

國立交通大學  
交換學生心得報告

姓名	林品志	學號	
系所及年級	機械工程學系 100 級		
交換期間	自 2010 年 10 月 5 日至 2011 年 8 月 23 日		
研修學校/前往地點	日本東京大學		

2010 年 10 月 5 日我離開了台灣隻身前往日本東京大學進行為期一年的交換學生生活，到 2011 年 8 月 23 日結束歸國，感覺很不可思議，當初在申請的時候遇到了許多困難跟挫折，也一度想要放棄，但現在想想，如果當初放棄了，就不會有在日本的種種經歷，當初的努力是值得的。以下就以各個方面來對我在留學生活中的經歷做簡單的介紹。

◎日本教育制度：

日本的學制跟台灣有所不同，日本大學將一年分為兩個學期，分別是四月入學的夏學期跟十月入學的冬學期，夏學期從四月到八月，接著進入暑假，直到十月的冬學期開始，冬學期由十月到隔年二月，其中會經過新年假期，之後再放寒假到四月的夏學期。

◎申請準備經驗分享：

從入學申請開始到真的前往當地學校，這段期間必須經歷很多繁複的程序，我想是開始留學生活前的第一大挑戰。首先在申請學校時，交大方面個人最多可以申請三間國外學校，詳細的申請條件在國際事務處的網站可以找到或是只要參加校內舉辦的交換學生說明會就可以了解，在這邊就不多加描述。當初我申請了兩間學校，分別是日本東北大學及東京大學。我比較看好的東北大學後來遭到對方學校拒絕，而不看好的東京大學竟然接受了我的申請，這是我覺得我比較幸運的地方。此外，我發現交大到日本交換學生的人不多，大部分的人都選擇往歐美國家去，我想是因為需要一定的日文門檻的緣故，當初申請時可以以托福成績來申請，但實際到那邊才發現，完全不會日文的人到那將會很難生存，日本人很會說英文的人雖然大有人在，但以我的經驗來說，大部分的日本人聽到你跟他說英文，第一個念頭就是逃開，不然就是說他不會說英文，接著用日文劈哩啪啦的跟你說話。所以我建議有意願到日本交換學生的人最好還是具有一定的日文能力再申請會比較好。其次，我覺得很重要的是，一定要先找到願意指導你的教授，在進行後續的申請動作，這樣會快很多。當初我因為不懂，全部的申請資料都交給對方學校了才知道要找指導教授，那時候跟四五個教授通信，詢問對方是有願意收我，但大多數都拒絕了，直到後來才找到願意接受我的指導教授，真的很感謝他，而且教授的權力是很大的，只要有教

授願意收你，即使你有些文件不符或缺少，他們也願意睜一隻眼閉一隻眼，所以先找到指導教授是很重要的。

#### ◎在東京大學的生活：

我所申請的東京大學位於東京都 23 區裡文京區的本鄉上，其實東京大學一共有三個校區，分別是最大的本鄉校區、研究者較多的柏校區，以及大多為大一大二學生的駒場校區。本鄉校區的學生大部分是大學三四年級的學生以及碩博士班的學生居多，因為東京大學是採取大一大二不分系的制度，所以他們將大一大二學生統一聚集在駒場校區上課，等到了三四年級在轉到本鄉校區上課。我所待的研究室是 Yamada-Delaunay Laboratory，由山田一郎教授跟 Jean-Jaques DELAUNAY 副教授共同開設。這個實驗室屬於工學部機械工學科，主要利用 MEMS 技術研發各種微小的感測器及開發個人健康管理與維持的監測系統或是人與環境間互動的溝通系統。實驗室裡日本人跟外國人的人數大約七比三，外國人分別有來自韓國、台灣、中國、跟法國的學生們，各個國家的人能聚在一起研究更能激盪出不同的觀點和想法。平常學生之間都是以日文混雜著英文來來溝通，有時日文不知道如何說時，就馬上轉成英文模式，這樣相處下來其實也蠻有趣的，有時也鬧了不少笑話。



