

## 行前準備

各位同學在申請到交換之後，一定對於之後的交換生活期待又擔心吧！這裡想提醒同學行前準備注意事項，以提早準備交換生活。

### 1. 換日幣

出國最重要的東西之一就是錢。在申請到學校之後，就最好開始陸續注意日幣匯率。只要日幣低到你能夠接受的範圍，就最好盡早下手，不要想說匯率要到歷史新低才換日幣。至於日本生活費大約如何？要換多少呢？個人覺得剛開始第一個月的費用會稍微高一些，畢竟需要去添購一些日用品等。之後的幾個月，如果不算太常購物，並且不常旅遊的話，每個月生活費可以抓 7~8 萬日幣(不包含住宿費、水電費等)。若是有出門旅遊的話，一天最好多抓一萬元日幣。當然多帶一些是比較保險的。

### 2. 在日本如何領錢

日本的開戶非常嚴格，一般外國人不太容易完成開戶，除非會住六個月以上，因此學校方面是不太建議交換學生開戶的。不過學校宿舍(我住 Global Center)會給每個房間一個保險箱，若同學怕現金不安全的話可以使用。另外也很建議在台灣先將國外領錢的功能打開，雖然說國外提款匯率不佳，但也是一個應急的方式。

### 3. 準備信用卡

出國一定要準備信用卡，金額較大的時候就刷下去，以免現金不夠。目前有聽說去日本的話，蠻多人推薦辦樂天信用卡，或是元大現金回饋卡，就看個人喜好了。

### 4. 申請簽證

在政大完成提名後，NUCB 會將所需資料寄 E-mail 過來，我們只要照著上面的填寫方式即可輕鬆完成。其中有一個文件稱為

**Certificate\_of\_Eligibility\_application\_form**，這個文件必須小心填寫，因為這有關簽證是否能夠核發下來。所有文件 NUCB 會要求以紙本方式寄回日本，可以請 Cherry 助教幫忙寄送。若都沒問題之後，NUCB 會再寄 E-mail 通知資料無誤。NUCB 會寄出申請簽證的資料至政大 OIP 辦公室，領取之後去台日交流協會辦理簽證，即可完成簽證申請。通常這些資料會在出國前一個月才會下來，若還沒收到不需要太緊張。

### 5. 行李準備

學弟妹在打包行李時，一定有點擔心那些東西宿舍有，那些需要帶出國的。基本上宿舍應有盡有，有冰箱、寢具(包含被子、枕頭、床單等)、浴巾、廁所衛生紙、洗髮精、沐浴乳、洗衣精(是自動會加入洗衣槽中，洗衣服時可不必另外再加)。提醒各位要帶的有路由器，因為宿舍房間只有有線網路，最好帶一個來或是在當地購買比較方便。再來吹風機也要準備。3 月底剛到的時候，跟台灣的冬天一樣冷，一定要帶冬天保暖衣物。尤其日本早晚溫差大，一定要帶禦寒衣

物。

#### 6. 買保險

雖然到日本之後，日本政府規定每個人都要繳健保費，但以防萬一最好還是去買個旅遊平安險，和旅遊不便險比較好。

#### 7. 學日文

要去日本交換，怎麼能夠對日文一竅不通呢？建議最好學到能夠日常溝通，在日本生活上是能輕鬆很多的。比方說宿舍舍監，或是學校辦事人員，基本上所有日本人發現你會說一些日文的話，都會對你更加友善的。我相信語言是拉近人與人之間關係的重要橋梁，放諸四海皆適用。

#### 8. 網路卡

建議先在台灣先買了短天期的網路 SIM 卡，再到日本當地找長天期網路卡，或是適合的網路合約。我之前是先在台灣買了 7 天的日本網路 SIM 卡，並預計在日本的 7 天之內找到當地可以用的網路卡，不過這過程很不順利。我之前先詢問了學校當地辦事人員，他們推薦我去 Yamada 電器辦網路卡，我去了之後店員人很好，先幫我測試他們的網路卡，與我的手機型號是否能相容。結果發現他們所有的網路 Sim 卡，都不適用於我的手機。唯一的方法就是要拿著一個 Wifi 機一樣的東西，才能夠順利連到網路。我覺得有點麻煩，便去了榮站附近一家叫做 Yodobashi 電器店。結果店員說最近因為顧客太少，幫忙設定 Sim 卡的人員已經撤櫃了，叫我去 Big Camera 看看。跑去名古屋車站的 Big Camera 之後，他們說 Sim 卡需要網路上開通和解除，開通不是問題，但如果沒有解除的話每個月還是要付月租費。而開通和解除的網站只有日文，我怕我自己操作上會有問題，最後選擇了日本遊客的那種 30 天網路 Sim 卡，用完再換一張卡。不過感覺手機型號比較新的同學，可能就不需要面臨以上問題，或是去別家的 Yodobashi 看看，說不定還會有幫忙設定網路卡的店員。

#### 9. 選課

出國前要按照日本學校方面的指示，先選好這學期的課程。剛開始看到 Syllabus 的時候，發現每門課都只有四天上課時間，不確定一學期大約選幾門課比較適合，因為不想太忙，又想在這學點東西。後來在這裡遇到一位就讀 MBA 的學長，他說通常大家每學期的課程，大約會選擇 5~7 門課，提供這個數字給大家參考。不過我也遇過有同學選了 9~10 門課以上的，主要還是看個人意願和能力。不過如果有拿到學校獎學金的同學，Term 1 至少要選三門課。(學校每學期又分為 Term 1 和 Term 2，每個 Term 是兩個月。)