

日本大阪教育大學

~ 交換學生心得分享 ~

視設所
黃喬懿

目次 /

1 – 出國前的準備

2 – 學習內容

3 – 在日生活

4 – 心得與建議



出國前的準備 /



1 - 申請過程

1. 選擇你最想去的國家，參考該國的姊妹校

例: 美國、英國、德國、日本、韓國、新加坡等

日本 > 大阪教育大學

2. 詳閱簡章，並附上申請所需的資料

※申請者請檢附：

- 1.申請表（國際事務處網站下載）
- 2.中、英文讀書計畫書
- 3.修習學分者另附擬進修課程之總時數、科名
- 4.中、英文自傳
- 5.歷年中、英文成績單
- 6.學生證、最高學歷畢業證書影本
- 7.國民身分證影本及戶口名簿影本
- 8.擬進修國家語文能力之證明文件
- 9.二位教師推薦函
- 10.其他相關資料如參賽獲獎、主辦課外活動等證明

2 - 出國前的準備

- 1.確定通過後，等待**國際處**寄發交換學校之欲繳交資料
(體檢表、高師大成績單、大教大交換留學申請表、日本居留申請表等)

申請書類

- ① 申請書(様式1 大阪教育大学短期交換留学プログラム申請書).....
- ② 在籍証明書(交換留学候補者在籍証明書 OKU 用).....
- ③ 健康診断書(本学指定の様式).....
- ④ 在留資格認定証明書交付申請書用データ.....
- ⑤ 大阪教育大学留学生宿舍入居申請書.....
- ⑥ 在籍大学の成績証明書.....
- ⑦ 在籍大学の推薦状(大阪教育大学宛のもの).....
- ⑧ 日本語能力を客観的に示す材料(日本語能力試験等の成績表(写), 等)
- ⑨ パスポート(写).....
- ⑩ 写真(最近6か月以内に撮影のもの, 4×3 cm上半身・正面・脱帽・無背景, パスポート写真以外のもの).....

4.入境日本時，會領取一張在留卡，此為在日本生活的身分證(很重要!)





學習內容 /



1.日文課程 (能力分班) * 主要課程

內容：文法、聽力、閱讀、寫作等日語課程

2.大學內部課程(與日本學生一起上課)

內容：可根據自己的專業科系來做選擇，也可以選擇其他科系課程，

例如：教育、美術、音樂、法語、韓語等

* 日文程度需求較高

3.交換留學的修業報告

內容：一年的留學期間，所學習到的內容來做報告

例如：日本與台灣的文化差異、教育、生活習慣、設計美術等

4.各式體驗課程

內容：體驗日本傳統文化，如三味線、柔道、劍道、陶藝等





在日生活 /

1.日常生活

日本氣候：以大阪為例

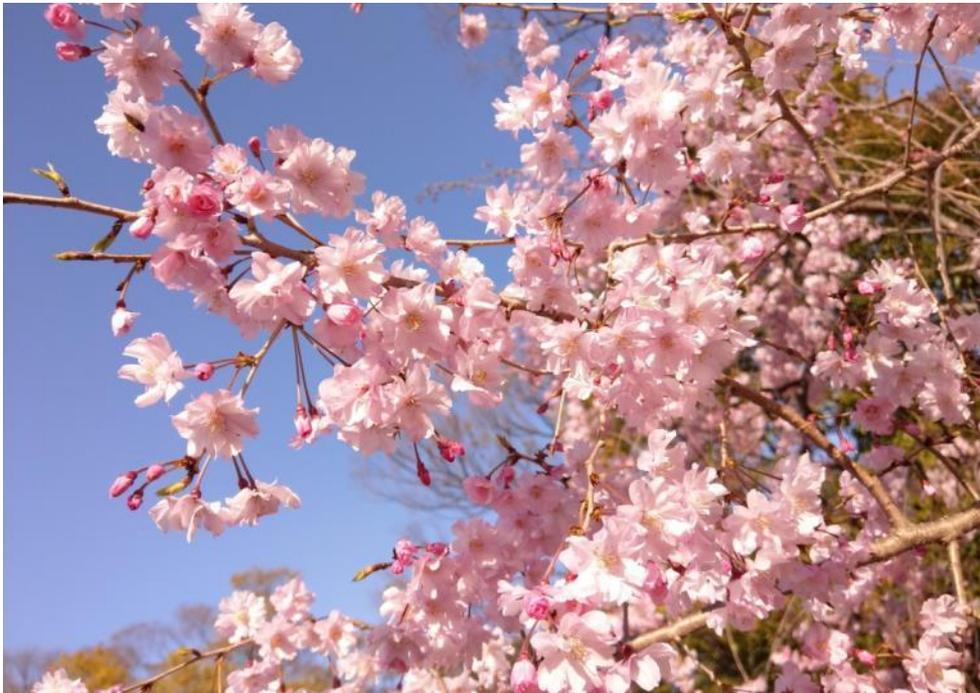
9~11月秋季，氣溫約26~12度(涼爽)

12月~2月冬季，氣溫約15~-3度(寒冷)

3月~5月春季，氣溫約6度~23度(舒爽)

6月~8月夏季，氣溫約25~35度(炎熱)

日本氣候較台灣乾燥，冬天須做好保濕，天氣舒爽，四季分明





1-上課時間為**星期一至星期五**，六日休假，日本國定假日也休假

學校備有**食堂及便利商店**，種類多樣性可供選擇

2-宿舍備有**廚房**，可自行料理

附近有超市可進行食材、生活用品採買

3-搭電車可至大阪市區，可添購衣物、藥物等生活用品

2.交通

電車及步行為主

(也可購買腳踏車或輕型機車，日本購買腳踏車需要登記名字，機車需要日本駕照)

推薦：日本的交通IC卡

(ICOCA、Suica、PiTaPa等)

日本全國電車及公車、

便利商店及部分商店皆可使用



3.生活開銷

日幣比台幣的匯率約為**0.28**

(100元日幣為28元台幣)

日本物價約台灣的**1.2~2**倍左右，(以下金額皆為日幣)

例如：超市的高麗菜約100~200元、麵包約160元；

學校食堂的餐點約300~500元(咖哩飯、豬排飯、烏龍麵)

外食(餐廳)，麥當勞約800~1000元、拉麵800~1200元

交通費電車為110~150元起跳(至市區來回500~800元)

3.生活開銷

一個月的開銷大致為：(單位為日幣)

房租水電：12000元

交通費：5000元 (至市區來回一趟為800元)

食事費+食材費：2~30000元

健保費：3000元 (看病可補助)

其餘生活費：1~20000元

總計：7~80000元左右(約台幣19600~22400元)

* 金額多寡因個人而異



心得與建議 /

心得

- 1.絕無僅有的經驗(學習、與人交流、獨立、抗壓性、表達能力)
- 2.大開眼界(與不同國家的人進行想法交流)
- 3.最重要的是：**改變想法**

對我來說：

個性上，訓練自己用非母語的語言(日文、英文)跟日本人、其他國家的人進行交流，讓我不怕生

學習上，踴躍發表自己想法、學習思考

生活上，學會了料理、與其他國家的人進行各種生活型態交流

建議

- 1.不管去哪個國家，基本語言能力還是很需要
- 2.遇到挫折要懂得面對，一人在外要靠的是自己
- 3.踴躍去嘗試新事物，隨時保持樂觀向上的學習精神

滿滿的回憶



滿滿的回憶



滿滿的回憶



想看更多照片的、對大教大有興趣的，
歡迎來詢問我嘢！

FB：黃喬喬

IG：joychauchau_921

感謝聆聽