น. ส. ลลิดา ศรีเจริญชัย 6206681964

Hirosaki University 弘前大学

แลกเปลี่ยนเมื่อปีการศึกษา 2565 (กันยายน 2565 – สิงหาคม 2566)



หลักสูตร

นักเรียนแลกเปลี่ยนต้องลงทะเบียนเรียนอย่างต่ำ 7 คาบต่อสัปดาห์ โดยวิชาเรียนที่สามารถลงได้แบ่งเป็น 日本語・日本事情関連科目 Japanese language and Japanese Culture วิชาภาษาญี่ปุ่นระดับต้น กลาง สูง, 教養教育科目 General Education ของ Liberal arts วิชาเรียนรู้เกี่ยวกับประวัติศาสตร์วัฒนธรรมญี่ปุ่น มีวิชาที่น่าลงเรียนหลายอย่าง เช่น Japanese women literature, Japanese war literature, Art and narrative of the Tsugaru region, The Aesthetics of the Japanese Tea Room, Japanese art history เป็นต้น บางวิชาจะได้ไป field trip หรือกิจกรรมนอกห้องเรียนอีกด้วย และ 専門科目 Special Courses วิชาเฉพาะของแต่ละคณะ อย่างเรากับเพื่อนก็มีไปลงวิชาเปียโน วิชาร้องเพลง วิชาไอที

ก่อนเปิดเทอมจะมีสอบ placement test เพื่อวัดระดับภาษาญี่ปุ่นของเราและเป็นการแนะนำว่าเราควรจะลงวิชาภาษาญี่ปุ่นตามระดับที่ได้ อย่างไรก็ตามการสอบเป็นแค่แนวทางเราสามารถลงเรียนระดับสูงกว่านั้นก็ได้ รวมทั้งยังมีโปรแกรมฝึกงานให้เลือกลงเรียนได้ โดยหลังเปิดเทอม 2 สัปดาห์แรกจะเป็นช่วงทดลองเรียน สามารถไปนั่งเรียนตามวิชาที่สนใจได้เลยแล้วค่อยตัดสินใจภายในเวลาที่เขากำหนดว่าอยากลงทะเบียนวิชาอะไรบ้าง อยากจะเพิ่มถอนภายหลังก็ได้แต่ควรติดต่ออาจารย์ไว้ด้วย

ถ้ามีปัญหาอะไรสามารถปรึกษากับ support office ได้ทุกเมื่อ ทางมหาวิทยาลัยมี 日本語チューター ที่จะช่วยดูแลให้คำปรึกษาเราทั้งเรื่องภาษา การใช้ชีวิต การลงทะเบียนเรียน



workshop กีฬาเคนโด้ (วิชา Regional Society/Culture-Survey of the modern cultural history of Tsugaru)



กิจกรรมใส่ชุดยูกาตะ (The Aesthetics of the Japanese Tea Room)

ทุนการศึกษา

ปีที่เราไปได้ทุน JASSO เดือนละ ¥80,000 ต่อเดือนเป็นระยะเวลา 8 เดือน (มกราคม-สิงหาคม) แต่เราไม่แน่ใจเรื่องเกณฑ์การรับสมัครกับการคัดเลือก เพราะรุ่นเทอมก่อนหน้าเรากับเทอมหลังเราเขาไม่ได้รับทุนนี้ อีกอย่างตอนแรกเราเข้าใจว่าผู้สมัครทุนนี้ต้องมีผลสอบ N2 ขึ้นไป ซึ่งตอนเราสมัครมีแค่ N3 ดันยื่นผ่าน ดังนั้นถ้าอยากรู้เรื่องทุนการศึกษาอาจจะต้องถามทางมหาวิทยาลัยโดยตรง

