

# 國立成功大學校級赴國外姊妹校交換學生回國報告書

一、系別、姓名： 林善溱

二、交換國家及姊妹校名：日本 千葉大學

三、交換期間：2019~2020 年

四、交換心得：

## 摘 要

我於 2019 年九月至日本千葉大學進行為期一年的留學交換。以研究生的身份隸屬於設計部 system planning 研究室。當拿掉對日本觀光旅遊的濾鏡，放慢對周遭的感知，嘗試在日本扎根的交換生活讓我大開眼界。尤其深度體驗日本文化的同時，因為自己的角色定位變成外國人，與人與環境之間的互動也變得很有趣。雖然偶爾不免遇到文化衝擊，和交換的後半段因為疫情的關係影響授課方式，周遭環境的變化讓我一度掙扎選擇提前返國；幸好有周圍朋友的支持與做好完善的保護工作，讓我堅持至學期結束不留遺憾地返回台灣。在報告中將提及一些令我印象深刻的活動、教學體驗、以及新奇的台日差異的事蹟，希望給予即將赴外交換的學弟妹一些建議，讓未知的求學生活有點方向做準備。

I started a one-year life of exchange student at Chiba University in Japan in September 2019. As a master student, I belonged to the system planning lab of the design department. Different from the mentality of ordinary travel, the mode of trying to live in Japan was indeed different from what I expected, and it did open my eyes. I felt very excited. As a foreigner, the interaction with people has also become very interesting when living in Japan. Although, I encountered an unavoidable culture shock, and because of the COVID-19 changing the teaching ways, the big changes in the surrounding made me hesitate to go back to Taiwan early or not. Fortunately, with the support of my family and friends, I finished the courses until the end of the semester. In the report, I am going to talk about some impressive activities and experiences I had. I hope to give some suggestions to the students so that they can prepare for the unknown school life abroad.

## 目次

交換目的.....P3

過程與心得.....P3

建議及準備事項.....P4

附錄.....P5

## 一、 交換目的

由於好奇自己在大學所學知識的本源，想一探究竟的心態，讓原本不在預定人生計畫的流程裡添加了一項交換留學的事蹟。不過，當機會放在自己手中時，不自覺的抓住想挑戰一番的心態也是讓我有機會踏上日本的國土的關鍵。

且不同於短暫駐足於某個城市某個國家，而是將時間拉長，嘗試融入當地的生活的模式實在是令人很興奮的一件事。抱持這樣的態度，收到來自對方大學寄來得許可證書，直到下了飛機，面對這未來即將生活的環境的當下，這興奮感還不斷的持續著。

## 二、 過程與心得

### 2.1 印象深刻的活動與課程

不同於大學部學生交換時被歸納的國際教養學部，頂著碩士生身份的我，在來到千葉大學時是被歸納進工學院 system planning 研究室，成為研究室底下的一份子，並以研究室為活動核心，進行接下來一年的學習與過程發展。在研究室的生活不像教養學部擁有固定的文化體驗與學伴的制度等的活動，令我感到些許惋惜，但並不枯燥，體驗也非常豐富；因為除了正規的日本學生外，也可以接觸來自其他國家的短期交換生。經由與他們互動了解各國民情、為課業奮鬥、一起外出飲食探險豐富了我每日的生活，與他們一起融入在地生活的模式真的是棒呆了。另外，千葉大學在課外活動上也給予學生非常多的資源，而我透過語言中心辦理的語言交換計畫結交了我現在很要好的日本朋友。儘管後來交換計畫結束返台，我們依舊保持聯絡，無話不談。

授課方面，大致可分為日本語課程與主修的專業課程。由國際教育中心開設給留日的學生所需的日語培訓課程裡，會依照測驗成績顯示的程度進行分班。可選取教程內容也多元有趣，像是有選比較特別的“時事會話”、“寫作培訓”或“小說讀解”等課。我認為經由全日語的環境底下的學習對增進自己的語言能力有很大的幫助；並且在課堂上，透過遇見來自各國具有相同語言程度的國際友人們，在上互相提出問題時，比也較容易討論與指出優缺點，有效地提升不少自我的語言能力。

專業課程方面，外籍生可自由選擇想參加全英或全日的授課。由於我主修工業設計，從以前就知道千葉大學工學部的設計課程以其豐富度與重視實作的作風聞名，而我也抱有很高的期許想瞭解日本大學的教學模式，因此大部分都選擇全日授課的課堂。另外，千葉大學授課的特點在於，學校會邀請大企業的現職設計師來到現場教授全程課程，相較台灣的教學模式略有不同，是很新奇且有趣的經驗。且課堂中，我很喜歡業師們以最直觀的視角及以市場的可能性來給予學生有益的意見。讓在大量天馬行空的創意當中，能適時地牽引，有條理的邏輯分析下進行設計創作，讓產出的成品具有高創意的同時也有很高的發展性，我認為這是日本設計教育知名且成功的關鍵之一，如果有更多時間我願意修習

