

國立雲林科技大學

學生出國研習成果報告

研習類別：交換學生

學生姓名：曾俐嘉

系所年級：國際管理學士學位學程

研習期間：民國 111 年 9 月至民國 112 年 7 月

一、進修計畫摘要

（內容須包括出國進修的目的及意義、研修主題、進修課程概況、修讀學分及成績、進修學校系所簡介、國外指導老師學經歷等）

二、研修成果與返校後學習的關聯性

三、本次出國進修經驗與心得分享

四、建議事項

一、進修計畫摘要

從國中起一直很喜歡看日本的動漫，高中時開始看 YouTube 的日本人的頻道卻苦於沒有翻譯而深感困擾，加上身邊總有關於日本好的一面的傳聞，因此來日本這件事變成一個夢想。此次來日本交換的目的是為了學習日文及去日本各地旅遊，以便更了解這個從以前一直嚮往的地方。

選擇昭和女子大學的原因不僅是因其位於東京的繁華地區，交通便捷；其課程內容及為了留學生舉辦的活動也看似十分充實。

課程分成「密集課程」及「學術課程」，有 N3 日檢證照的人參加密集課程，N2 或 N1 的人則是參加學術課程。密集課程主要是專門學文法、單字、對話；而學術課程會針對一些主題深入學習，老師們預設學生的日語都很好，所以上課內容更難也更多專有名詞，另外也可以選擇一般的課，也就是跟日本人一起上課。申請時雖有 N2 證照，但對自己的能力沒自信希望參加密集課程，對方學校很有彈性的讓我兩邊的課都能修，而第二學期因為日文能力進步，變成只能修學術課程。

為了留學生舉辦的活動只參加一次覺得太無聊就沒再參加了，但除此之外也有對學習有幫助的活動，例如「語言交換夥伴計畫」，每週用日文聊天一小時，雖然這個一學期只有八週，但如果有什麼想問的問題可以在這時趁機問，而且在聊天過程中日語可以進步很快。此外還有「host family 計畫」，每個月跟配對的日本人家家庭出遊一次，聽有參加的其中一位同學說他們經過半年的相處，已有深厚的感情。

二、研修成果與返校後學習的關聯性

第一學期的密集日語課的敬語課程中學到的敬語，對於未來想在日系企業工作的人來說很有幫助，當時我想去打工，面試時正好用的上課學到的內容，很高興。第二學期的學術課程雖然沒有顯著感受到有學到東西的感覺，但上課時會跟來自各國的其他同學討論老師提出的問題，在此過程中對話能力進步了，也對各國文化及習慣有進一步的認識。

比起學校的課，對我來說比較會影響未來的工作的因素是打工經驗，打工時用到的日語才是貼近生活的日語，且可以讓自己意識到不適合在哪種行業工作。留學期間，我有三個月在家庭餐廳的廚房部門打工，兩個半月在便利商店打工。在餐廳廚房打工時步調超快，我在那三個月間意識到自己是笨手笨腳的人，所以未來不會選擇這類性質的工作。然而那段時間是日文進步最快的時候，因為要一直聽客人點了什麼料理，也要時常跟同事報告進度，學習如何做料理時儼如就是聽力課。在便利商店打工算是完成了另一個從高中起的夢想，因為以前認為在便利商店打工可以學會很多事，孰不知我有一半的時間都在補貨，補貨不需跟人互動比較輕鬆，但卻無法學習更多要做的事，日文也無法大幅進步，有點可惜。此外，我在此時意識到自己擅長補貨，但絕不適合在服務業工作，雖然自認服務態度很好，但每天面對無禮的客人會讓內心的能量消耗，無法長久在這行工作。

留學期間沒有專攻的科目，只有日文進步，所以未來找工作反而覺得有更多選擇，可以不用侷限在特定的行業。雖然目前沒有想做的工作，但有了大學期間在生產管理部門實習一年及這一年在日本留學及打工的經驗，對日本的職場文化有一定了解，未來可能會找在台的日商公司的生管部門的工作。

三、本次出國進修經驗與心得分享

來日本前對日本的幻想恐怕是太美化了，來這裡的10個月間日本有更深的認識後反而覺得沒有人們說的這麼好。例如街上「都」沒有垃圾、人們「都」很有禮貌，路上「都」沒有人會按喇叭。這不過是人們的以偏概全罷了，我看過沒品人亂丟垃圾的當下、被日本人推過、被態度很差的店員震驚到、時常聽到車子按喇叭聲、看過迷你規模的暴走族在路上吵鬧。往後在評價事物時我會更注意自己的用詞，不會誤導別人，也會增加自己判斷事實的能力。此外，我在留學期間發現自己超沒常識，很多國家都不知在哪、很多英文也不知道意思，下定決心之後要惡補各方面的常識跟學英文。有一點覺得很好的方面是街上人們不會在乎別人的穿衣風格，例如在台灣時偶爾會看到身材豐腴的人穿短裙被人非議(或是身邊的人也會偷笑)，網路上也有相關的嘲笑的文章，覺得台灣人對別人的穿著怎麼這麼嚴格。但在日本在路上穿奇特風格的衣服也不會有人在乎，所以我在那兒都大肆穿裙子，不亦樂乎。

不可否認有很多因素會讓人想在日本定居，雖然不是留學生的話要繳很多稅但政府提供的福利很多、路上確實比較乾淨、交通不像台灣的這麼可怕、很多國定假日、很多很漂亮的景點、服務很好的店員比率比較高、薪水高...等等的，但因為覺得未來跟父母能相處的時間剩沒多少了，不想與他們分離太久而且交通費昂貴，加上飲食習慣有所差異，所以暫時沒有在日本久居的想法。

