

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

神戶國際大學留學心得

原就讀學校/科系/年級：長榮大學應用日語學系四年級

獲獎生姓名：黃

研修國家：日本

研修學校：神戶國際大學

研修期程：2023年9月14日至2024年9月1日

獲獎年度：112年度

目錄

- 緣起/準備..... 3
- 研修學校簡介..... 3
- 國外研修之課程學習..... 4-5
- 國外研修之課程學習與本科專業之關聯性..... 5-6
- 國外研修之生活學習..... 6-8
- 國外研修之日常生活..... 8-10
- 費用篇..... 10-11
- 此次研修經驗的具體效益..... 12-13
- 感想與建議..... 13

● 緣起/準備

到日本交換留學一直是我的目標之一，很可惜在高三畢業後，新冠肺炎突然流行，一路到大學二年級都無法到國外。而在大學三年級，台灣開放國外旅遊，學校的國外實習及留學計畫也開始運作，於是我開始準備交換生甄選的資料以及面試，也很幸運得到了赴日交換的一個名額。

大約在出發前的四月中收到來自神戶國際大學的資料，包括宿舍、在留資格以及學生證製作等等申請，還有需要提供財力證明及日檢證書等資料。到八月初，拿到了辦理簽證所需的在留資格同意書，辦理後約兩天就可以去日台交流協會領簽證。

順利拿到簽證後，接下來就是開始整理要帶去日本的行李，要準備個人使用的東西和一年夏冬的衣服，以及買學校規定日期時間的機票。因為是高雄機場飛，符合學校時間的航班並沒有很多，座位也剩少少的幾個，於是決定直接跟旅行社買票，最後買到早上七點飛，日本時間十二點左右抵達。神戶國際大學有安排老師在關西機場第一航廈的入境處接機，在那裏集合所有台灣的交換生後，搭學校安排的車子至神戶的宿舍並帶我們熟悉附近的車站和超市等，以及說明宿舍規定和過幾天的學校活動。

● 研修學校簡介

神戶國際大學的地址是兵庫縣神戶市東灘區向洋町中9丁目1番6號，位於神戶市的人造小島「六甲島」上，最近的車站是六甲人工島線的海洋公園站，為日本的國際私立大學，也是基督教學校。現在學系分別有經濟學系、國際別科及康復學系。神戶國際大學的位置在於海的旁邊，在教室或是學生餐廳，都可以眺望海洋，景色相當美麗，讓人心情愉悅，也是我認為與其他學校相比十分獨特的特色。

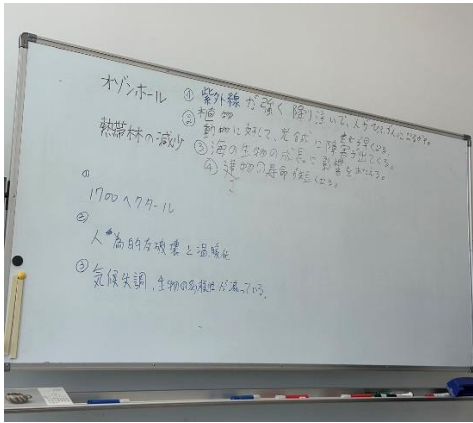


● 國外研修之課程學習

交換生一共有十堂必修課，是由學校協助選課，我並不需要擔心。十堂必修課裡包含八堂日語課程以及兩堂關於經濟及日本歷史文化的全英授課。在入學前，學校有請我們線上考筑波大學的日語考試，用此成績來推薦適合每個人各兩堂的選修課，再由個人決定是否選修。這兩堂選修課為日語文章閱讀及日語書面用語。我上學期兩堂皆有選修，下學期則選修文章閱讀。

