

應用日語科學生國外實習心得報告



補助年度：	105年度教育部國際合作暨提升學生外語能力計畫
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>五年級黃怡潔(50207029)</u>
國外實習國家：	日本
國外實習機構名稱：	カップヌードルミュージアム(安藤百福發明紀念館)
國外實習期間：	2017/02/28-2017/08/28

目錄

一、緣起	p. 1
二、行前準備	p. 2-p. 4
(一)機票	p. 2
(二)簽證	p. 3
(三)健康保險與身體檢查	p. 3
(四)行李	p. 4
三、國外實習機構簡介	p. 5
四、國外實習企業或機構之學習心得	p. 6
五、國外實習之生活體驗	p. 7-p. 12
(一)食	p. 7
(二)衣	p. 8
(三)住	p. 9-p. 10
(四)行	p. 11
(五)育樂	p. 12
六、國外實習之具體效益	p. 13
七、感想與建議	p. 13
八、照片集錦	p. 14-p. 28
九、國外實習考評成績或評語	p. 29-p. 30

一. 緣起

我從之前就一直很想去日本想了解他們的文化，才會選擇的應用日語科，但是說實在我自己的程度真的沒有很好，看著班上的同學日檢證照一張一張拿到自己心裡也很慌，其實最初也不知道自己到底該不該參加海外實習，也不知道自己該去哪一間公司，一直猶豫不決，在我第一間飯店面試沒過的時候蠻失望的，一度有想要放棄的念頭覺得是不是自己日文能力太差，但就在我自己猶豫不決徘徊不定的時候，小堀老師一直不斷地在身邊鼓勵我幫助我，才讓我有機會面試第二間公司(安藤百福發明紀念館)，不知道是不是小堀老師的鼓勵讓我第二次面試時感到輕鬆自在，面對著面試官則是對答如流甚至是場歡樂的面試，也順利了拿下這次海外實習的機會。最後真的要很感謝小堀老師要是沒有他就沒有今天的我。



班上同學一起努力尋找自己目標時(上方照片)

二. 行前準備

1. 機票

我的機票是在簽證過後，出國前一個月買的

建議可以去辦理快速通關到時候比較方便(辦理快速通關無料)

辦理快速通關需要帶

- 護照
- 身分證

網路訂票的話是需要信用卡付費的

如果自己沒有信用卡也沒關係可以用家人的卡

網路上訂完之後會收到向下方圖片那樣的信件

17 09 03 00

Flight 1 : 2017/02/28 06:50 JW 130 出發 KAOHSIUNG (KHH) 抵達 TOKYO NARITA (NRT)	
Flight 2 : 2017/09/03 18:55 JW 135 出發 TOKYO NARITA (NRT) 抵達 KAOHSIUNG (KHH)	
票價與稅金	
票價及稅金 - 成人 x 1	7,696 TWD
旅客保安服務費 x 1	143 TWD
旅客服務設施費 x 1	280 TWD
機場服務費 x 1	500 TWD
服務與手續費	
行李託運 x 2	1,800 TWD
標準座位 x 0	0 TWD
付款手續費 x 2	360 TWD
總計	10,779 TWD

