

國立成功大學
高教深耕計畫出國報告書

報告名稱：112 學年第 1 學期赴日本大阪大學出國報告書

出國期間：2023 年 09 月 25 日~2024 年 03 月 06 日

經費來源：高教深耕計畫

單位：國立成功大學工學院環工所

職稱：碩士

姓名：陳怡蓁

中華民國 113 年 3 月 6 日

中文摘要

這份報告的內容主要包含我在本次交換學生計畫中的申請階段、過程以及我的心得。在校內申請階段中，我建議未來想要申請交換計畫的同學需要提前了解對方學校的申請條件，特別是語言門檻，因為這可能會影響校外申請階段的結果。在日本生活的過程中，我主要分享我在飲食、衣著、住宿、交通、學習和旅遊等方面的經驗，並且最後在旅遊方面有提供一個在節省交通費的方式。最後，我在這半年的交換生活，感受到學習日文的重要性，以及各了解日本的文化，其中也分享了在日本各地旅遊的趣事。

英文摘要

This report documents my experiences during the exchange student program, covering the application stages, processes, and reflections. Motivated by a growing interest in Japanese culture, films, and animation, along with previous travel experiences, I sought the opportunity to live or study in Japan. Despite a missed chance for international exchange during my undergraduate years due to the pandemic, I seized the opportunity while pursuing a master's degree at National Cheng Kung University. The application process involved on-campus selection, where understanding the language requirements in advance proved crucial. The chosen university required a Japanese Language Proficiency Test N2 or above, prompting me to obtain the certification early, streamlining the application process. Following the on-campus selection, the off-campus application involved accessing Osaka University's system and a three-month evaluation period.

Throughout my stay in Japan, I share insights into food, clothing, accommodation, transportation, academics, and travel. Notable tips include cost-effective meal options, seasonal clothing considerations, and the unique experience of residing in a nine-person dormitory. Transportation costs, particularly around school areas, can be high, encouraging the use of transportation cards and exploring budget-friendly travel alternatives. The academic aspect involved selecting courses and actively participating in language learning activities, enhancing Japanese proficiency.

The exchange experience concluded with valuable reflections and recommendations. Limited interactions with locals prompted a focus on language learning opportunities, emphasizing immersion for improved Japanese conversation skills. Strategic course scheduling facilitated cost savings and allowed for better-planned travel itineraries. This exchange, occurring between my postgraduate studies and professional life, offered a unique period of self-discovery, adapting to a different pace of life and diverse transportation modes in Japan, leaving behind cherished memories.

目次

中文摘要.....	2
英文摘要.....	2
目的：.....	4
過程：.....	4
心得與建議事項：.....	5
附錄.....	5

本文

目的：

- (1) 交換動機：在成長階段中，時常會接觸到日本的文化、戲劇、電影或動漫等，再加上過去有多次到日本旅遊的經驗，而逐漸讓我很喜歡這個國家，也一直希望可以到這個國家生活或是讀書。過去在大學時候曾經也想至國外交換半年，然而因為剛好是疫情的危險期，最後也放棄了難得的機會。因此到成大念碩士時，也希望可以把握難得的機會，到日本體會不一樣的生活！
- (2) 校內甄選階段：交換學生的申請需要在前一年就開始，每年的時間會有些差異，但大多都是落在 10-11 月之間。與成大合作的國外學校有很多間，而日本的學校選擇很多。建議之後想要申請的同學可以在校內甄選階段時就先確定對方學校所需的一些申請條件，提前做好準備。校內甄選需要的語言門檻可能只需多益就好，但對方學校有些不接受多益成績，因此若到赴外申請階段才知道對方學校需要的語言能力證明，有時候可能會來不及。本次所申請的學校需要日文檢定 N2 以上才可以申請，因此我也先提前了解到這點，有先考取日文檢定，才讓我後續申請不需要為了語言能力證明煩惱。剩下需注意的就是要完整提交國際事務處所需的文件，就可以完成校內甄選階段了。
- (3) 赴外申請階段：等校內甄選結果出來後，會收到國際處給的一些資料，已進行校外的申請。以大阪大學來說，成大會提供一組帳號密碼，可以登入大阪大學申請系統。接著按照大阪大學所需要提交的內容提交後，須等大約 3 個月的審查時間。

