

國立東華大學
National Dong Hwa University
國際交換交流學生至姐妹校心得報告
International Outbound Exchange Student Report

姓名 Name	黃沛瑄	學號 School No	410475039
原系所 Home Department	藝術創意產業學系		
前往國家 Nationality	中國		
前往學校 Host University	四川大學		
交換系所 Host Department	視覺傳達設計系		
交換交流期間 Exchange Period	自 From <u>2019</u> 年 year / <u>2</u> 月 month 至 To <u>2019</u> 年 year / <u>7</u> 月 month		
電子信箱(供未來有興趣的 同學與你們聯繫，非必要) Contact Email (Optional)	410475039@gms.ndhu.edu.tw		
住宿費用(新台幣) Accommodation Cost(NTD)	一學期約\$9200(江安校區)		
機票費用(新台幣) Airplane Cost(NTD)	來回約\$15000 左右(去：四川航空/回：中華航空)		
生活費用(新台幣) Living Cost(NTD)	約\$6000/月(含食、衣、行、育)		
其他費用(新台幣)請註明 Other Cost(NTD)	\$70000(旅費：四川、重慶、西藏、陝西)		

食

四川的食物大多麻、辣、油、香，冒菜、串串、雜醬麵、火鍋、抄手等都是特色的食物，也有鍋盔、糖油果子、涼粉等小吃，如果是不吃辣的人一開始會非常不能接受，吃辣的人可能也會很不習慣這些辣的食物這麼油，建議要帶一些保健胃的健康食品或胃藥。四川也不是只有麻辣的食物可以選擇，葷豆花、烤鴨、涼拌菜等都是比較清淡的食物，麵食類也可以跟店家說不要加辣。學校的食堂有好幾個而且都很大，食物選擇也多又便宜好吃，例如一碗有肉有菜的麵才人民幣五元，一葷二素的套飯一大盤才人民幣十元，剛到川大可以多去食堂看看。再來中國的外賣也超級方便，「美團外賣」、「餓了嗎」都是不想出門或跟室友在宿舍聚餐時可以使用的好夥伴。

衣

這學期川大是2/25要到四川報到，那時氣溫大約十度左右，每天都下綿綿細雨所以很冷，有點像台北寒流來的時候，大約持續2~3週都偏冷，四月初開始是比較舒服的天氣，大約二十度，涼涼的偶爾會有太陽，五月底到六七月的成都超級熱而且很曬，有時候會有32~35度，跟花蓮的夏天有點像，但四川空氣比較乾所以不會濕濕黏黏的。衣服的部分建議要帶一件大衣厚外套和發熱衣，如果有考慮要去山區或雪地旅遊的話，可以投資一件兩件式防水防寒保暖的外套，會讓你帶行李方便很多，冬天的厚衣服不需要帶太多，來這穿兩三週而已，薄長袖和短袖可以

多帶幾件，四五六月的時候天氣變化比較大，有時候很熱，隔天又變陰涼，不想帶太多衣服的話，帶幾件足夠替換的，來這邊不夠再在網上買也是很方便的，

住

雖說川大江安校區的宿舍是新宿舍，但和沁月迎曦比起來還是舊上許多，一共有二十多個圍合(舍)，一個圍合裡又有好幾棟(單元)，台灣交換生都被分配在西園九舍，一個單元有六層樓，一層樓有兩個公寓式套房，一個套房裡有三間房，一間房裡有四組上下舖，一個套房共用一個客廳、一個陽台、一組洗手台、一間廁所和兩間浴室，其中浴室裡也有廁所，是合在一起的，用板子把小便斗蓋起來就是淋浴的地方，一開始真的很不習慣。這次江安的交換生被分到三組套房裡，一組男生兩組女生，每一組只住九個人，所以每一房都沒有住滿，另外，宿舍是沒有電梯的，像我被分配到五樓，每天都得上下無數次五樓，久了也習慣了。

行

望江和華西校區在成都市區裡，離地鐵站比較近，到各個市區景點、餐廳或火車站都很快，江安在成都雙流區，離機場比較近，地鐵還正在蓋，要去市區的話，學校有校車可以往返各個校區，搭車地點就在宿舍旁邊，單趟是四塊人民幣，用學生卡刷卡上車，路程大約三四十分鐘。成都地鐵和公交可以買「天府通」卡，搭車好像會打八折還九折的樣子，沒有也沒關係，成都地鐵可以用電子支付或現金買票(其他省分不一定)，公交也可以上車投現金，有一些車次支援刷支付寶。「滴滴打車」是必須下載的 App 之一，如果太晚沒有校車或想去的地方沒有公交就可以使用，成都起跳價才九塊人民幣，有時候四個人分下來還比搭校車轉地鐵划算呢。