必修日語課程是與其他同為交換生的學生組成的班級，我們班的人數有八個人，包含台灣、中國、韓國及越南等國家來的交換生。因為每位學生的日文程度不同，老師會製作每個人都可以學習到日文的遊戲，例如在一大堆五十音中找單字、五十音歌牌等等。課程內容大致分為會話和文法，文法大多是圍繞在N3和N2的程度學習，會話則是看文章總結後，用口頭報告。開始上課前也會讓我們分享最近的生活，能夠習慣用日語進行對話，有幾位老師也會上課前分享一些關於日本的小知識，像是某個縣市的歷史或是某個日本人習慣的由來，這些都是台灣無法在教科書學到的課外知識，也讓我更加了解日本的文化。

	<p>成松 キムフン さん 紹介 ここは 寺部一階にある国際交流センターの一室です。今日は国際交流センターで働いている成松先生に仕事についてインタビューしました。なんと成松先生はベトナムの方です。</p> <p>・どんなお仕事をなさっていますか。 ・どんな困難がありますか。</p> <p>留学生のいろいろなことを管理しています。たとえば、学生の成績や出席を管理したり、新しい学生にオリエンテーションを行ったりします。それから、学生に卒業後の進路についてアドバイスをし、また会議があれば、資料を整理して他の先生に報告します。</p> <p>・どのぐらいお仕事をされていますか。 ・今の仕事は生活のためにしています。楽しくはないですが、やりがいがあります。</p> <p>・この仕事を始められたきっかけは何ですか。 感想 先生はすごく優しい人だと思います。先生の話し方や行動からは外国人だとは思いません。ずっと日本人だと思っていました。自分の英語を聞いて10年も他国で暮らすことができるなんて、同じ外国人として尊敬します。</p> <p><ソクシセン、コウモウカ></p>
<p>採訪國際交流中心的老師 並寫成小篇新聞稿</p>	<p>採訪後製作的新聞稿</p>



上課分組討論 並將結果寫在白板上



與班上同學一起製作 SDGs 的報告
並在線上與日本高中生互相分享

星期 節數	日	月 (一)	火 (二)	水 (三)	木 (四)	金 (五)	土 (六)
1限 9:30~ 10:50							
2限 11:00~ 12:30		日本語 教壇巨 3412 石井	日本語 基礎文法 3412 水町	日本語 基礎文法 3412 水町	日本語 教壇巨 3412 石井		
3限 13:20~ 14:50		日本語 教壇巨 3412 石井	日本語 基礎文法 3412 水町	日本語 基礎文法 3412 水町	日本語 教壇巨 3412 石井		
4限 15:00~ 16:30			日本語 B 3210 小島	國慶 備後講 3210 遠藤	日本語 文章表現 (C) 3201 塚		
5限 16:40~ 18:10						日本語 文化論 2109 下村	

上學期的課表



玩五十音歌牌訓練看平假名的速度

● 國外研修之課程學習與本科專業之關聯性

在長榮大學的本科系是應用日語學系，而在神戶國際大學為經濟學系，雖然被安排在經濟學系，但日語的相關課程還是居多。在神戶國際大學的日語課程有會話、文法、文章分析、書面用語等等，對於在台灣本身就是日語系的我來說，是一個能夠在充斥日文的環境，提升自己日文各項能力的機會。在台灣並沒有很多能夠大量講到日文的地方，課程也大多為中文講解為主，但在日本上課需要讓自己習慣用日文思考並回答問題，能夠慢慢縮短日文會話的反應速度。學習文法時，因為是用日文解釋的關係，會比中文解釋更加了解原意，像是在日文中會有很多不同的詞彙來形容同一件事，每一個詞彙意思、狀況、情緒都會有些許差異，可是中文只要用一個詞彙就可以解釋所有情況。