過程：

- (1) 食：在日本的飲食主要可依照有無上課日來區分。有上課的時候，通常是自己煮或是吃學校食堂。學校食堂的價格比較便宜，大約在 ¥400-700 就可以吃到一個餐。經過我半年來的經驗，豐中校區比吹田校區的好吃，但相對去的人比較多。自己煮的食材會去阪急山田站的超市購買。週三會有 3 盒 ¥1000 的肉類，有時超過 7 點會有降價的熟食區，是個省錢的好機會！平常若外食的話，價格普遍大於 ¥1000，每天吃外食也會是很大一筆開銷，若想省錢也可前往すき家、吉野家或家庭餐廳，會是外食比較好的選擇！
- (2) 衣：日本大約在 10 月的時候，會明顯轉涼，因此如果是上學期交換的話，短袖衣服不用帶太多。喜歡日本服飾的也建議可以直接到日本購買需要的就好。宿舍附近的阪急山田站也有 UNIQLO，因此所需要的日常服飾都是容易購買的。
- (3) 住：大阪大學這學期的交換學生比較多，不過也很幸運有抽到宿舍。我住的是 Global village 的 9 人宿舍。本來很擔心 9 人的生活環境會很髒亂，不好維護。但是幸好我們寢室都比較注重環境整潔，再加上每週宿舍都會有人來評分環境的乾淨程度，所以住起來也滿舒適的！宿舍也會將不同國家的人分配到同一間，也可以認識更多不同的人。除此之外，每隔一段時間宿舍也會辦一些小活動，會有很多人一起參加。不過大部分能接觸到的人都是外國人，如果是想多認識日本人，或多練習日文的話，可能需要再多參加學校其他的活動。
- (4) 行：在日本大部分的大眾運輸工具都可以使用交通卡（suica 或 icoca），但目前 suica 已無販售實體卡。若是拿 iphone 的可以直接在手機的錢包內新增交通卡。之後可以直接以手機感應，很方便。日本的交通費算起來比較貴，尤其是學校附近的單軌電車，一站就要花 ¥200，價格也會隨著距離增加而提高。
- (5) 育：交換計畫是 iExPO 的話，選課時間大約會落在 9 月中旬。我是直接看好想選的課程後，直接將檔案傳給工學院負責的人，由他們幫忙提出申請。我主要選擇的都是研究所的課，大多是屬於英文授課。每週需要完成 3-4 個英文報告，作業的份量也算滿多的。在學校一陣子後，發現學校會有一些幫助語言學習的活動。這半年，我每週都有到學校參加日

本語學習アドバイザーング，每次選擇一個主題，並與一位 advisor 一對一聊日文。在聊天的過程中，也會幫忙紀錄一些不太會的日文，從中學習。

- (6) 樂：在日本的這段期間，找了很多日本各地的景點去玩。每次出去玩花費最高的就是住宿費。一個晚上都需要 1000 台幣以上。所以有時候會想省一些交通費來降低旅遊的花費。因此，旅遊的交通常常會選擇搭高速巴士。雖然花的時間很長，但是價格比較低。另外，也推薦交換學生若小於 25 歲可以至日本航空購買スカイメイト的票，需要先到航空公司的櫃檯進行年齡驗證，之後就可以在官網購票。スカイメイト的票是只販售當日的票，優點是會比原始價格低很多，有時可以以半價更低的價格買到機票。自從知道這個優惠後，也省了很多交通費，對於時常旅行的我有很大的幫助！

心得與建議事項：

這一趟半年的交換生活時間一下就結束了。來日本前，也希望可以多認識日本人以及到日本的很多地方旅遊。但是實際認識到的日本人還是有限。因為平常上課環境大部分都是外國人居多，還有在宿舍的環境也大多都是外國人，所以用到英文以及中文的機會還是比日文高的。為了可以增加日文會話的能力，平常也只能多找機會在外面講一下或是善用學校的資源讓自己在一個禮拜內都可以練習一下。另外，為了能夠到很多地方旅遊，因此在排課程也希望集中在某幾天。除了可以省一些交通費外，也可以比較好安排遠一點的行程。因為一直很喜歡日本這個國家，因此也想趁在日本的時候多體驗各地的文化。以前到國外通常都是跟著旅行社的行程，但這次來日本通常都是自己跟朋友找各種資料去安排行程。這些過程也都是難得的體驗。

