

113 學年度日本縣立廣島大學暑期交換計畫

心得報告



薦送學校：國立臺北護理健康大學

系所：聽語系

年級：四技二年級

交換國家：日本

交換學校：縣立廣島大學

交換日期：2024/08/19-08/27

這次是經歷了新冠疫情後第一次去日本，還是去這麼特別的地方—廣島，廣島就是一個充滿歷史的地方，雖然曾經因為原子彈而遭受慘重的損失，不管是心理上、生理上、經濟上等，但經過這麼多年，也漸漸在復甦中。能有這麼一次交換去廣島看看當年的歷史遺跡，我感到非常榮幸。到了縣立廣島大學我也才發現他們有分國立和縣立，而我們去的是縣立廣島大學，其中還有三個校區。

在廣島交換中，我也學到了和聽語系息息相關的課程叫做「健康科學」，它是在學習利用有效且客觀的儀器評估吞嚥功能受損的人們適合哪一種質地的食物種類。其中一個小環節是讓我們自行測量自己舌頭的力量，利用「JMS 舌壓測定器」將舌頭頂住充飽氣的球來測量壓力。那個儀器比我想像中的還難頂，我發現我的力量也很小，測量結果只能吃布丁這種軟質食物，甚至不到一般正常值。

另外一堂跟我的系所相關的課程就是提供給日本患有讀寫障礙 (dyslexia) 的學齡小朋友們的一個網站—「Daisy」，它能利用真實人聲去朗讀課文，相比其他利用 AI 的網站，主要的優點就是能毫無錯誤的唸出漢字的發音，也能更貼近日本人講話的口音，這就是為什麼 Daisy text-book 適合正在語言發展的學齡小朋友們。老師介紹完後也讓我們試用看看 Daisy，我覺得這是一個很棒的體驗。

廣島大學還準備了許許多多的課程，例如物理治療課程、手畫日本扇子

、急救課程以及助產課程。其中最讓我感到有趣的是急救課程，我體驗到使用 BLS (Basic Life Support) 做急救的方法，也體會到護理人員真的非常辛苦，畢竟 CPR 是無法中斷的，一旦中斷病人就有命危的可能；而最讓我感到驚艷的就是助產課程，能有幸體會到媽媽生小孩的過程，因為親眼看過而感受到媽媽的偉大。

另外在體驗日本文化的活動中，我們穿了和服、體驗日本茶道以及空手道。這些活動都是我第一次體驗，對我來說真的非常新鮮。尤其茶道真的很考驗我們的忍耐程度，我非常敬佩那些能跪著做事情的人，我只要十分鐘就不行了，起來的時候腳都是麻的。在穿和服時，我發現真的非常繁瑣，束胸也束得很緊，我想這就是日本人保持優雅的關鍵吧！

除此之外，還有一天是去宮島的行程，在那邊吃了當地最有名的牡蠣飯，不管是用煮的還是用炸得，真的很鮮甜也很好吃；我還吃了紅豆口味的楓糖饅頭，也是當地很有特色的小吃。此外，宮島最有名的就是那個神社，我還在神社那裡求籤和買御守，體驗當地的文化。其中最令我神奇的是宮島路上很多鹿，牠們最喜歡白色的東西和紙，所以只要手上有紙就會靠近我們，甚至那些鹿還能把紙吃下去，讓我不禁懷疑牠們的胃是不是真的能消化。

其實廣島最為人知的就是當時二次世界大戰的原爆點，成為原子彈受災戶的廣島市民們到現在也還是心有

餘悸，我感到很榮幸能夠親耳聽到失還者的演講，演說她當時和她的家人們是如何經歷那個可怕的过程，在聽的同時也再次感嘆到核能的威力及可怕程度不是我們能想像出來的。當下的溫度高達 3000 度，欣慰的是生還者們一定都是不幸中的大幸，難過的是許多人喪生，沒有家園也失去了寶貴的家人，是廣島市民們永遠無法抹滅的痛。參觀廣島原爆紀念館時，我也對那些照片和留下的文字感到震驚，災民們不是流許多血就是身體殘缺，甚至還有人把掉出來的眼珠捧在手上。根據當時的記載，到處都是哭喊聲、救命聲等，是多麼得令人痛心啊！不僅這樣，原爆點當時屍骨全無，想找也找不到人，溫度已經高到都找不到骨頭了，建築物還會自焚，可怕的照片使我身歷其境，很難想像當時的災民們是怎麼挺過的.....。我想廣島創立紀念館的原因就是不想再讓這種事件發生吧，因為這種痛他們體會過所以會更加小心。

經過七天的相處，我和許多學伴也熟了許多，在最後閉幕式時也感到非常不捨，也相約對方一定要再到各自的國家旅遊。我這組的學伴們也都十分可愛，其中一個是中國人，一個是在臺灣待過一年的日本人，所以都能用中文溝通。最後交換禮物過程中，也收穫許多日本名產，更是交到很多朋友。

連續兩次的交換讓我對其它國家有更深的認識，走在日本街道對他們的乾淨和整齊程度感到嘖嘖稱奇，也真的體會到他們的禮貌，連飯店的人

員都會對經過的房客打招呼，這是我意想不到的事情。另外，老師學伴們都很熱心及很好相處，讓我對這次的經驗感到非常滿意，不僅收穫友情也收穫豐富的知識。我也要感謝我另外四個臺灣好夥伴，讓我在廣島充滿了美好的回憶，我認為這個暑假是我人生中最值得也最珍貴的一段回憶！



▲ 體驗 JMS 舌壓測定器



▲ 體驗日本茶室



▲ 手畫摺扇



▲ 宮島一日遊



▲ 我們 Group 1



▲ 在縣立廣島校區拍照



▲ 產婦課程



▲ 原爆點



▲ 和服體驗



▲ 生還者演講



▲ 體驗空手道