

國立交通大學
交換學生/雙聯學位心得報告

姓名	陳炫樺	學號	0116010
系所及年級	資訊工程學系資訊工程組 B 班 4 年級		
交換期間	自 2015 年 9 月 1 日至 2016 年 3 月 31 日		
研修學校/前往地點	日本東京大學		

一、心得報告(中文約 1500~2000 字, 英文約 500~1000 字, 附 3~5 張照片)

1. 日本

日本位於台灣東北方, 飛機單程 3 小時左右的距離。台灣的各位應該都對日本不陌生, 這邊我就不多做介紹了。

2. 日本的教育制度

日本的教育制度和台灣非常相似, 小學至中學實施 9 級義務教育, 其上有高中或專門學校, 高中再上去則是大學、碩士、博士。和台灣最大的差異點應該就是學期制度不同。大多數的國小、國中、高中實施 3 學期制, 一般來說 4~7 月為第一學期, 9~12 月為第二學期, 1~3 月為第三學期。大學和台灣一樣是兩學期制(前後期制、semester 制), 但是 4 月入學的關係, 4~7 月為前期(夏學期), 9~3 月為後期(冬學期)。

3. 東京大學

東京大學略稱東大, 主校區(本鄉校區)位於東京都文京區本鄉 7 丁目, 周圍 3 個車站共 4 條地鐵線經過, 其中丸之內線, 連接新宿、銀座、東京、池袋, 交通還算便利。

背負首都之名的東京大學, 在文、理、法、工、醫等領域的研究都是日本第一。The Times Higher Education 今年發表世界大學排名, 東大第 43 名, 在亞洲僅輸給新加坡國立大學和北京大學。



東大正門



東大赤門



東大三四郎池



4. 行前準備

在拿到學校認可的交換資格之後，要提交申請文件給東大，東大以往都比其他學校早收件，今年剛好收件前撞到台灣春節，幾份文件處理得蠻趕的。這些申請文件就照著東大那邊的指示一步一步完成就沒有什麼問題。

日本現在跟台灣有 3 個月的旅遊免簽證協定，滯留期間超過 3 個月以上的話就需要申請在留資格，這部分東大會協助大家填寫申請表並交由入境許可官審核。大概 7 月的時候收到東大寄來的在留資格許可書，然後才能拿去日本台北辦事處辦理簽證。簽證辦完才算完成所有出國前的手續，切記一定要注意東大發給大家的 EMAIL，這是和他們唯一的聯絡手段了，有任何問題也可以直接 EMAIL 過去詢問。

機票建議 2~3 個月前就買好，才不會決定好時間卻沒位子，另外可以先去辦一張「國際學生證」，可以用這張去買學生旅遊票(6 個月/1 年)，會比較便宜。

第一次入境要帶稍多一點的現金(個人建議 50 萬日幣左右)，到了之後學校會協助大家在銀行開戶(記得準備印章)，開戶之後如果還需要錢再請家人看是來旅行順便帶來或是國際匯款。

手機的部份如果要從台灣帶入日本要注意是否支援日本 4G 訊號的頻段，SIM 卡的事情可能要請大家自己查一下「格安 SIM」。其他隨身行李、筆電、衣物、護照……等帶上就準備完畢了。

5. 初抵日本

大家剛到日本第一個遇到的大概就是電車了，這部分其實跟捷運、台鐵蠻像的，不過路線圖有點複雜大家要自己注意，可以使用「乘換案内」等 APP 協助自己不要搭錯車。再來就是東京的習慣是靠左行走，汽車走的馬路也是，這個待久了就會自然習慣了。

另外提供一個個人覺得有困難的地方，日本人講話超級快，發音常常糊在一起，剛到那兩三周去買東西或是聽電車上的廣播都聽不太清楚，這部分只能多聽然後靠預判解決了。有時候你請對方再講一次他就知道你不是日本人，有些人會因為這樣就不想再和你溝通。

6. 住宿

住宿方面，在日本住的基本上一定是個室，頂多跟室友共用一個客廳或廚房，睡覺和讀書的地方一定會是自己一個房間，這點和台灣的宿舍差蠻多的。如果學校有提供宿舍或是學生會館的話照學校安排住進去會比較好，日本在外面找房子比較麻煩又貴很多。東大的狀況是，宿舍會很難抽，沒中就只能去外面找房子，另一方面學生會館一定能入住，但會有門禁等等，限制比較多，要進實驗室的同學可能比較不適合。

7. 選課、上課

選課的話因為東大大學部交換生(USTEP 生)實際上不屬於任何一個系，學校也不開放一般學生的課程系統(類似交大 E3)給我們使用，只能由 USTEP 辦公室的行政人員幫大家處理。好

