

出國實習心得報告內容大綱

系所、年級	國際企業系三年級
姓名	何佳燕
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
國外實習期間	102/7/2-102/8/14
<p>1. 緣起</p> <p>是本系第一間的實習廠商，全日本人的廠商。</p> <p>2. 國外實習機構簡介</p> <p>株式会社 ピュアフィット (Purefit): 家庭用的健康美容運動器材，機器的販賣、製造、OEM。</p> <p>3. 國外實習企業或機構之學習心得</p> <p>到了語言不同的國家都會有些的害怕，會擔心語言不通、溝通不良等等問題，剛開始的實習都會這樣的擔心，不過社長（横田さん）及會計小姐（国井さん）都很好也很有耐心的語我們溝通，讓我們感受日本人的溫馨。</p> <p>第一天上班，横田さん給我們看滿滿日文的商品計畫案，要我們去讀它去聊解它，接著去試試運動器材，很有趣的運動器材，不僅可以瘦身也可以瘦到女人們最想瘦的地方。横田さん還會叫我們買給爸爸媽媽當禮物。</p> <p>接著連三天，社長要我們練習打日文字，還教我們把漢字打成日文字的工具，漸漸的我們熟悉打日文字，不僅可以打得很快速，要告訴我們漢字也要加強學習，完成工作就會有種成就感，很開心。</p> <p>第一次国井さん帶我們去銀行教我們怎麼操作。給我們寫寄信的單子，還教我們寫完後打電話給客服的電話，接著就會有寄送員來拿了，我們體驗到日本的便利性，還有他們的效率程度，真的很講求效率會把握時間，想想台灣能有這樣的程度那就太完美了。</p> <p>接著給我們的工作內容，運動器具的報告及說明，最想要極想要購買的前10名，不僅告訴我們自己想要的運動器具，對於公司也是很好的參考，現在年輕人的喜愛及最想購路的器具。</p>	

接著有新的工作，打日本名片的名刺一欄，打時感覺很簡單，但是一不專心就會打錯，国井さん檢察名刺一欄後，我們的錯誤真的很多，讓我們知道日本人不接受一點點的小錯誤，一有錯誤就要馬上更改，也要做到好。

接著的工作，分類黏貼經費領受書、銀行領受書、振替傳票，看似輕鬆的工作卻會使人肩膀痠痛，我們都老了。

在實習即將接近了尾聲，開始漸漸的不捨，在最後的幾天，横田さん認識台灣東海大學畢業的學生要來公司拜訪他，我就很好奇我們的日文程度，便問了横田さん，他說我們的程度跟東海學生差一大截，天阿！其實我們自己也知道，我們不是日文系，學日文也不過兩年，不過這卻激發我學習日文，我要努力學好日文，以後再來去日本找横田さん及国井さん，橋橋日文有沒有變好。

最後的工作，公司的活動宣傳內容放在信封裡，再來蓋印章、寫橫條。

接著還有把請求書五本蓋印章蓋完，大致上的工作就告一段落了。

即將結束的日本實習，我們十分的不捨，横田さん及国井さん對我們的好及貼心，擔心我們回台灣消瘦，帶我們去吃大餐，我們語言不太會表達，我們做了卡片給横田さん及国井さん，把我們心裡的話用寫的下來，還買些甜點還搭配，不單送卡片我們覺得很奇怪。

最後横田さん及国井さん也準備禮物給我們，日本兩國有名的相撲，有相撲小毛巾及相撲的吊飾，好可愛！結束了日本的實習，時間真的流逝的很快。

我們不會忘記在實習時的場景，以及中午一定會坐在同一張桌子一起吃飯一起看日本新聞，跟横田さん一起去買午餐，每次我們都買吃不飽的東西，例如麵包及御飯糰，他會另外買日本好吃的壽司給我們吃。下午三點我們要泡茶，吃下午茶的時候，下午茶的時候甚麼都聊，還有早上一訂一定要泡咖啡給横田さん及国井さん喝，有時我們用錯日文，他們還會教導我們用正確的詞，其實真的很多點點滴滴，能在株式会社 ピュアフィット實習，真的是我們一大的榮幸，很感激他們對我們的好，最後一天，横田さん還專程叫計程車載我們去車站，那一路上我們有好多不捨的心情浮現出來，感激的話也不會翻成日文，只能含著淚，跟横田さん說再見！不用說太多話，在卡片裡我們都寫在上面，開心快樂辛苦的日本實習結束，我想我會很想念日本的點滴。

4. 國外實習之生活體

剛開始的我們不會去尋找日本好玩或者必去的地方，之後熟了日本開始覺得時間不夠了，很後悔剛開始的浪費時間，不過呢！這也是一種經驗。

不隱瞞的說，剛開始在日本真的不太習慣，很想家也很想念台灣美食，在兩

週簡直瘦了，連我肥肥的肚子也削掉了，不過呢！兩週過後已習慣，也開始享受在日本的生活以及美食，不管時間過的快與慢，在日本就是來享受不一樣的異國生活，雖然對於日本有點小失望，可能還沒來日本錢太過於期望日本的場景，不過還是要去適應它。

