

國立成功大學

出國報告書

報告名稱：113學年第1學期赴日本筑波大學出國報告書

出國期間：2024年09月19日~2024年12月31日

單位：國立成功大學_工學院_環境工程學系

職稱：學士

姓名：白軒睿

中華民國 113 年 01 月 29 日

摘要

從小到大我就一直都沒有什麼特別的學經歷，到了大三時決定讓自己跳脫舒適圈，為自己的大學生活增添色彩。其實當初申請算是一時衝動，也不覺得自己會被錄取，而最後順利申請上了之後的第一個反應其實是有點慌的，但經過一番掙扎之後決定放手一搏不要讓自己留下遺憾，所以就決定踏上交換的道路。在筑波生活的這段期間，我努力打破語言障礙，所以獨自遊歷日本各地，嘗試讓自己解決所有問題，這使我成長許多。我很慶幸當初沒有因為害怕就放棄交換的機會，讓自己能有這段充滿收穫的美好回憶。

I didn't have any special academic experience since I was a child, and by the time I was in my junior year, I decided to step out of my comfort zone and make my college life more colorful. In fact, the application was impulsive, and I didn't think that I would be admitted, and the first reaction after successfully applied was actually a little panicked, but after careful deliberations, I decided to take the plunge and not let myself leave any regrets, so I decided to embark on the road of exchange. During the time in Tsukuba, I tried to break down the language barrier, so I traveling around Japan on my own and trying to solve all the problems by myself. This really made me grow a lot. I'm glad I didn't forego the opportunity to exchange because I was scared, so that I could have this fruitful memory.

目次

一、目的.....	4
二、過程.....	5
三、心得與建議事項.....	6
四、附錄.....	7

一、目的

日本，作為我去過最多次的國家，也是我夢寐以求希望可以長住的地方，自然也成了我交換國家的首選。雖然去過很多次，但每次去也都是短短幾天沒有機會好好探索各個角落，所以希望藉著交換期間可以更深入探索日本和了解更多城市的當地特色，也希望藉著這個機會練習日文。

選擇交換也是想讓自己踏出舒適圈，勇於面對困難並解決問題，不要只是一味的逃避問題，也期許自己有了這段經歷後，在未來的職涯發展能更加順利。

二、過程

筑波市是位於茨城縣裡面的一個新興城市，主要是靠著筑波大學和研究學園而發展起來的，所以沒有任何 JR 車站，要去任何地方都需要花一點時間，最方便且快速到達的地方應該就是東京了，可以選擇高速巴士或是筑波快線前往。

到達短期留學生宿舍之後，當下的感覺就是兩個字「荒涼」，走路大概要20分鐘才能找得到地方吃飯，但有了腳踏車之後我就慢慢喜歡上這個城市了。筑波的步調不像東京一樣快到讓人窒息，而是非常慵懶的鄉下生活，每天都在探索這個城市裡的各個巷弄，發掘學校附近的各種美食。讓我願意每天騎車到處亂晃的原因就是汽車不算多，而且沒有機車還有晴空萬里的好天氣。

在開學之前要辦的事情有銀行開戶、遷入、健保跟手機門號，遷入跟健保要到市役所辦理，因為有學伴所以基本上應該是不會遇到什麼問題，只要記得按時繳健保費就好。學伴的部分是學校安排的，在你出發前就會給你他的聯絡方式，通常都是同一個學群的，基本上每個人應該都會有。銀行開戶的部分如果有領 JASSO 獎學金的話，規定要是常陽銀行，如果沒有的話郵局跟三井住友銀行應該是我聽到最多人辦的。JASSO 獎學金的申請大約是在出發前兩個月左右，日本那邊會寄信給你，需要填一些基本資料還有你想在交換期間完成的目標。手機門號的話我是選擇 Rakuten Mobile 因為可以隨時取消，缺點就是有時候網路不太好。

