

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@g.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：20240308 (YYYYMMDD)
2. 系級：社會系碩士班三年級
3. 學號：110254003
4. 姓名：王憶瑄
5. Email：110254003@nccu.edu.tw
6. 交換學校及系所（全名）：大阪大學經濟學部
7. 交換學期：自 112 學年第 1 學期起至 112 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）

4 月中旬時需繳交大阪大學要求的交換留學応募願書、成績單、財產證明等資料。6 月收到阪大的 advisor 寄來的申請 Certificate of Eligibility for Status of Residence 和簽證的程序說明，照著 advisor 的說明就可以順利線上填寫簽證所需資料。8 月底信箱會收到 Certificate of Eligibility (CESR) has been issued（有些學校不會寄實體的在留資格認定證明書），接著就可以把證明文件印出，備齊資料去日台交流協會即可，過幾天後就可以很快的領到簽證。

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）

9 月中會收到來自 advisor 的選課清單，大約一週後要回信跟他說你想選什麼課（不是用選課系統）。如果將近開學還沒收到選課清單，必要時可以寄信詢問選課時程。

交換生選課不能開學後加退選，除非有必要，不然 advisor 不會幫忙改課。選課時要注意豐中和其他校區距離很遠，假如第一節課在豐中校區，會來不及第二節就跑到吹田校區上課。

如果想選日文課，可以先找阪大的日文程度測驗，N3 程度大約可以選 JA300，N2 可以選 JA400。JA400 以下的課每週需要寫兩到三篇小作文，作業量很多。JA500 以上會有主題式的教學，例如學習從日常生活中的觀察來寫俳句等，聽朋友說很有趣。

我上的日文課有期中和期末口試，期中口試的形式是單人演說，期末口試是兩到三個人一組演話劇搞笑給全班看。

三、社團篇（請就參加之社團、課餘活動等經驗分享）

阪大有很多 Japanese cafe, English cafe, Spanish café...等每週都舉行的語言交流活動。學校提供很多學習語言的機會，可以看 <https://koan.osaka-u.ac.jp/> 裡面的公告。

我自己沒有參加學校社團，但有些朋友有參加運動型社團，例如網球、排球、抱石等，就算日文不好還是可以加入。

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）

住宿：我個人滿喜歡住在國際生宿舍，雖然聽說自己找公寓住很享受，但會少很多交朋友的機會，而且在日本租屋通常沒有附傢俱，還要自己聯絡水電跟網路等等，相當麻煩。我住在津雲台國際生宿舍，遇到了很多來自各地的國際生好朋友，我們會一起煮飯聊天、分享異國食物、出去玩、約滑雪、在大廳玩 Switch 看電影之類的，度過了很多溫馨的快樂時光（我住的不是 Global Village，GV 房租貴很多）。

但我七月寄信給阪大申請宿舍時並沒有得到立即的回覆，最後是剛好遇到有人臨時取消才幸運候補、九月底入住。如果有意願住宿舍，要多加注意雙方溝通順暢。



宿舍房間的照片，房間裡面有衣櫃、書櫃、冰箱。

公共衛浴約 10 人左右共用 3 套，幾乎不需要排隊。

交通：如果住津雲台宿舍去豐中校區上學，搭モノレール（Monorail）最快，但也很貴。我會下課的時候坐免費校車先到吹田校區，再租共享腳踏車 HelloCycling（130yen/30mins）騎腳踏車回家。

可以嘗試在手機裡直接裝 ICOCA 或 SUICA，然後用信用卡在手機上加值是最方便的。常聽說有人弄丟卡片，而且日本有些充值機只能一次加 1000 元整數。

銀行：外國人想開戶去郵貯銀行（ゆうちょ銀行）最容易通過，但沒有開戶也沒關係。我沒有開戶，有現金需求時是用永豐銀行國際學生證 Debit 卡提款，去 7-11 提款不會收手續費。

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）

(1) Host family

Host family 是阪大的交流計畫，促進留學生和當地家庭的文化交流、彼此學習（但不是住在日本人家）。很推薦參加這項計畫，或是問問身邊的朋友有沒有參加。我曾受邀去台灣朋友的 host family 和加拿大朋友的 host family 家玩，在元旦時和日本婆婆一起去神社初詣、吃日本傳統的元旦餐；也有和日本小學生一起做章魚燒、玩日本桌遊的有趣經驗。通常會參加文化交流計畫的日本家庭都很好客，也樂意互相分享有趣的經驗和故事。就算日文不好，學校也能幫忙配對可以講英文的家庭。

(2) School visit program

由大阪大学国際教育交流センター留学生交流情報室 IRIS 籌辦的活動，會去高中以下的學校和當地學生進行文化交流，主要是讓日本學生有練習英文對談、認識不同文化的機會。阪大的學生行前需要準備關於自己國家文化的介紹簡報，在活動當天用英文發表、問答，活動結束後可以領取五千日幣。我參加了兩次高中的交流活動，日本高中生的英文程度不錯，待人很友善貼心。

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？

希望和阪大也可以有為期一整年的交換計畫。

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？

希望政大也可以有更多異文化、多語言的交流機會，讓留學生與政大學生更容易認識彼此文化。

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）

宿舍費用：25200 日幣/月（含水電網路）

交通費用：常出門的話 18000 日幣/月

飲食費用：自煮一餐 500 日幣左右，外食一餐 1500 日幣左右

這次阪大沒有提供 JASSO 獎學金，但可以嘗試申請日台交流協會等機構的獎學金。