

國立政治大學社科院交換學生報告表

基本資料

1. 填表日期：2026/02/08 (YYYYMMDD)
2. 系級：財政四
3. 學號：110205062
4. 姓名：洪敬恆
5. Email：911026@gmail.com
6. 交換學校及系所（全名）：慶應義塾大學 經濟學部
7. 交換學期：自 114 學年第 1 學期起至 114 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）

一開始想參加的是校級交換，但校級交換要繳交檢定成績的時候我日檢還沒考，再加上個人日文能力不怎麼樣，所以在一開始設定目標就是以雅思為目標。校級準備落榜後，我接著參加社科院交換的申請，當時我日檢 N2 已經確定通過了，慶應要求的標準是雅思 6.5 或是日檢 N2，而我兩個都有達到，最後成功錄取。錄取後對方學校會開始用 Email 與你對接，基本上照著對方的指示做都沒有什麼問題，有問題對方回應也很友善。大概出發前 2-3 個月慶應會請你選宿舍，是先搶先贏的，我開放搶的時間點就馬上去登記最後也有選到我的第一志願，這邊附上我當時整理的宿舍優缺點：

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1HhSDwXORxsic1D8_dTy0XsHBKIykUjTMmAodr04a0o/edit?usp=drive_link

出發前就有聽朋友說過簽證可能會很慢才下來，所以我也很晚才買機票，最後在出發前一個月收到學校寄來的 COE，馬上去台日交流協會高雄辦事處辦簽證，如果在家都是先把表單資料填好的話辦理程序很快，算上排隊時間可能 30 分鐘左右就好了，領證時間也很快，大概 3-4 個工作天我就拿到簽證了。

因為我住高雄，所以飛成田機場比較方便，但我從機場到宿舍花了大概三小時吧。學校規定要在下午兩點前離開成田才能 check in 宿舍，不提供接機服務，因為他們上班時間只到六點，不然會要求你先去外面飯店住一晚，但其實管理員到晚上也還會在。

附一下簽證申請表怎麼寫：

赴日簽證申請表

(照片黏貼處)
約4.5釐米x3.5釐米

此空白處應供官方使用

姓(請按護照填寫)(英文) HUNG (中文) 洪
名(請按護照填寫)(英文) TSUNE (中文) 淳
舊名(別號)(如有)(英文) _____ (中文) _____
出生日期 2000/02/15 出生地點 臺北市
性別: 男 ☒ 女 ☐ 婚姻狀況: 單身 ☒ 已婚 ☐ 喪偶 ☐ 離婚 ☐
國籍(或公民身份) 臺灣
曾有或另有的國籍(或公民身份) 無
身份證號碼 A123456789
護照類別: 外交 ☐ 公務 ☐ 普通 ☒ 其他 ☐
護照號碼 123456789 簽發日期 2019/01/01
簽發地點 外交部 有效日期 2021/12/31
在留資格認定證明書編號 COE編號
居住身份/赴日目的 交換留學
預定在日逗留日期 2020/01/01 ~ 2020/01/31 預定在日逗留期間 30天
入境地點 成田機場
申請人在日擬入住的酒店/旅館名稱或友人姓名及地址 欲交換學校宿舍地址
酒店/旅館名稱或友人姓名 欲交換學校宿舍 電話 宿舍電話
地址 欲交換學校宿舍地址
上次赴日之日期及停留期間 2019/01/01 ~ 2019/01/31 共 30 天
現在(通訊)住址(如有)多處居住地, 請全部寫上 台北市文山區指南路二段64號
住址 台北市文山區指南路二段64號
電話 02-9876543 手機 0999999999
工作單位名稱及地址 台北大學 電話 02-3456789
名稱 台北大學
地址 台北市文山區指南路二段64號
目前的職位 系級(以月文系四年級)

