ข้อมูลการไปศึกษาแลกเปลี่ยน ณ มหาวิทยาลัยไซตามะ ประเทศญี่ปุ่น

กันยายน 2564 – สิงหาคม 2565

กรกนก วชิระนภศูล 6006615592

1. แนะนำมหาวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยไซตามะเป็นมหาวิทยาลัยขนาดไม่ใหญ่ที่ตั้งอยู่ในจังหวัดไซตามะ สภาพแวดล้อมสงบ ไม่วุ่นวาย ร่มรื่น นอกจากนี้ภายในตัวมหาวิทยาลัยยังมีสิ่งอำนวยความสะดวกครบครัน เจ้าหน้าที่และเพื่อนชาวญี่ปุ่นที่ใจดีและพร้อมช่วยเหลือนักศึกษาต่างชาติอย่างเต็มที่ และนักศึกษาต่างชาติแต่ละคนจะมี tutor ประจำตัวเพราะที่สามารถติดต่อเพื่อขอความช่วยเหลือได้ทุกเรื่อง เช่น การทำเรื่องย้ายเข้า-ออกที่สำนักงานเขต ปรึกษาเรื่องการเปิดเบอร์โทรศัพท์/บัญชีธนาคาร รวมถึงปัญหาการเรียนต่างๆ นอกจากเพื่อนคนญี่ปุ่นแล้วเนื่องจากที่นี่มีการเปิดรับนักศึกษาต่างชาติจากทั่วโลกดังนั้นเรายังสามารถแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมต่าง ๆ กับเพื่อนฝั่งยุโรป อเมริกา ฯลฯ ได้อีกด้วย ส่วนตัวคิดว่าที่นี่เหมาะกับคนที่ไม่ต้องการอยู่ในเมืองใหญ่อย่างโตเกียวแต่หากจะเดินทางเข้าโตเกียวก็ใช้เวลาเวลาไม่นาน

สามารถดูบรรยากาศของมหาวิทยาลัยคร่าว ๆ ได้จากที่นี่ https://youtu.be/W0bH2x5B1ag

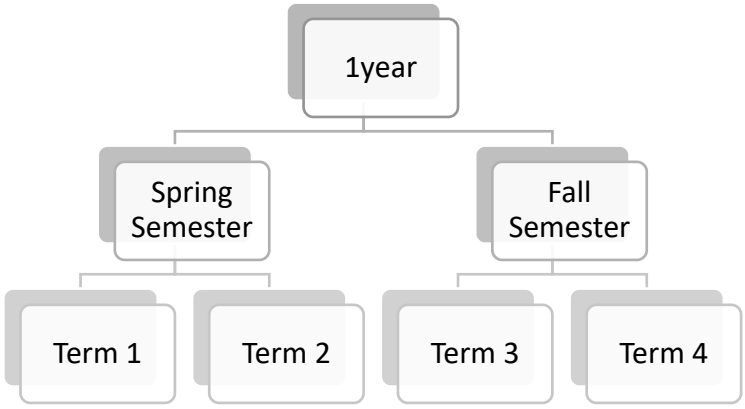




บรรยากาศภายในมหาวิทยาลัย

2. การเรียน

นักศึกษาโครงการแลกเปลี่ยนอยู่ภายใต้หลักสูตร STEPS （Short-Term Exchange Program Student） ซึ่งสังกัดอยู่กับ 国際本部 โดยที่นี่จะแบ่งเป็นเทอมย่อยทั้งหมด 4 เทอมภายใต้ 2 ภาคเรียนตามแผนภาพข้างล่างนี้



ซึ่งบางวิชาจะต้องเรียนติดกันทั้งสองเทอมแต่บางวิชาเรียนแค่เทอมเดียว ดังนั้นต้องตรวจสอบวิชาที่ลงทะเบียนให้ดีในการจัดตารางเรียน และมีข้อกำหนดว่าจะต้องเรียนอย่างน้อย 7 คาบต่อสัปดาห์

