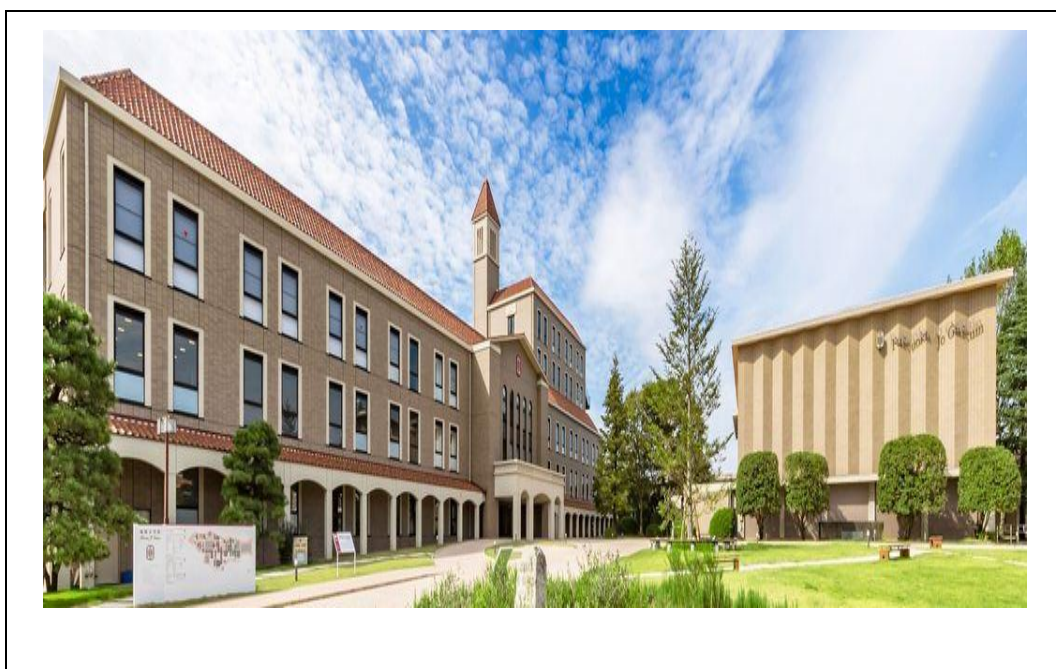


## 應用日語科學生留學成果報告



補助年度：	107 年教育部學海飛颺計畫
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：	5 年級 李彤 (50407050)
留學國家：	日本
留學學校：	福岡女學院大學
留學期間：	2018/09/17~2019/02/20

# 目錄

一、緣起	1
二、行前準備	2
(一)機票	2
(二)簽證	2
(三)健康保險與身體檢查	2
(四)行李	2
三、研修學校簡介	3
四、國外研修之課程學習(課內)	5
五、國外研修之生活學習(課外)	6
(一)食	8
(二)衣	8
(三)住	8
(四)行	8
(五)育樂	8
六、國外實習之具體效益	9
七、感想與建議	10
八、照片集錦	11

# 一、緣起

其實決定要去留學也是很臨時的事情呢（看看我臨時的人生）！

想當初原本已經決定要去國外實習的時刻，硬生生被朋友的：“留學的話，去韓國玩很近哦～”的簡單理由給誘惑，就跑去福岡了……。

因為當時的我深刻愛著防彈們（說來也慚愧，一年後的現在，我已經變成了為了生計每天傷神的社畜，絲毫沒有精力和金錢再去追星），想到可以迅速在韓國參加演唱會這個絕佳好處，就讓我一頭栽下去了……毫無退路地。

還有一部分是因為，留學組同時也可以打打工，不至於到零收入的慘況。多虧了這些原因，讓我有機會能夠到福女，認識到善良且親切的大家。雖然是短短半年的時間，卻也相當充實了我這學期的生活！