<p>おもしろい / おどろおどろしい / びっくり / ぼろぼろ / めそのそ / わあわあ</p> <p>1) びっくり (驚かす) 顔がほれ落ちる様子</p> <p>2) びっくり (驚く) 一人でびっくりした</p> <p>3) おどろおどろしい (驚く) 悪人がとても怖しくて大きい声で叫ぶ</p> <p>4) ぼろぼろ (泣く) 大きい声で泣く</p> <p>5) めそのそ (泣く) 番長さんの泣き声</p> <p>6) わあわあ (泣く) 最後まで驚かして泣く</p>	<table border="1"> <tr> <td>やわらかい</td> <td>硬い</td> <td>やわらかい</td> <td>硬い</td> </tr> <tr> <td>指 示</td> <td>表 現</td> <td>いろいろう</td> <td>さまざま</td> </tr> <tr> <td>どんな / どんな</td> <td>どのような / どのような</td> <td>おもしろい / 面白い</td> <td>おもしろい / 面白い</td> </tr> <tr> <td>どろ / どろ</td> <td>どろ / どろ</td> <td>もちろん</td> <td>もちろん / もちろん</td> </tr> <tr> <td>そうい / ち</td> <td>そうした</td> <td>たくさん / いっぱい</td> <td>多く / 多数 / 大量</td> </tr> <tr> <td>挿 入</td> <td>表 現</td> <td>もっと</td> <td>より / さらに</td> </tr> <tr> <td>あと</td> <td>まで / まで</td> <td>一番</td> <td>最も</td> </tr> <tr> <td>だから</td> <td>その目的 / 目的</td> <td>結構</td> <td>比較的</td> </tr> <tr> <td>それだ / だ</td> <td>そのための</td> <td>普通</td> <td>一般的</td> </tr> <tr> <td>でも</td> <td>しかし</td> <td>絶対にない</td> <td>決してない</td> </tr> <tr> <td>しけお / とも</td> <td></td> <td>全然ない</td> <td>まったくない</td> </tr> <tr> <td>だけだ</td> <td>正 確</td> <td>全部</td> <td>すべて</td> </tr> <tr> <td>副 詞 (時の表現)</td> <td></td> <td>名 詞</td> <td></td> </tr> <tr> <td>最近</td> <td>近年</td> <td>男 / 男の人</td> <td>男 / 男性</td> </tr> <tr> <td>今</td> <td>現在</td> <td>女 / 女の人</td> <td>女 / 女性</td> </tr> <tr> <td>ちょっと</td> <td>短い / 短期間</td> <td>休 日</td> <td>休 暇</td> </tr> <tr> <td>とさ / とさ</td> <td>晴 雨</td> <td>勉強</td> <td>学 習</td> </tr> <tr> <td>いっ / ち</td> <td>常 に</td> <td>プレゼン</td> <td>プレゼン / 発表</td> </tr> <tr> <td>これから</td> <td>今 後</td> <td>とこ 所</td> <td>点</td> </tr> <tr> <td>しゅ / ちやう</td> <td>職業 / 職業</td> <td>ご 飯</td> <td>食 事</td> </tr> <tr> <td>副 詞 (比較、程度、表現)</td> <td></td> <td>私 / 僕 / 自分</td> <td>私 我</td> </tr> <tr> <td>すごく</td> <td>大変 / 非常に / 極めて</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	やわらかい	硬い	やわらかい	硬い	指 示	表 現	いろいろう	さまざま	どんな / どんな	どのような / どのような	おもしろい / 面白い	おもしろい / 面白い	どろ / どろ	どろ / どろ	もちろん	もちろん / もちろん	そうい / ち	そうした	たくさん / いっぱい	多く / 多数 / 大量	挿 入	表 現	もっと	より / さらに	あと	まで / まで	一番	最も	だから	その目的 / 目的	結構	比較的	それだ / だ	そのための	普通	一般的	でも	しかし	絶対にない	決してない	しけお / とも		全然ない	まったくない	だけだ	正 確	全部	すべて	副 詞 (時の表現)		名 詞		最近	近年	男 / 男の人	男 / 男性	今	現在	女 / 女の人	女 / 女性	ちょっと	短い / 短期間	休 日	休 暇	とさ / とさ	晴 雨	勉強	学 習	いっ / ち	常 に	プレゼン	プレゼン / 発表	これから	今 後	とこ 所	点	しゅ / ちやう	職業 / 職業	ご 飯	食 事	副 詞 (比較、程度、表現)		私 / 僕 / 自分	私 我	すごく	大変 / 非常に / 極めて		
やわらかい	硬い	やわらかい	硬い																																																																																						
指 示	表 現	いろいろう	さまざま																																																																																						
どんな / どんな	どのような / どのような	おもしろい / 面白い	おもしろい / 面白い																																																																																						
どろ / どろ	どろ / どろ	もちろん	もちろん / もちろん																																																																																						
そうい / ち	そうした	たくさん / いっぱい	多く / 多数 / 大量																																																																																						
挿 入	表 現	もっと	より / さらに																																																																																						
あと	まで / まで	一番	最も																																																																																						
だから	その目的 / 目的	結構	比較的																																																																																						
それだ / だ	そのための	普通	一般的																																																																																						
でも	しかし	絶対にない	決してない																																																																																						
しけお / とも		全然ない	まったくない																																																																																						
だけだ	正 確	全部	すべて																																																																																						
副 詞 (時の表現)		名 詞																																																																																							
最近	近年	男 / 男の人	男 / 男性																																																																																						
今	現在	女 / 女の人	女 / 女性																																																																																						
ちょっと	短い / 短期間	休 日	休 暇																																																																																						
とさ / とさ	晴 雨	勉強	学 習																																																																																						
いっ / ち	常 に	プレゼン	プレゼン / 発表																																																																																						
これから	今 後	とこ 所	点																																																																																						
しゅ / ちやう	職業 / 職業	ご 飯	食 事																																																																																						
副 詞 (比較、程度、表現)		私 / 僕 / 自分	私 我																																																																																						
すごく	大変 / 非常に / 極めて																																																																																								
<p>上課用的講義其中一頁</p>	<p>日文書面用語的筆記整理</p>																																																																																								

