

A. 學校簡介

琉球大學位於日本沖繩縣的西原町，是沖繩唯一的國立大學，擁有非常大的校園及眾多的學生，包含多元科系，從文科、教育、商科（於國際地區創造學院內）、理工、農業、醫學都有，是一間學術氣息濃厚的綜合型大學。校內有保存了許多文物的博物館「風樹館」，也有特別的山中湖景色，走在橋上就像走進亞熱帶山區內。學生的組成多數為沖繩本地人，從本州地區來的學生比例較低。琉球大學距離那霸機場開車約半小時車程，搭乘沖繩單軌列車與計程車到那霸機場則需約一小時車程。

B. 國外研修之課程學習（課內），推薦受益最多/最喜歡的課程

1. 日本語 B2 / 授課老師：新城直樹

這門課是文法+會話課，一週內會有兩個時段要上課，所以總共有 4 學分。

會話的部分每週都會有一個主題，會請學生跟 3 位不同的同學聊天並記錄彼此之間聊到了什麼內容，另外也需要和老師聊本週主題大約 3 分鐘，最後再和班上同學們分享自己主要分享的內容。整體來說內容豐富、不太需要花時間額外準備，是我認為很不錯的會話課模式。期中與期末需要準備 5 分鐘左右上台報告，報告的主題很自由。

文法的部分會使用老師自己編的文法教材以及一本 N2 文法的教科書。1-2 週會有一次單字小考，但單字都不會太難。文法有涵蓋到 N1-N3 的內容，老師也會教導比較自然的文法，因此即使已經學過該文法，還是很值得再學一次。期中與期末是文法+單字的考試，範圍是教科書及平時的單字作業。我覺得已經擁有 N2 以上程度，但想加強會話能力的人，修這門課也蠻適合的，班上有一部分的人已經擁有 N2 甚至 N1。

2. 聽解 C1 / 授課老師：葦原恭子

這門課很輕鬆，每週都是在課堂中看影片，再將影片的內容填寫到講義上的空格。影片的內容非常貼近留學生，有日本的文化、琉球大學的活動、日本新年料理的地區差異等內容，以及日本文學作品改編的影片，都非常有趣。大部分的影片都有字幕，所以就算不小心沒有聽清楚，也可以透過字幕來完成講義。期末作業則是做一篇 N2 的聽力以及一篇 N1 的聽力。修這門課基本上沒有負擔，又能夠學到很多東西，是我修的課之中最推薦的課，葦原恭子老師的其他課，留學生朋友們也很推薦。

3. 作文 B2 / 授課老師：中川麻美

每週上課都會使用老師自己編的講義，主要是講解意思相近的文法在文章中適用的情境（例如：意思都是「因此」文法，但使用情境卻不同），能夠讓自己在寫作中使用更精確的文法。每次課後都有一篇約 400 字的作文需要寫，有時老師會提供起始句子，讓學生接著寫後續的內容。期末則是寫一篇約 1,000 字的作文。

4. 商用日語 / 授課老師：中川麻美

上課是使用商用日語的教科書，但是 9 月入學的留學生屬於下學期，會直接從較難的名片交換、電話禮儀開始，如果是 4 月入學的留學生會從基礎的商用日語開始上。課程中進入新的部分時會先看影片來了解情境，之後也會請同學跟附近的同學一起練習會話，有時老師還會準備道具，例如有線電話、茶水杯等來讓同學練習。每個單元都會有小考，平均三週會小考一次，期末考是使用 zoom，老師會將同學兩人一組分組，同學需要因應情境進行不同的會話。

5. 日本的文化 (英文授課) / 授課老師：

因為英文授課的日本文化較為輕鬆有趣，因此選擇修這門課。上課老師會使用 PPT 討論這週的上課內容，偶爾會請同學準備一張照片並做簡單的說明。這門課有去兩次校外教學，地點包含普天滿宮、勝連城跡，可以和同學及老師一起搭乘學校的巴士過去參觀，不過需要注意校外教學的時間可能長達 3-4 小時，因此盡可能避免在這門課後面再安排其他課，否則會影響校外教學的體驗。

6. 沖繩的文化 (日文授課) / 授課老師：

這門課所介紹的內容為沖繩的地區及傳統歷史文化，例如建築、民族舞蹈、季節活動等，能學到很多在外面學不到的內容，還會有一次作業是自己做塔可飯，但非常簡單，不太會做菜的同學也能自己做。課堂中的活動包含老師會隨機將同學分組一起畫心智圖，以及寫一些上課的感想等，這部分的字數不會太多。學期末需要準備一份與沖繩的文化相關的報告或影片，主題很自由，不會有太大的負擔。不過日文授課的沖繩文化沒有任何的校外教學，如果對校外教學有興趣的同學可以選擇英文授課，沒有意外的話會是同一位老師上課。

