

行政院所屬各機關出國報告

(出國類別：語言訓練)

日本京都府  
京都日本語教育センター—京都日本語學校  
日本語訓練暨研修報告

服務機關：行政院經濟建設委員會

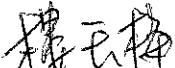


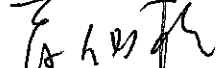
姓名職稱：樓玉梅 專員

派赴國家：日 本

出國期間：101年10月9日至102年4月8日

報告日期：中華民國102年5月14日

### 出國報告審核表

出國報告名稱：日本京都府京都日本語教育センター京都日本語學校日本語訓練暨研修報告			
出國人姓名 (2人以上，以1人為代表)	職稱	服務單位	
樓玉梅	專員	行政院經濟建設委員會人力規劃處	
出國類別	<input type="checkbox"/> 考察 <input type="checkbox"/> 進修 <input type="checkbox"/> 研究 <input type="checkbox"/> 實習 <input checked="" type="checkbox"/> 其他 語言訓練 (例如國際會議、國際比賽、業務接洽等)		
出國期間：101年10月9日至102年4月8日		報告繳交日期：102年4月22日	
出國人員 自我檢核	計畫主辦 機關審核	審 核 項 目	
<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	1.依限繳交出國報告 2.格式完整(本文必須具備「目的」、「過程」、「心得及建議事項」) 3.無抄襲相關資料 4.內容充實完備 5.建議具參考價值 6.送本機關參考或研辦 7.送上級機關參考 8.退回補正，原因： (1) 不符原核定出國計畫 (2) 以外文撰寫或僅以所蒐集外文資料為內容 (3) 內容空洞簡略或未涵蓋規定要項 (4) 抄襲相關資料之全部或部分內容 (5) 引用其他資料未註明資料來源 (6) 電子檔案未依格式辦理 (7) 未於資訊網登錄提要資料及傳送出國報告電子檔 9.本報告除上傳至出國報告資訊網外，將採行之公開發表： (1) 辦理本機關出國報告座談會(說明會)，與同仁進行知識分享。 (2) 於本機關業務會報提出報告 (3) 其他 _____ 10.其他處理意見及方式：	
出國人簽章(2人以上， 得以1人為代表)	計畫主辦 機關 審核人	一級單位主管簽章	機關首長或其授權人員簽章
			

說明：

- 一、出國人員應將經首長(或授權人員)簽章之審核表掃描上傳至資訊網。
- 二、審核作業應儘速完成，以不影響出國人員上傳出國報告至「公務出國報告資訊網」為原則。

# 摘 要

本報告係依據本會 101 年度「經建菁英赴非英語系國家進修及訓練」實施計畫，於 101 年 10 月 9 日至 102 年 4 月 8 日間，赴日本京都府之公益財團法人京都日本語教育中心—京都日本語學校研修之書面報告。

職於半年之研修計畫後，對於會內其他有心申請本計畫之同仁，及未來本會於實施此計畫之做法，提出以下建議：

(一)在半年的有限時間下，除需應付學校課業之外，亦需費時適應初至日本之生活環境，雖日本語能力有進步，但進步空間仍有限，似乎才剛適應日本生活，也才剛可以與日本人交流之下，就馬上要準備回國。因此，若要達到以日本語流利應對或專業翻譯，訓練期間恐需延長。

(二)鑒於此計畫研修期間僅 6 個月，對於有心想加強日本語能力者，回國後勢必仍須不斷持續對日本語之學習，否則在不易接觸到日本語的國內環境下，不常使用日語，即容易退步，浪費此研習計畫之效益。

(三)由於日本之日本語學校入學期間主要為每年 4 月及 10 月，且多為入學前 6 個月開始申請。惟本會開始執行計畫自 3 月始開始，5 月初才確認申請人計畫核可，若考量不跨年度出國研習，則必須選擇招收 7 月入學生之少數學校，而申請 4 月入學的學校幾乎不可能。故建議本會儘可能提早研提名單、召開審核小組會議等作業，俾使有意願申請計畫者有更充裕的時間準備及規劃出國事宜。

# 目 錄

<b>壹、背景說明 .....</b>	<b>1</b>
一、研習源起 .....	1
二、研習目的 .....	1
三、研習期間及地點 .....	2
<b>貳、研習過程及內容 .....</b>	<b>3</b>
一、研習過程 .....	3
(一)報到、分班及新生說明會 .....	3
(二)授業、作業及能力評鑑 .....	4
(三)校外見習活動 .....	5
(四)演講及攝影比賽 .....	6
(五)忘年會及結業式 .....	6
二、研習內容 .....	7
(一)概述 .....	7
(二)聽 .....	8
(三)說 .....	8
(四)讀 .....	9
(五)寫 .....	9
三、生活體驗 .....	10
(一)食及衣 .....	10
(二)住及行 .....	10
(三)育及樂 .....	12
<b>參、研習心得與建議 .....</b>	<b>13</b>
一、心得 .....	13
二、建議 .....	14

