

26-1 學校簡介

法政大學位於東京都內，一共有三個校區（市ヶ谷、多摩、小金井），建校 140 年，是一所歷史悠久的私立大學。同時他也是東京都內私立大學名門 MARCH 中的一員，在學生之間也是有名的熱門學校。以上，是法政大學的基本簡介，我相信對法政交換有興趣的學生們，可能早就已經背得滾瓜爛熟了，那我們來說說比較實際一點的東西。

首先，法政的三個校區雖然都在東京都內，但相距最遠的兩個校區需要搭乘約一個半小時的電車，而作為交換學生的你，基本上會有 99% 的時間在市ヶ谷校區，這意味著你可能一整學年都不會看到來自其他校區的學生。接著，你所在的市ヶ谷校區除了設計工學部以外，基本上是個文科校區，這意味著如果你的專門不是文科或是建築相關的話，你在選課上勢必會受到通勤的限制。最後，通勤方面市ヶ谷校區位於 JR 東日本以及東京地下鐵最繁忙的兩條線的交匯點，這表示你在選課上最好避開上班族的通勤時間，不然你很快就可以體會到日本人常說的擠沙丁魚是甚麼意思。

Hosei University, a hundred-forty years old university being known as one of the universities in MARCH, have three campuses(Ichigaya,Tama,Kogane),and both of them are all in tokyo, and also being popular to the local students. Till now, it's just the information you can find easily on wikipedia or on the hosei website, and I don't think a person who is eager to be an exchange student of hosei doesn't know this kind of information, so let's talk about something particularly.

First, though all of the campuses are in tokyo, it still take one and half hour to transport from Ichigaya to Tama campus, and because of you're an exchange students, you'll spend like 99 percents of your time in Ichigaya which you might never see students from the other two campuses. Second, besides the Holistic Design based on Engineering, most of the department in Ichigaya is not for an engineering student, and because of the transport problem told before, if your major is engineering or you want to choose the courses near the rush hour, I suggest you give up Hosei, otherwise you'll experience the deadly rush hour in Japan.

26-2 國外研修之課程學習（課內）

接下來來說說交換的課程，交換的學生一般分為兩種，會一點日文的人（入學日文測驗成績 J6 以上）以及不會日文的人（入學日文測驗成績 J6 以下）兩種。會一點日文的人的課程都是以日文授課，而內容則大多是各項通識以及日文的延伸課程，舉凡像是日本的政治經濟、社會文化，或是敬語、論文的寫法等課程。而不會日文的人的課程則大多是以英文授課，內容則集中在日文的學習，舉凡像動詞的用法、動詞的五段變化、情境式的對話教學等等。

而我在這次的交換很幸運的被分在會一點日文的那一組，所以我除了上述的通識以及延伸課程以外，我還可以去選修自己喜歡的專業課程。日本的授課與台灣的授課不同的地方有很多。首先，日本的授課時間是以 100 分鐘為單位的，相較於台灣的 50 分鐘，老師不需要在意下課可以好好地把自己想要傳授的知識連貫起來。接著，日本的授課比起台灣的偏重理論，日本的授課更偏重實務面，比起複雜難懂的公式，在實際上會用到的知識或是碰到的問題是日本教學比較偏重的部分。再來，日本非常重視出席，比起台灣不知道甚麼時候會出現的點名，日本是採每堂都點名的制度，且只要缺席四次就直接死當，在出席層面上，日本的嚴格反而讓學生更重時守時的觀念。至於授課的

方式我認為與台灣大同小異。

Next let's talk about the courses, people who came to Hosei will be divided into two groups, people who can speak a bit Japanese(you got J6 or above in the entry exam) and people who can't speak Japanese (under J6) , if you are in the group “can speak a bit Japanese”, well.....then congratulation, you will be taught in Japanese, and your courses can be various, economic, social, culture, you can learn different kinds of courses, and of course, your major. But if you are in the “ can't speak Japanese” group, then sorry but you will be taught in English and most of your courses will help you learn Japanese.

26-3 國外研修之生活學習 (課外)

至於課外的生活學習，我認為就很多元了。在日本，你有無數種方法可以學習到日文或是日本文化。首先最簡單的就是去旅遊，旅遊的好處是你可以選擇你想去的目的地，你想看的景點，甚至是你的路線都是可以被選擇的。但相對的旅遊的缺點也很明顯，因為行程都是被規劃好的，所以你所見到或是認識到的東西大多都是你已經先有心理準備的東西，在拓展自己的視野上其實十分的有限。第二個方法就是去留學生的交誼聽或是參加社團，交誼聽的設立目標就是為了促進各國學生的交流，當然對各國文化有興趣的日本學生也會前來，這個方法是最省錢同時也是最為輕鬆的學習方式，而加入社團除了可以體驗日本特有的社團文化，也可以與志同道合的學生成為朋友，算是一舉二得的方法。第三個是去打工，打工在這三個方法是最穩定同時也是我在本次交換中最为推薦的方法。打工與眾不同的點在於外國人在日本讀的打工是需要政府的許可的，這也就意味著他是上述三者之中唯一一個不能以觀光客的身分完成的方法。而打工的優勢除了可以擁有一份穩定的薪水提供你生活、旅遊外，最大的特點就是可以體驗到日本的工作環境，這除了是對將來想去日本工作的人的搶先體驗外，同時也是最容易鍛鍊日文能力的方法。與上司的應對、與同事的應對、與客人的應對，甚至是遇到問題時的應對，面對自己熟悉的語言或許還不成問題，但當面對自己不時那麼熟悉的語言時，打工可以有效的鍛鍊你說和即時思考的部分。