C. 國外研修之生活學習 (課外)

1. 日常生活

(1) 飲食

日本有一個特色是外食費用很高，平價便當店 (單價約日幣 500 元) 的數量不多，即使有平價便當也是以澱粉與炸物為主，蔬菜量很少，牛丼店即使有蔬菜也是以生菜為主。我很喜歡吃炒青菜，不太喜歡吃生菜，因此我平日的飲食以自己煮飯為主，只有與朋友外出才會吃外食。外食的部分，日本知名的連鎖店在沖繩幾乎都有，非常方便，除了連鎖店之外也能吃到很有特色的沖繩料理，例如沖繩麵、塔可飯等，日幣一千多就能吃到，而且很有特色又好吃。手搖飲在這邊也有，但是價格是台灣的兩倍，因此我很少喝手搖，反而星巴克跟 Tully' s 咖啡的飲料價格還比手搖飲便宜一些，這兩家連鎖咖啡的飲料是我比較常買的。

(2) 交通

沖繩大眾運輸不發達，當地居民日常的交通方式都是以開車為主，可說是所謂的「車社會」，所以我

在台灣時撥空到監理站換好汽車駕照日文譯本，帶著駕照跟譯本到沖繩，拿到在留卡後就向學校附近的租車行租了長期的輕型車(一個月租金日幣 26,500 元)並以開車作為主要的交通方式，不過現在在留卡在那霸機場就可以拿到了，我覺得到沖繩第一天就去租車也可以，不然採買生活用品真的很不方便。租到車之後我幾乎每天都會開車，甚至到了沒有車就出不了宿舍的程度。因為沖繩的開車人數眾多，許多連鎖餐廳外都設有得來速，像是すき家、星巴克，這種形式在台灣是看不到的，非常特別。另外，不是每個留學生都會開車，所以對於朋友之間開車搭車所衍生出的狀況，例如分油錢、搭別人的車等等，都是可能會遇到的狀況，如果是不會開車的同學，主動給駕駛油錢、停車費等等來表達感謝之意，都能帶給駕駛良好的印象。

(3) 購物與娛樂

不同於知名城市中百貨公司林立，沖繩以購物中心為主，可以感受到大都市跟郊區購物方式的不同。琉球大學附近就有一間小型的地區型購物中心 San-A 西原 City，裡面就已經能滿足許多日常購物需求，像是超市、星巴克、無印良品、GU 以及新開的 3coins 都有，最重要的是有室內停車場，是下雨天採買食材跟生活用品的好去處。沖繩有許多知名的大型購物中心，像是 Parco City 跟 AEON Mall 沖繩來客夢，進去可以待一整天，購物需求完全能夠被滿足。另外沖繩最有名的就是海，如果想看海、玩水(每年 4-10 月)的話前往海灘是一件非常容易的事，甚至有不少海景餐廳、咖啡廳，非常能夠讓人放鬆。

2. 課外活動

(1) 學伴制度

琉球大學的國際處會幫每位交換生分配一位學伴，來協助交換生在日本的生活，我很開心地被分到一位非常優質的學伴，積極主動幫助我很多事情，每週也都會約定好時間一起聊天、討論，交流了很多台灣與日本的文化，也告訴我很多日文的用語、用法，並主動跟我分享很多事情。因為我和學伴有著頻繁的交流，我的日文口說進步有一大部分要歸功於我的學伴。不過這部分感覺還是很看自己被分配到的學伴是誰，如果有學伴是很消極的人，那在這部分的體驗就不會那麼好了，有看過不少被學伴放生的例子，再回頭看看自己真的是很幸運的人。

(2) 交流活動

琉球大學有一個學生組織叫 GCC (Global Commons Concierge)，會舉辦非常多的活動給留學生跟日本學生參加，像是最開始的 Welcome Party、萬聖節、聖誕節活動。甚至有中文與日文的交流活動，讓講中文的學生跟日本學生互動，像我參加過的中文包水餃活動，GCC 的成員會帶領大家一起製作水餃的餡料、煮水餃到最後一起吃，不但能體驗道美食文化，也能跟大家互動、認識新朋友，是非常棒的活動。不過以我參加的中文活動來說，大家都還是用日文交流為主，再穿插聊一些中文

