

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/四年級

獲獎生姓名：黃

研修國家：日本

研修學校：熊本大學

研修期程：一學年

獲獎年度： (由國際交流組填寫)

注意事項與說明

1. 填寫本申請表辦理相關申請作業時，視同您已同意本校蒐集、處理、利用您的個人資料；本表蒐集之個人資料，僅限於特定目的使用，非經當事人同意，絕不轉做其他用途，並遵循本校資料保存與安全控管規定辦理。相關之告知事項請參閱本校網站<http://www.cjcu.edu.tw/pims>

1. 緣起

起初，交換留學並沒有在我的計劃之內。但在大三升大四的暑假期間，我仔細反思了自身即將結束的求學經歷，認為這幾年來我只倚靠校內師長們的教導與接觸日本流行文化等的興趣來學習日文，卻從未真正的體驗過日本生活，加上自己內向的性格使然，與日本人交流的經驗也少之又少，就這樣畢業的話，想必未來的我只會感到可惜與後悔，於是就有了申請交換生的想法。儘管如此，若是我決定交換留學的話，勢必得延畢一年，基於同屆們大多將要踏入社會階段的焦慮，我又躊躇了一陣子。幸而參加系上活動時，系主任向全體學生說了：「不需急著畢業，把校內資源利用完再畢業也不遲。」這句話終於讓我不再猶疑，於是便開始著手準備申請交換留學。

1.1 準備

待校內簡章公告之後就可以開始申請，有將近一個月的時間可以準備校內徵選所需的文件，需要備齊的資料可以參考歷年簡章。儘管名額還算充足，但若早做決定要交換留學，就可以稍微注意一下自身的校內成績及取得日檢 N2證書，才能相較自由地選擇想交換的學校。

在資料備齊後，也可以找師長做足面試練習。通過校內徵選後，就可以著手選擇申請教育部學海飛颺、惜珠獎學金，或是校內獎學金，接下來備齊交換校方所需的報名資料及處理保險，熊本大學的要求文件主要會有交換申請書、在學證明、成績證明、推薦信、健檢證明、在留資格認定證明申請書、財力證明、國際交流會館入居申請書、證件照、護照影本、日檢證明。由於國際處會協助我們審閱及補件，報名資料會需要稍微提早交出，不過仍然大約有一個月的時間可以準備。

申請簽證需要日方給予的在留資格認定證明書（COE），而 COE 要等交換校方將我們的資料呈交出去審查後才能拿到，所以要再等上一段時間（做為參考，我為大約八月初前後收到入學通知書及 COE），收到 COE 後就可以馬上去申請簽證（若有申請簽證相關疑問，可以在日台交流協會官方網站找到詳細資訊），與此同時也可以訂機票了。如果有計劃在留學期間體驗打工，可以在過日本海關時提交資格外活動許可書。

熊本大學雖然沒有提供接機服務，但會提供交通指南以及兩次從熊本櫻町巴士總站到國際交流會館（宿舍）的接送服務，除此之外還有キュータ一制度，也就是會配給你一位學伴，若有疑問便可以詢問學伴。

2. 研修學校簡介

在2024年泰晤士高等教育公布的日本大學排名中，熊本大學排在了第17位，可以說是日本前段的一所國立大學，系所跨足了文、理、醫三大領域。熊本大學沒有其他學校所謂的留學生別科，而是會根據你填寫的交換申請書，安排到不同的學部，這點也是我選擇熊大為第一志願的動機之一。校內不只讀書風氣十分良好，也不乏有數十種的社團可以參加，課餘活動也特別豐富，但凡你能妥善規劃時間與金錢，同時參加好



幾個社團也完全沒問題，有機會可以打聽看看日本同學參加了哪些社團，同時身兼好幾個社團部員的同學也可能不在少數呢。

而日本文學史上的大文豪夏目漱石也曾在熊本大學的前身，也就是第五高等學校中任教。在校內行走，經常能經過一棟典雅的紅磚建築，即是五高紀念館，去上課的路上也

可以看到夏目漱石等名人的雕像，時刻能感受到這片土地的歷史風情。

除了歷史風情，校區在生活機能上也十分完善，熊本大學內有販賣教科書、文具、零食等的複合式商店，再往裡面走一些是學生食堂，二樓則是學期剛開始要預約購買教科書的集散地和些許社團的社課地點。此外，由於日本四季分明，在熊本大學內也能明顯觀察到各個季節特有的景色，尤其是秋季來臨時，



