

國立東華大學國際交換學生心得及問卷
National Dong Hwa University International Outbound Exchange Student Report

個人資訊 Personal Info.			
姓名 Name	蔡○○	學號 Student ID	
所屬系所 Home Department	社會學系		
電子信箱(供未來有興趣的同學與你們聯繫，非必要) Contact Email (Optional)			
前往國家 Exchange Country	日本		
前往學校 Host University	長崎大學		
交換系所 Host Department	多文化學部		
交換交流期間 Exchange Period	自 From __2025__ 年 year / __4__ 月 month 至 To __2025__ 年 year / __9__ 月 month		
交換學校申請資訊 Application Info.			
申請時間 Application Period	2025 年春季		
獲錄取通知時間 Acceptance Letter	2025 年 2 月 5 日		
申請所需資料清單 Required Documents			
簽證資訊 Visa Info.			
簽證費用 Visa Fee	660		
申請/核發簽證單位 Visa Issuing Office	台日交流協會		
申請文件 Required Documents	護照正本 簽證申請書（申請人須親自簽名與護照簽名欄一致） 彩色白底證件照 身分證正本及正、反面影本 1 份 在資格認定證明書 coe		
申請時程 Application Timeline	申請後須等待兩個工作天		
課程資訊 Course Info.			
選課方式 Course Selection Method	☒ 線上選課 Online System ☐ 紙本選課 Paperwork ☐ 其他 Others:		
選修學分數限制(上限/下限) Limit of Credits	一週至少 10 小時(7 學分)		

(Max/Min)	
是否可以跨系選課 Any major restriction for course selection?	☒ 是 Yes ☐ 否 No ☐ 其他 Others:
課程難易度 Course Level	☐ 困難 Hard ☐ 普通 Normal ☐ 容易 Easy
住宿資訊 Accommodation Info.	
住宿選項 (可複選) Accommodation Options (multiple)	☒ 學校宿舍 Campus Dormitory ☐ 學校配合之校外租屋公司 Off-campus Housing Agency in Cooperation with Host University ☐ 學校提供之校外租屋資訊 Off-campus Housing Information Provided by Host University
您選擇的住宿方式 Your Accommodation Choice	☒ 學校宿舍 Campus Dormitory ☐ 自行租屋 Off-campus Housing 或其他住宿資訊來源 Other housing sources: ☐ 學校 University ☐ 朋友 Friends ☐ 網路-網址 Internet-Link :
相關費用 Relevant Costs	
住宿費用(新台幣) Accommodation Cost(NTD)	一個月不含水電瓦斯日幣 20000
機票費用(新台幣) Airplane Cost(NTD)	去程 jal 台幣 12543(台北-東京) 回程 eva 日幣 36650(札幌-台北)
生活費用(新台幣) Living Cost(NTD)	一個月建議最低 8-9 萬日幣
其他費用(新台幣) Other Cost(NTD)	

申請手續

當初在申請的時候是提交為期一年的申請，二月時收到錄取通知時發現被改為半年，且並無其他通知或解釋，當下聯絡長崎大學的國際支援課的承辦人，他只回覆這是多文化教授會的決定他無權過問也沒辦法處理，國際處的助理有再幫我向多文化學部詢問，對方回答有延長的機會。

最後是在多文化學部的教授聯絡系辦幫我詢問，才得到詳細的解釋和說明，因為多文化下半年有和歐洲其他大學的學校有合作，才導致名額縮減，因為這樣不能延長，往年是有一年的留學生的。另外其他韓國來的多文化的留學生也有一些人遇到同樣狀況，不確定之後長崎大學多文化學部會不會之後也出現類似情況，建議在申請學校的時候務必留意細節或是做好一些意外的心理準備，並再三確認好本校和姊妹校的條件。

長崎市交通

長崎市位於九州長崎縣，因為地理位置，如果要離開長崎到其他城市旅遊到哪裡距離都有點遠，且長崎機場不大，要去其他道府縣旅遊通常還是需要從福岡機場出發。因為jr的價格較高，一般在九州內移動會選擇搭巴士（高速バス），建議先預約，臨時有可能沒位置。

