

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：王彥斌

系所年級：機械工程系碩士班二年級

研習期間：民國 115 年 4 月 至 民國 115 年 8 月

研習國家：日本

研習學校：岡山縣立大學

1、進修計畫摘要

1、緣起

從小我便透過許多日本動漫、遊戲與影視作品接觸日本文化。相較於課本中的介紹，這些作品更真實地呈現了日本的生活方式、校園文化以及人與人之間的互動，也讓我對日本產生強烈的憧憬。隨著年齡增長，我不只是單純地欣賞作品內容，而是開始思考：「如果有一天能真正到日本生活與學習，會是什麼樣的體驗」這樣的想法也逐漸成為我努力的目標之一。

進入大學後，我開始關注日本留學與交換學生相關資訊，希望能有機會親自體驗當地的學習與生活環境。由於留學往往伴隨較高的經濟負擔，認為赴日留學距離自己十分遙遠。後來接觸到交換留學制度，並透過學校說明會以及學長姐的經驗分享，才發現原

來還有能夠兼顧學業與經濟負擔的方式，讓自己真正踏上前往日本的機會。

2、 研修學校簡介

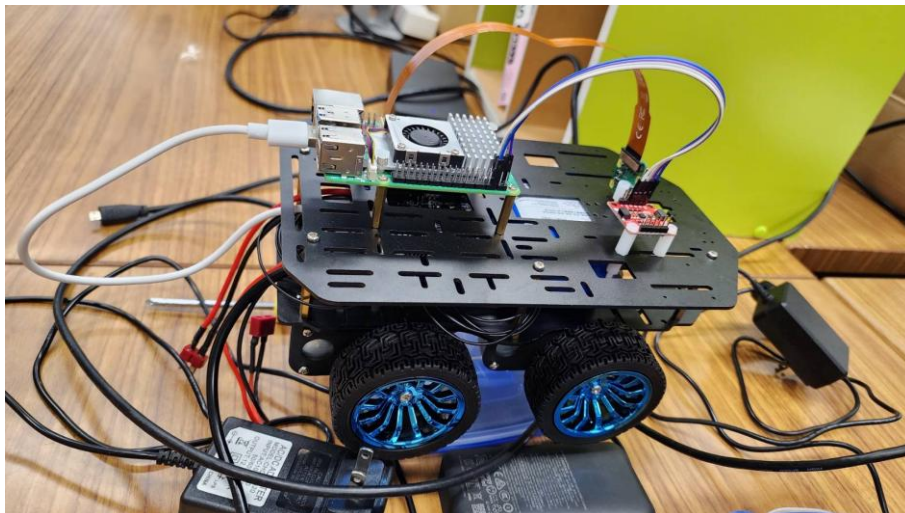
岡山縣立大學為一所位於日本岡山縣之公立大學，簡稱為「岡縣大（OPU）」。岡山縣位於日本中國地方，因氣候溫暖、降雨量較少，有晴天之國之稱，同時也是著名桃太郎傳說的發源地。縣內擁有岡山城與日本三大名園之一的後樂園等知名景點，也保留許多江戶時代的歷史建築與文化特色。此外，吉備津神社及吉備路古墳群等歷史遺跡，也展現了當地悠久的人文發展與文化背景。

校園則位於總社市，整體生活環境相當安靜且舒適。由於學校並未提供學生宿舍，因此我透過校方協助選擇在總社市租屋居住。居住地距離學校相當近，平時只需搭乘一站電車即可抵達學校，步行約 10 分鐘到車站，整體通勤時間約 15 分鐘左右。相較於大都市較為繁忙的生活步調，總社市的環境較為悠閒，也讓我更能專注於研究與交換留學期間的學習生活。