研究室成員大合照

平常我一天的生活大概是：早上八九點起床，搭 21 分鐘的地鐵到學校，陷進研究室放東西，之後便去上課，中午午餐有時候跟其他的台灣留學生吃，有時候跟研究室的人一起吃，下午接著去上課。如果沒有課的話會自己跑到圖書館看書或是待在研究室裡，直到大概晚餐時間在學校吃完晚餐才回我住的地方，算是不太忙碌但也不至於太清閒的生活。

因為交換生的義務就是參與姐妹學校的上課，所以我也修了不少東京大學

工學部的課程，從專業科目到較輕鬆的演講課都有，上下學期加起來共選了 11 門課，但由於東京大學工學部大學生的每門課程都只有 1.5 學分，所以學分總共計算下來並沒有很多，這跟交大有很大的不同。其中我覺得印象最深的課程是一門叫產業總論的課，這門課負擔不會很重但卻極度有趣，每個禮拜的課都會請不同的講師來演講，像是一些日本有名的茶道家、軍事家，或是大公司的課長之類的講師來演說。有一次請了 SONY 的筆記型電腦事業部的課長來演講，在上課之前我就很期待，因為我自己算是半個 SONY 產品的愛好者，當知道可以聽到 SONY 員工的演說時，真的很興奮又期待。課中令我震驚的是，課長當場就在眾多學生的面前拆解了最近才剛上市的 SONY 新筆電，並且跟大家說明每個部位跟零件的功用，完全不會顧忌有商業機密的問題，我想是因為唯有讓學生知道他們實際在做的東西是怎樣才能激起學生在這方面的興趣，而不是只是一味地說他們的產品有多好，就想讓學生們投入這個領域。這堂課每次上課完都必須寫上課心得，最後學期末還有一次考試，而且作答都要用日文寫，起初真的很不習慣，後來上了幾次課之後終於漸入佳境，最後我這門課的成績拿了一個 A，算是不錯了。

研究室另一個有趣的活動就是充滿很多的歡送會、お疲れ会(慰勞會)、新年 party 等等，每個活動大概就是研究室的成員跟教授們吃吃喝喝，聊一些研究以外的事情，算是在平時忙碌的研生活中找尋一點樂趣。



在教授家舉辦的新年 party 合影

我印象較深刻的是在教授家舉辦的 2010 年的過年 party，教授家在東京都外的埼玉縣，大家一起搭了電車過去。會中，師母還準備了幾樣拿手的料理給大家吃，也有中國的留學生準備了餃子，而我則是跟其他的日本學生集資買了一個玻璃對杯送給教授跟他的太太。當天除了研究室的成員到場之外，也有不

少跟研究室有合作關係的公司的老闆及畢業的學長們都也一起過來同歡，大家喝酒聊天，就像一家人一樣。

#### ◎住宿、費用：

在東京的生活可以說是大不易，因為以台灣的物價來看，東京的食物、日常用品等等，都是非常貴的。譬如日本便利商店賣的保特瓶飲料好了，基本售價大概都要 120 塊日幣，大約台幣 40 多塊，這對台灣人來說是個很難想像的價格。其他即使是在較便宜的學校內吃飯，也是相對台灣來說比較貴，學校內的食堂的餐點大約是 400 到 600 日幣，換算成台幣也要 150 到 200 塊左右，對於沒有經濟基礎的學生來說飲食是一大負擔。我因為有申請交大的交換生獎學金 20 萬台幣，還算是有些餘裕，偶爾還是會準備便當到學校，或是在家裡煮飯來吃，這樣可以省到不少的錢。