# 壹、背景說明

## 一、研習源起

本次至日本公益財團法人京都日本語教育中心—京都日本語學校（以下簡稱京都日本語學校）進行日本語訓練暨研修，係依據本會（行政院經濟建設委員會）「經建菁英赴非英語系國家進修及訓練」實施計畫辦理。該計畫係本會於99年1月6日人字第0990000063號函核定，後經100年6月29日人字第1000002698號函修正，主要目的為選送本會優秀之經建專業人才赴非英語系國家進修或訓練，以增進其英語以外之外語能力及國際經濟知能。本計畫從99年開始實施，至去（101）年已實施3年，含職在內，共計薦送9名同仁分赴日本、西班牙、韓國等地接受當地語言機構訓練。

## 二、研習目的

由於職於工作上主要負責人口及人力推計（勞動力、就業、失業等）方面之問題研析，而我國與日本同處於亞洲，相較於歐、美國家而言，我國與日本的生活習慣及步調較為接近，因此兩國之人口與勞動力變動趨勢亦有某種程度之近似，再加上日本在人口及人力推計等相關領域之發展較我國領先，因此職於工作上常常需要搜尋及瀏覽日本政府及研究機構所發表之相關資訊，以作為我國人口及人力推計之參考。

此外，職於求學時代曾修讀日本語數年，鑒於工作上時常接觸日本語資料，故前幾年起又陸續利用公餘時間，參與外交部外交領事講習所及經濟部日文研習班之日本語課程，不但重拾起過去所學之基礎，並更進一步加強自身之日本語能力。100年1月職完成經濟部日文研習班J7之最高級課程後，於同年6月取得日本語能力試驗（JLPT）<sup>1</sup>N3級證書，之後又於同年12月取得日本語能力試驗N2級證書。

由於日本語能力試驗著重於「聽」與「讀」之能力試驗，缺乏「說」及「寫」能力之測驗，因此在國內進修或自修方式習得之日語能力，僅稍能應付搜尋日本語

---

<sup>1</sup> 日本語能力試驗（JLPT）是由日本國際交流基金會與日本國際教育協會（現日本國際教育支援協會）共同舉辦，為一以母語為非日語學習者為對象的日語能力檢定測驗，每年舉辦2次，共分N1、N2、N3、N4、N5五個級數，N5最簡單；N1最難。

相關統計資料及閱讀簡單之說明分析，若能進一步提升全方位日語能力，相信對日後之工作會有極大助益。故此，職申請本研習計畫，期藉此研習計畫至日本語言學校研習 6 個月，藉由日本語學校之學習課程及全日語的生活環境提升日語能力，俾使職日後在工作上有關日本人口推計、人力供需、人口少子化與老化等議題之相關研究，更能有效研析與瞭解，對本處業務有實際助益。

### 三、研習期間及地點

由於職負責我國人口及人力推計業務，我國人口推計業務每兩年進行一次，而人力推計工作則視相關政策及計畫，每年不定時進行多次推估修正。為使職於計畫出國期間主掌業務所受影響最小，職選擇於人口推計作業當年申請。一來，人口推計於 7 月底至 9 月初之間公布，日本語言學校正規學制於 4 月或 10 月開始半年之學制，受限於本會審查本出國研修計畫之時間為每年 3~4 月，欲於 4 月至日本入學之可能性為零，因此於人口推計工作完成後同一年 10 月進修，對處內業務及職務代理人之影響最小；若選擇於次年的 10 月進修，考量隔年 4 月初回國後，正值人口推計工作年度，而回國後尚需處理出國期間之經費核銷、出國報告、經驗分享等等事宜，再加上出國期間忙於課業，接觸最新人口資訊的機會減少，恐會影響人口推計工作之效率及進度。此外，人力推計之相關工作相較於人口推計之複雜度較小，平時即與相關同仁一同處理相關業務，故影響層面相對較低。有鑒於此，再配合職報名之日本語言學校統一接待新生入學事務之時程，職於 101 年 10 月 9 日出發抵日本研習日本語，至 102 年 4 月 8 日返國，共計半年之期間。

在選擇研習地點方面，由於申請本計畫時期，職正忙於該年之人口推計工作，無太多時間搜尋日本語學校相關資訊，故參考前幾年申請本計畫同仁赴日本之經驗，再考量 99 年 3 月 11 日發生東日本大地震等因素，最後選擇位於日本關西地區之京都日本語學校為研修單位。

## 貳、研習過程及內容

### 一、研習過程

#### (一)報到、分班及新生說明會

透過日本語學校代辦中心及學校之安排，職於 101 年 10 月 9 日抵達京都，透過安排的租用小巴士，職與同期入學的新生由機場一同抵達學校，學校事務局主任對學校環境及開學前多項事務（如：分班測驗、新生說明會，及辦理日本在留卡、銀行開戶、健康保險等事宜）安排時程逐一說明後，再分別引領大家至不同的宿舍入住。