ที่พัก

ที่พักที่นี่จะมีให้เลือกหลักๆ 3 แบบ คือ International House (弘前大学国際交流会館) หอพักนักเรียน (学生寮) และอพาร์ตเมนต์ เราได้เลือกให้อยู่หอนักเรียน โดยหอเราชื่อ 朋寮 (hou-ryo dormitory) ถ้าอยู่หอสามารถเลือกได้ว่าจะอยู่ห้องคนเดียวหรืออยู่กับรูมเมทคนญี่ปุ่น ทุกห้องมีไวไฟและเครื่องปรับอากาศร้อน/หนาวให้ หอนี้เป็นหอหญิงอยู่ข้างๆกับหอชายโดยที่มีโรงอาหารอยู่ตรงกลางใช้ร่วมกัน หอนักเรียนมีบริการข้าวเช้าและข้าวเย็นในช่วงเปิดเทอมให้ตามนี้ ข้าวเช้า 7.30-9.00 ข้าวเย็น 17.30-

19.00 จะมีข้าวทุกวันยกเว้นวันอาทิตย์ วันหยุดนักขัตฤกษ์และช่วงปิดเทอม ถ้าข้าวเย็นกลับหอมาไม่ทันเวลา 19.00 สามารถเขียนโน้ตให้หอเก็บเป็นข้าวกล่องไว้แทนได้ อย่างไรก็ตามเนื่องจากเป็นหอนักเรียนจึงมีพื้นที่บางส่วนที่ต้องใช้ร่วมกันกับนักเรียนคนอื่น เช่น ห้องน้ำ ห้องอาบน้ำ ห้องครัว ห้องนั่งเล่นรวม เครื่องซักผ้า เครื่องอบผ้า ในส่วนของค่าใช้จ่ายจะแบ่งเป็นค่าห้อง ¥16,000 และค่าน้ำค่าไฟค่าแก๊สที่จะต่างกันไปแต่ละเดือน ดังนั้นค่าหอจะตกที่ประมาณเดือนละ ¥30,000 - ¥37,000 (รวมค่าข้าวและค่าเครื่องซักผ้าอบผ้าไว้แล้ว)

ระยะเวลาเดินทางจากหอไปมหาวิทยาลัยใช้เวลา 7-10 นาที(จักรยาน) หรือ 20-25 นาที(เดิน) โดยหน้าหอมีรถบัสสาย 学園長 สามารถนั่งไปลงหน้ามหาวิทยาลัยได้เลย ราคา ¥170กับ¥180 ขึ้นอยู่กับป้ายที่ลง ข้อดีหออีกอย่างคือ ไม่มีเคอร์ฟิวตอนกลางคืนจะกลับหอกี่โมงก็ได้ สุดท้ายคือไม่ต้องกลัวมีปัญหาอะไร เพราะทางหอจะจัดนักเรียนญี่ปุ่นให้มาเป็น supporter ของเรา มีอะไรสามารถสอบถามได้ตลอด

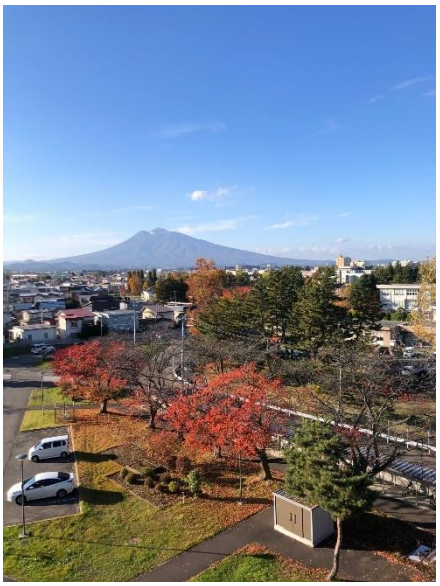
รายละเอียดหอเพิ่มเติม https://sway.office.com/YUOlejrD8TIciunr



