國立臺灣師範大學(受獎助)學生赴國外修習

返國後心得報告書

一、學生資料

填寫日期 2019/07/10

中文姓名： 顏維新	英文姓名（姓, 名）: YEN,WEI-HSIN
臺師大就讀科系所、年級： 地理系三年級	臺師＋學號： 4052
修習國家： 日本	
修習校名： 明治大學	
修習學院： 文學部	
修習科系： 日本文學專攻	
修習期間： 2018 年 9 月 ～ 2019 年 2 月	

二、修習課程名稱：

修習課程名稱	任課教授	學分數	研修學季/期
日本語 7(聴解)	高橋　純子	1	1
日本語 7(読解)	高橋　純子	1	1
日本語 7(口頭表現)	石塚　久与	1	1
日本語 7(語彙.文型表現)	石塚　久与	1	1
日本語 7(文章表現)	杉山　ますよ	1	1
日本語 7(総合)	杉山　ますよ	1	1

（表格不足請自行加頁）

三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約 1500 字）

我的交換活動是由 2018 年的九月開始，明治大學的開學日為 9/21，但由於宿舍的規定，我於 9/3 便先前往日本辦理居住手續，並開始了為期半年的交換生活。我將這段日本生活以照種類分為幾個部份分別說明，以回顧自己的半年交換生活。

日本生活

1.入國手續

到了日本後，對於外國人最為重要，不可或缺的手續，就是辦理在留卡了。在留卡如同外國人在日本的身分證，於機場進入海關時，會有手續辦理，當時會詢問你是否要辦理資格外活動許可(即從事簽證中的留學事項之外的打工)，當時的我並沒有要在日本打工的念頭，但想著為自己多增加點可能性，便登記辦理了。

2.入住宿舍

我的宿舍位於東京都葛飾區的新小岩，距離 JR 車站步行約 10 分鐘，而搭乘 JR 總武線單程約 15 分鐘會抵達位於御茶之水的明治大學校區。宿舍的形式為 Share House，每人都有一間不大的雅房，而浴室以及廚房為共用空間，由於住滿了各國的學生，其生活型態也不盡相同，因此在使用上是不需要等待的，這點我認為非常方便。

3.辦理住民手續

到了宿舍安頓好後，最重要的便是到區役所(類似區公所)辦理住民登記以及健康保險了。在入國時所拿到的在留卡，背面不會寫自己的居住地址，若無居住地址，舉凡申辦手機門號、銀行開戶等都會遭遇困難，因此背面的地址可說是來日本後找好安頓地點後，最重要的工作。而日本的醫療價格可觀，在來日前便時有耳聞，因此健康保險也是非常重要的一環，日本的健保可以幫忙負擔 70%的金額，而剩餘 30%有明治大學的學生健保負責分攤(之後會提到)，因此在日本的健康就沒有後顧之憂了。

由於每個留學生的日文能力相差甚大，明治大學方有派了義工，於 9/6 統一帶大家去辦，但本身較性急，因此於 9/4 就與剛認識的中國人室友一同前往辦理了。到了區役所，填寫需要的資料，並提及自己是學生，需要健保保費減免(日本正常保費很高)，並完成了手續。

4.手機申辦以及銀行開戶

在日本的許多聯絡都需要手機，雖然先前有詢問有交換經驗的學長，有部分未辦理門號，但為了更貼近在地生活，我便於 9/5 前往申辦了。在 Bic Camera(家電賣場)中，我詢問半年後可以解約的門號，並選擇了有手機、簡訊、網路三合一的方案(日本有許多玩法)，並在當下就拿到了門號。

拿到門號隔日(9/6)，我便前往宿舍周邊的東京三菱 UFJ 銀行，進行開戶的動作。開戶是相對需要日語能力的一環，需要有銀行行員在說明方案時能夠理解並回答的能力，銀行員才會開放申辦，自身是在當天便成功開戶並拿到帳本以及提款卡，然而帶不黯日語的室友去辦理時，就遭到了三家銀行的拒絕，若日語能力不足，可能只有日本郵局會開放開戶。

