น.ส. ปภาวรินทร์ ยิ้มละม้าย 6206682129

Kansai University (関西大学)

รายงานการเข้าร่วมโครงการแลกเปลี่ยน ณ มหาวิทยาลัยคันไซ

ปีการศึกษา 2565 (กันยายน 2565 - สิงหาคม 2566)



ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับมหาวิทยาลัยคันไซ

มหาวิทยาลัยคันไซ (関西大学) เป็นมหาวิทยาลัยเอกชนที่มีชื่อเสียงในภูมิภาคคันไซ ตั้งอยู่ในจังหวัดโอซาก้า ประเทศญี่ปุ่น มหาวิทยาลัยคันไซมีวิทยาเขตทั้งหมด 6 วิทยาเขต ดังนี้

1. วิทยาเขต Senriyama
2. วิทยาเขต Takatsuki
3. วิทยาเขต Takatsuki Muse
4. วิทยาเขต Sakai
5. วิทยาเขต Hokuyo
6. วิทยาเขต Umeda

ซึ่งวิทยาเขตที่นักเรียนในโครงการแลกเปลี่ยนศึกษาอยู่คือ **วิทยาเขต Senriyama** ตั้งอยู่ที่เมืองซุยตะ จังหวัดโอซาก้า ห่างจากสถานีรถไฟ Kandai-Mae เพียงประมาณ 10 นาที จุดเด่นของวิทยาเขต Senriyama คือ มีตึกเรียนโทนสีน้ำตาลที่สวยงามแบบคลาสสิก มีร้านกาแฟ Starbucks และลานทุ่งหญ้าสีเขียวกว้างเป็นสถานที่นัดพบปะพูดคุยกันของนักเรียน



รูปภาพจากเว็บไซต์ของมหาวิทยาลัย

นอกจากนี้บริเวณรอบ ๆ วิทยาเขต Senriyama มีร้านอาหารและคาเฟ่มากมาย(ส่วนใหญ่เป็นร้านราเมง) รวมถึงร้านสะดวกซื้อ(Lawson, 7-11, Daily Yamazaki) ร้าน DAISO ร้านขายหนังสือมือสองราคาถูก เกมเซนเตอร์ ที่ทำการไปรษณีย์ และธนาคาร ถือว่าตั้งอยู่ในสถานที่ที่สะดวกต่อการใช้ชีวิตประจำวันมาก ๆ เลย

ร้านอาหารแถวมหาวิทยาลัยที่แนะนำ

- Cafe Mogu Mogu
- ร้านอาบุระโซบะ きりん寺
- ร้านข้าวหน้าไก่คาราอาเกะ 唐揚げの DoN
- ร้านอาหาร Cape Cod
- ร้านไอศกรีม Good Knight Ice
- ร้านอาหารอินเดีย PARIWAR
- ร้านอาหาร DEARBROS
- ร้าน 鳥貴族
- ร้านราเมง 笑顔ノキラメキ
- ร้านอาหารจีน 大阪王将
- ร้านมาเสะโซบะ 麺屋こころ
- ร้าน ガスト
- ร้านบุฟเฟ่ต์ปิ้งย่าง GYOGYO

หลักสูตรการเรียน





นักเรียนแลกเปลี่ยนจะได้ศึกษาในหลักสูตร KUGF (Kansai University Global Frontier) ซึ่งเป็นหลักสูตรที่เปิดให้ลงเรียนได้ทั้งนักศึกษาชาวญี่ปุ่นและนักเรียนแลกเปลี่ยน ทำให้เราสามารถร่วมเรียนและทำความ

รู้จักกับนักศึกษาชาวญี่ปุ่นได้ด้วย หลักสูตร KUGF ประกอบด้วยกลุ่มรายวิชา 3 กลุ่มด้วยกัน คือ Global Frontier, Skill Up for Studying Abroad และ Japanese as a Second Language โดยจะต้องลงเรียนอย่างน้อย 7 คาบต่อสัปดาห์

1. **Global Frontier**

วิชาใน Global Frontier จะเรียนเป็นภาษาอังกฤษทั้งหมด แบ่งออกเป็น 8 สาขาวิชา นักเรียนสามารถเลือกลงเรียนวิชาในสาขาวิชาที่ตนเองสนใจได้อย่างอิสระ

