

## 學海飛颺學生出國研修心得

研修學校:日本仙台大學

系所:國立台東大學體育系

姓名:鍾佩妤

心得:

非常感謝學校願意給這份機會讓我到日本去做交換學生，我這一期去的時間非常剛好是在仙台大學五十周年的時候，由於仙台大學非常重視各國姐妹校之間的交流，所以他們在五十周年的時候邀請各國的姊妹校學生一同到日本共襄盛舉五十周年的校慶，也因此，我們代表台東大學必須準備一套表演，在過程中我們都是透過網路與已經在日本的學長姐討論，直到我們都到了仙台才開始正式練習，經過一個多月的準備，當天的表演可以說是非常成功，也遇見了很多各國的人，雖然他們不會說日文，我們也不太會說英文，但是當大家聚在一起時，歡笑總是不斷，彷彿沒有語言的隔閡，是個非常短暫卻難忘的回憶。

在日本的生活很簡單、質樸，我們的學校坐落在一個離仙台市有半小時車程的船岡，學校不大，但是身為體育大學，當然設施場地都很齊全，留學生們都會被分配到「國際交流會館」，也就是專屬於留學生的宿舍，想當然就不會只有台灣人，基本上會有中國人、台灣人與韓國人，時不時還會有越南、泰國、美國、俄國或匈牙利人，也是一個可以與多元文化交流的小地方，當然，也就必須要包容與理解，因為我們很多的空間都是共用的，所以不同國家的人在使用的時候會有不同的習慣，這也是我們必須要去適應的。

學校方面提供給我們留學生的優惠非常多，住宿包水包店包網路只要八千日圓，至於早餐和晚餐留學生分別只要五十和一百日圓，當然菜色會比較單調，所以如果想自己烹煮的話，附近都有超市可以去採購食材以及生活用品，也因為這樣我覺得我的廚藝精進了不少呢！至於日文學習的部分，學校會有一個處室專門負責我們留學生，裡面有安排會話課，可以和裡面的職員以及一些志願來交流的日本學生進行會話，增進我們的口說和聽力，另外還會有安排以檢定考試為主的日文課，畢竟是考試為主，就會多著重在讀和寫以及解題的能力。在仙台大學上課的時候，留學生有一個小特權就是，一定會讓我們修到想修的課，也就是說如果這門課人數上限是五十人，我們留學生有五位想修，老師就一定會保留我們的位置，剩下四十五位讓日本學生去搶，也因為這樣，我們可以盡量的選擇我們想要修的課，雖然有時候看到有些日本人搶不到課會心裡有點不好意思，但還是很感謝日本的老師們給予我們很大的方便。

在日本的兩年，學到的除了日文上，更多的是對於日本文化的體驗，我們很幸運的春天在學校附近就有千本櫻可以欣賞，到了夏季也有煙火大會，秋天可以賞楓，冬天可以到全日本最大的滑雪場—藏王滑雪場去體驗台灣無法體驗到的運動，四季分明的國度，真的會讓人留連忘返。再者，身為體育系的我也真正解到了日本對於體育的重視以及推廣，從男到女，從幼年到老年，每一個階段他

們都會規畫不同的體育方針並且與區域性去做整合發展，太多地方都是值得台灣去學習的，果然是在亞洲區體育成績最優秀的國家。

在日本人的性格上，其實說認真的一開始我不太習慣，日本人的禮貌以及守秩序並且非常怕造成別人的困擾，種種的日本人習性或者是美德，雖然有些會與台灣人的個性不相符，但是入境隨俗這點還是必須要會的，在此，我不會對於兩國的文化差異去做批判，但是我很慶幸來這裡交流之後，會發現日本的好，也會更加了解台灣文化的美，文化與風俗民情，本來就是互相包容的，不要過多的偏頗或因為崇尚日本文化，而忘記或否定自己家鄉的一切，這樣就不是交流，而是盲從。

最後我想說，讀萬卷書不如行萬里路，這是真的，如果再重來，我還是會選擇去當交換生。



仙台大學 50 周年校慶慶功宴



(海の日)留學生一起去海邊



賞千本櫻



(野外實習課)北藏王山攻頂

滑冰課程(冰上曲棍球體驗)



鳴子峽賞楓