

國立雲林科技大學 學生出國研習成果報告

研習類別：交換學生

學生姓名：王郁文

系所年級：四應外四 A

研習期間：民國 112 年 9 月至民國 113 年 3 月



我與福井大學

一、進修計畫摘要

➤ 出國進修的目的及意義

在即將畢業之際，我體悟到自己只有英語能力在求職時是不夠的，於是我選擇進修第三外語-日語來提升競爭力。平時我對於日本文化非常感興趣，但是學習日語這方面卻遲遲沒有進展。許多人都說要學好語言的關鍵在於「環境」，而且出國留學一直是我人生清單中想要實現的夢想之一，於是在得知雲科大姊妹校的「福井大學」有提供交換課程給沒有考過日檢的人，我選擇延畢一學期踏上交換學生之路。

所謂「讀萬卷書，不如行萬里路」，學習外語多年卻沒有機會應用在課堂以外的地方著實可惜。出國交換是個能拓展自己視野、體驗不同的生活、學會成長以及應用所學的大好機會。此外，在交換的期間也能遇見來自世界各地的人，認識不同的文化甚至是拓展人脈，這些都是無法從書籍中獲取的寶貴經驗。出國進修對我而言，不僅僅是為了讓我在未來求職時提昇競爭力，更重要的是擴展自己的國際視野，以及豐富人生的歷練。

➤ 進修學校系所簡介

福井大學位於日本北陸地區的福井縣，是一所國立大學。學校主要有兩個校區：文京校區(教育學部、國際地域學部、工學部)及松岡校區(醫學部)。而我就讀的系所是在文京校區的國際地域學部。

國際地域系專注於培養能夠整合研究並處理福井在地、日本甚至是全球相關的各種議題，推動國際社會建設與發展的人才。我上課的教室都在「學生交流センター」這棟福井大學裡最新的建築物裡，國際課也在這裡的一樓。此外一樓還有「Global Hub」的交流空間，會不定期舉辦萬聖節、聖誕節等等的活動，平時開放的時候也可以在那看書、交朋友。它的正對面也有可以讀書的空間，但要注意不能飲食。



▲ Global Hub

➤ 研修主題

福井大學有 Program A 及 Program B 兩種選擇，Program A 的課程是英語授課，除了日語課(綜合、讀、說、寫、漢字課)跟傳統產業是用日語授課。Program B 則是全部日語授課。由於 Program B 需要有 N2 以上的證明，所以我選擇的是只需要提供多益成績的 Program A。在去日本之前要線上考試分級，總共分成五個級數，一是最初階(大家的日本語第一課到第二十五課)，除了依據成績決定級數之外，學校也會詢問你想要在哪個級數。一到三級是 Program A，而四、五級是 Program B。

雖然我就讀國際地域系，但在選課時可以選修其他系的課。福井大學規定一學期要選修最少 10 小時的課，跟台灣大學不同的是日本的一堂課是 90 分鐘。日語課可以選擇要修「綜合、讀、說、寫」或是全都修也可以，但是我們不能選修漢字課，其中綜合課是一週四堂，其他都是一週一堂課。傳統產業是必修不需要選。

➤ 進修課程概況

● 日語綜合課(二)：

我被分到第二級，課程內容是大家的日本語 25 課到 50 課。這堂課有兩位老師，星期一跟四是山田老師，星期二跟三則是齊藤老師。老師們都很有耐性也很親切，上課方式活潑，有時候會用玩遊戲的方式學習。老師會跟每位學生互動，不用擔心上課沒有發言的機會，而且課堂中也有時間跟其他國家的同學交流。基本上每天都有功課，每周也有兩次的課前預習作業要寫，然後會有四次大考。



▲ 齊藤老師



▲ 山田老師

- **日語的閱讀課(二)：**

閱讀課是齊藤老師授課，教材老師會提供。每周上課前都要有預習功課，要先回家查下周上課文章中日文單字的意思，以及簡單地回答問題。每次上課會先閱讀兩篇文章然後回答問題，之後會上跟大家的日本語課程相關的文章。除了閱讀、理解文意以外，還需要寫小篇文章跟其他同學分享。這堂課是我覺得所有日語課裡最輕鬆的一堂，而且還能藉由閱讀文章學到許多日本文化及有趣的小知識。

