

一、 學校介紹及交換手續

學校介紹

在日本的大學體制中，私立學校不一定會比公立學校來得差，如果要說到在商界的地位，早稻田大學與慶應大學在日本私立學校並列為最前面的兩間，擁有為數眾多的校友。日本的就職環境其實蠻看重學歷，比起科系有時候可能甚至更看重出身大學，有時也有所謂的「體育會系」的體制，如果以後有考慮在日本就職的話，就算只是交換學生，憑藉著早稻田的名氣也會有不少幫助。不過如果以為就讀早稻田只有無趣的學業生活那就大錯特錯，位在繁華的新宿區，並位於居酒屋聚集地的高田馬場站，校內有數百個社團，早稻田大學可說是東京「最好玩」的大學。另外，由於外國留學生眾多，早稻田的學生大都不會排斥與外國人交朋友，所以也不太需要擔心隔閡(不過日文好一點還是蠻重要的)。

到達日本的必辦手續—rpg 流程之 一定要完成的事

在台灣的時候會先拿到早大寄給自己的資料然後去台灣的日本辦事處辦簽證。到達日本後，在機場會被帶去小房間領在留卡(在這裡記得說你要申請活動外資格許可，這會決定以後可不可以打工)，然後會一直被叮嚀要在確認住所的 14 天內去所住地方的區役所更新在留卡(去學校的各種說明會也會瘋狂聽到，基本上根本無法忘記)，而關於健保也是在區役所更新在留卡的時候一起申辦喔~另外如果你是跟我一樣很容易弄傷自己，建議可以加入早大的生協保險，除了讓自己心安以外，出了意外的時候也會比較有保障。

早大 Orientation

我在早大參加了兩個 Orientation，一個是校級幾千人的 Orientation,另一個是商學部的 Orientation。學校的那個主要就是演講的形式，然後會發放很多文件幫助你更了解日本和早大，與此同時我也在現場辦了網路。而商學部的主要就是會手把手教你使用早大的選課系統，然後會有一個餐會讓你跟其他交換生交流(我就是在這裡認識其他台灣交換生的)，他們後來也成為我在日本重要的朋友，常常彼此交換很多資訊。

二、 生活須知

首先是大家最關心的生活費，基本上最貴的就是房租，由於早稻田不提供院級交換生宿舍，交換生的基本上只能選擇短期契約的 sharehouse，在東京 23 區內，如果是多人房的話大約是三萬日幣到五萬日幣不等，個室的話則是六萬日幣至九萬日幣。至於食衣住行，我自己基本上一個月是花六萬日幣到九萬日幣(我沒有在特別省錢，想玩的想買的都會去，花多的月份基本上是有去旅遊)。在東京生活其

實有很多方式，自己煮、減少社交等都是節流的好方法。如果不太能節流的話，真的要好好注意獎學金的申請時機(學海之類的可能會在收到早大人學通知前就要申請了)，另外在東京也有很多外國人打工的機會。(日本大學生幾乎每個人都有打工)

日常生活—手機與網路

先抱怨一下，日本的網路真的又貴又慢，每次在用手機的時候我都會萬分想念台灣。我自己因為麻煩再加上剛來日本的時候諸事不順，所以直接在學校 orientation 的時候申辦一個月 6GB 額度的網路（我在台灣是吃到飽所以覺得很不夠用，月底的時候都很痛苦）。

另外關於要不要辦電話號碼，我個人是覺得非常需要，有時候就算沒有真的打電話需求，舉凡小至辦交友軟體帳號、演唱會抽選、網購，大至銀行匯款、找工作等都會需要填入電話號碼，我當初就是沒有辦所以蠻麻煩的，後來辦了 skype 雖然有一組電話號碼，可是不能收 sns 還是很不方便。

日常生活—交通

拿到學生證第一件事就事要去車站のみどりの窓口辦定期(但好像說明會後過一星期才拿得到學生證)，有一個月、三個月、六個月的選項。另外個人經驗分享，我住中野車站，在中野車站辦定期沒辦法結合 suica 或 passmo，所以我前三個月一直都是用一張車票，後來才知道去高田馬場站才可以結合卡。所以如果你也遇到一樣的問題，記得去所經路的大車站辦定期喔~~

日常生活—住宿

關於住宿選擇，半年的交換生基本上就是只有 Sharehouse 可以選。如果想要一人住的話早大不動產好像也有相關提供比較短期的服務。基本上日本租房子會有很多有的沒的費用，像是初期費用，管理費，清理費等等，所以在選擇的時候要注意，另外關於房客的性別與大致年齡也是都可以詳細問仲介的，畢竟你付的初期費用也包含著仲介費阿！