日語課程以外的課程是國際關係論和日本社會及歷史，學習語言未來接觸的領域大多為外交、國際貿易、觀光業，這些課程能增加現今國際關係的觀念，也能了解日本如今社會的問題、狀況，老師會出作業讓我們思考，若是在自己的國家發生同樣的事，會有哪些解決方法，自己國家的社會文化又與日本有哪裡不同。日本歷史課上到很多在台灣世界史中不會詳細說明到的史事，目前在台灣，日本觀光業是十分興盛的行業，了解日本當地的歷史，也能與日語能力相輔相成。

● 國外研修之生活學習

神戶國際大學很積極在舉辦各國學生可以一起交流的活動，萬聖節和聖誕節都有舉辦小派對，萬聖節所有學生會一起搶答拿禮物，一起畫屬於自己的南瓜傑克，還有打糖果包的遊戲，聖誕節則是分組裝飾蛋糕，一起邊吃小點心邊聊天，感受與台灣不同的節日風氣。日本很多地方有點燈活動，是一個非常重視各個節日的國家。

學校在上下學期各有一次類似校慶的活動，分別為神國祭和七夕祭，兩個活動內容很類似，但因為在不同季節，感受到的氛圍又完全不同。白天皆為社團表演和留學生才藝表演，周圍會有各個社團和外面的店家擺攤，有食物類也有遊戲類，跟以往看日本校園動畫的文化祭一模一樣，所有的大人小孩還可以買抽獎券，晚上會有主持人公布獎項，可惜我一次都沒有中獎。在活動的最後，學生會和老師會在旁邊的空地施放約五分鐘的煙火，作為活動的漂亮結尾。

每個學期都會有幾個文化探訪的旅程，學校會帶我們帶各個景點參訪，例如：第一國寶姬路城、淡路島及滑雪，兵庫縣和神戶市有各給留學生們一張地方的文化 PASS，可以利用這兩張 PASS 免費去很多需要門票的博物館和觀光景

