

## 電子報 3

時序進入六月，名古屋的天氣也漸漸燠熱，跟三月底剛來時的微涼天氣有很大的落差。雖然三月的日本已經進入了春季，但是名古屋的天氣依舊透著微涼，經常有的情況是早上還是大太陽，晚上已經剩下不到十度左右，夜間跟朋友出門(外國很愛 social)忘記帶外套的話，不小心還是會感冒的，求在四月中時期的班上的同學出現一波感冒潮，也是需要特別注意的地方。進入五六月，天氣漸漸轉熱，早晚溫差不大，維持溫暖甚至有點熱，唯一需要注意的地方是偶有的雨天天氣，尤其有下雨的時候氣溫會驟降，睡覺時要注意保暖。建議未來學弟妹春季來名商大交換的時候衣著搭配以夏季為主，保暖衣物為輔，若是覺得行李太多太重，也可以來到這邊再買，跟台灣相比，以 UNIQLO 的價格而言，算是經濟而實惠(經常有期間限定特賣)，但是要注意的是需要帶正式服裝，是為了正式場合需求。

吃東西方面，日本的外食很方便，但是相對的就必須考慮荷包의 胖瘦程度，一班而言，若是吃得像是日本上班族的話，早餐自製成本大約 200 日圓左右，中午吃學校食堂或是沒有課的時候吃宿舍附近的簡餐(松屋、吉野家、丸龜製麵)，一餐大約 500 日圓左右，晚餐想省錢的化價格也大概落在這個區間。以我自己而言，預算較不寬裕，所以大部分時候是自己煮，早餐喜歡搭配牛奶配麥片，平均成本約 100 日圓，中餐學校食堂約 400 日圓，晚餐回宿舍自己煮飯平均成本也約 300 到 500 日圓左右，沒有特別其他花費的話，一天的平均花費約 1000 到 1200 日圓左右，學弟妹交換的時候可以以這個大約抓一下一個學期的預算大約多少錢。

另外，前面有提到的，如果在日本感冒的話會變得很棘手，光是就醫成本就高得嚇人(初診約 3500 日圓，複診每次約 1500 日圓)，還不包括藥品的費用，就算有交日本的健保(每月約 1700 日圓)，一次看醫生下來大概 2500 日圓跑不掉，大約是在台灣看醫生的 3 倍左右，對於拮据的留學生相對負擔很大。除此之外，日本人的英文不好是普世皆知的事實，連醫生也不見得會英文或是以英文溝通，看醫生最好還是要先查好症狀的日文跟醫生表達，不然落得花大錢卻沒治好病就得不償失了。當然也有很多人在日本購買成藥行服用，另一個預防方式

是在出國之前先找之前習慣就診的醫師先行備藥，才不會在日本手足無措。



自己煮比較便宜。