

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：楊子璇

系所年級：四企管三 A

研習期間：民國 115 年 3 月至民國 115 年 8 月

研習國家：日本

研習學校：福岡大學

國外研修成績：

Human Resource Management：A

Foreign Trade Management A：A

Economic Study of Personnel Administration：A

Fine Arts A：A

International Marketing A：B

Sociology A：A

Pop Culture in Japan：C

Business Japanese：B

一、進修計畫摘要

(一)緣起

從國中的時候我就對日本的文化很有興趣，並從那時候開始在家裡自學日文，心中夢想著以後想去日本做留學生，長大之後，我接觸到更多不同的東西像是動漫、J-pop、日劇等這一切，這些不僅讓我對日本有更多的認識，又讓我對於做留學生這個夢想更加的堅

定，但隨著日文能力的提升，這時候的我已經不再是想去盲目的追求日本文化，而是想運用自己在平日裡所學到的日文與真實的人做溝通、建立連結，我想做到與別人不一樣的事情，跳脫出自己的舒適圈，挑戰自己在不同的國家拓展自己的國際視野，這便是我這次前往日本做交換學生的核心初衷

（二）研修學校簡介

學校名稱：福岡大學（Fukuoka University）

福岡大學是一個位於九州福岡市的學校，他是一個具備多種科系的綜合大學，學校擁有優質的師資跟完善的校園設備，也有來自世界各地的留學生們，學校內有許多食堂，其中我覺得一定要去的是位於文化大樓のスカイラウンジ、從這裡可以可以清出的看到福岡塔等壯觀的景色，學校的周遍就有郵局跟健身房，且因為這所學校位於福岡市，所以只要通過 20 分鐘的地下鐵就可以去到福岡最熱鬧的地區天神與博多，整體的生活機能非常的方便。

（三）國外研修之課程學習（課內）

我在交換學生的期間總共修習了九堂課，其中最具有印象的是以下幾堂：

1. 貿易商務論：

這門課主要是在教我們怎麼訓練國際貿易思維，以及增加對日本的重大事件及重要地理位置的了解，課程會提到許多實際案例來做解析，可以真正的了解到目前日本在國際上面臨的問題，整門課是使用日文進行，老師有時候會使用一些方言，所以我覺得需要有一些日文程度的人再來上這門課，考試是申論形式的題目居多，可以訓練自己的日文聽力以及讀寫的能力，我覺得以後如果有考慮要來日本發展，這門課是一個非常不錯的選擇。

2. 社会学：

我覺得這門課除了學習社會學以外還有加入一些心理學的部分，課程的後半則是提到日本社會的時代變遷，從戰前到戰後老師都會做詳細的解說，因為這門課讓我對日本每個年代人們重視什麼、或著是喜歡什麼音樂喜歡什麼笑話等有了非常多的了解，對於想要了解日本歷史文化的學生我也非常推薦這門課。

3. ビジネス日本語：

這門課是專門開給留學生的課，上課比較不那麼要求日文程度，老師中英日都可以做溝通，且因為是小班

制可以拉近自己與其他留學生之間的距離，我覺得對留學生非常友善，上課的內容主要是圍繞著在日本職場中實際會用到的一些敬語，目的是培養可以在日本企業就職程度的日文能力，課程會使用各種情境題來讓我們思索需要用什麼樣的句子以及表現方法來應對，所以對於有考慮來日本做發展的人我覺得非常適合。

（四）國外研修之生活學習（課外）

社團：

在課堂以外的期間我還體驗了很多的日本文化，我參加了劍道部，體驗了日本劍道，一開始的加入動機是因為覺得劍道是日本才有的運動，而且非常的酷，但實際體驗過後我才知道劍道是一門非常考驗耐力的運動，你需要一直做同一個動作直到你熟練他為止才可以進階到下一步，但經過這幾個月的訓練之後我從一開始連拿劍都有點困難的程度，到了可以靈活完成素振り、すり足等基礎動作，我覺這份經驗對我來說真的非常寶貴，也讓自己變強了一點。

體驗文化：

博多的山笠，這是一個福岡非常有名且具有傳統意義

的大型活動，這個祭典有驅逐瘟疫以及乞求平安的意義，福岡大學有開放留學生參加此項活動但只限男生，我覺得如果有興趣的話一定要體驗看看。

在世界各地都很有名的日本的花火大會，我這次也很幸運可以在回台灣之前參加到，雖然同樣是煙火但是日本的煙火有著與台灣不同的吸引力，他們整個試放煙火的過程長達半個小時以上，在台灣看煙火時總是有種曇花一現的感覺，但是日本的煙火是慢慢的，可以細細的感覺它的美好，除此之外也有非常多好吃好玩的東西，我覺得是一份寶貴的經驗。

