

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學期赴日本早稻田大學交換生(短期交流)之出國報告書

出國期間：2023年09月12日~2024年02月07日

經費來源：高教深耕計畫

單位：國立成功大學工學院測量與空間資訊學系

職稱：學士

姓名：張品涵

中華民國 113年 2月 29日

中文摘要

本報告包含了本次交換的目的、交換申請的過程、交換的心得及建議。在早稻田大學的交換生活，不僅豐富了我的學術知識，也拓展我的國際視野。透過這半年在當地的探索及當地朋友的介紹，我對日本的文化及生活方式有更深入的了解，也留下很多美好的回憶，這讓我更佳嚮往未來能到日本工作和生活。雖然交換的生活大部分都是美好的，但還是有遇到一些挫折和挑戰，像是語言不通、文化差異等等，在我的文章中我會詳細提及，並分享我的解決方式及建議。總而言之，透過這次的交換經驗，我發現了自己的不足並培養自己解決問題的能力，也更加確信自己的目標和夢想。非常感謝成大國際處和早稻田大學提供如此寶貴的機會給我，也謝謝我的家人和朋友的鼓勵與協助。

英文摘要

This report provides the purpose of this exchange, the application process, insights gained from the exchange, and suggestions. My experience as an exchange student at Waseda University not only enriched my academic knowledge but also broadened my international perspective. Through exploration during my six months there and introductions from local friends, I gained a deeper understanding of Japanese culture and way of life, leaving behind many wonderful memories. This experience has fueled my desire to work and live in Japan in the future. While most of my exchange experience was positive, I encountered some challenges such as language barriers and cultural differences. In my article, I will elaborate on these challenges and share my solutions and suggestions. Overall, through this exchange, I discovered my shortcomings and cultivated my problem-solving abilities, reaffirming my goals and dreams. I am deeply grateful to the International Affairs Office at National Cheng Kung University and Waseda University for providing me with this invaluable opportunity, and I thank my family and friends for their encouragement and support.

目次

一、目的.....	4
二、過程.....	4
2.1 交換申請.....	4
2.2 出發前準備.....	4
2.3 抵達日本後.....	5
2.4 學校生活.....	5
2.5 校外生活.....	6
三、心得及建議事項.....	6
四、附錄.....	7

一、目的

身為一個土生土長的台南人，從小到大都沒離開過台南，也沒離開過家裡，這樣的生活雖然很安逸，但總會覺得生活有些單調，看事情的視野和角度也較為狹隘，所以我希望能透過交換讓自己去面對更多不同的刺激，這樣除了可以開闊視野，體驗到不同的教育體系外，更能讓自己變得獨立。又因受到曾去日本留學的母親和日本的動畫、漫畫、綜藝節目的影響，我一直對日本的生活非常的嚮往，所以在大學時決定申請到日本交換，希望能有機會體驗日本的生活。

二、過程

2.1 交換申請

交換申請我認為是整個交換的過程中最複雜但最重要的一個步驟，因為他會大大的影響到你的交換生生活。以下是需要特別注意的事項：

1. 成績

要申請上第一志願的交換學校成績一定是最重要的，特別是熱門的學校，如果沒有足夠好的成績，自傳和讀書計畫寫的再好，都不太可能被選上。

2. 交換學校的選擇

選擇交換學校有很多需要考量的點，除了交換校的申請規定、語言能力檢定外，最好也要將學校地點、交通、周遭環境、宿舍和資源等等納入考量。

3. 交換課程選擇

這個可能是少數學校才會有的問題，當初因為我沒有考日文檢定，我就選擇早稻田的英文學程，在申請的當下我並沒有多想，想說可能就是像大學部英文授課的課程，同學應該還是大部分是日本人。結果開學後我才發現，他們是有專門開給外國的留學生的課程，整個班級都不是日本的學生，且因為留學生並不多，一堂課大約是7個學生，所以會和在台灣的上課模式落差很大，老師基本上會記住每一個學生的名字，上課大部分會項互動式教學，需要不停地與老師互動，這樣的好處是與同學、老師有很多互動的機會，但因為我比較不善於表達，所以花了滿長時間和努力才適應。

2.2 出發前準備

1. 護照及簽證

護照需確認在有效期限內；簽證則需等收到交換學校寄的 COE，才能去日台交流協會辦理。

2. 機票

在領到簽證後，就可以開始訂機票，我大概抓報到前兩天到日本，也可以看宿舍開放入住的時間來訂機票。

3. 網卡

因為不確定甚麼時候會辦好手機門號及網路，而且我的租屋處也沒有 wifi，所以我先帶了一張30天50 G 的網路去用。如果住的地方有 Wifi 的話可以在台灣購買低流量的網卡或漫遊就好。

4. 日幣現金、信用卡

日幣現金不能攜帶超過100萬日圓，如果房租水電都可以用刷卡的話，建議不要帶太多。可以辦可以國外提領的簽帳卡，不僅能刷卡消費也國外提款，但要注意有沒有開通國外提款的功能，且根據不同銀行的規定會有不同的提領金額和次數的上限。

5. 宿舍

我因為沒能抽到學校提供的宿舍，且學校提供給我的方案二離學校又遠又貴，所以最終決定租一間在學校附近的個人小套房。但除了有自己的衛浴空間和洗衣機外，其實我不太推薦。因為自己向外面的廠商租借房子比較複雜，且可能只能用日語溝通，遇到問題時會比較麻煩。此外，還有發生兩件比較倒楣的事，第一是原本預訂的租屋處因為被前個租客破壞的太嚴重而無法入住，就被強迫重選房間。第二是最終入住的大樓在我入住時剛好開始外壁整修，施工時間長達半年，這大大影響我的生活品質。

