

國立臺中教育大學赴姊妹校交換學生心得報告

2017年4月10日

姓名	李昱勳	就讀系所 及年級	科學教育與應用學系 四年級
交換期間	自 2016 年 3 月 29 日 至 2017 年 4 月 07 日	交換學校名稱 系所及省市	日本兵庫縣國立兵庫教育大學 自然分野
學號	ASC101107	手機 E-mail	0963872828 buka135@yahoo.com.tw

心 得 報 告 內 容

(一) 申請動機

以「用雙腳翻覽這世界書」為核心。以「挑戰、學習」為目標。

此交換為本人首次出國，為期壹年的留學是非常大的挑戰，很多朋友都問我為什麼要交換，當時的我認為：出國後面臨的是一個全新的生活環境，交換地點為日本，安全上並無須擔心太多，再者，本人對於日本有憧憬、嚮往，往後的學涯與就職工作在日本發展並不無可能，此次機會無非是試試水溫的最大良機。

(二) 在本校之申請流程

1. 透過同學，得知成為交換學生的相關資訊與手續，其實並不複雜。
2. 提交交換手續所需要之相關文件，成績單、推薦函…等至國研處申請交換。
3. 曾申請京都產業大學，該次名額二位，有三人申請，但日本語能力測驗之成績低於兩位，沒能選上。得知該結果後才報名兵庫教育大學。
4. 參加寒假國際冬令營隊，作為出國前與外國人相處的暖身準備，另外改營隊之服務時間可作為義工時數。
5. 限時內提交所有文件。

(三) 學校特色、學期制度等

學校人文環境特色：

國立兵庫教育大學，與台中教育大學同為教師培育之大學，此學校具備大學部與碩班之學術資源。創校之初只有碩士班學程，學士班往後才開設。學士與碩士之學生人數大約同為 600 人左右，共約 1200 名學生，就人數而言是所規模小的學校。

校園腹地雖然廣大，作為停車場的面積並不佔小數，是因為就讀此校之學生大多以汽車作為出入學校之交通工具，與台中教育大學之學生以機車作為交通工具相比略顯新鮮。日本之汽車駕照駕訓班，據說學費略高於台灣，也嚴苛許多，但台灣的駕照可以在日本國裡使用、租用。日本汽車車牌的顏色裡，其中有黃牌種類，僅為 750cc，為「輕型汽車」，超小型超可愛，是可以開上國道高速公路的，此車種之過路費有折扣，是另外計費。

學校圖書館一樓設有「可對話」之場所，同學們可在圖書館裡說話討論。且圖書館設有免費領取影印紙制度，只要寫入學號、姓名與用途，每天每一個人可領取 10 枚雙面空白影印紙，作為個人報告之輸出用途。

自然コース裡的教職員，物理、化學、生物、地科四大領域皆有三名教授。我在兵庫教育大學之指導老師的專業為分析化學領域。在此大學裡，沒辦法做當時在台中教育大學類似領域之實驗，也沒辦法做老師專業領域之實驗，我想是因為講述、指導之困難與身分的問題吧，生活語言不會是個問題，但解釋專業術語不會是易事，再者數據確實是需要大量的時間與精力換來，我為短期交換留學生，交換來此當然不是以研究鑽研為目的，清楚明白老師的想法。在碩班休息室裡，老師給我一個獨立座位空間，供我使用。在學期間每周三下午五點整，都有例行的實驗室會議，我都會參加。學生們依照年級作為順序，按週次輪流報告，個人認為最為特色的是化學領域三名老師一同出席參加實驗室會議，也就是三個化學實驗室的師生一同開會。會議中，有主持人，此為上一個報告者，以此輪流。報告者結束後，三位同為化學領域但不同專業的老師們，交互提出問題於報告者，藉此發現缺失與盲點，實在是太棒了。一年裡實驗室會有三次大型聚會，分別是新年會、實驗室旅行、忘年會。新年會，顧名思義，新的一年有新入之學生，藉此活動認識彼此，融入彼此「新的一年請多多指教！」。而忘年會可想而知「這一年來，謝謝你的照顧，來年還請多多指教！」。透過此交流，有更多的話語可以表達，增進彼此的羈絆，這就是日本人強大的原因之一我覺得。然而，實驗室旅行更是讓我驚艷，在暑假舉辦，師生一同出遊旅行，雖然期中實驗進度發表在這當中，但目的仍為：增進彼此情感、放鬆出遊與啤酒(出自日本人)。2016 年旅行地點為三重伊勢，兩天行程，第一天下午抵達溫泉旅館，打理後集合，旅館裡面做期中實驗進度發表，晚上宴會有日式料理與啤酒，一同作樂，結束之後到房間宿舍舉辦第二攤 party，啤酒、撲克牌、UNO...等遊戲，感覺這時候的老師們，不再有學校裡的那種身分架子，「老師也是人」的廢話一直蕩然我心，但師生間獲得了學校以外的共同經驗後，感覺真的很不一樣，觀光伊勢神宮與其周圍之商店街後賦歸。