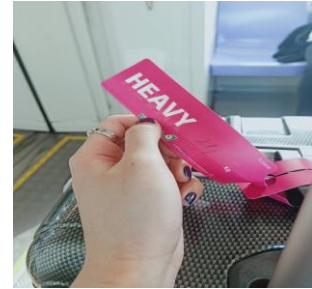
## 二、行前準備

### (一)機票

機票方面，我想應該很多人都是交給家長，或家裡有認識的旅行社朋友來代訂。一方面是可能有優惠，另一方面是真的方！便！很！多！~~（不用自己勞心勞力真的很爽）~~所以關於買票的部分我就沒多過問了。輕輕鬆鬆飛飛飛～

買的是年票，就是去程＋回程。去程由於被指定的關係，是大家同班機集合去的，回程就是我一個人扛著上面標籤有 heavy 字樣的 27 公斤行李返台哈。（如下）

但是也建議大家，如果出國旅遊，可以親自在各大平台多多比價，才知道什麼樣的票價是划算的哦！



### (二)簽證

簽證部分步驟稍微繁瑣一點，要親自去跑的流程有點小多，大致上就是：

1. 備妥需要的資料（請自行上網搜尋”日本留學簽證”就有很多相關內容囉）
2. 前往日台交流協會填寫資料並繳交
3. 等候，再等候（？）
4. 跑完後領到簽證就會在領回的護照上囉

### (三)健康保險與身體檢查

保險全權委託我媽全盤處理，因為馬麻是銀行員客戶有認識的人……。

健康檢查我也沒去，一個都沒有：）（對就是連踏進去醫院的意願都沒有的人）。但還是強烈建議各位，為了確保不會在國外花費大量的醫療費，在台灣的時候就先做檢查，一定是沒有損失的。

### (四)行李

長榮的行李限制是 30kg，盡量塞到一個段落就測一下重量，不然到最後必備品反而沒有在行李真的會很崩潰。

可以在網上搜尋”出國必備清單”，依照清單上的項目一個一個去做 CHECK（藥品或個人小物可以再另行添加），讓自己有個萬無一失的出國好包～！

# 三、研修學校簡介

## 福岡女學院大學-



— 大学シンボルマーク —



基督教系の學校，學生配置為全女校，位於福岡縣福岡市的私立大學。  
1990年，由學校法人福岡女學院設立。

### (一) 學部

我是隸屬於人文學部的現代文化學科～)

#### 学部・大学院

##### 人文学部

- > 現代文化学科
- > 言語芸術学科
- > メディア・コミュニケーション学科
- > 英語学科

##### 人間関係学部

- > 心理学科
- > 子ども発達学科

##### 国際キャリア学部

- > 国際英語学科
- > 国際キャリア学科

##### 国際キャリア学部

- > 国際英語学科
- > 国際キャリア学科

##### 短期大学部

- > 英語科

### (二) 活動

此張為年間活動表，每月份都會有相對應的學校公共活動。  
像10月的時候我們就有參加到”葡萄祭”！

4 April

入学式  
 新生オリエンテーション  
 前期授業開始  
 春のキリスト教特別週間  
 英語プレイメントテスト  
 新生歓迎会  
 (学生会主催)

5 May

創立記念日  
 朗読コンテスト  
 (短期大学部1年生)  
 Exchange Program  
 (短期大学部)

6 June

スポーツ大会  
 (学生会主催)  
 九州地区大学体育大会

7 July

前期授業終了  
 前期試験

8 August

夏期休暇  
 集中講義  
 朗読コンテスト  
 (言語芸術学科)

9 September

後期授業開始  
 前期卒業式

10 October

全学修養会  
 秋のキリスト教特別週間  
 葡萄祭

11 November

グレイプカップコンテスト  
 (短期大学部)  
 朗読コンテスト  
 (短期大学部2年生)

12 December

クリスマスツリー点灯式  
 クリスマス礼拝  
 年内授業終了  
 施設訪問  
 クラス編成試験  
 (短期大学部)

1 January

年始授業再開  
 後期授業終了  
 後期試験  
 春期休暇  
 英語アチーブメントテスト  
 (大学)

