

國立政治大學交換學生報告表

※ 請依序回答題目，並將檔案回傳 ois@nccu.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合處 <http://ois.nccu.edu.tw/forum>，以供未來交換之學生參考。

基本資料

1. 填表日期：2023/08/19 (YYYYMMDD)
2. 系級：數位內容碩士學位學程 三年級
3. 學號：109462004
4. 姓名：黃淳好
5. 交換學校及系所 (全名)：明治大學綜合數理學部先端媒體系
6. 交換學期：自 111 學年第 2 學期起至 111 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）

在前往明治大學交換前的準備，只要依據明治大學的規定，在指定時間內繳交就可以了。以我的狀況來說，明治大學的入學許可與相關資料較晚寄過來，所以當初在準備的時候有點緊張，但其實時間有好好規劃的話，都是來得及的。只是要注意有些資料或證明文件有時間限制或處理時間，例如明治自己的日文能力調查考試時限，或是健康檢查、疫苗施打的資料要提早去申請，這方面比較容易卡在台灣這邊公家機關或醫院方面的工作時間，以及要留意回郵給明治大學的時間截止日。

再來是學生宿舍部分，明治大學可以申請學生宿舍，交換生可以根據需求決定是否申請宿舍跟申請哪間宿舍的志願序。我自己是覺得在東京生活的話，宿舍會比自己找房子租簡單，因為交換生有一些繁瑣的在留手續需要處理，對於人生地不熟的人來說由學校幫忙會比較好的選擇。此外，明治的宿舍大都設置於各校區附近，通勤上會比較方便。而付費的方式則是在前往日本前要進行一次性國際匯款，要注意的是可能會有國際轉帳扣款，之後會需要補上差額。

然後前面提到明治大學的說明資料會比較晚出來，但都還是有提早寄信通知交換生說明會、各系所說明會、教授面談、日文面試等重要活動的時程，建議知道時程後再去安排自己的行程。另外，宿舍入住或入境上，明治大學並沒有提供接機服務。如何從機場抵達明治大學或學生宿舍是自己要做的功課。且因為明治大學的學生宿舍辦理入住的時間是有規定的，超過時間抵達宿舍會沒有人員幫忙辦理入住，除非事先有跟宿舍方聯絡。

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）

明治大學的選課系統包含在他們自己的 Oh Meiji!綜合系統，跟政大的 INCCU 系統功能大同小異，除了介面、使用流程上有點不同，應該使用過後會很快熟悉。在選課前，會需要前往各自系所的辦公室聽選課、學業、校園資源方面的相關說明，了解在明治大學

交換需要知道的選課程序、通學卷申請、設施權限等。以及也會跟分配到的指導教授面談，主要是談想修的課程與自己的能力有沒有相符，或是詢問老師開課上的規劃是什麼，是個可以獲得更多課程資訊的好機會。在選課程序上，我的系所是要求我除了線上選課外，還需要繳交紙質的申請書給他們，其他系所的狀況似乎不一樣，建議在聽說明時要注意。

在日語課程上，明治大學會調查交換生是否有意願上日語課，如果有的話，除非可以提供2年內的日語檢定成績證明，否則會需要參加線上日文程度考試。除了考試外，還有實體面談，綜合兩者成績決定交換生被分配到哪個日語程度。我覺得這樣的方式還不錯，比較能分配到適合自己的程度，因為我是自己學日語，所以基礎比較不穩，這樣的檢測讓我能從比較基礎的班級來練習我日語弱的部分。最後我被分配到日本語四的程度，所以就選了綜合日本語、口頭發表，原因是想練習口語表達以及了解更多日本文化，因為在日本生活的話，一般外出時，日語溝通會比英文更容易進行。能夠好好說出口語，真的是很感謝這些課的老師與同學。另外，這也是個可以跟其他國家同學交流的機會，一起練習日語對話的同時，也能認識到不同國家的文化。