1.1 Engineering Approach to Urban Issues

1.2 Food Science & Biotechnology

1.3 International Business & Entrepreneurship

1.4 Japan Studies

1.5 Language Teaching & Communication

1.6 Studies on Foreign Affairs

1.7 Fundamentals for Social Science Studies

1.8 Applied Science and Engineering

2. **Skill Up for Studying Abroad**

เป็นกลุ่มรายวิชาที่มุ่งเน้นการพัฒนาทักษะภาษาอังกฤษ เช่น Academic Discussions & Debates, Academic Writing Practice, English Communication Skills for Business Contexts, Presentation Skills, TOEFL/IELTS を通した英語学習, Understanding Cross Cultural Communication ฯลฯ

3. **Japanese as a Second Language**

เป็นกลุ่มรายวิชาภาษาญี่ปุ่น เรียนเป็นภาษาญี่ปุ่น นักเรียนแลกเปลี่ยนต้องลงเรียนวิชาทักษะภาษาญี่ปุ่นที่แบ่งออกเป็น 7 ระดับ (ระดับ 7 สูงสุด) โดยก่อนเดินทางมายังประเทศญี่ปุ่น นักเรียนแลกเปลี่ยนทุกคนจะต้องสอบ Placement Test (PT) เพื่อแบ่งระดับคลาสวิชาทักษะภาษาญี่ปุ่น ในกลุ่มรายวิชานี้ยังมีวิชาทักษะเฉพาะทาง วิชาด้านธุรกิจ สังคม และวัฒนธรรมด้วย เช่น Business Japanese, JPN Corporate Culture, Japan in Mass Media, Researching Japan, Understanding Japan โดยแต่ละวิชามีเงื่อนไขว่าต้องมีระดับผลสอบ PT ตามที่กำหนด

นอกจากนี้ หากนักเรียนแลกเปลี่ยนสอบ PT ได้ระดับ 5 ขึ้นไป จะ**สามารถลงเรียนวิชาของคณะต่าง ๆ ของมหาวิทยาลัยคันไซได้** โดยทางมหาวิทยาลัยจะแจ้งรายวิชาของคณะต่าง ๆ ที่นักเรียนแลกเปลี่ยนสามารถลงเรียนได้ผ่านทางอีเมลในช่วงที่ใกล้จะถึงช่วงลงทะเบียนเรียน ซึ่งมีวิชาให้เลือกเรียนหลากหลายมาก ๆ อีกทั้งยังสามารถลงเรียนวิชาของคณะที่อยู่วิทยาเขตอื่นได้ ทั้งนี้ เราจะต้องบริหารเวลาการเดินทางให้รอบคอบ เนื่องจากแต่ละวิทยาเขตอยู่ห่างกันพอสมควร

ศึกษารายละเอียดเพิ่มเติมเกี่ยวกับหลักสูตร KUGF ได้ที่ https://www.kansai-u.ac.jp/Kokusai/KUGFCourseGuide/#target/page_no=1

ชมรม

มหาวิทยาลัยคันไซมีชมรมหลากหลายมาก ๆ ไม่ว่าจะเป็นชมรมกีฬาที่มีทั้งแบบที่ฝึกซ้อมกันอย่างจริงจังและแบบที่ไม่จริงจังสำหรับคนที่เล่นเพื่อผ่อนคลาย หาเพื่อน ชมรมเกี่ยวกับการเรียน อนิเมะ วาดภาพ ยิงธนู ปีนเขา ขี่จักรยานทางไกล ขับร้อง มายากล และอื่น ๆ อีกมากมาย หากต้องการเข้าชมรม สามารถติดต่อขอดูรายละเอียดของชมรมต่าง ๆ ได้ที่สำนักงานดูแลนักเรียนแลกเปลี่ยน(国際部) หรือดูรายชื่อชมรมต่าง ๆ ได้ที่เว็บไซต์ของมหาวิทยาลัย ชมรมส่วนใหญ่มักมีค่าเข้าชมรม ค่ากิจกรรม ค่าใช้ยิม แตกต่างกันไปตามแต่ละชมรม ซึ่งหลังจากที่ได้รับช่องทางการติดต่อชมรมจากสำนักงานดูแลนักเรียนแลกเปลี่ยนแล้ว สามารถติดต่อสอบถามเกี่ยวกับกิจกรรมและค่าใช้จ่ายได้โดยตรงกับสมาชิกในชมรม

