

交換學生報告

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)

若是上學期(9 月到 1 月)去北京交換，禦寒衣物一定要帶足，冬天最低溫大約在-15 度左右，但若真的不夠當地也有很多地方可以買，不必太擔心，除衣物書本等日常用品之外，需注意的只有提前辦理**台胞證**和影印**邀請函**，邀請函在入住宿舍時提交給宿舍的阿姨才能領取鑰匙，另外如果是到北京這種比較乾燥的地方交換建議帶個乳液或凡士林等保濕用品，到當地買價格較高。



到北京後，人民大學有安排接機，由遊覽車統一帶回學校並辦理入住。

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)

研究生選課開學前兩周都能自由加選，選課也不限學院，可以多聽聽看自己有興趣的課，而退課比選課更晚一周截止，但切記不要逾期，逾期將沒有補救措施。



選課前也可以多跟本地生交流，先認識一些領域內有名的老師，或是打聽學生之間評價好的老師。

三、 社團篇 (請就參加之社團、課餘活動等經驗分享)

人民大學擁有眾多學生組織，在開學後的幾周會有社團博覽會，我本身沒有加入任何社團，不過在老師的推薦下加入了人民大學的乒乓球隊，有校內外的比賽可以參加，是個難得的體驗，也感受到不一樣的校隊氛圍。



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)

照片裡的是人民大學的體育館，裡面有健身房、羽球場等等，建議可以多加使用，裡面也有淋浴間，能在體育館洗澡，另外一個選項就是去澡堂，只要用學生證插卡就可使用，費用比體育館淋浴間便宜。

飲食的部分有東西中北區食堂，除此之外也有學子居、匯賢府等校內餐廳，食堂價格便宜分量足，校內餐廳價格貴一些，但也平價實惠，比食堂食物更好吃精緻。



人大的寢室比政大的大很多，不過是 5 人房，上床下桌，除了有統一供暖也有空調，不用擔心溫度問題，若超過晚上 11 點半回宿舍就須到值班台找阿姨登記。另外需要注意的是人大宿舍是沒有飲用水的，必須跟校內合作的水商買水，是倒插式桶飲水機。



北京的交通便利，地鐵和公車基本能到所有地方，若有需要搭計程車也很便宜又方便，用手機就可以解決，而人大的學生證可以當一卡通，類似台灣的悠遊卡，用來搭地鐵和公車。

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)

若是上學期(9 月到 1 月)去北京交換建議一定要去滑冰！頤和園或北海公園之類比較大的公園都會開放，在野外滑冰的感覺跟在室內溜冰場的感覺完全不一樣，是在台灣無法體驗到的。



對籃球有興趣的話也推薦去看 CBA，可以挑有台將的場次去看，現場支持台灣的籃球運動員！

六、 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)

宿舍費一學期 600 RMB

宿舍內飲用水一學期大約 300 RMB

學生保險 300 RMB

電話卡 100 RMB (是一年的合約，似乎沒有更短的方案)

學生證工本費 25 RMB (若遺失要補辦也是這個價)

食堂一餐約 15-20 RMB

校內理髮約 20 RMB

校外理髮約 40 RMB

回程機票約 1,700 RMB

我這四個半月總花費(含回程機票，去程機票是用台幣買的)約

26,000 RMB，交換期間出去旅行了 3 次 (天津-上海-南京；鄭州-洛

陽-西安；哈爾濱雪鄉)，若都待在學校的話費用應該會更少，提供給

大家參考！