

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 學期赴日本關西學院大學出國報告書

出國期間：2023 年 09 月 07 日~2024 年 01 月 31 日

單位：國立成功大學\_管理學院\_統計學系研究所

職稱：碩士

姓名：張韶恩

中華民國 113 年 01 月 25 日

### 中文及英文摘要(各 200-300 字)

出國交換，在國外生活是非常難能可貴的重要經驗。在國外除了可以跟不同文化的人交流外，也可以學到如何在人生地不熟，且有語言隔閡的地方靠自己的力量處理問題。學會不要害怕講錯，勇敢表達自己也是很珍貴的學習。在日本雖然有些跟台灣不一樣的地方，但整體上來說差異不大，在生活方面適應得非常快。關西學院大學對交換生提供了詳細的指引，不管是入國方面的還是食衣住行方面的，學校都提供了很完善的幫助，因此我在關西學院大學的交換生涯非常順利。

Studying abroad and experiencing life in a foreign country are invaluable and crucial experiences. Being able to communicate with people from different cultures and learning how to navigate challenges in unfamiliar and language-divided environments are significant aspects. It is a precious learning experience to overcome the fear of making mistakes and bravely express oneself. While there are some differences between Japan and Taiwan, the overall adaptation to life in Japan was quick. Kwansei Gakuin University provided detailed guidance for exchange students, offering comprehensive assistance in various aspects, including entry procedures and daily necessities. As a result, my exchange journey at Kwansei Gakuin University went smoothly.

## 目次

中文及英文摘要.....	2
本文.....	4
目的：.....	4
過程：.....	4
心得及建議事項：.....	5
附錄.....	7

本文：包含「目的」、「過程」、「心得及建議事項」(請分項標示)

### 目的：

我是在碩二時申請交換，會申請交換最主要的動力是不想讓自己的學生生涯後悔。我從大學開始就一直有想要出國交換，想要踏出舒適圈出國體驗不同文化，拓展自己的視野。但最後因為要考研究所，時間上不允許而放棄。研究所是我求學的最後階段了，因此我決定在研究所的時候申請出國交換，讓自己的求學生涯不要留下遺憾。而在日本一個學期的經歷，我可以保證出國體驗不同文化絕對不是壞事。

在國外會遇到很多跟國內部一樣的問題，或是在國內也會遇到，但是在日本因為語言問題沒辦法好好表達而難以解決的問題。幸運的是，日本有很多來自台灣的人，遇到問題都找的到人求助。除此之外，如何使用自己不熟悉的語言解決問題也是很寶貴的學習經驗。關於語言，在日本我學到最重要的一件事情是，不要害怕表達，不要害怕講錯。身為一個從小就在考試的台灣人，當我要用英文或是日文講話的時候，我總會很擔心自己的文法錯誤。但這個其實不用擔心，在跟別人交流的時候，其實你只要把單字講出來，就算文法是錯的，對方基本上也可以聽得懂你在說什麼。

### 過程：

關西學院大學是個主打國際性的學校，所以他對交換生的指引非常完善。成大公布甄選結果後，只要跟著關學寄來的信件，繳交需要的文件就可以了，學校也會寄信告訴你怎麼從機場抵達宿舍。按照學校的指引抵達日本之後，抵達當天通常是宿舍管理員會介紹宿舍以及周遭環境。新生訓練(orientation)的第一天，也會有人帶大家一起去學校，不用擔心自己會不會在人生地不熟的地方迷路。

新生訓練長達一個禮拜，在這個禮拜中，學校會非常仔細的把在日本的食衣住行資訊全部告訴交換生，只要跟著學校的流程走就沒問題了。而且因為學校會統一幫大家處理手機門號的事，所以甚至會有中英文都通的專人教你如何設定 sim 卡。

