

靜宜大學出國研修學生心得報告書

- ◇ 此心得報告書須在回國兩週內繳交，請寄至411ifamily@gmail.com
- ◇ 411遊留學中心確認收到本心得報告書後始能抵免學分

姓名	曹英英	日期	2024年 2 月 23 日
班級/學號	日四A /410913827		
研修管道	☒ 交換學生 ☐ 語言學校 ☐ 雙聯學制		
研修國家/學校名稱	關西國際大學		
研修期間	4月至 2024 年 1 月 ☐ 一學期 ☒ 兩學期		
1. 在國外研修期間的花費共__500,000__台幣 (學費_100,000__元、機票_30,000__元、住宿_96,600__元、交通_50,000__元、膳食__150,000__元、保險_9,777__元、其他生活費__100,000__元)			
2. 在國外研修時的住宿是 ☒ 學校宿舍 ☐ 外面租屋 ☐ 寄宿家庭			
3. 學校 ☐ 有 ☒ 沒有 學伴制度			
4. 國外研修期間共修了_8_堂課、共__16__學分			

※心得報告--1,500字以上，包含以下內容

1. 研修國家與學校簡介 (學校環境、地理位置等)

我們的學校有三個校區，分別是尼崎、神戶跟三木。其中我自己有去上過課的有神戶跟尼崎，神戶校區又有分三棟教學樓，有時候連著的課不在同一棟就需要走遠一點，這也是為什麼我們學校的下課時間是15分鐘，尼崎則是一棟教學大樓而已。神戶校區距離神戶的三宮只有一站的距離，非常近，尼崎校區則是到大阪車站只要2站。整體來說還是比較方便的。

2. 前置作業心得 (機票、簽證、保險等)

機票方面，因為那時買來回票比較便宜，所以是先預定2/28回台灣的機票，到時候再改簽時間。這樣總共是來回28200\$加上改簽的1700\$左右。

簽證就是備齊資料去外交部領事事務局辦理就好。照片建議要重新拍一張好看的，不然去到日本後學生證、在留卡等等需要照片的證件都會是這張照片。

我的保險是富邦產險 9777\$的，其他還有5000\$、15000\$、20000\$左右的。

3. 課程學習心得 (選課、課程內容、語言課程、學伴、上課方式等)

我們學校剛開學會有新生週，基本上就是早上9點到下午5點，會有學長姊跟老師帶著我們熟悉校園跟流程。第一週也會做日本語的測驗，來看看程度如何建議上哪些課程。結果出來後會依照程度建議選不同難度特別開給留學生的日本語課程。心理學系課堂的日本學生二年級後要開始選擇想細讀的面向，像是臨床心理學、犯罪心理學、災害心理學和產業消費者心理學等四個組，

所以心理學系的課基本上老師都比較建議上一年級的基本心理學課程。上課是跟日本人一起上的大堂課，老師講話語速不會特別放慢也不會等你或特別對待，心理學很多英語翻成日語的專有名詞或人名，所以一邊查一邊上課是很正常的。

但基本上留學生是沒有限制選課的，想選什麼都可以，英文、韓文的課程都有。想要修程度以上的課也可以只是老師會不建議。而專門開給留學生上的日文課老師講話速度其實沒有什麼差別，但因為是小班制，所以老師能蠻即時發現問題或另外做更詳細的說明，我覺得老師跟學生的關係也會比大堂課更親近。像是有一陣子因為前一週生理痛沒去上課，當周又因為日本突然降溫感冒發燒，老師就請台灣同學

打電話關心我，還說怕我一個人倒在宿舍，想開車來看我，真的很感動。
我們學校沒有學伴，但能夠在留學生專門的日本語課上認識很多不同國家的人，像韓國、越南、中國等等。

4. 生活心得 (住宿、伙食、交通、天氣、節慶、交友、活動等)

我們學校的住宿是住外面的公寓，房間配置是2LDK，房間包含兩間臥室、一個廚房、一個客廳、一個浴室和一間廁所。基本上最多兩個人一起住。房租的部分都包含水電，兩個人一起住的話一個人房租是3萬日幣左右，一個人自己住一個月是4萬¥左右。

由於我住的尼崎市剛好在大阪旁邊，所以蔥家裡搭公車再轉JR到大阪梅田單程只要30分鐘，算非常近也很方便。從尼崎到京都也不算很遠，單程一個小時左右就到得了。公寓附近也會有蠻多小神社或公園等等，偶爾去走走逛逛體驗一下日本的日常也不錯。夏天的花火大會和秋天清水寺的晚楓都很值得去看。

我的心理系的課是在神戶校區，其他日本語的課都特別選尼崎校區的，住宿是在尼崎校區，到神戶校區上課要先搭公車轉JR再走路，通勤時間來回大概是兩個小時，交通費公車單程是230¥JR單程是410¥，去神戶校區上課交通費總共是1280¥大約是300\$，而到尼崎校區搭公車來回是4.50分鐘左右，交通費總共是460¥100\$。也可以用學校的證明去車站買通學卡，如果一到五都有課或常常去車站的話會蠻划算的，但課如果很集中或很少就不建議了。公車和JR的通學卡有分一個月、三個月和六個月的，一次買越久越便宜。

5. 其他心得或建議

這次交換真的獲益良多，認識到許多不同國家不同文化的人，對於自己不夠成熟的部分也成長許多，真誠與尊重真的是與別人相處最重要的東西。雖然這一年發生許多事，有好有壞，但相信這些都會成為我成長的養分，對於出國交換完全不後悔！

6. 國外研修期間相片至少兩張 (推廣用，請另外附檔)