點，姬路城就是其中一個景點，能夠利用學校提供的資源去參觀我很喜歡的歷史文化建築，真的很開心也很榮幸。另一個讓我很開心的行程就是滑雪，身為住在熱帶國家的人，滑雪是一個很嚮往的事情。學校安排的行程相當完整，是一個具有高 CP 值的行程，大家都在雪場玩得很開心，不同國家的學生也因為滑雪，一起討論技巧，互相幫對方拍照，是一個相當好的交流契機。

我認為最特別的活動是與當地的日本家庭交流的活動，無論是在學校還是單純旅遊，與日本家庭交流的機會少之又少，但因為學校舉辦了這場活動，我們認識了許多可愛的日本家長和小小孩。後來還受到他們的邀請，參加他們的聖誕派對和賞櫻野餐。日本媽媽們也很樂意和我們交流文化，甚至請我們教大家說台語，也教我們一些日本的小遊戲。能夠這樣互相交流不同的文化，也會讓我再次感受到，有學日文真的太好了。

	
<p>神國祭</p>	<p>姬路城一日遊 與日本學生和其他留學生一起合照</p>
	
<p>日本家庭舉辦的聖誕派對</p>	<p>與日本家庭野餐和賞櫻</p>

以上為藉由日本學校參加到的活動，而在其他有空閒課餘時間我會自行去其他縣市旅遊，每到一個縣市都會安排一個城觀光，日本的城堡裡面都會介紹這座城的歷史以及時代，收穫良多。我也會特地為了某個大型祭典到其他縣市旅遊，例如京都三大祭典的時代祭和社園祭及德島的阿波舞祭等，這些都是當

地相當有名且熱鬧的祭典，也是與台灣完全不一樣的傳統文化。我們也有邀請韓國和中國的交換生一起去各地玩，大家一起去很多地方，參加了當地的很多活動，也一起去看大阪最大型煙火大會，在這之中聊了許多事情，高中的不同、課堂時數的不同、社交潛規則的不同，都是不與外國人交流無法知道的事，知道的都只是網路上的片面之語，我認為這些是在出國交換中收穫最大的地方之一。

	
<p>與班上的交換生及三位老師聚餐</p>	<p>和班上的同學一起到奈良旅遊 等待若草山燒山祭的開始</p>
	
<p>京都三大祭典 - 社園祭</p>	<p>廣島城內的博物館 附圖為廣島當時核爆後的場景照片</p>

● 國外研修之日常生活

神戶國際大學位於神戶市的六甲島上，是一座人造小島，島上機能很方便，最近的車站為六甲線的海洋公園站，當地居民大多在距離一站的島中央站活動，島中央站附近有超市、餐廳、銀行，從學校走到這邊也只需要十五分鐘就可以。選擇三人宿舍的留學生都會住在島中央附近，所以當我們下課要聚餐時，都會選擇在這裡一起吃晚餐。

而學校幫我安排的住宿在同一條電車路線的魚崎站附近，坐車只需十分鐘即可到校，住宿的公寓叫「ジョイフル魚崎」，我住三樓。宿舍附近走路兩分鐘就有一間超市和百元商店，走十分鐘有全家和7-11，附近都是住宅區所以晚上十分安靜，魚崎站除了乘坐去學校的六甲線以外，同樣也是阪神線的大站。阪神線是我在日本交換期間最常搭乘的一條線，坐阪神大約十五分鐘可以到神戶三宮，坐大約半小時可以到大阪的鬧區，在遠一點可以搭到奈良或是兵庫縣的姬路市，是一條非常方便的電車，也與台灣桃園機場捷運簽訂為姊妹電車。