除了日文課，因為我是綜合數理學部的交換生，所以選的課跟其他學部比較不一樣，像是虛擬實境、動畫與影像處理。上課方式的話，我覺得跟政大資料的教學方式還蠻像，了解相關技術理論，呈現創作實作、報告分析等。但在上課案例、理論上，多偏好使用日本國內的研究或案例，這對我來說非常新奇且感興趣，因為跟台灣教學上的偏好相差很多，可以看到更多不同的研究面向與日本特有案例。但這類課程對於非本專業的交換生來說會比較吃力，因為除了全程是日語授課外，許多原本的專業術語、理論也變成日語版，所以很常需要查單字辨識對應的內容。而如果沒有對這些知識有一點了解的話，我覺得理解上會比較困難。不過這些課程會讓自己的日文聽力與閱讀提升，在了解老師說什麼跟看日語學習資料會快很多。



三、社團篇（請就**參加之社團、課餘活動**等經驗分享）

明治大學的社團相當興盛，我四月初抵達時，各社團的招生活動伴隨新生入學迎來一波狂潮，也有很多社團舉辦表演會或活動吸引新生。像我有參觀吹奏樂部與應援團(類似啦啦隊)的共同表演會。這兩個社團經常為明治大學的各類活動表演，包含交換生迎新會、棒球比賽等等，所以是蠻龐大且具有組織的社團，而表演的水準也非常高。如果有時間的話，可以去參觀或參與各社團的表演會。另外我有一次跟著吹奏樂部與應援團去給明治大學棒球隊加油，作為體驗日本的應援文化來說是寶貴的經驗，但應援也是非常耗體力的活動，包含加油手勢與歌詞都要整場跟著，我去過一次後就沒有再去了。

而社團的參與規則也依據各社團、同好會風格也所差異。有些社團風格比較嚴謹，出席率、服儀會比較要求。以前面的吹奏樂部來說，雖然有機會參與社團的各種表演活動與比賽，但一周需要至少3-4次的團體練習，周末有時也要參與練習，是出席上比較要求的社團，服儀也會有規定，像是需要有黑色西裝套裝。這類比較正式的社團，前後輩的社團文化也比較重。而比較社交性質的社團也有，因為我想找可以語言交換的朋友，所以有參加過中文研究社。這類社團的性質就比較偏向社交、學習，在出席、服儀上不會要求，對於想要體驗更多日本生活或出外旅行的交換生來說會是比较彈性的選擇。



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）

明治大學有四個校區，我所在的綜合數理學部位於中野校區，附近有商店街、許多餐廳、距離車站也非常近，機能相當好。而我修習日文課的地方位於駿河台校區，離御茶之水車站也非常近，周圍也有蠻多餐廳。

而我住在鄰近明治大學河泉校區的 Meiji Global Village，設備、格局都很新跟乾淨，也有樂器室、運動房、討論室可以申請使用。該宿舍由明治委外的宿舍管理公司經營，並且需要下載宿舍特有的 App 來使用宿舍服務，包含食堂、郵件、外宿或了解宿舍活動宣告等。宿舍並沒有太嚴格的規定，最嚴格就是不能喝酒，抽菸要在指定區域。

MGV 的格局，會是三名國際交換生與三名明治學生同住在一個 Unit，配置一台洗衣與烘衣機、兩套衛浴廁所、共享客廳，並且每個人都有獨立的房間。房間內有書桌、櫥櫃、冰箱、曬衣欄杆、獨立小陽台，住宿生可以拿到統一租借的床鋪組(冬被、夏被、床墊、床單套、枕頭等)，每月在指定時間可以拿舊床單到床單室換新的。另外住宿費包含個人網路費、電費、水費，還可以自己選擇要不要參加食堂訂餐，除了國定假日與周日，周一到周六會供應早餐跟晚餐，對於想省餐費的人來說是個不錯的選擇。雖然沒有門禁，但出入時都需要用被分配到的感應鑰匙去刷門禁，如果忘記的話，會被宿舍管理員關心。而如果需要外宿的話，也只需要依照宿舍外宿申請規定，在 App 上申請以及出門時