รายวิชาที่นักศึกษาแลกเปลี่ยนทุกคนจะลงเรียนคือ ภาษาญี่ปุ่น ผู้ที่ไม่มีพื้นฐานมาก่อนก็สามารถเรียนได้ โดยทุกคนจะเข้ารับการสอบวัดระดับภาษาญี่ปุ่นของมหาวิทยาลัยก่อนเปิดเรียนเพื่อใช้ในการจัดแบ่งคลาสซึ่งมีทั้งหมด 6 ระดับได้แก่ A, B, C, D, E และ S โดยเรียงจากระดับพื้นฐานไปยังระดับสูง

นอกจากนี้ยังมีรายวิชาที่เปิดสอนเป็นภาษาอังกฤษให้เลือกเรียนได้อีกหลายวิชาและหลายคณะ ภายในวิชานั้น ๆ ก็จะได้มีโอกาสเรียนร่วมกับนักศึกษาชาวญี่ปุ่นอีกด้วย อัตราส่วนของจำนวนนักศึกษาชาวญี่ปุ่นและนักศึกษาต่างชาติจะแตกต่างกันไปตามรายวิชา

และหากผลสอบวัดระดับภาษาญี่ปุ่นของเราอยู่ในเกณฑ์ที่กำหนดจะสามารถลงเรียนวิชาที่สอนเป็นภาษาญี่ปุ่นร่วมกับนักศึกษาชาวญี่ปุ่นได้อีกด้วย ทั้งนี้แนะนำให้ปรึกษากับเจ้าหน้าที่และศึกษาตามคู่มือที่ได้รับก่อนลงทะเบียน

สามารถดูรายละเอียดเพิ่มเติมเกี่ยวกับรายวิชาได้จากที่นี่

http://en.saitama-u.ac.jp/exchangeprograms/courses/

3. กิจกรรม

นักศึกษาแลกเปลี่ยนสามารถเข้าร่วมกิจกรรมที่ทางเจ้าหน้าที่ประชาสัมพันธ์ผ่านทางอีเมลได้ทุกกิจกรรมแต่เราควรติดต่อไปเพื่อแจ้งความประสงค์ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม เนื่องจากบางกิจกรรมมีการจำกัดจำนวนคน

นอกจากนี้ยังมีชมรมให้เลือกเข้าร่วมได้หลากหลายตามความสนใจของเรา ไม่ว่าจะเป็นด้านกีฬาหรือทางด้านวัฒนธรรม นี่จะเป็นช่องทางที่ทำให้เราได้เพื่อนญี่ปุ่นเพิ่มมากขึ้น หลายชมรมสามารถเข้าร่วมได้โดยไม่ต้องมีทักษะหรือความรู้พื้นฐานมาก่อน ดังนั้นหากสนใจชมรมใดสามารถเข้าไปขอร่วมกิจกรรมดูก่อนแล้วมาตัดสินใจภายหลังได้ว่าจะเข้าร่วมหรือไม่

โดยสามารถดูรายละเอียดของชมรมต่าง ๆ เพิ่มเติมได้ที่นี่

https://park.saitama-u.ac.jp/~student_support/kagai-katsudou/ichiran/

4. การเดินทาง

การเดินทางจากหอพักไปเรียนสามารถเดินไปได้ด้วยระยะเวลาเพียง 5 นาทีเนื่องจากหอพักอยู่ติดกับมหาวิทยาลัย

ส่วนการเดินทางไปยังที่อื่นนั้นเนื่องจากในประเทศญี่ปุ่นค่อนข้างสะดวกสบาย มีรถไฟครอบคลุมในหลายพื้นที่ โดยส่วนมากนักศึกษาจะใช้จักรยานเป็นหลัก แต่ส่วนตัวเนื่องจากผลกระทบของสถานการณ์โควิด 19 ทำให้ได้ไปเรียนที่ญี่ปุ่นจริงประมาณ 5 เดือนจึงตัดสินใจใช้บริการรถบัสโดยสารเป็นหลักแทนในการเดินทาง แต่หากต้องการไปนอกเส้นทางรถบัสก็มีบริการเช่าจักรยานผ่านแอพลิเคชันในโทรศัพท์ได้เช่นเดียวกัน ดังนั้นจึงไม่มีปัญหาในเรื่องของการเดินทางเลย

