

教育部獎助國內大學校院選送優秀學生出國研修  
之留學生成果報告書

熊本大學留學心得

原就讀學校/科系/年級：長榮大學應用日語系 4 年級

獲獎生姓名：呂○雅

研修國家：日本

研修學校：熊本大學

獲獎年度：102

## 1. 緣起/準備

因日間有工作而就讀夜間部進修，或許老師感受到我對日語的熱忱，於101年暑假期間告知我有台日交流相關資訊，而我也有幸參加此相關活動，直至102年「日本國際交流基金會暑期將於大阪國際中心有為期45日的學習機會」，由於工作因素難於請長假，錯失這樣的機會至今仍令我難以釋懷，於是開始思考該如何把握一分一秒的出國學習機會，便產生了交換學生的念頭。此念頭於甄選前一年便已決定，並與家人、師長、工作同事們訴說自己的想法，雖然也有負面的意見，但絕大多數都持正向意見鼓勵我，並於參加甄選時的暑假期間開始著手自傳等書面資料的準備。令我感到意外的是當年甄選人數突破往年紀錄，以致競爭更加激烈，因此能通過甄選，實讓我備感幸運。

得知通過甄選後便開始獎學金、簽證等書面資料申請，當時距離出國交換不到半年時間，一切手續看似很匆促，其實只要靜下心準備就可以輕鬆完成。雖然有多次出國自助經驗，但也不代表一切游刃有餘，有疑問時我一定會找老師商量，老師也提供許多當地資訊，以及透過老師介紹與正在熊本大學交換學生的前輩們聯繫，並詢問出國的注意事項，了解這些著實讓我安心不少。由於班機因素提前兩天到達日本，學校宿舍也尚未開放入住，所以一個人搭機、轉搭大眾運輸至熊本，並於飯店停留兩晚，期間前輩們帶我認識熊本市區及學校環境。

我個人認為，畢竟大部分學生皆未有留學經驗，對於出國前的期待與不安之心情應該同時存在，此時可以主動詢問師長以及有相關經驗的前輩們，相信他們的經驗一定非常受用。

## 2. 研修學校簡介



研修學校為國立法人熊本大學，其前身為舊制第五高等中學校，創立於1887年，於當時日本成立的高等學校分別為東京、仙台、京都、金澤以及熊本，教育方式為日本菁英之培育，期望其對日本有所貢獻，知名文學家夏目漱石、小泉八雲皆曾於此任教，如今這些舊制高中皆已改制為大學。

熊本大學內五高紀念館即為當時第五高等中學校授課之主要建築物之一，如今紀念館內陳列將當時景象歷歷在目的呈現出來，如課桌椅，以及師生們的照片，優秀師生之事蹟等。


		
春天的五高紀念館	夏目漱石舊居	小泉八雲舊居

校內佔地廣大，分為文學法學部、理工學部及醫學部三大校區，猶如台灣大學、成功大學般紅磚及水泥之傳統日據時代建築，當然也有現代建築。校內猶如大花園，春天可賞櫻花、夏季有繡球花、不僅學校連宿舍都可聽到蟬鳴，你有多久沒被蟬鳴聲吵醒過呢？我在研修期間感受到了，而且是每天(笑)；秋季有紅葉、銀杏。漫步於校園即可感受四季之

變化。

		
櫻花滿開的校園一角	櫻花季進入尾聲的校園一角	夏季的校園一角

		
校園內的心型繡球花	金蟬脫殼	熊本大學圖書館


校園內秋季的銀杏樹

### 3. 課程學習

每學期開始時，負責留學生事務的單位於舉辦選課相關的說明會前會先舉辦日語能力測驗，其主要目的是客觀地依照學生的考試結果分級，提供留學生作為選課之參考，也規定只能選修比自己級數高的課程，不能修級數低的課程。考試結果公告後即舉辦選課的說明會，例如該如何選課及修課學分的下限等注意事項，日語課程如同語言學校接觸多為留學生，如想接觸日本學生除參加社團外，也可修大學部課程。若仍有疑問也可詢問前輩或室友。

