

國立東華大學國際交換學生心得
National Dong Hwa University International Outbound Exchange Student Report

姓名 Name	劉子琳	學號 School No	410512009
原系所 Home Department	化學系		
前往國家 Nationality	日本		
前往學校 Host University	北海道大學		
交換系所 Host Department	化學系		
交換交流期間 Exchange Period	自 From <u>2019</u> 年 year / <u>10</u> 月 month 至 To <u>2020</u> 年 year / <u>2</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)	410512009@gms.ndhu.edu.tw		
住宿費用(新台幣) Accommodation Cost(NTD)	10000 元左右(新台幣) (宿舍 7000 元，其餘為水電費)		
機票費用(新台幣) Airplane Cost(NTD)	去程:中華航空 5500 元 回程:中華航空 7500 元		
生活費用(新台幣) Living Cost(NTD)	20000 元台幣/月		
其他費用(新台幣)請註明 Other Cost(NTD)	無		

1500-2000 字

這一趟交換留學所獲得的經驗比我所預想的多上許多，也認識了不少從各國來北海道交換的留學生和當地的日本人，每天都學到許多新奇的事物，推薦大家有機會一定要來北海道交換看看。接下來讓我從各個方面來介紹北海道生活；

(一)北海道的食衣住行

在吃的方面，日本的外食確實比台灣貴上許多，但如果自己在宿舍煮，就可以省下一大半的錢，甚至省到和台灣差不多的價錢，每餐煮下來一個月可以省到 30000 日圓以下。另外日本的超市只要過了晚餐時間就會有許多半價的便當、壽司、生魚片之類的，如果懶得煮也可以考慮搶超市的半價便當。但既然來到北海道，有時候還是要犒賞自己一下，吃點當地美食。說到北海道，大家都會想到海產類，例如螃蟹、海膽……等等，但實際問了當地人，每個人都會推薦北海道的湯咖哩和味噌拉麵，比起螃蟹這種觀光客都知道的料理，還是品嚐這種只有當地人才曉得的隱藏美食更有收穫。

我是選擇 10 月到 3 月的交換，因此有一大半的時間都在下雪，但因為北海道為乾冷的氣候，雖然氣溫都在零度以下，卻沒有想像中的那麼冷，下在身上的雪也只要輕輕一拍就會掉，不太需要撐雨傘，平常只要穿一件發熱衣和毛衣加上稍微厚一點的大衣就可以出門了。但今年北海

道比往年溫暖許多，不太能當作參考，所以如果之後要來北海道交換的話還是要注意保暖。

北海道大學有許多宿舍可供留學生抽選，而我抽到位在北海道大學校園最北邊的「北23 条北大インターナショナルハウス1号棟」，這雖然不是離教學區最遠的宿舍，但距離我上課的教室有 2.6 公里的距離，走路要花上 3、40 分鐘，也沒有適合的公車和地下鐵可搭，只能上課前 1 個小時左右出門在雪地中慢慢走到教室，如果是一年的交換可以考慮買輛腳踏車會更方便。

日本的交通費比台灣貴上許多，公車和地鐵都是 210 日元起跳，如果到遠一點的地方出遊，光是交通費就要花上 2000 日圓以上，這時候就要動點腦筋省錢，有時候只要走到下一個車站，大約 10 分鐘的距離就可以省下 40 日圓，雖然是小錢，但半年下來省的錢還是很可觀。另外日本地下鐵假日也會推出一日乘車券，只要好好利用資源就可以在日本玩的很省。

(二)北海道大學的生活

北海道交換有許多學程，我選擇了 SAS 特別聽講生，特別聽講生是要跟日本的大學生一起用日語上課，而且學校規定要修 7 門以上的專業課程，課業壓力滿重的，尤其是化學系的課程全部都要每堂上課小考，而且動不動就來個期中考，學期中幾乎沒有什麼出外遊玩的時間，但幸好我遇到了很照顧我的指導教授，邀請我參加了許多研究室的活動，有秋刀魚派對、忘年會、大學碩士的畢業論文發表會和慶功宴，讓原本沒什麼機會出去玩的我有了許多寶貴的經驗。

日本的上課方式和台灣差不多，也是用板書或 ppt 教學，上課內容和東華相比就有些許的差異，東華的化學課程比較著重於原理，而日本的課程上完原理後會在課堂上讓我們做許多應用，所以一學期所上的範圍相較起來小了很多，考試也是從課本裡的題目做變化，所以只要日文化程度不要太差，認真上課的話都可以安全過關。

(三)Homestay

北海道大學有提供到北海道各個地區 homestay 的機會，但是都要兩個月前申請，再慢慢等配對結果，我很幸運的申請到了寒假到旭川三天兩夜的 homestay 機會。homestay 第一天，我就和寄宿家庭的大家一起到旭山動物園，看了可愛的國王企鵝遊行、在水中悠游的海豹和超級巨大的河馬。晚上回到家裡後，和寄宿家庭的小孩一起玩撲克牌和歌牌，彷彿自己也是家庭中的一員。第二天，體驗了日本傳統的搗年糕，大家都把我像家人一樣的對待，分給了我許多年糕帶回宿舍，這次的 homestay 真的讓我收穫滿滿。

這半年大概是我人生中最精彩的時光，體驗到了不同國家的文化，日文也變得比以前更敢說。北海道人也都友善，不像東京那種冷漠的感覺，我也常常在路上被日本人問路或搭話，想要多和日本人接觸的話，北海道是一個很好的選擇。另外建議大家如果想要到日本交換而且金錢和時間允許的話，一定要選擇一年的交換，因為日本有很多季節性的活動，只有半年的話是無法全部體驗到的，然後有任何問題的話歡迎聯繫我，如果是日本交換申請或日本生活相關的問題的話我會很樂意幫忙解決!