

# 學海築夢/新南向學海築夢學生出國實習

## 心得報告內容大綱

獲補助年度	108 年度
薦送學校、系所、年級	中臺科技大學 國際企業系 三年級
中文姓名	劉怡如
國外實習國家(含城市)	日本東京
國外實習機構	株式会社 ピュアフィット (Purefit)
國外實習考評成績或評語	92
短片時間及標題	
<p>一、緣起</p> <p>能來日本一直是我小時候的夢想，想要出國看看不一樣的世界，不是透過書本上的說明，而是自己親身感受，體驗不同的文化，甚至是在日本生活，感受他們的風俗民情，拓展自己的國際觀、豐富自己的人生經驗。在大一的時候得知系上有海外實習的機會，還有學長姐們分享到日本實習的經驗，就讓我下定決心要爭取這個機會，加上高中的時候接觸過日文，老師也會在課堂上分享日本的生活和文化，讓我更嚮往日本的生活。透過教育部學海築夢的計畫，終於讓我的夢想實現了，不僅讓我實際體驗日本的在地生活，也讓我累積了不少的經驗，語言也進步許多。</p>	

## 二、國外實習機構簡介

株式会社 ピュアフィット是一間家庭用的健康美容運動器材，機器的販賣、製造、OEM 的公司。以進口健康器材為主的進口商，主要業務為健康器材網路販售，企業主對於台灣的健康器材製造品質深具信心，因此該公司大多向台灣廠商採購產品，每年皆會來台灣進行採購。目前正積極海外拓點。



圖一 公司環境



圖二 公司環境

## 三、國外實習企業或機構之學習心得

到了日本之後讓我最害怕的就是語言了，以前都只是書本上的學習，並沒有真正和日本人對話過，只知道他們說話的速度很快，讓我第一次到公司就超級緊張的不敢說話，但幸好社長（橫田さん）和會計小姐（国井さん）知道我的語言比較基礎，所以很有耐心而且都會慢慢的跟我說，讓我安心許多。

第一天上班社長給了我很多公司販賣的健身器材的簡介說明書讓我看，一看到滿滿的日文就莫名的緊張起來，雖然社長說是要讓我多學習日文，還以為要自己讀完全部，但很慶幸的是社長一個一個慢慢的和我解釋，就算有

不懂的也能自己用手機查單字和文法的意思，讓我能懂的那些說明書的意思，還說能使用那些健身器材，這樣不僅能加深我的印象，也讓我學到了不少新的單字，也親身體驗了公司的產品。



圖三 第一次與社長見面

再來是国井さん第一次帶我去銀行教我操作，告訴我怎麼刷本子、匯錢和領錢，再來的工作，国井さん讓我分類黏貼經費領受書、銀行領受書、振替傳票，並且每個月份要按照順序排好，以為很簡單的工作，但其實一點也不簡單，必須要很認真很仔細的去做，一個不小心做錯的話就會要找很久才能找到對應的月份和金額。



圖四 工作情況



圖五 工作情況

接下來的工作国井さん給了我一年的販賣實績報表，要我們依照資料上的數據建立一個 Excel 並輸入，整理完成之後影印出來交給国井さん檢查，我才發現我自己沒注意到的小細節国井さん都發現了並且讓我修改，不得不佩服日本人真的很厲害，他們做事的那種細心和自我要求的完美，都很值得讓我學習。我們還幫忙黏了郵票並蓋上含有公司地址的章，看起來很簡單的工作做起來卻一點也不簡單，只要有一點歪掉就不能用了，真的要非常專注不然一個不小心就失敗了。



圖六 工作情況



圖七 工作情況

後來社長給了我一疊名片，讓我練習打日文並輸入到電腦裡，一開始對於羅馬拼音不熟悉，讓我覺得很難，打字速度也很慢，甚至有些不知道怎麼讀音的漢字還要請教社長，也很感謝社長對我們的耐心教導，後來我漸漸熟悉羅馬拼音輸入法，不僅速度變快，還學到很多新的單字發音，結束後社