校內銀杏盛開、滿地燦黃的景象我至今仍然難以忘懷。所以在留學期間，也不妨放慢

腳步，在校園內尋找季節留下的足跡。

3. 國外研修之選課

在開學當月初，熊大會提供選課資料供填寫，不過到開學前幾天，會再提供選課系統的網址和相關選課資料，此為正式的選課申請。日本語科目方面有分為 K4~K7 的課程，對應的是日檢 N4~N1 的等級。K6 的課程內容主要是以銜接 N1 為主軸，而 K7 的課程內容主要都是 N1 以上等級的寫作或是閱讀等等的訓練。此外還有類似台灣的通識課，也就是短プロ科目，不過短プロ科目都是以全英文授課、一個課程上兩個月為主。學部課方面，熊大會提供一個開放給留學生的學部課程清單讓我們參考選擇，無論你是什麼學部的都能跨修不同學部的課程，例如我為教育學部，但也能選修文學部的課程，另外也會有法學部、理學部等都有開放給留學生的學部課程。長大有規定校級交換生每學期要修9學分，並及格6學分以上；熊大方面則是規定一學期10學分，兩學期內共要修滿20學分才能拿到修了證書。

以我這屆的選課規則做為參考，有發生一些由於選課條件模糊而產生的爭議事件。例如只有 N2 選了 K6 課程卻被強制要求選 K7 等級的課程、不能跨選 K6、K7 與學部課程、陳述這些規則的老師的說辭，與負責選課事宜的辦公人員說法不一等等情事。所以在選課上有任何疑問可以都先與負責選課事宜的單位確認看看，以免有像我們臨時被迫在最後一刻改選課單的狀況。

3.1 課程學習及推薦

日本與台灣不同，台灣是一堂課分為兩節，中間有休息時間，共上100分鐘。而日本一堂課就只有一節，時間為90分鐘。日本課堂的作業量多，必須先預習的課堂也相較多一點。最初會需要一點時間適應，不過只要按部就班的話基本上不會有問題。

由於日本語科目是針對外國人留學生們開的一系列課程，授課老師們的語速會較清晰，或是稍微放慢語速。不過 K7 的課程為高級日文，老師們都很相信學生的日語能力，便不會過於刻意放慢速度，但基本上咬字都還是很清晰。在 K6 課程中我很推薦中村老師的文法課，中村老師的教學風格是讓學生能夠穩紮穩打的類型。一直以來在日

語學習上，我最大的瓶頸就是文法，但上完一學年的 N1 文法課後，除了釐清了許多相似文法外，也讓我逐漸摸索到了讀文法的訣竅。儘管文法仍然是我的弱項，但不能被忽視的是經過這一年，我找到了文法上的立足點，也不會再抗拒它。在 K7 系列課程中我最印象深刻的是一堂名為文章表現法的課程。在這堂課裡，你會學到很多在寫小論文上需要用到的正式的、學術的日語用詞，作業方面幾乎是每週都有功課，兩週寫一次 1000 字小論文。雖然作業量較重，期中期末也具有挑戰性（在考試時間內寫大綱及 1000 字小論文），但修完課後會發現自己的日語寫作能力大幅提升，又增加了學術方面的日語詞彙量，如果不畏艱難，想突破自我的可以挑戰看看。

而學部課畢竟是日本人學生們的正規課程，因而老師們會以正常語速授課，因此想習慣日本人正常情況下的語速、想體驗與日本人一起上課的氛圍的話必須選修學部課程。我很推薦文學部鈴木老師的文化史概說，在這堂課，老師會為留學生們分配學伴一起上課，學習日本各式各樣的文化史，還有機會在課堂上與學伴討論課題。以及同為文學部，渡辺老師的中國語中國文學演習，雖然教科書是簡體字文章的形式，但主要的上課方式是讓大家中翻日發表，渡辺老師會解說一些中文母語人士在中翻日上的常見疏忽，也會梳理長句的翻譯，所以想精進翻譯能力的話可以選擇。

