



รายงานโครงการแลกเปลี่ยน ณ Tokyo University of Foreign Studies ประเทศ
ญี่ปุ่น

ภาคการศึกษา 1/2 ปีการศึกษา 2565 (ตั้งแต่เดือน กันยายน - สิงหาคม)

จัดทำโดย

นางสาว กชกร ฉัตรธนาอนันต์

ชั้นปี 4 คณะศิลปศาสตร์ โครงการ วิเทศศึกษา (IAC)

ข้อมูลส่วนตัว

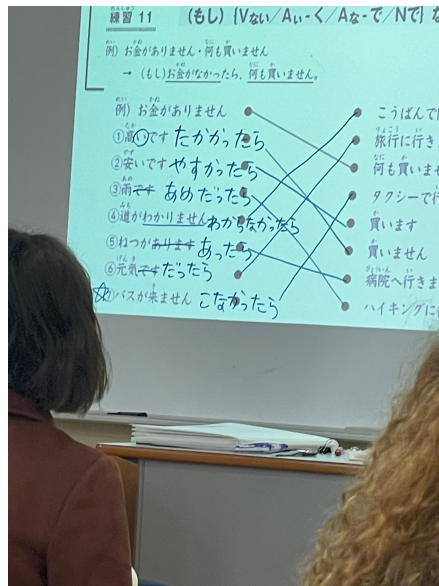
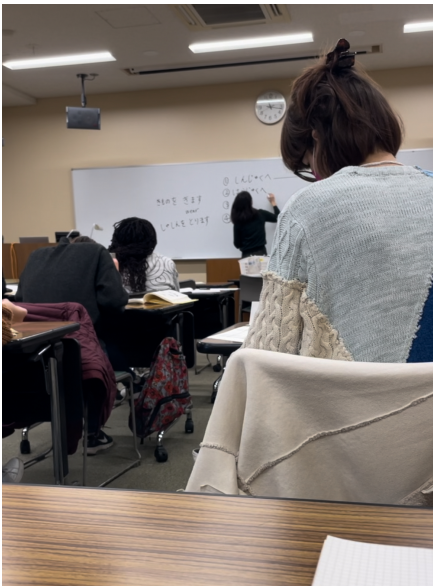
ชื่อ: กชกร ฉัตรธนาอนันต์

วันเกิด: 24 ธันวาคม 2544

งานอดิเรก: วาดรูป ตัดต่อวิดีโอ ท่องเที่ยว

ข้อมูลระหว่างการไปแลกเปลี่ยน

รูปภาพห้องเรียน



โดยปกติแล้วจะเรียนที่ JLC (Japanese Language Center) เป็นส่วนใหญ่ เพราะวิชาที่เรียนจะเป็นภาษาญี่ปุ่น ที่ต้องมาเรียนตึกนี้ ห้องเรียนไม่ใหญ่มาก แต่ค่อนข้างใหม่ แต่ไม่ชอบเปิดแอร์หรือฮีตเตอร์เลย บางทีหายใจไม่ค่อย ออก ส่วน Lecture Building ได้ไปอาทิตย์จะสองถึงสามครั้ง อาคารใหญ่ สวยมากๆ มองจากชั้นบนสุดเห็นพูจิด ด้วย ตึกนี้จะกะห้องเล็กห้องใหญ่ตามจำนวนนักศึกษา มีตั้งแต่ห้องไม่เกินสิบคน ถึงห้องเลคเชอร์ใหญ่หกสิบกว่าคน แต่ไม่เปิดแอร์ให้เหมือนเดิม

รูปภาพห้องพัก



ได้อยู่เป็นหอพักในมหาวิทยาลัย จากสามอาคาร อันนี้ใหม่ที่สุด และแพงสุด ค่าน้ำ ค่าไฟของอาคารถูกคิดแยกรายห้อง และค่อนข้างแพง (หน้าหนาวช่วงเดือนมกรา-กุมภาพันธ์ จ่ายค่าไฟอย่างเดียวหมื่นกว่าเยน) แยกขายหญิงตามชั้น มีห้องซักผ้าหยอดเหรียญให้ชั้นล่าง ในความเห็นส่วนตัวการอยู่หอพักสะดวกในเรื่องการทิ้งขยะมากๆ ของที่นี่ไม่มีเคอร์ฟิว เข้าออกได้ตลอดเวลาโดยใช้บัตร ตั้งแต่อยู่มารู้สึกไม่สะดวกแค่อย่างเดียวคือ ห้องค่อนข้างเล็ก เก็บเสื้อผ้าลำบากมากๆ