單字，因此會比較推薦給能夠用日文聊天的交換生參加。

(3) 社團

因為我在台灣就是以參加管樂社為主，所以到琉球大學也是選擇參加管樂社。對我來說，社團完全就是講日文的現實世界，平常上日文課完全就是待在舒適圈。對我來說在全日文的環境中，聽力跟口說都是一大挑戰，尤其音樂有很多的專有名詞，不過大概練習個幾次就會記起來那些專有名詞是什麼了，而且其實整體來說跟台灣的管樂練習方式相差不大，常常用聲音、圖片來輔助就能了解接下來要做什麼，進社團一個月後基本上就能大致聽懂學生指揮在說什麼了。管樂社裡面只有我不是日本人，對我來說日本人私底下聊天的語速，真的是日檢聽力的 1.5 到 2 倍速，還會參雜很多縮略語跟簡稱，讓我常常知道是日文但又聽不太懂是什麼意思，不過社團的人們都很友善，知道我是交換生後，跟我聊天、講話時會用比較簡單的用詞還有比較慢的語速，也會盡可能地幫助我很多事情。也因為參加社團的關係，我的日文聽力跟口說大幅進步，還認識了日本朋友們，了解到非常多日本大學生之間的生活跟文化。

另外我原本會擔心參加社團會影響到假日去旅遊，但最後發現其實不太會影響。比較可惜的是如果交換一年的學生會比較能參加到一整年完整的社團活動，像是管樂社的音樂會是辦在三月底，只有交換半年的我就無法參加，但如果是交換一年的話就可以參加到了。另外十月入學的交換生算是下學期，四月入學的才算是上學期，社團招生都是四月為主，十月入學的要自己上網去找社團。如果想參加社團的會比較建議選四月開始交換，才能參加到社團招生的各種活動。

3. 旅遊

沖繩本身為觀光熱門地區，景點眾多，我在交換期間去了大部分的沖繩景點，能感受到沖繩的魅力，真的非常適合渡假跟放鬆。熱門景點之中，我辦了美麗海水族館的年票，因為各種類型的活動跟旅遊，我總共去了五次，甚至比當地人去過的次數還要多。

除了沖繩之外，我也經常前往本州、九州旅遊。在交換之前我只有去過日本兩次，有非常多想去的地方還沒有機會去，所以我在交換的時候想盡可能地到不同地方探索。也為了旅遊，我將課程集中在週一到週三，如此一來便能在週四出發，週日返回沖繩，甚至日本有許多次三連休，如果遇到連續假期的話則會在週四出發，週一才返回沖繩，將旅遊天數延長到五天。

在半年的交換期間，我探索了許多日本的城市，包含許多知名的大城市：東京、大阪、京都、神戶、名古屋、福岡、仙台，也去了不少大城市周圍的都道府縣，到眾多不同地區旅遊，讓我發現許多日本各地不同的特色，且因為沖繩一年四季都很溫暖，缺乏秋冬的景色，所以我透過國內旅行，也能在秋天時看楓葉、銀杏，在冬天時欣賞雪景。

由於那霸機場出發有許多廉價航空競爭，搭乘人次也很高，因此讓人能夠容易地買到日幣來回五、

六千且包含托運行李的便宜機票，而且那霸機場航點眾多，到日本各個主要機場都有航點，如果是想去小城市，也有許多航點是一天至少有一個航班。因此即使是在沖繩交換，也完全不需擔心日本國內旅遊的問題。

D. 交換/研修之具體效益 (請條列式列舉)

- 一、瞭解當地文化與特色
- 二、提升語言能力
- 三、提升國際觀
- 四、體驗異國生活

E. 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？

有一次我掛在包包上的鑰匙不見了，但是過了很久才發現，加上鑰匙上沒有 AirTag 之類的定位追蹤器，所以也不記得是在哪裡不見的。我有向單軌車站的站務人員反應，以及去交番 (日本的派出所) 報案，但是因為不見的時候是週六，派出所只能先做簡單的筆錄，位於警察總局的遺失物中心要到週一才會開放。在尋找鑰匙的過程中我用了畢生所學的日文，但是有些狀況還是有點難去解釋，經過這次的事件除了緊急狀況處理的能力，我的日文也進步了不少。最重要的是，我的鑰匙很幸運的有被路人撿走並交給警察，週一我有成功到警察總局找回鑰匙，這也顯示日本的治安真的很好，很慶幸自己是在日本交換。

F. 海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應？

日本人很重視隱私，我加了很多日本人的 IG 之後發現他們多數不會發露臉的照片，都會想辦法用東西遮住自己的臉或是弄模糊，甚至我有認識的日本人從來沒有發過露臉的照片到 IG 上。當然也是有會發露臉照片的日本人，但相較之下少很多，而且會容易被歸類為「對自己的長相很有自信」或是「不在乎有沒有露臉」這兩種人。如果這類型的人想發和朋友有露臉的照片，會先問能不能發 & 看過該照片之後再發到 IG 上面。但是這種情況如果換成日本最近很流行的社群媒體 BeReal，那情況又會不一樣了，日本人就會發很多有露臉的照片，而且發文的頻率比在 IG 高，這樣的原因也可能是因為 BeReal 好友數較少、無法修圖的特色造成的。這樣的文化我也花了一陣子才適應，漸漸減少發別人的露臉照在 IG 的習慣，如果真的要發的話會先問過對方。(結果我回台灣後又不太適應台灣朋友發照片之前不會先問過對方)

