

กองวิเทศสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ประสบการณ์แลกเปลี่ยน ณ ประเทศญี่ปุ่น

ประวัตินักศึกษา

ชื่อ : นางสาวศุภพิชญ์ สุทธิธรรมานันท์ (เบนซ์)

นักศึกษาคณะศิลปศาสตร์ เอกภาษาญี่ปุ่น รหัส 59

มหาวิทยาลัยที่ไปแลกเปลี่ยน : มหาวิทยาลัยโอซาก้า (Osaka University)

โปรแกรมที่ศึกษา : Maple Program

ระยะเวลา : 1 ปีการศึกษา

การใช้ชีวิตประจำวัน

1. ที่พักอาศัย

หอพักภายในมหาวิทยาลัยโอซาก้า วิทยาเขตมินโห มี 3 ประเภท โดยทางมหาวิทยาลัยจะเป็นผู้กำหนดให้นักศึกษาว่าจะได้เข้าพักที่ใด ข้าพเจ้าได้เข้าพักหอพัก Minoh dormitory for foreign students 1

ที่ตั้งหอพัก : 8-1-1 Aomatani-higashi, Minoh, Osaka, Japan 562-0022

สิ่งอำนวยความสะดวกโดยรอบมหาวิทยาลัย จากหอพักภายในมหาวิทยาลัยสามารถเดินไปยังตึกเรียนสำหรับนักศึกษาต่างชาติ (CJLC) ได้ในระยะเวลา 3 นาที ตั้งห่างจากป้ายรถเมล์ ประมาณ 7-10 นาที และสามารถเดินไปสถานีรถไฟ Osaka metro ได้ในระยะเวลา 15 นาที บริเวณใกล้เคียงมหาวิทยาลัย มีซูเปอร์มาร์เก็ตสำหรับซื้ออาหารสดของใช้ ร้านขนม ไปรษณีย์ และสวนสาธารณะ (เดิน 10-15 นาที) ถือว่าสะดวกสบายและครบครัน

สิ่งอำนวยความสะดวกภายในมหาวิทยาลัย มีโรงอาหารที่ราคาพอเหมาะ ร้านสะดวกซื้อ ร้านหนังสือและอุปกรณ์การเรียน นักศึกษาสามารถสมัครบัตร COOP ของทางมหาวิทยาลัยเพื่อได้รับส่วนลดในการซื้ออาหารและหนังสือได้ และยังสะดวกในการจ่ายเงินผ่านบัตร บริเวณใกล้หอพักมีสนามเทนนิส สนามฟุตบอลที่สามารถวิ่งออกกำลังกาย ตีเบตมินตัน และยิม

เครื่องอำนวยความสะดวกภายในหอพัก หอพักนักศึกษา 1 ที่ข้าพเจ้าอาศัย เป็นห้องนอนเดี่ยว ภายในห้องพักมีเครื่องปรับอากาศ เชื่อมต่ออินเทอร์เน็ต และเฟอร์นิเจอร์ที่จำเป็นครบทุกอย่าง (ไม่มีโทรทัศน์) ห้องครัวรวม ห้องอาบน้ำ และห้องนั่งรวม มีบริการทำความสะอาดส่วนรวมในหอพักทุกสัปดาห์ รวมถึงสามารถส่งผ้าปูที่นอนซักได้เดือนละ 2 ครั้ง เครื่องซักผ้าและเครื่องอบผ้าได้รวมอยู่ในค่าหอพักแล้ว สามารถใช้ได้โดยไม่ต้องหยอดเหรียญ

ค่าใช้จ่ายสำหรับหอพักในมหาวิทยาลัย : เดือนละ 20,600 เยน (รวมค่าน้ำไฟ แก๊ส และเครื่องซักผ้า)

2. ค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันเฉลี่ยต่อ 1 เดือน (ไม่รวมค่าใช้จ่ายส่วนตัว)