京都日本語學校之班別視每學期學生人數及程度而有不同的調整安排。2012 年秋季密集班共分為 7 班，如圖 1 所示，從基礎到高階依序為初級 A、準中級、中級 I A、中級 I C、中級 II、中級 II 商務及上級商務。雖於編班前舉辦分班測驗，惟學校尚會參考申請入學時，每位學生所提交之過去日本語學習時間及用書等資料，安排老師一對一面談有關分班測驗之結果與就讀班級之意願。依據職之分班測驗結果，面談老師說明職筆試成績可進入中級 I C 班或中級 II 班就讀，而因職已取得日本語能力試驗（JLPT）N2 級證書，故建議職可進入中級 II 班就讀。惟職考量日本語在書寫與口語的用法有極大的差別，職過去在學習期間顯少練習口語會話，平日也較少接觸日本電視台節目或電影以熟悉口語用法，故口語表達程度較弱，若直接選擇中級 II 班就讀，恐因口語表達能力較同班同學差而相對較少發言機會或降低發言意願，故與老師討論後，決定選擇進入中級 I C 班就讀，一方面複習原本僅低分通過的 JLPT 2 級文法，另一方面亦可讓職有較充裕的時間專注於提升口語能力。

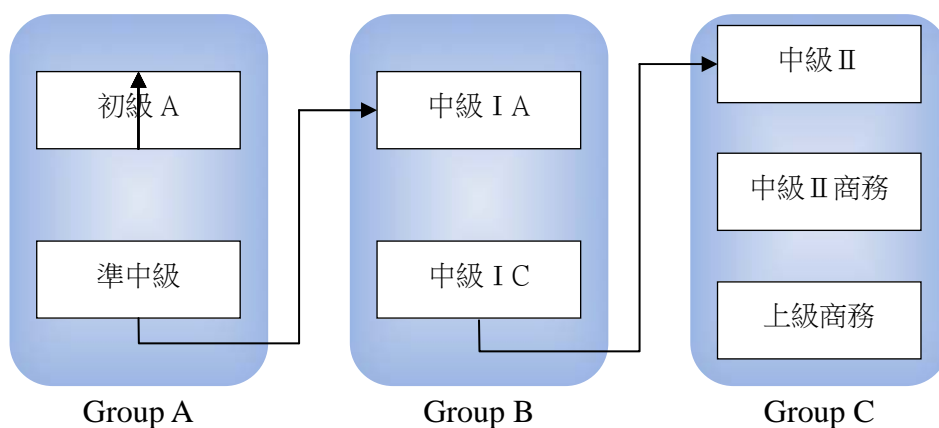


圖 1 京都日本語學校 2012 年秋季密集班分班類別

中級 I C 班計 12 名學生，以台灣留學生居多，共 9 名，其他 3 名分別來自於美國、韓國及印尼；且除了職與另 3 名打算就讀日本大學的同學為新入學學生以外，其他同學均為已在校就讀半年以上時間的同學，也就是說，大部分同學均已在日本生活一段期間，具備基本上的口語能力。

分班確定後，學校於隔天辦理新生說明會。首先由校長歡迎各位新生入學，再由司儀（學校老師擔任）介紹各班的老師及導師，最後由事務局主任介紹學校出缺勤及請假等相關規定、外國人居留及打工等相關規定，及日本生活資訊等注意事項。

## (二)授業、作業及能力評鑑

京都日本語學校教育活動包括為期 2 年或 1 年半的密集班（亦可以半年為 1 單位）、1 個月期的暑期密集班、每週上 2 日的短期課程班（包括白天班及夜間班），以及能自由選擇上課日期和時間的一對一教學方式的特別班。職就讀半年期的密集班，課程自週一至週五、每日授課半日。如圖 2 所示，中級 I C 的課程內容區分 8 類，每日安排 2~3 類課程授課 4 小時；除了文章精讀、新聞速讀、作文、文法、聽解、口語會話及申述論說課之外，由於部分同學準備報考 12 月舉辦的 JLPT 試驗，故學校除了為同學開授晚上另外報名的 JLPT 試驗班之外，亦安排本班每週 1 堂課為 JLPT 試驗講解。

ようび じかん	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
13:15   14:00	精読	速読	聴解	精読	精読
14:10   14:55	精読	作文	話す	精読	精読
15:05   15:50	JLPT/ Speech	N2文法	精読	N2文法	会話
16:00   16:45	JLPT/ Speech	N2文法	精読	N2文法	会話

圖 2 京都日本語學校 2012 年秋季密集班中級 I C 課程表

雖每日僅半天課程，但由於每日上課，作業量及考試次數相當多，除了需複習



當日課程俾完成作業習作外，尚需預習明日課程，並不時需準備隔日之小考，故平均一天的學習時數仍相當於有 8 小時左右。根據職於期末所整理的作業及考試卷數量，若不計算週末假日，平均每 1 日 1 份作業、每 2 日 1 次小考。