ชมรมที่เราเข้า คือ ชมรมแบดมินตัน KUBA และชมรม TwoHeart เป็นชมรมที่ทำกิจกรรมหลากหลายทั้งทำบาร์บีคิว เล่นแบดมินตัน บาสเกตบอล วอลเล่ย์บอล ฟุตซอล





กิจกรรม

มหาวิทยาลัยคันไซมีกิจกรรมมากมายที่นักเรียนแลกเปลี่ยนสามารถเข้าร่วม ทั้งกิจกรรมที่จัดโดยทางมหาวิทยาลัยและองค์กรนักศึกษา

กิจกรรมที่จัดโดยมหาวิทยาลัย

- งานมหาวิทยาลัย (学園祭)
- งานเลี้ยงอำลานักเรียนแลกเปลี่ยน (修了式)
- ทัศนศึกษาโรงงานผลิตสาเกญี่ปุ่น(日本酒の酒蔵見学と試飲会) ณ เมืองคาวาจินากาโนะ






นอกจากนี้ยังมีกิจกรรมอื่น ๆ อีก เช่น งานแข่งขันกีฬาระหว่างมหาวิทยาลัยคันไซ(関西大学) และมหาวิทยาลัยคันไซกักคุอิน(関西学院大学) หรือที่เรียกกันโดยย่อว่า 関関戦 กิจกรรมชมการฝึกซ้อมซูโม่(すもう朝稽古見学) กิจกรรมนั่งสมาธิแบบนิกายเซน(日本文化「座禅」体験会) กิจกรรมอาสาสมัครในงานเทศกาลต่าง ๆ ของโอซาก้า และอื่น ๆ อีกมากมาย เราแนะนำให้ติดตามประชาสัมพันธ์กิจกรรมทางอีเมลและแอปพลิเคชันของมหาวิทยาลัย

กิจกรรมที่จัดโดยองค์กรนักศึกษา



กิจกรรมขององค์กรนักศึกษาที่เราเข้าร่วมบ่อยครั้ง คือ KU BRIDGE และ IFC เป็นองค์กรที่จัดกิจกรรมให้นักเรียนแลกเปลี่ยนได้สัมผัสและเรียนรู้วัฒนธรรมญี่ปุ่น และพบปะพูดคุยกับนักศึกษาชาวญี่ปุ่น

กิจกรรมของ KU BRIDGE มีดังนี้

- กิจกรรมทัวร์มหาวิทยาลัยคันไซ
- กิจกรรม KB Talk (พบปะพูดคุยกับนักเรียนแลกเปลี่ยนคนอื่น ๆ และนักศึกษาชาวญี่ปุ่น โดยมีการกำหนดหัวข้อการพูดคุยในแต่ละสัปดาห์)
- กิจกรรมสานสัมพันธ์ด้วยมินิเกม
- กิจกรรมการละเล่นพื้นบ้านของญี่ปุ่น

  ดูกิจกรรมของ KU BRIDGE ได้ที่ Instagram : kubridge_peer

กิจกรรมของ IFC มีดังนี้

- กิจกรรม Welcoming & Snack Party
- กิจกรรม IFC Lunch (พบปะพูดคุยกับนักศึกษาชาวญี่ปุ่นและนักเรียนแลกเปลี่ยนในระหว่างรับประทานอาหารกลางวัน)
- กิจกรรมบาร์บีคิว
- กิจกรรมเล่นโบว์ลิ่ง
- กิจกรรม White Out Language Exchange
- กิจกรรมปิกนิกที่สวน 万博記念公園

