

之留學生成果報告書



大阪國際大學留學心得

原就讀學校/科系/年級：長榮大學應用日語系 4 年 A 班

獲獎生姓名：蕭喬尹

研修國家：日本

研修學校：大阪國際大學

獲獎年度：101 學年度

留學動機

「留學」對很多人來說，是個遙不可及的夢想，對我來說也不例外，以前總是羨慕著別人的留學生活、聽著別人的經驗分享，而日本又是個高消費的國家，所以從來沒想過大學期間要到日本留學。某一天的課堂上，老師介紹了我們學校的日本姊妹校，也鼓勵我們到日本當交換學生增進日文，一開始猶豫了好久，但是後來決定挑戰看看。而很幸運的這次的報考人數比往年少，競爭對手相對也少，因此我順利錄取了大阪國際大學。

交換生徵選準備

申請資格：

- 1 本校在學學生。出國時也必須具備本校在學學生身分。
- 2 操行成績 85 分以上。
- 3 導師或副導師之推薦函一封。

準備資料：

中日文自傳，中文讀書計畫，推薦函兩封。

考試項目：

- 1 筆試：與日檢題型差不多，難易度大概 N1、N2 程度。
- 2 口試：與老師一對一口試，一般生活會話與簡單的問題 5~10 題。
- 3 面試：我認為面試是考試項目中最重要的一個項目，如果筆試與口試沒有信心拿高分的話，可以藉由面試把分數拉高。第一印象很重要，所以面試時盡量穿著正式服裝，面帶微笑自信地回答老師們提出的問題，讓老師們放心選你代表學校到國外當交換生。老師們也會參考自傳讀書計畫來提問，所以對於自己的自傳與讀書計畫內容要非常了解。

出國前準備

行李：由於航空公司規定每位旅客行李限重 20 公斤，因此攜帶什麼東西到日本格外重要。不過往往想要帶到日本的東西會超出允許的範圍，所以有些比較不急迫性的東西可利用國際包裹運輸的方式寄到日本。郵局的水陸包裹的價格最便宜，不過得花上 15~25 天的時間。

因為我是申請寄宿家庭，所以省了很多需要帶去的生活用品，只準備了簡單的衣物，因為在日本一年，一定會買很多東西，避免回國時東西太多，帶一些急迫性的東西就好，其餘的到日本再購入。

若是在外租屋的話，建議多多參考學長姐的意見，積極發問，學長姐可能會有些東西留下來給學弟妹，就可以不用再花一筆錢去買那些東西。

重要文件類：印章、證件照。郵局或銀行開戶、申辦手機都需要。

個人用品類：隱形眼鏡、隱形眼鏡藥水。在日本購買隱形眼鏡必須先讓醫生檢

查視力，拿到醫生證明後才可以買，會比較麻煩，建議從台灣帶來日本。而隱形眼鏡藥水在日本的價格比台灣貴上 2~3 倍。

出國前日本校方會通知交換生們到日本的日期，等到學校通知再買機票即可。

抵達關西機場後學校也會派學生來接機。

保險部份可以先辦理 2 個禮拜的海外平安保險，到日本後學校會再統一幫同學辦海外平安保險。

另外，建議可以帶一張信用卡，避免緊急的時，身上剛好又沒現金時可以使用。而在日本一年一定會到其他地區旅遊，這時候要訂機票、巴士或是飯店的時候，大多數都只能用信用卡付款，所以有一張信用卡會比較方便。

簽證辦理

辦理簽證需要日簽申請書、照片一張、護照、身份證、以及在留資格認定證明書、入學許可書，雖然辦理簽證隔天就可以領取，不過以防萬一，建議一拿到學校寄過來的入學許可證明書就馬上到交流協會台北辦事處或是高雄辦事處辦理簽證。

抵達日本後

1 領取在留卡：如果在出國前已經辦理好簽證，那麼在入國審查時就可以直接領取在留卡。

2. 居住地申報：在出入境機場領取了在留卡，在決定居住的 14 天內，攜帶在留卡到居住地的區役所或市役所申報居住地。

3. 國民健康保險：由於在日本看醫生必須付龐大的醫療費，所以一定要加入健康保險。

4. 郵局銀行開戶：到日本後拿著在留卡、護照、印章就可以在銀行辦理開戶，開完戶後就可以請家人將生活費匯到日本銀行帳戶。

大阪國際大學

大阪國際大學分為兩個校區，守口校區以及枚方校區。

交通方面：

- 枚方校區：
 - JR 學研都市線「長尾站」步行 15 分
 - JR 學研都市線「長尾站」搭巴士 7 分
 - 京阪本線「枚方市站」北口或南口搭京阪巴士「大阪國際大學行」約 30 分
- 守口校區：
 - 京阪電鐵「大和田站」(區間急行停車)步行 8 分
 - 京阪電鐵「萱島站」(準急、區間急行停車)步行 8 分

枚方校區沒有守口校區離市區那麼近，屬於比較郊區，要到市區也必須搭 30 分鐘的電車，但是校園很美麗，校園內充滿綠色植物，是個空氣清新的地方。而留學生們每年分配的校區不一定，今年剛好分配到了枚方校區。