日常生活：

日本在各地都有非常多的居酒屋，在我一開始來到這裡還沒有任何朋友的時候，對所有的一切都感到陌生且不知所措的時候，是通過跟一群留學生一起去居酒屋建立起聯繫才慢慢地開始適應的，剛來日本有非常多手續要去辦理，這時候是最容易感到無助的時候，所以在人生地不熟的地方我覺得有一些可以交換訊息的人在，不管是對課堂還是日常生活都更有保障，去到即使沒辦法喝酒也沒關係，幾乎每家居酒屋都有提供無酒精飲料，如果還在困擾該怎麼踏出第一步建立

自己的交友圈，我覺得居酒屋真的是一個不錯的選擇。

二、研修之具體效益

一、日文能力提升

在全日文的环境生活與上課，進步最明顯的就是口說跟字彙量。以前講話前腦袋都要轉很久，現在能很自然地表達自己的想法，單字量也增加了許多。手寫部分更讓我非常有成就感，原本是寫都寫不太出來，到後期已經可以獨立寫出一千字以上的期末申論題，在文法組織和用字上真的進步非常多。

二、結交跨國好友與擴展人脈

來到這裡才真正學會如何跟不同文化背景的人相處。彼此都從不同的國家來，所以不同的點一定很多，我推薦一開始還是要積極地參加一些集體活動，不管事學校舉辦的還是留學生們自己約的，踏出第一步是最重要的，只要主動打招呼、釋出善意，語言隔閡根本不是問題。這段期間認識了來自各國的朋友，不僅聊彼此的文化與價值觀，也讓我看待事情的角度變得更開闊，拓展了很棒的人脈。

三、適應異地生活

一個人到國外生活，一開始真的手忙腳亂，從倒垃圾

分類、辦市役所手續到適應生活節奏都是挑戰。遇到課業或生活壓力時，學會不再慌張逃避，而是靜下心來找方法解決。這段日子讓我獨立非常多，心理素質也變得更強大。

三、本次出國進修經驗與心得分享

一、打破偏見

在來日本之前看了超多 Dcard 和網路上的資料，看到很多人說日本人很排外、很有距離感，老實說出發前其實蠻怕遇到這樣的狀況的。但實際生活後發現，會排外的人真的是少數中的少數，身邊遇到的大多數日本人、店員或同學都非常親切友善，只要你願意嘗試開口，他們都很樂意幫忙。

二、推不推薦來體驗交換學生？日文程度需要多少？

如果有足夠的能力跟留學後的目標，我絕對是一百分推薦！這是我大學生涯中最值得的一件事。很多人會卡在「我日文不夠好不敢去」，其實只要有 N2 以上我覺得都不是問題，更重要的是敢講、不怕犯錯、積極學習的心態。學校也都會有語言課程可以加強，千萬不要因為害怕語言門檻就放棄這個機會。

三、最珍貴的收穫

如果問我這趟交換最大的收穫是什麼，絕對不是修了幾學分，而是這群跨國好友。在要離開日本那天，朋友們特地跑到機場送機，大家抱在一起哭成一團、捨不得道別，那一刻我真的覺得這趟交換完全圓滿了。這些跨越國界的友情，是我這輩子最難忘的寶物。

四、建議事項

一、生活預算要抓多少？

我這一邊交換學生的旅程總花費大概是 17~18 萬左右，但因為我有去旅行，所以如果想要再壓低應該是可以的，去那邊的第一個月需要花的錢比較多。包含各項辦理手續的費用、保險費、住宿保證金、床具等生活用品等，所以一開始帶過去的現金我推薦大概要 20 萬日幣左右，可以多但讀建議少，應對突發狀況比較有保險，平常的生活費依個人消費習慣落差很大，平常還是推薦自己煮飯，日本的外食比較貴，來日本之前也一定要確定有開啟跨國提款功能，平常雖然可以用信用卡支付的情況很多，但現金還是要隨身攜帶。

二、出國前的準備事項

除了要申請護照、留學簽證、COE 以外，像是學貸、獎

學金這種個人的申請也不要忘記，COE 的申請每到 11~3 月的這段時間人數就會非常多，速度就會比較慢，像我自己就等了兩個月以上，這時已經是出發去日本前兩周了，取得 COE 之後一定要馬上去辦留學簽證。

五、附件

(一) 成果報告檔及照片檔



宿舍的朋友



一起去 PK park



廣島大聖院裡的小雕像



博多的山笠

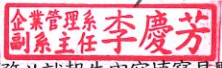


一起去吃牛腸鍋



廣島城

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)
--------------	--

所屬系所 審核意見	經訪談該生獲得很好的體悟.住宿經驗学会 日語.日文豐富進步.都課上課18週.希望未來有機會 會至日商工作 指導老師簽名: 李慶芳 系所主管核章: 代 (*本欄務必就報告內容填寫具體意見, 不得空白) 115. 9. 10
----------------------	---