

臺北市立大學

學生出國研修心得報告

獲補助年度：113 學年度（未獲補助）

研修領域：經濟學科

系所、年級：經濟學系

學生姓名：陳志威

研修國家：日本

研修學校：名古屋市立大學 Nagoya City University

研修時間：中華民國 113 年 9 月 11 日至 114 年 8 月 1 日

國外研修成績：

短片時間及標題：日本交換紀錄影片

中華民國 114 年 8 月 27 日

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)	3
陸、感想與建議(含 3 分鐘短片連結)	4

壹、緣起

在出發前往名古屋市立大學研修之前，我花了相當多心力做行前準備。除了申請文件與簽證的辦理外，我也積極提升日語能力，以便能更順利地融入課堂與日常生活。同時，我查閱了關於名古屋的生活資訊，包含交通、住宿以及當地文化習慣，並與曾經赴日研修的學長姐交流經驗。這些準備讓我在踏上日本土地時更有信心，也為接下來的學習生活打下穩固的基礎。

貳、研修學校簡介

名古屋市立大學是一所融合人文、社會與自然科學的綜合性大學，校園位於交通便利的名古屋市內。學校規模雖不算龐大，但氛圍溫馨且師生互動密切。經濟學系在研究領域涵蓋廣泛，包含產業發展、財政金融以及國際經濟，並重視理論與實務的結合。此外，學校積極推動國際交流，為留學生提供完善的支援服務與學習環境，讓我能在這獲得多元而充實的研修體驗。

參、國外研修之課程學習(課內)

在研修期間，我選修了多門與經濟相關的課程，包括日本產業經濟、國際貿易論、財政學與企業管理等。課程設計兼顧理論與案例分析，教授常以日本經濟發展及企業實際案例作為教材，讓我能將課堂內容與現實社會相結合。此外，小組討論與報告的比例相當高，這不僅培養了我的邏輯思考與資料蒐集能力，也提升了跨文化溝通與表達的技巧。

肆、 國外研修之生活學習(課外)

在名古屋市立大學研修期間，我入住學校安排的國際學生宿舍，環境單純且生活機能便利，讓我能安心專注於學業。校內外的學生活動十分多元，我曾參加經濟學系舉辦的學術研討，也和留學生交流會認識來自世界各地的朋友。費用方面，除了學費由交換計畫免除外，仍需自行負擔保險費與生活費，月支出約八至十萬日圓，其中包含餐飲、交通及日常用品。偶爾的特殊支出則來自於旅遊與文化體驗，例如參觀名古屋城、欣賞傳統能樂表演。特別難忘的一次經歷，是在當地社區志工活動中與居民一同參與祭

典準備，這不僅讓我更深入理解日本文化，也增進了與在地人的互動與情感連結。

伍、 研修之具體效益

研修之具體效益

專業知識深化：透過經濟學理論與實務案例的結合，加深對日本及國際經濟的理解。

跨文化交流能力：與日本及各國學生共同討論、報告，提升語言表達與文化理解。

獨立生活能力：在異地生活，學會規劃時間與管理支出，培養自我照顧與適應力。

國際視野拓展：參與社區活動與文化體驗，增進對日本社會運作及多元文化的認識。

未來職涯助益：研修經驗成為學術進修與就業的重要養分，提升競爭力。

陸、感想與建議(含 3 分鐘短片連結)

這一年的名古屋市立大學研修，對我而言是一段充滿挑戰與收穫的旅程。從最初的適應生活環境，到逐漸融入課堂學習與人際交流，我體會到交換計畫不僅是學術進修，更是個人成長的重要契機。在課堂上，教授引導我們將理論與實例相互印證，使我對經濟學有更深刻的理解。同時，與來自不同國家的同學合作討論，也讓我學會在跨文化情境中更清晰地表達想法，並尊重多元觀點。課外生活方面，透過參與社區活動與文化體驗，我更深入感受到日本社會的獨特氛圍，並在與當地居民交流的過程中建立難得的人際連結。

對未來有意參加交換計畫的同學，我有幾點建議。首先，語言準備非常重要，即便未必能完全流利，但至少要能應付日常溝通與課堂學習。其次，行前蒐集生活資訊，例如交通方式、宿舍規則與當地文化，能幫助你更快適應新環境。第三，勇於參加活動與

交流，不要侷限於課堂，因為真正的成長往往來自與人互動的經驗。最後，保持彈性心態，交換過程中難免會遇到挑戰或不如預期的情況，但只要願意調整，就能將挑戰轉化為寶貴的學習契機。

總體而言，交換計畫是一段能夠開拓視野、培養獨立與養成國際觀的經驗，值得全力投入。

具代表性出國交換照片說明(4 張)



與來自各國同學交流，拓展國際視野，收穫友誼與啟發



Air Asia 亞洲航空，台北飛往大阪



與印尼籍友人在日本的便利商店吃東西



晚上和韓國籍友人在宿舍喝酒，十分開心

影片連結：<https://youtu.be/qYB5kBfe6D0>