日語學程幾乎是小班制，每位老師的授課方式各有其特色，但相較於台灣的日語課程，熊本大學的老師們相對嚴格多了(笑)，如每堂課結束會安排作業、下回上課時發表的課題、小考等等，幾乎所有的課程皆須事先預習，進而提升日語能力。日語課程裡的「日本事情」課程中了解到很多日本的日常生活現況，如河川整治、交通或建築的規劃等等，這讓我迅速地了解日本的制度；即使覺得課程難也不需要自暴自棄，只要認真努力老師們一定能感受到，結果不一定好，但過程中的努力很重要，這是我體認到日本老師的特色，所以遲到早退、缺曠課、作業不按時繳交都不是學生應有的行為，研修期間，中村直美老師常叮囑我們的話：「能夠到日本留學絕不能歸功於自己，領取的獎學金是國民的稅金、生活費也是仰賴父母，且能出國留學是何其幸運，所以自己要抱著感恩的心，秉持學生的本分學習，保持健康的身體、平安度過在日本的日子等等都是身為學生自己該負責的。」

大學部課程相對較困難，但也是練習聽力的好時機，老師也較能體恤留學生，課程選擇性也較豐富，尤以教育學部課程最吸引我，例如有栽培課、烹飪課等等非常實用的課程，可惜的是這些課皆與日語課衝堂，但我上下學期分別選修了教育學部的生理學及文學部的書道課，這兩種截然不同的課程，生理學是每堂小考所以每週都是繃緊神經上課，書道課則是靜下心放鬆練習書法，還有校外觀摩等等多元化的上課模式，讓我一直處於充滿新鮮感的狀態。

在研修期間最不喜歡的即是颱風假，每學期學校會安排 2-3 天的補課日，以防學期期間有外在因素而停課。日本的颱風假是要補課的，這即是不喜歡的原因，而且熊本位於九州中央的盆地地形又有阿蘇山作為屏障，雖偶有颱風但常常是風聲大雨點小，偏偏上下學期都遇到這樣的颱風假，這是我入學以來最討厭的假期(笑)。

		
學期結束的合照	書道課—校外見學	颱風前，傍晚天空

### 4. 研修之生活學習

春季開學近一個月的課後之餘，梅田泉老師則利用週末帶我們參觀熊本市當地，如熊本城及其周邊環境介紹、動植物園以及水前寺成趣園，踏青的過程中也可結識日本學生及各國的留學生，日本學生們普遍對於留學生非常好奇，會主動與留學生聊天。

		
<p>我最喜愛的梅田泉老師(右)，左側為中國友人</p>	<p>梅田老師當嚮導帶我們去動植物園</p>	<p>梅田老師帶我們去水前寺成趣園</p>

另外，每年11月初學校為期三天的文化祭，每天會有各種不同活動，也有許多學生共同策畫的舞台表演，以及社團的成果展，並邀請知名歌手前來舉辦小型售票演唱會，我就參加了橘子新樂園的現場演唱會，真的是非常美好的回憶，有些人於這段期間安排旅行，但沒有安排旅行的同學非常建議去參與一年一度的文化祭，節目活動真的非常豐富精彩。



為期三天的文化祭有許多精采的表演

課業之餘為體驗日本文化及領悟禪宗之精髓而學習花道，花道流派為日本花道歷史最悠久的池坊流，花道教室中有多位學經歷超過20年的學員，課程結束後大家會圍成一圈坐一起邊吃日式甜點、邊喝茶、邊聊天，花道老師非常喜歡台灣人會利用假日帶台灣留學生出去玩，也會免費提供花道展門票，甚至於紅葉季節約我們到京都賞紅葉，同時於池坊流的發源地「六角堂」參觀花道展，因此不僅於熊本當地參觀過花道展，於福岡參觀台北國立故宮展之餘也曾參加池坊流舉辦之花道展，而且學習過程中能感受到日本人對於學習

日本文化之人的尊敬。



學習花道



熊本的花道展



台灣同學利用暑假到大分上課的同時，花道老師特地為大家開班授課的景象



花道老師夫婦帶我們至阿蘇神社



受花道老師之邀，至池坊流發源地—京都六角堂參加花道展



太思念家鄉高雄了，所以決定去京都高雄賞紅葉



爬了很久的山坡終於抵達高雄山神護寺

與當地民眾最直接的交流就是藉由打工，於烤肉店打工時常會接觸當地民眾，並可觀察社會現象，藉由打工可了解日本餐桌禮節，如端盤方式，非日本當地人可能不清楚日本禮節，但知道是留學生後幾乎都能諒解，又如幫店內買東西時，由於只是買盒豆腐，而且豆腐也會立即做成料理，認為索取塑膠袋是製造垃圾，於是商店於包裝盒貼上標籤貼紙以示結帳完成，沒想到回到店內卻被嚴厲責罵，因為在日本購買商品若沒放於塑膠袋內可能會被誤認為小偷，至今我仍難以理解這樣的想法。不過既然在外地，還是得遵守當地的風俗民情。男性顧客也常藉由送菜同時與我們聊天，得知我來自台灣時尤其親切，有趣的是在為店裡買蔬菜時，蔬菜店老闆剛開始不太和善，得知我是台灣人後態度180度轉變，讓我體驗到原來日本人對台灣人與中國人有不同的看法。



