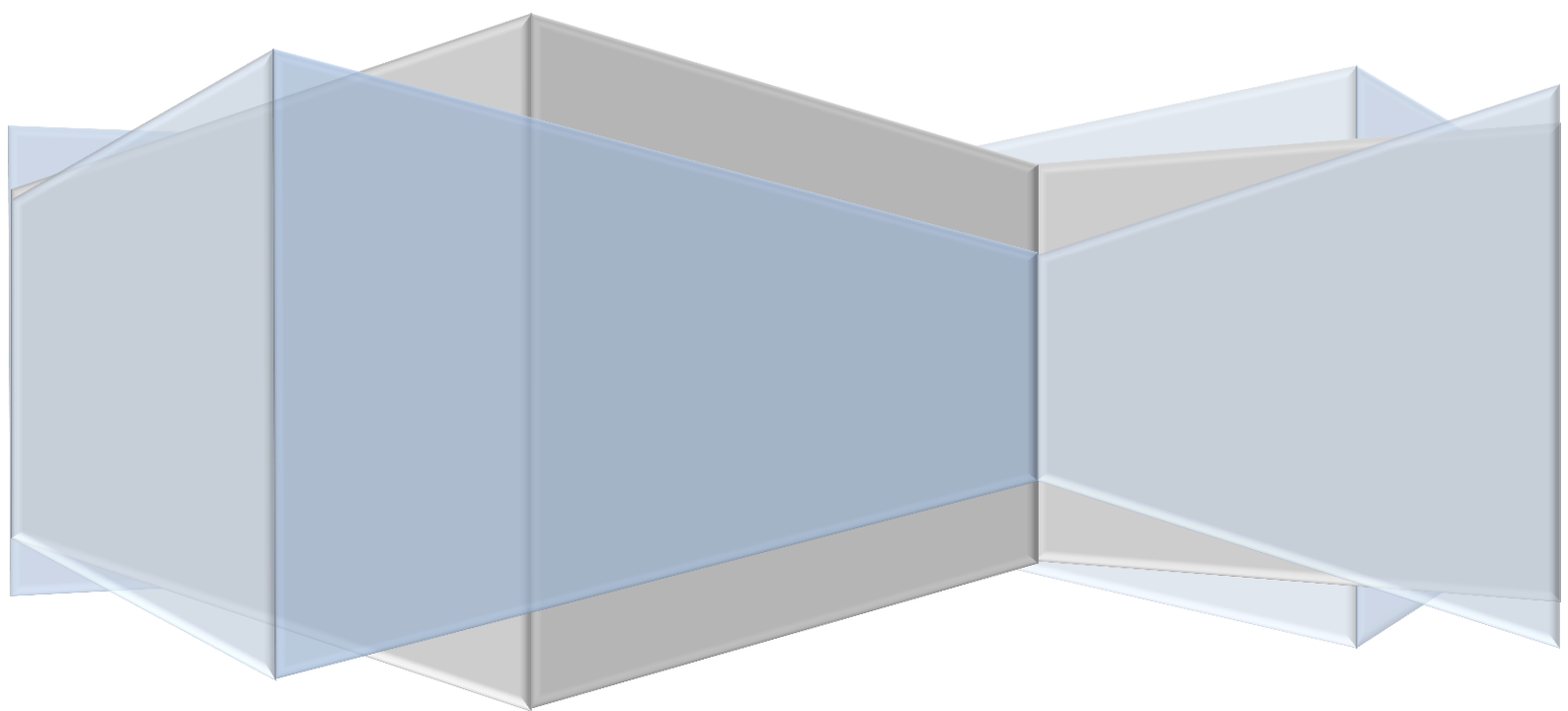


東吳大學

日本東北大學交換學生心得

企碩二 吳書儀



一、緣起

在就讀研究所之前，就抱持著一定要出國交換的理念。而後，開始準備托福考試，以便在學校開始開放交換學生甄選時做為加分之用。當初，院級交換計畫是抱持著嘗試的心態，沒想到甄選上了。同時，校級的交換學生資格也順利到瑞典苑雪品大學國際商學院就讀資格，於是在 101 年學年度上學期前往瑞典、下學期則前往日本。

二、日本東北大學介紹

日本東北大學，位在日本東北地區的宮城縣仙台市，前身是東北帝國大學，設立於 1907 年，是日本舊制帝國大學的第三所，2013 年是日本東北大學開始有女性入學的第 100 年。知名作家魯迅就畢業於東北大學。東北大學以工科聞名於全世界。日本東北大學在日本排名為 5 名、世界百大名校之一。