而我在本次的交換中選擇的是以打工為主，其餘兩者為輔的形式，打工地點上則選擇了日本文化中很重要的居酒屋，居酒屋是日本上班族下班後的聚會社交場所，點菜上除了大量的酒水以外，作為小菜的料理也是不可或缺，如何在有限的時間完成大量的餐點，並且同時兼顧上司的指示是在打工中我覺得最為困難的一環。但同時我也在時間管理的學習上有了十足的進步，以及透過這次打工，我發現日本人在時間的管理量確實比台灣人要嚴謹但同時也相對的不近人情，一次下班後幫助同事迅速完成剩餘工作的義舉，在日本人眼中卻會變成薪資上不安定，日本人認為幫助同事的時間應該要被認定為工作而給與薪資，而我則認為順手幫助他人是不需要薪資的，在這點我感受到了日本人對時間的嚴謹但稍許不近人情。

Then we come to the extracurricular part, learning something about Japan in Japan is quite

easy, the easiest way is of course go on a trip, planning where you want to go, what you want to take a look at it, and even the route can be planned, but I'll say something being planned won't be the best way to explore Japan, because it is all planned, nothing special and nothing can blow your mind. Second way to explore Japan is to join the G-lounge or a club, this is the cheapest way to explore Japan, you will find someone who has the same hobby as you or someone who is interested in you and your culture, so if you are good at social, I'll recommend this way for you. And for the people who are not above, I'll recommend you to find a part time job in Japan. But why? First, you need permission from the Japanese government to start a part time job which means this is the only one you can't do if you come to Japan by visitor visa. Second, facing different kinds of people will be a challenge for you. You might be able to talk to the leader, the employees, and the customers precisely in your mother tongue, but in Japanese? This will definitely be a challenge to you, and you will improve well.

26-4 交換/研修之具體效益 (請條列式列舉)

- 一、日文語感的增強
- 二、日本人思維邏輯上的理解
- 三、面對狀況時如何利用已知的語言知識去向當地人表達自己的意見
- 四、在無論是金錢還是時間上的管理與獨立
- 五、與日本人溝通、通話上的眉眉角角
- 六、各國文化的差異以及體悟
- 七、日本授課在內容、方式甚至是課綱上與本國的差異

26-5 感想與建議

總的來說，這次的日本交換讓我獲益良多，當初選擇交換的一大理由是因為學分上的充裕，以及對外國的嚮往。在幾經糾結後選擇了略懂的日本，但在申請時就遭遇了不少阻撓，包含了成績不佳、親人的反對、金錢面上的問題等等，但我都盡了最大努力去想辦法克服跟溝通，在這方面確實是成長了也學習到了不少，而作為結果，我成功拿到了當時選填第一順位的法政大學。

而我當初對自己這一年的期許是（想辦法讓自己入境隨俗像個日本人），而我在這一年後，我認為我完美的達成了自己的期許。與其他交換生選擇大量的旅遊不同，我選擇去找一份打工，為的不是那一份薪資，而是為了更貼近日本學生的生活模式，打工與社團上的成就被日本企業認為是選擇新鮮人的重要因素之一，能夠在社團上取得成就的人被認為是可以接受日本傳統企業年功制的象徵，而在打工上取得成就的人則是被認為能夠接受日本高壓管理下的象徵，正是因為有這兩像因素存在日本的大學生才會這麼熱衷於打工和社團上，而也正是因為如此我才選擇了打工為的就是更貼近日本人的生活。

做為建議，我認為觀光隨時都可以有，但如此貼近日本人生活的機會卻可能只有一次，比起一

整年的旅遊時間，短暫的融入異國人生活的機會更顯得可貴，這篇心得報告是寫給想要去日本交換，想要去法政交換的人，日本是一個旅遊的好地方，是一個生活的好地方，但重要的是你怎麼生活。

Overall, I try to do exactly what the Japanese do this year, and I'll say I made it. Maybe I didn't travel that much, maybe I didn't make that many friends, and maybe I didn't improve my Japanese much. But through this year, I know what the Japanese think, what the Japanese do, and if I want to work in Japan I know what the environment will be.

As an advisor, I will say Japan is a good place to travel, a good place to live, it just depends on what you're gonna do. You can go sightseeing anytime, but being like a local? Once in your lifetime maybe.

26-6 相片 (2 ~ 3 張貼進 word 檔案，含說明，並 Email 原檔給國際處承辦人)



20191005 橫須賀觀艦式 少數能夠進入他國軍事基地以及登上他國軍艦的機會



20191230 伊勢神宮 趕在初詣前來參拜，參天的古木跟信眾絡繹不絕，作為參拜跟觀光絕對是首選