

國立清華大學選送學生赴國外大學研修

成果報告書

學生姓名：	李政霖
學生系所：	資訊工程學系
學生學號：	101062210
研修國別：	日本
研修大學：	筑波大學
研修系所：	情報學群 情報メディア創成学類
出國日期：	2015/9/24
回國日期：	2016/9/5
修讀學分總數：	18

摘要

感謝清華大學給了我了這個機會到國外交換一年。這篇心得記錄了我在日本的筑波大學當交換生的這一年的所見及心得，希望能對將來有興趣到筑波大學交換的同學有些許幫助。

目次

一.行前準備

1.語言能力

2.氣候

3.財務

二.交換生活

1.宿舍

2.學校(課程)

3.飲食

4.交通

5.娛樂(旅行等)

三.感想

一.行前準備

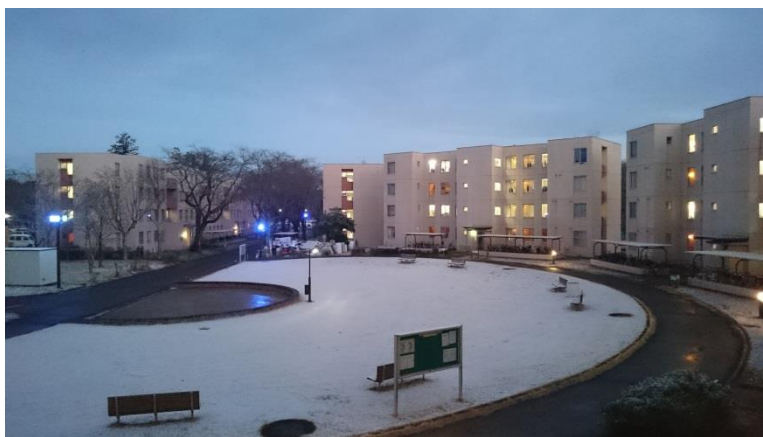
1.語言能力

老實說，基本上在日本只要會英文也能生存的下去。不過建議還是在台灣前就把日文學到一定程度，因為如果你想要多認識些日本人或甚至是參加社團等等，流利的日文絕對是必要條件，否則你的存在感絕對會很快就會消失。英文的部分最好也要有能簡單跟外國人溝通的程度，因為基本上跟來自歐美的交換生說話時還是用英文的。

2.氣候

積雪的宿舍

日本的氣候很極端，要冷的時候超冷(0 度以下)，要熱的時候超熱(35 度以上)。所以最好從



無袖到長袖的衣服都要準備齊全。筑波這邊冬天晚上是會低於 0 度的，而且部分房間半夜是沒有暖氣的，大部分的宿舍也沒有冷氣機，所以選擇宿舍時要考量你的需求與價位再選擇。

3.財務

因為我是自費生，所以以下都是沒有獎學金的情況。來日本第一個月花費會特別多(家電再加上宿舍健保等等都要一次繳半年以

上)，建議入境日本時帶多一點日幣以免戶頭還沒開就先破產了。我自己入境時是帶 30 萬日幣，等戶頭開好了再存進去。匯款的部分，我是用台灣的提款卡開通國際提款的方式，這方法根據銀行不同手續費不一樣，但是基本上不會扣太多且很方便所以推薦各位使用。

二.交換生活

1.宿舍

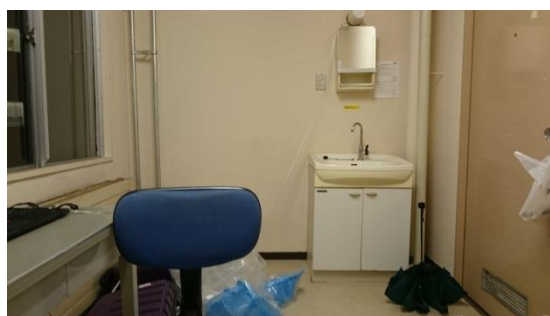
宿舍主要分布在兩區域：

追越,平砂區域以及一之矢區域。基本上如果能選的話建議選擇追越

平砂這一區，因為這區離車站只有 1 點多公里，在沒有公車的時段至少你還能走回去，一之矢不但遠很多而且整個區域被樹林圍住，一言

以蔽之就是森林。宿舍房間有分成改修後以及未改修的，兩者只差每月約一千日幣，絕對推薦選改修過的，未改修的基本上就是單人版的華齋...

未改修宿舍房間
(中央暖氣,無冷氣)



2.學校(課程)

筑波對於學分的規定是每學期至少要修 8 單位以上，要注意的是筑波的一堂課是 75 分鐘，也就是說筑波的 1 單位等於清大的 1.5 單位。但是修筑波 2 學分的課並不一定可以抵清大的 3 學分的課，建議出發前先跟系辦確認以免意外延畢。

日本語課程的部分，筑波在去日本前會要求做線上日文測驗，並依據成績來決定你在筑波的日本語課程的班級。如果你想要更改的話，任課老師同意的話就可以更換。此外也有一些發表練習或是團隊實作的日語課程可以修。

專門課程的話，基本上也是任課老師願意簽名就可以修，但是也有些通識課跟體育課的老師不開放給外國人修。

3.飲食

筑波附近的餐廳不太多，而且都有一小段距離，建議平日直接在食堂解決最快。另外筑波的中午休息時間非常短且是在 11 點多，所以中午大部分人都是吃麵包解決。如果外食想要省錢過一餐的話推薦松屋,すき家以及半田屋或是超市便當。

另外，筑波附近不少間網路上評分很高的拉麵店，十分推薦各位去排隊嚐嚐。

4.交通

在筑波絕對需要腳踏車。建議買有變速的腳踏車，因為筑波的人行道超級崎嶇不平再加上學校有很多上下坡。另外學校裡有要錢的循環巴士，常搭的話可以買公車證一年(只能4月開始一年)8300日幣，10月來的話就必須買兩次這點要注意。

東京的部分，筑波前往東京有兩種方法：客運以及電車(TX)。基本票價都是單程1100元左右。客運以前有3張2000的回數券，但是今年開始已經廢止了；電車則可以用8.900元價錢買到六日限定搭乘的回數券，但是要注意期限，最好跟人一起分以免用不完。

5.娛樂(旅行等)

筑波附近的娛樂其實不太多，所以很多人都是一到周末就往東京跑。觀光景點的話附近有筑波山以及太空中心可以去，遠一點的話則有大洗可以去好好朝聖一番XD。購物中心的話隔壁車站有附近區域最大的購物中心(有電影院)及好市多。

此外交換生的生活最不可少的就是旅行啦，好好利用寒假及暑假的時間的話能去非常多的地方，以我自己為例，從北海道,東北,北陸,關西到九州都去過了，各位可以把握這一年時間把自己想去的點都去一遍XD只是有一點要注意，就是**大部分的外國人 pass 都不適用留學生簽證**，所以基本上你只能大筆錢花下去或是使用青春18等票券來場區間車慢旅行(我是選擇後者)。

從左上開始：

JR 最北端車站, JR 最南端車站, ガルパンはいいぞ(?), 横須賀觀艦式



三.感想

在筑波的這一年生活，毫無疑問是我人生中最難忘的一年。在這裡，我不只認識了很多日本朋友，也在跟其他交換生的交流中認識了來自世界各地的朋友們，體驗到了各地不同的異國文化。這一切都是只待在台灣無法體驗到的。當初在申請時我也曾經十分猶豫過，擔心自己無法辦法適應外國生活，也害怕自己來了卻沒有收穫。但現在我可以向所有人保證，勇敢地出國就對了，絕對會有滿滿的收穫的！