日本的電車早上真的很擠，我們同學更不喜歡的是男生觸碰到女生，很擠又會用他的生殖器來處碰到女生，當然日本電車就會有所謂的「痴漢」，很慶幸的我沒遇到，不過卻親眼看到，那真的是十分的不舒服！所以這也告訴我們到了日本的女人們，千萬不要單獨行動，真的很危險。

我們還有去日本的神社，遇到有人結婚，看出日本與台灣的習俗不同，日本結婚對於臺灣很像在辦喪事，接者同學的媽媽就告訴我們為甚麼？因為同學的媽媽在旅行業上班，多少也要了解各國的歷史，原來日本有些東西都要與中國的相反，整個就是讓我們大吃一驚。

去日本最值得的應該是迪士尼吧！是我們玩完後還會懷念的地方，雖然很熱卻還是有很多人願意無止盡的排隊，不過進去玩後卻是很好玩也很開心的事情，玩了一整天腳也十分的累。

還有在日本看日本的煙火，在海邊看整個就很美麗，加上那是個要門票的煙火，整個不用排隊就很爽，不像隅田川煙火很多人，也很悲劇的下大雨，讓我們沒看到煙火，還淋了一身濕，不過這也是個經驗。

日本的美食是相當的貴，不過也是相當的美味，記得社長請我們吃日本的牛排及漢堡肉，之後讓我回味好久，要結束的前幾天社長又請我們吃牛排及漢堡肉我整個就很開心，我不讓不說日本的牛排及漢堡肉真的很好吃。

還有日本一定要吃的大阪燒及お好み燒，要客人自己DIY煎，整個就很好玩也很好吃喔！來日本一定要去月島吃！

當然我們有去日本的東京鐵塔及晴空塔，晚上實在是美到不行，雖然沒有那閒錢去這些高處觀看美景，我們不會覺得遺憾，這只是個景點，或許以後結婚也可以來這度蜜月阿！

我們非常煩惱的也是逛街的問題，前幾個禮拜同學安排的行程，都是逛百貨公司，對我們這學生真的沒那個錢可以買，行程就這樣的浪費掉了，實在可惜！之後的我們才會開始安排我們的行程，讓我們之後的假日休閒很愉快也很充實。

5. 國外實習之具體效益

這趟日本實習不僅可以讓我們快速的學習日文，更能讓我們體驗日本的敬

語，社長會教我們一些日本的尊敬語，還會告訴我們為什麼會使用這個詞語，還有為甚麼不能嘴巴打嗝的原因。

我自己也很高興會大方的去問問題，也感覺自己一天比一天的進步也期待上班，能真正學習到日文才是來日本的目的。

來日本的目的，雖然玩的心態沒有很大，不過也要去走走看看異國的風景，當然目的是來學習日文的，不能一直想著要玩。

6. 感想與建議

我自己對我自己的建議應該是先把日文學好，再來去日本實習其實是最好的，不然語言不通以及溝通不良真的是不太好，雖然會說一點點的日文以及聽得懂，不過遇到不熟的單字還是會不懂，橫田さん及国井さん就會寫漢字給我們，讓我們更快速的懂，也讓我們學習到不少單字，不過這個日本實習的經驗，我想我還會再去一次，也必須等我日文學好還有考到日文檢定囉！

在日本實習的期間，看似時間很長，到要回台灣的時候，就覺得時間其實過得很快，很快就即將要結束日本之旅及實習，要回台灣的當天機場，我們還很習慣的跟空姐說日文，聽到他們說日文才有回應，我們還很擔心的說會不會回國了還很順的說日文阿？這讓我們深深覺得日文真的有很大的進步，雖然對日本人而言我們的程度沒有很好，不過我們肯願意說就是我們來日本最大的進步了，從剛開始不敢說，到件件或開始詢問或者翻譯這要怎麼說，在實習期間也學習到很多尊敬語及平常用語，在寫卡片時也查詢日文的祝福用語，這些的點點滴滴，真的是很棒的實習。

利用假日，我們去東京裡走走，還買了不少食物要帶回台灣，日本的糖果餅乾都比臺灣來的便宜，還有著名的干貝糖，在迪士尼也買了我最喜歡的小熊維尼，不過日本的天氣整個熱到不行，連房間都是悶熱，使我們買的巧克力都會溶化，這也是夏天去的缺點。還有我們有吃到日本的泡麵，我很懷疑日本的泡麵含鈉的含量到底有沒有？不知道有沒有跟台灣一樣含鈉含量超多，讓我們充滿懷疑了。不過有台灣味的泡麵就好開心，好吃囉！

我很感謝我的班導老師，相信我的日文讓我們去全日本人的廠商，讓我不僅學習日文更加快速，也肯定我們的日文，使我們能踏出這一步前往日本實習。原本我對我自己的日文並沒有很肯定，原本也是想說隔年再去，可是今年我也受傷，在暑假期間也是在家休息無法工作，當然也考慮了很久才決定要前往日本實習，感激老師的肯定，使我們更有信心。