G. 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？

我在去交換之前，雖然看起來是一個會日文的人，但是其實我很不敢講日文，可能很多日文程度沒那麼好的人講的都比我順。去交換之後，我變得勇於開口講日文，跟日本人聊天比去交換之前

順暢非常多，有達到給自己的期許，是我最大的成長。另外也因為去交換，生活上的能力像是煮飯、開車都比在台灣時進步非常多，而且遇到很多突發狀況都只能靠自己的力量解決，遠在台灣和家人跟朋友無法提供即時的幫助，也讓我的問題解決能力提升，變得更加獨立。短短的半年之間讓我學到了很多，不侷限在知識，而是各個方面都有所成長，讓我覺得出國交換是一件非常值得的事情。

H. 感想與建議

有些人說日本距離台灣很近，特別是沖繩只需要搭飛機一小時就能到，如果想的話去短期旅遊就可以了不用去交換。但我實際在日本生活後體驗到了很多觀光客遇不到的事情，從生活中的辦行政手續、打日本電話、感冒看醫生、自己煮飯.....都是非常特別的經驗。

我到沖繩生活之前，曾經聽很多人說沖繩很像台灣，沒有出國的感覺，可能因為很多台灣人都會去沖繩旅遊，氣候也很像，但我在沖繩實際生活過後，並不這麼覺得。我所生活的西原町沒有觀光客，台灣人只有琉球大學的交換生，出宿舍後只有日文能通，生活環境完全就是日本的郊區，應該跟一般人想像的沖繩完全不一樣。即使我踏出西原町到其他地方走走，可能因為課堂中學了很多沖繩的文化、特色跟歷史，我仍然認為沖繩不像台灣，而是覺得沖繩非常有它獨特的魅力。我認為沖繩是非常適合人居住的地區，氣候溫暖、食物美味、人民友善，如果對於交通方便的大都市沒有特別嚮往，而是喜歡比較悠閒的郊區，又想去出國交換，沖繩絕對是非常值得來生活的地方！

I. 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) 500 字以上 赴中國交換者免填英文心得

Located in Nishihara, Okinawa, the University of the Ryukyus is the only national university in the Okinawa. It is a comprehensive university with a sprawling campus and a large student body, offering a wide range of departments including humanities, education, business, science, agriculture, and medicine. The campus features a museum that preserves historical artifacts and offers unique scenery. Most of the students are residents of Okinawa.

During my exchange, I completed a total of fourteen credits across six courses: Okinawan Culture, Japanese Culture, Listening, Japanese Writing, Business Japanese, and Grammar (the name of the course is "Japanese"). The Okinawan Culture course was unique as it introduced many traditional local customs. Among all my classes, I highly recommend the Listening course. It involved watching and listening to videos, which made the learning

process relaxed yet very productive.

In terms of daily life, I frequently went to the supermarket to buy ingredients and cook for myself because eating out was relatively expensive and often lacked enough vegetables. I usually reserved dining out for the weekends to enjoy local specialties like Okinawa soba and taco rice, which are both affordable and delicious. Additionally, since public transportation in Okinawa is not very convenient, I rented a car. Driving provided me with many unique experiences, such as trying out Japanese drive-throughs.

I also learned a great deal from extracurricular activities. The university assigned me a tutor, and through our interactions, I discovered many cultural differences between Taiwan and Japan. I also joined the university's wind band, which allowed me to socialize with Japanese peers and better understand their campus culture. Regarding international student activities, there is a student organization called GCC (Global Commons Concierge) that hosts numerous events for both exchange and local students, such as the Welcome Party, Halloween, and Christmas events. They even organize Chinese-Japanese exchange activities. For example, I participated in a dumpling-making event where GCC members led us in preparing the filling, cooking, and eating together. It was a fantastic way to experience food culture while making new friends. Furthermore, I traveled to other regions of Japan. Since Okinawa is warm year-round with indistinct seasons, visiting places with four distinct seasons allowed me to see beautiful autumn leaves and snow.

My greatest growth from this program was becoming much more confident in speaking Japanese. My conversations are now smoother, which met the expectations I set for myself. My practical life skills, such as cooking and driving, also improved much more than if I had stayed in Taiwan. Facing unexpected situations alone, without immediate help from family or friends, greatly enhanced my problem-solving skills and made me more independent. In six months, I learned so much, not just in terms of knowledge but growing in every aspect of my life. This experience made me feel that going on an exchange is truly worthwhile. I believe Okinawa is an excellent place to live, with its warm climate, delicious food, and friendly people. If you prefer a relaxed suburban lifestyle over a busy metropolitan city, Okinawa is a place worth living in.