

國立臺北大學法律學院赴外交換生心得報告書

交換之姊妹院：日本-大阪大學 交換於 112 學年度

填表人：陳蕙喬	性別：女	<input checked="" type="checkbox"/> 碩士班 <u>民法</u> 組 <input type="checkbox"/> 學士班 _____ 組 <input type="checkbox"/> 進修學士班	
交換校名：大阪大學 研習系所：法律系	交換期間：西元 2023 年 10 月 01 日 至西元 2024 年 09 月 30 日		
居住處： <input checked="" type="checkbox"/> 宿舍 <input type="checkbox"/> 校外租賃	住宿費每 (<input type="checkbox"/> 學期 <input checked="" type="checkbox"/> 月): NTD 5000 元		
搬入時宿舍內已有設備 (請列出): 房間內個人設施：書桌、椅子、檯燈、衣櫃、書櫃、床架、床墊、寢具、冰箱、wi-fi 共用設施：浴室、廁所、廚房			
建議另行添購或攜帶物品 (ex : 衣物、生活用品、化妝品、保健藥品等): 視個人需求添購生活用品			
除繳交臺北大學全額學雜費，在交換學校額外繳交之費用名稱及真實金額 (如：食宿費、保險費、網路費、學生活動費等，請務必詳列):			
	名稱	金額 (台幣)	備註
	EX：社團費	xxxx 元/x 個月	以下自行刪減，並解釋該校如何計算此費用
	宿舍費	5000/月	我居住的是津雲台國際學生宿舍，空調跟水電費都包含在宿舍費
	校園網路	0	
	空調使用權	0	
	水電費	0	
	手機費	500/月	申辦 limemo 電信，每個月 20GB
	交通費	2000/月	交通費較為浮動，如果有出去旅遊會更貴
	其他		
每月基本生活費預估： (僅最低生活所需費用，不含娛樂及文教費用) 細項 (以月為單位) 伙食費：NTD 10000 元 (校內食堂) 通勤費：：NTD 2000 元 (從宿舍至學區) 宿舍費：NTD 5000 元 水電及電信等雜費：NTD _____ 元 必要教材書籍費用：NTD _____ 元 其他：NTD _____ 元	有無取得獎助學金補助： <input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 (以下免填寫) 獎助學金名稱與補助金額： 名稱：日台交流協會獎學金 金額：80000 日幣/月		
建議第 1 次入國需攜帶金額：NTD 100000 元 (簡單解釋原因：如跨國匯款手續費高昂等)			
剛到日本常需要添購生活用品，銀行和手機申辦也需要時間，建議先準備足夠的生活費，並且盡量準備一張信用卡，便於申辦手機時可以填寫繳費資料。			

※本報告請於返國後 1 個月內，繳交①電子檔、②照片原始檔至法律學院國際業務信箱：int-lawsch@mail.ntpu.edu.tw。

※心得報告書及所提供之照片將做為法律學院上傳至網路提供學弟妹分享資料，以及作為法律學院各項行政業務之素材，請勿提供不宜照片。

機場至學校之交通方式：

- 校方派員至機場接機，簡述接機方式 (集合地點、校方連繫人員):
- 自行前往至某處會合，簡述如何自行前往 (所花時間、費用):
- 從關西機場搭電車至宿舍、費用根據交通工具有所不同。

出發前所買之海外旅遊平安保險 (種類、公司、金額、期限等):

留學意外險 1 年，約台幣 5 千元。

保險：是否赴姊妹院後由校方協助辦理 (國民健康保險 學生平安險 其他保險)

金額：NTD 200 元 (其他備註：大阪大學在迎新說明會有要求學生保學生保險，所以有保)

簽證：辦理簽證所需天數、金額及特別注意事項 (ex：護照、台胞證，是否準備影本等等)

從拿到入學許可到簽證下來約為期 2 個月，這段時間不用急，就是照著前輩們的經驗(比如 DCARD)即可。

其他校方提供使用之服務：

- 校內 Wi-Fi 之提供 (是否有特定場所之使用，請列舉：教學大樓內才可使用)
- 安排輔導人員 (當地學伴 義工同學 輔導老師)
- 志願者幫忙處理交流生辦理手續之範圍程度簡述 (如宿舍入住、電信、銀行開戶):

