參加泰國農業大學 學生出國實習
心得報告

獲補助年度：114 學年度

薦送學校、系所、年級：國立臺灣海洋大學食品科學系碩士班二年級

中文姓名：蔡巧琳

國外實習國家(含城市)：泰國曼谷

國外實習機構(中文及英文)：農業大學 Kasetsart University, KU

國外實習機構：Kasetsart University

短片時間及標題：03:16, 泰國農業大學實習 25/10~26/01

目錄

一、 緣起.....3

二、 國外實習機構.....4

三、 國外實習企業或機構之學習心得.....5

四、 國外實習之生活體驗.....8

五、 國外實習之具體效益.....10

六、 感想與建議.....11

一、 緣起

雖然總聽到身邊的長輩說：「如果在出社會前有機會的話，一定要出國去看看這個世界。」然而，因為課業的安排，我在大學期間始終沒有機會參加國外交換或實習。到了碩士階段，進入了劉修銘老師的實驗室後，因緣際會透過老師的牽線，我獲得了前往泰國曼谷農業大學食品科學系實習的機會。對於從未在國外長時間生活過的我而言，這是一次難得的機會：我能親身體驗異國生活，觀察不同的工作與學習方式，並與來自不同文化背景的人交流。想到能在出社會前真正走出舒適圈，感受不同國家的文化、習慣與生活節奏，我內心充滿期待，也決定把握這次寶貴的實習經驗。

二、 國外實習機構

泰國農業大學 (Kasetsart University, KU) 是泰國最著名且歷史悠久的公立大學之一，成立於 1943 年，是泰國第一所專注於農業科學的高等教育機構，至今已發展為涵蓋生命科學、工程、社會科學等多領域的大型綜合大學，在全國設有多個分校與研究單位，是泰國教育、科研與農業發展的重要搖籃，在區域與國際上均有良好學術聲譽。

其中，食品科學與技術系 (Department of Food Science and Technology) 為該校農產加工與食品科學領域的核心學術單位之一，也是泰國最早設立的食品科學系之一。該系自 1964 年開始提供食品科學相關課程，培育具備食品化學、微生物學、食品加工、品質安全與創新能力的專業人才。課程涵蓋食品分析、加工工程、食品安全與品質管理等核心領域，重視理論與實務的結合，旨在讓學生具備在食品產業、研究機構及政府單位工作的能力。

食品科學系的研究與教學不僅限於傳統食品加工領域，也與國內外食品產業及研究機構合作，推動食品安全、創新產品開發與品質改善等專題研究。此外，系上積極促進國際交流與合作，提升了學生的全球視野與專業競爭力。

三、 國外實習企業或機構之學習心得

這次有幸前往泰國曼谷的 Kasetsart University (農業大學) 食品科學系，於 Nat 老師的實驗室進行兩個月的實習。這段實習經驗雖然充滿挑戰，但也讓我獲得寶貴的學習與生活體驗，對我專業能力、獨立思考與文化觀察有了深刻的啟發。

實習初期，我主要負責木葡聚醣 (xyloglucan) 的凝膠實驗，透過調整水溫及轉速，以及添加醣類，測試其是否會凝膠。但由於原料尚未純化，實驗在初期面臨一定的困難。因為總是失敗，所以我與同學必須自行查閱文獻、理解材料特性，並嘗試調整條件，最後則是以添加酒精來完成凝膠實驗。雖然過程中遇到不少挑戰，但也正因如此，我學會了如何判斷實驗合理性、分析可能影響結果的因素，以及在有限資源下找到解決問題的方法。這段經驗強化了我的自主學習能力，也讓我更了解研究工作中靈活應變的重要性。

添加酒精成功的木葡聚醣凝膠。

除了主要實驗外，我也會協助實驗室進行各項工作。例如削芒果並裹上糖漿後送入急速冷凍、抹平木葡聚醣原料泥送入熱風乾燥機等，看似簡單但仍需要細心與耐心。在完成這些工作時，我感受到實際參與實驗流程的成就感與實務經驗的累積。此外，某些重複性操作，如協助秤重益生菌藥錠或連續攪拌米漿產品，

也讓我學會在單一流程中保持專注的重要性。

裹糖漿後即將冷凍的芒果切片。

秤量益生菌藥錠。

鋪平木葡聚醣原料泥。

不同配方的米漿。

實習期間，我們有幾天被安排至校內食品工廠協助作業，這成為我印象最深刻且愉快的經驗之一。其中一天協助包裝以黃豆粉製成的素肉條，雖然需長時間接觸高溫產品，但工廠的學長姐熱心指導機器操作，並主動協助拍攝紀錄影片，讓我體驗到合作與學習的樂趣。另一天協助餅乾部門包裝工作，現場的叔叔阿姨們十分親切，並在結束時分享椰子蛋糕與工廠出產的餅乾，讓我在實習中感受到溫暖的人際互動與善意，也體會到良好的工作氛圍對學習的重要性。

包裝素肉條的流程。

總結來說，這段時間讓我學會在不同研究環境中保持自主性、耐心與觀察力，理解工作不只是完成實驗，更包括分析問題、修正流程、與他人協作及持續思考。透過參與各種實驗，我累積了豐富的實務經驗，也提升了獨立解決問題的能力，這些能力將成為我未來專業發展的重要基礎。

