

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	曾雅萱	學號 School No	410387037
原系所 Home Department	教育行政與管理學系		
前往國家 Nationality	日本		
前往學校 Host University	高知大學		
交換系所 Host Department	教育學部		
交換交流期間 Exchange Period	自 From 2018 年 year / 9 月 month 至 To 2019 年 year / 2 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)	410387037@gms.ndhu.edu.tw		
住宿費用(新台幣) Accommodation Cost(NTD)	跟室友兩人均分：24000 日幣/月		
機票費用(新台幣) Airplane Cost(NTD)	來回都搭乘虎航 高雄-福岡 近 4000 台幣(有加託運) 福岡-高雄 近 4500 台幣(有加託運)		
生活費用(新台幣) Living Cost(NTD)	〔只計算每個月必花的費用〕 伙食費：約 8000-13000 日幣/月 手機網路費：3G 的純網路方案 900 日幣/月 瓦斯費(跟室友均分)：5000 日幣/月 電費(跟室友均分)：1300 日幣/月 網路費(跟室友均分)：吃到飽的 WIFI 機 2000 日幣/月		
其他費用(新台幣)請註明 Other Cost(NTD)	福岡至高知的新幹線：約 16000 日幣/趟 高知至福岡的夜行巴士：7600 日幣/趟 日本國內健康保險：10600 日幣/學期 寄行李回台灣：15000 日幣/5 箱		

至少 1500 字

**【交通】**

高知大學位於日本四國的南方，我們當時是先在福岡下機後再搭新幹線到高知大學。新幹線一趟約 16000 日幣，花了大概 5 個小時。不搭新幹線的話也可以選擇搭飛機(18000 日幣、1 小時)和夜間巴士(7600 日幣、10 小時)。當初搭新幹線是因為出發前一天發現飛機預約無預警被取消，實在沒辦法才會搭新幹線，準備妥當的話會有更好選擇。

高知大學附近的交通設施還算完善，從大門走 3 分鐘可以到朝倉車站(JR)，走 2 分鐘可以到路面電車站牌。不過日本的交通費真的非常貴，從高知大學到高知市區要花費 220 日幣(JR) /

300 日幣(路面電車)，若是住得離大學很遠或喜歡到處走的人，會建議擁有一台腳踏車(騎到市區約 30 分鐘)。

腳踏車的部分，收購一台二手的約 6000-15000 日幣。沒有急迫需要的話，可以等高知的日台交流協會主動聯繫，他們會免費租借腳踏車給台灣留學生。我們是透過高知大學國際處收到消息(電子郵件)，敲定時間後再搭 JR 到交流協會的公司去面談，談好、簽好租借契約後就可以直接騎回去了。從到達高知~協會聯繫，中間大概隔了 1 個月。

### 【環境】

環境上來說，我認為和東華滿相像的，空氣清新且安靜(若不是住在車站附近的話)。冬天的溫度約在-1 度~16 度之間，偶而下雨，只看過一次下雪，對我來說算是沒有暖氣也能活下去的氣候。

高知大學整體來說還算方便，離超商、郵局、車站都不遠(走路 3 分鐘就可以到的程度)，校內還有食堂，而且東西都還不錯吃。校內有 WIFI，但並不是馬上去馬上就可以使用，要等學生證號碼和密碼發下來後才可以登錄，我自己是沒有遇過被人搶網路或網路不穩的問題。

### 【住宿】

我是跟另一個交換生住一間公寓，每個月房東會固定來收錢。因為日本外食價格普遍偏高所以基本上都是自炊，不知道是烹飪方式的問題還是日本瓦斯本來就很貴，兩個人一個月的瓦斯費都要 10000 日幣以上。

日本的租屋處一般是不付任何家具的，但我住的地方是專門租留學生的公寓，有前幾屆前輩留下來的床墊、棉被和鍋碗瓢盆。我不習慣睡別人睡過的寢具用品所以還是有購買新的(約 6000 日幣，有枕頭、棉被和床墊)。若到達的時候有請高知大學送迎，他們會帶交換生去買生活必需品，床組也可以在那時候買。但要是到了高知大學才想買床組，那要走好一段路才能走到有賣床組的百貨公司，而且非常重。還有一個要提的部分是，筆電充電器如果是要接 3 個孔的那種插頭，一定要先在台灣買好轉接頭再帶去日本。一般超市是找不到這種轉接頭的，一定要上亞馬遜等網站上購買，價格通常會是台灣的 3-4 倍左右，有時還要算運費。

另外，日本的公寓並不像台灣方便，一開始去的時候認為公寓有網路孔是理所當然的事情，去了才發現除了插頭外什麼孔都找不到。馬上上網預約 WIFI 機卻發現那個時段已經被預約光了，從預約到拿到歷時大約一個禮拜，也與世隔絕了一個禮拜。WIFI 機的租借費用第一個月要近 6000 元(包含租借費、手續費、運費等等)，之後每個月上網延長是 3900 日幣/月。

### 【課程】

高知大學有專門開設給留學生的「日本語補講」，在選課之前會有考一個小測驗，國際處會依考試的結果建議你修哪一門課比較好。但這個建議並不是強制性的，若想修超出程度範圍的課或國際處之外開的課也沒問題。我一共修了 8 門課，每一門課都有豐富的收穫，但礙於篇幅限制，只列出幾門自身非常喜歡的課：

〔初中級會話〕 神崎先生

神崎老師真的是一個很神奇的老師，每一堂課興致都非常高昂。上他的課你不會覺得無聊，而且很喜歡跟學生互動/講話，擅長用肢體動作和淺顯易懂的字詞解釋聽不懂的名詞。

〔異文化理解〕 遠藤先生

這門課是教育學部的課，顧名思義就是了解日本、其他國家和自身文化的差異並理解。前半學期會由3位教育學部的老師授課，3位老師分別擅長不同領域（文化、語言、科學），後半學期會選其中一位老師做指導教師，做出一份有關「台灣文化和日本文化的差異、為什麼有差異(主題自訂)」的報告，並做10分鐘以內的發表，這就是課堂成績。選課的學生全部都是留學生，在了解日本文化的同時也能知道關於其他國家的文化風俗，個人是滿喜歡的。

〔日本畫〕 野中先生

屬於不太需要日文能力又可以體會日本文化的實作課程。前半學期會請學生看著模特兒畫兩幅人物肖像畫，使用水彩著色。後半學期才正式進入日本畫的主題，使用日本畫的顏料、方式畫出果物或蔬菜，最後將作品置於學院入口展出，作品展還有專門的印製明信片和海報。推薦喜歡畫畫的學弟妹！

〔中級漢字・語彙Ⅱ〕 池先生

這門課學到的東西非常實用，對母語是中文的我們來說也不會太難。教了非常多單字的用法、自然的日語講法，算是我在所有課程中吸收最多的一門課，推薦！

另外，內向不敢主動出擊的學弟妹可以考慮高知大學自律學習中心(OASIS)的語言學伴計畫，投遞申請後中心會幫你配一個想學中文的日本人當學伴，在互相學習的氛圍下練口說，我第一個日本朋友也是語伴。

大四下學期時憑藉一股衝勁就申請短期交換，沒有去想後路和語言的問題，但這五個月以來的收穫比我想像中的還豐富，不僅結交到日本朋友，日語能力也有顯著進步，變得敢講了。雖然慢了同學半年畢業，進度也落後了半年，但申請了交換一點也不後悔，反而覺得有來真是太好了。