

國立政治大學社科院交換學生報告表

基本資料

1. 系級：應社碩三
2. 姓名：趙培源
3. 交換學校及系所（全名）：上海交通大學國際與公共事務學院
4. 交換學期：自 105 學年第 1 學期起至 105 學年第 1 學期止

交換學生報告（以下每點敘述至少 300 字並附上照片）

一、準備篇（請就出國前準備、簽證之辦理、接機等準備事項進行陳述）

以下列出在出國前一定要準備好的資料：

1. 護照

出國必備，雖然在中國大陸因為各種“原因”，基本上用不到，但在機場登機等等還是會需要，所以一定要帶。

2. 台胞證

去中國大陸交換，基本上不需要申請甚麼簽證，只需要台胞證就可以了。在交換期間，台胞證就是你的身分證，在那申請銀行帳戶、辦手機號、支付寶…等，都需要用到。申辦的話，可以請旅行社代辦，費用 1500-1800 不等，看每家的收費狀況，記得申請前多比價一下。申請後約一禮拜就可拿到。

3. 機票

機票部分，建議先辦理“ISIC 國際學生證”，一張台幣 350 元，買機票會便宜很多，例如華航有提供學生來回機票，行李限重較多，機票期間也可以拉長到最多六個月，非常適合一學期的交換學生購買。申請部分也是到旅行社即可申請，也可搭配購買你需要的機票，非常方便。

4. 從機場到學校

上海有兩個機場，虹橋與浦東，如果你降落的地點是虹橋機場，直接搭地鐵 10 號線及可直接到達徐匯校區，約 20 分鐘車程。浦東機場的話就比較遠，坐 2 號線一路做到江蘇路站再轉 11 號線到交通大學徐匯校區，車程約 1 小時半。

5. 現金

我個人出發前是帶 6000 人民幣（約 30000 台幣），到學校會先交 1500RMB 的宿舍住宿費，剩下的等開戶後全部都放到帳戶裡，基本上在上海使用錢都是以“支付寶”、或是“微信支付”來付費，現金基本上是不會用到。

6. 手機號

在上海生活，所有的東西都會綁定你的手機號，不管是銀行帳戶、支付寶、微信…等，所以到了上海第一件事情就是辦好手機號碼。最常見的公司有兩家，中國移動和中國聯通，你可以依據自己的需求選擇自己要的方案，學校周圍都有這兩家的門市，要申辦很方便，我們全部都是使用中國聯通，當時的方案比較適合我們，可參考。

二、學業篇（請就選課程序及狀況、上課情形、學習成效等事項進行陳述）

上海交大的選課，主要也是使用學校的選課系統去進行，到了學校辦理入學後，會得到學號等資料，再以學號申請 Jaccount 帳號，即可登入選課系統選課。要注意的是，政大的經濟系和財政系等經濟相關科系被列在社會科學學院，但在上海交大則是被歸在安泰管理學院，若透過院級交換到上海交大的同學，將會被列入國際與公共事務學院。上海交大規定是不可以跨學院選課，在選課前有和學院的老師溝通過數次，還是得到一樣的結果。請要參加院級交換的經濟系或相關科系同學要留意，尤其是有學分抵免問題的同學一定要特別注意。

三、社團篇（請就**參加之社團、課餘活動**等經驗分享）

除了平常生活外，學校有提供三次交換學生出遊團，第一次在上海、第二次去杭州、第三次去陝西，我個人因為自己行程的安排，可惜只有參加第二次。這些活動可以讓交換學生互相聯絡感情，尤其像我們徐匯校區的交換學生只有 10 幾個，平常也不會特別跑到閔行校區，參加這些活動也可以讓我們跟閔行的同學互相認識。

四、日常生活篇（請就**交換學校之生活環境、住宿、交通、飲食**等事項進行陳述）

1. 生活環境

交大的研究生主要是在徐匯校區活動，校地不大，跟政大的山下校區差不多。徐匯校區地點接近上海市中心，附近相當熱鬧，從正門走路約 10 分鐘就可走到百貨公司，附近約有 5 間百貨商場，也有許多餐廳，生活非常便利。

2. 住宿

研究生住在 3 號樓宿舍，接近學校後門，門禁森嚴，一樓的管理員阿姨都會確認身分再讓你進宿舍，沒有電梯，所以要自己扛著大行李到五樓。每間房為四人房，書桌在下，床鋪在上，每一層樓都有廁所、浴室，但浴室沒有熱水，想洗熱水必須走到學生宿舍七號樓的澡堂洗。要記得攜帶校園卡，因為要收費。澡堂開放時段也只有從下午三、四點開始到晚上十點半，相當不方便。我個人為了方便，就用兩個大水桶，一個去飲水機裝滾水，一桶裝浴室的冷水，再將水混著一起成可以洗澡的溫度再洗，就這樣洗了一個學期，不過不是每個人都可以接受這種洗澡方式，所以請斟酌參考。

3. 交通

交通的話可在地鐵站購買公交卡，基本使用上就跟悠遊卡差不多，餘額不夠就充值，交通大學徐匯校區位於地鐵 10 號線交通大學站，10 號線也是上海地鐵蠻中樞的一條線，從徐匯要去要到上海市中心都非常方便，10 分鐘可以到靜安寺、約 15 分鐘就可到達新天地。

4. 飲食

上海的飲食較台灣的飲食鹹，價格也較台灣高，大約是台灣的 1.5 倍，有很多打著”台灣味”的台灣餐廳，可能也為了迎合當地人的口味，做的比較油膩一些。上海也有類似 50 嵐的手搖飲料店，價格一杯也是接近台幣 100 塊，不過偶爾來一杯解解鄉愁也不錯。值得一提的是，上海的外送服務非常普遍，只要下載特定 APP，便可以直接定各式餐廳的餐點，也會不定時提供許多折扣，也是省錢的一個好辦法。

五、文化交流篇（請就**與當地及其他外國學生或民眾之文化交流**經驗分享）

台灣學生到大陸去念書，第一個聯想到的一定是兩岸的政治議題。當然，為了避免引起不必要的紛爭，我們都是很有默契的不去特別提起這些事情，當然也是會遇到一些挑釁的人，就自己考量了。像我個人是保持著開放討論的態度，但絕不惡言相向。這次交換也很幸運，能夠分到大陸的室友，也花了蠻多時間了解觀念上的不同，並學習去互相尊重對方的想法。

六、您對於社科院辦理與該締約學校之間的交換細節，如甄試、薦送、聯繫等事宜，您有無任何建議？

無

七、就政大的就讀經驗與締約學校的交換心得，您有無任何建議提供給本院作為改善之處？

無

八、費用篇（請就參加交換計畫曾支付的費用、每月生活支出及獎學金進行陳述）

機票約 12000 + 住宿費約 7500 (一學期) + 生活費約 6 萬元 (四個月) = 約新台幣 8 萬元。