หน้าหอ 朋寮



วิวหน้าหอฤดูหนาว



วิวหน้าหอฤดูใบไม้ร่วง

การเดินทาง

ที่นี่ทุกคนใช้จักรยานเป็นหลัก แนะนำให้ซื้อไว้เลยเพราะรถบัสน้อยและหมดไว สามารถหาซื้อได้ตามร้านจักรยานหรือร้านขายของมือสอง (2nd street, off house) หรือออนไลน์ก็ได้ ส่วนในช่วงฤดูหนาวหิมะกองสูงทำให้ขี่จักรยานไม่ได้ จึงต้องเน้นเดินเป็นหลัก

ค่าครองชีพ

เนื่องจากเราได้ทุน JASSO เลยไม่ค่อยมั่นใจว่าถ้าตัดทุนช่วยออกไปจริงๆแล้วตัวเองใช้จ่ายประมาณเท่าไหร่ เพราะหลังจากได้ทุนก็ค่อนข้างใช้จ่ายสุรุ่ยสุร่ายพอสมควร แต่คำนวณคร่าวๆ คิดว่าประมาณเดือนละ ¥70,000 ไม่รวมค่าหอ

การใช้ชีวิตในฤดูหนาว

ฮิโรซากิอยู่บริเวณบริเวณเกือบเหนือสุดของเกาะฮอนชูดังนั้นฤดูหนาวจึงอากาศหนาวไม่ต่างจากฮอกไกโดเลย หนาวมาก! แนะนำให้ไปหาซื้อใหม่ที่ญี่ปุ่นเลยไม่ต้องขนไปจากไทย อุปกรณ์กันหนาวที่ควรต้องมีคือเสื้อลองจอนไว้ใส่ข้างในให้อุ่นๆ เสื้อ down coat เพราะกันน้ำได้ ถุงมือ หมวก ผ้าพันคอ ที่ปิดหู และอย่างที่เขียนไว้ข้างบนว่าหลังจากหิมะตกแล้วจะขี่จักรยานไม่ได้ ดังนั้นต้องมีรองเท้าบูทสำหรับเดินบนหิมะโดยเฉพาะ ถ้าจะให้ดีพยายามหารองเท้าที่มีตัวกันลื่นข้างล่าง ของพวกนี้อย่าไปงกอย่าไปกลัวเปลือง เพราะต้องใช้ชีวิตอยู่กับหิมะเต็มๆอย่างต่ำ 4 เดือน ตอนเราอยู่หิมะเริ่มตกประมาณปลายเดือนพฤศจิกายนไปจนถึงเดือนกุมภาพันธ์ แต่กว่าหิมะจะละลายหมดก็ปาไปเดือนมีนาคม ดังนั้นแนะนำให้ซื้อแบบดีๆไปเลย ถ้ากลัวกลับไทยไม่ได้ใช้ค่อยขายต่อก่อนกลับไทยก็ได้

ระวังค่าใช้จ่ายหน้าหนาวจะสูงกว่าช่วงอื่นๆ แต่หอนักเรียนเป็นค่าไฟแบบเหมาจ่ายดังนั้นไม่ต้องกังวลเรื่องค่าไฟ และเครื่องอบผ้าก็รวมอยู่ในค่าหอแล้วสามารถใช้ได้ตามสบาย





