

# 國立政治大學交換學生生活報告

蔡和容 | 資管所 碩二 | 106356015@nccu.edu.tw

*International University of Japan (IUJ), GSIM program (2019 Fall)*

## 交換學校介紹

**日本國際大學** 校園比較偏僻清幽，交通非常不方便，簡而言之就是偏鄉，方圓兩公里內都是稻田，連最近的超商都要走 2.5km。從東京搭新幹線約 90 分鐘到浦佐站(Urasa)，需再轉乘校園巴士(免費)才能抵達。校巴班次較少，且假日幾乎不開，建議先至學校的網站查詢班表。從浦佐站走路至學校約需 50 分鐘，若第一天抵達的時間剛好沒有對上校車的班次就需要搭計程車，一趟大約為 1500 日幣（注意，日本沒有 UBER）。建議將所有的衣物及買不到的日用品，例如電鍋等必備物，從台灣郵寄至學校宿舍，你會感謝花的那幾百塊讓你省去非常多勞力活！

完全不會日文也沒關係。IUJ 是日本第一所研究生院校，是少數提供**全英文授課**的日本大學之一。以來自世界不同國家的多元化學生為主體，組成國籍相當多元，全校僅 300 人左右，卻包含來自世界各地的學生，在一個學年內有來自近 50 個國家的學生，基本上**不太會遇到日本學生**，幾乎所有人都使用英語溝通，想練習日文的人來這邊可能會失望囉。但若想要提升自己的**英文溝通技巧**，IUJ 將會是一個好地方，讓你有足夠的機會去磨練英文溝通能力。有不少課程都需要小組參與、共同發表，這在大學的課程中應該不陌生，但當你面對的都是外籍成員時，將會花費不少時間討論並取得共識。學校職員會非常熱心協助你，所以生活上不會有太大的難題。

## 課程資訊

每學期提供的課程不一樣，校方會在學生來學校之前提供該學年度的所有課程大綱，也能夠透過搜尋系統查詢歷年課程的資訊。我這次交換申請的就是 GSIM 的

**Fall Term**，但選課完全不限制（交換生不能夠選 Advanced Seminar 的課）。詳細的內容都可以在官網的 Academic Program 還有 info pack 查詢到，這邊就不贅述。

依據學校規定，交換學生每學期**至少需要修 6 學分，至多 11 學分**。IUI 一堂兩學分的課是 90 分鐘，政大的抵免規定一學分每週至少授課 50 分鐘，所以若你修一堂兩學分的課，最多只能抵掉政大的一學分，不是很划算，想抵免學分的同學要留意這個規定。

我總共修了四堂課都在週一至週三，週四跟週五就可以安排小旅遊去其他城市晃晃。要注意的是，若選擇了需要期末考式的課程，你就必須奮戰到最後一週，我是選只有書面作業和上台報告的課，就比一般學生提前兩週結束。另外，除了教科書以外，課堂中使用的個案也是要付費的！每篇 400~600 日圓不等，會直接從你的銀行帳戶中扣款。

#### (1) [Digital Business Models](#)

授課老師是 ZAW ZAW，他的標準較高且重視細節，授課方式為投影片解說較為平淡無趣，但內容非常紮實，想磨練商業模型基礎的人可以來修這門課。每堂課都有作業，作業是發練習紙讓你回去畫各種 canvas，一開始是個人作業，後來就會偏重小組作業，但還是以 canvas 為主軸。透過閱讀個案來理解商業模型，例如 AWS、螞蟻金融……。小組為老師第一堂課隨機安排，有特別的需求要提前跟老師說。

#### (2) [Japanese Employment Practices and Human Capital Accumulation](#)

這門課老師會先講解日本的終身雇傭以及年功系統，透過閱讀很多日本企業人資的個案來進行小組討論。每周都會隨機分組，且閱讀完個案要在課堂前繳交個案筆記，但每週的內容幾乎都大同小異，就是日本傳統人資管理的優缺點分析。最喜歡這門課的一點是期末老師帶全班去本田汽車和八千代工業的工廠參訪。