- 枚方校區的足球場



- 春天的學校 櫻花盛開美景



● 學校食堂



● 食堂的餐卷販賣機

上課情形

開學前幾天，學校會舉辦能力分班(上下學期個一次)，依照考試成績分班。分為上級1、上級2、上級3、中級班。

因為是全日文授課，一開始可能聽力方面會有一點吃力，畢竟還沒有習慣日本人講話的速度，不慣漸漸得會聽懂老師在說什麼。

上課基本上都必須發言，老畢竟來到日本就要開口說日文，一開始會害怕回答得不好，很怕被老師點到，不過既然來到了日本就要勇敢開口說，口說能力也會一天比一天更進步。



- 傳統文化課(和服課)

日本傳統文化課有和服課、陶藝課、樂器、書道，這些課程除了可以深入了解日本文化，更能親自體驗，尤其是傳統樂器課，就連日本人一生中也沒有機會學習到，而我們卻能在短短的一年內體驗到日本的傳統樂器，是難得可貴的經驗。



- 小運動會

學校也會辦一些讓留學生們彼此交流的活動。但是因為有分班，因此可能跟其他班的同學們比較不熟，所以藉由參與活動，大家感情也會更加增進。

參加社團

因為同學們幾乎都中國人，所以能接觸到日本人的機會非常少，因此我參加了學校的社團，我參加的社團是個服務性質的社團，會定期的舉辦活動、策劃活動、到鄉下地區當志工，藉由這些活動，體驗到了日本的文化、節慶、農村生活，更學習到了日本人做一件事的謹慎，由於辦活動或參加活動都會接觸到豐富經驗的長輩，因此藉由與長輩們談話，不但能增進日語，也能吸取都不同的知識。而每周六會到附近的小學陪小朋友們玩、學習，也藉此了解到了日本的小學生們的生活。參加社團，不但類積經驗，更能交到很多朋友。



- 社團活動照（冬天一起煮台灣的湯圓，將台灣的湯圓介紹給小朋友們認識）





- 京都南山城村（採藍莓初體驗）

因為社團活動，我們時常到京都的南山城村服務，在南山城村，也體驗到了採茶、種稻、烤番薯、烤麻糬、祭典等活動。

更體驗到了冬天時到鄉下住一晚，一早起床外面滿片白雪的美景。



- 夏天與社團的朋友們到海邊玩水



- 與異國同學們一起參加大阪啤酒節

日常生活



- 寄宿家庭

我安排到的 homestay 是個安靜的社區，生活機能也非常方便，藥妝店、大賣場、郵局、銀行、車站、區役所、圖書館、UNIQLO 等，徒步就能到達。離學校大約騎腳踏車 20~30 分鐘的路程，因為學校是山上，所以上課可能要爬一點坡，若覺得太累的話也有直達學校的公車可以搭。離學校不算遠，因為也有人分配到更遠的地方，每天通車必須花上一個小時以上的例子也有。

寄宿家庭的費用可以選擇一次付清也可以分兩次付，一年的費用是 67 萬日幣，大約台幣 23 萬。包含水電、瓦斯、早餐晚餐伙食費。因為是住寄宿家庭，所以早餐跟中餐是由寄宿家庭準備，優點是不用煩惱三餐吃什麼，也不用自己下廚，還可以每天吃到道地的日本料理，但是缺點是如果飲食時慣不同無法適應的話會比較麻煩一些，如果有正當理由的話基本上是可以跟學校反映或申請更換寄宿家庭。

雖然伙食費不包含午餐，不過寄宿家庭媽媽每天都幫我準備便當，所以每天中餐都吃媽媽準備的便當。其實很多留學生們也會自己做便當，因為雖然學校食堂的價格比外面便宜，不過跟台灣相較起來還是很貴。

寄宿家庭的優點是可以真正體驗到日本的文化，藉由平常的會話，練習正確的發音以及口說與聽力，快速提升日語能力，生活上遇到任何問題都可以跟寄宿家庭的家人們商量。缺點是必須適應不同的生活習慣，必須考慮到家人們，不能夠為所欲為得做很多打擾到家人的事。



● 慶祝 home 媽生日

心得感想

一直覺得很幸運也很慶幸自己能到大阪國際大學當交換生，在日本平安順利得生活了一年，異鄉生活，會有很多不懂又找不到人求救的時候，所以很多事情都要必須靠自己的力量解決，經過了一年，除了語言能力進步了之外，會發現自己成長了許多，對於很多事情會有不同的對於很多事情會有不同的看法與想法，價值觀也會改變，一開始語言溝通上或是與同學朋友相處上一定會有挫折，但是經過這些挫折，一定會看見自己的成長，最重要的，就是相信自己。

而對我來說這一年，最開心的事就是遇到了一個對我很好的寄宿家庭，還有局交到一群很棒的朋友。在寄宿家庭每天都吃到好吃的料理，還可以和家人一起分享好多學校發生的事情。也因為參加了社團，認識了一群非常努力上進，又非常會玩的日本朋友們，除了一起為社團的事忙之外，還帶著我們一起玩了好多好多地方，留學的一年過得很幸福，因為有了留學這一年，讓大學生活留下增添了更多色彩，更讓我的青春留下美麗的回憶。