

應用日語科學生國外實習心得報告



補助年度：	105年度教育部學海築夢計畫
薦送學校系所：	樹人醫護管理專科學校應用日語科
學生年級/姓名/學號：	<u>5</u> 年級 <u>蔡宜芳</u> (50207019)
國外實習國家：	日本
國外實習機構名稱：	オーセントホテル小樽
國外實習期間：	2017/03/01~2017/08/20

目錄

一、緣起	3
二、行前準備	4
(一)機票	
(二)簽證	
(三)健康保險與身體檢查	
(四)行李	
三、國外實習機構簡介	5
四、國外實習企業或機構之學習心得	6
五、國外實習之生活體驗	7
(一)食	
(二)衣	
(三)住	
(四)行	
(五)育樂	
六、國外實習之具體效益	8
七、感想與建議	9
八、照片集錦	11
九、國外實習考評成績或評語	21

一.緣起

我從以前就對日本的事物很有興趣，在進樹人之前就自學了五十音，並決定總有一天要出國去日本一趟。當時聽說樹人在四年級的時候可以出國留學或是出國實習，讓我下定決心要讀樹人應用日語科。

到了三年級要選擇留學組還是實習組時，大家都建議我去留學，當初我很猶豫，因為我原本是抱著”只要能去日本的話不管是哪個區域，是留學還是實習都好”的心態。但漸漸地留學面試即將到來，我突然發現我想去北海道，不是北海道不行！於是我堅決毅然地放棄了留學的機會，轉戰去實習組。

在我這次的實習之前，我完全沒有出過國，跟家人討論過後，大家也都尊重我的想法。雖然父母還是很擔心我要是三月去北海道會不會天氣溫度差太多而不適應之類的，但還是放手讓我去做我想做的事。

我覺得去國外實習半年決不是每個人都能體驗到的，相信我這半年一定會不辜負自己對自己，以及父母和學校師生的期待，提升我的日文程度。

二·行前準備

機票

我和同學是一起訂機票，訂了 2 月 20 號中華航空到新千歲機場的票，回程則是 8 月 29 的票

簽證

我和同行的同學一起去鳳山的外交部申請，大約一段時間就可以申請到

健康保險與身體檢查

健康保險我用了學校給的基本保險，額外我家人也保了另外一份的意外險。去日本之前也有事先在台灣看完牙醫，準備好自己平常會用的藥。

行李

大約出國前的一個禮拜，我和家人開始整理大大小小的行李，大部分多是衣物類，最後整理出兩箱托運行李及一箱手提行李

三·國外實習機構簡介

歐森飯店小樽

優雅的空間和讓人心情安穩的客房

擁有日、西式餐廳和酒吧等，可以度過快樂時光的充實設施。
以滿人心懷的”歐森風格”、專業的賓至如歸，迎接各位的到來
—引自飯店官方網站—

一樓有櫃台與咖啡廳，三樓則是日式餐廳「入舟」及鐵板燒「海王」
日式餐廳有準備和室供選擇，鐵板燒則是可以近距離的觀看廚師的料理功夫。
十一樓則是西式餐廳與酒吧，西式餐廳可以眺望到附近的”天狗山”，從酒吧
則可以觀賞到小樽運河。



四·國外實習企業或機構之學習心得

我上班的時間是五點半開始，所以為了趕上5點的計程車，我每天都四點半起床。可能是因為每天都四點半起床，我就算是假日自然醒也會在七點就起床。

所以我在日本的時候最晚十二點前就會睡覺，比在台灣的生活有規律。到飯店之後，不管是遇到誰都要打招呼。大家大部分都在固定時間到公司，所以只要一早到飯店，更衣室的燈是開的，大概就可以猜到今天的排班是誰。

接著就是到三樓或是十一樓做開業前的準備，依照那天的排班為準。如果是三樓的話，要把醬油全部裝到醬油瓶，還有準備濕紙巾，以及做茶。如果是十一樓的話，要準備早餐要用的所有飲料和早餐可能會用到的餐具。