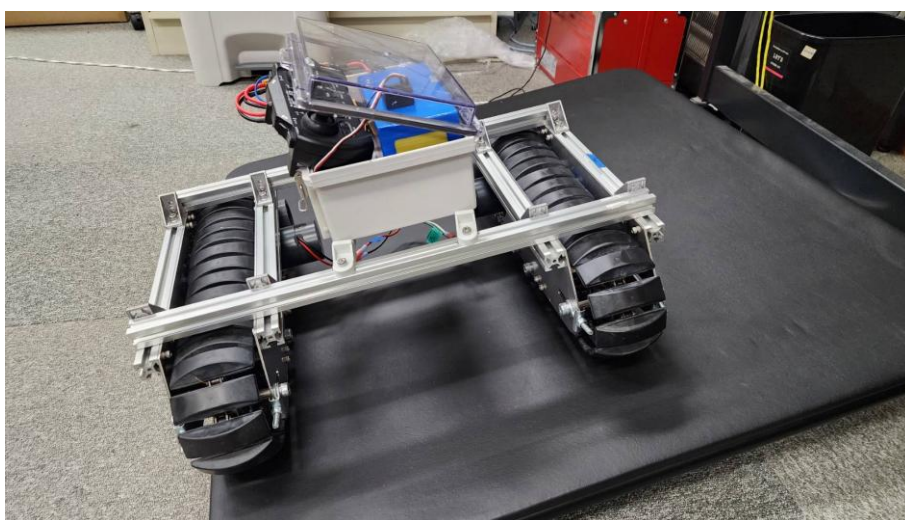
3、 國外研修之課程學習(課內)

由於我是使用研究生身分進行交換，所以沒有強制規定要修習課程，但是如果如果不修習課程的話就需要參與指導老師的一項研究計

畫，那我參與的計畫是與老師協作製作自動化機器人，首先老師與實驗室的同學配置了電腦以及簡單的題目讓我進行練習。



熟悉完初始課題後，就會與實驗室了的另一位組員進行研究計畫，目的是要探討履帶型機器人在各種場域上的控制方式，以及如何做到多感測器整合。



另外實驗室也會舉辦活動老師會與大家一起吃飯聊天，討論實驗室的狀況以及關心大家的近況，老師也很認真會採取大家的意見。



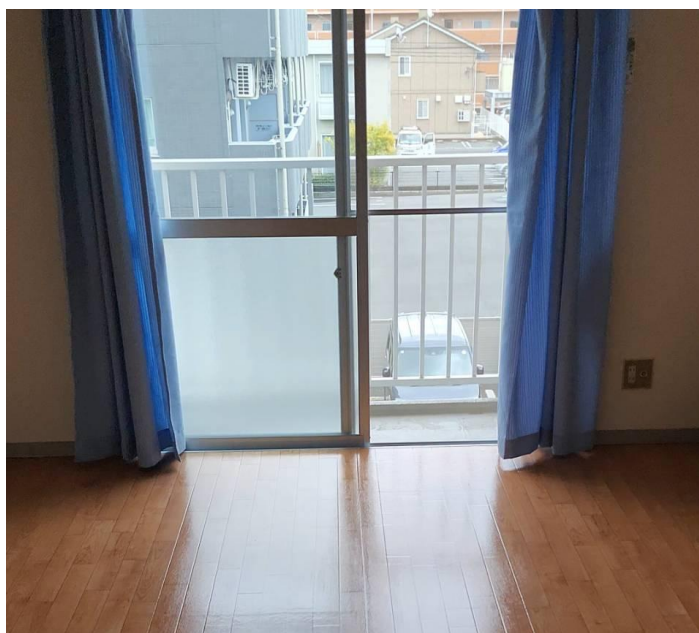
4、 國外研修之課程學習(課外)

- 社團活動

縣大有需多台灣大學相對較少的社團例如劍道、茶道等，因為在台灣比較少管道可以體驗到日本的社團文化於是我選擇參加弓道社團。

- 生活方面--租屋

在租屋方面日本的租屋處都是以空房為主，會在要入住前跟房仲確認裡面有甚麼設備和需要甚麼設備，因此事前有請校方的協辦人員幫我們找所需要的住所，當確認玩所需的設備以及房租後會在到達的第一天進行簽約。



● 生活方面--倒垃圾

日本倒垃圾的方式非常嚴謹，包含垃圾分類、可以倒的時間等都非常講究，如果有倒錯的地方可能會面臨罰錢，而在各個住所都會有一個可以共同倒垃圾的地方，會明確寫說在哪一天該到哪一類垃圾。