การแต่งตัวในหน้าหนาว

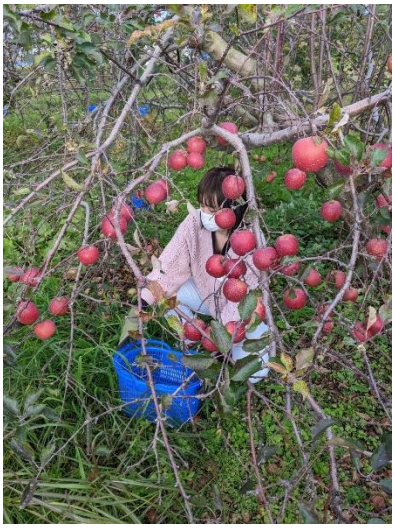
กิจกรรมที่ทำ

English Supporter

มหาวิทยาลัยจะมีงานที่นักเรียนแลกเปลี่ยนส่วนใหญ่มักไปทำคือ เป็น supporter ของ English Lounge โดย English Lounge คือโซนการเรียนรู้ภาษาอังกฤษด้วยตนเอง นักเรียนญี่ปุ่นมักจะแวะมาห้องนี้เพื่อเข้าฟังสัมมนาภาษาอังกฤษ ยืมหนังสือภาษาอังกฤษหรือฝึกบทสนทนาภาษาอังกฤษกับนักเรียนแลกเปลี่ยน โดยหน้าที่ของเราคือเป็น English supporter ให้กับนักเรียนญี่ปุ่นที่จะมาฝึกพูดคุยภาษาอังกฤษนั่นเอง งานง่ายๆแค่ลงเวลาตามกะที่เรามีเวลาว่างแล้วนั่งรอนักเรียนญี่ปุ่นแวะมาตรง conversation corner ใน English Lounge หน้าที่หลักๆของเราคือพยายามชวนคุยกับคนญี่ปุ่นด้วยภาษาอังกฤษให้ได้มากที่สุด จะคุยด้วยหัวข้ออะไรก็ได้ นักเรียนญี่ปุ่นที่แวะเวียนมามีหลายประเภท ทั้งนักเรียนปี 1 ที่มาสัมภาษณ์เราไปทำรายงาน หรือนักเรียนปริญญาโทที่ไม่มีอะไรทำเลยแวะมาคุยเล่นเฉยๆ (จะบอกว่าเพื่อนญี่ปุ่นส่วนใหญ่ที่ได้ก็ได้จาก English Lounge นี่แหละ เพราะคนญี่ปุ่นส่วนใหญ่ที่มาคือคนที่เขาอยากมีเพื่อนต่างชาติอยู่แล้ว ดังนั้นเขาจะมีความตื่นเต้นอยากคุยกับเรามากกว่าคนญี่ปุ่นที่เจอในห้องเรียน)

ฝึกงาน

มีโปรแกรมฝึกงานให้เราลงเรียน สามารถลงเก็บเป็น 1 วิชาเรียนได้ เช่น ฝึกงานเกี่ยวกับการเก็บแอปเปิล อุตสาหกรรมแอปเปิล การฝึกงานในหมู่บ้านเนบูตะได้ทำงานเกี่ยวกับท่องเที่ยวบริการร่วมกับคนในท้องถิ่น การฝึกงานเกี่ยวกับการทำเว็บไซต์มาร์เก็ตติ้งโปรโมตการท่องเที่ยวของจังหวัดฮิโรซากิ และอื่นๆอีกมากมาย เราจะได้ฝึกเกี่ยวกับการทำนามบัตร การคุยกับคนญี่ปุ่นในที่ทำงาน ถือว่าเป็นงานที่สนุกและจะได้สนิทกับเพื่อนต่างชาติที่ฝึกงานด้วยกันอีกด้วย



ฝึกงาน Internship B – Apple cultivation, product development, marketing



ฝึกงาน Internship A – Regional Tourism

<u>เทศกาล</u>

ฮิโรซากิมีเทศกาลสำคัญในช่วงหน้าร้อนคือเทศกาลเนบูตะซึ่งจัดขึ้นต้นเดือนสิงหาคมของทุกปี ทางมหาวิทยาลัยจะส่งคนไปร่วมเดินขบวนด้วยทุกปี เราสามารถไปร่วมด้วยได้





อีกสิ่งที่เมืองฮิโรซากิเด่นๆคือ ซากุระ ในช่วงฤดูใบไม้ผลิต้นเดือนเมษายนแนะนำให้ไปเดินเที่ยวสวนฮิโรซากิ(弘前公園) นอกจากมีปราสาทให้เยี่ยมชมแล้ว ก็จะมีชุ้มงานวัดให้เล่น เช่น บ้านผีสิง ปาโป่ง ตักปลาทอง พายเรือเล่น




