

國立中正大學  
學海飛颺學生出國研修心得報告



獲補助年度：111年度

薦送學校：日本東北大學

系所：IPLA（國際文化交流）

學生姓名：黃一晟

年級：大學四年級

交換期間：Sep.2022-Aug.2023

# 一、緣起

## 1. 申請動機

在大學期間因緣際會下認識了許多來自日本的交換學生，下課期間或是週末會與彼此分享文化間的有趣事物與文化差異。後來就萌生了去日本留學的想法，與日本朋友們討論後決定申請日本東北大學作為我的第一志願。希望藉由這次的留學計畫可以充實自己的大學生活並有所學習與成長。

## 2. 成績與文件之準備

決定申請東北大學 IPLA 計畫後，就開始準備中正大學國際處的文件申請等等，例如：多益成績、校內成績、申請計畫、推薦信等等… 也趁著這段時間學習簡單的日文為日本留學準備。另外也用時間了解日本留學之前應該準備哪些文件以及申請資料。

## 3. 出國前準備

得知通過校內申請後，東北大學會寄出許多資料要留學生完成並上傳，包括語言成績、在校成績、以及有關於學生

簽證的申請文件等等。另外宿舍是可以自行選擇的，我推薦兩間不同的宿舍、UH 2 以及青葉山宿舍。因為UH 2 宿舍在山坡上所以騎車會較辛苦，如果想省交通費打算用腳踏車通勤的留學生可以選擇UH 2，青葉山的宿舍有地鐵但日本地鐵通勤費用較高。

## 二、研修學校簡介

日本東北大學簡稱東北大，位於日本東北地區宮城縣仙台市，日本帝國大學七所之一。總共有四個校區、片平校區、川內校區、星陵校區、青葉山校區。文學部已經交換生大部分在川內校區上課，工學部以及理工交換學生大部分位於青葉山校區。

## 三、國外研修之課程學習（課內）

我所屬的 IPLA 計畫有最低 15 學分限制，與台灣的課程不同大部分的課程為 2 學分。在入學之前學校會先在網路測驗留學生的日文能力。當時我分到的是 level3 大概等同於日文檢定 N3 的程度，下學期則是 level4 大概等於日文檢定 N2 的程度。另外學校也會提供許多與外國人一同上課的課程讓

各位修習，若是日文能力足夠可以選擇與日本人一同上課的課程。

#### 四、國外研修之生活學習（課外）

我住的宿舍為 UH2 而離宿舍最近的超市有兩間，分別為 COOP 超市以及 SEIYU 超市。騎腳踏車大約都在 15 分鐘左右，COOP 的肉品較多、東西較齊全，我較常前往。宿舍附近有一間蔬果商店，有販賣一些簡單青菜以及水果，大約是走路 5 分鐘左右的路程。

IPLA 在東北大學為一個學生社團，裡面可以認識到許多想與外國人交流的本地生。有些活動是免費參加有些則是需要自費參加。另外 IPLA 也有一位學伴會在留學生到達日本前與留學生們聯絡完成一些簡單的手續，若有生活日常或是日文問題都可以詢問他們。

#### 五、研修之具體效益

最令我深刻印象的莫過於台日文化的差益，日本為台灣人最愛旅遊的國家之一，但在日本留學一年後會發現旅遊與

住在日本是完全不同的。像是台灣為外食文化，日本外食相對較昂貴，大部分的台灣留學生都選擇自己準備晚餐等等。另外日本人的英文其實沒有台灣長輩所說的口音那麼特別，很快就能習慣日式口音。在日本生活一年其實沒有想像中的困難與特別，因為在台灣充斥著很多日本文化與餐廳，會覺得自己只是飛了幾個小時的飛機就到達另外一個台灣。

## 六、感想與建議

我非常建議有興趣前往日本留學的台灣學生，可以在前往日本前先把日文學到一定程度，這樣生活上會更加容易。非常感謝學校以及這一年遇到的各位朋友和幫助過我的人以及教授。在留學期間可以多多看看不同的日本，不管是自駕前往鄉下地區又或是前往一些觀光客較少前往的地方，都會發現屬於自己視野的世外桃源。祝未來的留學生可以申請順利，跳脫舒適圈更加成長與進步。