5.總結

在日本生活開始時，需要辦理的手續，按照所需要的手續排列，分別前後是:在留卡→確認住處→辦理住民登記、健康保險→辦理手機門號→辦理銀行帳戶。

學校課業

學校在開學之前，會將留學生做一個統一的日文程度分班考試，以便上課時的安排。課程由日文程度低至高分為 1-8 級，我接受考試後被分到 7 級(當年 8 級未開班)，而七級裡約有 10 位同學，中文語系的約佔一半，剩餘同學有法國、越南、義大利、韓國等，使用非漢字系統的同學的日語程度都非常優秀，因此在上課中全部都是以日文交流。我選了所有明治大學所開的日文課(共 6 堂)，以加強自身的綜合能力。明治大學共分有三個校區，其中兩個距離我的宿舍都需一小時車程，因此我的課程以御茶之水校區為主。開學的第一周為選課周，留學生可以自由地穿梭在各課程以決定自己所想上的課，我也去試聽了幾堂類似通識的課，感受與台灣大學授課不同的風格，但最後決定將時間活用於其他地方因此並未選擇。在學期中，也有幾次辯論、報告等，發表自己意見的機會，透過這些機會，自身的日文能力也進步許多。

打工活動

開學後，因為感覺自己的日文進步的幅度比想像中慢了一點，便想折磨自己，將自己丟到一個完全陌生的地方，因此選擇了到日本企業打工。

起初考慮的是食品業(速食店等)，然而那些地方使用日語的頻率可能不夠高，在自己思考以及詢問有打工經驗的朋友後，就決定到 Loft(日本有名的雜貨賣場)面試了。說來幸運，自己在思索打工時，就遇到了 Loft 冬季繁忙期的聯合招募，在網路填寫好報名表後過兩天，便前往秋葉原參加面試。面試時除了自己之外，幾乎都是日本人為主，在團體面試時，初次感受到了身為外國人的壓力，也會羨慕著日本人能夠暢所欲言的餘裕，同時也加強了自己想將日文講得更好的動力。

面試完後三天，我接到了錄取的通知電話，錄取了自身的第一志願，銀座 Loft。並被告知之後需要參加位於新宿區四ツ谷的研修(新訓)。到了研修場地，全場約五十人中仍然只有自己一個外國人，緊張地上了許多敬語以及服務禮儀、POS 機操作的課之後，研修便告了一段落。在到銀座 Loft 正式上班的第一天，在簽約後拿到了制服、名牌等，第一次進了レジ(收銀區)。

第一周時，由於甚麼都不懂，犯了許多錯誤，幸虧其中有一個資深的主管　眞実子さん，教導了自己許多工作的技巧，在一周後逐漸上了軌道，而一周 4 天 28 小時的打工，也變成了日本生活中不可或缺的一段回憶。不論是明治大學的同學在下課後來看我、找我服務，或是在聖誕節幾天下班後與同事一同吃晚餐，都成為了美好的回憶，至今仍認為，鼓起勇氣在日本打工，是一個正確的決定。且 Loft 真的是個良心企業，對於我們打工者的照顧、企業氛圍等，都值得學習。

旅遊探險

交換期間內，我也多次趁著長假、或者自行放假，前往了日本許多地方旅遊。而感謝打工中所存下的金錢，使我的經費更無後顧之憂。下圖紅點為自己交換期間所造訪過的地區，也因此學習到了許多課本上所學不到的地理知識、風土民情，也自認為沒有愧對這交換的半年了。以下放一些照片，紀念這半年的旅程。

黑部立山

長崎眼鏡橋

博多屋台

伊豆

富士山河口湖

淺草寺

宇都宮

聖誕節的銀座

打工的銀座 Loft

廣島原爆點

白川鄉合掌村

北海道成吉思汗烤羊肉

旭川市民會館

札幌車站

札幌雪祭

冰天雪地

函館五陵郭