

交換心得報告

學校簡介:

山形大學位於日本東北地區山形縣山形市，是一所設有六個學部數十個學科的綜合型國立大學，同時它也是東北地區規模數一數二的大學，尤其在工程學科方面更是在日本非常的有名。山形市是位於像台北一樣的盆地裡，夏天雖稍為炎熱，冬天卻相比東北其他地方溫暖。縣內也擁有很多滑雪場以及溫泉的景點，例如銀山溫泉等等。又例如夏天也可以滑雪的月山滑雪場。山形大學擁有四個校舍，分佈在縣內的山形市(主校區)，飯田市(醫學部)，鶴岡市(農學部)以及米澤市(工學部)。除非有再另外選不同學部的課程，否則如果參加學校的交流計劃的話，大部分的課堂都會在山形市的小白川校區裡進行。小白川校區位於離山形車站約20分鐘的步行距離，平常上課的日子學校也會開出往返校區與山形車站的穿梭公車。至於課程方面的組合是非常自由的，日本語課程的部分會根據在分級考試的結果以及指導老師的建議去修讀不同程度的日本語課程，而且學校還有幾個台灣人的老師，他們人都很好，有什麼不明白也可以請教他們，不用過於擔心語言不通的問題。至於日本語以外的課程，基本上除了某些科目有修課的限制，不然都是可以按照自己的興趣去選課的。

26-1 國外研修之課程學習(課內)

課程

由於我個人參加此次交換的目的是為了增進日語的水平，而且因為系所不承認山形大學的專業課程(因此大家出發前請務必向各系所好好查詢抵免的事宜)，所以我的選課都是以日文課程為主。在指導老師的提議下，我選了中級程度的日文課來修，日文課的部分主要分為書寫課程(每週1.5小時)，閱讀課程(每週1.5小時)，漢字課程(每週1.5小時)以及綜合課程(每週6小時)。我認為上課的氣氛蠻輕鬆愉快的，老師的解釋也很詳細，課程的情景訓練也很多，讓同學很容易去適應日語的語境。課程長度與中山的課程相約，教授速度也不算快，因此不會有很大的壓力。全部課程均設有期中跟期末考試，分口試跟筆試兩個部分，筆試考平常上課的內容以及一些情景題，口試就是用日語跟老師聊天，由老師評定日語水平。此外我有修過日本歷史等我個人有興趣的學科來修，此類課程只要時間許可的話基本上都可自由選修。但由於這些課程都是跟日本人一起以全日語上課，因此建議日語有一定水平才考慮修此類課程。最後就是一些體驗性的課程，好像日本料理體驗課程，日本電影文化課程，日本文化課程，多樣的課程都能讓學生全方位認識日本文化，體驗日本文化的不同面。

宿舍

宿舍方面，留學生主要會住在兩個宿舍，一個是離山形車站五分鐘步程的比較舊的國際交流會館，這個宿舍的話生活機能非常方便。另一個是離山形車站約五公里的比較新的清明寮，這個宿舍位於山形市的邊緣，因此比較不便。而居住的地點是由學校抽選決定。由於我是住清明寮，因此以下資訊以清明寮為主。宿舍費用方面都是統一萬日元一個月，一開始交約三萬日元的保證金(扣掉清潔費後可領回)水電費按個人用量收費，宿舍都備有冰箱，個人浴室，冷暖氣等基本設備。而毛毯，枕頭，床單，被套與枕頭套等都是由學校提供，這方面不必擔心。宿舍裡面也備有洗衣空間，洗衣空間裡也有吸塵器等公用清潔工具可供免費使用，聯誼廳(同學們可使用到晚上11時)。網路方面，宿舍有提供免費WIFI網路，可是品質一般，有某些房間可能會收訊不佳，只能再另外付費使用收費電信公司的網路服務。宿舍房間也備有電磁爐等簡單的煮食用具，因此有時間可以與住在隔壁的外國朋友一起煮煮菜，分享各自國家的家鄉菜，這也是一個非常非常好的交流，也可以跟不同國籍的人混熟。

