到觀光客無法獲得的經驗。具體來說日文的能力獲得顯著進步，並在日本的生活中看見與台灣文化的差異、辨識自己，就是最大的收穫了吧。即使不同國家、文化的人因為語言不同而有了差異，但也就僅僅只是因為語言而已。這個曾經我認為很巨大的鴻溝，似乎可大可小，它也許是不同文化的人進行衝突的藉口，同時也不是多麼難以克服的差異。只要願意去理解另一個語言、另一個世界，彼此的距離也沒有那麼遙遠或困難，我現在這麼認為著。也希望能在之後，繼續帶著培養起的日語能力，遠遠地和這個城市、這片土地上的人串連著。

以下的建議寫給有興趣來日本神戶交換的同學：

1. 如果有打算在半年的時間內進行語言交換的話，建議出國前就要先查好報名的時間。

雖然校外另有單位開設語言交換或學習的課程，但幾乎都有時間、名額的報名限制，

有些甚至限制必須連續六個月參加。我所知道的神戶市內有進行相關活動的有「だん

らん日本語教室」和 KICC (Kobe International Community Center) 舉辦的語言交流活動。此外，也有朋友收到系上的信件可以和校內學生媒合進行語言交換，但因為我沒有收到系上的信件，因此詳細情況也不太清楚。

2. 若有經濟上的壓力，建議要仔細關注政府推行的補助。例如我前往的時候，因為正值疫情解封，日本全國推行國旅「全國旅行支援」，只要攜帶居留證明、打滿三劑疫苗的小黃卡，和旅館確認後就可以使用，能省下不少開銷。此外，因為日本政府在推行 My Number Card，也有和著名的電子支付 PayPay 合作，在區役所申請 My Number Card 後上網填寫相關資訊，就能獲得電子錢包點數作為現金使用。
3. 最後無論剛來的時候日文程度怎麼樣，建議都能盡可能使用日文去解決生活上的大小事，而不要仰賴從小學到大的英文。即使是先用翻譯軟體確認想講的句子，或是只用單字說明，把握這些微小的溝通機會，即使自己在當下可能非常笨拙，但總是有趣的成長體驗。也會在不知不覺中，逐漸養成勇敢直面問題的個性吧。

四、 附錄



宿舍旁最近的車站



神戶大學學園祭「六甲祭」



和其他留學生參加神戶大學 GEC 舉辦的世界遊戲大會

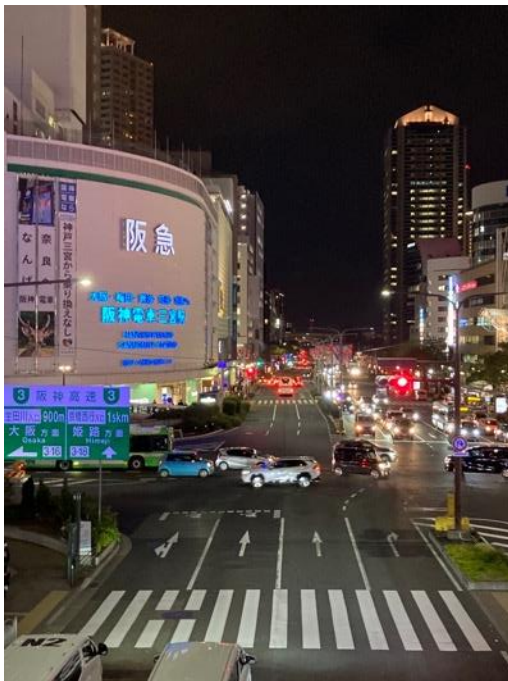


丹波篠山校外教學農學部種植的

野菜做成的便當



丹波篠山跳傳統舞蹈



神戸市的交通樞紐三宮車站



節分時超市裡的飲食文化