

教育部 – 學海築夢

112 年度學生出國實習心得報告



獲補助年度：112 年度

薦送學校：德明財經科技大學

系所年級：應外系日文組 三年級

中文姓名：陳冠妤

國外實習國家（含城市）：日本 長野

國外實習機構：リゾートホテル ローゼンハイム白馬

國外實習考評成績或評語：99 分

短片時間及標題：日本實習 1 分 34 秒

緣起

一直對於日本生活和文化很感興趣,總想著如果有機會一定要在日本生活看看,體驗日本美好獨特之處,而正好有了教育部給我們的這個機會可以看看外面的世界,也很開心能得到老師家人們的支持,也想藉由這次日本實習提升自己的口說能力、學習更多新知識好好地鍛鍊自己。期許能在這條充滿期待和渴望的道路上收穫一些寶貴的經歷和回憶。

國外實習機構簡介



ローゼンハイム白馬是一家位於長野縣的度假飯店,位於白馬山腳下,周圍環境優美,有著清新的空氣和壯觀的自然景觀。距離八方尾根滑雪場、名木山滑雪場僅步行 2 分鐘的優越位置。這家受歡迎的度假飯店擁有可一覽北阿爾卑斯山脈的天然溫泉和芬蘭桑拿以及舒適的客房、美味的料理和親切的服務而聞名,吸引了許多日本和國際旅客。

這次實習的飯店比起一般的飯店較小了點,但處處充滿了溫馨的氣息,對待客人也都像家人一樣相處,還能時常跟大家聚在一起,非常歡樂。



飯店門口

上班必經的大門，要在門口
清理好鞋子上的雪，才可以
踏進飯店。



飯店景色

每天都會時不時望向窗外，觀察
外面的景色，每看一次就被驚艷
到一次，天天都有驚喜。



客房

主要的工作就是清理客房，客人少的時候就會每人負責一層，掃到房型幾乎都要背起來了。



走廊與販賣機

有時泡完澡都會來這裡買冰吃，有次還跟新加坡客人坐在沙發邊吃邊聊。



溫泉澡堂

每天都泡得到熱呼呼的溫泉，還有桑拿，很療癒，沒有客人的時候還會在裡面唱歌。



員工宿舍

女生住在三樓，設備很齊全，但外面的洗手台沒有熱水，每次刷牙洗臉都快被凍傷，結束後趕緊衝回房間吹暖氣。



國外實習企業或機構之學習心得

在日本實習期間，我主要負責餐廳部門及客房服務。這些經歷讓我了解到飯店運營的不同方面。也從這次實習中學習到了時間管理和團隊合作的重要性。在忙碌的飯店工作環境中，高效的時間管理對於完成日常任務至關重要。此外，和來自不同背景的同事共事也讓我意識到，有效的溝通和理解是團隊合作成功的關鍵。

國外實習之生活經驗

日本與台灣的生活有些許差異，日本在時間觀念上特別守時，街道上也保持得很乾淨，不會有亂丟的菸蒂，到處都有販賣機，也體驗到了打開水龍頭就能喝水的便利，而最後幾天跟同學一起在日本走走逛逛，讓我更加愛上日本這個地方。



國外實習之具體效益

- 提升了日語能力：與日本同事和客人的交流使我的日語水平提高了一些，特別是日常會話和飯店專業用語。
- 學習了專業技能：通過實際操作和反覆練習，我掌握了客房整理、接待禮儀、餐廳服務等方面的專業技能，為將來的職業生涯奠定了堅實基礎。
- 增進了文化理解：生活在日本讓我更加了解和尊重日本的文化和生活方式，這對未來在跨文化環境中工作和生活非常有幫助。

感想與建議

這三個月的日本實習對我來說不長也不短但卻是一段難忘的旅程。也很慶幸當初把握了這個機會，才能遇見一些不同的人事物。在這三個月中我體會到了日本的工作文化和生活方式，包括對細節的重視、禮貌和溝通方式等等…這段時間讓我成長了很多，獲得了寶貴的經驗和技能，我相信這次的經驗會對未來職業生涯產生深遠的影響。

能有海外實習這個機會非常難得，最重要的就是要把握當下、好好享受，也要多與人交流，學習更多新事物，如果未來還有機會，還是會選擇踏出這一步，也謝謝這個計畫讓更多人實現自己的夢想。

(別紙2)

徳明科技大学応用日本語学科学学生校外インターンシップ
派遣先による評価表

学生氏名: 今川 康			
学籍番号: 011037147			
派遣先: 茨城県北安房郡白旗村八万3750 リゾートホテル			
派遣部門: リゾートホテル			
実習期間: *			
TEL (0261) 72-2073			
FAX (0261) 79-3766			
項目	評価項目	点数配分	得点
一	専門知識	10	9
二	学習態度	10	10
三	協調性	10	10
四	コミュニケーション能力	10	10
五	出勤状況	10	10
六	礼儀、身だしなみ	10	10
七	職務態度	10	10
八	積極性	10	10
九	チームワーク	10	10
十	責任感	10	10
総合得点		100	99
総合 評価 (建議)	派遣初日は日本語でしか話せませんでした。仕事をしていくうちに日本語での意思疎通が出来る様になりました。今は仕事を任せられる事が出来るまで成長し、今後この経験を生かしていきたいと思っています。いろいろな仕事にチャレンジして、経験を増やしていきたいです。		
採点者 署名	下川 昭美		