更多類似的課程。

再來，我有給予自己一些在交換的過程中須要完成的目標。像是在寒假期間，把自己投入到日本在地酒廠企業進行實習的自我挑戰項目，以日本酒為切入點，以半社員的角度接觸在地製造與市場行銷，了解日本企業如何將設計融入其中的生產模式；抑或是為了開源節流與體驗文化，在日常課餘的時間裡讓自己加入打工的行列，學習日式的服務模式與職人精神。這些種種都是的獨特經驗，尤其當你放下旅遊心態，真正進入日本的職場時，大家將放下你是外國人的身份，一視同人的只評估能力的工作模式將開啟，這是令我覺得很有趣也佩服日本盡責的民族性態度。

## 2.2 台日文化異同

日本文化雖然從以前就對台灣擁有不小的影響，也引入不少制度。但真正生活在當地時，你才會發現其實日本與台灣仍有許多觀念上的差異。透過在日本的日常生活與四處旅遊後與其他交換生討論所得出經驗感觸，將透過以下文字提出一些個人覺值得注意的文化差異。

首當其衝最有感的就是垃圾的回收制度。台灣的回收制度詳細且嚴格的領先全球，相反地日本可能因為成本考量，是以可燃與不可燃垃圾為大原則區分。當過去認為應該回收的物品全被丟到可燃時，對破壞環境的罪惡感直到回台後仍記得當時心理有多崩潰。尤其塑膠回收上，除了寶特瓶外其餘歸納為可燃垃圾的部分是很讓人頭痛。我也因為這觀念的差異，還特別在日文作文發表課上特別寫了一個文章向大家訴苦，並獲得很多國際友人的支持，他們也表示不理解日本政府的作法。幸好，今年開始國際提倡的環保意識的起步，大眾對於回收的觀念有所改變，很期待能像台灣一樣擁有完善的處理辦法。

另外，是你意想不到的飲食煩惱。日本飲食文化名聞全球，壽司、拉麵、丼飯是大家耳熟能詳的日本美食文化，精緻也美味，偶爾出國旅遊嚐鮮是很新奇的體驗，但作為在地的留學生可能就會不同的想法。經過與其他留學生討論，我們一致同意日本飲食的致命缺點，就是當你真正了解日本飲食時會發現日式調理與烹飪的手法大同小異，也因為忠實於食材的原味導致菜系的變化也不多，以至於日復一日的吃著相同口味的菜餚時，偶爾也不免俗的回想台灣千百種的小吃文化與外食。有時嘴饞時也會拿起菜刀，自己製作簡單料理，其中的嘗試過程讓我在留學途中有不少精進自己廚藝的機會。

以及，生理需求面上很有感觸日本無所不在的人性化地體驗與設計，最令人印象的就是“廁所”。眾所皆知，廁所的品質維持體現的是人民最基礎的生理需求是否被滿足，而日本有效的管理與維持大大滿足此需求，並且有時單看外型幾乎分不清到底是藝術品還是公廁，甚至吸引途人駐足圍觀，一反傳統公廁給人的印象。加上進科技製造技術讓我發現在日本的不管哪裡的廁所，其使用經驗的好感度都是很高的。而且，

即使是人煙稀少的公廁，其廁所裡的衛生紙也從來不會斷過，這是很難得的事，也可以體現一個國家的人民素質。

### 三、建議與準備

有一些小提醒想請非學士的交換生注意。學士與碩士生的交換手續比較不同，很多事物的聯絡必須要從自己開始著手。因此，當下定決心要踏出國內邁向國際時，主動寄信詢問並不是一件羞恥的事情，反而要知道自己需要的幫助是什麼比較重要，且對方也都很樂意協助回答。這樣在與對方學校聯絡時，申請文件的流程也會比較流暢。不過，因為對方學校窗口是連接來自全球的國際交換生，事務繁忙，有可能會發生延遲回信的問題，因而除了要耐心等待外，自己也要頻繁的聯絡對方。

另外，當有突發事件或自己無法解決的事情發生時，請不要覺得無助，學校永遠會是可以幫助你的人。尤其今年發生令人意外的嚴重疫情，每個國家的國情處理狀況不同，此時求助國際處是很好的選擇，不要因為怕麻煩別人而讓自己的權益損失。盡可能讓自己的交換生活完整豐富不留遺憾才是最主要的態度。

### 四、附錄