有無使用行動電話？公司與費率方案為何？

有申辦 LINEMO，每個月 20GB 流量 2200 日圓，撥電話和傳訊息不計流量內，對通常以 line 聯絡很方便。

學校週邊生活機能，是否有下列設施：

1. 文具書店 無 有，簡述：_____
2. 超級市場 無 有，簡述：_____
3. 百貨商區 無 有，簡述：_____
4. 24H 便利商店 無 有，簡述：_____
5. 醫院 無 有，簡述：_____
6. 地鐵、公車站 無 有，簡述：法學部所在的豐中校區最近的車站是阪急電車的石橋阪大和單軌電車的柴原阪大站，但其實從車站走路到教學大樓都要 15-25 分鐘
7. 公園 無 有，簡述：_____
8. 電影院 無 有，簡述：_____
9. 體育場 無 有，簡述：_____
10. 社區文化中心無 有，簡述：_____
11. 其他：圖書館、KTV、其他娛樂場所

你 (妳) 可以留下給學弟妹助於生活方面之電話、E-mail 或其他聯絡方式：

(例如：學校、該校承辦人員、宿舍、駐外單位、國際交流社團等...)

交換期間有問題很推薦去法經研究棟二樓詢問留學相談室，他們都會有同學和工作人員可以協助相關事項

你 (妳) 所交換的姊妹院在你心中的印象 (簡述 100 字以上、300 字以內):

大阪大學學風自由，讓學生能夠發揮創意、探索多元的學術領域，同時培養獨立思考的能力。我所就讀的豐中學區時常能看到社團的學生們在練習，學區也有來自不同國籍的世界各地的人，走在路上時常可以聽到不同語言，各種不同樣貌、文化和生活型態的人和諧地融合在校園裡。

※本報告請於返國後 1 個月內，繳交①電子檔、②照片原始檔至法律學院國際業務信箱：int-lawsch@mail.ntpu.edu.tw。

※心得報告書及所提供之照片將做為法律學院上傳至網路提供學弟妹分享資料，以及作為法律學院各項行政業務之素材，請勿提供不宜照片。

交換心得感言 1,500 字：

(例如：出發前、抵達後 1 個月、回國後的感想，並附相關個人交換代表照片若干；另歡迎提供交換國家的申請交換之做法、經驗等以利國內之參考)

1. 出發前準備

申請交換這件事，對我來說算是臨時起意。大學期間我從未想過要申請出國交換，申請交換的決定是在研究所期間，看到學校公告交換訊息，而因為我剛好符合相關條件，於是抱著嘗試的心態申請了交換。在順利申請上了之後，就按部就班準備各種本校、交換校及申請獎學金及宿舍所要求的資料，然後時不時透過網路論壇上的交換前輩經驗分享，提前了解未來生活環境、準備需要帶出國的用品以及各種注意事項。

2. 交換初期

有別於旅遊，交換更像是一種生活型態的練習與調整。交換初期因為還在適應階段，所以我盡量要求自己抱著開放的心態迎接所有迎面而來的挑戰。小至前往超市和店家購物，大到學習用不熟悉的語言和來自世界各地、文化和價值觀截然不同的外國人聊天，都是需要去練習的。跳脫過去熟悉的生活環境，初期待在日本的每一天都很新鮮。

另外很推薦參加大阪大學的 host family 活動，這是讓日本的家庭可以和交換學生交流、一起吃飯、出去玩的活動。我的 host family 是一位很有大阪風格的親切又直率的老奶奶。她很擅長料理，也很喜歡聊天，而且超級喜歡相撲，所以我常常去她家一邊吃飯一邊看相撲節目，在聊天的過程中也可以練習日文會話，並學習日本文化。

3. 課程簡介

日本的課程與台灣最不同的地方大概是在於，一門 2 學分的課，如果是在台灣通常是一堂課 50 分鐘、上兩堂課。在日本則是一次上滿 90 分鐘，對於台灣的同學來說可能會需要適應一段期間。