然後就是等營業開始，

等營業開始後，開始準備招待客人帶位。

到了中午，我們會進地下一樓去食堂吃午餐，我都會跟食堂的婆婆聊天。

大約十一點半的時候會回到當天的工作崗位，準備做中午的班。

到了下午三點或四點的時候就會下班，雖然工作很累，但是一打卡之後就會覺得很輕鬆，一整天的疲勞都不見了的感覺。

五·國外實習之生活體驗

(一) 食

一天開始的早餐通常是麥片，有上班的日子時就吃公司的餐廳，沒上班的日子就隨便吃，晚餐則是回宿舍時順路去超市買點配菜煮飯。之前和同事一起吃了代表北海道的成吉思汗，但其實我分辨不出不同點。走到商店街的話可以看到一整排的海產店和玻璃店。

(二) 衣

基本上是用從台灣帶過去的衣服，上班時則是穿飯店發的制服和裙子和蝴蝶結，最大的差別大概是平時走在路上會有人穿和服上街。

(三) 住

以前的小樽是外國也會來交易的港口，所以路上有洋式的建築物和日式的建築物，明明是和房裡面卻是教堂。還有我發現北海道的房子基本上沒有冷氣，只有暖氣。

(四) 行

我上班的時候都是坐計程車到飯店(因為太早了)，下班則是坐巴士或是走路回家，平時吃去玩則是搭JR或是地下鐵。要是加日出去玩的活動範圍就在小樽，則我大部分會選擇用走的。

(五) 育樂

我的行動範圍基本上都在小樽和札幌，我很喜歡去小樽的商店街，因為那裏有很多玻璃店。不過那裏的玻璃都很貴，所以雖然我去了很多次，實際上買的東西沒有很多。我去札幌則是去藥妝店，比起小樽的藥局，果然是札幌的藥局種類比較多又便宜。所以我每次去札幌都是買齊二個禮拜左右的零食和必需品。以及我很依賴網路購物，有時候每天都可以從管理人室收到新的通知(通知說有貨到了)

六·國外實習之具體效益

我認為，要知道別的國家的人的生活習慣，從事他們的服務業最好了解。

比方說我發現日本のおしぼり（濕紙巾）跟台灣不一樣，台灣的餐廳基本上都

是一次性的，但是日本的餐廳大部分卻都是布。

還有超市在結帳的時候，結完帳是自己把商品裝進袋子。

在某些店要點猜的時候是要提前買食卷，台灣現在似乎也有食卷這種的點餐方式，不過我沒有用過。

以及日幣的硬幣，跟台灣不一樣，不是依照價值的大小來決定硬幣的大小，所以我每次要拿出一百元日幣都會拿出十元的來。

還有日本的優先座位跟台灣的博愛座不一樣，我曾經以為跟台灣的博愛座一樣，沒人坐的話就可以坐，結果我坐下去之後就被旁邊的婆婆詢問說「妳身體有哪裡不舒服嗎？沒有的話不要坐這裡」讓我十分驚訝的起來換座位。

這些都是我去日本之前不知道的事情。

還有之前回家途中順路去超市，卻看到有人正賣著價錢高達一萬塊的西瓜，還有只是小杯的飲料卻要 600 日幣，讓我深深感受到物價的差別。

七·感想與建議

我是第一次到日本，所以理所當然的北海道也是第一次去，雖然事前早就知道北海道的雪很多，但第一次摸到雪真的嚇一跳。

握起來比想像中的還要快凍傷，而且積雪的量也比想像的多，竟然可以積到腰上。

雖然我動作不是很快，日文也沒有說程度很好，大家還是非常親切的一個一個慢慢教導我。

在我曾經接待過的客人中，也有些客人發現我不是日本人後替我加油打氣，清潔的婆婆有時候下班後也會拿點點心或是邀請我一起去咖啡廳。

在這期間內，我認識了非常多人。一樣是來實習的李さん、周さん、曾さん、宿舍管理人的栗原さん、オーセントホテルの大家、還有熟到變成常客的店員我相信我一定給很多人添過麻煩，但是我相信就算是我，也有幫上一點忙。