2 February

交換留学生修了式

3 March

卒業礼拝  
 卒業式  
 卒業パーティー

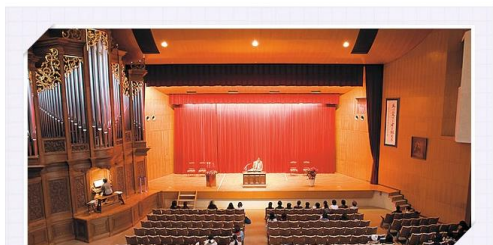


### (三) 施設

#### チャペル礼拝

自分を見つめ、心を磨く時間。

福岡女学院大学は、キリスト教の精神に基づいて長い歴史を歩んできた大学です。そのキリスト教活動の中心、ひいては大学の営み全体の中心といえるものが日々のチャペル礼拝です。月曜日から金曜日の午前中に行われ、日常の中の静かな、自己発見の時間です。乗り遅かなキャンパスライフのために、毎日の礼拝時間を一人一人が大切に想い、心から参加するものであってほしいと願います。



LOCATION  
キャンパス内

#### 学生寮(カナン寮)

#### 留学生と共に暮らすことで、日常的に海外を体験！

大学・短大1年生（主に国際キャリア学部）のみ1年間だけ住むことができます。中国や韓国からの交換留学生（長期・短期）も入寮します。同級生や海外からの留学生とともに生活することで、異文化に対する理解力とコミュニケーション能力を養うことができます。各部屋に机・椅子・ベッド・本棚・エアコン、共有スペースにキッチンや洗濯室を完備。年間を通して歓迎会・スポーツ大会・クリスマス会などのイベントが開催されます。



寮費	25,000円/月（光熱費・インターネット無料）
食事代	朝食約6,000円/月（昼は、8・2・3月除く）
設備	全部屋冷暖房完備、机・ベッド・クローゼット付
共用設備	談話室、シャワールーム、トイレ、洗濯室、食堂（夕食は希望制）、キッチン
セキュリティ	オートロック式玄関（学生証（ICカード）により入退館を管理）
その他	歓迎会、スポーツ大会（春・秋）、クリスマス会などを開催。入寮期間中は学業を最優先してもらうためアルバイトは禁止にしています。そのため門限を夜10時としています。

## 四、國外研修之課程學習(課內)

科目名稱：健康・スポーツ科学実習B	開課系所：	修習學分：1
師資介紹：畑本 陽一		
授課方式：每堂課都會換一項不同的運動去嘗試，相當豐富的授課內容。		
修課心得：甚麼都可以沾到一點的體育課真的跟台灣式不同，完全值得上！		
上課講義：無		
科目名稱：比較文化論F(映画)	開課系所：	修習學分：2
師資介紹：西谷 郁		
授課方式：講述媒體歷史或針對單一電影內容的解析。		
修課心得：如果是對拍攝電影或紀錄片的同學很適用。		
上課講義：映画宣伝のプリント		
科目名稱：現代文化基礎演習	開課系所：	修習學分：2
師資介紹：佐島 顕子		
授課方式：到別的縣去做實地考察，增進當地經濟活動發展。		
修課心得：很有意義的一堂課，能夠促進地方的生命循環是很有公德的。		
上課講義：無		
科目名稱：日本語の表現技術II	開課系所：	修習學分：2
師資介紹：藤山 智子		
授課方式：老師提供發表的大綱，我們需要準備一個題目去解說詳細。		
修課心得：對於資料整理和克服上台的恐懼感很有效。		
上課講義：テキストのプリント		
科目名稱：日本語の会話(上級)II	開課系所：	修習學分：2
師資介紹：守山 恵子		
授課方式：使用教課書朗誦書內容並和老師進行問題對答。		
修課心得：對於口說以及語感的增進有不少的幫助。		
上課講義：会話の教科書		

# 五、國外研修之生活學習(課外)

## (一)食

前段時間是住在外面宿舍的，吃食可謂是非常優秀……



看看這豪華的陣容……如果是演唱會的話一定是搖滾區吧……

轉到校內宿舍由於手機無法拿出來拍照，提供的早餐一概都沒有存底了。午晚餐則是有材料就盡量生出來，沒時間的話就買學校食堂的來頂一下。



食堂的唐揚雞定食



食堂的日換定食



咖啡廳  
萬聖節限定 MENU !