長崎附近有許多離島，市區就有港口可以出發，推薦交換期間可以去看看。在長崎市內基本上靠路面電車和公車移動，不離開長崎市區的話交通是很便利的。另外長崎縣還有其他城市能去走走，不過如果有車還是最方便的，敢開車的話建議可以準備好駕照租車自駕。

選課

我參加的計畫是一般生交換，語言能力條件是n2以上，內容是和日本的大學生一起上同樣的課，選課時不會限制選擇哪個年級的課程，但上該語言的課需要相對應的證書，我沒有準備英文證書，只上了日文授課的課程，日文課程選項還算多，但高年級的課程通常課業量較重，需要自己斟酌。日本大學課程分成前期和後期，對照台灣的上下學期，每個學期（十六週）又分為1q（前八週）和2q（後八週），因此選課的時候會有三個時間段的課程能選擇，分別是1q的課程、2q的課程和整學期的課程，排課表的時候會很繁雜。開學前的說明會多文化學部會開說明會說明選課的流程，對應語言是英文和日文，最開始的出願申請的選課是填好玩的，確定錄取後這個階段選的課就是正式的了。

多文化學部的交換生除了可以選本系的課、通識課，也能選部分經濟學部的課程，但經濟學部所在的片淵校區非常遠，從文教校區過去需要一個多小時，而且要爬山。通識課程也能夠選擇，以及留學支援課開的日文課程。

日文課程（日本語上級Ⅰ）：

在收到錄取通知書後，留學支援課會寫信詢問是否參加他們的日本語課程，然後需要進行筑波的測驗，根據日文程度分班，如果被分到上級就算是通識學分，但不管是哪級都能計算進每週的最低選課時間。我被分到的課內容是面向 n1 考試的教科書，同學都是其他交換生還有正規四年的留學生（幾乎是中國人），同學過半數都是中國人，其次是韓國人，和少數的荷蘭和比利時。因為教材本身比較無聊，加上上課方式傳統，雖然是上級但正規留學生的日文程度有點參差不齊，個人覺得這堂課說不上對日文有太大幫助也有點難交朋友，平常在學部日文內容都需要讀論文和書籍，再回來上考試向的文法覺得有點沒意義，不過老師很溫柔，考試不難，基本上有出席就能過。我有朋友被分到中級日文課程，上課偏向生活會話，課程輕鬆且來自其他國家的同學較多，有更多交流和交朋友的機會，可以斟酌一下。

多文化課程：

多文化學部在長崎大學被戲稱是報告學部，基本上就是一直寫報告。多文化的課程包含社會學、語言學、文化研究、人類學等，很多關於移民及多文化共生的內容，另外有跟荷蘭的學校合作跟特設的荷蘭語學程。因為畢竟是一般日本大學生的課，對日文程度有一定要求，也還是會遇到需要小組討論或報告甚至期末申論題的場合，期末需要交三四千字正式報告的課也有，通常老師對交換生也沒什麼特別照顧。跟在台灣上課的模式差不多，但是出席很嚴格，上課要帶學生證去打卡，無故缺席超過一定次數會直接被當。相較一般學部交換生，jlcp 計畫類似日本語語言學校，同學多是來自其他國家的學生，這個計畫有更多時間能夠出去玩，以及交到各國的朋友。普通的上課就跟台灣的大學一樣，我認為沒什麼機會跟同學有交流，而且課業比較重，學期結束時間較晚，但我還是覺得在課程中有蠻多收穫的，老師們備課和規畫課程都很認真。

另外每週都要交作業的課很多，我週末都需要撥出時間寫報告，期末也是一直在寫報告。雖然教材本身對非母語者不友善，但期末要過並不是太難，基本上有上課和好好交作業，老師應該都不會為難，很多課的期末考試是開卷的。最低上課時數是一週七學分，我多選了兩學分，而且沒有認真看教學計畫表在選，導致作業量有點多。