碩士班做實驗時，老師會在一旁輔助指導，相較過去本人在實驗室之經驗，進入實驗室時會有指導學長或學姊帶領，一段時間後便能上軌熟悉實驗套路與實驗做法，往後之大部分實驗都是自己一人，實驗中若出現問題，不是請教學長姐，就是上網閱覽期刊，解決之。相較此經驗，此大學之實驗室生態令我驚豔。

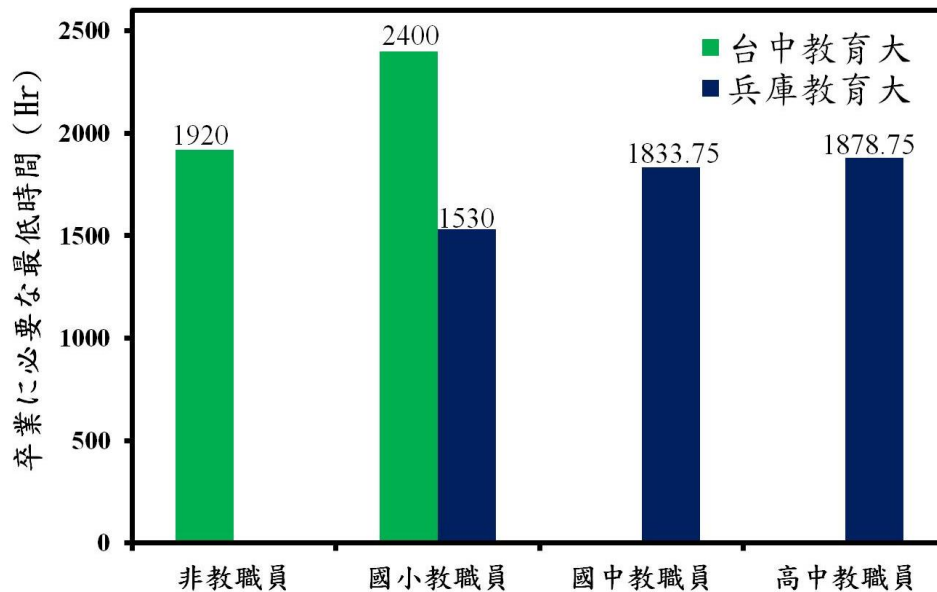
學校學期學則制度：

兵庫教育大學學校為培育教師之大學，然而與台中教育大學不同的地方為教員資的取得。兵庫教育大學之畢業學生必然為國小教員，關於國小教員的學分，不分系皆為必修學分。再者，國中教員與高中教員之教員課程，作為選修學分，學生可依照個人志願修得此類課程與否。一個學年分作 2 學期，前期與後期，原則每學期 15 週上課週。台灣以「節次」為課程單位，兵庫教育大學則以「時限」為課程單位，一天有 5 個時

限，每個時限 90 分鐘，間隔 10 分鐘，早上九點整開始是下午 6 點整。基本上若想取得 2 學分，則時間花費為一個時限(一門課)持續 15 週上課日。再者，若欲與台中教育大學做相關之比較，得下述。兵庫教育大學畢業之國小教員門檻學分為 136，國中教員為 163，高中教員為 167。台中教育大學非教職員為 128，國小教員為 160。若再添入上課時間與每學期上課週數，可得每種門檻資格所需要的上課總時間，示下表圖。由下圖可觀察到，從台中教育大學畢業的非教員身分之學生所花費的時間相較於兵庫教育大學畢業的任何一種教員身分所花的時間還要來的高上許多。台中教育大學之國小教員所花費時間最高。在自我做出結果報告、得知此情況後，我思索其中的什麼，但後來我認為，這並不能顯示優劣與其他，唯獨一種表象與事實。再假設，若有二學生為同一類學生，分別就讀兵庫教育大學與台中教育大學，在這當中兵庫教育大學的學生，在剩餘課後的時間能作為甚麼利用，能提升自己其他領域程度多少，相較課堂時數台中教育大學學生，在課堂中，學習到的知識技能，又有多少。專業與更專業？我不懂。制度下的個人造化，是很大的變因。兩者學習的領域各具其長我覺得。