ในฤดูหนาวที่สวนฮิโรซากิก็จะมีจัดงานเทศกาลหิมะ 弘前雪燈籠まつり เป็นซุ้มโคมไฟสวยๆ ไปถ่ายรูปเล่นได้ มีรูปปั้นหิมะ ปราสาทหิมะ สไลเดอร์น้ำแข็ง งานอาจจะไม่ใหญ่มาก แต่เป็นไม่กี่งานที่จะได้เห็นคนรวมตัวกันเยอะๆในช่วงหนาวๆแบบนี้





<u>ชมรม</u>

สามารถแจ้ง support office ว่าสนใจเข้าชมรม เขาจะประสานเรื่องให้ หรือจะติดต่อกับทางชมรมไปเองโดยตรงเลยก็ได้ ส่วนใหญ่กิจกรรมแนะนำชมรมจะมีเทอมต้นหรือช่วงเมษายน แต่พวกเราที่ไปแลกเปลี่ยนมักจะได้เดินทางไปในเดือนกันยายนซึ่งเป็นช่วงเทอมปลายของมหาวิทยาลัยฮิโรซากิแล้วประกอบกับเริ่มเข้าสู่ฤดูหนาวทำให้หลายชมรมไม่มีกิจกรรมในช่วงเทอมปลาย แต่ถ้าสนใจจริงๆลองหาข้อมูลได้ตามอินสตาแกรมหรือทวิตเตอร์ชมรม มีชมรมที่น่าสนใจหลายอย่างเช่น ชมรมดูดาว ชมรมเต้นโคฟเวอร์ ชมรมประสานเสียง ชมรมขี่ม้า ชมรมภาษามือ ชมรมโดดร่ม ชมรมวิ่งไล่จับ เป็นต้น แต่อย่างที่เขียนไว้ว่าบางชมรมอาจจะไม่เปิดในช่วงหน้าหนาวดังนั้นลองเช็คดูดีๆ หรืออยากจะเข้ามากกว่า 1 ชมรมก็ได้แต่บริหารเวลาให้ดีๆ

สำหรับเราการเข้าชมรมเป็นช่องทางที่ดีในการเพื่อนคนญี่ปุ่นและได้ลองสัมผัสประสบการณ์การใช้ชีวิตแบบวัยรุ่นญี่ปุ่นจริงๆ อย่างชมรมที่เราไปเข้ามาก็มีชมรมภาษามือ ชมรมแบตมินตัน กับชมรมวงซิมโฟนี ทั้งหมดนี้ไม่ได้เข้าพร้อมกันเพราะวันเวลาซ้อมของแต่ละชมรมจะต่างกันออกไป

อื่นๆ

เมืองฮิโรซากิค่อนข้างจะแตกต่างจากเมืองที่คนอื่นไปแลกเปลี่ยน ด้วยความต่างจังหวัดสุดๆ ถนนบางจุดก็ฟุตบาทแตกพื้นไม่เรียบเหมือนไทยเลย จะเข้าตัวเมืองที่ใกล้ที่สุดก็มีแค่อาโอโมริซึ่งก็ไม่ได้ต่างกันกับฮิโรซากิเท่าไหร่ แต่ฮิโรซากิก็มีเสน่ห์ในแบบของมัน ยังไงสิ่งอำนวยความสะดวกอย่างห้าง หรือที่เที่ยวเล่น ที่ที่นัดไปทำกิจกรรมกับเพื่อนได้ก็ยังพอมีบ้าง เช่น คาราโอเกะ เกมเซ็นเตอร์ บาร์อิซากายะ หน้าหนาวก็มีสกีให้เล่นหน้าร้อนก็มีทะเลให้ไป ไม่ได้เงียบเหงาไปซะทีเดียว ใครที่อยากหนีจากชีวิตวุ่นวายในเมืองก็แนะนำที่นี่เลย ไม่แออัดขี่จักรยานรับลมชมวิวสบายๆ ได้มาอยู่แล้วจะชอบความสงบที่นี่ไม่อยากกลับไทยแน่นอน



บรรยากาศโรงเรียนตอนหิมะตก



ซากุระในโรงเรียน ซากุระหน้าหอ