今回は初めての海外でした、ですから北海道も初めてした。北海道は雪が多いのは前から知っていますが、想像より量が多くて冷たいですし、ふわふわじ

ゃないのは一番驚きました。

動きは早くないですし、日本語もすこしだけしゃべれる程度ですが、みなさ

んはとても親切で一つ一つ教えてくれました。

接客したお客様からもいろいろな励まされましたし、退勤した後掃除のおぼ

さんも時々おやつなどもくれます。

この半年に、いろいろな人と出会いました、同じくインターンシップしに来た

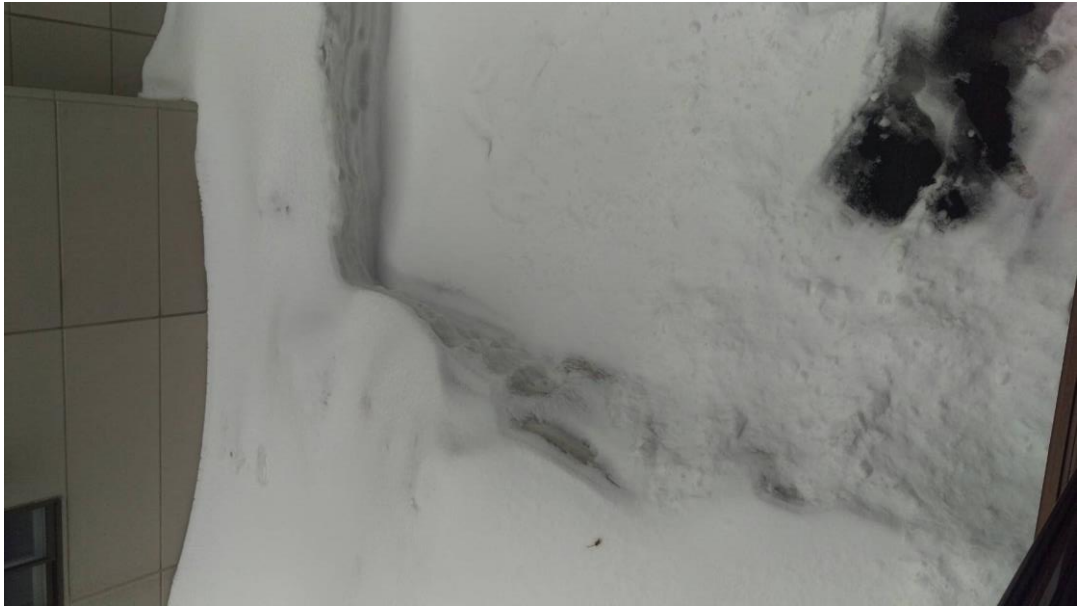
李さん、周さん、曾さん、アパートの管理人の栗原さん、オーセントホテル

のみなさん、常連になった店のレジ係にも、感謝しています。いろいろな

に迷惑を掛けましたと思いますが、少しでも役に立ったと思いたい、いえ、

役に立ったと信じています。

八·照片集錦



說明：街道積雪。(106/02/28)



說明：宿舍窗戶外。(106/03/03)



說明：積雪的街道。(106/03/10)



說明：第一次做的雪人。(106/03/20)



說明：公司的午餐。(106/04/02)



