參加釜慶大學交換計畫心得報告

計畫名稱：學海飛颺

獲補助年度：114

薦送學校、系所、年級：國立臺灣海洋大學食品科學系大學部3年級

中文姓名：謝沁妤

研修國家(含城市)：韓國釜山

研修學校名稱：釜慶大學

國外研修成績：Genetics B/Basic Korean A+

短片標題及時間：釜慶大交換生活介紹(3分45秒)

實際研修期間：2026年2月23日至2026年6月29日，共127天

一、 緣起

從大學開始，我一直希望能夠到國外交換學習，不只是想體驗不同國家的生活，更希望能夠透過長時間在當地生活，真正了解不同的教育方式、文化以及研究環境。因此，在看到教育部學海飛颺計畫後，我便開始準備申請資料，希望能把握這次機會，讓自己跳脫熟悉的舒適圈，累積一段對未來有幫助的國際學習經驗。

身為食品科學系的學生，我一直對食品加工、食品安全、食品分析以及生物科技等領域很有興趣，也希望未來能繼續朝研究所或研究相關工作發展。近年來，韓國除了流行文化受到世界關注之外，在食品產業、發酵技術、機能性食品、食品包裝、食品安全管理及生物科技等方面也發展得相當成熟。韓國有許多知名食品企業，也投入許多資源在食品研發與創新。

釜慶大學在韓國是一所具有代表性的國立大學，其中海洋科學、水產科學、食品科學、生物科技及自然科學都是學校的重點發展領域，和我的科系有很高的相關性。尤其釜山是一座海港城市，擁有豐富的海洋資源，因此學校在水產品加工、海洋生物資源利用、食品品質分析及食品保鮮等方面都有相當豐富的研究成果。我希望能透過這次交換，更了解韓國在食品科學相關領域的研究方向，也期待未來能將所學應用到自己的研究中。

二、研修學校簡介

釜慶大學（Pukyong National University, PKNU，韓文：국립부경대학교）位於韓國第二大城市釜山，是韓國具有代表性的國立綜合大學之一。學校於1996年由歷史悠久的釜山水產大學與釜山工業大學合併成立，結合兩校在海洋、水產、工程及自然科學等領域的專業優勢，逐步發展成為兼具研究、教學與國際化特色的高等教育機構。釜慶大學秉持培育具有全球視野及專業能力人才的理念，積極推動國際交流，與世界各國多所大學建立合作關係，每年皆吸引來自不同國家的交換學生及國際學生前來學習。

釜慶大學主要分為大淵（Daeyeon）校區與龍塘（Yongdang）校區兩大校區。大淵校區位於釜山市南區，鄰近地鐵二號線及慶星大學、釜慶大學站，交通十分便利，步行即可抵達商圈、餐廳及生活機能完善的區域，距離廣安里海水浴場亦僅需十餘分鐘車程，因此深受學生喜愛。龍塘校區則以工學及部分研究單位為主，提供完善的研究設備與實驗空間。兩校區皆擁有寬敞舒適的校園環境、綠地空間及完善的教學設施，讓學生能在良好的環境中學習與成長。

校園內的各項設施亦相當完善，包括大型圖書館、自習空間、體育館、健身中心、學生宿舍、學生餐廳、便利商店、咖啡廳及醫療保健中心等，提供學生便利且舒適的學習與生活環境。學校周邊生活機能成熟，餐飲選擇豐富，交通便利，學生除了能專心學習外，也能深入體驗韓國的大學文化及釜山的城市特色。

三、研修心得

遺傳學是我此次修讀的專業課程之一，課程採用一半線上、一半實體授課的方式進行。課程講義為英文，但由於班上只有我一位國際學生，因此老師主要仍以韓文授課。剛開始上課時，需要同時適應韓文授課以及專業內容，對我來說是一項挑戰，但也因此增加了使用韓文學習專業知識的機會。考試時，老師允許我使用英文作答，讓我能夠更完整地表達自己對課程內容的理解。遺傳學的期中考試包含選擇題及簡答題，期末考試則以申論題為主，因此除了理解課堂內容外，也需要整理自己的想法並深入準備。課程中每週皆有作業需要完成，幫助學生複習與應用所學知識。食品科學領域中，無論是食品微生物、生物技術、基因工程或機能性食品研究，都需要遺傳學作為基礎。透過這門課程，我更加了解基因如何影響生物特徵與功能，也對未來進行食品相關研究有更深入的認識。

