

國立政治大學社科院交換學生報告表

- ※ 請依序回答題目，並將檔案回傳 110252005@nccu.edu.tw 信件標題請註明 《**薦
外交換生心得報告**》
- ※ 學生可不依此報告格式回傳文件，但繳交之文件內容至少須有 2 張 A4 (含圖片)。
- ※ 本文件將同步公告於社科院網站，以供未來交換之學生參考。

基本資料

1. 填表日期： 20230926
2. 系級： 廣告四
3. 學號： 107405157
4. 姓名： 周一如
5. Email： 107405157@nccu.edu.tw
6. 交換學校及系所（全名）： 慶應義塾大學 經濟學系
7. 交換學期：自 111 學年第 2 學期起至 111 學年第 2 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）

感謝社科院專員協助提名，出國前比較麻煩的就是辦簽證的部分，學校 CoE 蠻晚（大概出發前一個月）才給，但幸好台灣跟日本很近，正本從日本寄過來一兩天就到了，拿到 CoE 正本以後就可以去在台辦事處申請簽證，從到辦事處申請到拿回護照我那時候大概等三四個工作天。接機的話學校沒有提供，就自己從機場搭電車去宿舍囉～另外宿舍那邊（不管哪一間宿舍都一樣）規定一律只有指定日期和時間可以辦入住（兩天的 9:00-18:00），也比較麻煩一點，所以建議機票可以等宿舍那邊通知可入住時間再訂下去，不然會需要先住在旅館。

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）

選課跟台灣蠻不同的，我們是學期開始前就選好，他們是開學前一週還是當週才選，選完隔天就公布結果，所以不用緊張。想選的課基本上都選得到，規定至少要修七學分經濟系的課要注意！上課情形的話我幾乎都是修 PEARL 的課，學生組成大部分都是日本歸國子女，大家英文都很好也算踴躍發言，只是老師的部分教學品質比較參差不齊，高年級（三、四年級）的課會比較紮實一點。

三、社團篇（請就參加之社團、課餘活動等經驗分享）

我沒有固定參加社團，有去矢上校區理工部劍道社練習過幾週，但不會日文還是比較吃力後來就沒什麼去。課餘時間主要都是和宿舍的朋友一起玩，但就要看你追求的是什麼生活，如果追求日本校園體驗的話還是很推薦社團！我的話比較在意和各地的國際學生互相交流，所以多數時間都是和宿舍的交換生一起～其實東京真的很大，就算不參加社團也有做不完的事！我們最常做的事就是去宿舍附近唱歌、打保齡球、泡溫泉、假日有時候會去近郊或是別的城市旅遊。



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）

我住的宿舍是 Shimoda 下田學生寮，如果希望有國際體驗的話非常推薦，但如果想要體驗日本學生生活、練日文就比較不推薦，因為這一間全部都是國際交換生，沒有日本同學。我自己很喜歡，宿舍雖然離日吉車站或是任何超市都蠻遠，大概要走 15 分鐘，但日本好像都是這樣，住商很分離，習慣就好！而且車站、超市、便利商店和日吉校區都在同一個地方，所以蠻方便的。我因為很不喜歡長時間通勤所以選課都選在日吉校區，**但如果很在乎課程的人建議先在課程查詢系統查好你想上的課，如果想上的課都在三田校區，建議住離三田近一點的地方**，不然通勤一趟大概就是一小時，而且如果剛好是尖峰時間電車會超！級！擠。

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）

因為我不會日文所以沒有什麼和當地學生或民眾的交流，日本人真的和預想的差不多，很不願意講英文，所以大部分是和其他國際學生的交流。很印象深刻的是有一次去烏克蘭同學的外宿處參加喬遷派對，他們煮了烏克蘭的羅宋湯，也有厄瓜多的同學做了厄瓜多料理，兩個都超級好吃！



宿舍的同學多數是歐洲人，復活節時被他們帶著一起準備食物、一起吃了復活節晚餐，邊吃邊聽他們說各自在家怎麼過復活節，每個國家有一點不同，是很溫馨特別的體驗。



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，謝謝社科院的幫忙。

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）

機票來回大概台幣兩萬、住宿費一個月 63500 日幣四個月共台幣六萬元、生活費一個月兩萬元共五個月十萬元、旅遊費五萬元，大概五個月共計台幣二十三萬。（旅遊少一點可以更省，而且學期結束後我在日本多待一個月，旅館住宿費就貴蠻多的）