回國前的最後一次打工，與店長三兄妹的合照

為秉持不缺課的原則下，開學期間固然因課業及打工而忙碌，但最忙碌的時期莫過於學期結束的寒暑假，藉由打工的收入安排旅遊活動，每趟旅程幾乎都為期一星期，足跡踏遍九州。也曾與中國朋友一同去京都、大阪，為省錢回九州的前一天還在機場睡了一晚，結果隔天一大早的飛機竟然因颱風而停飛，當下我們立即討論因應對策，最後決定訂飯店多停留一晚休息。我想這樣的經驗不是每個人都能幸運遇到的吧！所有旅行中印象最深刻莫過於石川縣第 27 屆 JAPAN TENT 的活動，這是透過熊本大學公佈欄得知專為全國留學生舉辦的，報名需繳交問卷資料及體檢報告，若人數眾多時則採抽選制度，安排的活動是石川縣當地的文化體驗，而且住宿、來回交通費全免，我有幸被選上參加，由於石川縣位於本州，我的交通即是搭乘新幹線至大阪與留學生們會合後搭乘夜行巴士至目的地，光是可以免費搭乘新幹線來回就羨煞不少人了，活動為期 6 天並安排寄宿家庭與當地日本人直接交流，活動期間也結識很多來自各個國家的留學生，活動安排非常豐富，如鄉村體驗、搗麻糬、太鼓體驗、泡足湯欣賞能登半島以及參觀傳統食品加工廠等等，石川縣有三大名園之一的兼六園外，還有許多文化藝術，如金箔的手工藝，另外此活動有針對台灣留學生的行程，也就是興建烏山頭水庫有功的八田與一的故鄉即為石川縣金澤市，我們參觀了八田與一的老家，整個活動內容豐富有意義，是讓我覺得受益良多且無價的活動，而且於金澤的寄宿家庭爸爸將於五月份來台參加紀念八田與一的相關活動，屆時也期望能與他見面敘舊，展現台灣的人情味。



第一晚住宿於春蘭之里，照片為與寄宿之主人的合照，據說房子是全村最大且已有 150 年歷史



位於七尾市的寄宿家庭爸爸媽媽，據說是第一次受託參加 JAPAN TENT 活動



位於金澤市的寄宿家庭，森川爸爸據說 5 月份會來台喔！

		
<p>部分留學生的合照</p>	<p>台灣留學生參觀八田與一出生地</p>	<p>日本三大名園之一，金澤兼六園</p>

另外，透過前輩的推薦參加了學校五高紀念館的講座，講座內容從五高的創建史至出身五高的名人史蹟等，課程為期 4 個月，每個月舉辦一次，有生活雜事也可找事務員商量，對我來說這樣的活動，不僅可了解其歷史，更可在課後之餘到五高紀念館與事務員姐姐們聊天，藉以訓練聽說能力。

## 5. 日常生活

交換學校當地的環境非常好，很快即能適應，由於有阿蘇山的雪水融化成純淨的地下水，故熊本的水是打開水龍頭即可生喝的。



學校的宿舍也非常舒適，我住的是四人房，有共用的衛浴、廚房、客廳，也有各自的房間，房內及客廳皆備有空調，是個麻雀雖小五臟俱全的宿舍，房租一個月 15400 日圓含水電費(單人房價格不同且水電費另計)，當然我也不會因此而浪費資源，但這樣的優勢確實讓我處於每天氣溫 2-5 度的冬天不至於生病感冒。而且以自己曾身為護理人員為經驗，這樣的環境設備讓我做最好的健康管理。日本看病不如台灣便宜，雖然學校保健中心設有醫師可免費看診開立藥物，但視情況需要仍有可能轉診至外院治療，唯有徹底執行健康管理才是王道。宿舍附近也有超市及生鮮超市，生活機能非常便利。老實說以這樣的費用擁有這些設備真的會羨煞其他留學生，我個人對這樣的宿舍感到非常滿意，宿舍外面即有河川，擁有非常好的自然環境，我在研修期間從宿舍聽到蟬鳴、觀賞月全蝕及流星雨等自然景象。





