

基本資料

填表日期：2020/3/10

系級：體育推廣學習 104 級

學號：1045031

姓名：張尹宣

email：1045031@ntsu.edu.tw

交換學校：韓國梨花女子大學

交換學期：自 107 學年第二學期起至 108 學年第一學期止

交換學生報告

準備篇

梨大線上 application

10月中通過體大校內甄選，國際事務處老師將確定名單提交後，便會收到梨大 OIA 寄來的 online application，裡面會包含一些去梨大交換的相關資訊以及必須要提交的相關資料（包含學生同意書及身體健康檢查表）。其中要注意的是，赴韓交換滿多都會要求肺結核的檢查報告書，而最麻煩的是要通過肺結核皮下測試，在台灣只有三間醫院有在執行！我當初沒有注意到以為只是簡單的健康檢查就可以了，差點就超過梨大線上繳交期限了。一定要記得 online application 是有截止期限的，如果超過沒有繳交就會喪失交換資格呦！

另外，Peace Buddy(學伴)、宿舍的申請及韓文課選修都是在這段期間會透過線上申請及處理的！

留學簽證之辦理

完成梨大的線上申請程序，通過審核之後，大約 12 月份梨大就會寄辦理簽證的相關資料到國際事務處。接下來就拿著這些資料及其他辦理簽證的相關資料到駐台北韓國代表處辦理，大約一周後可以拿到簽證。可參考駐台北韓國代表處官網及網路上其他 D2 簽證辦理的資訊。

特別注意的是，辦理簽證期間是要將護照交出去的！另外，梨大為韓國認證的學校，因此辦理簽證時不需要準備財力證明和讀書計畫，真的很方便！

接機事宜

梨大的交換學生非常多，也有很棒的學伴，但是學伴不會來接機呦！梨大就身處首爾鬧區內，交通也很方便(地鐵有梨大站，機場巴士也有停梨大)，所以只要事前找好資料就沒有問題的。

錢

錢的部分建議可以帶一些些韓幣現金在身上，用在剛到韓國的交通等開銷上。其餘的部分帶一筆美金或台幣到韓國在換成韓幣會比在台灣換的匯率還要好很多！大家最推薦的就是明洞的大使館或是一品香的換錢所，通常是匯率最好的換錢所。其中要注意的是不管是美金或是台幣，盡量帶大鈔去換才會是最好的匯率，大部分的換錢所如果是小鈔的話匯率會有差別。現金的部分除了一些日常的吃喝玩樂，最大的開銷就是一開始要繳交的梨大的宿舍費。

除了現金之外，記得要再帶至少兩張可以海外刷卡的信用卡以防萬一。尤其是現在有很多信用卡的海外刷卡現金回饋甚至大於手續費，真的很方便，不過有些店家會有特定海外信用卡不能刷的情況，要特別注意。而梨大也有和新韓銀行合作，提供每個交換生開戶，換完錢後就能把韓幣存進帳戶，就能像韓國人一樣帶著一張卡就能出門了！

學業篇

選課程序及狀況

梨大的選課是自己搶課。大約開學前一個月課表會更新，搶課當天提早準備好，早上九點開始搶課，有些學生會去網咖或是宿舍的電腦室搶，因為韓國網咖的網速比較快；但我是自己在房間搶。) 記得要多選一些課作為備案，以免搶不到第一志願。梨大交換生選課有最低及最高學分，也有些限制交換生選修的課，記得要先查好。

韓文課

韓國有些學校選修韓文課是要收費的，而梨大不僅語學堂相當有名，甚至有提供交換生免費的韓文課！韓文課上老師會主要是以韓文授課，只有特別在初階韓文課時偶爾會用英文解釋一下。梨大的韓文課有分兩種：

Academic Korean:一周上四次，每次上兩個半小時。星期一~星期四，早上8:00-10:45。與梨大語學堂使用相同的教材，課程相對紮實，一學期上一個 level，對韓文實力有很大的幫助。

Practical Korean:一周上兩次，每次兩個半小時。星期二、四上課，下午15:30-18:15。

社團篇

PEACE Buddy：梨大官方提供的學伴，叫做 PEACE Buddy，他們會協助交換生的第一個學期，會舉辦官方的幾個大型活動及帶大家出去玩、一起吃飯，體驗一些韓國文化活動。

EKLES：由梨大韓國學生組成，辦給交換生做文化交流的社團，會進行一些團康活動、文化體驗或一起在首爾玩，是個結交韓國朋友的好機會。通常為一個韓國學生帶 2-4 個交換生。

HaugeulAssi：另外一個由梨大學生組成，以語言交流、認識韓國朋友為主旨的社團。通常為一個韓國學生對一個交換學生，所以比較難申請的到。

校內其他社團：學校發的手冊會有校內其他社團資訊，學期初在學生文化館也有社團擺攤、招募社員，有興趣的人可以多注意。

校外語言交流社團、咖啡廳：有付費也有免費的，以語言交換為主旨，非梨大校內組織。

日常生活篇

食：

韓國食物比起台灣食物大多偏辣又偏鹹，料理中也常會有大蒜、蔥、洋蔥，整體就是口味比較重的飲食習慣，而且綠色蔬菜類會相對比較少。

韓國物價比台灣高，大約是 1.5-2 倍，在首爾吃一餐基本都要台幣 100-200 元。如果想省錢的人可以吃學生餐廳或是海苔飯捲(通常是最便宜的)、梨大正門往新村方向有 Box square(價錢比較低，選擇也滿多的)，或是可以超市、新村 No brand 或是一般蔬果店，自己採購食材回宿舍料理。

