

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 cssintl@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：2026/08/15
2. 系級：地政五
3. 學號：110207310
4. 姓名：黃以薰
5. Email：110207310@g.nccu.edu.tw
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 2 學期起至 114 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）**

網路上有很多入國前後行政手續的分享(辦理 COE 等), 搭配學校寄來的郵件指引操作, 只要好好注意期限基本上不太會遇到問題。在這裡附上當初參考的行李清單, 但其實如果宿舍周遭有大創之類的百元店, 非急迫的物品可以到當地再買就好。紀念品部分推薦個別包裝的雪花餅等等。

一、貴重物品(勿託運)	二、衣物
☐ 護照+影本 ☐ 簽證 ☐ 登機證(行程) ☐ 在留資格認定證明書 ☐ 身分證 ☐ 健保卡 ☐ 入學許可書 ☐ 資格外活動許可(機場入境申請) ☐ 4cm*3cm照片、電子檔 ☐ 日幣、台幣 ☐ 信用卡 ☐ 個人印章 ☐ 充電器 ☐ 筆電、平板 ☐ 耳機、充電器、滑鼠 ☐ 行李秤 ☐ 行動電源、電池 ☐ 衛生紙袖珍包	☐ 冬天衣服 ☐ 夏天衣服 ☐ 下著 ☐ 睡衣、內衣褲 ☐ 外套 (薄、厚力) ☐ 襪子 ☐ 帽子 ☐ 背包、環保袋子 ☐ 運動鞋 ☐ 拖鞋/涼鞋 ☐ 壓縮袋 ☐ 飾品 ☐ 髮圈 ☐ 衛生紙、衛生棉 ☐ 衣架、曬衣夾、洗衣袋 ☐ 菜瓜布 ☐ 垃圾袋
三、個人清潔用品	四、生活用品
☐ 牙膏、牙刷 ☐ 洗髮精、沐浴乳、乳液 ☐ 洗面乳 ☐ 浴巾 ☐ 化妝品 ☐ 梳子 ☐ 小剪刀 ☐ 棉花棒 ☐ 塑膠袋 ☐ 便利貼 ☐ 修眉刀 ☐ 電捲棒 ☐ OK繃、腸胃藥、感冒藥 ☐ 畢業領巾 ☐ 手機架	☐ 相機 ☐ 隨身碟 ☐ 延長線 ☐ 雨具 ☐ 吹風機 ☐ 文具、筆記本 ☐ 紙膠帶 ☐ 資料夾 ☐ 日文學習書籍 ☐ 宿舍、住宿地點聯絡方式 ☐ 台灣食品 ☐ 餐具、抹布 ☐ 紀念品

行李清單



港北區役所

慶應沒有接機的服務, 但會提供各個機場到各宿舍的交通參考。慶應的宿舍通常離電車站還有一些距離, 像我到當初住的下田學生寮大概有 1.1 公里左右, 且有的路段不太好拖行李, 如果行李很重的可以先預約計程車接送或直接從機場郵寄。

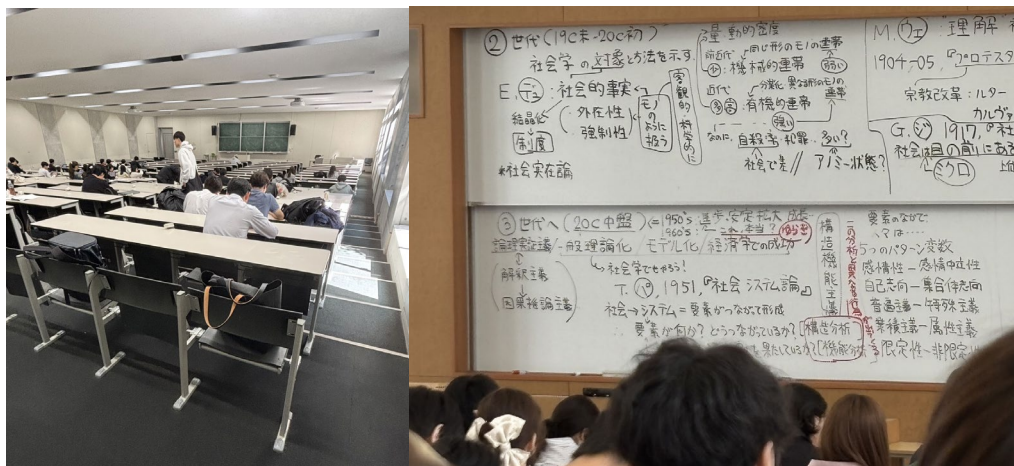
搬進宿舍後會得到一大本資料, 告訴你還有甚麼手續需要完成, 最重要的就是到區公所辦理住民登錄。區公所現場會有很多工作人員引導, 但由於人數很多所以大概要花 3 個小時以上等待才能辦好, 也建議先上網抽取號碼牌才不會等那麼久。