- **日語的口說課(二)：**

口說課也是齊藤老師授課，教材由老師提供。每周的主題也是跟大家的日本語課程相關，課程的一開始都會先練習聽力之後才是跟同學練習口說。這堂課有比較多作業跟報告，有時候是錄自己唸課本會話的作業，有時候是上台發表，個人或兩人一組的，還有一分鐘報告跟期中期末。對我來說這堂是最有壓力的，因為不敢說再加上自己的日語能力不足，但老師也不會太勉強我，依然很親切有耐性地教我給我回饋。所謂「No pain, no gain」固然壓力很大，但我獲益良多！

- **日語的寫作課(二)：**

寫作課是山田老師授課，教材不用自己買。每兩周要寫一篇新的作文，第一次先寫草稿交給老師修改後，下周把老師改過的重新寫一次跟同學交換閱讀。老師會教怎麼寫作，以及寫作上常用的文法，此外整學期共有四次小考。

- **U-PASS：**

U-PASS 是福井大學提供學生免費一對一教學的資源，而這堂課會教我們 U-PASS 的理論、教學情境、如何提供你的教學對象協助等等。這堂課是全英授課，會有兩位外籍老師及一位日本老師，基本上都是回家先閱讀文獻，然後課堂上跟同學及老師討論。推薦給交換一年且對教學有興趣的同學，因為上完課後可以加入 U-PASS 計畫用自己的專長提供他人協助，不僅能增加教學經驗、多了認識日本人的機會而且還有薪水(申請在留卡時選擇**可就勞**才能領薪水)。

- **傳統產業：**

這堂課是校外參訪總共有六次，每次學校都會租小巴士載我們去福井縣傳統產業

的工廠參觀，基本上都是用日文導覽，然後回去一周內要交一篇心得報告。但這堂課只開給 Program A 的人，所以我覺得很幸運能有機會認識福井厲害的傳統產業，而且每次參訪都會安排手作體驗活動還可以帶自己做的東西回去！建議在參訪時可以多拍照片放報告裡，順便留作紀念。



▲ 蕎麥麵 DIY

二、研修成果與返校後學習的關聯性

出國交換前，我認為自己在充滿日語的環境下語言能力會突飛猛進，我相信很多人也有這樣的迷思，不過事實卻因人而異。我並沒有因此變得非常厲害或是一回國就能考 N2 之類的，但我的日文與出國前的程度相比，絕對是有長進的。而且因為在日本生活我也學到更多在教科書上沒教的文化差異、旅遊攻略、日常生活疑難雜症的解決方法等等，這些都是到了當地生活親自體驗過才學會的。雖然使用日文時還是沒辦法流暢地跟日本人交流，但是為了生活我變得願意開口說日文，即便有很多文法或使用上的錯誤，可是每次的失敗對我而言都是下次改進的空間，只要願意踏出第一步就會有所改變！

因為沒辦法好好地用日語表達、敘述自己的想法與問題，我覺得非常痛苦且困擾。這促使了我回國後想要繼續進修日語，努力考到 N2 以上。不僅對我接下來找工作時能有幫助，未來我在去日本旅遊或遇到日本人時也能不再慌張、支支嗚嗚地說不出話來。

三、本次出國進修經驗與心得分享

首先，我想感謝雲科大、國際事務處的承辦人姐姐、應外系的教授們以及王秋雄獎助學金，幫助我實現了一直以來的夢想，讓我可以安心地去日本留學。如果有想要去國外交換或是體驗在國外生活的人，請把握這個大好的機會，你不用找代辦、不用花太多的錢，而且有人能指引你該做些什麼事，可以減少焦慮感。

趁現在還年輕，有夢就追！建議想交換的同學，最好現在開始努力存錢、顧好課業、考語言檢定、多參加講座或比賽來增加自己的積分，這樣在填志願時才能上理想的學校。

再來，我想感謝福井大學的老師以及國際課的職員，謝謝她們的教導與協助我才能在交換期間如此順利且愉快地學習。日本的老師們都很關心學生、親切且認真，也很尊重學生的想法，消除了我學日語的恐懼和壓力，也讓我回國後想繼續精進日語。我覺得很幸運能在福井大學遇到這幾位好老師！還有國際課的職員們，在出國前到離開福井前一直受到她們的觀照，我非常感激。有任何問題想詢問或是需要她們協助，她們都很樂意幫忙。例如我在抵達福井的第一周確診了，因為我日文不好其中一位職員特地陪我去診所看病，還推薦我吃甚麼藥可以好比較快，讓原本焦慮不安的我感到安心，在異鄉受到這樣的幫助我至今仍感動不已！此外，剛到福井時有關住民票、國民年金等等需要去區公所辦的東西，學校都會先幫我們處理好，這點我覺得福井大學做得很好！還有開戶之類的程序學校也會舉辦講座引導我們，完全不用擔心！