如果時間不夠或要打工比較趕  
就買食堂的現成便當



食堂定食的外帶便當版



食堂的玉米濃湯飯(?)



外宿時期附近超市賣のお弁当和炸物



自己做飯飯!



自己做飯飯 part2  
(右下煎餃是超市的冷凍食品)



左為食堂用餐區  
右為點餐區

## (二)衣

想要的衣服我都放在百貨裡了！去那裏尋找吧！結論就是想買的衣服在UNIQLO跟GU真的有比較便宜。（並提醒各位善用半年的免稅功能，雖然以上兩間很喜歡擋免稅服務）

再來是多間比較，日本的衣服很多都走萌系的風格，或者說很女性化的類型，像我就不太適合？

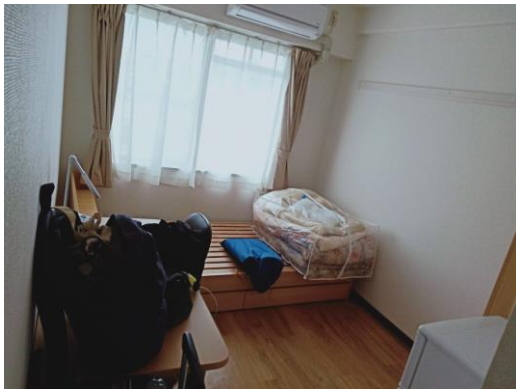


身上應該都是  
UNIQLO 跟 GU 的產物！

## (三)住

前期住外面宿舍，後期轉回去學校宿舍。

不過這次一開始就需要出去住的算是比較偏少數例，因為我們這屆去福女的本身就比較多（加我在內有7個），校內床位不夠學校才幫忙找了外面宿舍，內部我們自己用抽籤方式決定哪個組合必須去住外面的。



外面宿舍  
（剛搬進去的時候）  
後來生活照的樣子似乎被我刪了：)

## (四)行

住在外面宿舍時期通勤基本上都是坐公車，外出遊玩則是坐西鐵居多，打工則是坐公車轉搭西鐵坐到終站。

整學期坐到計程車的機率可以說是微乎其微的，雖然時間上省下很多但是費用高昂，所以從外面宿舍搬家去學校和去機場的時候也都是坐公車。

## (五)育樂

要不要出去交朋友純看個人積極度，想交的話當然有一坨拉庫的機會：社團、學校活動、課堂上的交流……等，太多太多了。把握好的話，可以交到很多就算國後都還可以繼續保持聯絡的好友，我想都是沒問題的！

## 六、國外實習之具體效益

1. 零碎的時間可以用來打工：這點是有別於完全專注於工作的實習組，雖然我們無法全身心投入於賺錢的行列之中，但是打工讓我學習到的東西，雖然只有短短一個月半但也收穫十足！  
我當初是在” LUSH” 這間店打工的，為甚麼時間上會只有一個半月這麼短呢？這也是得怪自己抗壓及吸收能力不夠好吧。
2. 懂得規劃時間：由於我們都是交換學生的關係，實際需要上的課程跟四年完整的留學生比起來實在是微不足道。更多空閒的時間依據每個人的喜好，安排社團活動啦、與日本學生的外出遊玩啦、正課以外的學習交流啦……等，在對自己的能力增強上也都會有所幫助的，畢竟是在全日的環境下，進步的程度一定也會大幅提高。
3. 增廣見聞：國外生活可以增進一個人對於外界的觸碰，把觸手漸漸地往外伸展，不管是對於以後的出社會還是職場上的經驗談，都能成為很大的助力。試想，如果是一個一問三不知和一個對生活侃侃而談的職員，你會選擇誰？
4. 懂得自己一個人生活：獨自在異地，對於生活技能的增長有極大的幫助，像我們這樣群體去的進步空間或許是有限，如果有能夠一個人出外的機會，想要訓練自己的” 野外求生技巧” ，或許打工渡假和留學是很好的選擇。
5. 和人群的交際更妥善：由於去的是日本這個國家，” 圓潤地與人相處” 想必是一大課題！要說為甚麼的話，日本人的講話方式大多都是繞著圈圈、迂迴著走的。雖然這樣子的婉轉台灣人可能會太習慣，但在一些社交場合，有時候是一個很好用的利器。