สถานีรถไฟที่อยู่ใกล้กับมหาวิทยาลัยทั้งหมด 2 สถานี ได้แก่

- Minami-yono Station（南与野駅）เป็นสถานีรถไฟที่อยู่ใกล้ที่สุดโดยจะเป็นรถไฟสายSaikyo Line（埼京線）สามารถเดินทางเข้าโตเกียวได้โดยตรงอย่างเช่น สถานี Ikebukuro และ Shinjiku ด้วยระยะเวลาไม่นาน
- Kita-urawa Station（北浦和駅）เป็นสถานีที่อยู่ห่างออกไปอีกหน่อยแต่สะดวกที่สุดในการเดินทางไปยังสนามบิน โดยจะเป็นรถไฟสาย Keihin-tohoku Line（京浜東北線）ซึ่งสามารถเดินทางเข้าโตเกียวได้โดยตรงอย่างเช่น สถานี Ueno, Akihabara และ Tokyo

ซึ่งทั้งสองที่สามารถเดินทางได้โดยตรงด้วยการขึ้นรถบัสจากสถานีด้านหน้ามหาวิทยาลัย



สถานีรถบัสหน้ามหาวิทยาลัย

5. หอพักและค่าใช้จ่าย

ทางมหาวิทยาลัยจะมีหอพักสำหรับนักศึกษาชาวต่างชาติโดยเฉพาะซึ่งชื่อว่า Saitama University International House（埼玉大学国際交換会館）หรือเรียกสั้น ๆ ว่า I-house ซึ่งประกอบด้วยกันทั้งหมด 4 อาคาร โดยหอที่ได้ไปพักนั้นเป็นอาคาร4 ซึ่งเพิ่งสร้างใหม่ได้ไม่นาน ด้วยสถานการณ์โควิด19 ทำให้เป็นรุ่นแรกที่ได้ไปใช้หอพักนี้ โดยนักศึกษาแลกเปลี่ยนภายใต้ STEPS ทุกคนจะได้พักที่นี่ โดยเราจะพักร่วมกับเพื่อนร่วมห้องอีก 2 คนรวมทั้งหมด 3 คนซึ่งทางเจ้าหน้าที่จะจัดแบ่งห้องให้เราโดยอ้างอิงจากแบบสอบถามที่สำรวจความต้องการของเราก่อนหากไปกับเพื่อนและต้องการพักด้วยกันสามารถแจ้งความต้องการได้ที่แบบสอบถามนั้นเลย

แม้จะพักร่วมกับเพื่อนร่วมห้องอีก 2 คนแต่ทุกคนมีห้องนอนเดี่ยวเป็นของตัวเองพร้อมเครื่องปรับอากาศ สิ่งที่ใช้ร่วมกันได้แก่ ห้องครัว ห้องอาบน้ำ ห้องน้ำ อ่างล้างหน้า โต๊ะทานข้าว ตู้เย็น ไวไฟ ฯลฯ ถือว่าค่อนข้างสะดวกสบายมาก ในหอมีเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยเดินตรวจตราตลอดเวลาทำให้มั่นใจเรื่องความปลอดภัยได้ นอกจากนี้มีห้องส่วนกลางที่ทุกคนสามารถใช้งานได้ตามเวลาที่กำหนดซึ่งมีไมโครเวฟ โทรทัศน์ และพื้นที่ให้นั่งทำกิจกรรมได้ นอกจากนี้ยังมีเครื่องซักผ้าหยอดเหรียญไว้บริการอีกด้วย

นอกจากหอพักจะอยู่ติดกับตัวมหาวิทยาลัยแล้วบริเวณใกล้เคียงยังมีร้านอาหาร ร้านสะดวกซื้อ รวมถึงซุปเปอร์มาร์เก็ตอีกด้วย ถือว่าค่อนข้างสะดวกสบายมากเลยทีเดียว