(下示之表格與長條圖出自本人專題最終發表之報告部分內容)

	基本的な学分 单位の時間	状態	最も低い卒業 单位	総合時間
兵庫教育大学	一つ時限 (90分)	小学校教職員資格 (必修)	136	91800分 (1530時間)
	15周	中学校教職員資格 (選択)	163	110025分 (1833.75時間)
	→2学分	高校教職員資格 (選択)	167	112725分 (1878.75時間)
台中教育大学	二つ節次 (100分)	非教職員 (必修)	128	115200分 (1920時間)
	18周	小学校教職員資格 (選択)	160	144000分 (2400時間)
	→2学分	中学校教職員資格 取れない	--	--
		高校教職員資格 取れない	--	--



(四) 出發前準備過程 (如簽證護照、選課繳費、安排接機、申請宿舍等)

我到台北辦理護照之簽證，簽證辦理無法當天領取，所以住在同學家一個晚上，然後隔天領取簽證。

選課繳費為到達該校選課之現場選課，作為交換學生，無法網路上選課，故無需準備。安排接機，學校辦事人員擇日，通知該屆留學生該日前往日本，並一同搭乘校車回學校。

宿舍申請，作為該校之交換學生，可入住該學校之國際交流會館留學生宿舍，故無需事前申請，房號則由學校處理，基本上男生會入住較低樓層之宿舍。

(五) 抵達後過程 (如報到、選課、安頓生活所需等)

安排接機方面，於 2016 年 3 月 29 日搭飛機前往關西國際機場，在當日有一學校人員來機場接機，該屆交換生赴日時間相同，所以與越南、中國等各國留學生坐校車一同前往兵庫教育大學。

報到，機場報到為第一次點名，一同前往兵庫教育大學。當天晚上發放宿舍鑰匙。隔天進行第一次留學生會議，說明選課、校車、宿舍、生活等等訊息，並在結束後拍個人大頭照，作為學生證之用。

選課方面，在學期第一周，學校學生支援課會給予留學生們一張選課單與開課課程書，可透過此書找尋有興趣之課程，得知上課時日進行聽課，課後經詢問獲得教師上課許可並簽名，而後提交至學生支援課，期間一週，此為選課流程。無須繳交學分學費。

申請宿舍方面，原先應該入住國際交流會館，該棟為國際交流學生之學生宿舍棟，但該屆交換生過多，以至於我和另外一位同為短期交換留學生入住第 10 號棟，學生宿舍第 10 號棟用途為該校之碩士班國外留學生之用，該棟宿舍裡有個人衛浴、廚房、書房與兩間臥室，具備電視機、電冰箱、微波爐、無線網路機，地板則為榻榻米、木地板，兩張單人床，其實為家庭式宿舍，因為許多碩班留學生是有家庭的，可能丈夫與小孩

同居等等所以相當寬敞舒服，但該棟宿舍之宿舍費為國際交流會館宿舍費兩倍之高。

(六) 上課情形簡述及注意事項

上課情形，前後兩學期我修習：化學實驗、環境物質化學、機能物質化學、物質與能量科學等課程，上課方式就如同台中教育大學多半以聽講的方式做授課，大同小異，而小異之處在於許多在教室聽講的課程當中，教師會參入許多小型的實作教學，並非僅限於「實驗課」才能實作，或者是將課程分為單數、雙數週，一堂聽講，教室外實作之授課方式，理論與實作並進之，告知、認識、實作、偵錯、思考、糾正…等學習的各個階段在此類型之上課方式中進行，對我而言是非常喜歡的上課類型。

實驗教室，在上實驗課的第一節課上，化學老師們(共三人)齊聚一堂，共同講授，一人在台上講述實驗室基本配備、注意事項、化學基本計算式…等應該知曉的事情，在當天各組以 2 人(若大型實驗則會並組為 4 人一組)形式分組，並以發下的實驗用品項目表作依歸，計算器皿數量，並洗淨放於置物架晾乾，另外兩位則在台下輔助學生們補足器皿之不足與其他。實驗教室沒有電熱板，而是以瓦斯管線與火柴作加熱的用具，相較台中教育大學以電熱板來進行實驗加熱。再者，儘管藥品室老舊，藥品使用規則與安全係數在我眼裡看得出還是有一定程度的規管，但實驗課時，老師與助教皆已將實驗藥品備妥，無須學生們進入藥品室備藥，所以僅此一次進入藥品室裡，每週都有實驗報告要寫，繳交上週之實驗報告，並無實驗實作考試。學期間，三位老師與碩班生都會與大學部一同進行化學實驗，在旁輔助學生。