另外很特別的是，韓國由於飲酒文化的發達，幾乎所有餐廳都有賣酒，天天

都可以看到韓國人吃飯喝一杯的景象。再來是韓國的小菜不僅多樣化，而且可以免費續的，真的是韓國菜的一大特色。最後要特別提到的是韓國的烤肉！韓國的物價雖然比較高，但是吃烤肉卻比在台灣便宜而且幾乎都很好吃，甚至有許多無限供應的烤肉店，真的是會令人想念的味道呢！

衣：

衣服真的不用帶太多，說到韓國，想到的就是衣服和化妝品，真的跟台灣比起來便宜，選擇又比較多。梨大、新村、弘大算是首爾最熱鬧的商圈之一，各種價格品質都有。其他地方包括江南、高速巴士站、東大門市場.....等，真的很多地方可以購物！

另外冬天的話，因韓國室內都有暖氣，加上韓國天氣屬於乾冷，外面只要穿保暖的大衣或是羽絨外套，裡面的衣服也不需要穿到太厚，不然進到室內真的反而會熱到不舒服。也可以視個人情況，另外添加帽子、圍巾、手套等等好穿脫的保暖衣物。

住：

第一學期的住宿申請在去韓國前的線上作業時就已經完成了，並且會提早公布住宿及入住日期。

交換學生是住在 I-HOUSE，離正門不遠，也離後門不遠，更方便的是宿舍後門有一條小路，走路到新村只要 10 分鐘，非常方便。

交換學生住的 I-HOUSE 有分 ABC 棟，分為單人房和雙人房，通常房間內

都有一間小衛浴，也有些房間是雅房，所以每一層樓都還是有公共衛浴。房間內都有冰箱、冷氣和地熱，所以冬天不用怕很冷，水電費也都包含在住宿費內了。另外，每一層樓都有一個公共小廚房，會有一兩台微波爐和烤箱、飲水機及簡單的流理台和兩張桌椅，讓大家可以簡單料理也能有除了房間以外的用餐空間。宿舍的其他公共設施，包含宿舍辦公室、洗衣室(含烘衣機)、收發室、休息室、健身房、電腦室、讀書室及大廚房等，幾乎都在 B1 或 B2。各棟都有連結，住宿生可以利用門禁卡自由穿梭在棟與棟之間。宿舍在寢具的方面會提供床單、枕頭、枕頭套，也有一般毯子可以租借。

其他校內環境及設施，包含醫療中心、郵局、ECC、EWAH coop 及食堂。

醫療中心：梨大校內小型診所，只要每學期繳交 health center 費用(不會很貴，一學期約台幣 600 元左右。若不想使用也可以選擇不繳交)，生病、受傷及其他狀況就可以去免費看病、拿藥。

郵局：就是在梨大校內的韓國郵局，跟醫療中心在同一棟樓裡面。

ECC：梨大先進的複合式建築，也是學校著名的拍照觀光景點。其中包括教室、自習室、休息室、書店、花店、咖啡店、眼鏡店、便利商店，甚至有新韓銀行及電影院。

EWAH coop：學校的合作社，買得到比較便宜的文具、小型生活用品、吃的喝的，也能買的到梨大的紀念品。

食堂：校內有很多的食堂，分布在學校的不同位置，價錢跟食物也都各有不同。

行：

首爾的大眾交通非常方便，以公車、地下鐵為主，搭乘時用 T-money card 付費(類似台灣的悠遊卡、一卡通，梨大學生證就已經附有 T-money 的功能，不需要再另外購買 T-money card)。以首爾為例，基本車資為 1250 韓幣，再根據搭乘距離超過基本距離增加費用。另外，比起用現金或一次性交通卡，使用 T-money 轉乘公車或地鐵都會有轉乘優惠。如果是要搭乘計程車的話，除了直接在路邊攔車，韓國也有 kakao taxi(類似 uber)、타다可以搭乘。

韓國其他還有 KTX,SRT(國營、民營的高鐵)、火車、高速巴士(客運)，可以先在網路或是 APP 上訂票，再將票券印出或直接出示電子票券即可搭乘。另外，首爾還有 Seoul Bike (類似 Ubike)。

樂：

特定期間、地區會有各種活動慶典，可以多上網搜尋或追蹤韓國旅遊相關粉絲專頁，除了首爾也可以利用假日或連假去其他城市旅遊。韓國不同時節，會有不一樣的自然景觀；不同地區，也會有不同的風貌及多元的代表美食。如果有機會的話真的可以多多去不同的地方走走看看，除了能夠透過旅遊的方式更深地認識韓國各地，更能藉此體驗到更道地的韓國文化並且提升自身的韓文能力。

文化交流心得

在韓國交換的這一年，認識了來自許多不同國家的朋友，也透過生活體驗，

更能夠以當地人的角度去了解韓國的文化，甚至可以漸漸地融入在韓國。透過結交不同語言的朋友，不只提升了英文能力，韓文能力也在這一年從只會子母音，到能夠用韓文溝通，真的很有成就感。除此之外，面對事情的視野也開闊了許多，心態也有了許多成長，對我來說，這段日子是一段很特別的日子。真的很謝謝學校給予我機會去韓國交換，讓我得到很多！

附錄

