

學海築夢/新南向學海築夢學生出國實習

心得報告內容大綱

請於封面上方列標題（選送生獲補助年度、薦送學校系所、年級、中文姓名、前往國外實習國家、國外實習機構名稱、國際實習考評成績或評語及短片時間及標題）

獲補助年度	108學年度
薦送學校、系所、年級	長榮大學/應用日語學系/3A
中文姓名	陳○恩
國外實習國家（含城市）	日本/日光市
國外實習機構	日光総業
國外實習考評成績或評語	78 雖然有時會會錯日文意思及一開始的工作內容理解階段需要一點時間，但很快就能夠進入狀況，也受到同仁的喜愛。
短片時間及標題	影片連結： https://youtu.be/560ZPzaIWd8 標題: 學海築夢 日光（七個月實習） 時間：2分51秒

一、緣起

(一) 實習動機

因為自己讀的是日文系，想要充分運用到自己大學所學的日文專長，起先是想要去日本接觸日本客人提升日文能力及了解日本文化，他們的想法及體驗日本生活，日本人是以求事嚴謹認真的個性廣為人知，也想學習他們做事的精神及做到最好的態度。直到大學三年級，覺得選擇一個好的實習單位真的很重要，聽了學長姐日光的很充實的實習分享，聽到了公司的人都對他們非常照顧，那時候更堅定了我要來日本生活體驗實習這件事，相信會是一個很不一樣的體驗。

(二) 爭取實習機會

從同學那裡得知系上有在籌備『學海築夢』的補助，這次有機會就積極取，用日文寫履歷自傳，練習日文自我介紹及應對，參加學校的面試，因為這間公司是系上老師親自赴日本與社長簽約，所以面試官是系上老師，雖然如此但社長有親自來訪學校和我們見面聊聊天，當天也是社員員工旅遊來長榮大學。

(三) 實習行前準備

行前準備包括了確認護照有效期限、辦理實習簽證、簽行前契約、兌換日幣、提升自己的語文能力、上網了解實習公司工作性質及周邊環境，了解禮儀問候及當地文化也是相當重要的一件事，參加學校開設的職場日語和職場禮儀課程詢，問學長姐特別需要注意的事項，記錄於筆記本上，對於學習任何新事物都要保持良好態度，做好充足的準備。

二、國外實習機構簡介

日光總業旗下有六間餐廳及一間賣店，是以西洋料理為主，其中一間餐廳堯心亭則是日本式的精進料理及懷石料理，公司理念為顧客至上要營造給客人一種幸福溫馨的氛圍，服務生的態度及笑容也讓人覺得溫暖，以最高級的食材烹調出美味的料理，映入眼簾所見之空間是整個充滿洋溢著文明而開放的用餐氛圍 置身於現代日光，感受明治時代風情。在品嚐明治時代傳承下來的高級西餐的同時，也請慢慢地度過猶如穿越時空背景的時光。我實習的賣店位於東武日光車站旁，會有很多外國觀光遊客前來，店裡商品主打人氣起司蛋糕。

三、國外實習企業或機構之學習心得

覺得能在國外的甜點店工作是一件很酷的事，每天上班的氛圍都很開心，前輩們也都很有耐心的教導我們這份工作需要做什麼事情，有哪些小細節需要特別注意，還有服務業用語，一開始接觸到客人時真的很緊張深怕自己笨手笨腳做錯事情或說錯什麼話，前輩總說慢慢來不需要著急，一樣一樣慢慢的把它做好，當你太著急了反而會容易出錯、什麼事都會做不好，對待客人隨時都要保持笑容，有些客人發現我身上別了台灣研修生的名牌還會特別跟我說要加油，聽到這句一整天上班更有動力了。

四、國外實習之生活體驗

學習到日本的文化禮儀日文敬語的活用，哪些事情在日本絕對不能做，除了工作之外休假時還到處走走看看，參加活動，也體驗到了日本的四季分明，從夏天綠意盎然、秋天的紅葉銀杏、到冬天的白雪紛紛，因為二月實習結束就回國的緣故，很可惜只剩下春天的櫻花沒有賞到。

五、國外實習之具體效益（請條列式列舉）

（一）提升語文能力

透過此次的日本實習，可以活用在大學三年中所學的日文，不論是和客人或前輩對話時，都能訓練自己的日文表達能力、以及聽力，盡量用日文的思考模式講出想表達的句子，不僅日文能力的提升，因為日光是觀光景點賣店又位於車站旁，會有許多的外國客人前來，需要使用英文應對，覺得英文是國際相通的語言，對於現代化的年輕人也相當的重要，幾乎可以說是標準配備。

（二）拓展人脈

到日本能認識到當地的日本同事又或者當地經常來光顧的熟客，久而久之就變成了很好的朋友，像是賣店前為計程車停放處，有位計程車司機經常來店裡光顧，我們會請他喝咖啡，他也會買甜點來請我們吃，有一次自己一個人，晚上要回家時做到了那位認識的計程車司機的車上山，他卻只收了我起跳價七百四，晚上自己一個女生上山很可怕，能夠坐認識的計程車司機的車感覺也比較安心。除此之外有一次休假自己一個人出門玩，旅途中一直請別人幫我拍照，因此意外地認識了馬來西亞一家人成為了朋友，這是我以前從沒想過的，能自己一個人在異地遊玩交到新朋友。

（三）奠定自我價值

其實在我還沒來日本實習之前，在台灣一直是個對自己沒有什麼自信的人因為家庭因素，沒有打工經驗，很想再出社會前有打工經驗，這個實習的機會自己真的很想參加、非常積極的準備資料、以及充實自己的語文能力，得到家人的可。來日本之後感覺到自己慢慢的在進步，對自己也變得比較有自信，勇於表達自己的想法不要害怕。

六、感想與建議

出國研修的七個月期間，每天都很有力的生活也過得很充實，所有的一切都像是剛做了一場很美好的夢，這場夢很美好但卻感覺一下子就醒來回到了現實生活，感覺才剛來怎麼就要回家了！很捨不得天天相處在一起的大家，在日光遇見的每個人都很真誠地和我們相處，並沒有因為我們是外國人而遭到歧視排擠，反而對我們特別照顧跟關心。

如果讓我再重來一次我不會猶豫也不會後悔的再次選擇來日光實習，謝謝系上老師積極幫我們爭取海外實習的機會，以及籌辦教育部計畫的『學海築夢』，認識到很多很棒的日本人也成為了好朋友。

建議：雖然日光屬於觀光景點地區，但算是一個滿鄉下偏僻的地區，有想要前來的人必須先做好心理準備，在日光沒有夜生活沒有繁華商店街，交通也不是很方便，因為住山上小木屋夏天有一些蟲及水蛭要特別注意，要來之前最好也要先好好加強自己的英文能力，因為賣店很多外國客人，如果這些問題都能克服的話，那日光真的是你很好的選擇，到了一個新的地方，不論做什麼有沒有經驗都要先把自己歸為零，虛心地學習請教前輩，這樣才能有所成長進步，服務業的工作替換率很高，所以必須隨時保持良好的態度，學習日本人做事認真嚴謹的態度。要記得來日本不只是工作，有休假時也要多出門走走看看了解日本的文化。當你真的很想做一件事時，就請先什麼都別多想，失敗適合與否嘗試過了才知道，這次的實習對我來說真的改變了我很多原本的想法，自己一個人在外生活半年也獨立了許多。

七、相關照片

上班幫客人點餐的我



在工廠與製菓長的合照



工廠綁緞帶的我

與店裡前輩的合照



指導老師訪視