#### (3) [Japan's Frontier of Digital Society](#)

這門課 loading 很輕，沒有作業，最後一週由我們進行感興趣的研究主題報告。因是密集課程，只在十月上課，四週各有不同主題，每週都只淺談一點表面的知識有點可惜，主題包含智慧城市、區塊鏈……等，若專注於其中一個面

相深入探討會更好。學期過後他們邀請我們去 Salesforce 本部參觀與共進午餐，是很難得的經驗。

#### (4) [Business Presentation](#)

這是最喜歡收穫最多的一門課，Ahmed 會訓練你怎麼準備一個完美的 TED 演講，他是一個很用心的老師。課堂上會實戰演練，從第一次的 30 秒演說後來的 120 秒說故事，再到期末小組商業演講。非常實用的一門課！你會練習很多演講的技巧並透過同學、老師給予建議來修正。（注意：這門課期末報告會要求穿著正式套裝，記得準備套裝或商務休閒服飾）



## 生活及文化交流

在 IUJ 你很難體驗日本文化，很少有活動可以讓你接觸日本人，學校是一個非常國際化的環境，每個同學都來自不同背景。若真的很想接觸日本文化，可以考慮參加 CAT 志工服務（到國小跟小朋友介紹自己的國家）、Homestay Program、浦佐車站語言交換、UMEX 社團活動。你需要很積極主動才有機會接觸到日本人，練習日文的機會少之又少。反倒是我認識了很多東南亞國家的朋友，他們的友善與好客讓我興起了去東南亞旅遊的念頭。

即使是英文，也會有溝通障礙。大部分的學生英文都是第二外語，千萬不要覺得自己的英文不好就不願意開口，其實他們也不是以英文做為母語。很多時候我都

聽不懂印度腔調（印尼跟馬來西亞的腔調是相對較容易理解的），所以只能互相體諒，比手畫腳或是利用圖片展示是最方便的了。多認識一些人，用開放的態度去接納別的文化，會學到很多。

建議帶一點台灣的特產去交朋友，例如維力炸醬麵、蔥油酥等，因為常常會有 potluck 派對，大家都要煮一道料理來分享，台灣料理這時會加分很多。日本女孩特別喜歡維力炸醬麵，臨走前我還送了她一罐家人親手作的蔥油酥，讓她更愛台灣了。還有一次我教德國人怎麼包水餃，除了切高麗菜讓他很崩潰以外，他非常喜歡台灣水餃的口味，一個人吃了三十顆左右，將台灣味發揚光大會讓你很有成就感，可惜我不是會做料理的人，來之前跟媽媽學幾道菜吧！

## 交換需注意之事項

### 攜帶/購買簡單廚具

IUI 食堂相較外頭的餐廳來說，貴又吃不飽，每天的菜色沒太大的變化，通常只有 2~4 樣可以選，午餐有時要排隊等很久。舉例來說，一碗醬油烏龍麵只有半顆水煮蛋、一些海帶、蔥花就要價 400 日圓，吃起來很空虛，更別說別的比較豐富的料理要更貴了，吃一餐平均 500 日圓。



除非你是小鳥胃，不然通常到半夜就會餓得受不了，附近又沒有消夜可以吃，所以我來這裡一個月瘦了五公斤左右。可能是因為這樣，這裡的學生非常會做料理，廚房總是擠得水洩不通，購買一些簡單廚具就可以跟朋友學習各國的佳餚，可以

趁機提升自己的料理技能。

### **網路訊號極度差，自備網路線以及轉接頭**

WIFI 訊號非常弱，尤其是 SD2 經常斷線，改用實體線會好很多。學校合作社有販售，但價格不斐，從台灣買會便宜非常多，建議從台灣帶來。

### **不用攜帶床具組，學校整套附給你**

包含床墊、保潔墊、床單、兩件被子、被套、枕頭、枕套，全部都附給你了。女生可能需要攜帶吹風機，我是到這邊才網購一個二手的，MERCARI 很好用，但需要日本信用卡（台灣樂天信用卡也可）才能買，也要日本手機號碼接收簡訊才能申辦帳號。