สรุปค่าใช้จ่าย

	จำนวนเงิน （￥）	หมายเหตุ
Rent	12,000/เดือน	
Administration Expenses	8,400/เดือน	
Water+Electricity+Gas	9,750/เดือน	เหมาจ่าย
Reserved Fund for Move-out Fee	12,000/เดือน	เก็บทุกเดือนแล้วไปหักออกกับค่าใช้จ่ายของเดือนสุดท้ายและค่าทำความสะอาด
Room Cleaning Charge	26,090	เป็นค่าทำความสะอาดเมื่อย้ายออกซึ่งหักออกจาก Reserved Fund for Move-out Fee ที่จ่ายทุกเดือน
Total per month	42,150	ไม่มีค่าWifiเพิ่มเติม

สามารถดูหอพักได้ที่นี่ https://www.youtube.com/watch?v=WLcz6N6Wpzs



ภาพจากหน้าหอพักจะเห็นมหาวิทยาลัยอยู่ฝั่งตรงข้าม



ภาพจากบริเวณครัวในห้องพัก

6. ประสบการณ์ส่วนตัว

ตลอดระยะเวลา 1 ปีที่เป็นนักศึกษาแลกเปลี่ยนที่นี่รู้สึกว่าได้รับความใส่ใจจากเจ้าหน้าที่และอาจารย์เป็นอย่างมาก ในช่วงครึ่งแรกของการแลกเปลี่ยนนั้นเนื่องจากสถานการณ์โควิด19 ทำให้ทุกอย่างเป็นไปในรูปแบบออนไลน์และเรียนจากประเทศไทย แม้เราจะเดินทางเข้าประเทศญี่ปุ่นไม่ได้แต่เจ้าหน้าที่ก็คอยจัดกิจกรรมทางออนไลน์ให้เราได้เข้าร่วมได้ตลอด เช่น กิจกรรมคริสมาสต์ออนไลน์ ทำให้เรารู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของที่นั่น หลังจากนั้นได้เดินทางไปเรียนที่มหาวิทยาลัยไซตามะในภาคการศึกษาต่อมาก็ได้รับการดูแลจากเจ้าหน้าที่เป็นอย่างดี ในส่วนของการเรียนนั้นไม่มีอะไรที่ต้องเครียดมากเป็นพิเศษ การได้พูดคุยและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนนักเรียนแลกเปลี่ยนด้วยกันเองและเพื่อนชาวญี่ปุ่นเป็นสิ่งที่สนุกมาก ส่วนเรื่องหอพักเลือกไปว่าขออยู่กับเพื่อนต่างชาติและรู้สึกโชคดีมาก ๆ ที่ได้อยู่กับเพื่อนอิตาลีและฝรั่งเศสทำให้ไม่เหงาเลย ได้ทำอาหารแลกกันสนุกมาก ๆ หากน้อง ๆ กำลังลังเลว่าจะเข้าร่วมโครงการแลกเปลี่ยนดีไหม ขอแนะนำเลยเพราะเป็นโอกาสที่ดีมากจริง ๆ และการที่ได้ลองพูดผิดพูดถูกกับเพื่อนชาวต่างชาติที่เรียนภาษาด้วยกันในสภาพแวดล้อมที่พร้อมสนับสนุนให้เราได้เรียนรู้ตลอดเวลาแบบนี้เป็นสิ่งที่ดีมาก ๆ นอกจากการเรียนส่วนตัวยังได้เข้าร่วมกิจกรรมชมรมทำให้รู้จักกับคนญี่ปุ่นเพิ่มขึ้น สนุกสนานมาก และแนะนำว่าหากมาแลกเปลี่ยนลองให้เข้าชมรมดู จะทำให้ได้สร้างความทรงจำดี ๆ อีกมากมาย อีกทั้งบรรยากาศของมหาวิทยาลัยและละแวกใกล้เคียงก็เงียบสงบ สวยงามน่าเดินมาก ช่วงซากุระหน้าโรงอาหารก็เต็มไปด้วยสีชมพูของดอกซากุระเลย ขอแนะนำจริง ๆ ค่ะ



บรรยากาศซากุระหน้าโรงอาหาร





บรรยากาศด้านหลังมหาวิทยาลัย
มีแม่น้ำและ土手