世新大學

赴外交換計畫報告

基本資料			
學生資料			
姓名	潘柏靜	交換校名	名城大學
		校區（若有）	天白校區
原就讀系所	日本語文學系	交換系所	人間學部
前往國家、城市	日本、名古屋	赴外學期	2024/03 至 2024/08 春季班
出入境日期	出境: 2024 年 03 月 21 日 入境: 2024 年 08 月 01 日	赴外共 134 日 修課期間約日 113；旅遊約 21 日	
交換校獎學金：	有 每月約 5000 新台幣	該獎學金概述(名稱?名額?申請手續?)	名城交換生的獎學金

交通	
航班抵達後，如何到達姊妹校？	
學校巴士接送	
簡述姊妹校周邊的大眾交通運輸	
地鐵（鹽釜口站）	

姊妹校住宿	
住宿約略費用	25000/月（日幣）
室友身份	0
每房住宿人數	1
宿舍設備	床、書桌、冷氣、冰箱、電磁爐、獨立衛浴、窗戶 or 陽台
建議攜帶物品	都很齊全不需要
整體住宿約略說明	宿舍很乾淨、便利商店、地鐵都很近
交換期間生活花費	17 萬台幣

課程		
總修讀學分數	16	
必修學分數	16	
世新抵免學分數	0	
選修課程清單	1	上級日本語 7
	2	上級日本語 8
	3	上級日本語 9B
	4	上級日本語 10B
	5	
	6	
	7	
	…	

（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、請自以下四種心得形式中擇一呈現即可

三、選擇第一、第二或第三項呈現方式者，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。

抵達名古屋第一天，所有留學生在機場集合，名城的老師、ＳＡ們一起來接我們到學校，從一開始就有備受照顧的感覺。安排好房間之後，ＳＡ帶我們到附近的百貨買生活用品，從第一天就順利的交到日本朋友，也對之後的日子充滿期待，離開學前大約有兩週的時間，學校帶我們辦理了所有必要的手續，包括住民登錄、健康保險的申請等。ＳＡ們還精心為我們安排了許多活動，例如歡迎會、運動大會等，讓我們能夠快速熟悉並融入這個新環境。這段適應期不僅讓我逐漸了解了名古屋這座城市，也讓我對即將開始的學期充滿了信心。我也在這期間到東京找朋友，也到很多地方賞櫻，覺得非常幸運剛好來留學的時候碰到櫻花季，在一開始就留下很特別的回憶。

差不多習慣名古屋後接著開學，老師都非常有趣課程也很豐富，因為留學生一個班人數不多，所以老師很好注意到學生的狀況，上課部分也沒有壓力，課程內容也不難，全日文的環境下也覺得日文進步了不少，課程上被安排了 16 學分，很有空閒時間可以做自己想做的事或修習其他想修的課和社團，我雖然沒有修其他的課也沒有社團，下課時間我都待在名城的語言交換中心(グローバルプラザ)結交日本朋友練習日文或是和外師練習英文，也可以和想學習中文的日本學生進行語言交換。

因為預算上和個性上的問題，其實沒什麼去旅遊，但這不影響我體驗日本的生活，我喜歡參加日本的演唱會，如果你也喜歡日本的偶像、歌手、樂團，請一定要體驗看看日本的演唱會，因為日本不能攝影的關係，粉絲們都非常投入在應援台上的表演者，每次參加演唱會，我都能感受到那種強烈的共鳴和熱情，這種感覺非常難得讓人沉浸在其中。每次演唱會結束後，我還會和其他粉絲一起在場外拿著毛巾、穿著團體的Ｔ恤拍照，參加不少演唱會我也結交到不少朋友，這讓我感受到了深深的融入感和歸屬感。

雖然我的旅遊次數不多，但平時會跟一些台灣人和ＳＡ一起出門走走，主要也是希望可以練習日文，從原本害怕說日文，到後來可以很自然地說出日文是最有成就感的事。也有到ＳＡ朋友家作客，這次經歷對我來說特別珍貴，因為能夠深入了解日本家庭的生活方式，並與他們進行交流。朋友的家庭剛好和我看過的日劇、動漫的生活方式很相近，所以有種走入電視劇的感覺，我覺得非常有趣。朋友的家人非常親切，儘管一開始我有些緊張，但他們的熱情很快就打消了我的顧慮。他們也問了我很多台灣的問題，第二天還一起去了富士山周圍旅遊。在這段旅程中，我完全沒有感受到因為我是外國人而產生的隔閡，這讓我感到非常開心和感動。

因為有很多朋友都到名城留學回來，聽到他們的推薦和分享後開始考慮名城，名城在名古屋也就是日本的中部，如果要去哪裡旅遊都很方便，還有名城ＳＡ非常照顧留學生，因為我覺得留學最主要目的是結交外國朋友，所以希望能透過ＳＡ開拓交友圈，也如願交到不少朋友。同班同學也有韓國人，最有趣的是大家暢談各自國家的文化時，對方的驚訝反應，以自己來說是稀鬆平常的事，但換到其他國家卻是非常奇妙的事情，還有不只是日文，也能學習彼此的語言，我覺得文化交流也是留學的目的和意義。

因為出發前學分已修習完畢，沒有抵免學分的壓力毫無顧忌地出國留學，也是脫離舒適圈，在畢業前給自己的挑戰和當作畢業旅行，能獲得在日本生活的經驗，我覺得對自己的心態或個性上有很大的轉變，因為留學這種大型社交現場，個性上也變得更外向，因為留學獲得很大的成就感後，也變得更有自信。一學期四個月的時間很快就過去了，現在回想起來、回顧之前的照片都像是一場夢，能結交到外國朋友、拓展自己的人脈、增廣見聞都是出發前最大的目的也很順利地達成，回來後也不會停止對日本的喜歡，也會繼續學習日文，也希望能再次去名古屋或是韓國和這些朋友們見面。

東京上野公園賞櫻

名古屋市內散步

到豐田市看足球賽

埼玉西武巨蛋看演唱會

在我房間舉辦的章魚燒派對

長野上高地

和台灣和韓國同學去犬山城

和同屆的畢業生拍畢業照

最終演講結束和老師和留學生們
的合照

富士山一日遊