東北大學有五座校區，片平、川內、青葉山、星陵與兩宮校區。片平校區為本部，距離仙台車站最近。而經濟學部則位在川內校區。各個校區的學部都不同，片平校區為會計學院與理學院；川內校區為經濟、法律語文學院；青葉山校區為工學院；星陵校區為醫學院；兩宮校區為農學院。順帶一提，外國學生日文課則是在川內校區上課。



圖一：川內校區

三、行前準備

得知獲得日本東北大學交換資格時人在瑞典，還記得當時在準備瑞典學校的期末考。

1. 住宿

在得知獲得交換資格，首先開始著手處理宿舍問題。日本東北大學校方有寄宿舍申請表過來，並依照個人意願選擇住宿的環境。當初，只有三種可以選，國際交流會館(單人間、夫妻房、家庭房)、Universal House Sanjo Type A 跟 Universal Type B。2013 年 9 月，Universal House Sanjo II 完工後，又多了一個新選擇，房租比 Universal House Sanjo 更貴一點，約日幣 18,000。我被分到國際交流會館，房租一個月是 5,900 日幣。

國際交流會館跟 Universal House 的差異

- 房租基本費不同，國際交流會館只要 5,900 日幣；Universal House 三条要 10,000 以上。
- 設備不同，一搬進去國際交流會館，房間內有自己的廚房，但給跟同層樓的人共用廁所與浴室、房間內家具老舊，但有很多櫃子、廚房用品得自行購買、網路得自己裝，搬進去一周內沒網路、房間沒有空調，但有瓦斯暖爐(燒瓦斯取暖超貴)、洗衣服要 200 日幣、烘衣服 100 日幣。Universal House Type B 有自己的廁所、浴室，廚房共用，房內有空調。免費使用洗衣機、每兩周會有清潔人員清洗床單與腳踏墊、網路可在搬進去時馬上使用，之後再申請、廚房用品一應俱全，但大家都會使用自己的餐具。



圖二:國際交流會館門口



圖三:國際交流會館建築與垃圾場

2. 簽證

即使日本政府給於中華民國國民 90 天觀光免簽，去日本唸書還是需要簽證。學校資格審核通過後，要填一些文件，以利於在留資格證明書的辦理。記得我填了：

- Certificate of Eligibility

- 入學申請書
- 健康檢查表
之後等待日本校方寄送資料過來。辦簽證需要時間:約一天時間即可拿到學生簽證。
- 入學通知書。
- 在留資格證明書，正本與正反面影本一份。這兩項，日本校方會從日本寄快遞過來。
- 護照正本。
- 簽證申請書，可以在現場填，不會填可以問工作人員。
- 證件照 2 吋一張。
- 簽證費 1,100 台幣。由於東北大學位在宮城縣仙台市，沒收辦簽證的費用。

3. 準備銀行開戶相關資料

日本跟台灣一樣，銀行開戶時都需要用到印鑑。在前往仙台前，需準備好印鑑，方型或圓型印鑑皆可。開戶需要護照、國民健康保險證（抵達仙台後到區役所辦理）與印鑑。

4. 跟當地交換學長姐聯絡

得知當地有無二手貨可以買，可省下一筆錢。例如對於學生最實用的腳踏車。

四、 注意事項

1. 外國人登錄

縱使有學生簽證，在進入日本時還是要填外國人用入出國紀錄單與海關報稅單，過移民關時，移民官會把在留資格證明書拿走，換為上陸許可，並標明滯留理由與期間。從東京、大阪等地機場進日本，可以直接辦居留卡(在留力-ド)。若是要在日本打工，需要填一張申請書，移民官貼張貼紙註明可以工作。而仙台機場並無直接辦理在留卡的服務，需去區役所辦理。辦理在留卡需要攜帶護照。確認居住地後 14 天內，需要帶護照到當地所屬政府機關辦理申報手續(外國人登錄)，同時辦理國民健康保險證並申請住民票(一張 300 日幣，以便不時之需)。若無正當理由，入境 90 天內未申報者，在留資格可能會被取消。

另外，若是在在留期間需要回台灣或是到其他國家，在出境時要填再入國出國紀錄，並交給移民官即可，但期限是一年以內，此為視為再入國許可，就不需要另外辦簽證。視為再入國許可，若是在簽證期間需要短期離開日本，不需要到入管局申請再入國許可，在過移民官前填寫再入國許可，並交給移民官便可，為視為再入國許可，為一便民措施，但需要在一年內回來，否則再入國許可就會失效。回到日本時，還是要填寫海關申報單，但不用填寫外國人用出入境紀錄。若是需常常要離開日本，可以到入管局申請再入國許可，一次要價日幣 3,000。

