

## 國立體育大學交換學生報告表

※ 請依序回答題目，並將檔案回傳 [hayasi@ntsu.edu.tw](mailto:hayasi@ntsu.edu.tw) 信件標題請註明 《薦外交換生心得報告》

※ 學生可不依此報告格式回傳文件，但繳交之文件內容至少須有 2 張 A4 (含圖片)。

※ 本文件將同步公告於研發處國際事務中心 <http://international.ntsu.edu.tw/bin/home.php>，以供未來交換之學生參考。

### **基本資料**

1. 填表日期：20170711 (YYYYMMDD)
2. 系級：101 級適應體育學系
3. 學號：1019054
4. 姓名：陳佳妹
5. Email：sjps9016@gmail.com
6. 交換學校及系所 (全名)：鹿屋體育大學
7. 交換學期：自 104 學年第 1 學期起至 104 學年第 2 學期止

## **交換學生報告** (以下每點敘述至少 300 字並附上照片)

### 一、準備篇 (請就出國前準備、簽證之辦理、接機等準備事項進行陳述)

由於高中時在學校有稍微學習過，基本五十音和平、片假名都看得懂。因此，利用出國前半年的時間，自己先看教科書自學，學習一些基礎文法和日常用語，補強日文程度，並準備好日文的自我介紹。

簽證方面，鹿屋會寄入學證明過來，之後準備好照片、在留資格證明申請書跟所需資料，就能去日台交流協會辦理留學簽證了(因為日台交流協會日本假日也休假，再加上星期五下午不受理辦理簽證手續，所以過去之前要先確認當日是否休假)。

接機的事宜是在買好機票之後，把機票資料寄給鹿屋體大的老師，老師會到機場接機(過去的時間大約是開學前一星期，因為需要到市役所和銀行辦一些手續，跟大概熟悉一下環境)。

### 二、學業篇 (請就選課程序及狀況、上課情形、學習成效等事項進行陳述)

因為是交換生的關係，所以一開始過去的時候是採人工選課的方式，學校老師會給一本課程資訊，然後把想選的課跟老師說，老師和該擔任老師確認過後就能知道能不能選課了。日文課方面，學校有幫交換生聘請日語補講老師幫留學生們補習日語，分初、中級班，一開始會先進行能力考試以分班，上課時老師以全日文教學，每次上課都會一直反覆念課文，然後一個人一個人念，老師會糾正語調，並一對一問答課文內容，有時候上課也會玩一些小遊戲，課後會有隨堂小考和回家作業，每週也都會寫一篇作文或日記。交換生都有安排一位日本學生學伴，如果有課業及生活問題，都可以請教。一開始可能會覺得很困難、壓力很大，但後來習慣後會進步很快。除了日文課以外，覺得劍道、弓道、游泳、海洋體育，都是很值得選修的課程，其他球類運動也都很不錯，日本老師上課認真，課程內容也很系統、多元、有趣，並會利用該專長學生出來示範、指導及擔任各組小隊長，能實質的學到課程內容。

### 三、社團篇 (請就參加之社團、課餘活動等經驗分享)

在鹿屋我並沒有參與社團，因為專長是羽球，原本想參加羽球部，但到了才知道鹿屋沒有，不過國際交流中心的老師知道後，介紹我加入鹿屋教職員羽球部，每週四和教職員們一起打球，一開始老師們會先暖身練球，各種技術都練，最後再開始比賽，打球的過程中，間接了解了很多羽球技術的日文單字，教職員們也常常和我聊天，剛開始我大多都聽不懂，他們都會用英文和我解釋，蠻有趣的。因緣際會下，也認識了很多鹿屋的教職員們，和大家一起打球非常快樂，因此在鹿屋的日子，一直很期待每週四打羽球的時光。

