

國立臺北大學寒暑期研習營學生研習心得反饋表

學生姓名	劉又瑄	年級系所	公共行政暨政策學系三年級
參與計畫	日本甲南大學交流研習團		
研習期間	2016/7/7-7/13	研習地點	日本神戶甲南大學

心得反
饋、滿
意度調
查與建
議

旅行、出走，對我而言最重要的，莫過於對異地的體驗與探索；而到另一個國度的旅行，便是當地文化習俗的探訪與交流，此次甲南大學交流團給與我們的收穫不僅僅是在地文化傳承、日式企管課程，更是一個泱泱大國對其傳統、信仰、習俗所抱持的驕傲與分享。

這趟旅程可謂結合了研習教育目的與半自助行式旅遊，我們前往甲南大學進行文化交流課程，包括了插花教學、日商策略聯盟，甲南更精心安排各國際姐妹校交換生交流活動，包含美國、中國等世界大國，在日本，我們交到了來自世界各地的朋友。

我們也前往專業觀光工廠，在酒心齋我們看到了酒的各式蒸餾法，也品嚐到各種不同釀法之不同風味；在小山園我們觀察了茶葉的種植、保存、烘培到磨製成茶，體會日本茶道的精心細膩，萬分馬虎不得；在明石燒 DIY 餐廳，我們製作了專屬於自己的美味餐點，不同於章魚燒軟 Q 的口感，明石燒更為軟嫩，自己親手客製化又更增添樂趣，配著色香味俱全的魷魚炊飯，不少人都將一小筒飯全部吃光呢！此外最令人印象深刻的便是神戶姬路城的浴衣體驗了，第一次體驗穿上日式浴衣，阿姨們為替我們在腰間配上層層布料，長髮也都整齊盤起，點綴上些許清新花瓣，最後還可挑選木屐與小包，穿著整套莊重不失亮麗的日式浴衣前往寺廟與山間小路，令人由內而外的興起肅穆之心。當然也拉車文化古城京都，到著名的平等院、伏間稻荷大社觀賞壯麗的千本鳥居，走在鳥居築起之路、細細撫摸每分還願情意的文字，心境瞬間沉澱不少...。比較可惜的是這類古蹟建築甲南僅是派人帶我們前往與陪伴，若是下次能夠由甲南甲南自行簡介與導覽，也許不需要過於專業與制式，以在地日本人自身的虔誠令我們瞭解這些文史價值的深厚文蘊，我想，將會激發我們更多感觸與迴響。

白日豐富多彩的課程與體驗結束後，每個夜晚各組可以自行安排行程，鄰近神戶的大阪梅田、三宮、心齋橋、道頓絕等，皆為著名商業區，我們在這些地方吃到了遠近馳名的一蘭拉麵、道地日式居酒屋、現點現做握壽司、大排長龍創意串炸...等，也利用時間前往地標京都塔，傍著幾百公尺的京都夜晚美景，三五好友談心說話，我想，這便是女孩們的浪漫了=)

唯一一天 free day 由團員們自行安排行程，我的小組討論決定前往京都，讓摸茶控失心瘋的好多好多好多抹茶天堂，也到著名的清水寺，更在八阪神社幸運的遇到祇園祭遊行，日式傳統妝容的孩子們、騎在馬上威風凜凜的孩子王配上祭典特有音樂，令我們大開眼界！

甲南大學從一開始的開放式 Icebreaking、Orientation 行程介紹到 Volunteer 帶路的 Campurs tour，都讓我們感受到友善與熱情，住宿方面為全體團員一個大房間，每人獨立上下鋪床位，儘管較無個人隱私，我卻喜歡

這種熱鬧溫馨帶來的安全感，也讓彼此更加快速的熟悉。而也因為團體安全因素的考慮宿舍有著每晚十點的門禁，這對於僅有晚上時間可自由活動的我們來說有不少限制，且其距離最近 JR 住吉站約有 15 分路程，若需前往大阪其他鬧區也需一小時以上車程，因此在自由的行程規劃上需多加考量。然日本除了心齋橋等大景點，其餘景點、百貨幾乎在九點皆全數打烊，也因此讓我們搶到了某次超市大半價優惠(笑)，難得來到日本大家幾乎都會把握機會將時間分秒利用，但也是有其中一晚我的小組早早的逛回住吉，充裕的挑選明天的早餐，與好友手拉手信步走在零星的日本街道上，真的是別有一般風味呢！也由於男女浴室各只有一間，因此夜間自由行程結束後，大家總要排隊等待淋浴間，但是每個浴室皆可將浴簾拉起，備有兩個淋浴設備，可以與好友一同進行洗浴趣味增進感情 XD

此次旅程費用支出，自助交通&飲食 15000+機票 5515+團費 12315=3200，除了機票訂由旅行社訂到華航 175515 稍嫌高價以外，團費部分我們皆認為物超所值，而個人費用包含所有日幣當地支出，只要略為節制基本上皆可控制在預算內，在 Farewell 結束的下午，我們還相約一同去吃整套日幣 3000 多的神戶午餐呢！

這趟七天研習旅程，以大阪關西機場的大阪燒做為最後 Ending,不僅收穫滿滿、體驗豐富，更讓我愛上日本的旅客友善、愛上自助旅行的悠遊氛圍、愛上好友結伴同遊的歡喜自在，下一次，自己規劃行程來個出走吧！





填表日期： 年 月 日