

## 學校簡介

東京大學是一所擁有相當歷史悠久的學校，擁有著傳統與科技相互較勁風格的學校。  
東京大學成立於1877年，QS世界大學排名為24名。

## 國外研修之課程學習（課內），另外推薦受益最多/最喜歡的課程

因為我自己的志向比較偏向於機械與生物類型結合的課程，而這樣的課程在中山不是沒有，但是相對較少且非專業生物的老師教授。在東京大學，我自己修的生體機械工學與醫療工學是最喜歡且受益非常多的課程，這兩個課程，一個是由情報科學系的老師專門教授，利用機械與生物結合，像是生體皮膚、微流道等等的範疇都有教授到，甚至還會在課堂上讓每一位學生做實驗，這是在台灣比較難以想像的事情，因為此課程的定位並非實驗性課程，只是教授希望我們可以有更好的體驗，所以分發實驗器具，讓每一位學生都能體驗到生物與機械的樂趣，唯獨要注意點是這門課比較偏向生物佔比會比較多。另外一個課程－醫療工學，這門課程的老師是現職的小兒科醫師，從小兒科醫師的觀點剖切工學要怎麼去輔助醫療，工學需要進行什麼改善才能幫助醫療，這門課屬於自發創意型的課程，從課程的核心理念，去描寫出自己對於醫療與工學的結合，可能會需要花較多的時間，但是對於創意思考的投資報酬率是相當高的。  
這兩門課程皆屬日文上課課程。

## 國外研修之生活學習（課外）

上課期間都是利用週末的時間到東京23區內的行程走點，如果要到較遠的地方，可能需要利用日本連續假期出遊會比較好，除了實驗室生活，自己的生活也是需要一些生活的動力，不過我因為沒有參加課程以外的活動，就以我的日常來說，會比較著重於神社巡禮，去每一間神社看歷史，對我來說是沈靜心靈的好機會。

（在東京大學是需要進實驗室的，雖然聽周圍的交換生有些也沒有進實驗室做實驗，不過利用這樣交換的好機會，好好體驗日本研究室的環境也相當不錯，所以我基本上都是往學校跑較多，對於課外學習的建議可能提不上什麼好建議）

## 交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

1. 增廣國際觀。有許多事情如果沒有踏出台灣，到國外生活個1~2個月，是體會不出來國內外的差異，就我而言在日本也有許多觀點是我沒有想過或是不支持的，那對應到台灣的話，會有什麼樣的解決法等等，這類型的思考觀點就會在我的腦海出現。
2. 增加外語能力。東京大學有日文課程可以選擇，從最初階到進階都有，如果擔心成績影響學分，不拿學分也一樣可以選擇課程上課，我本身提升滿多日文的寫作手法，算是很有心得。
3. 增加日本朋友的人脈。實驗室的學長姊，甚至同輩都是相當好學習的對象，經過一學期的相互學習，與前輩們建立好友誼關係，即便未來可能不是在工作上見面，但是都是相當好的人脈關係，所以多體驗研究室生活會較好。

海外生活期間是否曾遭遇困境，及是否解決問題？如是，請說明如何解決問題；如未解決，請說明事件最大的啟發及思考未來可以怎麼解決？

我個人遭遇到的困境比較偏向是沒辦法適應日本的環境。

因為日本給人的印象是較乾燥的，但是實際生活過之後，發現環境真的不太適合我，像是會熱到有壓力在身上的感覺、得花粉症過敏嚴重等等的都是對我來說這次交換較大的困境。

關於解決方法就是不要怕，直接找尋診所尋求就診，讓醫師去判斷才是最對的。

課業上的困境，我回想起來是沒有什麼較大的波瀾，循序漸進的一定可以完成。

## 海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應？

因為日本是相對於其他國家來說較親近的，我自己也很常接觸日本的文化，所以在日本文化的衝擊來說是相對比較少的，頂多只有對於日本人辦理事務的程序較不滿，因為真的很慢且無章法。