確認

付款方式	支付金額	狀態	付款日期
信用卡 (XXXXXXXXXXXX2690)	10,779 TWD	完成付款	2017/02/01

當初想要便宜方便一點就買了廉航的來回，但是我買來回之後覺得不 OK

我回國之前還改了航班一次而且還要加錢。

然後上方圖片行李托運的部分它的基本重量是 20 公斤，

看個人自己的需求去購買重量的，不然行李托運那邊是不用支付的。

2. 簽證

一開始送簽證出去的時候真的很擔心

怕說不知道有沒有辦法過如果沒過該怎麼辦

加上等簽證的時間真的很久當時都已經過年了還沒有什麼消息出來

因為如果一直晚下來就會害後面的行程延後，不過後來簽證下來超開心，

隔天立馬跑去學校拿簽證去辦理東西。

簽證差不多要等 1-2 個月的時間

拿到簽證之後要去辦理簽證的具備文件如下

- 護照
- 身分證影本
- 申請受理票正本+影本
- 工本費 790 元

3. 健康保險與身體檢查

健康保險的部分我是透過媽媽認識的保險員幫我保了國外的意外險，

這個保就是保半年，回國的時候就可以停止保這個了。

但是如果自己沒有保保險的話也沒有關係，因為學校也是有幫我們

大家保了健康保險的部分，所以不用擔心。

當初要出國前我是沒有去健康檢查，我覺得如果覺得自己身體不好或

會擔心的人也是可以去大醫院做一下健康檢查，這樣可能會比較保險

一點，以免身體出一些突發的狀況。但是主任有告訴我們要去看牙齒，

因為日本的牙醫很貴，所以有蛀牙或牙齒不好的人在國內就先處理，

蛀牙的人就先在台灣補一補，才不會到國外要花大錢去看牙醫，然後

牙齒有痛到不行這樣。

4. 行李

大概出國前的 3-5 天在整理就沒問題了

行李箱的大小建議 28 吋左右的剛剛好

行李裡面的衣物類建議使用壓縮袋

壓縮袋真的超方便超省空間的東西

行李箱的一邊就是放衣物類的東西(我就不放照片了)

至於另一邊就請看下方的文字與圖片

下方圖片是一些生活用品跟臺灣食物

(帶臺灣食物是怕國外食物吃不習慣 or 想念臺灣味)



✓ 不過整理行李的時候要注意自己行李的重量

盡量不要超過自己機票所加買的重量

或者是原先托運行李給的 20 公斤

不然到時候還要加買重量很麻煩的(建議買個行李秤重器)

三. 國外實習機構介紹

カップヌードルミュージアム(安藤百福發明紀念館/日清杯麵博物館)

創造性思考 Creative Thinking

這裡為了啟發培育每個孩子內心所擁有的創造力和探究心，而發明的體驗型博物館。日清食品創始人・安藤百福 不僅發明了世界上最早有的速食麵「雞湯拉麵」還引發了全球性飲食文化革新。

日清食品創業人・安藤百福的「クリエイティブシンキング(Creative Thinking)

=創造性思考」透過各種展覽讓參觀者體驗。參觀 觸摸 玩樂 品嚐

希望大家在快樂中發明發現到屬於自己的創造性思考。

速食麵之父(インスタントラーメンの父)

安藤百福 あんどうももふく(1910-2007)



➤ 以上參考於杯麵博物館的官網

四. 國外實習企業或機構之學習心得

覺得這次實習的這個部門カップヌードルパーク，讓我每天都跟我最喜歡的小孩一起相處，小孩的童言童語總是讓我笑了出來，總覺得小孩真的超可愛的，我實習的這個部門是有年齡限制的3歲以上到小學六年級(3歲~6歲的小孩需大人陪同進去)(3歲~如果身高沒有滿90公分不能進場)覺得每個年紀相處起來的感覺都不太一樣，年紀小得有些天真可愛的樣子 有些則是成熟聰明的樣子，在這個部門裡總是遇到不同的家長，看的出來有些家長是很放心讓小孩進我們部門玩樂的，有些家長則是超級擔心小孩的，例如小孩明明已經國小得還硬要跟小孩進去玩，可是在售票時明明就說明得很清楚了。覺得如果還有機會的話我一定還會想要到日本工作，想嘗試不同的工作看看，讓自己了解不同的工作，因為我之前在台灣已經做過加油站跟飯店的工作了，飯店因為是房務員的工作所以接觸到客人的部分比較少，但我發現我比較喜歡與客人有交流的互動，這樣可以讓自己更加了解客人的想法以及讓自己學習到更多的東西。

五. 國外實習之生活體驗

1. 食

一開始吃都是以外食為主，
因為也不知道附近有什麼地理環境也不熟，
所以幾乎都是看到有什麼店就吃什麼的狀態，
但是這樣一段時間下來發現自己的荷包蠻慘的，
後來熟悉了附近知道了有超市可以買一些食材，
所以就幾天跑一次超市買一些蔬菜一些肉回家料理，
每天中午的便當都前一天晚上自己做，
還可以連晚餐一起煮來吃，這樣真的超省的。