自己做的便當

住宿方面，在東京租房子並不便宜，一個正常的房間一個月就要 4 到 6 萬日幣，所以通常住外面的學生都是有拿獎學金或是有家庭的資助，再不然就是要打工來支持這筆費用。而我是住在東京大學所提供的學生宿舍，位在東京都港區白金台的東京大學白金台外國人宿舍。學校宿舍相對來說費用便宜了很多，一個月包含水電及天然氣的費用大約只要一萬五千塊日幣而已，真的是划算到不行。比較麻煩的地方是學校宿舍都外在學校外面，有的甚至要搭車一個多小時才能到達，我住的地方搭地鐵到學校要半個小時，算是距離學校很近的東大宿舍之一，但是單程的交通費就要 190 塊日幣，一個月下來也要一萬五千塊日幣，最經濟的做法就是向學校申請通學證明書，接著再向捷運公司申請通學票，期限有三個月、半年、跟一年等等，大概是原本票價打六折之後的價格，

可以說是省了不少錢。



東京大學白金台國際宿舍外觀



宿舍房間

#### ◎健康、醫療：

在日本的時候曾經有一次因為天氣冷而得了重感冒，原本想靠自身的免疫系統自己好起來，畢竟在日本看醫生很貴又有點麻煩，因為要用日文敘述自己的症狀。但是後來感冒拖了很久一直沒有好轉，想說在這樣下去不是辦法，只好到學校的保健中心看醫生。第一次看的病人護士小姐會要你填一些基本的資料，接著直接幫你量體溫，之後到候診室等待給醫生診療。我遇到的醫生人很好，知道我是外國人還問我要用英文還是日文問診，不過我還要求他用日文因為某些英文的問診我還真的不知道該怎麼回答。問完診之後就拿到藥單，接著到同在保健中心的藥局裡拿藥。原本以為會藥很貴，但可能是因為在校內的

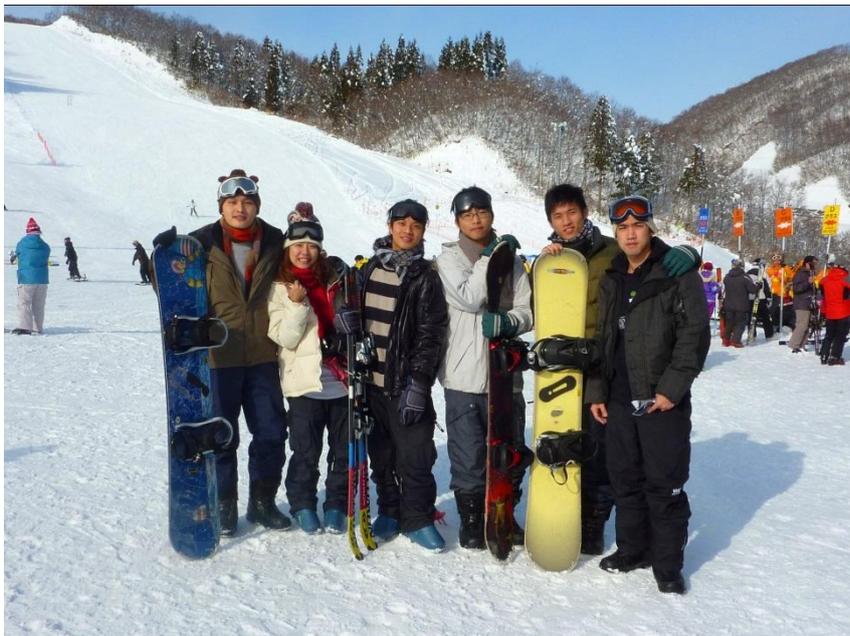
關係，只花了幾百塊日幣而已，當下鬆了一口氣，那次算是一個蠻難得的經驗。

◎旅遊經驗：

當個交換學生很大的優點就是擁有較多的個人時間，可以在當地進行較長時間的旅行，不只能體驗到平常出國觀光無法體驗到的行程，也在異國旅行的途中，學習如何跟異國的文化交流，而我也例外地花了很多時間在日本四處旅行上，從日本最北的北海道到日本最南端的沖繩都有我跟我朋友們的足跡，這些旅行充實了我的交換生生活，也豐富了我的回憶。以下以一部份的照片介紹我曾去過的幾個地方：



