

26-1 學校簡介

創價大學在東京都的八王子市，雖然是在東京都，不過卻是在最西邊的郊區，從宿舍到八王子車站的公車約 20 分鐘，車站到新宿約 1 小時(京王線)，也有 40 分鐘(JR 中央)比較快但比較貴。

學校的國際處人都非常和善，剛到就幫我們申請健保、マイナンバー、開設帳戶、手機的 SIM 卡辦理與購買等等，在學校就可以完成並有專人來一步步教學，對於初來乍到的留學生們非常方便與安心，生活大小事方面只要有問題都可以去詢問，都會非常熱心幫忙處理。

校園裡綠意盎然，建築物與校內都非常整潔乾淨，4 月剛來時就有夜櫻可以欣賞，冬天運氣好還可以看到雪。宿舍裡也有食堂供餐，不喜歡自炊的學生們都可以吃食堂的料理。

26-2 國外研修之課程學習（課內）

<日語>

還沒開學前會進行日語分級測驗，會有自己想要的分級跟實際測試的分級，由 E0~E5，E5 是最高級，一般來說想要的分級可以直接往上跳個一級沒問題，(假設實際是 E3 自己想要的分級填 E4，最後會是 E4)，學部課是 E4 以上才可以選修，體育課就是不論分級都可以修，E5 的日文學程是念碩士的準備課程。

日語課程的教學老師都非常溫柔，教學品質也非常不錯，聽說讀寫都有課程可以練習到，日文課程中有 AB 兩種，A 是專門為了日文檢定開設的，B 就比較貼近日本本身的文化。體育課就比較不同，都是多種球類放在同一門體育課裡，每個禮拜會換成不同的球類運動，對於只想打某一種球類的學生來說還是去參加社團會比較好一些。

26-3 國外研修之生活學習（課外）

生活學習的話，最大的成長肯定是生活知識方面的獲取，像是原本我是不會煮飯的，來這裡就開始跟其他的交換生一起做飯，久而久之基礎簡單的菜色也都學全了，意外的日本男生會做飯的人很少。

四月上旬是日本的開學，所以很多社團如火如荼的招生，我覺得這裡的社團學生比台灣的認真非常非常多，種類也是相對多元，但也因為比較認真所以負擔可能會重，所以有些社團可能會不太歡迎交換生參加，畢竟交換生能留下的時間太短。

26-4 交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

1. 日、英語能力的提升
2. 結交各地朋友
3. 深入了解日本文化

26-5 感想與建議

一年的時間一眨眼就過了，想完成的事也一件件的完成，語言能力也踏實的累積，我覺得獨立自主的規劃人生，可能才是這趟旅程最大的收穫。

宿舍的殘寮生制度也跟台灣的宿舍制度非常不一樣，簡單來說就是會有一些學長姐住宿來照顧新生(一般住學校宿舍都是大一)，每一週都有 2 天掃地時間與一些團樂活動，當然不是大家都會認真參與，很多日本人也是很愛找理由翹掃地的，包括廚房也是弄得亂糟糟，跟平常乾淨的日本街道的印象有出入。宿舍有澡堂也是很貼近日本文化，想當初剛去也是很害羞的，久了就習慣了。

我想在留學生活中或大或小都會遇到一些問題，自己獨立的去思考問題的本質，然後尋找正確的人與方法去解決，這份經驗是在台灣的舒適圈內比較難以取得的。在視野上也開闊了許多，與很

多人邂逅、看見不曾看過的風景，之前難以跨過的關卡變得不再這麼的困難，心境上提升許多，我想在未來的道路上也可以好好活用這份經驗，沉穩的看清楚現況，做出當下最好的判斷，這份自信是這次留學生活的積累之一。