下面附上兩張平常便當大概的樣子



2. 衣

衣服的部分倒是沒有什麼特別的地方

基本上都穿自己從臺灣帶來日本的衣服

出去玩的時候會把自己打扮得比較好看一點

上班的時候穿什麼衣服都沒差因為公司有制服

都是穿著便服上下班便服的時間也只有通勤時別人看的到

到了公司後就去更衣室換上制服了

但是我覺得日本人就很不一樣了

他們不管是平常上班的時候或是休假要出去玩的時候

每天都打扮得漂漂亮亮的都覺得他們像要去約會一樣

比起臺灣的男生日本男生的部分我覺得大多數都很會穿搭

則日本女生的部分大多以裙類的穿搭為主

不過寬褲的部分也蠻多的

再來我覺得日本人不太會去批評別人的穿搭

所以穿出來的感覺都很有個性很有自己的風格

例如下方圖片



3. 住

住的部分我是簽證過了之後馬上上網找住的地方

最主要要先了解自己的公司在哪

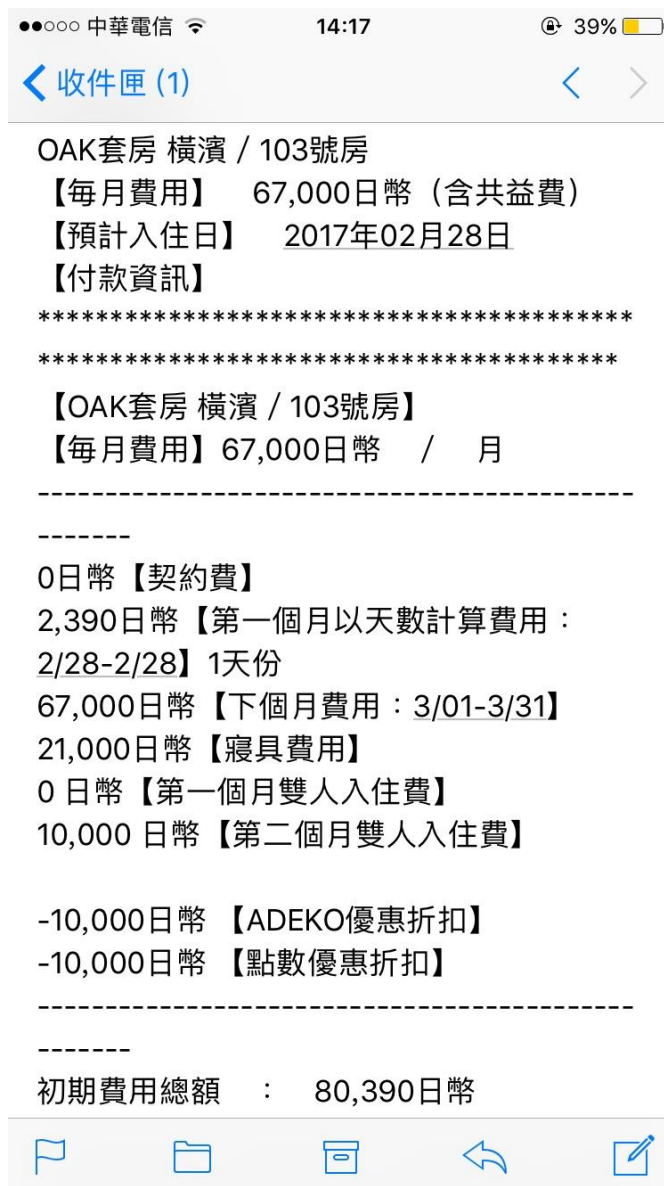
大概要找通車多久的地方住

我是是在下方這個網站找尋住的地方



OAK HOUSE

下面的圖就是它會推算價錢給你看(回復速度也蠻快的)



下面的圖是自己訂完房間後必須匯到他指定的地方



然後我個人覺得海外匯款有點麻煩
因為還有匯率上的一些問題
不過只有初期是海外匯款
之後的幾個月就是自己在日本用現金匯款
而且到銀行裡的 ATM 就能匯款了
不需要透過銀行裡的專員服務還要排隊排很久
就比較方便了不像在臺灣海外匯款這麼麻煩(覺得省時又省力)