另外，我也修讀了基礎韓文課程。老師的教學方式活潑有趣，會利用生活化的例子幫助學生理解文法與單字，讓學習過程不會感到枯燥。課程教材採用首爾大學編寫的韓文教材，學生可以在校內書局購買使用。課堂除了學習基本韓文文法、單字及會話外，每週也會安排作業，讓學生能夠持續複習並實際運用所學內容。

四、研修期間之生活體驗

- 語學堂

語學堂除了學習文法、單字、聽力和閱讀之外，也很重視口說能力。課堂上常常需要和同學一起練習對話、討論或上台發表，因此有很多開口說韓文的機會。我覺得這樣的上課方式很有趣，也讓我比以前更有自信用韓文和別人交流。班上的同學來自不同國家，大家雖然有不同的文化背景，但都很友善。下課後，我們常常一起去吃飯、喝咖啡，或是到釜山不同的地方走走，假日也會相約出去玩。在聊天的過程中，除了可以練習韓文，也能了解其他國家的文化和生活方式，交到了許多很珍貴的朋友。

- iFriend

三月初舉辦了開幕典禮，讓交換學生和韓國學生互相認識，之後每個月都會安排小

組活動，像是聚餐、文化體驗或到不同地方走走，讓大家有更多交流的機會。除了學校安排的活動之外，我們有時候也會私下約出去吃飯、喝咖啡或一起到釜山各個景點遊玩。透過和 iFriend 的相處，我不僅更了解韓國的生活文化，也認識了許多來自不同國家的朋友，讓我的交換生活變得更加充實，也留下許多美好的回憶。

- 校園活動

釜慶大學經常舉辦各式各樣的校園活動，讓交換學生也能一起參與。我參加了國際交流活動、文化體驗活動以及校慶，不僅能認識更多來自不同國家的朋友，也能深入體驗韓國的大學文化。讓我印象最深刻的是學校舉辦的校園慶典。校園裡有學生社團表演、音樂演出、美食攤位以及各種體驗活動，整個校園充滿熱鬧的氣氛。與臺灣的大學相比，韓國的大學慶典規模較大，學生參與度也很高，讓我留下深刻印象。

- 其他城市旅遊

交換期間，我利用假日到韓國不同城市旅行，除了釜山之外，也去了首爾、大田、大邱、蔚山、慶州和巨濟島。每座城市都有不同的特色，首爾熱鬧繁華，慶州充滿歷史文化，巨濟島則有美麗的海景，讓我更認識韓國各地不同的風貌。

五、 研修之具體效益

1. 提升韓語能力與跨文化溝通能力

透過在韓國語學堂的學習以及日常生活中的實際運用，我提升了韓語聽、說、讀、寫能力，也增加了使用韓文溝通的自信。在交換期間，透過與韓國學生及來自不同國家的交換學生交流，培養了跨文化溝通能力，也更加了解不同國家的文化與思考方式。

2. 增進食品科學相關專業知識與研究視野

透過修讀遺傳學課程，讓我進一步了解基因調控、生物技術及相關研究方法。此課程與食品科學領域具有高度相關性，例如食品微生物、生物科技、基因工程及機能性食品等方向，能將所學應用於未來食品相關研究與發展。

3. 培養國際化學習能力與自主解決問題能力

在釜慶大學修課期間，曾面對以韓文授課的專業課程，需要在不同語言環境下理解課程內容。透過查找資料、整理筆記及準備考試，培養了自主學習能力，也提升了面對陌生環境時解決問題的能力。

4. 了解韓國食品產業發展與實務應用

交換期間，我參觀了釜山 BEXCO 舉辦的食品相關展覽，透過實際參訪了解韓國食品產業的發展趨勢。展覽中展示了許多食品加工技術、食品原料、機能性食品及創新食品產品，讓我能將食品科學所學與產業應用做連結。同時，也觀察到韓國食品產業對健康食品、便利食品及產品創新的重視，拓展了我對未來食品研發方向的想法。