刷外宿申請牌子就行了。宿舍周圍的機能的話，從宿舍走路10分鐘內就有很多商店，包含便利商店、藥妝、餐廳、超市等，距離名大前車站也很近，整體來說生活機能很好。



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）

MGV 會定期舉辦各種活動，像是 Talk Bar、派對，讓不同國家、文化的人交流，但我自己安排的活動、課程很常會跟宿舍活動撞期，所以我並沒有參加到太多宿舍的交流會。在宿舍中比較容易熟到會一起出去的主要還是室友們，一方面是就住在一區很常遇到，再來是宿舍設計的共享 Unit 空間真的蠻適合室友間坐下來聊天的。

其他比較好認識人的方式是參加明治大學辦的交換生交流活動，像是最初的新生歡迎會中，我就認識了台灣留學生交流會的其他人，很快速地了解明治大學的選課、常用的學術服務、附近的餐廳等資料，也認識其他同住同一宿舍的台灣人們。這讓我認識除了室友的朋友，也透過這層關係延伸去認識其他國家的人。此外，明治大學的 Campus Mate 社團或是日語圓桌的活動也是認識新朋友的好方式，我自己就參與這些活動認識了一些交換生與明治大學學生。

不過在認識其他外國交換生上，我主要是修日文課交到比較好的其他國家朋友，會來上比較中高階的日文課的交換生對於學日文都蠻有熱情的，所以大家的日文選修課重疊率蠻高的，比較容易見面，也比較容易變成好朋友。而由於大家來自不同國家，像是美國、德國、摩洛哥等，所以一起出去參加日本文化活動時，對於日本習俗反饋有很大的差異，從中也可以得知各自國家的狀況如何，非常有趣。



六、您對於國合處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、就政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）

我在明治大學生活大概半年的費用，每月花費大概落在10萬日幣左右，主要支出是在餐費跟交通上。我主要上課的校區分別在中野與駿河台校區，因為一周確定會到這兩個校區三次左右，所以我就買了宿舍附近的明大前車站到新宿轉車這個區間、以及中野車站到御茶水車站區間的通學定期卷，也因此我的通學定期卷總額會比較多一點，但因為我平時也會到新宿或這個區間的市區逛逛所以還算划算。

餐費部分，我有定周一到周六的早晚餐，且因為我覺得食物量也蠻充足的，所以平日午餐我不會吃太多，買個便利商店飯團或學校食堂解決，是個便宜快速的選擇，週日、國定假日的話，會跟朋友出去去。但日本外食就比較貴，我會盡量抓在一天2000日幣以內。而娛樂、社交、旅行費用是我花比較多的地方，因為東京常有我想看的展覽、活動、表演等，所以花費比較多在門票、紀念品、活動參與上面。另外就是去東京近郊旅

行的部分，離東京越遠，餐費、住宿費等確實會比較便宜，但就是會貴在交通了。而我自己覺得日本很多服務，像是商家優惠、行政、學校活動都會需要電話號碼，所以就申請有附電話門號的方案，只是也會比較貴。以下是我的費用花銷大致內容。

交通費：10,000日幣/月(兩張通學定期卷，不含旅行的交通費)

餐費：45,000日幣/月(包含宿舍每月約16300日幣餐費)

宿舍費：67,000日幣/月(含水電網路使用費、宿舍管理費)

手機費：3,600日幣/月(有電話號碼、通話、上網功能)

健保費：1,300日幣/月

其他娛樂：35000/月(不含旅行住宿、交通費)

總計：約15,000~16,000日幣/月

我覺得如果不會常常出遠門旅行的話，生活上克制一點就不會花太多，因為我覺得日本生活最貴的部份就是交通，其次是外食。整體來說，不算個人娛樂的話，每月十萬左右的日幣應該是差不多的。

