

臺北市立大學

學生出國研修心得報告

獲補助年度：111 學年度

研修領域：特別聽講プログラム

系所、年級：都會產業經營與行銷學系 四年級

學生姓名：沈楷儒

研修國家：日本

研修學校(中英文)：名古屋外國語大學

Nagoya University of Foreign Studies

研修時間：中華民國 112 年 3 月 30 日至 112 年 7 月 30 日

短片時間及標題：3:24 みんな、ありがとう。(謝謝大家)

中華民國 112 年 8 月 12 日

*(非亞洲地區交換同學請以英文撰寫報告)

目 錄

(請以標楷體 14 號，行高 1.5 繕打，並標示頁碼)

壹、緣起	1
貳、研修學校簡介	1
參、國外研修之課程學習(課內)	2
肆、國外研修之生活學習(課外)	4
伍、研修之具體效益(請條列式列舉)	5
陸、感想與建議(含 3 分鐘短片連結)	6

壹、緣起

自從國中第一次接觸到日本文化開始就對日文很有興趣，利用課餘時間自學日文以外，高中時的第二外語也是選擇日文，立定了大學去日本交換的目標。雖然很不巧的在升上大學後不久全球爆發了疫情導致規劃延後，但我在不能出國的期間更努力自學日文、透過新聞和廣播讓自己熟悉母語者的語速、也閱讀了原文小說。順利在三年級時考取 JLPT N2 證書，最後選擇了四年級到提供很多語言交流機會的名古屋外國語大學交換一學期。

貳、研修學校簡介

名古屋外國語大學位於愛知縣，正好在本州的中間，南來北往都很方便。對於課外有到東京、大阪增廣見聞的同學來說是交通便利的位置。

一共提供三棟宿舍做志願選擇：房間內有個人廚房因此獨立性較高的 NUS-NUAS Residence、兩層樓的中庭式建築因此互動性較高的 I-House、獨立性和互動性兼具的 Global Village。三間宿舍皆有安排當地學生居住在宿舍內，作為 Residence Assistant (RA) 幫助解惑生活中可能遇到的困擾。

學習方面提供 Institute for Japanese Language Education (IJLE) 和特別聽講プログラム兩種交換機會。

IJLE 會依日文程度 (JLPT 證書或經學校判斷的同等語言能

力) 分班並以英文授課，紮實的從漢字、單字、文法、作文等多領域授課，適合想穩紮穩打學習日文的同學。

而我選擇的是適合通過 JLPT N2 以上的特別聽講プログラム。特別聽講生可以從學校提供的清單中自由選擇想修習的課，進入當地學生的班級一同進行分組作業、報告、考試，較適合日文已經有較好的理解能力和表達能力的學生。

另外，學校有 Language Lounge 的計畫，在午餐時間和當地學生練習母語，並依照時數提供獎學金。舉例我去的學期來說，有英文、中文、韓文、法文，分別在不同時間進行，因此也可以和其他國家的母語者學習日文以外的語言。

參、國外研修之課程學習(課內)

我一共修習了七門課程，教授們都對特別聽講生很有耐心、會在課後簽到時確認我們有沒有不理解的部分。選擇的課程主要是以在台灣的本科為主、延伸到日文和日本文化，其次是自身興趣、研究日文結構和學習更接近母語者的表達方式。

【日本語のバリエーション】日語的變化

討論日本各地方的方言的詞彙、文法、發音，根據年紀或性別在用語上有什麼差異，以及日本以外其他國家具代表性的實驗結果。課堂中會有研究完和小組同學互相發表的分組作業。

【日・中・英ビジネス表現研究】日・中・英商業研究

將英文的行銷學文章翻譯成日文、隔週將日文翻譯成中文。因為本科是都會產業經營與行銷，能夠以過往學習到的行銷基礎之上學習行銷相關的專有名詞及解釋、藉由這個機會接觸到日文本母語者會怎麼描述行銷觀念。

【日本文学史】日本文學史

分析百人一首中的和歌，作家的心境、季節語的代表意涵。順著文學歷史往後是閱讀老師指定的現代文學，例如日本知名文豪太宰治的小說等等。

【日本語文法入門】日語文法入門

有別與平常在教科書中會接觸到的指定用法，會依拆解成各個部分去分析詞性、句型、時態。很推薦想細部了解日語組成結構的同學修習。

【日本經濟】日本經濟

由古至今介紹日本透過鐵路、水利、交通建設從各個角度影響各產業，從過去的航海時代到經過泡沫化時期的近代財閥興起的契機和現今發展。

【英語総合演習】英語綜合練習

課程主要是指導 TOEIC 的考試技巧，會在課堂內補充單字、做模擬試題、講解文法。剛好有參加 TOEIC 考試的計畫，能夠體驗日本教導英文的方法、用日文背單字也是很難得的。

【音声表現】音聲表現

從日文音標開始指導各個發音正確的調音點，並學習各種詞語和句子的抑揚頓挫。因為想讓自己的發音更接近母語者，在這門課中學到很多平常在台灣的教科書中不會接觸到的小細節。

選課時不只是精進日文，我認為在此同時能夠以自己的專業科目去做延伸，學習起來會更加有興趣和動力，也更能統整自己所學。

肆、國外研修之生活學習(課外)

學校附近有超市可以購買食材，Global Village 的每層樓有共用廚房和廚具，大約 2 至 3 人使用同一個料理台，可以自行料理三餐。除了烹調以外，平時也可以在餐桌和鄰居聊天或玩桌遊，一樓的交誼廳也是和不同樓層的外籍生交流的好去處。