實習期間賺到的薪水加上之前存的錢讓我不至於在那生活貧困，然而因本人留學期間花錢不知節制，一個月都會花好幾萬，所以到後期變得不能隨意出去玩和亂買東西。後悔之前實習沒有存更多，然而一切都已來不及。一個月生活費只花幾千元的同學也是有的。因此雖說日本物價比較高，但主要還是看個人的消費習慣，如果節省一點的話一個月花的錢要跟在台灣花的一樣多也不是不可能。順帶一提，回台灣後覺得台灣的東西都好便宜，所以再次陷入了不知節制的消費狀態，太不妙了。

學習方面，一個禮拜只需上約10小時的課。除非老師提供的課很充實，不然學校的課肯定是不夠的，因此我用了三個方法來提升日語能力：1. 到處旅遊—聽起來很像只想玩樂、不認真的學生，但旅遊時需要一直與店員對話，有時還會有阿姨阿伯來搭話聊天，是練習各種主題的日文的好機會！2. 打工—同事講話不會像學校老師一樣特地放慢速度或用簡單的單字講話，所以勤作筆記把不會的單字記下來回家查就可以增加打工領域方面的日文能力還可以提升聽力能力。3. 報名日檢—如前述所說，後期的兩個月有點拮据無法大肆遊玩，於是趁此時報名了日文檢定，因為學校學的內容太少了，既可以得到證照又能彌補學校課程的不足，堪稱一舉兩得。

在日本之時，我積極參與體驗日本文化，參加課外的茶道活動或修課內的傳統文化課，課堂期間學了有關書法、劍道、傳統建築…等。在體驗文化時有時會覺得他們怎麼喜歡複雜化這麼多手續，但仔細想想這些繁雜手續就是他們的精神寄託，例如在體驗「茶道」時必須行禮好幾次，還得跪著喝腳超痛，但這個過程讓泡茶的人跟喝茶的人都覺得自己跟對方很有禮貌，這就是這些手續的意義吧。

從高中起就一直住在外面因此本就自認是個獨立的人，這次的留學經驗讓我變得更獨立了，尤其是精神方面。舉例來說，出國前的簽證、要準備的資料、入境時及入境後要去區役所辦的遷入程序，還有要離境前的各種手續，這些都得自己處理，在日文不好的情況完成這些繁雜的手續下可說是一大挑戰。

四、建議事項

建議日文先學好一點再去留學。雖然同學們不會批評日語不好的人，但課堂上常常要討論，日文程度太低的話的人對話時同學和老師會有點辛苦…且若真的遇到要交朋友的情況如果跟不上別人的話題可能會很難融入。

來日本留學應該很少人會每天過著只讀書的生活，偶爾去外面玩才不會浪費難得的留學時光，因為這可說是最後的玩樂機會了，去各個地方旅遊也可以在與他人的交流中增進自己的語言能力和豐富人生。來留學前的本金最好先存多一點，我認為先實習再留學是一個很好的選擇，首先實習可以存到不少錢，再來留學時課堂上會討論未來的工作，在這時先寫好履歷表和動機還可以先請老師糾正文法或內容的錯誤，不用等回台實習後日文變差才開始煩惱寫的內容有什麼問題。

另外金錢控管的能力十分重要，雖然我有存錢，但去日本後因為消費有點不知節制而花太多錢，導致最後兩個月反而很少出門玩，甚是遺憾。為了不要發生這種事請好好規劃自己金錢的運用方法。

就算留學期間很短，也建議去打工，因為打工時的日語會進步很多。老師為了讓學生們聽得懂都會用簡單的詞或放慢講話速度，但我認為那很難真正讓日文進步太多。而且日本的時薪比台灣高很多，不賺白不賺。

請多交一些朋友跟他們出去玩或交流一番，我住的是單人宿舍，平時鄰居不會互相串門子，雖說這樣生活比較清靜但也很無趣。住 share house 的同學就有機會跟各國的人或日本人聊天及分享自己國家的文化跟食物，如果有把握機會的話可以增加語言能力。學校如果有語言交換的機會也請去申請，不然平常遇到日本人的機會反而很少。

五、附件



(一) 其他有關資料

(二) 成果報告檔及照片檔光碟片 1 份

<p>所屬系所 審核意見</p>	<p>指導老師簽名： 系所主管核章：</p> <p>(*本欄務必就報告內容填寫具體意見，不得空白)</p>
----------------------	---

※ 備註：

1. 成果報告請用 A 4 紙直式橫書依規定格式撰寫（活動照片請附簡單文字說明）。
2. 本項成果報告及活動照片應無償授權本校作為推動業務之任何利用。

所屬系所 審核意見	<div data-bbox="786 376 997 421">指導老師簽名：</div> <div data-bbox="786 421 997 465">系所主管核章：</div> <div data-bbox="1034 353 1257 421"></div> <div data-bbox="1233 387 1329 443">0804</div> <div data-bbox="927 472 1385 510">(※本欄務必就報告內容填寫具體意見，不得空白)</div> <div data-bbox="1038 465 1257 533"></div> <div data-bbox="1233 499 1329 555">0804</div>
--------------	---

※ 備註：

1. 成果報告請用 A 4 紙直式橫書依規定格式撰寫（活動照片請附簡單文字說明）。
2. 本項成果報告及活動照片應無償授權本校作為推動業務之任何利用。