# 七、感想與建議

(中)

交換留學，其實像我們這樣只有短短半年或一年，並非在那所學校修習完成學程的，正名是叫做”遊學”。

當初的一個念想造成了如今的結果，我是沒有後悔的。從一開始的不知所措和膽戰心驚到後來甚麼事都能順手的做，也是花了一段時間去好好地適應，畢竟不是所有人都有強健的生存力，我們不是小強，沒辦法換了一個全新環境就馬上讓自己跟周圍一樣。

其實原本該去實習組的自己，臨時轉戰留學組，不管是以書面或是實際流程都會造成校方很大的困擾吧、帶著這樣的愧疚心情，還是在自己的直感之下選擇了。與外國人的交流是新奇且令人心跳加速緊張的事情！即使是學了日文五年，在腦子裡轉不過來的句子；不知道該如何表現的單字還是很多。想必這是普遍台灣外語系學生的通病——不夠注重口說。

要想能夠融會貫通一門語言，我想除了最初對這項事物的熱忱必須保持住以外，還需要的就是“自制力”。

不知道便查；知道了就去想辦法活用；緊張了口吃了就想辦法找朋友事先練習，這些都是自己對自己的課題。

如果這短短在學生活能夠送給自己一份大禮物的話，我想獨自在異國討生活是一件非常有意義的。

透過這樣子短卻紮實的經歷，不管是好是壞，我想都已足夠成為留在生命中最值得紀念的一段時光吧。

(日)

交換留学って、実は私たちみたいで、日本の大学の四年間の授業が、ただの半年あるいは一年間しか勉強できないのは、中国語で“留学”とは言えません。

始めの思いつきで今の結果になりましたが、後悔はありません。最初が慌てるから、何でもうまくいくようになるために時間をかけました。誰でも新しい環境に入って、すぐ慣れるわけではないです。

自分へのプレゼントがあれば、国外での自立が一番相応しく、有意義なことだと思っています。

こんな短い時間ですが、しっかりした経験を通して、もう長い命の中に宝のように、輝いてる記憶になるのではないのでしょうか



## 八、照片集錦



說明：從校門口走出來後的隨拍（180918）



說明：前段住在外面宿舍時，附近的路口隨拍（180927）



說明：外宿舍時期，附近的鐵道隨拍（181025）



說明：外出採買時，已經購買完畢在等待朋友的街景隨拍（181101）



說明：跟朋友東京遊玩時，搭乘電車的窗外景色（181225）



說明：東京行，著名的明治神宮的鳥居～（181226）



說明：東京行，應該是（？）池袋的街景隨拍（180226）



說明：回國前一個月，跑去福岡頗負盛名的貓島—相島玩了（180122）



說明：相島行～找找貓在哪兒？（180122）





說明：課程需求跑去熊本城了！走走隨拍～（181111）



說明：東京行，明治神宮的南神門（181226）



說明：相島行的貓貓搭手手 ♡（180122）





說明：回國前幾天跟遙遙去了柳川吃鰻魚飯!!! (190219)



說明：初來乍到的我們，因為先生們邀請去了在博多的住吉神社舉辦的觀月會！  
神社內的一個鳥居隨拍 (180924)



說明：之前在天神地下街的一間叫做”LUSH”的店打工過，  
順便的天地下的隨拍 (181116)