



## 國立臺灣科技大學海外研習心得

姓名：郭 O 佑

系所：設計系

學號：B10230111

研習學期：

107 學年度第 2 學期



交換國家/學校：日本/  
芝浦工業大學



研習學校授課語言：英文/  
日文



研習期間：

2018/09/01~ 2019/01/31

2000字報告必須包含下列幾項：

**第一部分 (1500字以上)**


- 一、行前準備
- 二、修課介紹
- 三、生活面臨的困難與解決方法

**第二部分 (200~500 字)**

- 四、心得分享
- 五、給學弟妹之建議
- 六、附說明之出國研習照片12張

\*篇幅若不夠請自行複製使用





## 行前準備

### 一. 相關文件

**入學證明** 在確定台科的交換學生資格後，請耐心等待姊妹校的入學證明。填完台科和芝浦等等需要填妥的資料，取得姊妹校的入學證明後再請去“日本交流協會”辦理留學簽證，請記得先將入學證明複印留底。

**簽證** 在拿到日本學校所發的入學許可之後去日本在台協會辦理留學簽證，不需要預約，走進去後和警衛說你要辦理的項目，他會告訴你在哪裡辦理，辦理前請先確認：1.護照(需複印有照片的那面) 2. 在留資格(需複印一份) 3.申請書(可以線上或當場填寫) 4. 2 吋個人 照片一張 5.身分證(需複印一份) 6.簽證費。基本上簽證只需一個工作天即刻完成，但還是早點處理好比較方便。

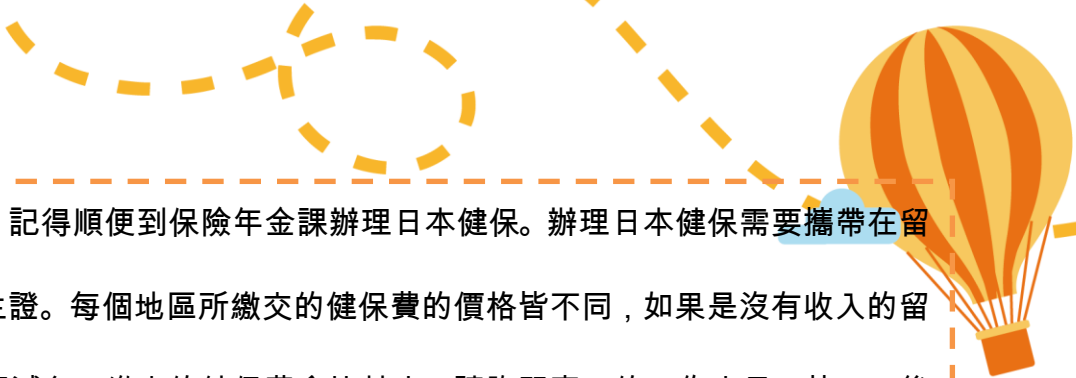
**行李準備** 生活費帶 100 萬日幣其實算很夠。如果是九月去的同學，衣物的話記得要一件厚的羽絨外套，其他其實不用帶太多，因為你在日本不可能不買衣服。還要帶一雙在下雪時防滑的鞋子比較好，如果你有去會下雪的地方。其他就自行斟酌，像是盥洗用具到當地再買就好。身分證可帶怕護照遺失麻煩。

### 二. 到達當地

**在留卡** 到日本當地後，在特定機場就可以領去在留卡了。領到在留卡時，一定要確認清楚上面印的各項資料有無錯誤，有錯的話要趕快提出。無論是從哪個機場入境，必須在住址確定後 14 天以內到附近的市役所區役所做住址登陸手續。在留卡是外國人在日本最重要的身份證明證件，一定要保管好，千萬不要弄丟了。

**日本健保** 辦理在留卡的時候，戶政事務所的人員會問你要不要辦理國民保險及退休金辦理，在日本長期居留的外國人必須加入日本健保。到區役所辦理在留卡






外國人登錄時，記得順便到保險年金課辦理日本健保。辦理日本健保需要攜帶在留卡、護照、學生證。每個地區所繳交的健保費的價格皆不同，如果是沒有收入的留學生，可以辦理減免，繳交的健保費會比較少，請詢問窗口的工作人員。萬一日後到醫院看病的話，有加入日本健保，醫藥費有補助。

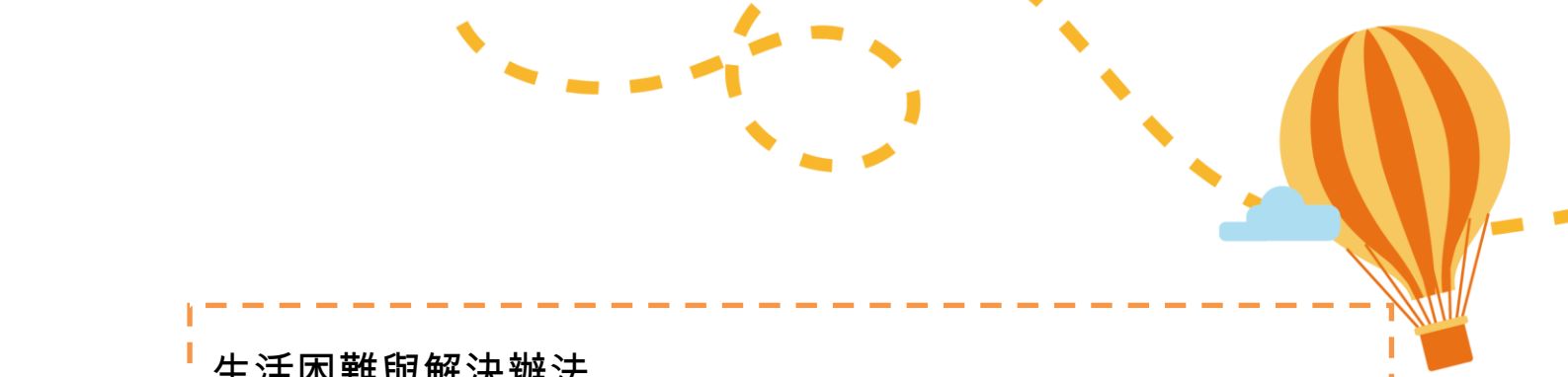
**開戶** 外國人要在日本的銀行開戶，需要在留卡、日本健保卡、護照、印章。此外，持有長期簽證但在日本的居留時間未滿 6 個月的外國人，不能在日本的銀行開戶。但事實上各家銀行的審核標準不同，向芝浦就有向學生說明，因為我們只有 5 個月所以比較適合的就是辦郵局或是新生銀行。