  ดูกิจกรรมของ IFC ได้ที่ Instagram : ifc_kansai_uni

โครงการ Global Buddy Program

โครงการ Global Buddy Program(GBP) เป็นโครงการที่มหาวิทยาลัยจัดให้นักเรียนแลกเปลี่ยนได้ทำความรู้จักกับนักเรียนแลกเปลี่ยนคนอื่น ๆ และนักศึกษาชาวญี่ปุ่นที่จะคอยช่วยเหลือเราในระหว่างการเรียนแลกเปลี่ยน โดยแบ่งเป็นกลุ่มละ 5-6 คน หากสนใจเข้าร่วม สามารถลงทะเบียนผ่านทางอีเมลที่มหาวิทยาลัยแจ้งมาได้ เราจะได้ทราบกลุ่มบัดดี้ของเราทางอีเมลและทำความรู้จักกับสมาชิกในกลุ่มผ่านทางออนไลน์ก่อนเดินทางไปญี่ปุ่น

หอพัก

มหาวิทยาลัยมี 3 หอพักให้เราเลือกจัดลำดับความประสงค์ที่จะอาศัยอยู่ และยังมีอพาร์ทเม้นท์ในเครือข่ายของมหาวิทยาลัยสำหรับนักเรียนแลกเปลี่ยนที่ไม่ประสงค์อาศัยในหอพัก ซึ่งค่าเช่าต่อเดือนจะมีราคาแพงกว่าหอพักค่อนข้างมาก หอพักที่เราเลือกและได้อาศัยอยู่ คือ **หอพัก Student House Shurei-ryo** ค่าห้อง 36,000 เยนต่อเดือน โดยรวมค่าน้ำ ค่าไฟ และค่าไวไฟแล้ว (นักศึกษาธรรมศาสตร์จะได้รับการยกเว้นค่าหอทั้ง 2 เทอม แต่ปีเราไปกัน 2 คนจึงได้รับการยกเว้นค่าหอเพียง 1 เทอม)





หอพัก Student House Shurei-ryo เป็นหอพักที่ตั้งอยู่ใกล้มหาวิทยาลัยมาก ๆ เดินเพียง 5 นาทีก็ถึงมหาวิทยาลัยแล้ว อีกทั้งยังตั้งอยู่ใกล้ร้านสะดวกซื้อ Lawson และใกล้สถานีรถไฟ Kandai-Mae และ Toyotsu หอพักนี้มีทั้งนักเรียนแลกเปลี่ยนและนักศึกษาชาวญี่ปุ่นอาศัยอยู่ร่วมกัน โดยผู้หญิงจะอยู่ตึกเหนือ(North Building) และผู้ชายจะอยู่ตึกใต้(South Building) แต่จะใช้โรงอาหารร่วมกัน ภายในหอพักจะมีห้องนั่งเล่น

ห้องอาบน้ำ* ห้องครัว ห้องซักผ้าและอบผ้า(ฟรี) และตู้กดน้ำอัตโนมัติ ห้องพักเป็นห้องพักเดี่ยว ภายในห้องจะมีเตียง โต๊ะอ่านหนังสือ โคมไฟ ตู้เสื้อผ้า ชั้นวางของ ตู้เย็น แอร์และฮีสเตอร์ ไวไฟ

*ห้องอาบน้ำจะเป็นห้องอ่างอาบน้ำรวม อยู่ที่ชั้น 1 หากไม่ชอบการอาบน้ำรวม สามารถใช้ห้องอาบน้ำที่อยู่ชั้น 3 ได้ แต่มีค่าใช้จ่าย 100 เยนต่อ 10 นาที สำหรับเรา ตอนแรกก็รู้สึกอาย ไม่กล้าใช้ห้องอาบน้ำรวม แต่พอเข้าไปแล้วครั้งหนึ่งก็จะกล้าเข้าในครั้งต่อ ๆ ไปจนเคยชิน ทำให้ช่วงหลัง ๆ เราใช้เวลาอาบน้ำค่อนข้างนาน เพราะจะนั่งเม้ามอยกับเพื่อนไปด้วยขณะอาบน้ำ

นอกจากนี้ทางหอพักยังจัดอาหารเช้าและอาหารเย็นให้ในราคาถูก อาหารเช้า 280 เยน และอาหารเย็น 550 เยน ซึ่งเราสามารถลงชื่อในมื้อที่เราต้องการรับประทานได้

ดูรายละเอียดของหอพักเพิ่มเติมได้ที่ https://www.kansai-u.ac.jp/Kokusai/Dormitory/en/facility/