飲食的部分因為在日本外食的價錢相比台灣來說高了不少，在外吃一餐大約要1000日幣至1500日幣，這是拉麵或是定食的價錢，若是想吃不一樣的，大多為2000日幣以上。但在日本的超市裡原型食材都很便宜，自己煮一餐大約500日幣可以吃飽且吃到自己喜歡的食物，所以在日本這一年八成都是自己煮比較多，出門旅遊和跟別人聚餐或是家人朋友來日本才會在外面吃飯。在學校的午餐也是自己帶便當居多，學校有規劃學生餐廳，但午餐時間只有五十分鐘，在學餐買餐券加排隊領便當完，只剩二十至二十五分鐘可以吃午餐，思考後覺得自己帶便當會比較方便。

	
<p>學校安排的單人宿舍內部 房間是套房包含廚房 一開始有準備床組及廚房用具</p>	<p>公寓外觀 有三層樓</p>
	
<p>日本垃圾有規定放置位置 每天丟的分類不一樣</p>	<p>從車站走回宿舍的路</p>

	
<p>阪神線及六甲線の聯通道路</p>	<p>從房間往外看的樣子</p>
	
<p>自己做的便當</p>	<p>和同公寓的台灣交換生一起包餃子</p>

● 費用篇

宿舍的費用為半年三十五萬日幣左右，等於一個月五萬日幣左右，水電費、瓦斯費和網路費是包含在宿舍費用裡面，只要不要用水電用太兇，基本上不用另外付錢。水電費和瓦斯費雖然不用付，但還是會寄當期使用多少錢到信箱裡，水費兩個月計算一次，約為3000日幣上下，瓦斯費一個月計算一次，約為2000日幣上下。在冬天只會在洗澡後開暖氣至上床睡覺後一個小時，因為日本冬天空氣很乾燥，暖氣開太久會皮膚太乾，起床喉嚨會很不舒服，夏天則是會開比較長的冷氣，日本夏天和台灣夏天一樣都很熱，房間也因為在最上層，屋頂曬到太陽熱會集中在房間內，所以夏天用電量稍微兇一點。

在日本生活需要繳交年金和健保，因為我是留學生的身分，之前也沒有在日本工作的經驗，所以年金是可以申請免繳交的。健保的部分每個月約為2000日幣上下，會依月分不同而有所變化，通常會半年一次繳完。

交通的部分，從宿舍到學校一定需要乘坐六甲線才能到，電車單趟需250日幣，僅搭一站也需要付210日幣，每天乘坐勢必是一個很大的話費，所以學校推

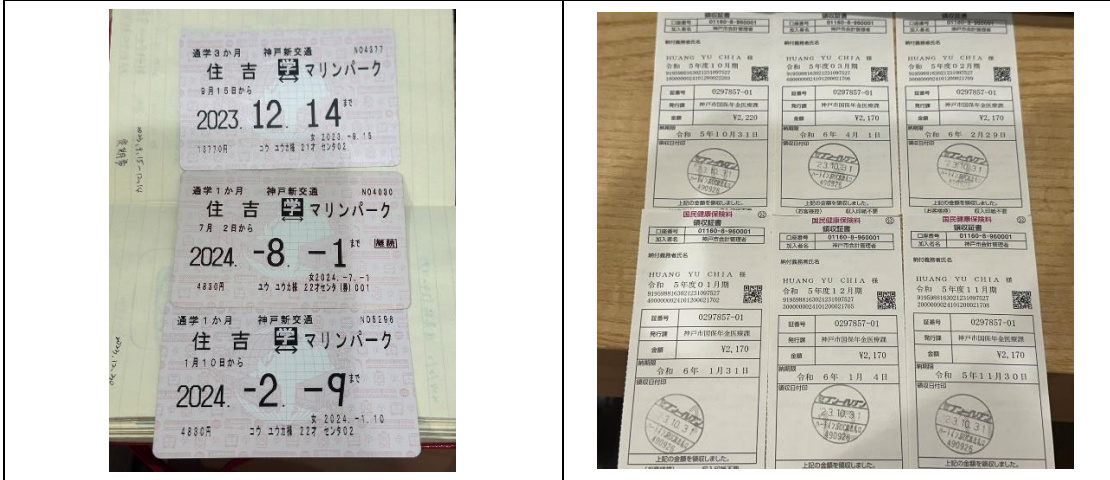
薦我們買學生的通勤月票，我們會依照自己的需求買需要的月份，三個月是13770日幣，一個月是4830日幣，我自己買了兩次三個月和兩次一個月。

