

國立東華大學國際交換學生心得及問卷

National Dong Hwa University International Outbound Exchange Student Report

個人資訊Personal Info.			
姓名Name	林明美	學號 Student ID	410842001
所屬系所Home Department	社會學系		
電子信箱(供未來有興趣的同學與你們聯繫，非必要) Contact Email (Optional)	410842001@gms.ndhu.edu.tw		
前往國家Exchange Country	日本		
前往學校Host University	長崎大學		
交換系所Host Department	經濟學部		
交換交流期間 Exchange Period	自From _2023_年year / __09__月month 至To _2024_年year / __02__月month		
交換學校申請資訊Application Info.			
申請時間Application Period	沒印象		
獲錄取通知時間Acceptance Letter	沒印象		
申請所需資料清單Required Documents	沒印象		
簽證資訊Visa Info.			
簽證費用Visa Fee	690台幣		
申請/核發簽證單位 Visa Issuing Office	公益財團法人日本台灣交流協會		
申請文件 Required Documents	電子在留資格認定證明書(CoE)，入學許可影本，護照和身份證(正本&正反面影本)，簽證申請書(大頭貼2吋)		
申請時程 Application Timeline	2-3天		
課程資訊Course Info.			
選課方式 Course Selection Method	<input type="checkbox"/> 線上選課 Online System <input type="checkbox"/> 紙本選課 Paperwork <input type="checkbox"/> 其他 Others:		
選修學分數限制(上限/下限) Limit of Credits (Max/Min)	下限7學分		
是否可以跨系選課 Any major restriction for course selection?	<input type="checkbox"/> 是 Yes <input type="checkbox"/> 否 No <input type="checkbox"/> 其他 Others:		
課程難易度 Course Level	<input type="checkbox"/> 困難 Hard <input type="checkbox"/> 普通 Normal <input type="checkbox"/> 容易 Easy		
住宿資訊 Accommodation Info.			

住宿選項 (可複選) Accommodation Options (multiple)	<input type="checkbox"/> 學校宿舍 Campus Dormitory <input type="checkbox"/> 學校配合之校外租屋公司Off-campus Housing Agency in Cooperation with Host University <input type="checkbox"/> 學校提供之校外租屋資訊 Off-campus Housing Information Provided by Host University
您選擇的住宿方式 Your Accommodation Choice	<input type="checkbox"/> 學校宿舍 Campus Dormitory <input type="checkbox"/> 自行租屋 Off-campus Housing 或其他住宿資訊來源 Other housing sources: <input type="checkbox"/> 學校 University <input type="checkbox"/> 朋友 Friends <input type="checkbox"/> 網路-網址 Internet-Link :

相關費用 Relevant Costs

住宿費用(新台幣) Accommodation Cost(NTD)	一學期40000
機票費用(新台幣) Airplane Cost(NTD)	10241
生活費用(新台幣) Living Cost(NTD)	伙食費7500/月，健保費400/月，交通費750/月，煤氣費300/月
其他費用(新台幣) Other Cost(NTD)	旅費40000

個人心得分享 Personal Report (1500-2000字)

長崎是一個融合西方和東方文化的城市，在建築、教堂與街道等皆可感受到異域風情。相比九州的其他城市，長崎有非常多的觀光景點，像是原爆資料館、軍艦島、稻佐山展望台和豪斯登堡等，而且幸運的是，交換留學生可以憑學生證或在留卡，在長崎市內的景點及設施大部分可以免費參觀使用。個人推薦去搭稻佐山纜車，車票要價1250日幣，搭到山上可以俯瞰長崎美麗的景色。

長崎大學分成三個校區，而經濟學部在片淵校區，離宿舍非常遠，我會在上課前一小時出門，搭乘路面電車比較划算，車資一律140日幣。學校會提供交換留學生住宿的地方，通常都在山上，一學期的宿舍費用大概是180000日幣（單人房好像比較便宜），多為家庭式宿舍（四人一室），每個人擁有獨立的房間，公共空間有廚房、陽台、廁所以及淋浴間。宿舍設備很齊全，該有的都有，尤其有IH電磁爐，記得鍋具要買對應IH爐的（我室友就買錯啦）。宿舍費用有包含水電費，所以可以安心享用，只不過煤氣費就得另外付費（四人分攤），費用相當高，注意使用熱水的時間，然後寢具也需另外付費租借（6000日幣）。

課程方面主要是本科課程、留學支援課所開的日語課程和通識課程（如果是JLCP就不用自己安排課程），交換生一週至少要上十小時的課，有些科系可能更嚴格，反正東華這邊的規定很寬鬆，學業的部分盡力而為就好。交換生在開學前需要進行日語分級考試，並依照你的程度分班上課。如果開課後第一週發現程度不符或是不喜歡的話，可以寫信提出申請。我上日語課程沒遇到什麼困難，就安安穩穩地上課，也沒特別預習和複習，但上本科課程（全英文授課）就遇到不少問題，因為教授不是講標準的美式英語，所以聽不太懂教授在講什麼。還有一點，雖然我是用英文成績申請的，但是用英語溝通對我來說有障礙，意外上了一堂跟中美洲國家的學生交流的課程，他們的英語能力非常強，這讓我很挫折。

交通方面，長崎市主要交通是靠路面電車，基本上五到十分鐘就有一班車，而且從早上五點多就有車可以搭，營運到晚上十一點左右。雖然不用擔心誤點的問題，但我很常遇到司機提

前離站，還得預留一些時間等過馬路到車站（在大馬路的中間）。長崎市區的觀光景點大多靠電車就夠了，如果想去遠一點的地方，像是企鵝館、恐龍博物館或Bio Park，就需要搭公車前往，然而公車就有點複雜，要看清楚路線名稱再上車。

飲食方面，先說日本不像台灣到處都有飲水機，基於環保，我傾向隨身帶水。我基本上都自己煮飯，學校附近的超市有Direx、まるたか和AEON，其中Direx特別便宜，應有盡有，所以很常大排長龍，自行斟酌一下。如果不擅長煮飯的話，可以直接吃學餐或是去便利商店或超市買便當，500日圓可解決一餐，偶爾去餐廳品嚐道地美味也不錯，一餐800日圓起跳。我覺得能自己煮最好，長崎物價比台灣便宜太多了，加上吃外食不容易攝取足夠的蔬菜量，省錢又營養均衡的選擇。

旅遊方面，在這半年內，我不只待在長崎，也去了九州其他地方，還去了大阪和東京，很滿意自己的旅遊安排，行程塞得非常緊湊。建議交換生想旅遊又想節省費用的話，可以鎖定划算的廉航機票和交通票券，選擇住在連鎖便宜的青旅，能住單人房就住單人房，跟多人房的價位不會貴很多。個人有幾個小小建議，第一是不要帶過多的衣物，因為這裡的衣服很便宜，尤其是二手店，非常好買；第二是長大會提供給你一位學伴，遇到生活上的問題可以詢問他們，我甚至找學伴陪我去看牙醫，學校會給他們相對的酬勞，所以不用太擔心會不會造成學伴的困擾；第三是確保自己有足夠的現鈔，很多費用只收現金，所以多換一點，怕來這裡之後發現自己不方便提款。

最後不免俗的歡迎大家來長崎大學，這半年對我來說是一個轉捩點，雖然沒花什麼心力在讀書，但讓我有時間好好省思自己的人生，也結交到不少朋友。希望各位看完能收穫滿滿，有任何問題歡迎詢問！