在黃金周連假時，RA 邀請大家一起搭夜行巴士到大阪環球影城遊玩。雖不是我第一次搭乘日本的夜行巴士，但和這麼多人一起出遊卻是第一次的珍貴體驗。因為在上課時認識了不同宿舍的同學並交換了社群帳號，在上傳環球影城的合照時也收到很多同學的羨慕，Global Village 真的是最有大家庭一樣溫馨氛圍的宿舍。

在回到名古屋之後，也有由 RA 開車帶我們到愛知縣隔壁的三重縣參訪農家生活、近距離體驗日本的鄉間小路和稻

作，與平常接觸到的喧囂大都市截然不同的區域。

學校在 4/21 有安排交換生和日本當地學生到京都進行闖關積分活動，依照學校事前公布的風景照，自行尋找該地標並合照即可獲得分數。當天一早由學校遊覽車載大家前往京都，因此不需要擔心交通問題。沿途靠著地圖自己找尋指定地標、和當地學生聊著文化和學習京都的古風，最後我們這組在所有組別中獲得第五名並得到學校準備的獎品，是很棒的回憶。

伍、研修之具體效益

- 性格更加開朗外向

身邊雖是來自不同國家的學生，但大家都是對日本文化、日文有憧憬來到這裡學習，因此有更多共同話題，也更容易聊得盡興，讓我更勇敢邁出第一步去認識新朋友。

- 溝通能力提升

因為大家的日文能力不同，偶爾也會有需要用英文或肢體語言表達的狀況，讓我找到更有效率的溝通方式。

- 日語聽力、表達能力進步

因為生活中接觸到的都是日文，上課也需要用日文和同學小組討論，提供了在台灣接觸不到的自然的外語環境，能感受到更勇於用日文表達自己的想法。

- 獲得不同國家的人脈

在宿舍中不僅是在廚房料理時會遇到同樓層的鄰居，在電梯或洗衣房也會遇到各個國家的鄰居。從日常寒暄開始漸漸累積友誼，到互相交換社群軟體，彼此在離開日本之後的交流也沒有因此停止，是出國交換才能獲得的體驗。

- 生活技巧提升、更加獨立

不僅是自己購買食材和料理，謹慎規劃收支也是生活必須擁有的技能。也有踩空挫傷的經歷，獨自一人在外，慌張不能解決問題，這時就必須保持冷靜並到藥局採買藥品包紮。

陸、感想與建議(含3分鐘短片連結)

在四年級時勇敢的選擇一個人到國外交換，也很幸運名古屋外國語大學的師長、同學、宿舍的大家都很友善，讓我成長了很多，收穫了如此寶貴的經驗。

無論是內向或外向的人，在經過交換學生的這幾個月，一定都能以各自的方式獲得不同面向的經驗。即使我在出國前是相對被動內向的人，我很幸運從RA來接機時就因為聽懂了他們的聊天內容而竊笑時與四位RA交好，在常常到交誼廳聊天時認識了不同國家的好友。整棟宿舍的歡迎派對、各樓層的晚餐章魚燒派對等，一開始就積極參與宿舍活動，無論是英文或日文交流都一定能讓自己熟悉外語環境，幫助自己更快融入。大家在一開始到宿舍也都是先和相同語言的人一起行動，在感到孤單、不知所措的時候不妨和台灣的鄰居聊聊。若想認識更多人，最重要的是勇於跨出舒適圈，在課堂上多和同學聊聊；在宿舍時把握電梯、鞋櫃等各種相遇的機會聊天，不要害怕語言能力不夠完美，大家都很溫柔也願意交朋友。

若是真的做不到也不用太擔心，一個人也可以滿載經驗和回憶而歸，體驗到日本的生活步調。到學校附近的超市、二手市集逛逛，學著自己煮飯或以自己最舒適的方式生活。因為個性比較獨立、不害怕一個人旅行，在剛到日本的那個月，我每個周末都搭著交通方式中最便宜的巴士到外縣走走，前兩大生活圈的東京、大阪，最遠還到了位於四國的德島縣。可以看到跨海大橋、搭纜車、到瞭望台看夜景、搭摩天輪看海、吃自己想吃的美食。名古屋也有很多景點，多到留學生活的四個月我也沒有全部去過，享受一個人的時間也是很重要的課題。

[三分鐘短片連結：https://youtu.be/Kv3q_w8tUfc](https://youtu.be/Kv3q_w8tUfc)

具代表性出國交換照片說明(4張)



圖 1 說明

2023/4/8：由宿舍四位 Residence Assistant(RA)舉辦的宿舍歡迎派對。在晚餐時間認識來自各個國家的交換生，在最後以 Global Village 的 GV 手勢留下大合照。



圖 2 說明：

2023/4/21：由學校舉辦的交換生和當地學生的交流活動。

依照校方事先公布的照片，在京都找尋指定的地標並合照進行分組積分競賽。左邊兩位是名古屋外國語大學的學生，在京都清水三年坂美術館前合照。



圖 3 說明

2023/5/3：日本黃金周假期，和宿舍好友到三重縣參訪農作過程。

自行開車出遊，能到大眾運輸所無法到達的區域，看到平常難得一見的日本農家生活。



圖 4 說明

2023/7/16：在學期結束之前的歡送派對。

和宿舍的大家一邊細數在日本的回憶、一起玩仙女棒，體驗日本的夏日氣氛。