京都日本語學校除了每課課程結束後的小考外，一學期共有 4 次能力評鑑，平均約 1 個半月就 1 次評鑑，因此，課程安排相當緊湊。第 1 次及第 3 次能力評鑑方式包括讀解、文法、新聞閱讀及聽力測驗；而第 2 次及第 4 次能力評鑑則屬於期中衡量，範圍包括前 3 個月所學之全部內容，評鑑方式除了前述之讀解、文法、新聞閱讀及聽力外，並針對口語會話課及文章精讀內容，測驗會話及口語申述能力。

此外，第一天上課，學校即請同學填寫「自我評量表」，針對日語能力的聽、說、讀、寫及溝通能力 5 方面，先行以量表自我評量；寒假後回校上課的第一天，及最後一堂課程時，學校會再請同學在同一張表中，分別作第 2 次及第 3 次自我評量，讓同學檢視自己學習 3 個月及 6 個月後進步在哪方面。而且，班級導師會於第 2 次能力評鑑後，分別與每位學生約時間安排一對一面談，以瞭解各個學生在聽、說、讀、寫方面的學習情況，及是否面臨任何學習或生活上的困難，並給予適當的建議及鼓勵，期使學生在下半學期能有更好的學習成果。

### (三)校外見習活動

除了語言上的學習外，為了讓學生也能體驗日本文化，故學校於每年 11 月左右舉辦校外見習活動。老師利用會話課〈相談する. 提案する〉的學習課程中，請大家討論見習活動地點，包括至世界遺產等寺廟散步、和紙製作、觀賞和服秀、扎染（絞り染め）體驗、京都新聞社見學或嵐山散步。由於本班大部分同學已在本校就讀半年以上，且先前多分屬於不同班級，為了使那些同學不重覆見習同一地點，所以，最後大家決定至「西村染工」扎染工坊見習體驗。

扎染是將布扎緊後，浸至染料中染成白色花紋的一種染法。大家聽著工藝館的解說，然後實地操作用線在已畫好圖形的白布上將布折疊捆綁扎緊，再穿著圍裙選擇自己喜歡的顏色（藍、粉紅、紫）去浸染，最後將線拆掉，在原本用線扎起來的部分即可呈現出白色花紋，最後，大家的完成品並可以自行帶回家留作紀念。在能力評鑑之前至校外見習，不但增加學生實際與在地人交流的機會，並可以深入體驗日本傳統文化的染布方法，也算是一種很好的學習經驗。

#### (四)演講及攝影比賽

演講比賽是本校每年 2 月例行舉辦之活動之一，除了讓同學學習如何撰寫吸引人的演講稿外，亦讓同學藉由在眾人面前演說，互相觀摩學習不同的演說表達方式。中級 IC 班平日上課即有 2 次日語演講之練習機會，在第一次課堂上的演講練習後，老師即鼓勵大家積極參與 2 月的演講比賽。演講比賽內容於寒假期間準備，之後學校安排每位同學 1 位指導老師，於課後安排時間糾正演說中的發音及音調，然後在班上比賽選出 2 名代表參加全校演講比賽。由於代表班上參與比賽者，仍會再由老師在比賽前持續進行發音練習，因此對於口語能力較弱的<sup>職</sup>而言，不失為一個增進口語能力的機會。在<sup>職</sup>積極準備班上之比賽後，獲得半數以上同學支持，代表班上參與全校演講比賽。

演講比賽由各班推派 2 名代表參加，全校計 15 名參賽者，依班別程度區分為 3 組（如第 3 頁所示之 3 組），每組各選出 1 名得獎，然後 3 人中再選出 1 名優勝者。此外，為了增加每位同學參與感，各班另派代表為自己班級之演講代表進行 5 分鐘介紹，而演講名次的決定除了上述由評審委員決定的 4 個獎項外，全校同學每人也分別有 2 票及 1 票投給心目中表現優異的演講者及介紹者，最後選出得票最高的演講者及介紹者各 1 人。<sup>職</sup>雖花了很多時間盡力準備，但仍因表達語調不自然，及其他同學更為優秀，而僅得到參與獎項的獎品，惟藉由賽前與老師一對一的練習，不但糾正了錯誤的發音方式，且賽後評審委員的講評與意見，給予<sup>職</sup>未來改進的方向，為一個很好的經驗。

演講比賽當天，除了演講活動外，學校並於當天揭曉攝影比賽結果。本年攝影比賽之主題有二，一為「有趣的人物（面白い人）」，一為「冬」，學校於寒假結束後即鼓勵同學投件參與，每人不限主題限投 2 張相片參賽。在演講比賽前一週於學校公布欄中展示，並請同學票選。演講比賽後，投件攝影作品的同學一一解說其作品之拍攝地點及內容，先前票選較多的作品，再於當日由全校同學作最後表決，每一主題各選出一件作品獲獎。在等待演講比賽評審委員審查比賽結果的同時，這項活動也給更多同學有參與活動與表現的機會。