居住地區最推薦東西線沿線（中野、神樂坂）或是中央總武沿線（高円寺、荻窪、

吉祥寺）也不錯，在台灣的時候被慣壞一直想住早稻田站就不用通勤，但我後來住在中野，距離早大十分種車程其實很近，而且排除跟學校的距離，中野的生活機能真的壓倒性勝過早稻田，距離新宿只有一站，而且商店街應有盡有。

選擇 Sharehouse 的時候，推薦用ひつじ不動産和東京シェアハウス兩個網站先做第一輪篩選，上面有很多仲介都會刊登房屋。

在這裡我要反推叫クロスの房屋仲介，雖然他們提供的房屋價格蠻便宜的，可是效率沒有很好，而且也沒有很站在房客的角度想事情。(我當初在台灣是訂這個仲介的房子，但後來發生種種事情，才好不容易搬到新的地方)

現在住的地方是由一個叫做絆家の仲介所提供，公司雖然不大，但是房仲人很好又親切，後來我們也有變成朋友，在台灣也可以用電話視訊跟他們對話問所有想知道的事情，會比較安心。(不過他們好像不太會英文就是，所以會日文比較好)

日常生活—食

在日本生活最重要的第一步就是調查好家附近的超市，因為不管何時超市永遠是你的省錢好幫手。如果幸運的你住在像中野一樣有商店街的地方，便宜的肉店會讓你在有限的預算之中，生活品質又更上一個等級。在日本非常之便宜的一些食物像是烏龍麵、大白菜、豆芽、そば，建議可以多多開發這些項商品的料理，然後懶得煮菜的時候晚上八九點去超市也可以買到折價便當(雖然平常的時間也沒有到很貴啦)。

另外關於早稻田午餐，因為如果 2 限、3 限有課的話，中午休息時間根本不到一小時，大家其實都蠻隨便在 3 號館或 11 號館的便利商店買，或是學校外圍的便當店買便當到教室或各休息處吃。如果不是在教室吃的話，這時候中午的搶位大戰就蠻壯觀的(像是 7 號館、11 號館 2 樓跟 3 號館大廳)，晴天的時候在大衛庭園野餐也是不錯。另外，關於學校食堂，雖然早稻田學生都會說很難吃(可能日本人標準真的太高，我是覺得便宜又不差)，中午真的是會排超多人，我至今只有吃過一次。

日常生活—衣

在東京真的是哪裡都可以購物，最推薦新宿的 lumine，很多年輕人的衣服。另外像是高円寺跟下北沢有很多古著店家，有空去晃晃可以用便宜的價格買到蠻潮的東西。然後年初的時候百貨公司很多都會特價，可以趁那時候去新宿澀谷池袋爆買一波~~

PS:因為是半年的交換生，所以可以退稅喔，不要像我一樣傻傻的到最後才知道。

三、 交換注意事項

在交友方面，來日本前，因為聽了很多傳聞，對日本人就有先入為主的印象，像是人與人之間保持冷淡但禮貌性的距離、不善於跟外國人接觸等的刻板印象。但是來日本以後，我發現那些傳聞其實不完全是真的，或許有部分文化是真實存在，但我覺得只要用最自然的自己面對對方，不用預設「因為他是日本人」的立場而有所不同對待，自然就可以交到很多朋友。我在來日本以前會看很多在日本的網紅或文章分析日本人，可是我自從來日本以後就完全不看了，因為對我來說，記住每個人都是不同的個體，和對方實際相處遠比網路傳聞來得真實。

不過有一點要分享的是，如果在日本遇到緊急事故的時候，日本的職場因為遵從sop，公司體系層級分明，**建議要讓對方明白事情的急迫性，才能盡快得到解決。**就我自己的經驗分享，我剛到日本的時候要搬入 Sharehouse 卻發生了一點問題，要跟仲介解約卻一直被拖延。用信件也都得不太到即時回覆，直到我最後忍無可忍，再三打電話用比較強烈的語氣說明嚴重性，才立刻幫我解決。

最後想說，東京真的是一個很棒的地方，在這裡我看見各種可能性，也遇到了各色背景的人，每當看著大家為了不同的目標努力著，就覺得深受啟發，交換學生真的是我人生目前最重要的經驗之一，如果你也要去早大交換，希望你也能好好享受在東京的生活。;-)