

# 臺北市立大學

## 學生出國研修心得報告

獲補助年度：113-1

研修領域：教育

系所、年級：學習與媒材設計學系 六年級

學生姓名：吳昀庭

研修國家：日本

研修學校(中英文)：島根大學 (Shimane University)

研修時間：中華民國 113 年 9 月 25 日至 114 年 2 月 12 日

國外研修成績：尚未拿到成績單

短片時間及標題：島根大學交換 VLOG (3 分 39 秒)

中華民國 114 年 2 月 17 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) .....     | 1 |
| 肆、國外研修之生活學習(課外) .....     | 2 |
| 伍、研修之具體效益(請條列式列舉) .....   | 2 |
| 陸、感想與建議(含 3 分鐘短片連結) ..... | 4 |

## 壹、緣起

行前準備(100 字)

在大學最後一學期，我決定踏出舒適圈，申請島根大學的交換計畫。過去雖以英語學習為主，但對日本文化的興趣驅使我希望親身體驗當地生活。島根雖非熱門交換地點，卻因這次機會讓我得以深入探索這片土地。我事先準備了課程規劃、簽證與生活細節，期許自己不僅精進語言，也能透過文化交流拓展視野，為未來累積寶貴的經驗。

## 貳、研修學校簡介

學校介紹(100 字)

島根大學位於日本島根縣，創立於 1949 年，是一所綜合性國立大學，主要校區位於松江市，另有一個校區位於出雲市。學校秉持「地域と世界に拓かれた大學」(致力於面向地方和世界的開放型大學)的教育理念，強調地方發展和國際交流的融合。

## 參、國外研修之課程學習(課內)

修課課程內容(100 字)

交換期間，我選修了兩門專業課程，一門為正式修課，另一門則以旁聽生身份參與。此外，交換生可選讀「日本語」與「日本

文化」相關課程，並依據分級測驗決定日語課程程度。我在專業課中學習到學習支援的多樣性，不僅包含教具使用，也涉及指導方法與學習環境的影響。此外，對於學習困難與發展障礙的理解亦有所加深，讓我重新思考教材設計的重要性，期望未來能將這些經驗應用於教育現場，提供更靈活的學習支援。

## 肆、國外研修之生活學習(課外)

交換學校住宿、當地／該校學生活動、費用（保險費／生活費／特殊支出）、或是在當地遇到的特殊經歷(200字)

交換期間，我住在島根大學國際交流會館，住宿費、瓦斯費與網路費等綜合起來，平均每個月 2000-3000 台幣，相當實惠。學校周邊的超市、藥妝店與餐飲店，可以滿足一般的日常所需。宿舍每一樓層都有廚房，選購當地食材自行下廚，也是生活的樂趣之一。

秋冬時節，島根縣內有許多「行事」，如松江城的「水燈路」，還有名為「蓼」的祭典等。日本的舊曆十月，出雲大社(出雲市)的神在祭更是一年一度的盛事。此外，幾乎每個周末都會有當地的活動，包含小展覽、園遊會、音樂會等。松江市及學校也為留學生們舉辦了許多文化體驗，如松江城遊覽、抹茶工廠參訪、正月料理製作、滑雪研習等活動。透過親身經驗，讓我更了解當地的文化與風俗。

## 伍、研修之具體效益

(請條列式列舉 150 字)

- 了解短期居留的流程
- 加強語言的應用能力
  - 日本語課程
  - 日常生活交流
- 深入體驗日本的文化
  - 日本文化課程
  - 新年行事體驗
  - 季節性活動
  - 節慶與祭典
- 加深專業課程的知識
  - 教育學部-學習者支援
  - 法文學部-日本語應用(旁聽)
- 認識日本交通的運作
  - 年末年始的交通變化
  - 地區交通方式的差異
- 培養獨立生活的技能
- 結交當地及異國友人
- 養成異文化理解的態度

## 陸、感想與建議(含 3 分鐘短片連結)

心得經驗分享以及給未來參加交換計畫同學建議(350 字)

初到島根大學時，讓我印象最深刻的其實是學校食堂。這裡不僅每週更新菜單，還曾推出「¥100 早餐（定食）」活動，即使在寒冷的冬日清晨，我也願意早起前往食堂報到！

交換期間，每位留學生都會有擔當老師和學伴提供協助，這讓我在學業和生活上都獲得了極大的幫助。在專業課程中，即使是熟悉的領域，透過日本老師的講解，能夠以不同的文化視角理解和拓展知識，真切體驗日本大學的教學風格與思維模式。

此外，我也參加了學校和松江市舉辦的各類文化活動，從茶道、正月裝飾到傳統祭典，都讓我感受到當地居民對外國學生的友善與包容。新年假期時，我還走訪了出雲大社和石見銀山，真切感受到古老出雲文化的濃厚底蘊。

最後離開時，恰巧遇上十年一遇的寒流，松江市瞬間被白雪覆蓋，景色很美，卻也導致電車和巴士停駛，於是我被迫滯留兩天。然而聽聞米子機場即將開通台灣直飛航班，未來前往島根將更加方便！在島根大學的這段時光，沒有都市的喧囂，能夠靜下心來感受自然、文化和生活的細節，真心推薦給喜歡體驗純粹日本生活的人！

(3 分鐘短片連結：<https://youtu.be/D3NWnz7Mv0Q> )

具代表性出國交換照片說明(4 張)



圖 1

圖 1 說明(20 字) 與大谷 みどり(擔當老師)和もみじ(學伴)的合照



圖 2

圖 2 說明(20 字) 松江蓼祭行列 (於 2024/10/20 拍攝)



圖 3

圖 3 說明(20 字) 正月飾りの體驗活動



圖 4

圖 4 說明(20 字) 大山滑雪場 滑雪研習

\*格式依需求可自行調整