#### (五)忘年會及結業式

寒假前一天亦是過年前最後一次學校活動，學校舉辦忘年會為這一年畫下句

點。忘年會活動係邀請同學自由參加，並請同學志願提供歌唱或舞蹈表演等節目，參加者繳交日幣 500 元費用，學校則備有壽司、比薩、三明治、水果、蛋糕及飲料等豐富的食物，並邀請校外教會團體表演伴奏演唱節目。鑒於平日上課時，多僅與自己班上同學互動，課程結束後，亦多各自活動或返回住宿地，故忘年會是第一次全校所有教職員及學生（包括密集班、短期課程班、一對一教學的特別班，及日本語教師養成班）一起參與的活動，透過忘年會活動，同學們利用所學到的日本語彼此交流互動。

學期最後一日，學校舉辦結業暨畢業典禮。由於學校長期密集班的學程，基本上是以 2 年或 1 年半為期，但以半年為一單位招收新入學生，因此，每位同學入學期間不定，畢業時間亦不盡相同。這一天，班級導師分發學習成績單及出席狀況表，並由校長頒發給預定在本校學習結束的同學畢業證書，再由另位老師頒發這學期的全勤獎給從未遲到、請假或曠課的同學。最後，如同忘年會之形式，舉辦一個較為簡單的結業／畢業派對結束當天的活動。

## 二、研習內容

### (一)概述

如前所述，本校 2012 年秋季密集班中級 I C 的課程共區分 8 門課（見圖 2）。若將 JLPT/Speech 的課程不算在內，則「聽」、「說」、「讀」、「寫」的比重大致如圖 3 所示，以「讀」占 72% 最高，「說」占 17% 次之。惟「聽」及「說」之練習，並不僅限於「聽」及「說」的課堂上，由於老師均以日本語教學，且各堂課均會與同學作 Q&A 練習，故「聽」及「說」的學習比重應較圖 2 所示更高。

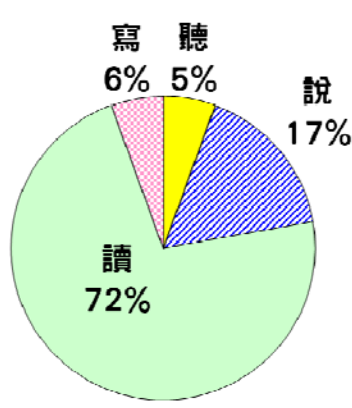


圖 3 京都日本語學校 2012 年秋季密集班中級 I C 課程內容比重

## (二)聽

「聽」的課程使用的教科書包括「新毎日の聞きとり50日」及「毎日の聞きとりプラス40」,每週雖僅授課1小時,但為同時加強聽及說的能力,老師尚安排「跟述練習(シャドーイング, shadowing)」。「跟述練習」即跟隨著CD練習,學習者在CD念到前2~3個字的時候,就要開始緊跟著CD念,跟著CD差個2~3個字,訓練口語速度及發音腔調的一種學習法。老師請同學自行回家練習,然後安排同學一對一跟老師練習,跟隨著老師口述的日語文章,由老師指正發音及可加強練習的地方。一開始,難免僅可跟隨著念主詞、名詞、及動詞等重要字句,練習久了,每一句中的助詞或動詞變化也被聽力加強後,會發現聽力跟口語同時被訓練起來。此學期,每位同學共計跟老師練習了3次。

## (三)說

「說」的課程每週3小時,包含口語會話、申述論說及演講3門課程。

口語會話每週授課2小時,上課內容為老師準備的講義,包括自我介紹、操作/使用方法順序說明、提案/討論、邀請/婉拒、安慰/鼓勵、初見面對話、向醫生說明病狀、遺失物品說明、京都方言、請託/接受或拒絕請託、抱怨/指責、意見交流、指正/道歉、留言等內容。通常老師會準備基本句型及相關字彙,讓同學分組練習,然後再抽籤選擇不同情境,讓大家在情境及角色扮演下,練習相關會話。

申述論說每週授課1小時,上課內容亦為老師準備的講義,與口語會話課不同的是,申述論說課的內容是由老師設定一主題,請大家分組針對此主題討論,然後再輪流發表自己的看法。上課的主題例如:如何吸引更多至京都旅遊、媒體的亂象探討、新聞中出現的動物事件、年功序列制及終身僱傭制之優缺點等等。

演講並不算是一固定課程,而是利用 JLPT 試驗講解課程之後期,大約有 8~9 次上課為準備演講練習之課程。在半年的學習中,本班計有 3 次日語演講之練習機會;前 3 個月及後 3 個月各 1 次,另一次為寒假作業,也就是選派全校演講比賽代表的演講內容。除第一次由老師指定以「為何~(どうして)」開頭為題以外,餘 2 次均自行決定題目。在每次日語演講練習課程中,老師均請同學在聽完其他同學演講後要提問題,並請同學給予演講者在儀態、內容及發音方面 A~C 之評點,以及簡要的