學校一學期大概有 8 到 10 次的英文教室 English Room(英語會話活動)，固定每周三，由國重老師舉辦，這也是我很喜歡的活動。參加的人大多是鹿屋市民、外籍英文老師、學校教職員及學生們，大家在活動場所裡用英文交談，就算你都沒有認識的人，也會有人主動來與你聊天，藉由這個活動可以認識很多市民朋友們，並訓練自己的英文能力，也不用怕講錯，因為在那裡並不是每個人都很能講英文，所以不用怕丟臉，只要敢講就行。

鹿屋還有一個特別的社團－籐球部，第一次在日本見識了這項運動，有點難不過與排

球規則類似，但是用腳來踢球(小球)，也能用頭槌，每週五有籃球教室，歡迎市民朋友及學生一起同樂。

#### 四、日常生活篇（請就交換學校之生活環境、住宿、交通、飲食等事項進行陳述）

學校會配給每位交換生一台腳踏車使用。學校位在郊區附近只有一間超市和便利商店，可以在那裏買到日用品和食材、食物。除了學校食堂外，附近也有幾家餐廳(走路就能到)，比較省錢的話是自己煮飯。如果覺得吃膩日本料理或感到寂寞的話，鹿屋有一家台灣夫婦開的中華料理餐廳－龍華園，搭公車到(慰靈塔前)，接著走幾分鐘就能到，能吃到台灣的家鄉味，老闆很歡迎交換生們常來吃飯、聊天。

交通方面，學校前就有公車牌，可以到鹿屋市區和鹿兒島市區的直行巴士，出門前記得先查好公車時間。

宿舍是單人房，有共用廚房及浴室，一層樓大概 13 人，交換生有冰箱、微波爐、電視、冷氣、床和棉被，基本的家具都有，剛到的第一天，可以先準備盥洗用品即可，之後看看有缺什麼再買，才不會花冤枉錢多買。

#### 五、文化交流篇（請就與當地及其他外國學生或民眾之文化交流經驗分享）

鹿屋體大在十月的時候，會舉辦蒼天季(像園遊會的活動)，市民們也能進場同樂，學生們會自己擺攤位賺錢，留學生也有自己的攤位，現場也有舞台表演和校內的趣味競賽，最後還有賓果抽獎，是個非常熱鬧、歡樂的一天。

鹿屋市役所有時候會舉辦活動，也會邀請留學生一起參加，有次一起參與了製作草莓大福的活動及幫忙鹿屋的小學的遊戲闖關活動，都非常有意思，可以和當地民眾聊天交流，其中鹿屋市役所的職員－野田小姐，常常邀請台灣的留學生到家裡作客，一起吃飯、出遊，非常親切。

我也參與了當地兩天一夜的英文營，擔任隊輔角色，與小朋友們一起參與活動，不僅訓練英文也訓練日文，甚至交到了很多朋友，是個很棒的經驗。

鹿屋在夏季 7 月的時候，會有夏日祭典，學校會派學生和留學生們參加，一起在街上跳舞遊行，雖然有點不好意思但很有趣，第一次親身體驗了日本在地的祭典，很難得的經驗。

#### 六、您對於國際交流中心辦理與該締約學校之間的交換細節，如甄試、薦送、聯繫等事宜，您有無任何建議？

無

#### 七、就體大的就讀經驗與締約學校的交換心得，您有無任何建議提供給本校作為改善之處？

無

#### 八、費用篇（請就參加交換計畫曾支付的費用、每月生活支出及獎學金進行陳述）

固定支出

宿舍費用：一學期 82800 日圓 ※如電費無使用很多，期末學校會退多餘的錢

手機 SIM 卡月租：流量 3G／一個月 1500 日圓

健保費：約 2100 日圓／一期

來回機票：一萬多日圓



鹿屋體大留學生交流會 -  
書道體驗

留學生旅行 - 指宿



## 鹿屋夏祭り



## English camp



### 鹿屋串良町 10 公里路跑



### NIFISA 奥林匹克學會

