

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	107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	劉筱瑜
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>從小，出國一直是我人生夢想清單中最想完成的一個項目，想要藉由求學期間出國看看不一樣的世界，體驗到不同的文化，學習到不只是書本上能給予我們的知識，更能擴展自己的視野和豐富自己的閱歷。在大一新生座談會得知到系上有海外實習的機會和學長姐們分享自己海外實習的經驗談，更讓我下定決心要爭取到出國實習的機會。從高中開始接觸到日文時，就對日本的風俗民情和飲食文化很感興趣，再加上高中的日文老師都會在課堂上跟我們分享他在日本生活的故事，讓我更嚮往到日本的生活，藉由教育部「學海築夢」這個計劃讓我離我的夢想清單更邁進一大步，不只體驗到當地的食衣住行生活，更累積我海外實習的經驗，語言也進步了許多。</p> <p>二、國外實習機構簡介</p> <p>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，主要業務為建康器材網路販售，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，其實習工作安排主要於產品及通路檔案管理、會計處理等工作，該公司經營方向及目標符合學校與管理學院的健康產業特色及國際化發展目標，為使同學除進出口專長之學習外還能以國際健康產業為輔之能力，特安排學生進行相關之海外實務實習。</p> <p>三、國外實習企業或機構之學習心得</p> <p>剛到日本最害怕的是我的語言，從來沒有真正跟日本人對話過，很擔心有語言不通、溝通上等等問題，不過社長（横田さん）及會計小姐（国井さん）都很好也很有耐心聽我們慢慢說完，如有文法或者單字上講錯的，也會告訴我們並教導我們。</p> <p>第一天上班，社長給了我們一疊公司的產品內容說明書，要我們</p>	

去理解產品的內容跟使用方法並且去使用那些運動器材，剛開始看到滿滿日文的說明書，讓我很擔心自己理解不了，但後來發現其實認真去看，不懂的字馬上用手機查詢意思並且寫下來加深自己印象，漸漸地都能理解裡頭的內容也學習到很多新的字彙。



圖一 第一天進公司與社長、會計小姐合影

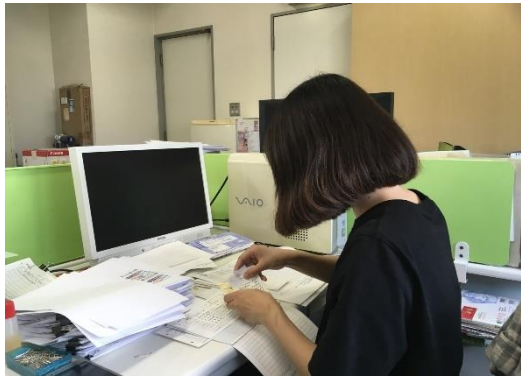
第一次国井さん帶我們去銀行教我們怎麼操作，如何刷簿子、存錢跟領錢，接著的工作，分類黏貼經費領受書、銀行領受書、振替傳票，將每個月份按照順序排好，看似輕鬆的工作，卻要非常的細心地去分類，一個不小心放錯地方，可能就要找很久去對應月份跟金額。

接下來国井さん將這一年的販賣實績報表交給我們，要我們依照資料統計並輸入excel整理完成後影印出來，因為有一點excel的基礎很快就完成輸入並且影印出來交給国井さん，後來国井さん告訴我有小錯誤的地方要我再仔細檢查並更正，這才發現日本人真的好細心而且要求資料完美跟整齊性，這部分自己還要再加強，不只有效率外要更加的細心。

接下來社長要我們練習打日文字，並給我們一疊名片要我們輸入到電腦裡，一開始完全不熟悉，打得很慢，有些漢字的讀音也不清楚，便上網查每個漢字的讀音；漸漸的我們熟悉打日文字，不僅可以打得很快速，也認識到好多新的漢字，完成後便跟我的搭檔互相檢查有沒有粗心打錯的地方，果然有一些小錯誤，不過比上次輸入資料的時候錯更少了，讓自己對工作上更有信心了。



圖三 實習工作情形



圖四 實習工作情形



圖五 實習工作情形

在工作當中最特別的就是社長帶我們去參觀健康展覽會，在展覽會上見識到各式各樣的健身器材、健康食品等等，這裡也湧入了全日本的廠商與來自各國的廠商，這一天的展覽不僅讓我大開眼界也讓我了解到日本廠商與客戶之間的互動。

這次日本的海外實習讓我收穫滿滿，雖然難免會有一些的不習慣像是語言或生活，但也隨著時間一點一滴的累積，這些也就都變成了我個人能力的累積。



圖六 健康展覽會



圖七 健康展覽會場

四、國外實習之生活體驗

剛到日本，不太能習慣的是沒有機車這項交通工具，日本人大多都是以腳踏車代步或者走路到最近的地鐵，剛開始去每天都走到鐵腿，不過往好處想，多走路會讓身體變好再加上這也是愛地球的一項表現呢。日本的飲食方面也很有特色，他們都會將餐點的模型和價錢放在店門口給客人參考，然後在日本吃拉麵一定要大口大口的吃出聲音，這會讓店家感受到你覺得他們的拉麵很好吃，這點也真的很新