		
<p>宿舍外面的風景，真是宜人</p>	<p>宿舍，熊本的天空真是美得令人驚豔</p>	<p>麻雀雖小五臟俱全的房間，我的房間是坐北朝南的喔！</p>

			
<p>廚房+客廳</p>	<p>該有的設備都有，真的是無可挑剔</p>	<p>浴室</p>	<p>與大家聚餐</p>

熊本人的交通幾乎是以車代步，但學校也有許多老師是搭公車甚至騎腳踏車上下班，我們也是以腳踏車代步，我的腳踏車是跟學校租借（一年費用 5000 日圓），雖然看起來老舊但狀態還算正常。宿舍距離學校騎腳踏車約 5-10 分鐘，依個人腳程而定啦！也有人花 4 分鐘即可到學校，學校到市區約 15 分鐘，腳踏車是非常便利的代步工具。所以於研修期間我的運動及代步工具就是騎腳踏車，也讓我練就了非常好的腳力與體能（笑）。熊本的交通好到沒話說，汽車幾乎都會禮讓行人及腳踏車先行，若是你禮讓汽車先行，對方也會點頭道謝示意，也幾乎沒有違規停車的現象，汽機車、腳踏車需停在收費停車場，由於每個家庭也都備有車庫，所以印象中沒有路邊停車的現象。其開車技術應該也很高超，因為經常有車輛行經非常狹小的巷弄，好在住戶都各自備有車庫，所以不至於阻塞巷弄交通。空氣也非常新鮮乾淨，抬頭就可看到湛藍澄澈的天空，交通與空氣是我回到台灣唯一不太適應之處。

研修期間為減少花費，幾乎都是自理，不知是自己胃口太大還是日本人胃口太小，學校或便利商店的便當份量都無法滿足我，想吃飽都得花上 500-600 日圓，對於靠打工自給自足的我來說這樣的花費太高，由於宿舍也具備廚房用具，於是充分裡用這點三餐餐點皆由自己準備，雖然手藝不佳，準備簡單料理還不成問題。熊本的蔬菜價格很便宜，如高麗菜、大白菜甜又脆，只是蔬菜種類沒有台灣這麼豐富，水果也是，研修期間最想

念的無非就是家鄉台灣的食物，但日本的食物簡單、不油膩，相較於台灣的飲食習慣確實健康多了，也難怪日本人普遍長壽，我還曾於元旦在百貨公司與一位年約 90 歲的奶奶聊天呢！。

		
購買便宜蔬果的商店街	學校販賣部設有的設備	販賣部的微波爐

## 6. 費用

生活費其實因人而異，大部分留學生由父母提供，我為不增加家人負擔，則堅持靠自己打工賺取生活費，也因此三餐自理，幾乎不外食，打工約一星期 2-3 天，且店內提供晚餐，所以一個月除了住宿費，包含學習花道的費用一個月約需 3-4 萬日圓，但我這樣的花費必須克制自己的物質慾望，所以於研修期間我買過的衣服、鞋子是屈指可數的，我盡量存錢旅遊，畢竟旅遊也是學習的一部分，所以跟其他留學生相比，我旅遊的次數少、也較無法享受日本的美食，但每段旅程都讓我用心去體驗，還好熊本的物價也不高，這些花費於其他地方幾乎是不可能的任務吧！

## 7. 研修的具體效益

- (1) 了解自己知識的不足。無論程度如何，學習態度很重要。就日語而言仍需繼續學習，相較於研修前，現已經不害怕日語會話了。
- (2) 了解日本文化。有些知識雖可於書本上學習到，但實際體驗更令人印象深刻。如與日本人相處模式及做事態度。日本人對文化的傳承非常重視，這點值得我們學習。其也非常尊敬學習日本文化的人。
- (3) 了解日本人對台灣人與中國人的看法。這是從打工時體驗到的，並非與日本人聊到相關議題，而且於買東西時體認到的差別待遇，以及客人主動談到的。回國前的最後一次打工剛好發生台北復興航空空難事件，有客人主動與我聊到此事並說台灣與日本的關係密切，與中國截然不同。這些話至今仍讓我感到開心和安慰。
- (4) 台灣與中國的主權問題。雖然這是相當敏感的議題，於研修期間我也不會主動提起，但這樣的議題終究無法避免，而且通常提起的不是台灣人而是中國人(笑)，遇到這樣的情況我會看場合，較明理的朋友則會予他們解釋台灣人的想法，至於能不能接受就看個人了。也了解到原來中國是這樣教育學生，以至於這樣的觀念已深植於民心。
- (5) 了解日本人的性格。我曾遇過不友善的日本人，也因此對日本人改觀，也曾遇過知道我是台灣人後，態度才變的友善的日本人。但絕大多數日本人是友善的，我也很慶幸我遇到的都是善良的日本人。有這樣的體驗是很珍貴的。
- (6) 台灣人都會說日文？有趣的是，這個問題被日本人問過好幾次，可見日本人有這樣迷思，但對於這個問題，我的回答是肯定的，受日本殖民影響，確實很多人都會一些日語單字，例如老人家會說タンス(衣櫥)、スリッパ(拖鞋)等等，留意你周遭的台灣是不是也會不自覺說出日語單字吧！