短期留學生都會被分配在學校最北邊的一の矢宿舍，距離最近的超市大概1.3公里左右，位於しらかし通り，是離宿舍最近最熱鬧的一條路，餐廳、藥妝店、超市、便利商店在那邊都有，而最近的便利商店則是從宿舍往北大約一公里的 LAWSON，如果想要逛街的話大概5公里左右有一間很大的商場叫 iias。

交換生的選課方式是先在 KdB 上看好想修的課，然後在第一個禮拜上課的時候拿一張類似加簽單的東西給教授簽名，最後再繳回自己系所的支援室，然後每個交換生每個禮拜最少必須修8節課。成績的部分我覺得有去上課，考試前有讀書基本上要過是沒什麼問題的，然後我自己是有修一堂羽球課，我覺得體驗很好而且也是一個很好交朋友的地方。

交換留學期間我開啟了第一趟獨旅，第一次自己訂車票、飯店還有和飯店櫃檯溝通，其實沒有想像中的那麼可怕，而且順利完成之後還會非常有成就感，所以就有了更多的獨旅。為了能更深度探索日本，我選擇了很多一般人比較不會去的城市，像是富山、青森等等不是那麼熱鬧的城市。用雙腳造訪各個城市，探索當地特色美食以及傳統文化，就是我每趟旅行最期待的事情。

交換期間遇到最大的難關大概就是辦銀行帳戶時，沒注意到存摺上的名字有誤導致獎學金無法存入，所以必須到銀行更改，而且當時學伴剛好沒空所以必須自己去，我就抱著忐忑的心情到銀行改名字，結果過程竟然意外的順利，辦好之後真的超有成就感，還有發現其實沒有那麼困難，只要勇於嘗試就有辦法解決。

語言這部分一開始也是有點卡關，畢竟在台灣基本上只會說中文，英文雖然也有一定基礎但口說的臨場反應還有待加強，不過經過一兩個禮拜，每天持續練習，喚回當初學測時的記憶，最後也順利交到一些外國朋友了。日文就真的在溝通上還是有一些困難，所以也建議要來日本交換的人可以趁著寒暑假期間多練習日文，讓自己來了之後溝通無障礙。

三、心得與建議事項

如果你是喜歡騎腳踏車的人，那我覺得筑波大學會很適合你，每天動輒就是10公里以上的距離，雖然聽起來很遠但是過程其實是很開心的，而且可以很放心的騎完全不用擔心被車撞，費用是四個月4500日幣加上1500日幣的初始費，也有六個月和一年的方案可以選擇，這部分在出發前會寄電子郵件到你的信箱詢問意願。如果不喜歡騎腳踏車的人也可以選擇搭公車上學，學校有販賣校內循環巴士的年票印象中是20000-30000日幣，而單趟最高價格是310日幣。

宿舍的部分建議想要大空間的話就選 type B，如果不用的話 type C 就很夠了，而且還比較便宜，可以省點錢。JASSO 獎學金的部分建議都申請看看，原本看之前學長姐的心得感覺不可能會申請到，沒想到最後竟然有拿到，所以感覺就是運氣問題，不確定有沒有什麼評分標準。

選課的部分我覺得如果想修日文課的人建議在校內的分級測驗考到 J4 以上，因為 J1-J3 是聽說讀寫還有文法都要上，所以一個禮拜至少有四天課，J4 以上可以選擇自己想加強的部分，就是可以只選一堂，這樣會有更多假日可以安排出遊。

最後想說一下，其實我是一個非常社恐的人，是那種連接到陌生電話都會超級緊張的那種，所以如果你是因為害怕所以還在考慮的人就直接送出申請了吧，連我都能順利完成了，你也一定可以，為自己勇敢一次，來一趟充滿驚喜的旅程吧！

四、附錄



圖一圖二、下課後跟朋友聚餐



圖三、函館山夜景



圖四、富士山河口湖



圖五、十一月初的立山黑部