處是不管哪個系的課都可以選，缺點就是一些課程資訊、各系內部的資訊得自己去系辦詢問。其他的上課狀況和交大沒有差太多。

8. 健康、保險

健保在入境之後會有行政人員陪大家去區公所處理，之後會收到繳費單，在日本健保是幫大家負擔 7 成的費用。其他關於看醫生的情報可以跟東大國際處詢問，在日本沒有診所的介紹信是很難去大醫院看病的，東大自己也設有醫院和保健中心。

9. 生活

說真的我覺得東京整個氛圍和台北很像，除了沒有機車、騎樓、公車比較少之外，完全沒遇到什麼生活上不適應的地方。電車就是比台北大規模的捷運，有點像拿悠遊卡搭的台鐵。吃的東西雖然有些許不同，不過我覺得大致上都還是台灣人可以接受的口味和菜色。

交換生來到這邊說真的很少跟日本的大學生接觸，畢竟只是忽然來修課修個半年一年，大部分還是跟其他留學生一起行動，真的要跟他們多交流可能就要進實驗室。

另外就是一個人到國外唸書難免會覺得慌張無助、思鄉。東京大學內有「台灣留學生會」，裡面都是同樣到東大留學的台灣學生，每年會舉辦許多活動增進大家彼此之間的感情，例如 4 月賞櫻迎新、5 月東大校慶擺攤、10 月秋季迎新、11 月秋祭出遊、12 月忘年會、2 月春節活動。裡面學長姐也都非常親切，生活上遇到任何問題、不習慣、不清楚的地方都可以直接詢問他們的經驗。

廉倉高校前平交道



和朋友去吃燒肉



10. 意外、緊急事故處理、聯絡

在日本出意外第一個請先連絡你學校裡的負責人，大學部交換生就是 **USTEP OFFICE** 的老師們。我覺得東大給外國留學生的資源非常充足，工學院設有外語中心及外國人諮詢室，國際本部也有專門的諮詢室(英、日、中文對應)，有任何問題都直接找相關人員詢問就會得到答案，不論是生活、學業、語言，甚至是升學、就職等生涯規劃都可以獲得相當多的支援。

遇到任何緊急或是自己無法處理的事情，請一定要跟校方的負責人或是緊急連絡人聯絡。

11. 駐外單位聯絡資料、聯絡人

USTEP Coordinator

Emiko Goshō

USTEP Office, International Center

Room 333, Administration Bureau Building #2

The University of Tokyo, 7-3-1, Hongo Bunkyo-ku Tokyo 113-0033 JAPAN

Tel: [+81-3-5841-3053](tel:+81-3-5841-3053) Fax: [+81-3-5841-1725](tel:+81-3-5841-1725)

Email: goshō.emiko@mail.u-tokyo.ac.jp

12. 參考資料：

維基百科—日本：<https://zh.wikipedia.org/zh-hant/%E6%97%A5%E6%9C%AC%E6%95%99%E8%82%B2>

維基百科—学期：<https://ja.wikipedia.org/wiki/%E5%AD%A6%E6%9C%9F>

維基百科—日本教育：

<https://zh.wikipedia.org/wiki/%E6%97%A5%E6%9C%AC%E6%95%99%E8%82%B2>

維基百科—東京大学：

<https://ja.wikipedia.org/wiki/%E6%9D%B1%E4%BA%AC%E5%A4%A7%E5%AD%A6>

World University Rankings 2015–2016: results announced：

<https://www.timeshighereducation.com/news/world-university-rankings-2015-2016-results-announced>

批踢踢實業坊—JapanStudy 版：

<https://www.ptt.cc/bbs/JapanStudy/index.html>

二、建議

說真的現在不會日文也能夠在日本生活，近年來因為觀光客增加，對應中文、英文的店家越來越多，東大教授、碩士生、博士生也都能用英文和他們溝通，但大家來到日本還是該多練習一下日文會話。就如同許多台灣人不喜歡和外國人英文對話一般，如果你能用日文和日本人溝通，他們會比較願意多跟你講一下話。東大真的給外國人很多幫助，甚至還專門開一堂課教外國人如何在日本求職，畢業後還能夠留在日本工作。

最後如同上面說到的，東大裡的學生、教授英文能力其實不差。在台灣偶爾會聽到日本人英文不好的說法，事實上在日本，它們也覺得日本人普遍來說英文能力較差，但東大蔚為第一學府，和台灣的學校一樣積極在發展國際化及推廣英文，未來考慮到日本求學或是工作的人，除了日文需要努力加強之外，也不要忘記自己的英文能力。