



早稻田大學 生活報告

一、交換學校介紹及課程資訊

學校簡介

早稻田大學(以下簡稱早大)是日本知名的私立大學,非常重視國際合作與交流,和多所學校簽訂姐妹校,因此校內的留學生非常多,以中國和韓國為大宗,台灣的留學生數量則居第三,走在校園經常可以聽到熟悉的中文。

早大有非常多校區,不過交換生原則上只會在早稻田校區上課。商學院位於 11 號館,大部分商學院課程都在這裡上課,一樓有自習室與電腦,二樓則有滿大的開放空間可以使用。留學中心則在 22 號館,是日語課程上課的地方,三樓也有一個討論空間,電腦則位於地下一樓。需要列印時,可自備白紙到 11 或 22 號館的地下一樓免費列印。

17 號館是早大的生活協同組合(簡稱生協)所在地,一樓就像便利商店一樣,幾乎什麼都有賣,也有販賣許多早大的紀念商品。在早大的第一場說明會拿到的資料中有加入生協的申請書,到 17 號館二樓繳交申請書和 3,000 日圓(離校時可憑證全額退還)即可拿到會員證,持此證到 17 號館地下一樓的書店買書可享 9 折優惠。學校餐廳位於 25 號館大隈庭園的二樓和三樓,裡面販售多種餐點,另外在早大周圍也有很多餐廳供選擇。

課程簡介

交換生在早大沒有修課學分的下限,只規定上限不能超過 24 學分,日語課程不能超過 8 學分。在早大,一堂課是 90 分鐘,商學部一週一堂課算 2 學分,日語課程則是一週一堂課算 1 學分。交換生能選的課有商學部的課程、日語課和其他學部的少數課程,除了國際教養學部和政治經濟學部的課程要先用紙本申請外,其他課程都是線上選課。早大的選課系統同一個時段只能選一門課,在科目檢索勾選完想上的課後還要到科目申請做確認才算排入選課清單。

選課日程分為三個階段，日語課程三個階段都有開放加退選，商學部則是三個階段都能加選，但要到第三階段結束後才另外開放時間退選。至於其他學部的課程因為只有在第一階段開放，選上了就不能退，故想上其他學部課程的話一定要三思。另外，在第一階段額滿的課程第二階段就不會開放加選，要到第三階段看有沒有人第二階段退課決定能否加選。所以如果想上熱門的課程，在第一階段就一定要排入選課清單。除了第一階段時間較長外，第二、三階段都只有兩天，且第三階段大概在開學第一週就結束了，因此除了要特別留意每個選課階段的日期外，也要好好把握各門課程的開學第一週的課程說明機會（通常每堂課只上 45 分鐘，分上下半場，讓學生有機會了解同一時段的兩堂課程的上課內容），盡量去聽想上的課再做最後的決定。

日語課程方面，早大提供非常多元的選擇，交換生修日語課不需付學分費，依照課程難度分成 8 個級別，在選課前可先做 [J-CAT 測驗](#) 來了解自己的日語程度，再選修對應自己程度的日語課程，不過並沒有一定要修和自己程度相符的課程的規定，可以挑戰更難或修比較簡單的課。

二、生活及文化交流

生活方面

住宿的部分，早大商學院沒有提供政大交換生宿舍，但會提供一些住宿資訊供參考，例如 Sakura House 和 Borderless House 等。

日本在垃圾分類上雖然分類沒有台灣多，但對每樣垃圾的分類和處理都有很詳細的規定，例如牛奶盒要洗過剪開來丟、寶特瓶瓶蓋、標籤和瓶身屬於不同類別等，且每天能丟的類別都不同，確定住宿地點後建議先確認好當地的垃圾分類規定。

早大周圍的車站很多，有山手線、西武新宿線的高田馬場站、副都心線的西早稻田站、東西線的早稻田站和都電荒川線的早稻田站。持早稻田大學學生證可以到離家最近的車站辦「定期通學券」，分為一個月、三個月和六個月，可免費不限次數來回於家附近的車站到早大車站的區間，大學生通學的價格大約為通勤票價的六成左右，可先下載「乘換案内」的 app 計算交通費再決定是否要辦定期通學券。

因為日本外食較貴，到超市購買食材自己煮較為划算，日本很多大型連鎖店都有推出會員卡和不定期的折扣優惠、點數加倍活動，多把握機會利用可以省下不少錢。

文化交流

早大主要有三個團體會專門提供許多機會供留學生交流，分別為 ICC、WIC 和虹之會。除了這三個團體外，早大還有非常多元的社團文化，有些社團也非常歡迎外國人參加，可以利用開學的社團聯展或學校的[社團網站](#)尋找自己有興趣的社團。

ICC 是 International Communication Center 的簡稱，為了促進在早大的外國留學生和日本學生的交流而經常舉辦各種活動，和政大的 IY 類似。一開學就會舉辦多場歡迎茶會和小遊戲，也不定期在中午舉辦各種主題餐會，例如完全以英文、中文或日文交談的餐會、音樂餐會等等，也有規畫賞花、採竹筍等旅遊活動讓外國留學生更認識日本。此外，在學習日語方面，ICC 提供語言交換夥伴配對的機會和 Japanese Chat Club (にほんごペラペラクラブ)。語言交換是在學期初到網站登記資料，選擇兩人或三人一組，沒有規定一個人只能用一種語言交換，可以分別用中文和英文填兩次資料，等到結果出來後再自行和對方約時間互相學習彼此的語言。Japanese Chat Club 則是從五月開始，一次申請以一個月為單位，一星期有兩天的社團可參加，例如在五月可以選擇參加星期一或星期三的社團，也可以兩天都參加。因為有依日語程度區分組別，不用擔心自己的日語程度不足。每次用一個小時的時間跟日本和其他留學生一起用日語聊天，除了能增進自己的日語程度外，也能從不同國家的人的觀點更認識日本。

WIC (Waseda International Club) 和虹之會都是針對外國留學生舉辦活動的學生社團，兩者都不用付社費即可加入。兩個社團都會舉辦賞花、旅遊、早慶戰應援等活動，差別在於 WIC 裡能用英文溝通的日本學生較多，虹之會的活動則是以日文溝通為主，且常常舉辦飲み会，比較熱鬧。

三、交換需注意之事項

日語程度

雖然在早大的確可以只用英語和日本同學交流、上課，但在日本社會中，像是要開戶或是平常購物遇到問題時，只用英語還是很難和日本人溝通，建議交換前最好先在台灣學習日語，至少具備基本的日語程度再來。這樣除了和日本人交談時比較不會有溝通上的障礙外，也能更深入地和日本人交流，認識日本文化。

行李準備

由於到日本後需要辦開戶、手機等手續，加上在日本刻印章和洗照片都比台灣貴，建議一定要從台灣帶印章和數張一寸和兩吋的證件照過來。

雖然到日本後會強制保國民健康保險，看病時只需自行負擔 30%的費用，但因為跟台灣比較，在日本看病的費用還是偏貴，建議可以先從台灣帶一些備用藥過來以備不時之需。

東京的春季均溫雖為 15 到 20 度，但偶爾還是會有突然變冷的時候。夏天則因為熱島效應和台灣差不多熱，不過濕度較低、早晚溫差也較大。因此在攜帶衣物的方面，建議除了以準備春夏季衣物為主外，還要帶幾件保暖的衣物會比較保險。