

臺北市立大學

學生出國研修心得報告

獲補助年度：

研修領域： 留學生別科

系所、年級：應用物理暨化學系應用化學組四年級

學生姓名：周祥和

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 114 年 3 月 26 日至 114 年 7 月 27 日

國外研修成績：尚未公布

短片時間及標題：名外大研修報告(3:44)

中華民國 114 年 7 月 27 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)	1
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)	2

壹、緣起

成功收到名外大的交換生錄取通知後，就要時刻留意自己的電子信箱，有許多事情要準備，例如：在留資格申請(COE)、留學簽證辦理、入學前的線上分班測驗和跑北市大出國前的手續，男生的話，因為長期待在國外的緣故，必須回北市大軍訓室跑一趟役男出國流程，整體就像跑大地遊戲一樣，事情雖然有點多，但有序處理完後滿有成就感的。

貳、研修學校簡介

名古屋外國語大學位於日本愛知縣日進市，是一所專門培養具備外語能力與國際視野的人才的私立大學。學校提供多種語言課程，如英語、中文、韓語、西班牙語等，並設有多樣的國際交流與留學機會，致力於培養具備實務溝通能力的全球化人才。

參、國外研修之課程學習(課內)

我主要修的課程是共 16 學分(一週共 12 小時)的日文學習課程，程度在 N3~N2 之間，內容涵蓋聽說讀寫，日檢普遍只考聽跟讀，說跟寫我沒有特別練過，所以開學時有點吃力，但後面就習慣了，授課時老師是用日文授課，用詞上都是用常見的簡單單字，對日檢聽力的練習很有幫助。

肆、國外研修之生活學習(課外)

學校有三種宿舍可以選，分別是 Global house、I house 和 residence，前面兩個是共用空間大，能夠與其他人交流的宿舍，而最後一個是像日本公寓那樣，個人空間很大，我本身不喜歡和

作息不同的人一起生活，所以我選擇了 residence。三種宿舍都離學校很近，步行約五分鐘就到校。

學校有日本文化的社團每週都會舉辦日語包廂，就是中午在教室內邊吃午餐邊跟日本學生交流，平常在台灣與日本人交流的機會很少，在這除了能練習用日文表達以外，還能接觸到許多日本同學和來自不同國家的留學生，是個十分難得的經驗。

伍、研修之具體效益

1. 日文能力大幅提升
2. 歐美學生居多，英文能力也有提升
3. 透過交流，能更了解日本人的思維
4. 回國前要跑郵局解約等行政手續，用日文溝通很有成就感
5. 第一次搭日本的新幹線，建議留個 20 分鐘找月台，買完票若找不到月台你會很緊張
6. 增加國際視野，課堂上常會有報告和小演講的作業，能夠聽到不同國家的同學分享家鄉的菜餚、教育和文化等，是很難得的體驗

陸、感想與建議(含 3 分鐘短片連結)

名外大非常照顧留學生，剛來日本時，我以為要自己跑去市役所辦住民遷入流程，後來寄信問學校後才發現學校已經處理好了，但返台前的遷出流程還是得自己跑一趟。獎學金的部分基本上有申請就有，每個月六萬日圓，宿舍的費用會從裡面扣除，除了獎學金外，還可以透過當校內語言包廂老師或參加校內交流活動賺一些錢，當時我當中文包廂老師時都

沒有學生來，但學校還是有給我錢，非常暖心。

學校網站時不時會公布當地的留學生交流活動，例如和服體驗、家庭拜訪和郊遊等，大多數都是免費的，能體驗到許多日本文化。

來日本前我在台灣剛通過 N2，但到了日本後，還是聽不太懂超商店員的對話，過了幾週後漸漸習慣語速後，我開始嘗試在日本獨旅，第一次搭新幹線去大阪看之後想念的學校，第一次去東京找朋友玩，第一次住日本的膠囊旅館，都是珍貴的回憶。