5. 拓展國際視野並累積海外生活經驗

透過參與 iFriend 計畫、校園活動及韓國各城市旅遊，我深入體驗韓國文化與生

活方式，也認識來自不同背景的朋友。海外交換期間，從生活安排、課程適應到文化交流，都培養了我的獨立性與適應能力，讓我獲得課堂以外的重要成長經驗。

六、感想與建議

在韓國研修的127天裡，釜山逐漸成為了我心中第二個家。從一開始面對陌生環境的不安，到後來慢慢熟悉城市的生活節奏，這段交換經歷帶給我的不只是語言與專業上的成長，更讓我在人際交流、文化體驗以及自我探索中獲得許多珍貴的收穫。剛抵達韓國的第一個月，面對新的環境、新的語言以及不同的生活方式，其實充滿了緊張與不適應。每天都需要重新學習如何生活，從交通、購物到與他人溝通，都需要慢慢摸索。然而，隨著時間經過，我逐漸適應釜山的生活步調，也開始享受這座城市帶給我的安心感。原本陌生的街道、校園和經常經過的地方，也慢慢成為生活中熟悉的一部分。

交換期間，我在語學堂學習韓語，也參與 iFriend 計畫與校園活動，認識了許多來自不同國家的朋友。回想這127天，最珍貴的回憶並不是去了多少地方，而是遇見了哪些人。我們一起在學餐聊天、大笑，一起吃飯、喝咖啡、唱歌、打保齡球、觀看棒球比賽、拍紀念照片，也曾在海邊散步聊天到深夜。這些看似平凡的日常，最後都成為這段交換生活中最閃耀的回憶。

除了在釜山生活之外，我也利用假日到韓國不同城市旅行，包括慶州、首爾、大邱、大田、蔚山及巨濟島等地。透過探索不同城市，我更了解韓國各地的文化、歷史與生活特色，也培養了自己規劃行程、解決問題及獨立生活的能力。旅途中遇到的各種挑戰，也讓我更加相信自己有能力適應不同環境。

在這段交換經驗中，我認為最重要的事情就是「打開自己的心胸，主動踏出第一步」。剛開始來到陌生的國家時，害怕語言不足或不知道如何與陌生人相處是很正常的，但如果只是等待別人主動接近，可能會錯過很多珍貴的交流機會。我認為交換生活是否精彩，很大程度取決於自己是否願意主動認識新朋友。不論對方來自韓國、越南、俄羅斯或其他國家，只要願意交流，都能從彼此身上學習不同的文化與想法。同時，我也建議未來參加交換計畫的同學，不要害怕犯錯，要多練習使用英文與當地語言。即使一開始文法不完美、發音不標準，只要勇敢開口，就會在一次次交流中慢慢進步。

對我而言，廣安里海邊是這趟交換旅程中最特別的地方。那片海陪伴我度過許多時刻，無論是白天散步、夜晚吹海風，或是在面對未來的不確定時整理自己的心情，都留下了深刻的回憶。最後一次沿著廣安里海岸走回學校時，才真正感受到即將離開的不捨。原本習以為常的風景，也在離別前變得格外珍貴。

回想來韓國之前，我曾因為未知與不安而害怕，也曾懷疑自己是否能適應海外生活。但在離開的那一天，眼淚卻是因為不捨。這裡舒適的天氣、美麗的大海，以及一路上遇見的溫暖的人，都讓這127天變成一段無法取代的回憶。

這次交換經驗讓我了解到，海外學習不只是課堂上的知識，更重要的是在不同文化環境中成長。透過這段旅程，我提升了韓語能力、拓展國際視野，也培養了獨立生活與適應環境的能力。未來，我希望能繼續保持學習語言的熱情，也期待有一天能再次回到釜山，與曾經陪伴我的朋友們重逢。這段「부산에서 보낸 나의 첫 번째 봄」將永遠留在我的記憶中，成為支持我繼續向前的重要力量。

2026.02.23 - 06.29

六、 照片分享

<table>
<tr><td> </td><td>
</td></tr>
<tr><td>描述：釜慶大學校園</td><td>描述：語學堂結業</td></tr>
<tr><td>
</td><td> </td></tr>
<tr><td>描述：校慶活動</td><td>描述：Ifriend 聚會</td></tr>
</table>