4. 國外研修之校內活動

在剛來熊本沒多久，我們就遇到了當地的八幡例大祭り，在祭典活動中，可以看到當地人牽著很多匹裝備著神社與祭典相關物品的馬，環繞市區走動，在八幡宮前也會有整排的祭典攤販，剛來便可以體驗到祭典活動和日式小吃。

熊本大學社團種類繁多，其中有一個叫做 C3 的社團，主打國際交流。社員們都樂意與外國學生們互動交流，也常舉辦例如聖誕趴等的節日活動，若想多爭取與日本人認識的機會就可以參加看看。熊本大學每年 11 月會舉辦名為紫熊祭的學園祭。學園祭會舉辦連



續三天，許多社團都會出來擺攤販賣小吃或設計遊戲給參與者遊玩，此外還會有不只一個舞台可以看表演，阿卡貝拉社、吉他社、熱音社等等表演性質社團會接連在不同舞台演出，比較特別的是紫熊祭還會有校花校草選拔、夜晚肌肉祭等的活動，可以感受到日本大學裡青春洋溢的熱鬧氛圍。

熊大的國際教育課有時也會釋出一些校內校外、當地的國際交流活動的資訊，例如我參加過的燒酒 tour、日本古玩體驗等活動，參加活動不只能跟他校留學生交流，也有機會與當地居民互動，體驗各種日本文化。

4.1 校外活動



說到熊本的話，就不得不提到阿蘇。阿蘇有豐富的自然景觀，我想來熊本大學的另一個動機，也是一直想去參觀看看位處阿蘇的上色見熊野座神社。還有草千里、阿蘇山、大觀峰等景點，如果是很喜歡自然景觀的同學，我推薦可以秋冬時去一次、春夏時去一次，這麼一來還能看到不同季節風光的阿蘇景色，保證美到一輩子都忘不掉。不過要自己搭乘大眾運輸前往這些景點的話不是很方便，所

以我很推薦可以參加九州產交的阿蘇 tour，只要繳錢報名，就可以去集合地點報到，當天會有導遊和瀏覽車帶你遊阿蘇，相比自己前往，cp 值高很多。此外，若是想去到熊本其他區域，甚至是外縣市遊玩的話，也都可以考慮參加九州產交的バスツアー。

來到日本後，我與一樣喜歡聽歌的朋友一起參加了幾場 Live 和音樂祭活動，就算是諸如此類的活動，也有許多和台灣不一樣的文化差異可以挖掘，是很新鮮的體驗。



5. 國外研修之宿舍環境



國際交流會館，也就是學生宿舍的對面有一條名為白川的河道，宿舍後方則是立田山，可謂環境優美。我個人很喜歡白川，在沿著河邊步道騎車時舒適非常，經過時我總想將白川的景色全納入眼裡。有次騎車去學校時，還看到有人愜意地躺在河邊草原，曬著暖陽，讓我不禁會心一笑，想著原來不只我那麼喜歡這片景色。熊本提供的

宿舍有兩種，一為單人間，而我住的則是第二種，也就是四人間。四人間宿舍與歐美常見的宿舍相去不遠，為一套共用衛浴、客廳及廚房，每個人會有自己的個人寢室。由於有了自己的獨立空間，隱私度比台灣常見的大學宿舍高出不少，不會有一轉頭就能看到室友在做什麼、作息相差太多導致不能好好休息的問題，空間也寬敞許多。熊本雖然位處九州，但冬天仍然比台灣乾冷，溫度大約會降至5~15度，因此暖氣有可能會變成常開的狀態，夏天的熱度則與台灣不遑多讓，不過四人房包水電，因此可以較為放心的使用空調。



5.1 生活機能

來熊本後，學伴會帶我們去開戶以及去市役所處理所有必要手續，因此不必擔憂。而生活機能方面，騎車五分鐘或走路十分鐘就可以到販賣許多生鮮蔬食的工一ス超市及生活用品、藥妝居多的コスモス。在日本的飲食生活主要還是以自炊為優先，可以節省許多開銷，因此工一ス是我最常造訪的一間超市。即使有時候想偷懶一下不自己料理，也能在工一ス買到各種熟食小菜或便當，例如南蠻雞便當、漢堡排、炸魚炸蔬菜或廣島燒等等。往學校方向走十分鐘的話也可以到セイムス超市和全家。