以下是我在交換期間修過的課，如果在選課時對課程或評分方式有想知道的可以來信詢問。

文化人類学基礎（移民）細田尚美、言語学基礎 B 末永広大、家族社会学基礎 賽漢卓娜

、今と昔の長崎に遊ぶ(人文・社会科学科目※2021 年度入学生は総合科学科目)、日本語上級 I 松本久美子、日本言語学 C（中上級）野田智子、異文化と家族 賽漢卓娜、文化人類学基礎（民族誌）増田研、文化研究基礎（表象）葉柳和則、言語学基礎 A TOET RUDY

宿舍

錄取後支援課會給表單填志願，問你想和同國家還是不同國家的人住之類的，交換生通常在國際學寮ホルテンシア、西町、坂本，坂本離文教校區較遠，ホルテンシア跟西町走路 15 分鐘能到文教校區，需要注意的是經濟學部在文淵校區，非常遠，如果同時有文淵校區（經濟系）跟文教校區的課又住在坂本宿舍，通勤會很累。

我住的ホルテンシア是多文化學部的宿舍，大多住的都是多文化一年級的新生，但也有少數是高年級生。以國際交流為目的，一般是一位留學生配三個日本學生，客廳、廚房、浴室、廁所與洗衣烘乾機共用，所有設備都非常完備，每人有獨立的房間，床墊和寢具能租用，但附的枕頭有點瞎，建議自己帶一顆來或是來再買一顆，有附網路但需要自備路由器。離最近的路面電車店停需要徒步十五分鐘，同樣徒步十五分鐘有超市（ダイレックス・まるたか），最近的公車站牌是走路五分鐘，虹ヶ丘的西町站。宿舍很新很乾淨，生活機能也很好。當初選這個宿舍是因為想要有講日文的機會，我的室友都非常好，也跟他們變成很好的朋友，我跟關係最好的室友常常一起出門玩，連假時和他一起回家，也認識了他的家人。

在這裡的生活其實使用日文的機會不如想像中的多，我的口說程度大約是一般聊天會話沒太多障礙，當初以為去了日文一定能再進步很多，即使刻意製造了很多時間在說日文，但五個月結束仍沒感受到真的很大的進步，所以如果想確保有說日文的機會推薦住ホルテンシア。也說明一下西町，西町距離ホルテンシア走路五分鐘，那邊有分單人的房間，也有格局和ホルテンシア一樣的四人家家庭套房，建築物較舊一些，沒有附床墊，以及因為承辦公司的不同，退宿的時間選擇和手續比較麻煩一些。不同的是那邊都是留學生，一般會先將同國家的留學生排在同房間。

生活和其他

基本上剛開始到會有很多機會能認識其他國際生，四月有新生歡迎派對，跟學校有一個社團叫eureka，是國際生的交流社團，溝通基本上是英文和日文，留學支援課也會定期辦交流活動，只要積極參與活動基本上不會沒朋友。關於在日本的戶籍行政手續等留學支援課都會有中文說明會統一說明，承辦也有一些人會中文，不用擔心語言問題。

長大有很多社團能夠參加，但因為幾乎是日本人，會建議有一些基礎的語言能力比較能交到朋友，四月時會有類似社團博覽會的活動，但在這之前就可以去找有興趣的社團見學，通常是用ig聯絡，或是有些社團會開line的匿名群組。留學支援課的信箱也會發很多校內校外文化交流的活動，交換期間我有參加在函館的寄宿家庭活動，如果對這類活動有興趣可以多留意信箱。

手機電信我是辦樂天的門號，吃到飽而且最便宜，解約綁約不需要手續費，缺點是覆蓋率差，在長崎市內沒問題，到山上常常沒訊號，大城市如東京或是福岡訊號之差，進百貨公司或大樓會直接斷網，可以依照自己的需求參考。

個人這半年的經驗是比起大城市九州熱情又友善，長崎的生活很舒服、街道很可愛，人不會太多也沒什麼觀光客，生活機能也很不錯，而且街上到處都是貓。半年在這裡認識了很多來自不同文化和國家的朋友，也和他們去了很多地方玩，有很多全新的經驗和體驗，真的非常開心，有機會非常推薦把握出國交換的機會，體驗不同國家不同城市的生活。當初也查了很多網路上的心得，以上補充了一些當時沒查到的內容，如果有問題歡迎隨時來信詢問，祝大家的交換生活順利。

照片分享