*配偶所從事之職業(如果申請人是未成年, 請填寫父母的職業)
在日保證人(請填寫保證人的詳細內容)
姓名 欲交換學校名 電話 學校電話
地址 欲交換學校地址 性別: 男 ☐ 女 ☐
出生日期 2019/01/01
與申請人的關係 _____
職業和職務 _____
國籍或公民身份及簽證種類 _____
在日邀請人(和保證人是同一個人, 請寫「同上」)
姓名 同上 電話 _____
地址 _____
出生日期 2019/01/01 性別: 男 ☐ 女 ☐
與申請人的關係 _____
職業和職務 _____
國籍或公民身份及簽證種類 _____
*備註(其他應特別聲明的事項)(如有)
是否: 按實勾選
● 在任何國家被判處一年或一年以上徒刑? ☐ 是 ☒ 否
● 在任何國家曾被判處一年或一年以上徒刑? ☐ 是 ☒ 否
● 在任何國家因違反該國法律法規而被驅逐出境? ☐ 是 ☒ 否
● 因違反任何國家關於毒品、大麻、鴉片、興奮劑或精神藥物的法律法規被判刑? ☐ 是 ☒ 否
● 從事非法活動或曾為賣淫、拉客或曾為賣淫或其他與賣淫有直接聯繫的活動提供場所? ☐ 是 ☒ 否
● 有過販賣人口的經歷或教唆或協助他人從事販賣人口的活動? ☐ 是 ☒ 否
*如有其他事項, 請說明其詳細內容。
若以上問題的回答中有「是」的, 請說明具體情況。
本人特此聲明: 上述填寫內容真實且無誤。本人了解本人身份及在日停留期間將在入境日本時由日本入國管理局決定。本人知悉, 簽證並非授予持有者進入日本的權利。如果簽證持有者在到達機場(港口)時被發現有不允許入境的情況, 亦不獲准入境。
本人特此聲明: 我通過指定的且有簽證代辦權的旅行社(向日本使館/領事館)提交簽證申請材料, 以及簽證費支付簽證費時, (委託代辦機構向日本使館/領事館提交簽證費支付簽證費。
申請日期 2019/01/01 申請人簽名 TSUNE
*可不填寫
簽證申請表中填寫的任何個人資料以及追加文件所涉及的個人資料(以下簡稱「個人資料」)將依照行政機關保護個人資料法(第57條)第2項, 以下簡稱「該法」)之規定, 被日本外務省(包括日本駐外機關)適當處理。個人資料僅會使用於處理簽證申請之目的(包括提供個人資料給予指定簽證的航空運輸公司, 或意外發生時向代辦機構提供個人資料等), 出入境檢查、國際合作事項以及該法中關於該法所指定的必要目的範圍之內。

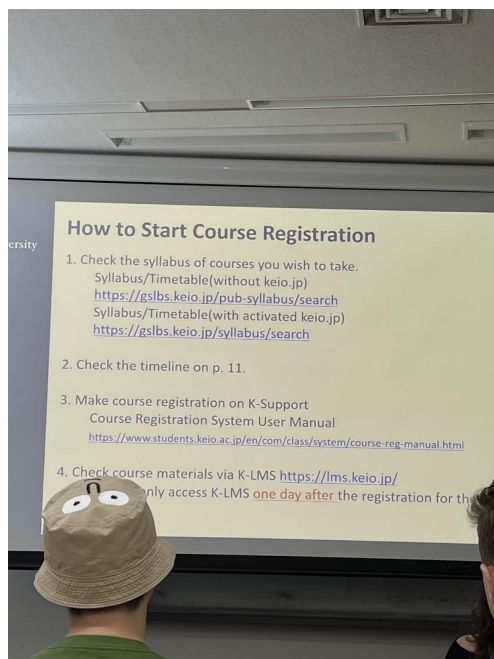
二、學業篇（請就**選課程序及狀況、上課情形、學習成效**等事項進行陳述）

他們選課跟政大差沒多少，都是可以先查課程資訊，然後再排你想選的課。但是交換學生有些課不能選，而且課程資訊上寫得不太清楚，有些不能選的課會出現在選課系統上，有些不會，我當時就很疑惑寄信去問我要怎麼知道那些客我能不能選，他居然跟我說如果不確定再寄信問他，我覺得實在有點不太方便，一開始排好的課要選發現不能選，有些選課系統上的課我選了他還會寄信跟我說不能選，選課期間也只有三天，還要寄信一個一個去問，有點不合情理。

日文不夠好好像不能選太多日文授課課程，還說要附證明，但我最後上了三堂日文課也沒被檢查日檢。個人比較不喜歡上英文的課，有上到日本的老師講英文很結巴，唸出來也不太知道上課在說什麼。因為是英文課程，所以很多外國人，外國人很多都很外向，相較日文課程，上課有時就比較吵，外國老師也不一定管的動，我自己不太喜歡，也跟我自己比較內向有關。相較之下日文上課就都是日本人，大家都比較含蓄，上課不太會說話，但需要發表的時候也不會不講話。我自己是比較偏好這種上課氛圍。

學習成效的話我覺得除了英文上課的日本老師之外，其他都講得不錯，只是不一定是我想學的，但老師的上課內容是有深度的，只是很多都是去上了才知道有沒有興趣。總體來說是有學到東西的，例如我身為財政系的學生，上了一門「財政社會學」，與我在政大所學就有很大的不同，有讓我從別的角度切入的感覺。

選課說明會：



三、社團篇（請就**參加之社團、課餘活動**等經驗分享）

我原本想參加社團，但想參加的社團很多好像秋學期都沒有運作，他們的社群軟體都沒什麼發文，後來我就去私訊了幾個社團，他們也沒回我，是有點小可惜。課餘活動的話，校內有貼海報的活動都是演講會或座談會比較多，沒有興趣我就沒特別參加。