最後，我覺得自己很幸運在交換期間認識了許多很棒的人，感謝大家讓我的留學生活增添了色彩！雖然很多人去交換一定會想要盡情玩，但日本很注重出缺席，既然都選擇去交換了還是好好地學習，在課堂上一定會有不少收穫的。然後放假時再跟朋友們到處探索，享受這得來不易的留學生活。很慶幸自己結交到很好的旅伴及朋友，讓每次的旅遊都變成令我永生難忘的寶貴回憶！



▲ 在福井大學交到的朋友們

感謝之餘，建議各位想要去國外交換的同學，在出國前要稍微會該國的語言，千萬不要想著到了在學也不遲，或是有反正自己是外國人所以別人一定會體諒我

之類的心態。語言是用來溝通的，剛到一個國家勢必有很多事要處理，在無法理解也無法溝通的情況下很難辦好事情，所以建議大家有空之餘要提升自己的語言能力。還要培養一顆堅強、勇於面對困難的心。到異地生活一定有許多不習慣與挑戰，例如我開學第一周確診只能關在宿舍 5 天，在金澤旅遊時遇到能登大地震導致我沒辦法離開金澤等等，遭遇困難時要提醒自己冷靜面對，每個難關都是有辦法度過的，只要還活著就有希望！



▲ 下雪的福井

不論是半年或是一年都是很短暫的，請好好地珍惜跟享受。有機會就去不同的地方走訪、參加活動、認識不同國家的人、拓展自己的視野、豐富人生的經驗、發掘生活中大大小小的事物、去感受四季的變化，這絕對會是你人生中一段如夢般美妙的回憶！



▲ 學餐



▲ 左義長火祭



▲ 宿舍附近好吃的壽司店-魚心

四、建議事項

● 行李

建議去的時候可以不用帶太多東西，因為扛著行李從機場一路到福井，最後再到自己的宿舍是一條漫漫長路，我一開始只帶了一箱 26 吋行李箱+一個行李袋就累癱了，尤其學校到宿舍要走 10 分多鐘的路而且宿舍也沒有電梯，請大家自行斟酌。日本很方便要甚麼幾乎都買得到，學校附近有超市 Clusa 跟 V drug，第一天可以去採買日用品，如果有時間也可以去遠一點的 Genky。

● 錢

如果不想一直在日本提款的話建議可以先換好一定的日幣現鈔帶過去，因為提款會收取兩次手續費，而且一天也有提領上限，推薦大家找一天會率低的時候一次換好日幣，這樣也能控制自己的花費量，但要注意不能帶超過 100 萬日幣去日本。此外，建議開個外幣帳戶及 JCB 的信用卡或簽帳卡，在日本辦手機門號或刷卡時 JCB 比較不會有被擋卡的問題。提醒大家去日本前，先在台灣綁好會用到的信用卡或簽帳卡在手機錢包上，因為綁卡的時候銀行需要打電話確認，在日本是沒辦法綁卡的，但 Suica 卡等交通卡除外。

● 宿舍

學校提供的宿舍有三種，所有宿舍都是個人房，從房租最貴到最便宜依序排：牧島→留學生會館→國際交流學生宿舍。

牧島是新蓋的宿舍，在學校裡上課很方便。房間很像飯店但空間相對狹小，有自己的廚房跟衛浴，浴室裡的免治馬桶不能拔插頭所以每期電費都是三個宿舍裡最貴的。

我住**留學生會館**，整棟都是外籍生，離學校最遠。有自己的廚房跟衛浴、沒有免治馬桶。房間的空間比較大，有格局感還有陽台，不過下雨跟下雪時陽台會濕掉，不建議在天氣不好



▲ 我的房間

的時候把衣服曬外面。此外亞馬遜包裹很常會被誤寄到國際交流學生宿舍去，要注意。

國際交流學生宿舍在我住的宿舍隔壁，離學校近一點。這間宿舍會跟很多日本人住，浴室在外面是投幣式的，一次 100 日圓可以洗 5 分鐘。房間有凸出去的小陽台可以曬衣服，比留學生會館好的點是有窗戶擋著不會被淋濕，但會被經過的路人看到你曬的衣服。

至於寢具的部分不用擔心，學校有提供租借服務。然後廚房不是用瓦斯而是 IH 電磁爐(有提供一個)。此外日本沒有三孔的插座，可以先在台灣買轉接頭帶過去，然後房間的插座數不多，建議買兩孔式的延長線。