2. 開戶

在仙台地區當地銀行-七十七銀行開戶，因考量到需要國際匯款(國際送金)，決定在七十七銀行的總行營業部辦理，地址為：〒980-0021 宮城県仙台市青葉区中央 3-3-20。就在仙台車站前的青葉通(青葉通り)。現場開戶須等約 2 小時才能得到存簿，在拿到提款卡之前，可到銀行臨櫃提款。提款卡則需要一周的時間才會以掛號方式寄到宿舍。

國際匯款部分，需到總行二樓辦理，並得知 Swift Code。若是有國際匯款到帳戶時，銀

行會打電話確認個人資料後再入帳。日本的ATM不是24小時都可使用，這點與台灣相差甚大。匯款只有在同一分行的帳戶才能免手續費，縱使是同一銀行但不同分行，手續費也會收到日幣105元，不同銀行的匯款，手續費可能是日幣210元到630元不等。匯款金額超過日幣三萬元，手續費會更高些。

3. 選課

交換學生的選課方式跟一般生不同，全部紙本作業，課程大綱也是得到教務部才能得知。從開學開始約有3周是選課時間，選擇想要修讀的課程除了需授課教師簽名，還需要指導教授簽名，並在期限內送到教務部。我想，這對於初來乍到的交換學生而言十分不便。值得一提，雖然東北大學有開設英文課程修讀，但若是想跟日本學生有多一點互動，還是得修日文教授的課程。

4. 現代人必備-手機

因為只交換半年期間，曾有考慮過不辦手機，就過原始人的生活。但考量到方便性，還是去軟體銀行Softbank辦了支Prepaid Phone。申辦手機需要國民健康保險證、學生證，每次預付金額為日幣三千或五千，可供使用兩個月，再加上日幣三百，可以無限傳簡訊，很多留學生選擇軟體銀行的手機是因為從凌晨一點到晚上九點這段期間，網內互打免費，但這點並不適用於Prepaid Phone，儲值日幣三千，約只能講15分鐘。故，解決之道為傳簡訊。值得注意，日本手機傳簡訊有兩種系統，一種是SMS，另一種為網路Mail，軟體銀行的稱之S Mail。若用Prepaid Phone傳簡訊給正常合約的手機號碼只能使用SMS，S MAIL則無法；再者，用Prepaid Phone傳簡訊給其他電信公司(DoCoMo與KDDI)，對方則收不到。



圖四:SoftBank Prepaid Phone

5. 現代人離不開的網路，宿舍沒網怎麼寫作業？

由於國際交流會館沒有預設網路，想使用網路得自行向NTT申辦。開學約一周內，會有NTT的工作人員在國際交流會館大廳辦理網路業務，可以直接向他們申請，並選擇電信公司（如So-net或其他，約一周內可以收到Modem，自行組裝後便可以使用網路了。在退宿前時，

也得自行打電話向 NTT 與電信公司取消合約(確定退宿時間時，越早打電話越好)。NTT 會將包裹袋寄到宿舍，將網路機盒與配件放進袋子並送到郵局寄出即可，為一便民措施。



圖五：NTT 寄來的網路機盒

6. 圖書證與校園網路

日本東北大學給予交換學生的學生證為紙本學生證，若要使用圖書館設施，需另外申請圖書證，當天申請便可以拿到。

而校園網路有兩種，一種為經濟學部的網路(同時還可以用 ICT Room 的電腦)，另一種為整個東北大學校區網路。都是需要申請才能使用。需要時間大約為一周。

五、 學生生活

1. 日本語修讀

在學期開始之初，國際中心會舉辦四次的日本語分級測驗。越早進行測驗越好，但若有 N1 證書則不需要進行測驗。根據測驗的結果決定修讀日本語的級別。一定要測驗過後才能修日本語課程。測驗結果會送到指導教授辦公室，同時也能從網路上查詢。同樣地，修讀日本語課程也是需要授課教師與指導教授的簽名。K-漢字、G-文法、S-口說、W-寫作，日本語課程內容以這四種分類為主。

2. 專業課程修讀

東吳大學跟日本東北大學簽定的交換學生合約為學院間的合約，不屬於任何一種交換協議，如 Colabs(共同實驗室)、IPLA、DEEP 等，故，在選課上相當自由，可以同時修讀英文與日文授課的課程。由於研究生能抵的學分有限，都選擇跟企研所有關的課程修讀。