ค่าอาหาร : 25,000-30,000 เยน

ค่าหอพักใน รวมค่าไฟฟ้าและอินเทอร์เน็ต : 20,600 เยน

ค่าเดินทาง : ไม่มี เนื่องจากสามารถเดินไปยังตึกเรียนได้

ค่าประกันสุขภาพ : 2,200 เยน

ค่าโทรศัพท์ : 2,000 เยน

รวมค่าใช้จ่าย โดยไม่รวมค่าใช้จ่ายส่วนตัว : ประมาณ 50,000 เยน

*หากทำอาหารทานเองจะสามารถประหยัดค่าใช้จ่ายได้มาก

*หากมีบัตรเครดิต จะสะดวกในการสมัครซิมโทรศัพท์และทำธุรกรรมต่างๆมากยิ่งขึ้น

ค่าเดินทางโดยประมาณ

ค่าโดยสารรถเมล์จากมหาวิทยาลัย - สถานีรถไฟ Kita Senri (เพื่อต่อรถไฟไป Umeda) 240 เยน ประมาณ 35 นาที

ค่าโดยสารรถเมล์จากมหาวิทยาลัย - สถานีรถไฟ Senri Chuo (เพื่อต่อรถไฟไป Namba) 260 เยน ประมาณ 40 นาที

ค่าโดยสารรถไฟจากสถานี Kita Senri – Umeda 270 เยน

ค่าโดยสารรถไฟจากสถานี Senri Chuo – Namba 470 เยน

*จากมหาวิทยาลัย เดินทางไปอุเมดะ ใช้เวลาทั้งสิ้นประมาณ 1 ชั่วโมง 510 เยน (ต่อเที่ยว)

การเดินทางค่าใช้จ่ายค่อนข้างสูงและใช้เวลานานเนื่องจากมหาวิทยาลัยอยู่ไกลจากสถานีรถไฟสายหลัก แต่ก็ยังสามารถเดินทางไปได้อย่างสะดวกสบาย

*มหาวิทยาลัยโอซาก้าสามารถยื่นสมัครทุน Jasso ได้ หากได้รับทุนจะได้ทุนสำหรับค่าใช้จ่ายชีวิตประจำวัน เดือนละ 80,000 เยน เป็นเวลา 10 เดือน หรือตามเงื่อนไขที่ระบุ

มหาวิทยาลัย

1. กิจกรรม

กิจกรรมโฮสแฟมิลี่ ทางมหาวิทยาลัยจะคัดเลือกครอบครัวโฮสที่เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน การพบปะโฮสเพื่อทำกิจกรรมหรือไปท่องเที่ยวด้วยกันจะขึ้นอยู่กับการตกลงเวลา สถานที่ของเจ้ากับทางโฮส เป็นการเปิดโอกาสให้ได้ใช้ภาษาญี่ปุ่นมากยิ่งขึ้น และอาจจะได้ไปเที่ยวในสถานที่ต่างๆ (เข้าร่วมตามความสมัครใจ)

กิจกรรมติวเตอร์ เป็นกิจกรรมที่ช่วยในการเรียนเป็นอย่างมาก โดยจะนัดพบกับติวเตอร์เพื่อพูดคุยฝึกการใช้ภาษา หรือถามการบ้าน ที่สำคัญคือได้พบปะเพื่อนใหม่ เวลาและสถานที่อยู่ก็การตกลงกันของเรากับติวเตอร์ ไม่มีค่าใช้จ่าย (เข้าร่วมตามความสมัครใจ)

กิจกรรมทัศนศึกษา มหาวิทยาลัยจะมีการจัดทริปไปทัศนศึกษา เพื่อเรียนรู้และกลับมาทำรายงาน นำเสนอในชั้นเรียน ภาคการศึกษาละ 1 ครั้ง มีค่าใช้จ่ายแต่ในรายจ่ายย่อมเยา ถือว่าเป็นกิจกรรมที่สนุกสนาน ได้ทำความรู้จักเพื่อนให้กว้างขวางมากขึ้น และได้รับความรู้ ประสบการณ์จากสถานที่ที่ไป แต่เนื่องจากปีการศึกษาของข้าพเจ้า ในภาคเรียนที่ 2 ไม่สามารถเดินทางได้เนื่องจากการแพร่ระบาดของไวรัส ทำให้กิจกรรมต้องถูกยกเลิกไป