這次的交換生活也是我碩班結束後、工作前的一段放風時期。第一次體驗在外國獨自生活，離開平時習慣的生活環境，用不同的步調感受不一樣的生活。過去在台灣主要的代步工具都是摩托車或汽車。雖然偶爾也會搭乘大眾工具，但頻率也比較低。去日本以後，到比較遠一點的地方都只能利用電車、公車或騎腳踏車的方式到達。去學校時，走路或騎腳踏車是最方便的方式。剛開始會有點不習慣，但是慢慢的我也在去學校的過程中，體會到日本的空氣、可以慢慢欣賞路上的風景或聽著音樂享受自己的時光。這些對我來說，都是一段很寶貴的回憶。

附錄



走去學校時的風景。
日本的街道幾乎都會設有人行道，
走起來很舒服。天氣好的時候，
天空會很藍，看了心情也會變好。

日本語について話す	
トピック Topics	例
日本の食べ物について About Japanese food ① (カ) p.42, (ク) p.52 ② p.208 ③ p.31	日本の食べ物が好きですか お昼の食事は何か 日本の好きな食べ物は何ですか、なぜ好きですか アレルギーはありますか
日本の生活について About your life in Japan ① (カ) p.62, (ク) p.84 ② p.101 ③ p.141	日本での生活にもう慣れましたか 日本での生活は楽しいですか、冗しいですか 寂しいですか 日本の生活で、思ったことがありますか、「一緒に考えましょう」
日本の交通機関について About transportation in Japan ① (カ) p.84, (ク) p.118 ② p.251 ③ p.52	電車が便利ですか 電車でこの街を回ると、経験はありますか 電車で通っていますか あなたの国の交通機関について教えてください 乗り換えについて
休みの日の過ごし方 How do you spend your day on your days off ① (カ) p.74, 104, (ク) p.101, 149 ② p.69, 85	休みの日は何をしますか 一人で何かをしますか、それとも友達と一緒に何かをしますか 休んで過ごすのが好きですか、何で過ごすのが好きですか
1日のスケジュールについて About your schedule in a day your daily routine ① (ク) p.62, (リ) p.84 ② p.146 ③ p.49	あなたの1日のスケジュールについて教えてください (仕事や学校の日、休みの日についてなど)
アルバイトについて About your part-time job ② p.26	アルバイトをしていますか どんなアルバイトをしたいですか アルバイトで何か大変なことがありますか アルバイトを探すときに困ったことや面接について
夏休み/冬休みについて About summer/winter vacation plans ② p.230	夏休み/冬休みはどこに行きましたか 何が楽しかったですか 次の夏休み/冬休みはどこか旅行の予定はありますか 旅行に行く時はいつも何をしますか？(美味しい食べ物を食べたり、観光したりするなど) 一人で行くのが好きですか、それとも友達と一緒にいきたいですか
旅行について About trip ① (カ) p.108, (ク) p.150 ② p.128, 239 ③ p.117	日本はどこに行きたいですか どうして行きたいですか 日本の伝統的な祭りについて

每週二會跟學校的日文學習 advisor 練習日文會話。他們會提供這個表格，可以選不同的主題聊天。在聊天的過程中，advisor 會把我不太熟的單字或文法記錄下來，可以讓我回家再多複習。



每週到學校一定會吃的食堂！食堂的價格相對便宜，可以花大概外面餐廳的一半價格吃飽。大阪大學的豐中校區每週都會更換主食，所以每週都會特別期待有什麼特別的。



這是一門工學院所開的環境共生學的參訪活動，是到京都參觀聽竹居（一個日式傳統的建築）。這個建築的設計師在設計時有很多小巧思，讓我在欣賞的時候不斷讚嘆！不過裡面的很多內容只能用在撰寫學校的報告中，所以無法放上來，比較可惜一些。



這是在剛到日本時，宿舍所辦的食物派對。不同國家的人會準備各式各樣的美食來分享給大家。日本的家庭大部分都會由章魚燒的烤盤，當天他們準備了一些食材，讓大家都可以體驗做章魚燒，我覺得這是個好很不錯的文化交流方式。

全文完