● 生活方面--飲食

在日本的飲食跟台灣有點不太一樣，如果以外為主都會較為昂貴，而且會營養不均衡，因此大多是在家自己煮。

- **旅遊方面**

倉敷

來到這邊的幾天內就去了很有名的倉敷景點，那時候還是櫻花祭非常漂亮



九州

利用黃金周較長的休假時間，在九州租了重型機車進行環島，九州的風景非常漂亮。



神戶

也去了很有名的神戶景點，吃了神戶牛



2、 研修之具體效益

出國進修不僅是一段海外求學的經歷，更是一個跳脫原有生活圈、親身體驗不同文化與教育環境的珍貴機會。來到日本後，無論是課

程學習、研究討論，或是日常生活中的大小事，都需要依靠自己規劃與處理。從辦理各項行政手續、適應新的生活環境，到安排課業與研究進度，過程中讓我學會以更獨立的方式思考問題，並培養面對未知挑戰時的應變能力，實際生活在日本的環境中，也讓我能夠將過去所學的日文真正運用於日常生活與人際互動。相較於在課堂中學習語言，透過每天與當地居民、同學及老師交流，更能提升語言表達能力與溝通自信。這些能力不僅有助於未來的學術研究，也將成為未來進入職場時的重要技能。

3、 出國進修經驗與心得分享

本篇心得將記錄我在岡山縣立大學交換期間的準備過程、生活體驗以及學習收穫，包含出國前的規劃、日本當地的生活適應、校園學習環境以及文化交流等內容。希望透過這份心得分享，能夠讓未來有意申請交換留學的學弟妹對實際的交換生活有更深入的了解，同時也為自己的交換歷程留下珍貴的紀錄與回憶。

出國前

收到邀請函後須要到台北或是高雄才有的日台交流協會辦理簽證，以及需要給對方學校的各項文件如下。

文件項目	說明與用途
護照正本	最近十年內核發至少保留兩頁空白頁
簽證申請表	以英文或日文填寫完整並簽名一份
護照資料頁影本	影本一份，供身份確認
證件照	兩張近三個月內拍攝、符合生物特徵之照片
台灣學校證明文件	英文版在學證明與成績單各一份
日本大學入學許可	正本一份（錄取通知或交換證明）
財力證明	交給交流協會的財力證明
動機文件	說明赴日本交換的目的、學習計畫、未來發展與個人動機

財務方面的部分則是在台灣時先開好外幣帳戶以及換好所需要的日幣，開通可以國外刷卡的功能後，首先需要帶一定數量得的日幣到日本，由於在剛到日本時會需要先到房東所在的地方先進行第一次的房租繳納以及簽約，因此需要多帶一些現金。另外如果需要手機網路或是電話號碼需要先在台灣辦好 10 到 15 天的漫遊，如果是大阪或東京機場抵達的話可以直接拿再留卡進行後就可以進行日本電話的申請，但是岡山機場沒有這項服務，因此需要先買好漫遊後抵達岡山拿到在留卡再辦門號。



出國後

到達後首先就會到房東所在地進行第一個月的租金繳納，接著可以開始採買所需要的日常用品等等，結束後會由學校的學生支援老師協助進行再留卡以及健康保險等辦理手續。

等到在留卡收到後就可以進行門號辦理，通常分為以下這幾種，我辦理的是樂天 mobile，因為是裡面最便宜也是吃到飽的，訊號在岡山的話我覺得還算不錯不會到太卡，在租屋處就用 wifi。



另外在水電費的部分由於我所承租的租屋處房租已經包含水費因此只要付電費以及瓦斯費就好，通常會是一個月付一次，帳單會寄到租屋處，如果是電費的話可以到超商繳納，但是瓦斯費就需要到專

門的銀行或是使用銀行帳戶扣款繳納。

在交換學習過程中，最大的挑戰來自全日文，由於是使用研究生的方式進行交換，因此在實驗室時與同學都是全部使用日文交流，經常會面臨語言表達不流暢、討論方式不同或文化觀念差異的情況。例如，在專業術語的部分由於日文的口音通常會不太清楚想表達的意思是甚麼，這都需要更多耐心、理解與調整。透過這些經驗，我不僅在課業上有所收穫，也大幅提升了外語能力與多元文化環境下的合作技巧

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

門的銀行或是使用銀行帳戶扣款繳納。

在交換學習過程中，最大的挑戰來自全日文，由於是使用研究生的方式進行交換，因此在實驗室時與同學都是全部使用日文交流，經常會面臨語言表達不流暢、討論方式不同或文化觀念差異的情況。例如，在專業術語的部分由於日文的口音通常會不太清楚想表達的意思是甚麼，這都需要更多耐心、理解與調整。透過這些經驗，我不僅在課業上有所收穫，也大幅提升了外語能力與多元文化環境下的合作技巧

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