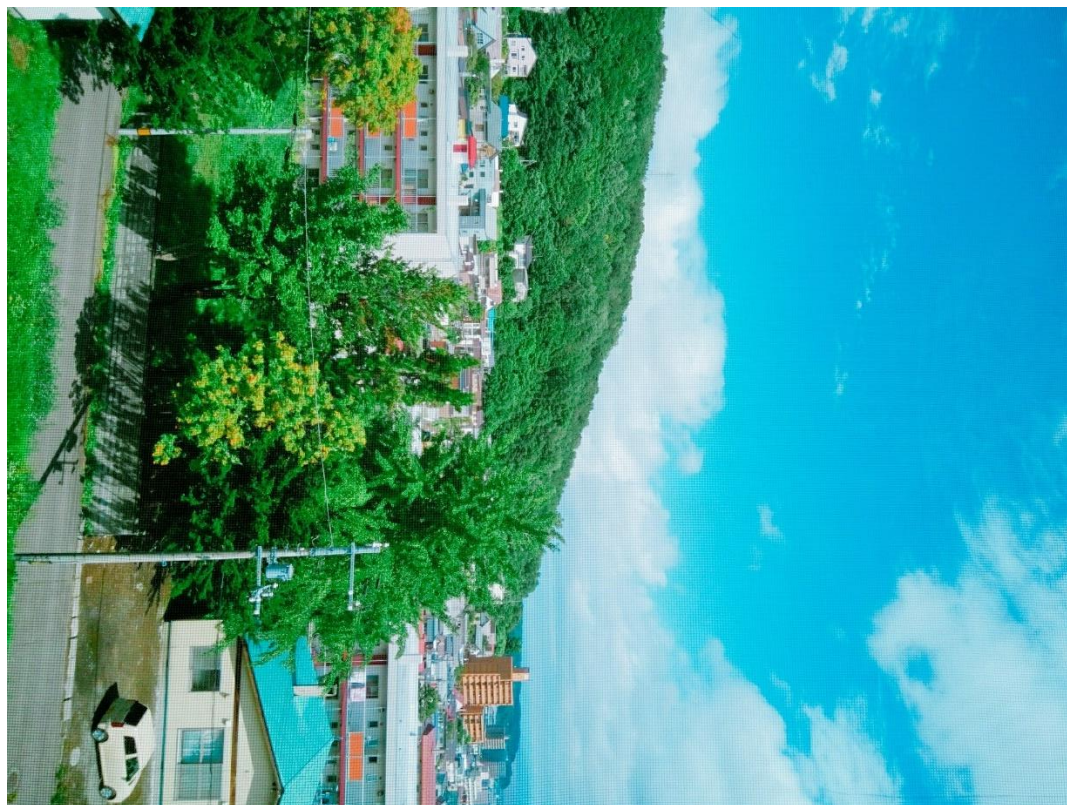
說明：宿舍內部照片。(106/04/20)



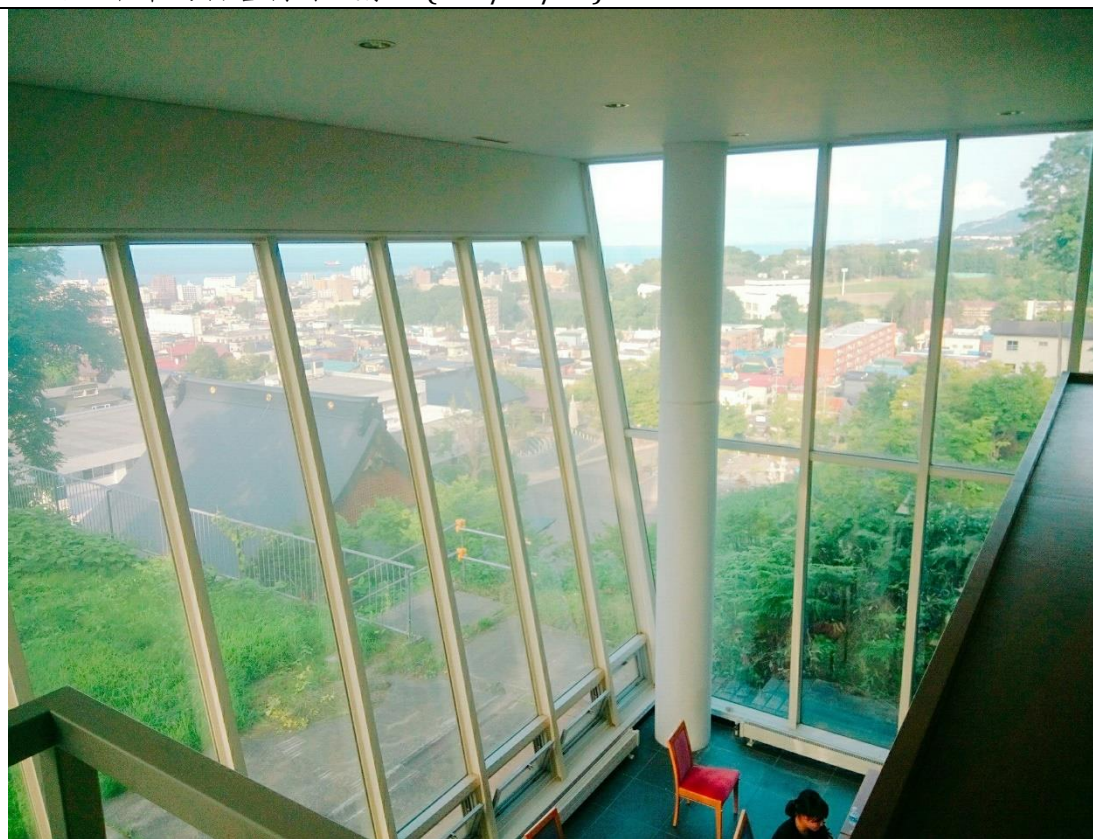
說明：早上的宿舍窗外風景。(106/04/28)