長讓我和我的夥伴互換位子相互檢查，幸好錯的不多，讓我對於工作更有自信心了，也讓我知道在做任何工作的時候只有效率是不夠的，也應該要認真檢查過並且加以確認。

#### 四、國外實習之生活體驗

到了日本最不習慣的大概就是要一直走路了，不得不佩服日本的女性能穿著高跟鞋走走很久的路，剛開始走路的時候超級容易走到鐵腿，但久了之後就慢慢習慣了，當做鍛鍊身體也不錯。日本的飲食方面也很有特色，雖然口味比台灣重了一點，但很多東西都很好吃，我也發現很多店家外面都會擺放食物的模型讓客人參考，如果確定要到店內用餐的話，先在店外的點餐機投幣點餐，再拿著單子進入店家取餐找位子，這樣就不會有太多客人都擠在櫃檯點餐還多了一個人力。

生活方面的話我還發現到超市買完東西要結帳的時候，大部分都是採自助結帳，節省不少人力成本，就連服飾店也是，只要把要購買的衣服放在機器上，機器就會自動幫你計算價錢，然後我只要把錢放入機器裡付款後再自己裝袋，非常的方便，也讓我覺得很新奇，因為在台灣完全沒有這樣的事。最讓我印象深刻的還有日本的花火大會，雖然沒看到最大規模的隅田花火大會，但我們去看了「江戶川花火大會」，雖然沒有隅田的盛大，但一個小時內的每一刻都讓我驚豔，各式各樣的煙火樣式都令人嘆為觀止。而且每一個人都像電視上那樣穿著浴衣前往，就像他們的習俗一樣，看煙火一定要穿浴

衣，對於第一次在日本看煙火的我來說真的非常興奮，而且放煙火的地方一定會有非常多的攤販，真的和電視上一模一樣呢！

還去了東京的知名景點「晴空塔」，俯瞰一整個東京的夜景，真的非常美。還去了上野動物園，遺憾的是沒看到熊貓，非常可惜。



圖八 晴空塔夜景



圖九 上野動物園

來了東京不能錯過的就是迪士尼了，從早上開園玩到晚上閉園是一定要的，還有晚上不能錯過的遊行，還能和各種卡通人物互動，真的是大人和小孩的夢想吧！



圖十 東京迪士尼



圖十一 東京晴空塔

## 五、國外實習之具體效益

- 1、日文會話與聽力進步
- 2、體驗不同國家的文化、增加自己的國際觀
- 3、跳脫原本的舒適圈，讓自己更獨立
- 4、學習日本的職場倫理與社交能力
- 5、累積不同的工作經驗，提升自己的競爭力
- 6、學習與人溝通
- 7、增強自己的日文文書處理能力
- 8、主動學習

## 六、感想與建議

很開心能有這次的機會來日本實習，經過這兩個月的洗禮，覺得自己不僅語言能力進步不少，還體驗了日本的文化和當地生活，豐富了我自己的人生經驗，雖然在日本公司只是個研習生，社長對於我的要求也沒有很高，但對於我來說卻是一個寶貴的經驗，我學到的遠遠比我付出的更多，無形中我成長了不少，我很感謝社長和国井さん給予我的幫助和教導，雖然溝通上還有困難，但想學會日文的熱情從來沒有變過，因為想和他們更靠近一點，所以讓我想更精進自己的日文能力，一開始我也很害怕說錯或是表達錯誤，但慶幸的是社長和国井さん都很有耐心的聽我說，也會教導我，慢慢的有一些詞能聽得懂甚至能不靠翻譯器就能回答，這是我覺得我進步最大的地方。這

次的經驗讓我有非常多的收穫，在以後回想起來這些過程中的每一個人事物都一定都會讓我難以忘懷。



圖十二 和社長的合照



圖十三 和社長、国井さんの合照