關於在日本的食衣住行的部分，在日本比較不一樣的是交通的部分。日本的電車可以買通勤票，也就是付一定的金額在期間內(看你買一個月還是三個月)，從學校到宿舍的之間的電車站可以無限次免費搭。而這個通勤票的購買方法，學校也會在新生訓練的時候有專人帶著交換生申請，這些都不用擔心。

## 心得及建議事項：

### 1.關於行李

日本的生活文化與台灣蠻像的，很多台灣常見的生活用品品牌在日本也都很容易在藥妝店、百元店買到，所以來日本時行李可以不用帶太多。要說日本比較難買的是網卡，關學一開始就會強制幫交換生辦好一個月網路 10GB 的門號，優點是我們不用想要辦哪家門號，缺點就是不自由，如果網路流量不夠也不能加只能自己想辦法。不過網路 10GB 其實蠻夠用的，我目前是還沒遇到網路不夠的狀況。會擔心的同學可以先在台灣看好漫遊之類的，如果月底網路快用完的時候可以救急。

### 2.關於修課

關學 JLT 的課程蠻多的，他會在開學前透過考試把所有人分成 Level 1 到 Level 8，如果程度在 1 到 6 的人一個禮拜有五天都有必修，也就是每天都要去學校上課，Level 7 的話一個禮拜只要去 4 天，但也還是很多，Level 8 要跟日本的學生一起上課，聽說功課也是很多。日本學校的一個特點就是作業很多，這點不管是 Level 多少都是一樣的。

### 3.關於宿舍

在申請宿舍的時候，除了填志願序之外，關學還會要求寫一個自我介紹。那篇自我介紹非常重要，學校分宿舍時好像會參照上面寫的內容。所以如果有什麼需求，譬如需要有私人空間、需要自己的衛浴、想要跟人多交流、有潔癖、怕吵等等的，宿舍分發結果出來後原則上就不能更換了，自我介紹請照實寫。

### 4.生活手續

基本上不管是辦銀行帳戶、市役所(台灣的區++公所)需要的手續，像是在留卡地址註記跟健保之類的手續，學校都會在長達一個禮拜的新生訓練帶你弄好，所以這些東西都完全不用擔心。

這邊可能需要注意的是，在留卡是你從機場通關時就會給你的，等你在日本的住所確定後才要去註記地址。這邊比較需要在意的是，不是每個機場都會發在留卡，有些比較小的機場不會發在留卡，這種就要你自己去找市役所處理，我朋友等了快一個月才拿到，期間很多手續都不能辦，所以如果可以的話，最好還是找大機場入境比較好，像是關西國際機場。

### 5.日本生活心得

基本上日本的生活習慣與台灣相似，來日本會比較不習慣的主要有下面幾項。

在食物方面，日本的食物對台灣人來說偏鹹、而且日本蠻多冷便當，但也有熱的不用擔心。另外日本比較沒有吃素的習慣，就算表面看起來沒有肉，烹煮過程中也可能用到

肉，像有些咖哩店的咖哩本身裡面就會放牛肉。如果吃素或是不能吃牛的，挑選店家要注意一下。日本外食一餐大約 700 到 1000 日幣是基本，要 eat 好一點的會更貴。所以蠻多人會選擇去超市買菜，再回家自己煮。但學校食堂很便宜，基本上 500 日圓可以吃很飽。

再來是日本很多東西要收手續費，便利商店繳費手續費很貴要 220 日幣，在便利商店取票也要 220 的手續費。日本的 ATM 也跟台灣不同，根據銀行或是擺放位子不同，有些 ATM 六點以後是要收手續費的，領錢之前要先查好時間。

店家營業時間方面，跟台灣很多營業到很晚的店家不同，日本許多店家大概五點多就打烊了，百貨公司大概八點休息，藥妝店那些會營業到比較晚，便利商店則是 24 小時。

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。)



圖一、京都時代祭



圖二、漢字課



圖三、下雪的街道



圖四、關西學院大學正門口



圖五、日本街道