4. 行

這個日本交通的部分我真的超級喜歡的

日本在大眾運輸工具這一方面真的做得太好了

如果臺灣在這一方面也能學學就好了


例如我住的地方ニュータウン第四(公車站)

(最早 5 點就有車 最晚 24 點還有車)(平均 10 分鐘就有一班車)

二俣川(相鐵線)(平日平均 2-5 分鐘就會有一班車)(假日平均 5-10 分鐘有一班)

平常上班就要搭到橫濱車站轉みなとみらい線(平均 5-10 分一班車)

- 搭公車從ニュータウン第四到二俣川車站(車程 10 分-15 分左右)
- 搭相鐵線從二俣川到橫濱車站(車程 15-20 分左右)
- 搭みなとみらい線到みなとみらい車站(車程 3-5 分鐘左右)
- 從みなとみらい車站走到公司(walk 5-10 分鐘)

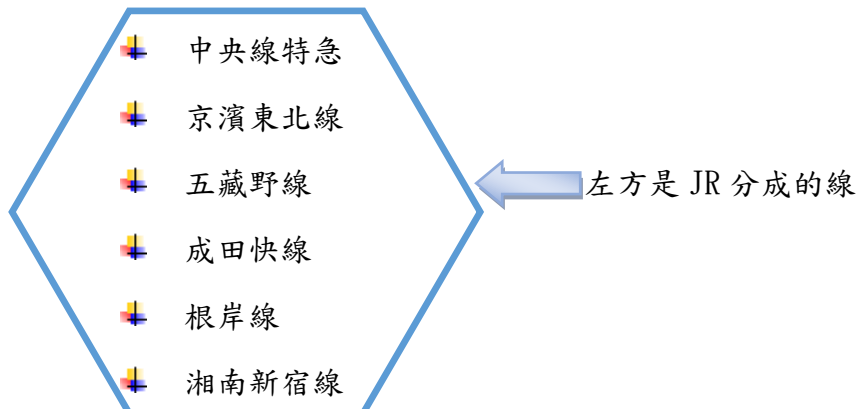
以上是我通勤的路線 

然後我平常放假出去玩也都是到橫濱轉車(橫濱是大站)

依據你自己要去的地方選擇轉搭下面五種的其中一種

- A. 東日本旅客鐵道 (JR 東日本)
- B. 東京急行電鐵 (東急)
- C. 京浜急行電鐵 (京急)
- D. 相模鐵道 (相鐵)
- E. 横浜市交通局 (横浜市営地下鉄)

但是上方的五種交通方式又分成很多線

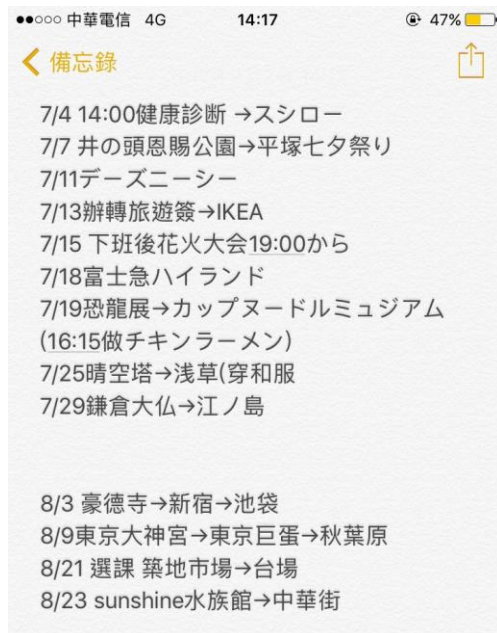


5. 育樂

既然都來到國外了 當然趁放假的時候出去玩!!!