26-2 國外研修之生活學習(課外):

飲食

當然山形市有很多好吃的拉麵店，蕎麥麵店，燒肉店，甚至馬肉店，但日本的物價比台灣為高，如果每餐都外食的話，所花費用的確不菲，因此我在上課的日子主要都會在學校餐廳用餐。學校裡有4間餐廳，最便宜的兩百多日元便有交易，價位平均在四百日元左右，所以價格絕對比外面的餐廳親民。其中還有兩間餐廳會營業至晚上七點，因此同學們也可以利用那邊吃晚餐。但是週末假期等等的時間，學校餐廳就不會營業了，那只好自己煮或是外食了。從清明寮騎腳踏車十分鐘左右可以去到一間營業到晚上十二點的超級市場，隨時都可以買到一些新鮮的食材，這個方法也是比外食便宜。

交通

交通方面的話，這的確是山形一個非常麻煩的問題，因為山形的交通並沒有很發達。當然從東京等地到山形的話有新幹線或是各種夜行公車可以選擇。可是相對於此山形市內的交通就沒那麼方便了。學校提供了兩條校園公車往返校園跟山形車站與清明寮。但上課日以外校園公車是沒有提供服務，住在清明寮的我騎腳踏車去車站也需要二十分鐘左右，冬天下雪不能騎腳踏車的日子更要走一小時的路從車站回清明寮(因為到清明寮除了計程車以外沒有其他交通工具，但是是非常貴，不可能每次坐)。市內雖有市公車在跑，可是很多都幾小時才有一班，因此非常不便。山形人的主要交通工具就是腳踏車。除了冬天下雪的日子以外，腳踏車是不可缺少，學校附近有一些二手腳踏車店，在那邊可以找到一些較為便宜的腳踏車(約13000日元左右)。

生活

山形相對於東京等大城市來講，它的娛樂確實沒那麼豐富，夜生活也不多(商店大多8點關門)。平常跟日本同學聚會大多會選站前的居酒屋，那是可以到比較晚或是大家會相約去唱卡拉OK或是打保齡球等等，平常娛樂大概就只有這些，但也收穫良多，因為跟日本人一起玩的話可以接觸到非常多在教科書中學不到的生活日語，這是一個很好的磨練機會。除此之外，山形可以進行很多親親大自然的活動，例如泡溫泉有有名的藏王溫泉以及銀山溫泉。滑雪的話有月山跟藏王山等等，在山形市的周邊也有很多植物園跟公園可以走走，可以做運動之餘又可以看到不少日本特有的樹種，櫻花或紅葉季的話更有美不勝收的風景可以看，絕對一輩子難忘。

26-3 交換/研修之具體效益(請條件式列舉)

日語水平的增進

多方面了解日本文化的內涵

體驗日本的教學模式

認識了來自世界各地的好朋友

了解日本大學的運作

跟日本的社會人士接觸

26-4 感想與建議

這趟旅程我最大的得著就是認識了一班好朋友以及怎麼用快速有效的方法去學好一種語言。語言這種東西光從教科書上面學的其實真的很冰山一角，最重要還是要實際運用才有辦法牢牢的記住。另外就是要夠主動，都難得出國了，當然要跳出自己的舒適圈，不要浪費這個大好機會。由於日本人的民族性關係，過程中可能會遇到一些比較內斂的日本人，可能一開始會在相處上感到有障礙，但不用怕，他們大部分都很善良，只是你放膽去講，去跟他們聊天，一定會有所收穫。如果能夠的話，也可以請日本人幫忙糾正你講錯的地方，當被提醒的多了，慢慢就會對日本語有了感覺，進步速度就會很快，因此同期的交換生很多都從不太會講變到最後可以應付日常會話的程度了。我相信只要敢聽敢說，學語言並不是什麼難事。



這是IF(國際交流社團)的聚餐，這個組織會定期舉辦不同的聚會讓各國的同學有一個機會聚在一起