說明：早上的宿舍窗外風景。(106/06/20)



說明：中午的宿舍窗外風景。(106/07/15)



說明：宿舍食堂風景。(106/07/16)

A screenshot of a spreadsheet application. The title bar shows "A A" and some icons. The formula bar contains: $=COUNTIF(AA\$5:AA\$38,"12")+COUNTIF(AA\$5:AA\$38,"13")+COUNTIF(AA\$5:AA\$38,"123")+COUNTIF(AA\$5:AA\$38,"123")$. The spreadsheet grid shows columns for dates from 21st to 20th of the month (2017年8月). Rows list names (e.g., 田嶋 凌, 藤崎 悠) and their corresponding status symbols (numbers like 4, 12, 13, 23, and characters like 休, 出, 入).

說明：班排表。(106/07/18)



說明：和食新進的筷架。(106/08/01)



說明：工作狀況。(106/08/03)



說明：工作狀況。(106/08/03)



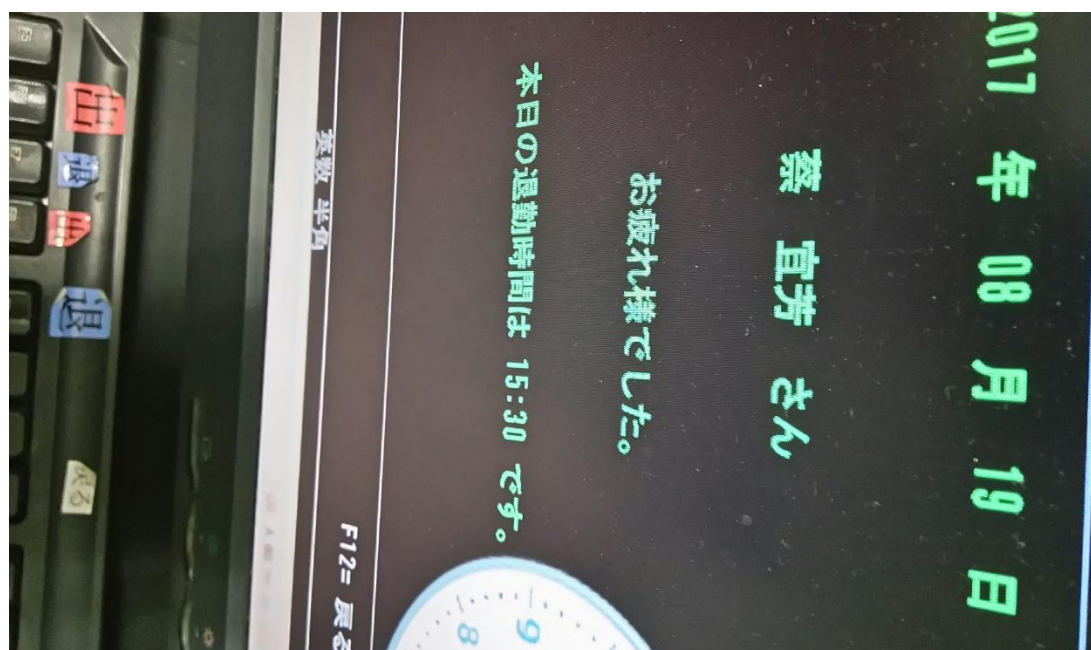
說明：有預約的和食擺設。(106/08/05)