- (7) 發現自己深愛台灣，以身為台灣人為傲。身處異鄉，必須入境隨俗，所以必須注意自己的言行舉止，因為在異地我不僅是個個體，也代表著學校、國家的形象，風俗民情也與台灣有些差異，表面看似井然有序，但內心似乎是自我壓抑，還是我所住的台灣具有人情味、自在(笑)。另外，研修期間台灣發生的重大事件，如澎湖空難、高雄氣爆及台北空難，在日本得知這些消息時，難過到掉下眼淚，跟中國朋友講述這些心情時，一度被質疑矯情，因為中國人是不會有這樣的情緒反應，讓我覺得台灣人真是真性情啊！
- (8) 團結的台灣人。在日本遇到台灣同胞時，大家會惺惺相惜、互相幫忙，連中國朋友都說，台灣人的向心力很強。
- (9) 思考台灣的發展。台灣人最喜歡的海外旅遊地點—日本，思考其原因後不難理解，並佩服日本，確實有許多優點，排除風景，無論是交通、空氣，連食物、商品的安心安全度都有目共睹，這些不都是台灣有待加強的問題嗎？我在回國前搭計程車前往機場當天，計程車司機提到 15 年前他曾與朋友一同到台灣自助，去過的地方除了台灣還有新加坡，並說讓他不會再有出國的念頭，他覺得還是日本好，例如日本溫泉隨處可見以及穿著泳衣泡溫泉似乎也讓他也不習慣。但我想應該還有其他因素，原因在哪裡？我想值得深思。
- (10) 結交各國朋友。雖然並非每位均有聯繫，但與他們相處過程中似乎多少也能了解其國家之民情，非常有趣。
- (11) 參與熊本觀光旅遊之翻譯。這是因緣際會下獲得的寶貴經驗，於 103 年 11 月中旬過後，為因應台灣高雄與九州熊本的直航而設計的旅遊簡介；除了於長榮大學的課程翻譯學習外，這樣的翻譯經驗還是第一次呢！

	
<p>此翻譯雖屬於打工性質，但卻是個能學以致用的珍貴經驗</p>	<p>雖然經驗不足，但能獲得如此寶貴經驗，更加格外珍惜</p>

## 8. 感想與建議

學校的學習不用說，我很用心地感受日本文化與社會文化，對於曾是社會人的我來說，學校的生活很單純，以我的立場認為想真正感受日本文化除了多安排課外活動，也可藉由打工的方式觀察社會文化與現象，也能更直接接觸市民的方法之一，有任何活動可盡量參加，但前提是務必扮演好學生的本分，不能因課外活動而荒廢課業，無論正向或負向

的經驗都是學習的一部分。學習與他人相處也是重要的課題之一。

		
<p>課餘時間參觀熊本現代美術館</p>	<p>草間彌生的作品之一</p>	<p>熊本八代市的花火大會，長達2-3小時的花火，精采度令人嘆為觀止</p>

		
<p>宿舍後山的立田山公園</p>	<p>春天的熊本城</p>	<p>秋季的熊本城又名銀杏城</p>

		
<p>熊本藤崎八幡宮例行祭典</p>	<p>熊本的寄宿家庭</p>	<p>元旦於藤崎八幡宮跨年參拜</p>



元月2日於百貨公司民眾搶購福袋之盛況，搶購的幾乎是女性，有趣的是，會觀察到坐在椅子上等待的幾乎都是男性及小孩



回國前的旅遊—別府溫泉足湯



長崎中華街



鹿兒島仙巖園，梅花盛開



宮崎的復活島



超人氣的九州列車之一，阿蘇 boy 號