另外學校有開設針對外國學生日語能力的授課課程，但並非全學期 15 週，每學期僅有 10 週的課程，並分為中上級日本語與初級日本語共兩門課程供學生選課，課程無法納入學分計算，且上課日之時間並無重疊，想要同時修習兩者課程是可以的。兩者的課程內容都是注重口語能力。

期中考與期末考，在這一年所選修的課程當中，並未進行期中考試，但期末考試無不沒有，關於期末考試，以紙筆測驗形式實行之，其中二件令我記憶猶新的事：考試卷當中，第一行寫明「八題挑三題寫，四題以上之答分不列入計算。」當時想：「怎麼我寫到第四題大家都交卷了！一定是我日文的閱讀理解太慢，好難啊。兩題不會，大家也太厲害了。」當時寫完八題後才看到考卷上那句話，本人於台灣之測驗歷程僅有類似於「十二題圈選十題做為 10 分計算，其餘為 5 分。」，實在哭笑不得。第二，就是所謂的 cunning paper。在第二學期期末考時候，「怪了，明明試題卷和答案紙都發下來了，為啥大家還不把筆記收起來。我沒看錯吧！放旁邊耶。」cunning paper：只能寫一張 A4 大小紙張的筆記，可以在考試時候看，連同答案紙一起繳交。每人都有！難聽點的話，自己會稱是「合法小抄」，因為語言聽力導致只有我沒有，但是題目該給的條件參數都有給，不需要另外筆記也可以作答的。

(七) 當地環境簡述及注意事項

兵庫教育大學位於兵庫縣加東市下久米，海拔 150 公尺左右的山頂地區。加東市是一個純樸又鄉下的地方且空氣新鮮，具有過敏體質的我，在台中生活時袖珍包衛生紙是每日的必需品，但在此生活後就不再需要它了。兵庫教育大學腹地廣大，略顯東西狹長型，然而國際交換學生宿舍棟位於學校內最東側，學校教室、學生餐廳與行政樓位於校地中央，偏西側則是體育館、操場與游泳池等運動施設。所以要走到教室上課、參加社團活動或是體育館運動的話，需要走最遠的距離即是國際交流學生棟。學校內只有一間便利商店(山崎便利店)，儘管店小，店裡的商品應有盡有，但相對外面商店要來的高額，偏鄉與山上的緣故我認為。校園內有學生餐廳，餐點選項具備咖哩、拉麵、定食…等熱食，且每天都有不同的「特別食」也就是特別套餐，雖說是餐點中最高額的，但也僅 510 日幣。學餐外有間麵包店，種類繁多，但開店時間非常短暫，早上 10 點半至下午二點左右，依照當天販賣程度閉店。再者，學校巴士，周一至周五下午三點發第一班車到山下最大的大賣場 AEON，供學生們搭車下山購買生活必需品，巴士班車共四班，末班車為下午八點二十，經過市役所、高速巴士站與大賣場。另外公眾交通施設廂型車，專門載送學校至高速巴士站搭車的利用者們。再來就要提到，向外旅遊的車程第一步，就是去搭乘高速巴士，要說學校周邊有多鄉下的話，若沒有汽車的情況下，若想要出校門，就必需搭乘高速巴士，學校步行下山需費時 30 分鐘左右到達高速巴士站，回程上山需費時 40 分鐘左右，所以不管是下山採買還是出外旅遊，校車對於留學生們來說是非常需要的，但最重要的是周末兩者交通工具是沒有行駛的，然後學校內唯一一間便利店也晚開早修，周末的校園非常「清幽」，若想逃脫此地到有趣的市中心逛街旅遊，必須步行下山，高速巴士站能直達神戶三宮與大阪梅田。晚上回學校的山路路燈稀疏，街道灰暗，但星星與月亮非常的美麗，學校最美的地方我認為就是夜晚的天空了吧。