เพื่อนร่วมห้อง และอาจารย์ผู้สอน



รูปภาพกิจกรรม



ประมาณการณ้ค่าใช้จ่ายตลอดการไปศึกษา เช่น

รายการ	ราคา (เยน/ เดือน)	ราคา (บาท/ เดือน)	รวม(บาท/ เดือน)
ค่าเทอม		(~100,000/ 1 ปี)	
ค่าเครื่องบิน		30,000 (ไป กลับ)	
ค่าหอพัก	46,000	~11,000	11,000
ค่าไฟ ค่าน้ำ ค่า แก๊ส	7000-13000 เยน		
ค่ารถไฟ	~12,000	~2700	รวมกับค่า อาหาร
ค่าอาหาร	~90,000	~20,000	20,000
ค่าเสื้อผ้า	~15,000	~3600	รวมกับค่า อาหาร
รวม			31,000

*หมายเหตุ เป็นแค่รายการโดยประมาณเท่านั้น แค่ท้องเที่ยว อาหาร ค่ารถไฟ มาจากการ แบ่งปันเงินแต่ละเดือนออกมา

รายวิชาที่ลงระหว่างไปแลกเปลี่ยน

สำหรับนักศึกษาที่มีวิธีบังคับกับวิชาเลือก

1. วิชาบังคับ คือวิชาภาษาญี่ปุ่น และวัฒนธรรมญี่ปุ่น รวมทั้งหมด 7.30 ชั่วโมงต่อวิชา (วิชาละ 1.30 ชั่วโมง)
2. วิชาเลือก เกินวิชาที่อยากเลือกเรียนอะไรก็ได้ตามใจเรา ที่เราอยากนำมาแลกที่ไทย ซึ่งวิชาที่ลงมีดังนี้
 - East Asian Studies
 - United Nations
 - Intercultural Communication
 - Film Analysis
 - Gender and Globalization
 - Business English

ประโยชน์ที่ได้รับจากการไปแลกเปลี่ยน

ตอนแรกคิดว่าอาจจะเป็นภาษา แต่จริงๆแล้วมันคือทักษะการเอาตัวรอดในทุกๆด้าน ภาษาเป็นเพียงส่วนหนึ่งเท่านั้น การมาแลกเปลี่ยนที่ญี่ปุ่นมีหลายอย่างที่ไม่สามารถพบเจอในไทยหรือการแค่ว่าเที่ยวญี่ปุ่นเฉยๆ การใช้ชีวิตจริงๆในประเทศนี้มันต่างจากที่คิดมากๆ เรื่องที่อยากแนะนำเป็นพิเศษทั้งผู้หญิงและผู้ชาย จะเดินกลับที่พัก ไปซื้อของคนเดียวหรืออะไรก็ตาม มีสติและสังเกตคนรอบตัวอยู่ตลอด เพราะสตอล์กเกอร์เยอะมากๆ ประสบการณ์ตรงครั้งหนึ่งหน้าหอพักตัวเองเลย ไม่ใช่ทุกคนที่จะโชคดีแบบนี้ และประเทศญี่ปุ่นไม่ได้ปลอดภัยขนาดนั้น แต่ก็ไม่อยากให้กลัว เพราะสนุกมาก々มีความสุขมาก々มีเพื่อนมากกว่าแค่คนญี่ปุ่น พหุวัฒนธรรมสุดๆ อาจจะเป็นเพราะในโตเกียว ไม่เคยเสียใจหรือโหมซิกตลอดเวลาที่อยู่ที่นี่เลย

การเตรียมตัวก่อนไปญี่ปุ่น

ภาษาเท่านั้น ภาษาญี่ปุ่นสำคัญมาก々 อย่างน้อยๆภาษาอังกฤษจะต้องดีในระดับนึง ถึงเค้าจะไม่ค่อยอยากใช้พูดกับเราก็ตาม แต่อย่างน้อยดีกว่าไม่แข็งชักภาษาเลย ทุกอย่างธนาคาร ช้อปซิม ส่งของ ชื้อของ ทุกอย่างเป็นญี่ปุ่นทั้งหมด น้อยมากๆที่จะคุยภาษาอังกฤษกับเรา แรกๆจะใช้ชีวิตค่อนข้างลำบากถ้าไม่สามารถพูดภาษาญี่ปุ่นได้เลย ส่วนพวกของต่างๆ ถ้าย้อนกลับไปได้จะไม่เอามาเยอะขนาดนี้ เพราะมีหลายอย่างใช้ไม่ได้ และ ไม่ได้ใช้ แต่ควรจะเอามาให้ครบเท่าที่จะเอามาได้ ยาที่จ่ายตาม welcia หรือร้านขายยาต่างๆ ค่อนข้างจาง ไม่เหมือนยาไทยเรา เอกสาที่แนะนำให้ทำเนิ่นๆคือตรวจสุขภาพทันทีหลังได้รับฟอร์มตรวจ เพราะบางรพ.ทำเอกสารค่อนข้างนาน