

## 一、學校介紹及課程

名古屋商科大學商學院研究所的學術表現在日本國內外都得到很高的評價，2014 年得到亞洲第一的殊榮(1st in Asia in Eduniversal Best Masters Ranking worldwide 2013-2014 (SMBG, France))，同年在日本國內也是得到第一名的評鑑，學校參與許多評選，每年都得到國內外的肯定(更多本年度獲獎資訊可以參考網頁 <http://www.nucba.ac.jp/en/news/graduate/entry.html?bid=61&eid=7369>)。

我們交換學生參加的 Global Leadership Program，在一個學期(semester)中分為上下兩個 term，中間以一周的假期隔開。每個 term 大約有十門左右的課程可供選擇，此外也有周末上課或者上一整週的密集課程。由於是開設給國際交換生的 program，因此所有的課程都是以英語授課。交換學生在選課上面要滿足自己學校(政大)的要求，如果是有領獎學金的學生，在 term1 要修三門以上的課程，並且要全部通過，否則 term2 的獎學金會被取消。

我自己上課的感覺，覺得課程教師的素質良莠不齊，因此鼓勵大家未來去該校選課時可以與交換學生和一年期雙學位生與學位生打好關係，流通一下資訊。所謂素質不好分為兩種，一種是上課的內容，一種則是教師的英語能力使人困惑。普遍而言在我交換的這個學期內，所有的交換學生都對課程感到失望與未被滿足。但是鼓勵大家可以選修 Doing Business in Japan 或是 Intercultural communication 這類可以了解文化的課程，以交換學生而言這會是最能有感觸也對未來幫助最大的課程。此外，該校有一些真對財金的課程是由日本當地有名的實務界人士來上課的，實務人士未必有教學的技巧，因此吸收上面每個學生的情況就不同，但是這樣的課程對於未來想往日本財金業界發展的同學而言會非常有幫助。許多同學們雖然對課程的老師授課內容感到沮喪或未被滿足，但是都透過老師的推薦或介紹而找到日本的實習機會，因此鼓勵大家不要因為課程內容就對學校失望，可以把這些當作建立關係網絡的機會。

## 二、生活及文化交流

食：名古屋有許多有名的在地美食，舉凡手羽先(炸雞翅)、味噌カツ(味噌豬排)、台灣拉麵等等，大家到名古屋可以一一嘗試，相信可以盡興而歸。很多人應該都聽說過日本人喜食冷食，確實日本人沒有喝熱水的習慣，舉凡便當、涼麵、漬物等等很多食物都是冷的，但是名古屋地區大部分的食物以及名物(名產)都是熱食，因此不需要過於擔心。此外特別推薦名古屋獨特的豐盛早餐風格，大家可以去名店「コメダ珈琲店」享受點一杯飲料就可以享受吐司與蛋的豐盛早餐，這在名古屋可是日日可以看到排隊人潮，在店還沒開門前就守候在店外了呢！甚至許多日本旅行團來名古屋時，這也成為必去行程！

交換生大部分的時光還是自己在宿舍下廚，一方面省錢，一方面也是家鄉味才是最習慣的味道。因此建議大家在出發前還是稍為學習一下簡單的廚藝。

衣：日本購買衣服不是問題，日本人的體型與台灣人相似，因此我們不會碰到歐洲人買不到衣服的窘境。

以秋季交換生而言，會遇到夏、秋、冬三個季節。建議大家隨著季節變換購買禦寒衣物，天氣轉換的時候常常措手不及，因此常備有一件外套會很有幫助。日本在秋天的時候氣溫大約就從十度開始下降，也就是說他們秋天已經是我們冬天的程度了，因此建議大家可以直接在日本買禦寒衣物，因為日本衣服的設計適應當地氣溫，如同台灣的衣服符合台灣需求一樣，因此當地的衣服會比我們在台灣買的保暖，也比較便宜。

日系服飾有日式的流行與可愛風格，如果喜歡日系風格的話，可以趁著每年年末年始大降價的時候好好血拼囉！

住：NUCB 的宿舍分為在鬧區的 Chiyoda 和在市郊的 Global Center，前者主要是提供大學部的學生住宿，並且有少許的日本人；後者則是全部為研究所的國際交換生的宿舍。我因為有拿到獎學金，因此是住租金較高的 Global Center，整棟宿舍都是外國人，所以就彷彿住在歐洲，每天都是說英文。

宿舍的設備媲美高級旅館，連日本朋友們來都嘆為觀止的豪華美麗。有共用交誼廳、餐廳、廚房、健身房、演講廳與視聽間，因為共用空間很多，因此宿舍同學們的互動比較多，自然感情也比較緊密，這是空間設計上帶來的好處。此外，每周二到六提供西式早餐，像是吐司、牛奶、培根與烘蛋等等，尤其是會提供水果，生活在水果非常貴的日本時，早餐水果是我們大家最期待的食物。

行：針對住在 Global Center 的學生，學校有提供免費租借的電動腳踏車，但是由於名古屋是盆地地形，上下學的上下坡不少，此外也有相當的距離，因此使用電動腳踏車上下學的人寥寥無幾，大部分的人還是購買地鐵的月票。地鐵月票一句站數與距離計算價格，大家可購買自己常去的區間，分為月票、三個月、六個月與一年票，時間拉長的話會有更多折扣。因為是一學期的交換期間，因此大部分人是購買一個月+三個月的方式，由於出門去市區就需要坐地鐵，因此最後都還是滿划算的。以大家最常購買的區間，由宿舍經學校到名古屋車站的一個月月票是 5,620 円，而從宿舍到名古屋車站的單程地鐵票是 260 円，因此大家都會購買月票。(相關資訊可以參考名古屋交通局網站

<http://www.kotsu.city.nagoya.jp/subway/index.html>)

娛樂：在名古屋當地的娛樂的話，主要就是逛街與觀光，一起交換學生的國際生們大部分來自歐洲，因此唱 KTV 和去夜店是我們最常進行的活動，前者是體驗日本文化，後者是他們慣常的娛樂方式。名古屋的夜店沒有很多，而且絕大部分在

兩點前關門，因此大家就算去夜店還是都會趕十二點的最後一班地鐵回家。除此之外大家通常會把握交換的機會，日本跑透透的旅遊，這部分鼓勵大家及早規劃，因為日本鐵道有許多例如青春 18、鐵道套票等等的旅遊方案，盡早選定自己想去的區域，就可以購買這些有季節性的優惠方案。

### 三、交換須注意事項

食：日本的食物對我們而言普遍會覺得鹹的太鹹、甜的太甜，並且以冷食為主。一般超市都有賣便當，價格不貴，或者是路邊很多類似吉野家的店，因此不會煮飯的話也可以外食度日，價格跟在政大附近生活稍高一些些而已。但是可能會吃不習慣，因此還是建議大家出門前學習一下簡單的烹飪技能，省錢、健康，又比較吃得慣。

水土不服：日本的平均濕度比台灣的高 20%，並且大概十月開始進入秋季之後，秋季氣溫就在十度上下，是台灣寒流來的溫度。我自己交換的期間感冒了兩個半月，嚴重水土不服，所以建議大家還是要乖乖買日本的國民保險，可以去看醫生，雖然日本的成藥很有名，而且也是真的很厲害，但是像我的程度的話就是到看了醫生才真的逐漸好轉。希望大家可以有健康快樂的交換經驗。

語言：名古屋地區會說英文的人非常稀少，地鐵、餐廳、商店想要找到會英文的人尋求協助是很困難的才能得到的機緣，因此鼓勵大家可以再出發前學一些簡易日語。