● 垃圾

在日本丟垃圾分類分得很細，大致上分成「可燃、不可燃、塑膠、罐子」四類，每週固定某星期可以丟某種垃圾，但也有一個月只開放兩次丟某些垃圾的時候。在日本不用追垃圾車，而是把垃圾拿去垃圾箱丟，不能丟的時候垃圾箱會上鎖。垃圾要裝在福井縣規定的專用垃圾袋裡，垃圾袋在超市買得到，建議買中的跟小的就好了。

真心建議一開始在購入日常生活用品時，要考量到丟垃圾的問題，以及之後回國怎麼處理你買的東西。例如我當初買了一個像購物籃的籃子裝換洗衣服，這半年幫了我很大的忙，但是要離宿的時候卻讓我很困擾。東西太大我帶不回去而且也沒有人想要收，所以丟垃圾的時候變得很麻煩，建議大家在買東西時要三思。

● 交通

3 月 16 日過後北陸新幹線開幕，開通石川縣金澤至福井縣敦賀的路段，從東京到福井縣路程可以縮短 30 分鐘，只要 2 小時 51 分鐘就能抵達；從東京到敦賀更可以節省約 50 分鐘。因應北陸新幹線的新路段，雷鳥號不再運行「大阪—金澤」路段，只運行「大阪—敦賀」路段；此外受影響的還有 JR 特急白鷺號「名古屋—金澤」路段。而且雷鳥號跟白鷺號也改成「全部指定席」，大家搭車時要留意。

福井的巴士最近改成可以用交通卡搭乘，比起拿整理券變得較方便。要注意 LPA(購物的地方)去跟回的站牌都是同一個，如果從 LPA 回去的話千萬不要搭到往福井病院方面的公車，要看仔細才不會搭錯。跟台灣不一樣的是等公車不需要招手，待在站牌旁車

子就會自己停下來。記得不要從第一個門上車，那是下車門。然後下車時要等到車子完全停下來才能站起來。車錢看你從第幾站開始坐到第幾站，車子最前面有個儀表板會顯示，沒有剛好的錢可以用司機旁邊的機器換錢。

此外從福井車站到福井大學要搭乘越前鐵道，這條路線上某些站是無人車站，上車的時候要記得拿整理券。推薦假日的時候可以購買一日券，如果要去遠的地方會非常划算！

另外分享一個我離開福井前才知道的好消息。福井交通不是很方便，走路去哪裡都要花很久的時間，這時候有台腳踏車就很方便。像我只交換半年又不想買一台腳踏車，可以去離學校最近的越前鐵道「福大前西福井站」租借腳踏車，推薦給大家。



▲ 越前鐵道

五、附件

(一) 其他有關資料

(二) 成果報告檔及照片檔(照片或影音檔請上傳至雲端硬碟並開啟共享)

所屬系所 審核意見	指導老師簽名： 系所主管核章： (*本欄務必就報告內容填寫具體意見，不得空白)
--------------	---

※ 備註：

1. 成果報告請用 A 4 紙直式橫書依規定格式撰寫 (活動照片請附簡單文字說明)。
2. 本項成果報告及活動照片應無償授權本校作為推動業務之任何利用。

子就會自己停下來。記得不要從第一個門上車，那是下車門。然後下車時要等到車子完全停下來才能站起來。車錢看你從第幾站開始坐到第幾站，車子最前面有個儀表板會顯示，沒有剛好的錢可以用司機旁邊的機器換錢。

此外從福井車站到福井大學要搭乘越前鐵道，這條路線上某些站是無人車站，上車的時候要記得拿整理券。推薦假日的時候可以購買一日券，如果要去遠的地方會非常划算！

另外分享一個我離開福井前才知道的好消息。福井交通不是很方便，走路去哪裡都要花很久的時間，這時候有台腳踏車就很方便。像我只交換半年又不想買一台腳踏車，可以去離學校最近的越前鐵道「福大前西福井站」租借腳踏車，推薦給大家。



▲ 越前鐵道

五、附件

(一) 其他有關資料

(二) 成果報告檔及照片檔(照片或影音檔請上傳至雲端硬碟並開啟共享)

所屬系所 審核意見	指導老師簽名：  系所主管核章：  (*本欄務必就報告內容填寫具體意見，不得空白)
--------------	---

※ 備註：

1. 成果報告請用 A 4 紙直式橫書依規定格式撰寫(活動照片請附簡單文字說明)。
2. 本項成果報告及活動照片應無償授權本校作為推動業務之任何利用。