

東吳大學商學院海外研修心得

姓名	邱○皓	系級	企管系四年級
電話		Email	
研修學校	日本新潟大學	研修時間	103 學年度第二學期

填表說明：

1. 本研修心得共有六個部分，請同學依序填寫。若各欄位表格不敷使用，請自行增列。
2. 整份心得請至少提供 2-3 張照片，並以標楷體(中文)、Times New Romans(英文)12 號字撰打。
3. 請繳交紙本至國際商管學程(2607-1 室)與並提供電子檔案 yiching0701@scu.edu.tw。

一、緣起(申請海外研修/申請該研修學校動機)

2014 年的冬天，我帶著三個月左右的日語基礎，到大阪的語言學校學了 20 天左右的日語。在那 20 天內，我體認到能在當地學習語言是最有效率的學習方式。自此我立下了到日本交換的目標，希望除了能在日本學日語之外，更能體驗日本的服務業文化、看看何謂職人精神，最後將所學所看付諸於未來，提升自己的國際競爭力。

由於當初申請交換時的日語水平不高，在所有的日本學校內，新潟大學最能符合我的需求。原因如下，首先，新潟大學提供交換的機會給英文程度不錯的學生，以我而言就是用多益成績錄取。再者，新潟大學開設了一門為國際學生設計的集中日文課程，一周 15 小時的日語課程涵蓋聽說讀寫，對想加強日文的學生相當具有吸引力。最後，新潟大學的交換生人數及學生國家組成相當多元，以個人經驗為例，日語課堂內 15 位學生，國籍包含德國、中國、奧地利、法國及台灣。綜合以上，新潟大學為我的首選。



姓名	邱○皓	系級	企管系四年級
電話		Email	
研修學校	日本新潟大學	研修時間	103 學年度第二學期

二、海外研修課程學習經驗(請就您研習期間所**選修課程內容與經驗進行敘述**。若有特別需要注意之修課事項，亦請於此處呈現)

在新潟，我以十學分的集中日文課程為主，搭配兩學分的日本文化課。

首先，選課制度方面，若同學的日文沒有到達 N2 以上等級，則必須修習每週十堂的集中日語課程，日語課程之外的時間才能選修其他專業課程。若日文夠好，則不強迫修習集中日語課程，因此想選修其他專業課程的彈性較大。

專業課程主要分為兩類，一為英語授課的專業課程，包含經濟學部的個體經濟學、日式管理學，法學部的中美日三方關係等等，課程相當多元。如果想要參與日文授課的課程，只要你日文夠好，在徵得授課教師的同意之後即可選修。因此相當建議日語能力好的同學來新潟大學學習，在這裡選課是相當自由的。

日語課程方面，新潟大學開設了一門特地設計給國際學生的集中日語課程。依照日語能力由低至高分為 0~3 級。依我而言，在台灣學完五十音及最基本的文法基礎，在新潟我是上 1 級的課程，每天早上下午各一堂課，上課時間是 10 點到 14 點 25 分。由不同的老師合作教授同一本課本，文法方面是把日文的動詞變化學完，配合每週的主題作文訓練寫的能力。而聽說方面，除了課堂基本的練習培養之外，日常生活及與朋友的交談是在台灣沒有辦法得到的機會，也是我認為最有效率的訓練方式。

最後，我還上了一門日本文化課，這堂課是由新潟大學的人文學部開設，每個星期由學校邀請不同專業的學者及專家介紹日本文化，包含動畫文化、日英文法對比，及由日本駐外大使介紹的茶道等等。課程較少互動，主要是老師講課的上課模式。由於課程內容我比較沒興趣，因此沒有非常推薦這門課。要體驗日本文化，我認為用旅行及日常生活來體驗才是最好的方法。



姓名	邱○皓	系級	企管系四年級
電話		Email	
研修學校	日本新潟大學	研修時間	103 學年度第二學期

三、 海外研修課外生活經歷(可自由抒發於修課外之食衣住行等面向的生活體驗)

