

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@mail.ntsui.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國際交流中心 <http://iec.ntsui.edu.tw/front/bin/home.phtml>，以供未來交換之學生參考。

基本資料

1. 填表日期：20130901 (YYYYMMDD)
2. 系級：運保四
3. 學號：993001
4. 姓名：林育萱
5. Email：hps5511@hotmail.com.tw
6. 交換學校及系所(全名)：鹿屋體育大學
7. 交換學期：自 101 學年第 1 學期起至 101 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)

由於我所交換的學校是在日本，我覺得出國前最重要的是加強日文能力，畢竟日文不像英文一樣從小學到大，五十音也是不記不行的東西。

簽證方面，事實上不用急，因為鹿屋大約八月底左右才會將在留資格證明寄到國交中心，一定要有在留資格證明才可以辦簽證，而簽證要到台日交流協會辦理，建議把鹿屋寄給你的入學證明也帶過去，因為其中有一項會要你填寫鹿屋體育大學的地址和電話，就照入學證明上提供的抄上去，簽證隔天就會下來，只要照台日交流協會給你的時間去領取就好了，簽證會貼在護照的某一頁，到日本入境的時候，記得把那一頁給海關查看。簽證的費用方面，每年都不太一定，我這一年是 1100 元。辦簽證須要繳交的東西：護照、在留資格證明(正反面影本)、身分證(正反面影本)、2 吋照片一張(3 個月內)、簽證申請書(在協會會拿到)。

接機方面，在訂好飛機時間之後，要記得告知國交中心，這樣中心才有辦法聯絡學校，學校方面也會請人到機場接你。

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)

留學生每個星期三跟五都要參加日文補講，日文補講主要是請外面的老師教留學生日文，這堂課雖然沒有學分，但是非常的重要。

選課方面，一開始去主要是把想選的課告訴交流中心，老師會幫你協調看看能不能上(授課老師覺得留學生上課是否會有跟不上的問題)，實際科目方面，由於我們是在日本學制的後期開始留學，而前期跟後期實際科目的選課是在前期都已選完，所以剛開始的第一學期沒辦法選實際科目。

考試方面，日本只有期末考一次，中間並沒有期中考，所以考試的範圍會比較大，而且占的比分会比較重，也有老師一開始就表明不會看出席率，期末考的成績等於學期總成績，有關老師的相關規定，大多都會寫在選課的資料上。

學校會依專業的領域，安排一位指導老師，而一周會有一堂課的時間要跟老師其下的指導學生一起上課(集合)。

三、社團篇 (請就參加之社團、課餘活動等經驗分享)

社團方面，我很幸運的遇到了我之前就很想學的藤球，一開始是每個星期五晚上藤球部教校外人士踢球時去踢，到了下學期社團人手不足，所以加入了平常的練習，最後的一學期也因為一周四天的練球充實了許多，八月時也和藤球部一起去大阪參加比賽，由於社團裡只有我一位女生，所以我和校友組成隊伍參加女子組的比賽。真的非常感謝他們願意接納我這個日文講的不太好的留學生，有的時候因為聽不懂所以無法理解時，很有耐心的解釋給我聽還有了解我的問題。

除了藤球部的練習，我也參加了校外大掃除，和日本的學生一起搭建附近的町夏日祭典的舞台，夏日祭典時，和日本的學生一起幫忙賣烏龍麵，結束後和附近的居民一起開慶功宴。

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）

鹿體大的學生宿舍是單人房，一層樓有一間共用的廚房還有一間共用的浴室，宿舍不像國體一樣有宿網，所以在宿舍時沒辦法使用網路。學校附近有兩家便利超商、一間超市、兩三間餐廳、山坡上有一間簡易的郵局(可以海外郵件，不過不能寄國寄包裹)。

交通方面，鹿體大所在的地方在郊區地段，平常在學校主要是用腳踏車代步，如果有需要到鹿兒島市區的話，須搭乘巴士到垂水港之後轉渡輪，巴士站牌位於學校外面，有時刻表。

飲食方面，因為學校附近能吃飯的地方不多，而且價位會比台灣高一點，所以大多都是到超市買食材，自己在宿舍料理三餐，學生食堂也有提供三餐，一餐大約三百元(日幣)，相較之下我覺得自炊比較划算。主要還是要看個人習慣而定。

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）

鹿屋市有國際交流協會，有時候會準備一些國際交流的活動，如果有活動會通知鹿屋的國交中心，如果想要參加的話，可以跟國交中心的老師說，他會幫你聯絡國際交流協會，可以和來至不同國家的人做交流，我參加過聖誕節的活動，和大家一起作薑餅屋，一起賣東西之類的。

鹿體大的留學生並不多，留學生主要來自台灣、中國、韓國三個國家。學校會有些只有留學生的課程安排，有時候老師會請我們分享自己國家的文化，所以藉由那堂課，可以了解到不同國家的文化。

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）

費用方面，我沒有申請到獎學金，所以沒有獎學金可以領。宿舍費用半年是 76800 圓。一開始學校會帶你去市役所辦健保，健保費並不太固定，有加入健保的話，看病就醫只需要負擔三成的醫療費，反之沒加入的話，看病就需要負擔全部的費用。生活費方面，主要還是要看個人如何使用，學校附近基本上沒什麼逛街的地方，所以除了日常花費和伙食費，有大多都待在學校的話，是不太會有很多額外的開銷，不過日本的物價本身就比較高，所以生活費方面會比在台灣還高也不一定。有時候跟老師或同學一起吃飯時，會比較多錢。一開始帶去的日幣，學校會帶你去銀行開戶，所以不用擔心錢會遺失之類的問題，銀行開戶會用到印章，所以出國前要記得準備印章。