每個月食材的支出差不多兩萬初日幣，包含零食、水果和甜點，外食大概是一萬日幣左右，日本外食一餐單價普遍很高，所以較少在外面吃。



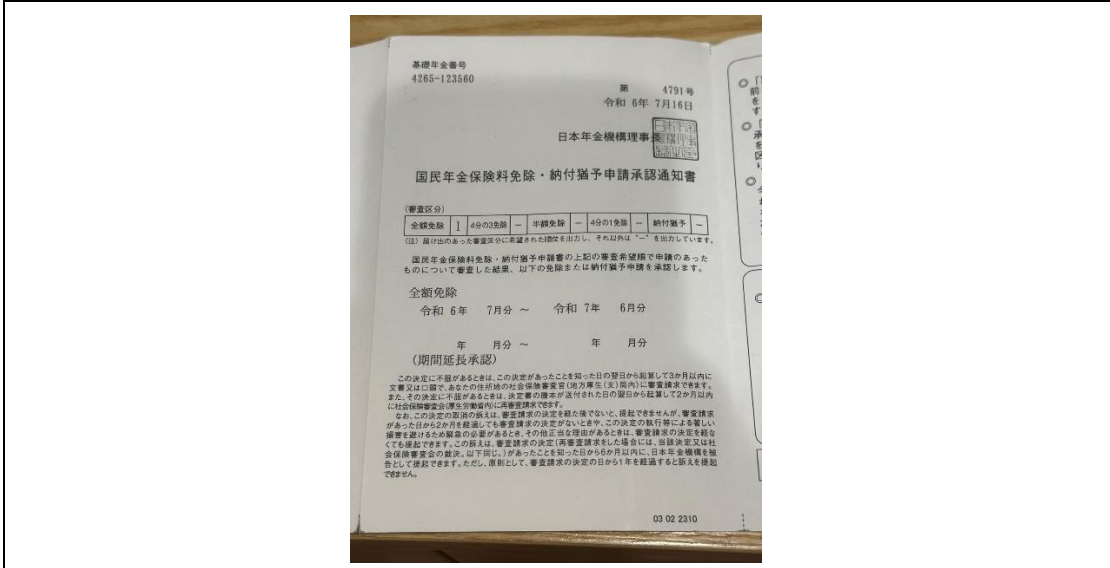
瓦斯費使用量的通知

水費使用量的通知



在六甲線使用的學生通勤月票

健保費的繳費存根



免除年金的通知書

● 此次研修經驗的具體效益

1. 更敢說日文

不管是上課還是在餐廳吃飯，一定都得用到日文，上課時老師會激勵我用日文分享有趣的事或是最近生活上遇到的煩惱，就算我的文法錯誤也不會馬上想糾正我，而是先回覆我分享的事情他的看法，在跟我說怎麼說會表達得更完整，老師給我們很大的信心去表達自己。



2. 獨立

在日本是徹徹底底讓自己待在非舒適圈，周遭並沒有熟悉的家人和朋友，所有事情大多是自己一個人去做去解決。若是生活上遇到學校無法協助的事情，就得自己去處理，出門在外也大多是自己一人去外地，交通住宿都會是自己安排，遇到困難時也是要自己先想辦法解決，再決定需不需要尋求幫助。在日本很需要習慣什麼事都自己來，也需要習慣大多數時間是一個人的狀況，我認為我的應變能力有所提升。