評語。之後，老師會彙整同學們的評點及評語，並發還給演講者參考，以使大家在下一次演講練習中更求精進。

#### (四)讀

「讀」的課程每週計 13 小時，包含文章精讀、新聞速讀、及文法 3 門課程。

精讀使用教科書包括「日本語読解ワークブック」及「日本文化を読む中上級」2 本，每週授課 8 小時，課前需先預習，不懂的地方先查字典；課後要寫漢字、造句等作業，每課結束後，還需準備小考，半年課程，計完成 19 課之文章閱讀，算是本班所有課程中，比重最重的課程。

新聞速讀教材為日本主要報紙刊登之新聞內容，每週授課 1 小時，主要在加強學生新聞用語與字彙，培養學生對新聞內容速讀之理解力及重點摘錄能力，並同時讓同學瞭解日本社會最新時事情報。

文法使用教科書為「新完全マスター文法—日本語能力試験 N2」，每週授課 4 小時。由於 JLPT N2 級試驗考試文法句型相較於其他級別多，且類似句型或中譯意思相近者也不少，因此雖職與另一位同學已通過 JLPT N2 級試驗，仍有許多句型易弄混或誤用，因此這門課除了複習 N2 文法外，更是為將以往易搞混的文法句型重新整理的契機。

#### (五)寫

「寫」的課程每週 1 小時，主要是作文寫作。為了不增加同學課後寫作業的負擔，也避免同學課後查詢相關資料寫作，大致上是利用 1 小時的上課時間內完成，或下課後當天完成。寫作的主題包括履歷自傳文、意見描述文、問題點的陳述文、解決對策的申論、引用文的使用及社會問題的探討等內容。

此外，除了每週 1 小時的寫作課之外，準備 4~5 分鐘的演講稿及寒假作業中的新聞閱讀心得寫作，亦是讓同學練習寫作的機會。

### 三、生活體驗

#### (一)食及衣

在「食」的方面，日本飲食習慣雖大致與台灣相近，以米飯為主，而肉、蔬菜及湯或麵食為輔，惟食品物價大約為台灣的3、4倍左右，故職在日期間，平日多與室友自行料理，一方面降低伙食費用；再一方面由於日本外食除了可額外加點青菜之外，一般定食或拉麵店所附之蔬菜極少，故自行料理可有較均衡的食材；第三方面，日本的米飯及雞蛋等食材口感與台灣不同，納豆在台灣也較少機會品嚐，故自行料理也可儘情享用這些食材。尤其，日本的氣溫較台灣低，故剛到日本時，食量雖吃得與台灣相當，但卻很快就容易覺得餓，故在職回台前，不知不覺米飯量已增加許多。

此外，職在假日出遊時，除偶爾自備飯團、零食出遊外，大多選擇至旅遊網站介紹之知名店家，體驗網友推薦之料理，包括各種拉麵、迴轉壽司、各式定食、京料理、飲茶點心，以及各有不同特色的咖啡店，也藉此增加與當地日本人接觸交流機會。

在「衣」的方面，雖職已由台灣帶了外套等衣物，但日本衣物價格與台灣接近，再加上京都雖雪下不多，溫度也不是最低，但據老師們的說法，京都比日本其他地方都要冷，因此，職在日本仍添購了部分外套、雪靴等相關衣物禦寒。此外，由於京都下雨日子不少，雖許多當地日本人可一邊騎自行車，一邊撐傘；不過，為考量每日上、下學騎車的安全性，此時就不能以入境隨俗為準則，而需選購一件好的雨衣。職在日本即買了2次雨衣，才買到件方便穿脫、且騎自行車時可遮至腿部的雨衣。

#### (二)住及行

在「住」的方面，由於在日本租屋，需有日籍保證人，且除了租金之外，尚需準備禮金及敷金<sup>2</sup>，故此次研習期間，職選擇住宿於與學校有合作關係之宿舍。學校合作之宿舍共有4間，價格、設備等條件不盡相同，部分宿舍為單人房，流理台無

---

<sup>2</sup> 「禮金」係為感謝房東租房的謝禮，約1~2個月房租金額，退租時不退還。「敷金」即保證金，約1~2個月房租金額，退租時需扣掉清掃、修理等費用退還差額。

熱水，部分宿舍為投 100 圓日幣提供熱水 10-15 分鐘為限的共用浴室，職考量研修期間適逢冬季，故選擇租金較高但有附熱水的 2 人房宿舍。

職所住的宿舍內備有冰箱、烤箱、微波爐、電子鍋、餐具、冷暖氣、書桌、電視機、臉盆、衣架、吹風機等日常生活必需品，學校並先購置一袋捲筒式衛生紙、垃圾袋等清潔用品，讓職在入住當天即可使用。雖寢室空間不大，又需與室友共用浴室、廚房，且瓦斯、電費亦不包含在租金內，距離學校又是 4 間宿舍中最遙遠的；但此宿舍騎自行車至學校約 15 分鐘，而宿舍附近有郵局及各種商店街，距地鐵車站又近，是 4 間宿舍中生活機能最方便的一棟，再加上遇到一位不錯的室友（學校以相同國籍為考量安排室友）共處，生活起居亦有人相互照料幫忙，職覺得是一個不錯的決定。

