

รายงานการไปศึกษาแลกเปลี่ยน ณ Ritsumeikan University ประเทศญี่ปุ่น
ระยะเวลา 1 ปี กันยายน 2560 - กรกฎาคม 2561
ทุน JASSO

ข้อมูลผู้เขียน

นางสาว ปภาวรินทร์ แสงประดับ
วิทยาลัยโลกคดีศึกษา School of Global Studies
สาขาวิชา Global Studies and Social Entrepreneurship (GSSE)
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (ศูนย์รังสิต)

ข้อมูลมหาวิทยาลัย Ritsumeikan

แลกเปลี่ยนที่มหาวิทยาลัย Ritsumeikan โดยได้เรียน 2 คณะ

- 1) College of International Relations (Global Studies (GS) Major)
Kinugasa Campus - Kyoto Prefecture
- 2) College of Policy Science
Osaka Ibaraki Campus - Osaka Prefecture

หลักสูตร Problem-Based Learning (PBL)

ระยะเวลา 1 ปี Fall 2018 - Spring 2019

การเรียน

เรียนเป็นภาษาอังกฤษ อาจารย์มีทั้งญี่ปุ่นและต่างชาติ ทั้งคณะ International Relations และ Policy Science ส่วนมากนักศึกษาเป็นชาวต่างชาติและชาวญี่ปุ่นจำนวนหนึ่ง แต่ละวิชามีแนวทางการสอนที่ต่างกัน Lecture base หรือ Discussion base เกือบทุกวิชาอาจารย์จะให้งาน Group presentation และ Final paper บางวิชามี Field work และ Interview the Expert วิชาละ 2 หน่วยกิจ 1.30 ชั่วโมง แต่ละเทอมต้องเรียนอย่างน้อย 7 วิชา ไม่เกิน 10 วิชา

วิชาที่ได้เรียนที่คณะ International Relations เช่น Global Simulation Gaming, Intercultural communication, Japanese Economy, Kyoto and the Japanese Art, Modern Japan through Science Fiction Lens และ Special Lecture (Core Related + Area Studies Course)

คณะ Policy Science ได้ลงเรียนวิชา Sustainable Urban Policy เรียนเกี่ยวกับ Sustainable Development Goals และมีทัศนศึกษาที่ Waste management ของ นครโอซากะ วิชา Strategy and Marketing เรียนเกี่ยวกับมุมมองและการดำเนินงานของบริษัทต่างๆในญี่ปุ่น โดยใช้ Case study ในการเรียน

กิจกรรมที่ได้เข้าร่วม

- 1) RitsCat Circle

เป็นชุมนุมของมหาวิทยาลัยที่นักศึกษาช่วยกันดูแลแมวในมหาวิทยาลัย

- 2) Volunteer Playing with Kids

ใช้เวลาว่างไปเป็นอาสาเล่นกับเด็กที่ Child care center ใกล้ๆกับหอพัก เด็กๆมาเล่นและรอผู้ปกครองมารับ

3) Kokoka Family

เป็นโครงการที่ Kyoto City International Foundation จัดขึ้นเพื่อให้ชาวต่างชาติที่อยู่ในจังหวัดเกียวโตได้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ เรียนรู้วัฒนธรรม กับ Host Family ชาวญี่ปุ่น เช่น พาไปเยี่ยมชม Kyoto Imperial Palace และสามารถนัดเจอกับ Host Family ได้ตามที่สะดวก

4) New Year Event - วันสงกรานต์

งานปีใหม่เล็กๆจัดขึ้นในมหาวิทยาลัย โดยนักศึกษาปริญญาโทและปริญญาตรีที่มาจากประเทศลาว พม่า กัมพูชา และไทย มีการแสดงรำและร่วมทานอาหารประจำชาติ

5) Tutors for International Students Assembly (TISA)

TISA เป็นโครงการจัดโดยนักศึกษาชาวญี่ปุ่น จัดขึ้นเพื่อให้นักศึกษาชาวต่างชาติได้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ เช่น Sightseeing tour ทำขนมหวาน Somen noodles flowing bamboo gutter

6) Ambitious NGO

Volunteer พาสุนัขบำบัด (Therapy dogs) เล่นกับผู้สูงอายุ ณ บ้านพักคนชราในเกียวโต

7) Community Event

ทุกๆเดือนจะมีกิจกรรม Community Event ที่หอพัก มีการแสดงและทำกิจกรรมร่วมกันของผู้ใหญ่และเด็กในชุมชนรอบๆ และนักศึกษาชาวต่างชาติ

การเดินทาง

ระยะสั้นจากหอพักไปมหาวิทยาลัยหรือ Super market โดยเดินหรือจักรยาน (เช่ารายปี 5,000 เยน)

ระยะไกลจากหอพักเข้าไปในเมือง โดยรถเมล์ Kyoto City Bus ค่าโดยสาร 230 เยน หรือ เดินไปขึ้นรถไฟ JR

ค่าโดยสาร 190 เยน หรือออกจังหวัดข้างเคียง โดยรถไฟ JR

ค่าใช้จ่าย

ได้รับทุน JASSO เดือนละ 80,000 เยน หากไม่พอจึงใช้ทุนส่วนตัว ค่าใช้จ่ายต่างๆต่อเดือนมีดังนี้

- | | |
|---------------------------------|------------|
| 1. ค่าอาหาร, ค่าเดินทาง, จิปาถะ | 50,000 เยน |
| 2. ค่าหอพัก | 44,000 เยน |
| 3. ค่าประกันสุขภาพ | 1,600 เยน |
| 4. ค่าอินเทอร์เน็ตโทรศัพท์ | 2,000 เยน |