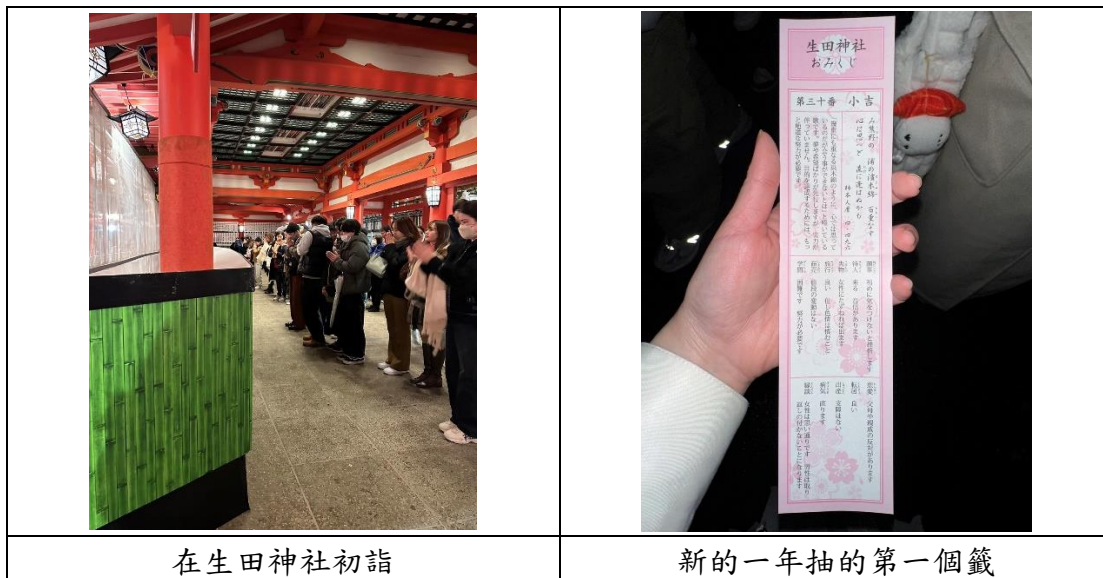
3. 增進國際觀

神戶國際大學有許多的交換生和留學生，除了跟日本人交流外，也會常常和其他國家的學生聊天，慢慢接觸後發現同一件事，不同國家的觀念也會不一樣，例如在台灣茄子是分類在蔬菜類，但是在越南是分類在水果類，同一件事規則也會不一樣，例如在日本和韓國上課時間都是九十分鐘，並且沒有午休時間，中國的日語檢定是有人數限制的，名額需要用搶的，這些都是以前從未聽過的事，也是很有趣的文化差異。

4. 體驗不同的當地傳統文化活動

講到日本就會想到他獨特的傳統文化，在歷史故事聚集地的關西生活，可

以體驗到許多從以前流傳下來的活動，參加到很多大型祭典、夏日花火大會，跟朋友穿著和服穿梭在日本古色古香的小巷，又或者到阿波舞起源地「德島」體驗阿波舞。最令我嚮往的是日本的跨年活動「初詣」，台灣的跨年會很熱鬧，大家一起在舞台前和藝人們倒數，在日本他們會在這天去到神社參拜，祈求新的一年能夠順順利利，氣氛大不相同。



● 感想與建議

很慶幸當初在甄選時填寫的志願序都以一年為主，如果不是交換一年，也沒辦法感受到日本的春夏秋冬，在日本的這一年，參加了很多活動，遇到了很多不同性格的人，也會慢慢學著和不同文化的人相處，從很多人身上得到幫助，這些都是對未來不可或缺的經驗。到日本生活一直是我的夢想之一，體驗日本人平常的生活，去各個地方增廣見聞，第一時間接收到喜歡的動畫的消息，不用跨區就可以聽到喜歡的聲優的節目，這一年除了增加自身的日文能力，也完成了許多目標。我認為到日本生活的第一個條件並不是日文要講得多好，而是要習慣自己一個人，過程或許會認識很多朋友，但大多時間會是自己相處，把心情調適好，我相信在日本交換或工作，會順利許多。