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）

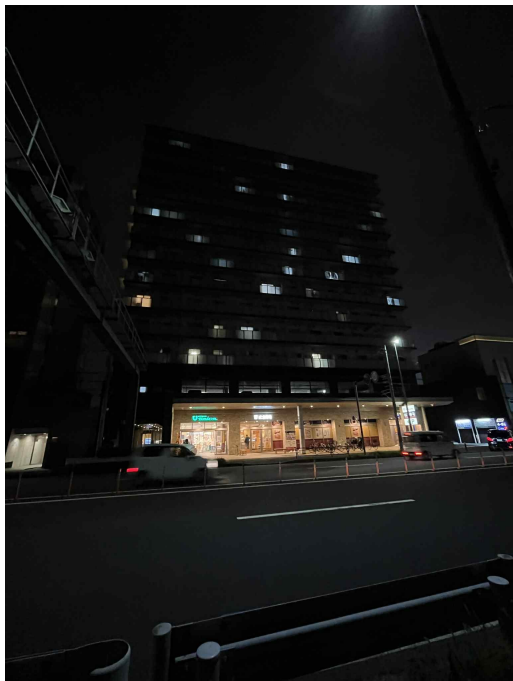
我住的是離日吉校區很近的元住吉宿舍，宿舍樓下有超市還有壽司店很方便，距離最近的兩個車站還有學校大約都是 10 分鐘走路能到，算是不遠，如果有腳踏車就更方便。如果要吃比較多元豐富的東西就要走到車站，吃的很多，宿舍附近則是住宅區居多。

宿舍全部都是單人房，設備很齊全，除了吹風機跟吸塵器以外都有，大概只有這兩個東西是公用的，房間有自己的洗衣機、簡單的廚房設備等等。還有陽台可以曬衣服，但我自己覺得不太好曬，他們那邊的學生也不太常用的樣子。宿舍在鐵軌旁邊，但落地窗關了基本上也不太會吵，至少淺眠的我沒有在睡覺被吵起來過。書桌倒是有點小，床墊也不是很厚，喜歡睡厚軟床墊的人可能要自己買，但大型垃圾不好處理。棉被不是很厚，但是冬天也幾乎暖氣開一整天，所以睡覺也不太會冷。有一個宿舍共用的垃圾場，什麼時候想去丟都可以，但要好好分類。

缺點應該是要去車站就一定要用走的，基本上沒有什麼公車能搭，有時候如果出去外面一整天回來，要走那 10 分鐘還是有點累。另一個缺點應該就是貴，一個宿舍一個月 10 萬日幣還是很嚇人，水電包在裡面就是了。但貴是我的缺點，真的住的蠻開心的。

大部分的課應該都在三田和日吉校區，日吉校區很近，走路 10 分鐘就到了，三田校區要先走 10 分鐘再搭 30 分鐘的電車，然後再走 10 分鐘左右才會到，其實還蠻久的，走路化的時間也挺長，還好從日吉站出發可以不用轉車直達，如果每天通勤三田校區也真的會累，推薦大家可以把三田校區的課盡量排在同一天，或是去買月票，比較省交通費。而且大部分的宿舍都離日吉比較近。

宿舍夜晚照片：



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）

我比較想跟日本人交流，但他們都不太理我，可能我也比較內向有差。所以比較多是跟宿舍的朋友聊聊天，包含中國、香港、韓國都有。我比較常與他們交換一些國際視野

或是社會議題，當然也聊聊在那邊的生活。但因為宿舍也沒什麼公共空間，所以交流也相當有限，而且我秋學期去，感覺他們自己的小圈圈已經很健全了，我不太能夠加入他們的，很多人也是一起去交換的感覺。

我反而是出去走走時更有交流的感覺，去很多地方如果知道自己是台灣人，他們都蠻友善的，也會跟我聊天。例如在印度咖哩餐廳，裡面的印度人或尼泊爾人都很樂意了解你。還有一次是在比較深度旅遊時，遇到來日本玩的韓國人，她請我幫忙拍照，然後又說有去過台灣，我們也聊了不少在當地的經歷。

另外，也有老師很關心我，我也很感謝他們，都會針對上課的內容問我台灣的情況如何，我認為這也是很有意義的交流。

附上我用來記錄生活的帳號，裡面照片更多：<https://www.instagram.com/tsunebiyori/>

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）

我大約去了 4.5 個月，總支出約 100 萬日圓。

項目	花費
住宿	50 萬
餐費	22 萬
購物、娛樂	18 萬
交通	4 萬
其他	4 萬

其中住宿最花錢，大概一半都花在住宿。我一天大概都吃午餐和晚餐，還蠻常買超市打折便當跟吃薩利亞或松屋等等，所以沒到很花錢。因為我沒帶什麼冬天的衣服去，主要購物化在冬衣的錢比較多一點，購物其他可能就是一一些小點心會歸類在這。娛樂的話我沒去很遠的地方，所以沒有花很多錢，可能都是去走走而已，不太在外住飯店。交通費也不少錢，大概花了 4 萬元，其他大概就是買一些伴手禮等等。