四、 國外實習之生活體驗

在生活與文化體驗方面，我十分喜歡農業大學的環境，校園廣大、到處充滿大樹與溪流，還有湖泊。每天下午搭校車回校門口時，夕陽映照在湖面上的景色，成為我難以忘懷的畫面。除此之外，校園食堂的海南雞飯阿姨或泰式奶茶阿姨也讓我的生活增添溫暖，雖然我們的泰文還很生疏，但他們還是充滿耐心地回應，也給予我們很多鼓勵，還會偷偷多給我們幾塊肉。這些日常互動讓我感受到被接納與關懷，也讓我對異地生活有更深刻的理解與體驗。

學校裡的風景。

親切的海南雞飯叔叔阿姨。

讓我感到意外的是，泰國人都很早吃午餐，大約是早上十一點，甚至是十點半，他們就會去買午餐。泰國的食物有很多沾醬，對於不喜歡沾醬的我來說，在還不習慣的時候是很折磨的一件事情，但是現在的我可以吃得很開心！不過雖然很多醬看起來都不會辣，但吃下去都會辣到肚子不舒服，或許對於泰國人來說，辣椒就是生活吧。他們與很喜歡很甜的飲料或是甜點，雖然總是跟阿姨說要少糖，但還是超甜的。而他們的小吃攤除了可以自己加醬料以外，也可以自己加糖，當地人都會在船麵或炒粿條中加多勺糖，而對於我來說，船麵跟炒粿條本來就算是偏甜的食物，真是有趣的發現。而因為在熱帶區域，水果的價格都非常便宜，一顆現切的芭樂跟半顆現切的鳳梨只要 40 泰銖，配上當地有點辣辣的糖粉，真的是超級美味！

超辣學餐船麵。

學餐海南雞飯。

而一開始泰國校方就有告知我們需要找靠近地鐵站或空鐵站的住宿，因為曼谷非常會塞車，GOOGLE 上的公車行駛時間都是騙人的，到當地完全可以理解他們在說甚麼，這輩子第一次看到完全不會動的車陣，比台北還要誇張！所以我們叫過摩托計程車，他們超會鑽，雖然有點危險但可以非常快的抵達目的地。嘟嘟車也是曼谷交通的選擇之一，因為聽說當地的嘟嘟車都會看乘客是不是外國人而調整價格，所以我們用當地的 APP 叫嘟嘟車，真是方便又便宜！

校車亭。

上班時間的地鐵站。

五、 國外實習之具體效益

1. 加強口語會話能力

   在實習期間，我需要使用泰文跟小吃店阿姨跟校園人員溝通，雖然起初語言能力有限，但經過每日交流與點餐練習，我的口語表達能力明顯提升，能更自然地與他人互動，增強跨文化溝通的信心。

2. 培養獨立思考性

   面對實驗材料與操作流程上的困境，我學會主動查閱文獻、分析問題並提出改進方案。在缺乏直接指導的情況下，我逐漸培養了自主解決問題的能力，能獨立完成任務並理解科學原理。

3. 增加環境適應力

   實習期間，我需要適應不同的工作環境，包括設備有限的實驗室與校內工廠，並與不同文化背景的人合作。這過程讓我學會靈活調整自己的工作方式與心態，有效應對環境變化與挑戰。

4. 認識新文化

   在曼谷生活的兩個月中，我體驗到當地的生活習慣、飲食文化與校園氣氛，透過與當地師長、同學與阿姨們互動，我對泰國的文化與生活方式有了更深刻的理解，也學會欣賞異地的價值觀與人情味。

六、 感想與建議

我非常感謝劉修銘老師給予我這個寶貴機會，讓我能夠親身體驗不同的城市生活與工作環境。雖然過程中有挑戰與需要適應的地方，但這些經驗不僅增進了我的專業能力與自主性，也拓展了我對跨文化工作環境的理解。我喜歡曼谷的天空、河流與貓咪，更喜歡這裡的人與熱情文化，以及讓我難以忘懷的食物風味。這些生活體驗與學習經驗，使我對研究、工作及生活有了更全面的認識，也為我未來的學習與發展奠定了堅實的基礎。衷心建議大家，去泰國務必學習不要辣椒的泰文，不是不要辣，因為就算說不要辣，還是會出現辣椒，那是他們對於辣椒的執著！！！

INSTITUTE OF FOOD RESEARCH AND PRODUCT DEVELOPMENT (IFRPD)
KASETSART UNIVERSITY, 50 NGAMWONGWAN ROAD, LADYAO, CHATUCHAK, BANGKOK 10900 , THAILAND
TEL. (66-2) 9428629 FAX. (66-2) 5611970 Website: http://www.ifrpd.ku.ac.th/

Our Ref.IFRPD 017/2025 December 30, 2025

To Whom It May Concern

The Institute of Food Research and Product Development (IFRPD), Kasetsart University, would like to certify that Ms. Chiao-Lin TSAI, a student from the National Taiwan Ocean University (NTOU), have entered into an internship at IFRPD during November 3, 2025 to December 30, 2025. She has been under the supervision of Dr. Titaporn Tumpanuvatr, a Researcher (Professional Level) at the Food Processing and Preservation Department.

I hereby certify the above mentioned are true and correct.

Sincerely yours,

Asst. Prof. Krit Won-in, Ph.D.
Vice President for Innovations and Social Missions
Acting Director