

交換生電子報 Vol.4 | 去英國交換 5 個月要準備多少錢

很多人聽到去英國交換，但其實只要拿捏好自煮與旅遊的平衡，花費是可以被精準控制的。以下是我這 5 個月下來的**預算盤點**（總花費約台幣 45 萬元內）：

去英國機票：單趟約 NT\$ 25,000

單趟買在台幣 25,000 元左右（含兩個托運行李），因為遇到戰爭可能比較貴，不一定是這個價格。

住宿：5 個月總共約 NT\$ 120,000 左右

我選擇的是學校最平價的 **Falkner Eggington**（Self-catered 雅房），每週房租約 **125 英鎊**。雖然英國的住宿成本在歐洲算偏高，但 Falk Egg CP 值極高，住得非常開心！

飲食：一週菜錢約 £25（自煮 vs 外食）

在英國基本上每一餐我都選擇自己煮，一週去超市（如 Sainsbury's 或 Tesco）採買的菜錢大約只要 **25 英鎊**（約台幣 1,000 元出頭）。在英國外食一餐隨便都要 **15–20 英鎊**（約台幣 600–800 元）起跳。

交通與廉航：

從羅浮堡搭火車或客運前往倫敦等大機場，單趟車資大約 **£10–£20**。強烈建議大家多利用**東米德蘭機場（East Midlands Airport, EMA）**！它距離羅浮堡學校搭車只要 **20 分鐘**，從這裡飛歐洲其他國家超省時又省車資！但可能只有飛比較大的城市。

- 飛歐洲其他國家的廉航機票，單趟大約在 **NT\$ 1,000** 上下。但千萬要提早買！廉航浮動票價非常嚇人，我自己就遇過飛巴賽隆納從 £20 一路漲到 £130，真的會被嚇死。

跨國旅遊：10 國（單日預算抓 NT\$ 3,000–5,000）

交換期間我總共去了 **10 個國家**（包含挪威與冰島兩個高物價的北歐國家）。旅遊時我沒有刻意省錢，蠻常外食跟參加在地體驗行程。出去玩時，**一天包含住宿、伙食與行程我大約抓台幣 3,000–5,000 元**。如果旅行時多選擇 Hostel 或減少外食，費用還可以更省！

💡 **總結：5 個月總開銷控制在 NT\$ 45 萬內！**

這 45 萬包辦了機票、住宿、日常伙食，以及玩遍 10 個國家的所有開銷。希望這份真實數據能幫助大家在出發前做好財務規劃，勇敢踏出交換的第 1 步！