交通方面可以購入腳踏車來代步，不只方便，也能節省許多交通費。宿舍附近便有公車站「小碓橋」，從宿舍徒步十分鐘也可以到達JR 竜田口駅，而從竜田口駅往肥後大津方向搭兩站就能抵達光之森站，光之森站隔壁是一座叫做ゆめタウン的大型購物商場，商場內部也有電影院等生活娛樂設施。此外，也能騎車或搭車前往子飼橋或通町筋，子飼橋內也有一間超市，而通町筋相當於最熱鬧的市區，有分為上通、下通，上通也有一間イオン超市。

如果想領錢或寄物，在セイムス超市和全家附近就有一間郵局；如果要繳交房租，肥後銀行就在離熊大大約步行十多分鐘的距離。需要什麼幾乎是應有盡有，生活機能十分良好。

6.費用篇

- 四人房包水電，一個月的月租為17000円
- 國民健康保險一個月2300円
- WI-FI 機一年28000円
- Linemo 手機費，我的方案為4G 網路，每月20GB，月租2728円
- 伙食費以自炊為主，一日兩餐，偶爾外食，一個月大約30000円及以上
- 交通費日常以騎車上下課為主，偶爾搭車，一個月大約2500円及以上

至於娛樂花費便不固定，若是預算還很充足，我便會看電影、參加 Live、安排觀光旅行等。若是都自己下廚、以腳踏車代步，可以省下較多預算，在娛樂用度上也就可以更寬裕。

7.此次研修經驗的具體效益(請條列式列舉)

- 不再害怕開口說日文
- 於未來就業多了一筆加分項
- 了解實際上的日本生活與文化
- 確立未來就業方向或志向
- 接觸到來自各國的學生，開拓國際觀

- 各方面的日文能力提升
- 了解到各種台日文化差異

8.感想與建議

過去的我僅僅是把喜歡日本文化當作興趣，從來沒想過自己會以日文為主修前進，甚至是能夠出國體驗留學生活，親自走一遭後也認為確實不枉此行，這是我做過最正確的決定。我也很開心選了熊本來交換，在熊本的生活不似大都會，這裡的步調合宜，不會有大都市的壓迫感和紛雜感，熊本除了與我的家鄉是姐妹市之外，也給了我一種如同在家鄉的安心感。在熊本的這一年，我期待並珍惜著每一刻能與日本人交流的時候。在台灣時，我是連打電話後要說什麼都會需要先構思一下的人，想練日語會話時也都是在腦內自己構思對話、自我練習。但自從知曉得到交換資格後，我彷彿也得到了莫大的勇氣跟動力，參加了校內的台日交流活動、和系上日籍老師練習會話。來到日本後，儘管不知道自己能不能表達出想說的話，我都會抱著：「不管了，先上再說。」的想法，也正是因為這樣的想法，我才發現了自己的極限在哪，並且嘗試突破它。即使還是沒有到不需思考就能直接溝通的程度，經過這一年，會話和聽解能力的成長肉眼可見，在日檢中更能體現出進步，最重要的是我有了開口的勇氣。

同時，我也很珍惜這段最後的青春時光，把握時間去鹿兒島、高松、高知、大阪、東京等等許多地方旅行。因為喜歡J-pop所以去看Live參加音樂祭；因為喜歡二次元文化而體驗了一下日本的推し活；因為喜歡大自然景觀而去登山看海參觀日式庭園。曾經從沒因為自己的興趣而主動去做些什麼、只會想想的我，在這一年都去付諸行動了。

這一年內可能會有許多生活上或課業上的挑戰，對我來說，例如像是垃圾分類嚴謹到即將要離開日本了仍然會分錯，還有地獄一般的兩週要寫一次1000字小論文作業的課等等，但這些都已然成為我成長的養分。即使有不好的回憶也好、難堪的時刻也罷，都將讓我更能將這段經歷記在心裡。留學這一年，我時刻環抱著感恩的心情，同時也很慶幸能得到交換的機會，因為有這個機會，我才能見到更廣闊的世界、更美麗

的风景，这也肯定会是我人生中最美好最宝贵的一段回忆。



(去熊本看不到熊本熊是不可能的挑战)