

國立高雄科技大學
赴境外交換生心得報告

National Kaohsiung University of
Science and Technology(NKUST)
Report on Exchange Experience

學 號 Student ID : F112190112

班 級 Department or Postgraduate Program/Year : 供應鏈管理系/
碩二

姓 名 Name : 常家浩

研修期間 Study Period : 114/2

研修學校 Host University : 日本愛媛大學

中華民國 115 年 9 月 9 日

Date:

1.

出國留學一直是我的夢想，終於在碩士的時候達成，事前準備在簽證方面也是第一次申請，因自身住在高雄，前往日本台灣交流協會高雄事務所辦理相當便利。在入境部分，由於在留卡只能在國際大機場領取，所以我選擇先飛去福岡國際機場領取在留卡，再轉機飛去愛媛松山機場，省去了去市役所申請領取的時間，最後也帶了台灣的茶葉與餅乾去拜訪教授與研究室的學生們。



2.

在宿舍方面，我選擇了愛媛大國際交流會館，雖然距離大學校區比較遠，但也因此體驗了日本郊區那種悠閒的生活氛圍。在報到後，會有國際生的健康檢查，要去體育館集合，那時才發現愛媛大學的國際生數量真的是非常多，也讓我感覺沒有這麼緊張及格格不入了。愛媛大學的位置剛好在愛媛縣最有名的景點：[松山城]的後面，所以在校園教室就可以看見城堡，真是一個特別的體驗。



3.

愛媛大學對於國際生非常友善，有專門的介紹國際生在日本生活的課程，讓我學到了很多在日本生活的知識。另外，我還修習了日文課，老師使用日文的方式教導日文也讓我感到十分新鮮，也讓我的日文程度變好了。我也有上工學部的深度學習課程，雖然課本上的日文專有名詞有些都看不懂，但感謝的是我的同組同學，一起做了報告，陪我練習如何上台用日文報告，最後也獲得老師的讚美真是太好了。



4.

在課外，與一起上課的國際生去吃了松山風的廣島燒，也各自聊天認識彼此，還在上完課之後舉辦了家鄉料理的餐會，希望我自己做的蛋餅有給他們留下印象。在研究室中，教授也積極舉辦各種活動來增加成員間的感情，我也參加了去海邊BBQ的活動，雖然那天太陽很大，我還曬傷了，但是真的太好玩了，留下深刻的回憶。台灣的朋友也來日本找我玩，我們一起去奈良展開寺廟參觀之旅，之後還去大阪採購一番，也讓我有種日本本地出遊的感

覺。最後回國前，家人也來找我，我們一起體驗了日本四國地區的各種活動和景點，為這段交換成為最棒的收尾。



5.

1. 語言能力大幅提升
2. 跨文化溝通與適應力
3. 獨立自主與生活技能
4. 國際人脈拓展

6.

這趟交換之旅是我求學生涯中最寶貴的資產。離開熟悉的舒適圈、獨自在異國生活，不僅大幅提升了我的語言能力與獨立解決問題的能力，更讓我建立了跨越國界的深厚友誼。畢業進入職場後，很難再有機會以學生身分長期沉浸於異國文化中，因此只要經濟能力許可，非常鼓勵學弟妹勇敢跨出第一步。



※心得報告內容大綱，請就以下主題分享，中文或英文至少 1000 字及 5 張圖片（含說明），12 號字：

Outline of the report: Please describe your experience according to the following sections with a minimum of 1000 words in Chinese or in English and five pictures (each with description). Font size: 12

1. 緣起 Origin

可就交換生準備、簽證辦理等出國前事項進行敘述

(This section may include the preparation for exchange, pre-departure procedures, visa application, etc.)

2. 研修學校簡介 Introduction of the Host University

可就該研修學校特色、報到與住宿等事項進行敘述

(This section may include the features of the host institution, check-in and accommodation, etc.)

3. 國外研修之課程學習 (課內) Courses You Took

(可敘述選課程序及狀況、上課情形、學習成效等事項進行)

(This section may include procedures of course selection, course content, learning outcome, etc.)

4. 國外研修之生活學習 (課外) Extracurricular Activities and Social

Life (可就課餘活動與當地及其他外國學生或民眾之文化交流經驗進行分享，並介紹交換學校之生活環境、住宿、交通、飲食及各項支出費用等事項。)

(This section may include details such as social life, exchange of culture with local or other international students, residential life, transport, food, and living costs, etc.)

5. 研修之具體效益 (請條列式列舉) Advantages Gained on Exchange

(Please use bullet points.)

6. 感想與建議 (Overall Comments and Suggestions)

備註 Notes:

1. 請依規定標題書寫，格式可自訂。

Please complete the report according to the headings regulated above, though you can make your own format.

3. 勿呈現個人基本資料 (身份證字號、出生年月日、電話、住址等)

Do not include personal information, such as ID number, date of birth, telephone number, and address