



世新大學

赴外交換計畫報告

基本資料			
學生資料			
姓名	呂欣容	交換校名	拉曼大學
		校區 (若有)	Sungai Long
原就讀系所	經濟系	交換系所	經濟系
前往國家、城市	馬來西亞/吉隆坡	赴外學期	2019 至 2020 (請點選)
交換資料			
出入境日期	出境: 2019 年 10 月 8 日	赴外共 150 日	
	入境: 2020 年 02 月 28 日	修課期間約 90 日; 旅遊約 30 日	
交換校獎學金:	<input checked="" type="radio"/> 無	該獎學金概述(名稱?名額?申請手續?)	
	<input type="radio"/> 有, (請點選)約 _____ 新台幣		
交通		課程	
航班抵達後, 如何到達姊妹校?		總修讀學分數	3
學校接送 (事先聯絡告知)		必修學分數	
簡述姊妹校周邊的大眾交通運輸		世新抵免學分數	
校車、公車、MRT		選修課程清單	1 English for management
姊妹校住宿		2	
住宿約略費用	免費	3	
室友身份	中國學生	4	
每房住宿人數	有單人房和雙人房, 3 間房共用一個客廳和廚房	5	
宿舍設備	床、枕頭、衣櫃、書桌椅、電磁爐、冰箱	6	
建議攜帶物品	台灣小物(送人)	7	
整體住宿約略說明	免費	...	
交換期間生活花費	抵達首週約 3000 新台幣; 平均每月約 6000 新台幣; 共約 35000 新台幣		

(請接下頁)

交換心得

- 一、本心得表格完成後不需繳交紙本，僅需將檔案轉換為 PDF（上限 1.9MB），傳送至承辦人員信箱。
- 二、請自以下三種心得形式中擇一呈現即可
- 三、選擇第一或第二項呈現方式者，必須公開線上檔案三年以上，且需同意因而附隨之部落格、粉絲專頁、帳號或信箱等個人資訊之公開。
- 四、請同時繳交非專屬授權同意書（親簽之紙本），同意主則單位基於交換生計畫或其他校內業務所需合理使用心得內容。

形式	規定
一、影音呈獻	Youtube、個人影音社群等交換心得分享，總時長應超過 15 分鐘。
連結網址：	
二、文字呈現	個人部落格，總帖數應多於 5 篇，每篇皆應多於 300 字且附圖。
連結網址：	
三、文字報告	直接鍵入於下表，需達 1500 字以上，需附至少 10 張照片並說明內容。



食：馬來西亞因人種多元，食物種類也因而較為豐富，學校附近有許多馬來人、華人、印度人開的小吃店和 Mamak 檔，選擇非常多樣化。推薦幾家我個人覺得很好吃又常光顧的餐廳，如：oldtown、媽子面、Fun Fun kitchen、鄉味檳城美食館、Meet Mee、美美麵家、MZ、7 LOTUS、好好食雲吞麵家等，同學們可以品嚐看看。另外每週二晚上 5 點左右，學校後門會有夜市，想要購買較便宜水果、蔬菜、海鮮和各式夜市小吃的同學可以趁這個時間購買；週二以外的其他時間，如要買水果、蔬菜、海鮮及肉類就必需要坐 grab 到附近的超市 BMC 或 AEON 購買。馬來西亞物價較台灣低廉，大家可以趁出國機會多多嚐試當地美食、體驗異國料理。



最愛的餐廳 Grandmama's



巴生肉骨茶



娘惹糕

衣：馬來西亞天氣炎熱，平均溫度都在 30 度以上，年底為雨季，衣服準備以短袖為主，但須帶上薄外套，教室冷氣非常冷，公共交通冷氣也很強。學校因宗教信仰因素，規定不可穿短褲、破褲、短於膝蓋以上的裙子、拖鞋進入校園，若違規，會被學校門口警衛禁止進入校園，另外提醒，進入校園須帶學生證，忘記攜帶要在警衛室登記才能允許進入校園。

住：赴馬來西亞前，要主動告知學校住宿需求，拉曼大學沒有校內宿舍，皆是校外的私人宿舍，學校當時統一把所有國家的交換生和國際生安排在 Pangsapuri Azalea，這是一棟滿新的公寓大樓，離學校車程約 5-10 分鐘，宿舍有專門接駁車，學校校車也有到達，一樓有投幣式洗衣機，房間分為單人房和雙人房類型，2 間單人房和 1 間雙人房共用一個客廳和廚房，環境還算乾淨，周遭沒有餐廳，最近的吃飯地點要坐車到學校附近。個人建議，可以先跟學校溝通，選擇靠進學校一點的宿舍，上課吃飯都較為方便，住 Azalea 的同學入住時一定要加馬來人管理員 Eja 的 Whatsapp，有任何問題連繫她較容易尋求得到幫助。

行：馬來西亞較台灣土地面積大上許多，地方與地方之間的往來基本上以開車為主，除了來往宿舍與學校有校車與宿舍的車專門接送外，想到吉隆坡市區的同學們可以搭乘公車 T453 與 590 到 MRT 站再到市區逛逛，或是搭乘 grab 到任何你想去的地方，建議到馬來西亞當地再下載 Grab app，它需要電話註冊，司機看到國外旅客的註冊電話，可能會拒載。搭乘 Grab 時，除了用英文和華文溝通外，建議大家學一點簡單的馬來文，避免遇到不會英文馬來人，如果這時司機又剛好走錯路，真的會欲哭無淚。

課程：赴馬來西亞前，可以先上拉曼大學的學校官網查詢課程大綱，列出有興趣的課程，抵達學校後，會安排同學與所屬科系的班導見面，以確定自己接下來的課程，面談時可以多詢問導師的建議，也可以提出自己的狀況與需求，讓導師推薦適合自己的課程。拉曼大學的課程採全英語教學，有馬來人、華人、印度人老師，每個種族腔調多少有一點差別，習慣一陣子就能適應了，課程多數分為 Lecture 大班制，與 Tutorial 小班制，在 Lecture 課中，只要專心聽老師上課內容即可，在 Tutorial 課中，老師會把一個班級分為好幾個小班，讓大家分組在課堂中討論報告，複習上課內容等。馬來西亞的同學們都非常熱情友善，可以趁做報告時，多交朋友，大家都非常願意幫助外國學生。我選擇了一門 English for management，上課報告要求各小組創造一項市面上沒有出現過的產品給在校學生，從需求調查、市場分析、行銷策略制定、雇員方針、利潤設定等，皆一手包辦，雖然辛苦，但學到很多，當地學生也很踴躍分享自己的看法並互相幫助，是很值得學習的一堂課。

心得：在馬來西亞交換近半年的時間真的讓我學到很多，能和不同種族的人相處，了解並體驗他們的文化與習慣，這些都是書本中所學不到的知識。閒暇之餘，馬來西亞也有很多著名觀光景點，如：黑風洞、粉紅清真寺、雙威水上樂園、Twin Towers 等，學校也會舉辦專門給國際交換生的校外教學，可以多把握機會在當地觀光。整體來說，這次的交換機會收穫良多，唯獨讓我感到失望的是，拉曼大學有近 9 成以上的華人，國際交換生也以中國學生居多，即便上課是全英文授課，能學英文的時間其實很有限，如果是想以學英文為主的學生而選擇去馬來西亞，建議再三思考，歐美國家也許會是更好的選擇。



吉隆坡一日遊



同學聚餐



與日本朋友參加吉他社活動



清真寺參訪



Twin Towers 畢業照



馬六甲遊