SHIZUOKA UNIVERSITY

รายงานสรุปผลการเข้าร่วมโครงการแลกเปลี่ยน



ระยะเวลาตั้งแต่
ตุลาคม 2568 - กันยายน 2569

จัดทำโดย
นางสาว วรัชยา ลีลานุช

ข้อมูลเบื้องต้น

- Shizuoka University เป็นมหาวิทยาลัยที่ตั้งอยู่ จังหวัด ชิสึโอกะ ประเทศญี่ปุ่น อยู่ใกล้ทะเลและภูเขาไฟฟูจิ สามารถเห็นวิวทิวทัศน์ที่สวยงาม
- สามารถเดินทางเข้าตัวเมืองโตเกียว หรือแหล่งท่องเที่ยวอื่นได้ไม่ยาก
- ชิสึโอกะเป็นจังหวัดที่เงียบสงบ ผู้คนไม่พลุกพล่าน
- ภูมิอากาศดี อบอุ่นและเย็นสบาย โดยปกติแล้วจะไม่มีหิมะตก
- ภายในมหาวิทยาลัย และหอพัก จะมี Lounge สำหรับนักศึกษาต่างชาติ ที่สามารถทำกิจกรรมร่วมกันได้ เช่น เล่นบอร์ดเกม พูดคุย ทานอาหารกลางวัน ฯลฯ
- มหาวิทยาลัยจะตั้งอยู่บนเนินเขา ในการเดินทางไปเรียนจะเป็นการเดินขึ้นบันไดและตึกสูงหลายชั้น ทำให้เห็นบรรยากาศที่สวยงามได้
- ทางมหาลัยมักจะมีกิจกรรมบ่อยครั้ง เช่น ให้พูดคุยกับนักเรียนมัธยมปลายญี่ปุ่น (ทั้งไปเยือนโรงเรียนและต้อนรับคณะทัศนศึกษาในมหาลัย) กิจกรรมวันวัฒนธรรม กิจกรรมท่องเที่ยวสถานที่สำคัญในเมืองชิสุโอกะ เป็นต้น
- การลงทะเบียนเรียน นักศึกษาจะต้องปรึกษากับทางคณะและอาจารย์ในมหาวิทยาลัยหลังจากเดินทางถึงญี่ปุ่นแล้ว โดยต้องเลือกลงทะเบียนขั้นต่ำ 7 วิชา ซึ่งในบางวิชาจะสามารถลงทะเบียนได้ตามระดับของการสอบ ที่ทางมหาลัยจัดให้สอบวัดระดับพื้นฐานภาษาญี่ปุ่น (PT) ก่อนลงทะเบียนเรียน



ภาพวันงานวัฒนธรรม



ภาพทัศนศึกษาที่
Mt. Fuji World Heritage Centre

การใช้ชีวิตประจำวัน

- หอพัก : เป็นหอพักรวมชายหญิง โดยแยกชั้นผู้ชายและผู้หญิง ผู้ชายจะอยู่ชั้น 1-2 ผู้หญิงอยู่ชั้น 3-5 และอยู่รวมกันภายในยูนิตนั้น ๆ จำนวน 5 คน ภายในยูนิตจะมีห้องนอนแยก ส่วนกลางคือ ห้องน้ำ ห้องอาบน้ำ และห้องครัวจะใช้ร่วมกัน
- ค่าครองชีพ : 100,000 ~ 150,000 เยนต่อเดือน
- ค่าหอพัก รวมค่าน้ำค่าไฟ และค่าส่วนกลาง : ประมาณ 30,000 เยน
- การเดินทางไปมหาลัย : ปั่นจักรยานไปเรียน ใช้เวลาประมาณ 20~30 นาที หรือ นั่งรถเมล์ป้ายใกล้หอพักไปลงหน้ามหาวิทยาลัย ราคา 220 ~ 250 เยน
- แหล่งอำนวยความสะดวกใกล้เคียง: มีซุปเปอร์มาร์เก็ตหลังหอพัก สามารถซื้อวัตถุดิบต่าง ๆ มาทำอาหารได้ รวมถึงมี 7-eleven และ lawson ใกล้กับหอพัก เปิด 24 ชั่วโมง

คำแนะนำแก่รุ่นน้อง

- การเตรียมตัวก่อนเดินทาง : ควรศึกษาเรื่องทุนการศึกษาของมหาวิทยาลัยก่อน ในปี 2568 ไม่มีทุน JASSO หรือทุนอื่น ๆ ให้ ดังนั้น เป็นไปได้ควรสมัครหรือดูข้อมูลทุนอื่นด้วยตนเองเพื่อเป็นการลดภาระค่าใช้จ่าย
- ความท้าทาย/อุปสรรคที่พบระหว่างศึกษา : การเดินทางใช้จักรยานเป็นส่วนใหญ่ และลักษณะเมืองชิสึโอกะเป็นเนินเขาสูง ทำให้มีความลำบากในการเดินทางบ้าง จึงไม่แนะนำสำหรับผู้ที่มีสุขภาพร่างกายไม่แข็งแรง
- การทำงานพาร์ทไทม์ : นักศึกษาต่างชาติส่วนใหญ่มักจะหางานพาร์ทไทม์ทำระหว่างที่เรียน สามารถค้นหาและสมัครผ่านแอพต่าง ๆ ได้ แนะนำว่าควรเลือกงานที่ไม่ไกลเกินไปและยืดหยุ่นเรื่องเวลาทำงาน