รวมค่าใช้จ่ายประมาณ 100,000 เยนต่อเดือน

หากทำอาหารทานเองจะทำให้ประหยัดค่าใช้จ่ายได้มากขึ้น

สภาพแวดล้อม

จังหวัดเกียวโตเคยเป็นเมืองหลวงเก่าของญี่ปุ่นทำให้มีวัดและศาลเจ้าจำนวนมาก คนญี่ปุ่นให้ความสำคัญและไปสถานที่เหล่านี้เป็นประจำ ปัจจุบันสถานที่เหล่านี้ได้กลายเป็นสถานที่ท่องเที่ยวที่ชาวต่างชาติมาเป็นจำนวนมาก สังคมญี่ปุ่นเป็นสังคมสูงอายุ จะพบเห็นผู้สูงอายุในทุกที่ ซึ่งพวกเขาใช้ชีวิตปกติอย่างเรียบง่ายและยัง

คงมีสุขภาพที่แข็งแรง นอกจากนี้จังหวัดเกียวโตล้อมด้วยภูเขา 3 ด้านและมีแม่น้ำไหลผ่าใจกลาง บรรยากาศดี ฤดูที่เปลี่ยนระหว่างช่วง 1 ปี อากาศที่เย็นลง ใบไม้เปลี่ยนสี ใบไม้ร่วง หิมะตก ซากุระบาน ล้วนทำให้มีความตื่นเต้นกับสีสันและสภาพภูมิอากาศ สังคมมีความเป็นระบบระเบียบสูง คนญี่ปุ่นมีความยิ้มแย้มและมิตรไมตรีที่ดี

มหาวิทยาลัย Ritsumeikan (Kinugasa Campus) อยู่ทางตอนทิศตะวันตกเฉียงเหนือของตัวเมืองติดกับภูเขา เพื่อนชาวญี่ปุ่นมีความกระตือรือร้นที่ช่วยเหลือในหลายๆเรื่อง คอยสนับสนุนในสิ่งที่ยากทำในระหว่างแลกเปลี่ยนที่นี้ นักศึกษาส่วนใหญ่ทั้งชาวญี่ปุ่น เกาหลี จีนและอินโดนีเซีย เพื่อนส่วนใหญ่จะเป็นชาวต่างชาติมากกว่า เนื่องจากเรียนคณะ International Relations และนอกจากนี้อาศัยอยู่หอพักด้วยกัน (International-House) ห้องพักเป็นห้องเดี่ยว ส่วนห้องครัว ห้องน้ำและ study room ใช้ร่วมกัน ห้องครัวเป็นสถานที่ให้เราได้ทำอาหาร พุดคุยกัน ดูทีวีและเล่นเกม

Personal Experience

Exchanging in Japan for one year was a fruitful experience I have gained. Before I came here, I had a purpose to learn about 'Aging Society in Japan'. One year has passed, I have observed and learned many things about aging population in Kyoto. Through the special lecture classes, Social Issues in Japan and Social Issues in Thailand and Indonesia, I have good chances to explore more on the topic (of aging population situation in Japan.) My friends and I conducted interviews with Ritsumeikan University and Kyoto University professors who expert in this topic. Also, we visited places related to this study area, which are a nursing home and two dog therapy associations (JATA and Ambitious). Aging society is a big issue of Japan and it is already being considered as a big issue in Thailand now as well. I would like to bring what I have learned and the ideas that I have developed while living in Japan back to Thailand, and take action for creating positive impacts to my society. Moreover, Japanese Economy class gave me a broad view of Japanese's economy situations in the past and the current. Aging society is the most issue that people pay attention to. International Relations' classes gave me international views of social issues and how the world dealing with them. Furthermore, I have a chance to try new skills such as negotiation through Global Simulation Gaming class which made me become more confident and able to communicate professionally. As social innovation is my interest area of study, I went to the Entrepreneurial Museum of Challenge and Innovation in Osaka, which made me understand Osaka's entrepreneurs' passion and wisdom.

This is my first time in Japan, the country with interesting and unique culture. Ritsumeikan University, Kinugasa Campus located in Kyoto prefecture, where this city used to be a capital city of Japan. Many historical sites and practices still alive here. I have explored a lot of places such as temples, shrines and museums. Kyoto is a peaceful city even though visited my many tourists. The city is in order, clean and facilitate the living elderly people. The transportation is very convenient to use. Japanese food is good. I have tried new kinds of food I never have before. I appreciated in good quality and quantity of Japanese food. Changing in seasons always surprise me because it is different from my home country. An interesting thing is that both Japan and Thailand are Buddhist countries, however, the practice is quite different. It is

very honored for me to live in Japan for two eras, Heisei and Reiwa. At the same time in Thailand, we also had new King's coronation ceremony as well. These events happened about the same time, makes me feel that I had a good time.

The important thing I must write here is good friendships I received from many people here. I got help from many Japanese friends when I first arrived here due to many process I needed to do. They were really willing to help and teach me Japanese language. The resident mentors (RM) are friendly Japanese friends that I can always talk to and ask for help, as well as the dormitory manager at I-House Taishogun. Moreover, it was a fun experience to make Takoyaki and Okonomiyaki with Japanese and international friends as well as go sightseeing in Kyoto together. It was truly cross-culture experience once I get to know a lot of international and Japanese students at the dormitory and the university. I have learned about cultural differences and I have shared Thai culture to them as well. Further than that, I volunteered playing with kids in Takatsukasa Child Care Center when I have free time. It was a very enjoyable and fun time to spend with Japanese kids. The most impressive experience I have gained is the community event at I-House dormitory, where the neighbors and kids came to perform their traditional music instrument, dance, and way of living.