在日本，除了吃飯、睡覺，及學日文之外，我主要做了三件事，認識新潟、協助日本朋友創業，及參加研討會。

旅行方面，相信身為台灣人的大家絕對比我更熟悉。在日本的這半年，說實在的並沒有像去歐洲及中國的朋友們那樣玩遍大江南北，在日本我只去了京阪神奈、金澤、東京，及佐渡島。由於日本離台灣的距離很近，未來再訪的機率較高，因此我希望自己能花更多時間好好認識自己所在的城市，透過對一個城市的深刻體察，發現最真實的日本。新潟是我去過所有的日本城市中，台灣人最少的一個。簡單用幾個字總結新潟的冬天，「強風豪雪配上讓人感動的越光米。」大家一定認為新潟是個鄉下地方。沒錯，新潟是日本的鄉下，但她應有盡有，不管是百貨公司、超市、潮店、KTV、居酒屋等等，都散布在城市的各個角落。當然，交通的方便程度與台北相比還是相去甚遠，我在新潟主要是透過 JR 系統及朋友的車為交通工具。而吃的部分，是最不用擔心的。在新潟米的襯托下，這裡的食物在我心裡是日本第一名的，我們絕對要相信日本人的手藝及對料理的用心。除此之外，新潟是日本的滑雪發源地，境內約有 50 幾間滑雪場，來到這裡一定要體驗滑雪的刺激與從哪裡跌倒從哪裡站起來的堅持與勇氣。



姓名	邱○皓	系級	企管系四年級
電話		Email	
研修學校	日本新潟大學	研修時間	103 學年度第二學期

來到日本，這個以職人精神及敬業態度聞名於世的國家，當然也不能忘記自己在台灣所學的企管。我參加了一間名為「Farmap」的新創公司的草創過程，這間新創是以新潟這個農業城市為根基地，期望建立一個網路平台連接消費者及當地農民，讓消費者了解農產品的源頭及幫助當地受到 TPP 影響甚巨的弱勢農民找到消費者。由於另外兩名創辦者沒有商學的背景，所以我提供基本行銷的概念及討論往後公司的短中長期計畫。學生創業，十個有膽九個死在半路。大家都說創業很累很辛苦，但親身體驗了我只知道原來有這麼多的事要做要學，包含資金的運用、成員間的溝通，及不管遇到什麼都要保持的熱情等等，每項都是要花時間精力去累積的。



最後，我參加了一個探討世界暴力的研討會。在這個命名為「武器 ART」的活動中，我們以莫三比克的槍械暴力為軸心，探討世界上各個國家受到的暴力。舉例來說，巴西的武器及墨西哥的毒品。而在活動的尾聲，我們在學校的車站校區舉辦了各國學生對自己國家暴力的發表會。而我很幸運地得到代表台灣發表的機會。我以長年來台灣在國際上受到對岸欺壓的歷史事實為基礎，透過軍事、國際競賽、國際組織，及經濟四個面向發表台灣受到的暴力，並介紹台灣給大家認識。在演講當天，大約有三十位來自日本及在當地的外國留學生來聽我們的演講，縱使只有少少的人來，但我仍深深感激當初能得到這個機會能用自己小小的力量讓世界看見台灣。



姓名	邱○皓	系級	企管系四年級
電話		Email	
研修學校	日本新潟大學	研修時間	103 學年度第二學期

四、 海外研修對個人的具體效益與感想

在這個十個台灣人有九個會把「新潟」唸成「新瀉」的城市生活了五個月，就算從教室走十分鐘到的不是西門而是還在校園裡，就算這個城市毀滅了我對下雪的美好想像，我仍非常慶幸當初自己做了要去日本交換的決定。