**手機** 因為我是開新生銀行的戶頭，所以必須要辦理能打電話的卡，但是基本上日本電信都是綁一到兩年所以我詢問了很久，後來在 biccamera 有找到半年約的方案，如果同學不需要辦新生銀行就不需要辦打電話的功能辦網路就好，網路功能就不需擔心綁約的問題。

## 修課介紹

在芝浦交換是叫做三明治計畫，然後有針對這個計畫開了許多課程，同學可以依照三明治計畫的課表選修課程，這些課程都是英文授課(芝浦網站上找的到課表)。我總共修了六門課，分別是 兩門日文課四門英文的專業課。因為芝浦其實沒有商業設計系所以我選了一些我感興趣的課程來上像是有兩堂關於建築。日文課有分三個程度的班看你程度適合哪個。芝浦有三個校區所以在選課的時候要注意一下，我選的課都是在大宮校區。芝浦其實也有讓留學生選擇一般日本學生上的課程，但是是全日文所以必須要申請，標準是最少要日檢 N2。





## 生活困難與解決辦法

住宿部分因為芝浦的國際學生寮通常都給待比較久的外國學生住，台科交換只有半年所以很難申請到，不過還是要申請看看。解決辦法是學校是有提供租屋網站所以可以透過那些網站來申請，有一些公寓水電是分開算的還有不會附家具這是要注意的。不過我是自己去找別的網站找租屋。日本租房子的一些規局是要特別注意，例如訂金、保證人等等.... 有問題請記得上網查，很多資訊網路上其實都查的到。如果日文不夠好的話很多事情記得聯絡芝浦他們都會熱心幫忙。還有就是辦帳戶、電話、在留卡等問題，當你搬到新地方就要到當地區公所辦簽入要離開要搬遷出，這些問題請先上網了解一下比較好，基本上日常生活沒什麼特別困難的地方。如果吃飯要省錢就自己煮或是去超市買便當。





Search



My user name

Monday at 11:00 AM



你，在想些什麼？

#### 心得

很慶幸自己能夠出國留交換留學，體驗到從未有過的新鮮生活，藉由這次機會不僅讓我視野更廣和提升自己在外的生存能力，還讓我更了解日本這個國家，雖然只有半年而已但是也讓我留下很多美好的回憶也認識到了很多朋友。這半年的留學生活體驗了很日本文化，吃了很多美食，遊覽許多地方，透過這次的經驗更期待下次的回訪。

#### 給學弟妹建議

芝浦交換學生有來自許多國家的學生，互相交流很好玩，去芝浦其實會說英文也很夠，像是芝浦的國際事務處裡面的人員也會講英文不用太擔心，有問題都可以問他們，但是其實留學生活如果會日文當然比較能夠交到日本朋友，畢竟會當地國家語言而且比較快融入他們的生活。台科大提供交換的機會一定要好好把握，脫離舒適圈多看看外面的環境一定有所收穫，有機會一定要出國走走。



TaiwanTech.OIA and 291 others

55 comments



Like



Comment



Share



Search



My user name

Monday at 11:00 AM



你，在想些什麼？

I'm so glad to have an opportunity to be an exchange student and get experience a special life that I have never had before. This opportunity not only gives me a broaden my horizon and enhances my ability to survive on aboard, but also makes me understand the country of Japan. Though only half a year to stay in Japan but it leaves me an unforgettable memory and I get lots of friends. In the past five months, I have experienced a lot of Japanese cultures, eaten a lot of food, and visited many places. I look forward to visiting this beautiful country again

In Shibaura, there have many students from various country, communicating with them is very fun and challenging. if you only can speak English! that is no problem in the Shibaura. because the staff of the International Affairs Office they can speak English and they are willing to solve your problem. However, in fact, if you can say Japanese that can help you get Japanese friends and comfort to live in japan, easily. after all, talk to the locals in their language that can improve you to immerse yourself in their culture. NTUST Provide many resources for students so when you get a chance to go abroad just go. The further you get away from yourself, the more challenging it is. Not to be in your comfort zone.



TaiwanTech.OIA and 291 others

55 comments



Like



Comment



Share





照片說明：

芝浦為留學生舉辦的  
Welcome party



照片說明：

入學說明會



照片說明：

萬聖節 party





照片說明：

Home visit 一日日本家庭  
生活體驗



照片說明：

芝浦工業大學-豐洲校區



照片說明：

東京淺草



照片說明：

福島滑雪



照片說明：

鎌倉大佛



照片說明：

一年一度的川越季



照片說明：

芝浦工業大學-大宮校區門口