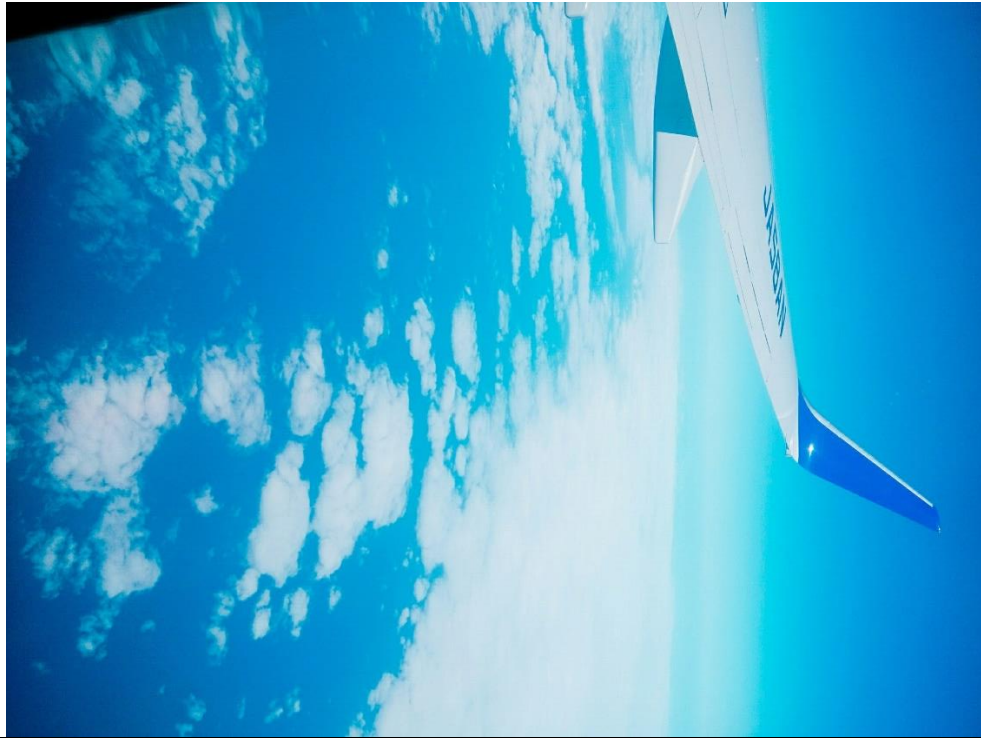
說明：有預約的和食擺設。(106/08/06)



説明：社員證。(106/08/19)



説明：打卡。(106/08/19)



說明：去大阪的飛機的中途風景。(106/08/20)



說明：洋食社員集合照。(106/08/23)

プログラム修了証

蔡 宜芳 殿

あなたはオーセントホテル小樽において、所定の
課程を修了されましたのでこれを証します。

・ 実習科目

日本語実習 レストランサービス実習 和食サービス実習

接客実習

・ 実習期間

平成29年2月28日から平成29年8月31日

・ 実習場所

オーセントホテル小樽

・ 研修

就業前オリエンテーション

平成29年9月27日

オーセントホテルズ株式会社

代表取締役社長

入谷 泰生



実習生評価証

蔡 宜芳 殿

・ 実習期間:

2017年02月28日から2017年08月31日(648時間達成)

・ 実習場所: オーセントホテル小樽

・ 実習部署: レストラン「カサブランカ」

評価項目	評価内容	配点	評価
出勤成績	出勤日数(117日)	15	15
	休暇(64日)		
	欠勤(0日)		
	遅刻・早退(0日)		
日本語力	読解力	10	10
	会話力	10	9
	学習意欲	10	10
業務能力	習熟スピード・理解度	10	10
	勤務態度	10	8
	業務への積極性	10	8
	コミュニケーション・交流	10	10
生活	体調管理	5	5
	日本人交流	5	5
	生活態度	5	5
実習時間数	総(964時間)		
総合評価		100	95

オーセントホテルズ株式会社

管理部人事・人材開発課 副長 小林真希



平成29年9月27日