大阪大學開授給交換生日文課程及專業課程，日文課程依照日文能力高低分為數個階段，交換生可以在選課前上網測驗了解自己的程度，選擇合適的日文階級。至於專業課程，以法律系交換生來說，大致上分為以下三種：英文授課的通識課程、英文授課的法律課程及日文授課的法律課程。這一學年間，我三種類型的課程都有選擇，課程的主題都很有趣，每位老師的上課方式也都有所不同。

英文授課的通識課當中我選擇的課程主要是針對文化融合及國際化為主題的課程，在課程中老師會讓我們分成小組討論，在討論的過程中我們會遇到來自世界各國的人，除了可以認識各國的文化與生活習慣外，也可以練習自己的口說能力。

英文授課的法律系課程我選擇過日本法相關、比較法相關及伊斯蘭法相關課程，由於法律系的課程有較多專業詞彙，所以老師在授課的同時會搭配講義。便於學生理解課程內容。

日文授課的法律課程像我國的法律系課程典型進行方式。但因為我的日文能力有所不足，沒有辦法完全在授課過程理解課程的內容，時常需要課後複習內容。雖然起初上課時有點挫折，但這樣的覺察也讓我發現到自己還有許多進步的空間，也讓我明白在交換期間，語言是學習的前提。

4. 交換心得

在來日本前，我是一個優柔寡斷、決策力低落且不喜歡獨處的人。做決定如果總是希望有人給予建議；吃飯、逛街和旅遊時，如果可以有人陪，絕對不會選擇自己一個人。但因為我是本院法律學系首位來大阪大學交換的人，沒有前輩可以給予建議和方向，許多資料都須要學會自己去查找，或是需要主動聯絡大阪大學校方，訓練了我規劃的能力。獨自來到了日本之後，面對嶄新且陌生的環境，我必須要學著處理各式各樣的問題—從購買生活用品、學會下廚，再到人際關係的處理、修習課程及面對一整天的安排等等，都要自己設想、規劃、

※本報告請於返國後 1 個月內，繳交①電子檔、②照片原始檔至法律學院國際業務信箱：int-lawsch@mail.ntpu.edu.tw。

※心得報告書及所提供之照片將做為法律學院上傳至網路提供學弟妹分享資料，以及作為法律學院各項行政業務之素材，請勿提供不宜照片。

決策，並在遇到問題時及時調整。

也許是因為明白交換的期間是有期限的，面對生活，我的好奇心和行動力提升不少。我喜歡觀察街道上的花草、好奇日本人的生活模式和文化。如果有想去的地方，我也會規劃行程，有時也會來趟說走就走的旅行。跟朋友一起旅行很愉快，但獨旅也能追隨自身的步調。旅途中遇到的人事物對我來說都很有趣。除此之外，獨自面對陌生的生活必然會遭遇一些挫折如語言或文化差異等問題，但在面對挫折的過程也讓我變得更堅強且豁達，我會試著解決問題，但不強求結果是完美的。我學會享受生活帶給我的喜悅和遺憾。而我也期許自己帶著這種好奇又積極的生活型態面對未來的日子。

對我來說最大的收穫是，我遇到了來自不同國家、文化和價值觀的人，我明白了優秀是擁有多種形態、沒有標準答案的。我學會用更寬廣的視野看待世界，也用更寬容的眼光看待我自己，我學會傾聽自己的聲音，了解自己努力的目的和期待，試著追尋自己喜歡的目標。帶著這樣的收穫，我回來了台灣，期許自己能以嶄新的樣貌迎接往後的生活。

相關照片



簡述：第一次在奈良獨自旅行時和奈良小鹿一起拍照。



簡述：日本的秋季紅葉



簡述：與 host family 一起賞櫻。



簡述：和宿舍朋友一起野餐。



簡述：和台灣朋友一起去四國旅行。



簡述：爬 2 小時伏見稻荷大社後在終點迎接我的可愛貓貓。半年後再次造訪，在相同的地點再次相遇。緣分真的很奇妙，貓貓真的很可愛。

※本報告請於返國後 1 個月內，繳交①電子檔、②照片原始檔至法律學院國際業務信箱：int-lawsch@mail.ntpu.edu.tw。

※心得報告書及所提供之照片將做為法律學院上傳至網路提供學弟妹分享資料，以及作為法律學院各項行政業務之素材，請勿提供不宜照片。