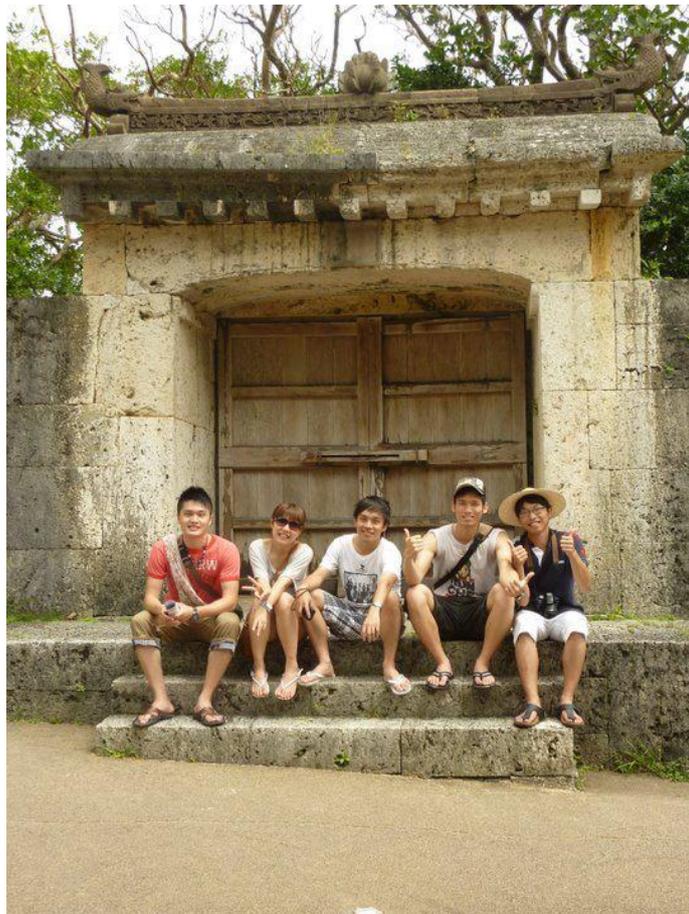
與法國朋友及日本學長到高尾山登山



與朋友到新瀉進行人生第一次滑雪



北海道旅行



沖繩之旅

## 二、建議

1. 經過這次交換學生的經驗之後，我深深的感受到出國念書真的可以開拓一個人的視野，像我在出國之前雖然懂一些日文，但要我跟日本人交談我還是會非常害怕跟緊張，深怕講錯會被嘲笑，可是出國之後是環境逼迫著你必須使用你所學的語言，你非用不可，在這樣的條件之下，語言可以進步得很快。現在的我即使跟陌生的日本人也可以進行交談了，也算是克服了之前無法跨越的障礙。所以我建議學校真的要大力推行出國交換學生，可能有些優秀的校內同學有意願，但礙於家裡經濟或是其他因素而導致無法出國之時，學校更應該大力的幫助這些同學，因為這對他們來說可能是會改變他們一輩子重要且寶貴的經驗。
2. 我和幾位同是交大前往日本的學生交換過幾次意見，大家都對學校國際事務處在處理交換生事務上有些抱怨。像是我在出發之前就遇過因為國際事務處的小姐在人事異動後，竟然沒有將事物交接好，導致我差點不能出國的窘境，雖然後來事情順利解決了，但這樣的錯誤真的不希望再發生在之後的同學身上。還有，我們都有一致的感覺，那就是從交大到日本的交換生好像被丟出去自生自滅一樣，學校方面從不曾主動關心聯絡每位交換生的生活，是否有不適應的問題等等，這對初到異國的學生來說是很需要的。我想建議學校可以在確定出國人選之後，將要去同一個學校或同一個國家的學生們先聚集起來，讓大家先認識一下，這樣之後到當地後也能互相有一個照應，而不是都要靠自己單打獨鬥。

## 三、其他

無