這次修讀了在業界工作老師的課程，有一門課的老師是 Panasonic 人資部主管；另一門課是日本國際協力機構(JICA, Japanese International Cooperation Association)工作。兩門課的內容都非常實用，有助於了解日本企業文化與國際支援活動。



圖六:Career Development 期末聚餐

3. @home

此為學生會團體，不定期會為國際學生舉辦活動，如溪邊烤肉、Welcome Party 與 Goodbye Party 等，有機會可以多參加。



圖七:Welcome Party

4. 日文會話

此為 Mori Group 舉辦，每周晚上一次。此團體成員為退休人員，每人都說一口流利的英文，並自願教導國際學生日文會話，在第一次上課前會有一次小小的分級口說測試，並依照程度分為初、中、高級。中級會話課程為每周四晚上六點半到八點。

在最後一堂課時，會話老師邀請學生到他家作客，與其他日本人交流，並享用日本家裡料理。此課程可以磨練自己的口說能力，並了解其他國家學生的生活背景與文化。



圖八:Group Mori 會話期末聚餐

5. Happy Talk

每周固定聚會時間為星期一、四，中午十一點到下午三點。有時會舉辦活動讓國際學生體驗日本文化，如摺紙、和服、押花、製作和食(わしよく)與歌舞伎表演欣賞等。



圖九:Group Mori Happy Talk Farewell Party

6. 經濟學部國際支援室 DIEE

來到經濟學部有問題可以去 DIEE 諮詢。室長 Arongna 很好客，很歡迎國際學生過去坐坐聊天，有時可以得到有用的資訊。DIEE 也會舉辦經濟學部留學生的活動，多多參加，並認識不同國家的人。另外，DIEE 也有語言交流活動 Coffee Hour，可以藉此學習不同交換學生國家的語言。

在學期之初，可以在 DIEE 申請 Student Tutor，我的 Tutor 今年剛從德國回來，去年在德國交換一年，並在今年取得銀行的內定，十分優秀。DIEE 也是個可以認識不同國家學生的地方。



圖十：山形採櫻桃與陶藝體驗

7. 日本東北地區台灣留學生會

仙台地區有個台灣留學生會，雖然主要活動區域為仙台，但整個東北地區的學生都是此學生會管轄範圍。學生會讓人有安心的感覺，畢竟在瑞典苑學品的台灣人少之又少。學生會不定期舉辦活動，如迎新與送舊。有問題也可以在學生會的社團網頁發問，大家都樂於為各位解惑。



圖十一：於大河原船岡地區的迎新活動

六、 自助旅遊

到國外交換學生，自助旅遊也是一大課題。在日本移動主要的交通工具為客運與火車，日本客運業者眾多，可以先在網路上預訂車票，再去便利商店繳費；至於火車，日本主要分兩種鐵路公司，一種是國營的 Japan Railway(俗稱 JR，現已民營化)與私鐵，每個地區的私鐵公司不一樣。由於拿的是日本留學簽證，故無法購買日本政府給予持短期滞在簽證的優惠票券，如 JR PASS。不過，在學期結束前，持留學簽證可以轉換為觀光(短期滞在)簽，以便於購買優惠套票。

自助旅遊，是讓自己日文聽力與口說進步速度神速的階段，每天都在實戰，畢竟不是每位日本人都會講英文。還記得為了取消在網站上所訂的飯店房間，把自己學到會用的日文句型都充分利用了。

七、 綜合感言

能到日本東北大學交換是始料未及的，這次的交換讓我體驗不同於西方的文化，雖然一開始到日本有充分體驗到文化衝擊，畢竟先到過瑞典生活半年，再到日本生活半年，很容易將兩個國家的文化比較。其實，各有各值得學習之處。

短短半年的交換學生生活就此結束，這半年內自己的日文能力提升很多，雖然還沒辦法跟日本人對答如流，但基本上都聽得懂，我覺得交換半年很值得，同時也覺得交換期間其實要一年會比較足夠。在日本東北大學，很多事情都得自己處理，例如辦理國民健康保險與網路申請，由於入住是很簡陋的國際交流會館房間，不像 Universal House Sanjo 應有盡有，遇到許多事情得慢慢學會處理方式，也用盡各種省錢方式，如去垃圾場撿餐具。

剛回到台灣，總有點失落感。在日本生活的經驗，讓我決定好好精進日文，謝謝學校提供此機會讓我到日本開闊眼界，再度謝謝學校能讓我在一年內去兩個完全不同文化的國家念書。同時也謝謝在日本東北大學認識的朋友，語言無國界。