奇，還有日本人習慣吃飯一定會配冰水或無糖麥茶，然後食物用料方面也很實在、新鮮，每項東西都很好吃，在日本幾乎沒有吃到地雷食物。

日本人對於生活都很貼心，上班時去銀行刷本子，提款機上有計算機還有裝錢的信封袋，去超市買東西時，也有自動付款的機器，能找出正確的金額也能點選信用卡功能，還有他們的餐廳大多都採自動點餐方式，先從在機器點餐投入金額再拿食券給店員，還有地鐵售票口機器的功能也很完全等等，很讚嘆他們為生活上帶來的一些小便利。

日本的信仰也跟台灣很不一樣，日本的「神社」與「寺」的不同。最簡單的區別方式是否有「鳥居」，有鳥居的即為「神社」，反之則為「寺」。此外，「神社」內供奉的是代表神道的自然萬物神靈，或是皇室成員；「寺」內則供奉佛教的神明。來到這邊幾乎把附近的神社都走遍，有祈求戀愛的東京大神宮、祈求工作運的日枝神社、最著名的明治神宮和淺草寺、還有滿滿招財貓的豪德寺等等，日本的神社每個供奉的神都不太一樣，外觀跟樣貌也不大相同；參拜方式也大有學問，神社旁，都會設置一個「手水舍」的洗手池，參拜前，必須先洗淨雙手和漱口，代表淨身，以顯示對神明的尊敬。



圖八 手水舍



圖九 富岡八幡宮與繪馬



圖十 東京大神宮許願處



圖十一 日枝神社鳥居

最讓我印象深刻就是日本的煙火跟他們的祭典了，暑假這個期間是最多的，很幸運的我看了日本東京最大的煙火「隅田川花火大會」在整個櫻橋的上方，將近1小時的煙火，精彩不間斷，各式各樣的煙火樣式，真的讓人嘆為觀止；第一次參加日本的祭典，真的跟我在卡通或者日劇裡面看到的一模一樣，每個人幾乎都穿著浴衣前往，舞台中央也有一些表演，各式各樣祭典小吃有刨冰、炒麵、章魚燒、蘋果糖等等，跟台灣的夜市有點像但不完全一樣，真的是很特別的體驗。

也去了日本知名地標東京鐵塔跟晴空塔，俯看一整個東京，還能看到台場的彩虹橋，白天跟晚上看感覺又不太一樣，各有其中的美；也走了一些日本的下町街道，感受日本懷舊的生活，品嚐傳統的點心，偶爾到下町走走享受不一樣的日本，也是很不錯呢！



圖十二 從東京鐵塔拍的晚上



圖十三從晴空塔拍的早上

更去了日本東京迪士尼，從早開園玩到晚上閉園，迪士尼是所有大朋友與小朋友的夢想中的童話故事樂園，還能近距離與卡通人物互動，從早上的遊樂設施跟到晚上煙火與遊行，玩到不亦樂乎。



圖十三 迪士尼海樂園



圖十四 日本東京鐵塔

五、國外實習之具體效益(請條列式列舉)

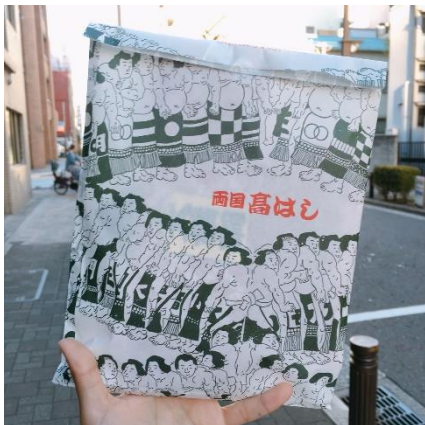
1. 日文的對話與聽力進步
2. 累積自己在職場上的實務經驗，為未來在職場上的自己增加競

爭力

3. 體驗不同國家的文化，開拓自己的視野及國際觀
4. 離開自己的舒適圈，訓練自己更加獨立
5. 學習如何與人溝通和如何有效率的解決問題
6. 學習日本的職場倫理和社交能力

六、感想與建議

很開心可以藉由教育部學海築夢的機會，看到不一樣的世界和當地的風俗民情並體驗日本的職場生活，豐富了自己的閱歷，拓展了自己的世界觀，雖然在那邊只是個研習生，對我們也沒有特別嚴格的規定，但對於我來說卻是個難得的寶貴經驗，學習到的遠大於我所付出的，也透過在日本的這一個半月裡無形中增強了自己的日文能力，從一開始的害怕講錯到現在的勇於講出來並更正，雖然還有些不足，但也讓我在學習日文上更有信心了，我很感謝社長與會計小姐，他們都很親切也很有耐心的聽我們講完並跟我們練習對話，也從中學習到日本人的職場禮儀和他們的細心，這趟的學海築夢海外實習是一趟受益匪淺、值得一再回味的寶貴經驗。



圖十五 社長的餞別禮



圖十六 與社長、會計小姐的合影