นอกจากนี้ ทางมหาวิทยาลัยยังมีกิจกรรมเพื่อการเรียนรู้ และผูกสัมพันธ์กับเพื่อนชาวต่างชาติอื่นๆ อาทิ กิจกรรม **Afternoon tea** เพื่อฝึกทักษะการสื่อสารภาษาอังกฤษในช่วงเวลาพักกลางวัน ในวันที่กำหนดของแต่ละสัปดาห์ กิจกรรม **iris, b.s.b member** ที่จะรวมกลุ่มกันจัดกิจกรรมต่างๆร่วมกัน แลกเปลี่ยนความคิดเห็น พบปะเพื่อนต่างชาติ และกิจกรรมชมรม

2. การเรียน

ก่อนการศึกษาในแต่ละภาคเรียน มหาวิทยาลัยจะมีการจัดสอบ **Placment Test** เพื่อวัดระดับภาษาญี่ปุ่นของนักศึกษาและใช้สำหรับเป็นเกณฑ์ในการเลือกวิชาที่จะศึกษา แต่ก็ถือว่ามีความยืดหยุ่น เพราะนักศึกษาจะสามารถเลือกรายวิชาที่ระดับสูงกว่าหรือต่ำกว่าผลวัดระดับของตน 1 ระดับได้เช่นกัน

รายวิชาแบ่งออกเป็น 2 หมวดคือ หมวดทักษะภาษา ในแต่ละวิชาจะมี 1 หน่วยกิต และหมวดวิชาวิจัย ซึ่งจะมี 2 หน่วยกิต สำหรับโปรแกรมเมเบิล นักศึกษาต้องลงทะเบียนเรียนให้ครบ 30 หน่วยกิตใน 1 ปีการศึกษาเป็นอย่างน้อย

รายวิชาของมหาวิทยาลัยโอซาก้ามีความหลากหลายมาก และสามารถเลือกเรียนในตรงกับความต้องการของเราได้ ในสัปดาห์แรกของการเปิดภาคการศึกษาสามารถทดลองเรียนแต่ละวิชาได้ก่อนลงทะเบียนเรียนจริง

ประสบการณ์ที่ได้รับ

จากการแลกเปลี่ยนเป็นระยะเวลา 1 ปีการศึกษา สิ่งสำคัญที่สุดที่ได้รับคือความรับผิดชอบ เพราะต้องรับผิดชอบตัวเองทุกอย่างทั้งในเรื่องการเรียน และการใช้ชีวิต นอกจากการได้เรียนรู้ภาษาและวัฒนธรรมญี่ปุ่น การมาแลกเปลี่ยนยังทำให้ได้รู้จักกับเพื่อนจากหลายๆประเทศ ได้แลกเปลี่ยนวัฒนธรรมกับเพื่อนจากชาติอื่น รวมถึงได้ถ่ายทอดความเป็นวัฒนธรรมไทยด้วยเช่นกัน เป็นประสบการณ์ที่คุ้มค่ามาก นอกเหนือจากการเรียน คิดว่าการออกเดินทางท่องเที่ยวก็ช่วยให้เราได้เรียนรู้วิถีชีวิตของชาวญี่ปุ่น และนำความรู้ทางภาษาออกมาใช้เช่นกัน หากมีโอกาสมาแล้ว อยากให้ลองหาประสบการณ์ทั้งจากในห้องเรียนและนอกห้องเรียนไปพร้อมๆกัน สุดท้าย อีกสิ่งหนึ่งที่คิดว่าเป็นประสบการณ์ที่ดีมากก็คือ การทำงานพิเศษที่ญี่ปุ่น นอกจากจะได้ฝึกฝนทักษะ ความอดทนในการทำงาน ยังได้เรียนรู้วัฒนธรรมการทำงานด้วยตัวเอง