每次要休假的前幾天就開始想要去哪裡玩

有時候甚至會下面這樣把整個月都排好排滿



除了上班就是遊玩半年下來幾乎都是這樣

把自己的行程排到最滿上班旅遊上班旅遊這樣

這樣就會覺得自己的人生生活很充實(活得很有意義)

覺得人活著就是要多出去走走看看

有時候會發現一些你從來沒有關注過在意過的東西

雖然有些地方半年下來可能不只去過一次

但是在不同的季節去跟不同的人去會有不同的感受



左圖附上一張花火大會

六. 國外實習之具體效益

覺得去日本實習可以學到很多日文，在我一開始去真的是什麼都聽不懂的狀況，因為我的日文程度真的不好，不過慢慢地跟同事聊天、跟日本人做朋友，自己慢慢地感覺到自己的日文能力有再提升，在台灣可能是因為沒有全部每天日文的狀態，所以無法快速的學好日文或者一些講話的發音，我是一個算內向的人，但是到日本以後為了學好日文就會去跟同事之類的講話，就算講錯了也沒有關係，有時候他們會反過來告訴你怎麼講才是對的，反正只要努力把你想講的話會講的話都講出來，他們也能聽懂。

七. 感想與建議

中文版:

這次實習第一次到海外非常的緊張。各式各樣不知道的事情和不習慣的事真的很辛苦。最一開始覺得自己什麼都做不成。來到杯麵博物館のカップヌードルパーク工作，是非常好的經驗。有與小孩近距離的相處，學習到了小孩與大人接觸的方式講的一些話是要用不同的方法，這個是非常好的經驗。而且，去了各式各樣的地方玩，去了各式各樣的觀光景點。讓我更加的喜歡日本了。如果還有實習機會的話希望能延長時間，如果能實習一年就更好了，這樣學習到的不只是語言上的提升，也可以讓自己去更多的地方走走看看。

日文版:

今回の研修初めての海外とてもきんちょうしました。いろいろわからないことや慣れないことがあって大変でした。最初自分は何んでもできないと思いました。カップヌードルミュージアムのカップヌードルパークで働いて、とてもいい経験になりました。子供と近い距離で相手をしたこともありました。子供と大人の接し方の違い方も学べてとてもいい経験になりました。そして、いろいろな観光スポットにもいきました。日本を好きになりました。もし研修の時間が長い方がいいとおもいました。例えば：研修の時間が一年間。

八. 照片集錦



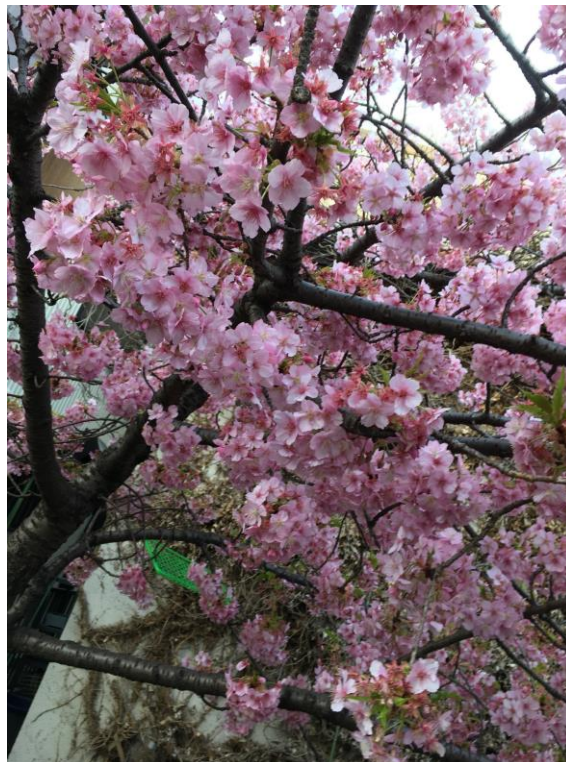
高雄國際小港機場-出發前(人生第一次搭飛機)(2017/02/28)



入社式(2017/03/01)



要去自己公司當客人的一天(2017/03/02)



租屋處附近的櫻花(2017/03/04)



來日本的第一次拍貼機(2017/03/05)