總結來說，如果沒能抽到宿舍，需要在外面租房子，除了考量房租(是否包含水電)、地點、房間大小、洗衣機和獨立衛浴外，最好也要將有無 wifi (如果網路用量大的話)，近期有無施工等因素納入考量。

2.3 抵達日本後

1. 機場海關

過海關時需準備 COE、入學通知、打工申請表(如果需要)等文件，通過後會拿到在留卡，平時需帶在身上。

2. 區役所

抵達日本後須在14天內辦理居住地登記，同時也須加入國民健康保險。

3. 手機門號

因為住處沒有 Wifi，所以手機網路的部分我是選擇 ahamo，一個月100G 日幣4980元，辦理方式需線上辦理，但我因為一直辦不成功，就直接到 Docomo 門市辦理，雖然能當場拿到網卡，但被收了滿貴的手續費。解約方式只需從官網申請，簽約後一個月就能免費解約。網路速度整體來說還行，但有些時候看影片會降畫質。

2.4 學校生活

早稻田大學是日本知名的私立大學，其以卓越的學術研究和全面的教育聞名，其學術領域涵蓋了文學、法律、政治、經濟、商業、教育、理學、工學、醫學等眾多領域。我是申請創造理工學部的 Civil and Environmental Engineering 學系，特別要注意因為早稻田大學有規定交換生必須選擇與母校相關的科系，至於每周最低修課時數每一個科系的規定不同，選課時需多加留意。像我的科系是規定每周課程最少須10小時，而一堂課是100分鐘，所以代表至少要修六堂課。且根據規定六堂課必須皆為戲上所提供的課程，其他系所或是外語中心所開的課程不會納入計算。此外，若有選擇半學期就會結束得課程，須注意結束後的時數是否滿足。如前面有提到的，因為我所選的課程是英文學程，所以大部分課程的學生人數都很少，且學生多為來日本的留學生，所以上課的模式會與在台灣差滿多的。首先因為人數少，老師基本上會記住每位學生，也會時不時丟問題給學生討論，一開始我非常的緊張且害怕，因為我不太善於表達自己的意見，且英文口說對我來說也是一大挑戰，但在經過老師和同學的協助和鼓勵下，我慢慢開始敢表達自己的意見，也與同學更加親密。透過系上提供多樣的課程選擇，我收穫了很多不曾學過的專業知識，也了解到

日本目前日本在為了達成智慧城市的目標，做了哪些努力。此外，我也透過認識來自各國的同學，了解了不同國家的文化，也留下了很多美好回憶。

2.5 校外生活

學期間因為課程和作業較多，不太有時間出去玩，通常周末會在新宿、池袋附近走走逛逛。如果有比較長的假期，我就會搭車到較遠的地方一日遊，像是川越市、鎌倉、橫濱等等。

學期結束後，我的家人和大學朋友有來東京觀光，所以我就也跟著他們一起當觀光客，除了到幾個知名的景點採點外，也帶他們吃一些我在交換期間挖到的寶藏餐廳。

此外，我也有去參加一些日本的祭典還有演唱會。在東京唸書的好處常常舉辦各活動，所以不用擔心空閒時間會無聊，但還是有一些事情沒有想像中的容易，像是演唱會門票基本上是用抽籤的，一切憑運氣，抽到後還要看能不能刷國外的信用卡，如果不行就只能放棄了。

三、心得及建議事項

時光飛逝，轉眼間我在早稻田交換的半年生活就結束了，在那邊每天的生活都非常精彩，過程中，遇到了很多美好的人、新鮮的事物，留下很多難忘的回憶。當然過程中還是有遇到一些挫折，畢竟這是我第一次離開家裡獨自生活，很多事情都要自己解決，且日語也不夠流利，導致很難去跟人溝通，花了滿長的時間和努力才能適應，所以我會建議如果要去日本交換的話，建議還是有一定的日文基礎會比較不辛苦，因為還是有些地方沒辦法用英文溝通。此外，也建議可以在出國前就訓練自己的口說能力，提前就讓自己有開口講的膽量，交換時才不會需要花很多時間適應。

透過這次的交換，我發現了自己的不足，過程中我努力地去增進自己，從老師、同學身上學到了很多，不管事語言能力、表達能力等等，所以我非常推薦如果有機會的話，可以去早稻田交換，不只能增廣見聞、精進自我，也能順便取體驗看看日本人的生活，閒暇時間還能當觀光客，比從台灣出發划算很多，這種交換機會真的難得，如果對交換有興趣的話，千萬不要錯過喔~

附錄(請同學附上5張以上交換學習之照片，相片解析度以低解析度處理為原則。)



早稻田大學 政治經濟學院



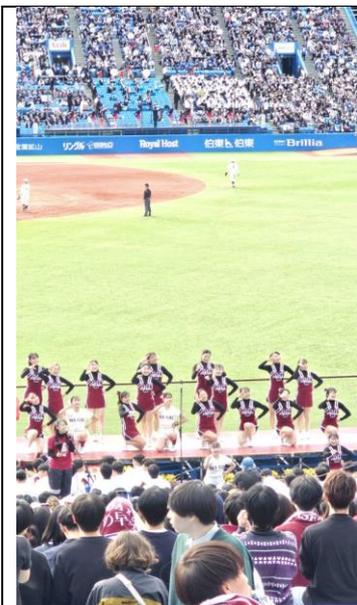
早稻田大學 法律學院



校外教學課程



東京國立博物館(浮世繪印章 DIY)



早慶戦



早稻田祭