在「行」的方面，京都雖有路線完善且發車準時的公車與地下鐵，對於遊客來說相當方便，但由於價格較台灣高許多，公車單程票價成人 220 日圓，地鐵則按路程區間計價，最短路程基本票價為 250 日圓，故對留學生而言負擔較大。因此，職平日學校通勤及購物之代步工具為自行車，而假日若安排出遊，才考慮搭乘地鐵或購 500 日圓的公車一日券。

或許由於交通費用較高，又或許因為環保之因素，京都除了學生以外，騎自行車的居民相當多，且販賣自行車（含二手自行車）及修理自行車的店家亦隨處可見，每家自行車店幾乎都有免費輪胎充氣的服務。學校考量職所住的宿舍離學校較遠，且僅念短期半年（相較於其他學生平均念 1 年半而言），故讓職借用畢業同學留下來的自行車。

在日本購置自行車甚至也需像購置摩托車一樣，需要登錄名字及購買保險（非強制性），也因此被警告不能擅自使用看似被遺棄的自行車，否則若其為有登錄的自行車，會被視為竊盜。日本對自行車騎士甚至訂有相關交通規則，例如：靠左行駛、夜晚需開燈行駛、勿一邊騎車一邊聽隨身聽、講手機或撐傘等，若發生事故時，自行車騎士違反上述規則，即使自行車騎士受傷較重，仍不利於自行車騎士。由於留學生發生自行車事故不少，保險及相關訴訟的事件因對留學生身份者較不利，故除了新生入學式針對自行車交通規則的說明之外，每年學校尚會與交通警察單位合作，於課餘時間安排交警至學校講習相關規則及注意事項。

京都的街道是有名的棋盤式佈局，故對於自助旅行者，很容易依照地圖、騎著自行車，就可以到達欲抵達之目的地。惟一比較特殊的是，京都的建築物外沒有門牌號碼，僅有大樓或公司名字，或住家之姓氏門牌，據學校老師說明，僅郵局中會因郵差寄送信件或物品，而有各街道巷弄的門牌號碼。

除了有形的交通工具外，在網路及電信的通行方面，學校及宿舍均有 Wi-Fi 可上網，部分咖啡店亦有 Wi-Fi 上網服務，隨著智慧型手機在日本急速增長及觀光客之需求，京都市交通局自 2012 年 8 月中旬起已先後在公車站、便利超商等地設立免費 Wi-Fi 熱點，且自 2013 年 3 月起亦陸續在地鐵站設置熱點，對於以手機取得各項情報的觀光客而言，增加不少便利性。據說，有災害發生時，Wi-Fi 熱點將全面開通、不需登錄和無限制時間上網，以便能讓大眾及時取得緊急連絡和災害情報。職返國後不久，關西地區即發生規模 6 的地震，據友人說，一早就被手機簡訊的聲響驚醒，通知地震及海嘯之相關資訊，此與看日本電視時，亦會接收到即時訊息一般。

至於手機之使用，由於日本系統與台灣不同，故若仍使用台灣手機撥打日本電話，需付擔昂貴的漫遊費用，故職的同學大多都在日本另購置手機，以方便日常生活中之聯繫。惟日本手機通常需簽約 2 年，若中途解約則需付高額解約費。因職僅於日本研習半年，故未購置手機，與朋友的連繫方式則透過網路 Facebook 或室友連繫，除了因室友回台灣度假，同時電腦的網路設定又發生問題暫時無法使用網路，而有 3~4 日無法與日本友人及台灣家人聯繫外，其他時間均通行無礙。

### (三)育及樂

在「育」及「樂」的方面，除了京都日本語學校的培育外，職在假日時，亦常與同學一同出遊，一方面體驗與學習日本在地文化，另一方面亦藉由增加與當地民眾接觸的機會，增加日常生活中運用日本語的機會。

由於京都為日本著名的古都，除了有眾多的古寺／堂／廟之外，亦保有許多傳統性的日本慶典。職於半年的研習期間，儘可能利用課餘時間與同學們至各地參與體驗各式慶典、文化活動與旅遊，包括百鬼夜行、時代祭、鞍馬火祭、岡崎點燈（岡崎ときあかり）、京都御所公開日、週末假日的手工藝品市集、耶誕節至過年期間各地的點燈活動、節分祭、和服體驗、錢湯體驗、跨年除夜鐘，及賞楓及賞櫻之行，這些行程均讓職對日本文化歷史有更豐富的收穫。