(八) 總體心得及建言

1. 關於兵庫教育大學尾關老師化學實驗室。由於我的指導老師為分析化學專業，故有實驗室，在這交換期間老師有安排一個座位給我在碩士生休息室，供我使用。碩士班作實驗時，老師會在一旁輔助指導，相較過去本人在台中教育大學實驗室之實驗經驗，進入實驗室時會有指導學長或學姊帶領，一段時間後便能上軌熟悉實驗套路與實驗做法，往後之大部分實驗都是自己一人，實驗中若出現問題，不是請教學長姐，就是上網閱覽期刊，解決之，老師詢問的時機點大多是進度報告與大瓶頸之類的問題。相較此經驗，此大學之實驗室的教與學生態令我驚豔。
2. 關於打工之第一。首先，我曾在日本富士通代工廠打工，當時剛來到日本生活，認為生活費的負擔是否給家裡過大的念頭很強烈，所以想利用課餘之際在短期內賺到一定量的金額，眾多留學生在附近一間遊樂園打工，但己身打工條件與環境並不足以讓我想在那邊打工，遊樂園負責區域男女有別，具消息男生必須待在場外負責交通停車等指揮引導。再者，身為來日交流作交換生的我，打工只是次要中的次要，不想花太多時間行次要之事，手機代工廠對我來說是能在短時間內籌到最多金額的

選擇(留學簽證的打工時數為一周最多 28 小時)，所以與來自迦納、蒙古、越南等在兵庫教育大學一同學習的朋友先後進此地打工，在第一天時候進場區時候，看到打工環境與氣氛心中有股聲音「你不是能待在這裡的人，這裡不屬於你…。」在這裡好多外國籍的員工，依我看來越南人最多，公司內的告示牌內容的語言，第一行是日文，再來就是越南文，僅有少數才有英文翻譯，員工男女老少都有，休息時候大家看上去都是疲憊不堪樣，確實如此，許多部門皆以站立形式工作，早上八點二十開始，分作兩節，同於下午，至下午五點零五分，很多時候還有加班，至七點零五分。好強烈的排斥感，源於此地賺來的金錢是來自己身的勞力、精神力與時間，並非使用到任何過去所學習的內容，也就是屬於不讀書也能賺錢的工作類型，自認為讀書人的我坦承我在第一時間就抱有鄙視此工作的心態，但是，後來不定時回想這段經歷，在那僅僅 2 個月左右的時間裡，我看到了甚麼？我體會甚麼？我結論了甚麼？以下想法。

壹、在這裡外國人的日文會話都很厲害，也包含老一輩的越南嬾嬾們，在講話聊天時，並不會像日本人講日文依樣文法省略且發音連在一起，本以為此工作對話時機不多的，領導是日本人，我在想可能是因為員工都是外國人，所以日文也變得緩慢與標準，對我來說，在會話理解上更能明白，也更具信心了。語言是學來使用的，不要怕說錯，說錯是學習，當你怕說錯時就已經自己截斷了學習中的一部分，「就隨便說、隨便講呀，反正能懂就好。」語言是用來交流的，只要內心的意思能傳達給對方，哪管文法正確與否。

貳、中間休息時段與午餐時間，看著員工聊天也好，獨自休息也好的表情，能感受這當中的疲憊感，但為何要如此勞累呢？背後都一定有甚麼原因的吧，或許他背負著一個家庭的收入來源，即使辛苦也要撐下去。或許，為了短時間籌備金錢做想做的事情。又或者，這邊雖然辛苦，但薪水就是相較其他工作或者故鄉國家的薪資高。許多猜測性質的回答在中心出現，試圖想要理解其中的甚麼。唯一確定的事情是，會出現在此的基層員工，目的就是：錢。我不認為在此工作的員工對於該通做會報有多大的熱情，錢的背後有多少理由、原因或不得不，這是完全猜想不到的。這讓我想更認識資本產業的生態。

參、對於日本國內此工作之薪水，其實不算太高，再加上對身體有一定程度疲勞負擔的類型，相信日本人會將此歸類在下下之選，甚至不考慮，但是，我算了算之後，為打工身分的我每周最多 28 小時工作時間，卻能與學長在台灣就業的高科技產業公司就職身分之薪水差不多，這讓我激起一股台灣就業環境與薪資相較國外之差異的認識的好奇心。

肆、富士通周邊機體手機代工廠，生產線這種工作經驗對我來說是不可能在台灣獲得，這是我人生第一的打工，此工作類型對我來說，這一生就這麼一次，不能沒有，更無法太多，短期且經驗與感受的獲得認為是最佳的體會良機，我很珍惜該次的打工經驗。

