

## 赴蘇州大學交換心得

衛生福利學系

距離回國也有一段時間了，現在回想當時在蘇州大學交換的一學期，至今還是令我難忘。以下透過食衣住行育樂等六個方面分別介紹及說說我的心得：

### 1. 食

在食物方面，大陸的食物可說是較臺灣重口味許多(重油、重鹹)，且份量又大，價格則是便宜許多，除了在學校餐廳用餐的選擇之外，用手機 app 叫外賣也很方便，從早餐到宵夜，樣樣具備。記得當時在蘇大交換，常常就叫外賣配上學校超市賣的酸奶(多種品牌、多樣化口味)，就是生活當中的一大享受!另外，許多臺灣吃不到的水果也令我為之瘋狂(山竹、紅毛丹、砂糖橘等)，當然，有時安排旅遊也會到有名的小吃攤踩點，品嚐當地最傳統的小吃，整體來說，在蘇大交換的過程中，「吃」算是令我最念念不忘的!



### 2. 衣

蘇州天氣較臺灣還要低溫，保暖衣物絕不可少，當時在蘇州交換幾乎是天天穿著羽絨衣，還看到了台灣少見的「下雪」，這樣的天氣非但沒有造成我們任何不愉快，反而是因新奇而享受其中!



### 3. 住

說到住宿的部分，算是此趟交換中最不能適應的，因交換生宿舍大樓是蘇大宿舍中最舊的，剛搬進去時，內部還在整修，衛浴部分也是公共澡堂，且無拉門可以遮蔽，這對害羞的我來說，每次洗澡都是挑戰！

在蘇大中，不管是洗澡還是飲水甚至是校內超市的消費都是使用校園卡，飲水部分也只有滾燙的熱水可供使用，相較臺灣飲水機是稍微不便利的。

### 4. 行

整個大陸交通還算方便，遠程的話搭乘高鐵，近程的話搭地鐵或公車都可以，公車價格也很親民，一趟大約台幣 10 元，而且可使用手機支付。另外，利用叫車 app 也很便利，隨叫隨到，非常方便！

### 5. 育

蘇州的同學待我們交換生都很親切，也會積極舉辦活動促進班上的感情，例如在冬至舉辦包餃子活動、金雞湖秋季班遊(大家一起玩遊戲、在草地上野餐、放風箏等)，老師上課也很認真，也會適時關心交換生的狀態，讓我們備感溫馨。



## 6. 樂

趁著課餘時間我去了蘇州、上海、杭州、南京、武漢、鎮江、合肥等，包括黃鶴樓、山塘街、杭州西湖、夫子廟、雞鳴寺、寒山寺、東方明珠、拙政園、虎丘等一輩子沒想到會真正去到的地方，直到實際走訪後，用心的感受當地的人文風情及美景，這是我一輩子都難以忘懷的美好回憶。整體來說，在這段大陸生活的日子有美景又有那麼多好朋友一起，是很愜意且令我嚮往的難得經驗。(下圖有蘇大校園銀杏及楓葉美景)