## 參、研習心得與建議

### 一、心得

- (一) 感謝本會相關長官、同仁在業務繁忙中，給予職此次出國研習機會，亦讓職在近幾年繁重的工作後，有機會重返學校學習，解除累積已久的工作壓力。惟亦因申請此研習機會，讓職被迫放棄原本已核定本會 101 年度薦任公務人員晉升簡任官之參訓機會，深感遺憾。此外，雖職在出國前仍身負多項重職，且積極辦理當年度人口推估之繁重業務，惟當年之考績卻或許因此次研習計畫而受影響。平心而論，職於日本研期間為 101 年 10 月 9 日至 102 年 4 月 8 日，且薦任公務人員晉升簡任官之訓練亦因此延後至 102 年，實際離開辦公室時間較久的應屬 102 年，故職對於 101 年度的考績結果有些不解。
- (二) 俗話說「在家靠父母，出外靠朋友（旅は道連れ、世は情け）」。職在日本研習半年期間，與室友及其他同校的台灣留學生成為知心好友，大家一同念書、一同出遊，彼此互相協助、勉勵。此外，因為於假日逛市集，故認識了在市集擺攤的日本友人—細川先生。鑒於 2 年前（2011 年）發生東日本大地震台灣對日本之援助後，職發現許多日本人只要一知道我們來自於台灣後，就會很友善地與我們聊天，尤其在 2013 年世界棒球經典賽，台灣與日本比賽後隔一天的市集中，更有日本人與我們聊起前一晚精彩的比賽。除了細川先生不斷地邀約我們見面，鼓勵我們用功念日文，並熱心糾正我們的日文之外，其他同期的台灣友人於課餘時的旅遊間，亦曾遇熱心日本人協助帶路，甚至作嚮導及招待。職深覺學習語言不見得一定要在課堂上，日常生活中的運用與學習也是相當重要。
- (三) 過去職到過日本 2 次，均僅停留不到 1 週的時間，對日本的印象不外乎是空氣新鮮、街道乾靜與安靜不吵雜。此次至日本研習半年，除了維持過去的看法外，亦對京都河川的親水性亦有深刻的印象。此外，日本人的嚴謹態度，可從學校老師們對同學們漢字的寫法要求度得知，即使是與中文寫法一致，一筆一劃都必須遵照標準寫法。例如：部首的木字邊最後一筆劃不該勾起，竹字邊第 3 筆劃為直線、第 6 筆劃為右點等。另外，職所研習的單位僅為一棟建築物中的教育中心，而非有著完整校園的學校，但舉凡一年一度全校健康檢查、對外籍生地震發生時的緊急避難等相關知識、以及交通安全等說明，每一項均確實辦理。

(四) 除了嚴謹的態度外，日本人凡事以替人著想為著眼點的處事態度亦令職印象深刻。職與一群台灣留學生第一天從機場抵達學校的時候，學校事務局主任在說明學校環境前的第一件事，即是發給每位同學 1 罐飲料，紓解大家旅程的疲憊，之後又拿出 1 支手機請大家輪流打電話回家報平安。另外，在大排長龍的店家門口邊排隊邊看菜單點餐也是特色，讓客人輪到可以進入店內坐下後，不用久等即能馬上享用到美食。

## 二、建議

(一) 職於出國前，雖業務繁忙，但仍積極加強日本語聽及讀之能力，以使自己在日本研修期間能全力著眼於口語能力之提升。惟日本語學校之課業安排為聽、說、讀、寫全方面之提升，雖課堂上全面以日本語上課，聽及說的機會確有增加，惟在半年的有限時間下，職除了剛開始之生活適應之外，亦需應付學校在讀與寫方面之作業，因此雖不否認日本語能力有進步，但進步空間仍有限，似乎才剛適應日本生活，也才剛有自信可以與日本人交流之下，就馬上要準備回國。因此，若要達到以日本語流利應對或專業翻譯，訓練期間恐需延長。

(二) 如前所述，鑒於此計畫研修期間僅 6 個月，對於有心想加強日本語能力者，回國後勢必仍須不斷持續加強對日本語之學習，否則在並非很容易接觸到日本語的國內環境下，久不使用即容易退步，浪費此研習計畫之效益。

(三) 由於日本之日本語學校入學期間主要為每年 4 月或 10 月，且多為入學前 6 個月開始申請，亦即若打算於 10 月入學者，通常於 4 月即需開始準備申請入學事宜。惟本會通常自 3 月始開始執行計畫，例如：101 年度計畫於 3 月 23 日前請各處研提選送名單，4 月中旬召開審核小組會議，5 月 7 日通知確認通過此申請計畫。由於職於申請計畫同時，即連絡日本語學校代辦機構，若於 5 月計畫確認核准後始開始準備申請學校事宜，時間上恐太過急迫。此外，若考量不跨年度出國研習，則必需選擇於 4 月入學，或搜尋有招收 7 月入學生之學校，在此 2 種情況下，申請入學的時間又將更為提前。如可以的話，建議本會儘可能提早研提名單、召開審核小組會議等作業，俾使有心申請計畫者有更充裕的時間準備及規劃出國事宜。