關於打工之第二。再來，我也曾在今年正月初參加神社打工，因為日本過年過陽曆，所以正月一日即為新年第一天，與台灣過農曆年時氣氛相似，在年的最後一天 12 月

31 日為除夕夜他們稱大晦日，當日家族團聚並一起共進晚餐，當日凌晨零點時候，各大小寺廟會敲鐘、搖鈴禮拜，祈求新的一年平安順遂，許多民眾早在晚間 11 點左右排隊敲鐘，當地還有熱食燒酒供民眾利用，寒冷的冬天來上一杯燒酒真的暖浸心裡。然而，大年初一至中旬仍然有活動，急需人力，因此有了該寶貴機會。過年時日本家家戶戶門口或玄關會掛上「しめ飾り」作為迎接喜神的吉祥之物，寺廟裡架設攤販，有關東煮，麵食等小吃，當然也有賣許多新年物品，這幾天裡我們就在該地幫忙。而我在熱食販售區幫忙，關東煮攤位「歡迎光臨，關東煮如何呢？啤酒如何呢？」等語句叫賣。與客人、攤販的老爺爺奶奶互動真的是很開心，打烊之際還給我們留學生們當日未賣出的關東煮物與一碗熱熱的烏龍麵。在寺廟裡完全收拾之後還辦了個火鍋與壽喜燒的慶祝會，雖然沒辦法如同母語依樣與他們暢談，但還是非常開心，啤酒、燒肉、海鮮煮物等上級料理，一桌要價一萬日幣左右，真是多謝款待呀。

3. 關於擔任義工。我曾在附近瀧野市立圖書館擔任咖啡義工。之所以會有此機會是因為一位日本籍老師，我們都稱他為松本先生，目前他擔任此兵庫教育大學台灣留學生們的日語教學老師，這源於上幾屆台灣留學生們的緣故，我記不得太多，因為某活動下學長們認識了這位老爺爺，然而他曾在台灣工作過一陣子，能說中文也擔任過翻譯工作，當時他從事教書，從那時候開始就定時的在兵庫教育大學學餐「開課」每周一次，不收費且時間討論好後就可以開始實行，目的在解決台灣留學生們學日文時遇到的問題與練習日語口說、聽力等，每周都必須寫日文作文，最後的上課時間做念誦與分享，我認為這是非常棒的資源，很感謝松本先生。在某天，老師拿了份宣傳單給我們，就是圖書館咖啡義工，松本先生想要在圖書館靠門口的休息區附近挪出小小空間以提供前來圖書館的民眾有享用咖啡的機會。他年輕時候在圖書館看書，出來歇息時想要喝杯暖暖的咖啡與糕點餅乾，但在當時並沒有這種東西，於是現在的他便想要自己來做，並獲得了那間圖書館之許可，其目的不再於賺錢而在於讓民眾更幸福。於是我們在每周六的中午時段過去那邊幫忙，擔任義工做搬桌椅洗器皿的準備、泡咖啡與善後收拾。看見來往的民眾像這邊觀看時，「咖啡如何呢？」老師就會這樣與之說到，剛開始看上具好奇的民眾們前來購買時也常問到開設此咖啡攤的原因，老師就再說一遍，做久了，漸漸的有了固定的客源，每周都會來喝的，也有喝了一次就沒看過再出現的客人，當時的我從表情看上去，感覺得出來他對此咖啡品質並不怎麼高評價，沒錯，我們所使用咖啡就是如此，是來自大賣場的商品，非常一般，但這永遠都不會是重點，我很肯定老師賣的是一種幸福感。一種想做、想實現就實踐的精神，是我的模範，很感謝老師。
4. 關於景點旅遊。在交換期間的這一年裡，我行了日本國內各地區大大小小的旅遊計畫，有神戶三宮、淡路島、京都、宇治、奈良公園、大阪、岡山倉敷、廣島、三重伊勢、富士山、鳥取沙丘、東京等。地區特色、維護、營造與宣傳令我驚艷，若回國後有人問我該地區好玩嘛？有甚麼樣子的特色呢？「走一遭吧！」不是不說，更不是沒有心得，而是必須要親眼見證、感受。

(九) 生活照片

右圖為某次派對，在國際交流會館舉行，有來自巴西、德國、蒙古、迦納、柬埔寨的朋友們齊聚，以各自國家的飲食為主題作交流談天。



左圖為研修旅行，日本兵庫教育大學為國際留學生舉辦的旅行，類似於畢業旅行，攝影地點位於淡路島的明石大橋。

右圖為兵庫縣加東市舉辦的秋祭祭典，兵庫教育大學留學生的我們有一攤位，介紹我們各自國家的文化與食物等。