（另外想要提醒，如果在日本碰到卡被盜刷的危機，去警察局辦理是不會接受的，請直接找台灣的銀行辦理會比較快）

## 海外生活歷練是否為您人生帶來不一樣的改變或者個人特質上的轉變，最大的成長是什麼？

對於看事情的觀點不在侷限於小小的範圍之內是我覺得這次最大的成長。在台灣待久，變得只能用很單一的觀點看事情的本質，不過經過這次的交換之後，對於很多在台灣的事情，真的是會增加不一樣的視野剖析，不再是單行道的想法，是對於成長來說最大的幫助。

## 您認為獎學金對您海外研修最大的幫助是什麼？有無獎學金是否會改變您的出國計畫？

幫助很多，雖然沒有獎學金確實不會阻擋我想要交換的心情，但是有了獎學金之後，可以規劃很多在日本國內的旅遊，提供很多的贊助。日本國旅算是滿貴的，如果有想要規劃去日本國旅的話，可能在金錢上的行程規劃要好好安排。

## 感言及心得感想

從校內初選到交換結束，真的是經歷相當辛苦的一年，因為我自己的個性，是需要交出內心80分的作品才會感到比較舒爽，所以在前置作業到後期課程上的作業，都是戰戰兢兢地完成它，但是這樣波瀾的一年，不論是自己內心的成長，或是在外的心理轉變，皆是對自己有相當大的價值，遠超於金錢能擁有的。如果學弟妹有想過交換的念頭，請趕快加緊腳步的完成自己的心願，真的不會讓自己吃虧的。

## 英文心得(包含學校簡介、課程學習、生活學習、具體效益、心得感想等等)

The University of Tokyo is a school with a long and rich history.

### **\*\*Regarding Courses:\*\***

The courses I took in Biomechanical Engineering and Medical Engineering were my favorites and the ones I benefited from the most. The Biomechanical Engineering course is taught by a professor from the Department of Information Science, focusing on the combination of mechanics and biology. Topics such as biological skin and microfluidics were covered. The professor even allowed every student to conduct experiments in class, which is something quite rare in Taiwan, as this course is not categorized as an experimental course. However, the professor wanted us to have a better hands-on experience, so he distributed experimental tools to ensure every student could enjoy the fun of integrating biology with mechanics. It's important to note that this course leans more toward biology.

The other course, Medical Engineering, is taught by a practicing pediatrician. The course examines how engineering can assist in medical care from a pediatrician's perspective, exploring what improvements in engineering can help enhance medical practice. This course is more self-driven and creative, where you are encouraged to develop your ideas about the integration of medicine and engineering. It may require more time investment, but the return on investment for creative thinking is very high.

### **\*\*Regarding Life in Japan:\*\***

At the University of Tokyo, students are required to join a laboratory. While I've heard that some exchange students didn't participate in laboratory work, I believe it's a great opportunity to experience the research environment in Japan.

### **\*\*Regarding Specific Benefits:\*\***

1. **\*\*Broadened International Perspective:\*\*** There are many things that you can't fully understand without stepping outside of Taiwan and living abroad for 1-2 months. For instance, in Japan, there were perspectives I hadn't considered or agreed with, and it made me think about how to address similar issues in Taiwan. These kinds of thoughts naturally emerged in my mind.

2. **\*\*Improved Language Skills:\*\*** The University of Tokyo offers Japanese language courses at all levels, from beginner to advanced. If you're concerned about grades affecting your credits, you can attend the classes without earning credits. Personally, I improved my Japanese writing skills significantly, and I gained a lot of insight.

3. **\*\*Expanded Network of Japanese Friends:\*\*** The seniors and peers in the laboratory are excellent learning partners. After a semester of mutual learning, I established good friendships with the seniors. Even if we don't meet in a work context in the future, these relationships are valuable networks, so it's beneficial to immerse yourself in laboratory life.

### **\*\*Regarding My Reflections:\*\***

Whether it's personal growth or a change in mindset, being an exchange student offers immense value, far beyond what money can buy. I encourage you to step out of your comfort zone.