在這段日子裡帶給我最大收穫的來源，就是人吧！與各國朋友的相處之間，體驗到了眾多的文化差異，不管是好是壞，我相信重要的是從中擷取好的習慣，好的想法，運用在自己的生活中。舉例而言，與德國朋友的相處過程中，他們告訴我獨立思考及勇於表達自己意見的重要，修身齊家治國，我想這就是為什麼德國能堅持自己的路，成為歐洲最強盛的國家的理由之一。而在與墨西哥及巴西的朋友相處的過程中，他們的共同點就是他們每一個都很樂天，每一個都能帶給團隊歡笑。在台灣我們總是汲汲營營於成績、薪水，職稱等等功利化社會下的產物，可能一輩子都活在這樣的陰影之下，近來更有台灣的人生，就像 25 歲死亡，75 歲下葬的聳動說法，都讓我重新反省活著的意義，更改變了自己許多人生的規劃及決定。

最後，與日本朋友的相處，首先，日本人從小培養的禮貌，對陌生人或是長輩都有著相當複雜的問候或是拒絕方式，繁瑣之中我深刻體認到日本人對自己文化的堅持，接著是對環境的尊重，除了大阪，每一個日本城市的街道都是相當整齊清潔的，甚至我爬過的每座山，都有著日本對保育的重視所留下的痕跡。最後，對日本文化的自信，與三十位左右日本朋友的認識到熟悉的過程中，我發現了大多數的朋友都對自己身為日本人的一份子感到自豪，更有一份發自內心的驕傲，這是相當值得身為台灣人的我們學習的。

雖然和德國朋友相處，可能會很常落單，或與他們意見不合，但我們總是能在充分直接的討論之後，順其自然地找到彼此舒服的相處方式。雖然和南美洲朋友相處，他們動作總是很慢，有時的過份樂天讓你哭笑不得，但和他們相處總是充滿歡笑，沒有距離。雖然我會時常覺得日本人怎麼這麼假、這麼固執。但我也在潛移默化之中學到了太多太多禮貌的細節與貼心，更理解了他們固執背後對文化的堅持。交換之後，新潟已然變成我最喜歡的日本城市，回到台灣屆滿一個月，每天不變的是看看當時拍的照片，平撫想念新潟的心。雖然新潟很冷，風很大，衣服沒有曬乾過，但我在這裡遇到了至交、在車站向世界介紹了台灣，也在新潟大雪的陪伴下，認識了自己。



姓名	邱○皓	系級	企管系四年級
電話		Email	
研修學校	日本新潟大學	研修時間	103 學年度第二學期

五、 建議前置作業注意事項(簽證申請、申請住宿等)

技術上的問題，基本的許多細節相信大家 Google 一下都能妥善的處理好。只有幾點特別的還請想來新潟的同學們留意。首先，具有役男身分的同學務必在出國之前向教官是申請核准。再者，因為在日本申辦戶頭需要兩個禮拜左右的時間，再加上電匯的時間，大約要帶著一個月的零用金到日本花用。最後宿舍方面，新潟大學提供四~五間宿舍供交換生挑選。我是挑選在學校內的國際交流會館。主要優點有離上課教室近，下雨或下雪的時候十分方便，接著宿舍人口由眾多的國際學生組成，有利於同學結交許多外國朋友，而會館的一樓也有人很好的舍監能幫忙代收郵件及房租，最後會館有別的宿舍沒有的共享空間，包含常辦活動的多功能室及備有電腦及印表機的圖書室，要選宿舍，選會館就對了。

前兩點是我犯過的錯，宿舍是我的經驗分享。出國要辦的手續很多很雜，這是很好的獨立處理事情的經驗，雖然繁雜，但在踏上日本的土地之後，一切都會變得值得。

六、 各項支出花費情形(此資訊僅供未來申請交換之學弟妹做為參考)

支出項目	支出金額(單位：新台幣)	備註
生活費	30,000 元/月	此為包含旅行及玩樂，平均之後的花費
住宿費	4,000 元/月	<input checked="" type="checkbox"/> 學校宿舍 <input type="checkbox"/> 校外租屋，租屋單位_____ 是否推薦學弟妹向原租屋單位申請住宿? <input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否，原因_____