育

川大的學院和系所真的非常多元，和東華很像一點是，各學院間幾乎沒有擋修，如果有興趣都可以去聽聽看，而且交換生入學後會拿到一張特殊選課單，前兩週試聽完有興趣的課，如果已經額滿選不進去，可以用特殊選課單，港澳台辦都會盡量幫交換生選進想上的課。中國很多大學的課都是分週上的，例如上 4 到 12 週，每週要上四小時，或只上 5 到 8 週，但每週要上兩天，每天八小時之類的，當然這也看各個系所不同而異。這幾個月上下來最大的心得是，其實中國並沒有真的每個人都這麼認真，上課滑手機的還是大有人在，但是認真學習的人比例確實比在台灣學校裡看到的多上很多，圖書館好像沒有所謂淡旺季之分，只有旺季和超旺季，每天人都很多，包含開學第一週和期末考後一週。上課幾乎沒有人會遲到，也不會有人在課堂上吃早餐午餐，即使是早八的課也一樣，真的有開眼界，課堂上勇於提問與老師對話的人數也相當多，非常積極。

遊

四川地大物博，光四川內可以去的景點就非常多，像成都市、樂山、峨嵋山、三星堆博物館、都江堰、青城山等都是很值得去的地方，再遠一點川西的稻城亞丁、色達、康定、香格里拉也是很多人會選擇到訪的，且四川位處中心，附近省份無論是雲南、重慶、陝西、大西北環線、西藏或新疆自治區等，去的距離都比其他省份近的許多。成都是個很繁榮的城市，平時課餘不怕無聊，無論靜態動態、歷史人文、自然景觀、看電影、唱歌都非常方便，好吃的餐廳也是多到數不清。

購

在中國的進口品牌都非常貴，建議女生保養品、化妝品、洗沐浴用品、隱形眼鏡等可以的話都從台灣帶來，中國價格大約是台灣的1.5~2倍，但消耗品和日常用品，例如衛生紙、衣架、洗衣籃、洗衣精、檯燈、化妝棉等都可以過來再買，成都有很多全聯規模的超市，或是家樂福那種量販店，價錢跟台灣差不多，淘寶上有很多更是難以相信的便宜。

藥

建議可以趁寒暑假到有設立旅遊門診的醫院家醫科看診，把腸胃藥、暈車藥、感冒藥、退燒藥或是要去高原的高山症藥一次備齊，跟醫生說明是交換學生，需要準備一學期的藥即可，不過需要注意這種門診通常都是自費，開多少藥付多少錢。

翻牆

東華有自己的免費翻牆程式，比起其他免費程式穩定很多，手機和電腦版都有，到圖資的網站找找就可以看到，安裝也很簡單，建議出國前先全部裝好，到時用學校信箱的帳號密碼登錄就行。

必載 APP

微信、支付寶、高德地圖、Didi、百度、大眾點評、餓了嗎、美團外賣、攜程旅行、Shanghai(各省地鐵圖)、鐵路12306、U淨(川大洗衣機程式)

總結

川大是個對交換生很好的學校，除了每個學生都會配一個學伴，初期幫忙辦入學、電話卡、銀行卡等瑣碎事務，還會招待免費的春遊、秋遊，端午節也會送粽子禮盒。成都則是一座會讓人愛上的城市，有很多美麗的地方、好吃的食物、閒散的風情，文化底蘊也相當深厚，交換的幾個月可以多走訪一些博物館美術館，好好了解這座城市，雖然還是有很多我不喜歡的地方，像是四處都是抽菸的人，室內也沒有禁菸，還有嘈雜的喇叭聲混在有點混亂的交通裡，也不太會禮讓行人，很多人會隨地吐痰，常常被插隊，上下車總是爭先恐後不會先下後上等等，但綜合優點和缺點，我想我是喜歡這座城市的，這裡迷人的地方太多了，也還是有很多善良的人，很多地方不能以偏概全。

當初選擇交換是想到一個不熟悉的城市生活幾個月，看看那些和我不一樣成長環境的人是什麼樣子，也想看看這樣的我在不同環境裡有什麼變化，交換結束了，我想我是有達到當初目的的，特別是一個人旅行時的所見所聞，遇到的每一個人，甚至每一件不幸運的事，這些我想都已經被整理完內化成自己內心的感受，在幾千的文字裡是無法表達清楚的，也唯有實際走訪過的人才能體會。雖然選擇四下來會錯過許多重要的事，像是畢業撥穗典禮，但我想一切都非常值得，也想謝謝這一路上遇到或幫助過我的人，希望走過這一路，我有變得比較勇敢、善良，也在懂得尊重別人同時，仍能保有自我。