電信我是選 linemo 線上申請門號網路, 辦好需要親自簽收, 直到在機場解約都沒有遇過問題, 不過也有遇到也是 linemo 的朋友因為門號出狀況而需要和客服吵架的。

至於郵局、銀行的帳戶申辦, 我自己有辦理郵局的帳戶(全程線上辦理即可)但最後沒有使用。個人認為如果帶的現金夠多(主要會用於交健保費、住宿費、不能刷卡的商店), 其他靠刷台灣的信用卡, 只交換一學期其實比較沒有申辦的必要。另外 MY NUMBER CARD 办理流程很麻煩(要預約+到現場領件)、又不太會用到, 大家也可以自行斟酌。

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）

ECONS 至少要選七門課，最多只能選兩門學日文的課程，並至少要選四門經濟學部開的課。開學前選課流程講解時，老師有說明選全日文授課的課需要繳交日文檢定證明及取得任課老師同意，我自己是有個別寄信詢問老師取得同意，但最後其實似乎沒有審核的樣子。跟大家分享選課前一直不明白的機制，慶應的學分及上課計算方式是：一門課 2 學分，可能是「一天 1 限 x14 週」或是「一天 2 限 x7 週」，一個限 90 分鐘後下課 15 分鐘，如果住在橫濱而有在三田校區一限(9:00-10:30)的課，擠滿員電車會非常痛苦，如果要這麼做建議搭上當個車站首發的電車人會少一點點。



老師們都非常認真，兩三百人的通識課要提早到教室搶位子坐。

第一週會是加退選週，推薦 GRAMMER 7 的菅野老師！主要上課內容是 N1 文法，每教完一個句型老師就會要求大家現場造句、問更深的問題，也有回家作業，雖然聽起來很嚴格導致加退選後班上只剩 4 個人，但老師會帶著笑容和大家聊天，我們講日文卡住時也會親切的引導，推薦給日文程度夠又想練習口語的人。

三、社團篇（請就參加之社團、課餘活動等經驗分享）

社團費是以一年計算且略顯昂貴，故對於只交換一學期，無法參加下學期社課、夏合宿秋合宿等活動的交換生來說需要斟酌，我只有去體驗一、兩次活動而沒有加入。慶應有很多如賽車社、滑雪社等台灣可能沒有的社團，要多注意學校資訊才不會錯過熱鬧的新歡。據朋友說參加社團可以體驗團體活動，但想結交能私下約出來的朋友還是要自己努力爭取。



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）

我住的下田學生寮位於日吉車站周遭，走 15 分鐘到車站的東急就有無印良品、uniqlo、大創等，商店街也有診所、牙醫、小超市，最近的超商則要走 5-7 分鐘，整體而言生活機能還不錯，最重要的是急行的電車會停，但非常難認識日本人。如果願意走路的話可以從宿舍花 15 分鐘到 OK 超市，場地大東西又多又便宜，缺點是住過回宿舍的路是個大上坡。宿舍、教室環境誠實來說都比政大好很多，應該不會適應不良。

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）

沒有學伴制度，依靠 KOSMIC 進行國際交流，但活動其實不太多(總共有：公園野餐、淺草寺參訪、昂貴的兩天一夜旅行、每個月一次的自由交流)，且外出活動會有名額限制而要搶著報名。感覺日本老師同學們英文程度的標準差很大，如果想要多和日本同學交流、生活的更順利，日文還是要好好學。

因為同一堂課幾乎不會有課間下課，有點難認識同班同學，除了台灣朋友外，我還有和 KOSMIC 活動的日本朋友出去玩。去在政大當國合處學伴時認識的日本學伴家玩等，十分感謝他們和國合處。

卡拉 OK 學割超便宜的推薦大家多利用。因為宿舍是共用廚房，在裡面能隨機和各國的同學觸發 small talk，宿舍群組偶爾也會有人約活動可以認識人。另外在脆上有很多在日台灣人約飯、出去玩都可以去參加，可以認識到很多不同背景的人。



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）

只申請了社科院的獎學金。生活上一個月 15-20 萬日幣比較夠，如果想省錢能從自己煮飯著手，交通費多出台灣非常多，可多利用通學券、去綠色窗口買新幹線 8 折的票。