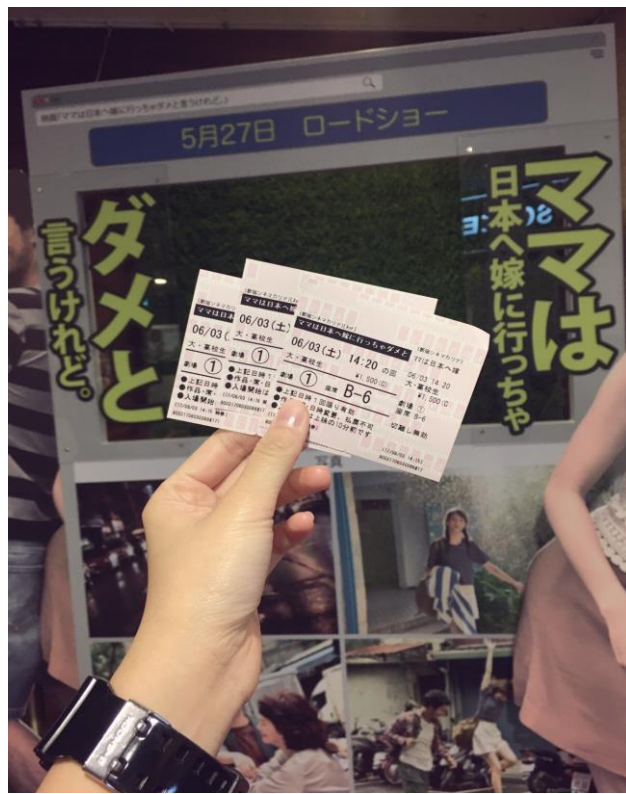
在公司裡辦的懇親會(2017/03/27)



賞櫻+BBQ(2017/04/04)



灌籃高手の場景(2017/04/19)



來日本第一部電影(2017/06/03)



部門一個同事的送別會(2017/06/19)



日本語能力検定日(2017/07/02)



七夕まつり(2017/07/07)



與大川さん一起去迪士尼樂園(2017/07/11)



富士急樂園(挑戰心臟挑戰極限)(2017/07/18)



花火大會(2017/07/15)



和服體驗(淺草)(2017/07/25)



在日本度過 19 歲的生日(2017/08/06)



Sunshine 水族館
2017/08/23





東京大神宮-求姻緣的聖地(2017/08/09)



全體臺灣生與アデコ株式会社の人一起共進晚餐(2017/08/25)



終了式(2017/08/28)



部門為我辦的送別會(2017/08/28)



想家(Flight Delay)(2017/08/31)



最後一次走這裡了(2017/08/31)



登機之前的小驚喜-落淚卡片(2017/09/01)



登機前一秒(2017/09/01)



起飛前-收拾心中的不捨(2017/09/01)



起飛後-期待回家的心情(2017/09/01)

九. 國外實習考評成績或評語

プログラム修了証

HUANG YI-CHIEH 殿

あなたはアデコ「東京ワーホリプログラム」
第 27 期生として所定の課程を修了されたので
これを証します。

・ 実習科目

「日本語実習」・「サービス実習」

・ 実習期間

2017 年 02 月 28 日 から 2017 年 08 月 27 日

・ 実習場所

日清食品ホールディングス株式会社 安藤百福発明記念館

・ 導入研修・フォロー研修 (全 10 日間)

「日本語全般」・「日本慣習/礼儀」・「日本文化」・「日本地理」・

「目標管理 (PDCA 理論)」等

平成 29 年 8 月 28 日

アデコ株式会社

代表取締役社長 川崎 健一郎

実習生評価証

HUANG YI CHIEH 殿

・ 実習期間: 2017年02月28日 から 2017年08月27日

・ 実習場所: 日清食品ホールディングス株式会社

安藤百福発明記念館

・ 実習部署: カップヌードルパーク

評価項目	評価内容	配点	評価
出勤成績	出勤日数 (127日)	15	15
	休暇 (54日)		
	欠勤 (0日)		
	遅刻・早退 (0日)		
日本語力	読解力	10	9
	会話力	10	8
	学習意欲	10	10
業務能力	習熟スピード・理解度	10	9
	勤務態度	10	10
	業務への積極性	10	10
	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
総合評価	ひとりでの配属となり、不安な中、積極的に周りとのコミュニケーションをとって頂き、語学力も飛躍的に向上されました。来日当初に比べ笑顔がとても多くなり、常に周りへの気遣いができるとても優しい方です。	100	96

平成29年8月28日

アデコ株式会社 横浜第2支社

横山 智也・大川 舞子