### **機票怎麼買？**

建議等到學校行事曆出來再買機票，Gretchen 是 OSS 的負責人，他會在暑假的時候公告入住日期，但若比較急，可以寫信提前問她。特價機票可遇不可求，見到價格可以接受就該下手。我買機票時，沒發現學校 13 號開始就要辦理入住手續了，最後花錢改日期（因為正值罷工後大特價只損失了一點）。學期到 12 月中就結束了，但我回程買一月的機票，想花一點時間深度走訪北陸地區。

### **一下飛機就要立刻去學校報到嗎？**

學校會給你入住的日期範圍。我建議在週五到學校（若東西不齊至少週六還可以搭乘校車去 AEON 採購），去 IUJ 之前先至東京住個一兩晚，在市區藥妝店將生活用品、沐浴乳、洗髮乳.....等買齊後再一併帶去學校，因為你會發現偏鄉物價居然比東京還要貴，光是化妝水就可以差個兩三百日圓。推薦上野的多慶屋，有很多折價券可以使用五千日圓還可以免稅。

### **各種行政流程都很慢，要耐心等待**

大約九月底十月初才能拿到健康保險證、銀行本子、提款卡等重要物品，這讓人很心急，也許可以建議學校優先讓交換生們辦理。

### **在 IUJ 可以輕鬆把日文練到 N1 吧？**

別期望太高，語言課程必須先進行資格考試，通過以後才可以修課。且越基礎的日語課一週所需上課的次數越多！像中級日語(Intermediate)，一週要上四堂課（一三四五早九）；進階日語(Advanced)則是一週三堂課。再加上他們的日語課是安

排秋、冬、春三個學期連在一起的，恰好適合我的程度的課在春季，我就沒有修日文了。當然，你也可以每週到 UMEX 去跟當地的太太們練習日語口說技巧，最好是提前準備好你想要聊的主題，不然兩個小時乾瞪眼會很尷尬也很無聊。

### 在 IUJ 讀書是不是可以瘋狂網購郵寄到宿舍？

一直幻想著，去交換就可以幫人家代收、代寄，賺點小外快，這才發現 IUJ 的宿舍管理員不代收包裹，你必須本人親自簽收包裹。若快遞來了人不在，會留下聯絡資訊，讓你指定再次投遞的時間。當然你可以在房門上貼紙條請宅配人員放在門口。

### 交換學生可以打工嗎？

可以。但要事先提出申請，在你入海關之前提交活動外許可證明書。IUJ 並不鼓勵交換生打工，因為時間只有短短的三個月，很難找到適合的工作。再加上有一次在東京的百貨公司因為這個許可證明被櫃台拒絕免稅（他的說詞是百貨業都不允許這個活動外許可的學生免稅，但其實在別家百貨我有免稅成功），不是很建議申請這個，除非你有計畫留得更久、去其他地方打工換宿又另當別論。

### 不要把所有現金都存入北越銀行的帳戶

IUJ 有個制度很奇怪，學校協助你辦理北越銀行的帳戶，但校內的 ATM 卻是 Seven Bank 的機台，每次存錢/領錢都須支付 110 日圓的手續費，在服務時間之外使用更是要收取兩倍金額！若是有個 Seven Bank 的帳號會容易一點，無奈我在線上申請後被拒絕了，所以建議留一些現金在自己手上，不然每次在校內領錢（尤其是週末）都很痛。

### 關於公共空間，廚房在哪？洗衣間在哪？垃圾丟哪？

這些公共空間都在一樓，洗衣服/烘衣服記得帶一百元硬幣，那邊沒有換硬幣的機器。廚房會定期大掃除，所以標籤紙得常常更新。垃圾分類算簡單了，除了玻璃和鐵鋁罐要丟不可燃垃圾（unburnable）以外，其他全部都丟到可燃燒垃圾（burnable）就好，丟錯會被別人拍照丟上社團公審喔！

### 怎麼提前寄行李去學校？

郵局寄國際包裹不會很貴，大概一千台幣可以寄一大箱 10kg，秤重計價。學校會提前告訴你宿舍是哪間，地址寫漢字他們也可以看得懂。以我的房間為例：

「949-7248 新潟縣南魚沼市国際町 777 番地国際大学学生寮 SD2-611 室」