กิจกรรมของหอพัก

หอพักจะมีนักศึกษาชาวญี่ปุ่นที่เป็น Resident Assistant (RA) คอยให้ความช่วยเหลือเกี่ยวกับการใช้ชีวิตในหอพัก และจัดกิจกรรมสานสัมพันธ์ภายในหอพัก เช่น กิจกรรมวันฮาโลวีน กิจกรรมวันคริสต์มาส กิจกรรมทำซูชิ กิจกรรมแข่งกีฬาระหว่างหอ ฯลฯ









นอกจากนี้ยังมีกิจกรรมที่จัดกันเองภายในหอ เช่น งานแลกเปลี่ยนขนมของแต่ละประเทศ เซอร์ไพรส์วันเกิดเพื่อนในหอ Trick or Treatในวันฮาโลวีน ตกแต่งห้องและปาร์ตี้ในวันคริสต์มาส Movie Nightที่ห้องนั่งเล่น ปาร์ตี้ทาโกะยากิ เล่นปิงปอง ฯลฯ

















คำแนะนำ

1. เรื่องซิมโทรศัพท์ เราใช้ซิมอินเตอร์เน็ต 30 GB ที่ทางมหาวิทยาลัยแนะนำมา เหมา 30,000 เยนต่อปี จ่ายครั้งเดียวก่อนเดินทางไปญี่ปุ่น แต่เราแนะนำให้ใช้ซิมที่สามารถโทรออกได้จะดีกว่า เพราะการติดต่อสำนักงานต่าง ๆ การหางานพิเศษ การยืนยันตัวตน การจองร้านอาหาร และการดำเนินการเรื่องอื่น ๆ มักต้องใช้การโทรเป็นส่วนใหญ่ เรารู้สึกว่าหากใช้แค่ซิมอินเตอร์เน็ต จะมีหลายเรื่องเลยที่เราทำไม่ได้
2. หากต้องการซื้อหนังสือเรียน เราแนะนำให้ไปซื้อที่ร้าน BOOKOFF เป็นร้านขายหนังสือมือสองที่มีทั้งหนังสือเรียน มังงะ เกม ฟิกเกอร์ ซึ่งขายในราคาถูกมาก ๆ และสภาพของดีมาก ๆ เราก็ซื้อหนังสือเรียนมาแล้วช่วงใกล้จะกลับไทยก็นำไปขายคืนให้กับร้าน ได้เงินมา 20 เยน แต่ก็ไม่อยากขนกลับไทยเพราะหนักกระเป๋า จริง ๆ อยากซื้อเซ็ตมังงะกลับไทยด้วยเพราะราคาถูกมากจริง ๆ แต่ก็ตัดใจเพราะหนักกระเป๋าอีกเช่นกัน
3. หากต้องการหาเพื่อน นอกจากการเข้าร่วมกิจกรรมของหอ ชมรม และมหาวิทยาลัยแล้ว เราแนะนำให้ไปห้อง Mi-Room เป็นห้องที่เปิดให้นักเรียนแลกเปลี่ยนและนักศึกษาชาวญี่ปุ่นมาพบปะพูดคุยกัน เราก็นั่งคุยกับเพื่อนและนั่งทำงานที่ห้องนี้บ่อย ๆ นอกจากนี้ห้องนี้ยังมีกิจกรรมหลายอย่างให้เราสามารถเข้าร่วม เช่น การเรียนภาษาและวัฒนธรรมที่สอนโดยเพื่อนนักเรียนแลกเปลี่ยนหรือที่เรียกว่า Global Teaching Assistant(GTA) หรือเราจะสมัครเป็น GTA เองก็ได้นะ กิจกรรมเขียนพู่กัน กิจกรรมทำต้นคริสต์มาส ฯลฯ

   ดูรายละเอียดกิจกรรมของห้อง Mi-Room ได้ที่ Instagram : miroom_kansai_university
4. หากต้องการทำอาหารเองที่หอ เราแนะนำให้ซื้อกระทะ หม้อ และอุปกรณ์อื่น ๆ เป็นของตัวเองไปเลย เพราะเครื่องใช้ในห้องครัวเก่ามาก ๆ และบางชิ้นก็ไม่ค่อยสะอาด