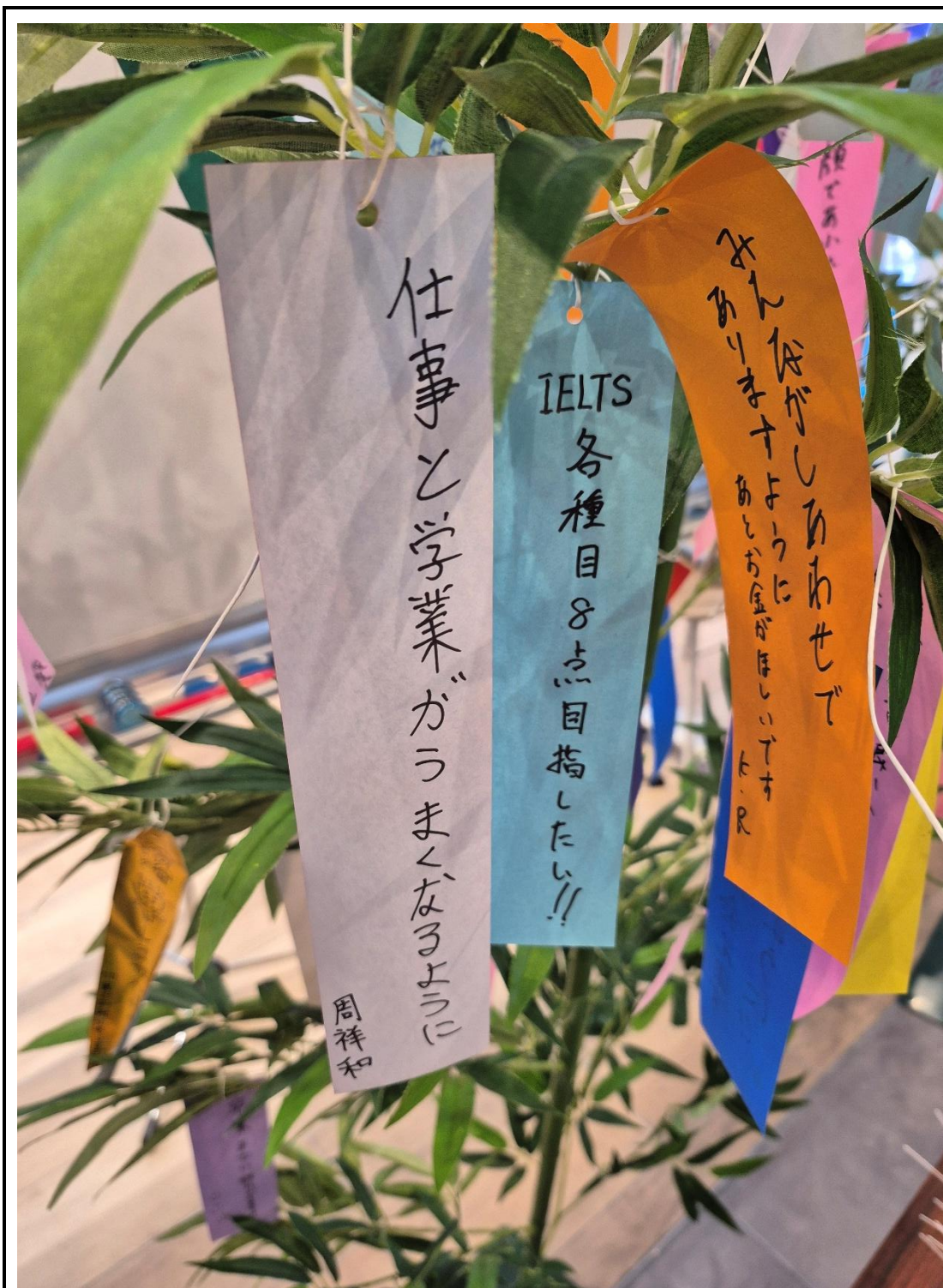
我推薦大家來名外大當交換學生，他們對外國學生十分照顧，來日前會分配學伴跟你聯絡，抵達日本後宿舍還有 3 位 RA 協助處理宿舍的事宜，校內活動非常多，日語包廂的學生們也非常熱情，來這裡學到了許多教科書上沒教的內容。

短片連結：<https://youtu.be/GXyqnQ-sTHg>

具代表性出國交換照片說明(4 張)



東山動植物園交流活動，我與同樣來自北市大的同學一組，
和名外大的同學們一起闖關



校內七夕活動，日本的七夕大家會穿上浴衣和木屐，並繪製七夕短冊



到日本的時候正值櫻花季，到處都能看到盛開的櫻花



學期末的歡送派對，四個月一下就過了，馬上就要回國了

*格式依需求可自行調整