

## โครงการแลกเปลี่ยน TOHOKU UNIVERSITY (IPLA)

สวัสดิ์คะดิฉันชื่อ นางสาวอิสรินญา มิตรน้อย เรียนอยู่ชั้นปีที่4 คณะบริหารธุรกิจญี่ปุ่น สาขาการเงิน ดิฉันมีโอกาสได้มาแลกเปลี่ยนที่มหาวิทยาลัยโทโฮคุ เป็นเวลา1ปี มหาวิทยาลัยโทโฮคุถือว่าเป็นมหาวิทยาลัยที่มีชื่อเสียงอันดับ1 ในภูมิภาค TOHOKU เลยก็ว่าได้ ฉันรู้สึกเป็นเกียรติอย่างสูงที่ได้รับเลือกให้มาแลกเปลี่ยนที่มหาวิทยาลัยแห่งนี้ การมาอาศัยอยู่ที่ประเทศญี่ปุ่นมีหลายอย่างที่ต้องปรับตัวเนื่องจากเป็นครั้งแรกที่ได้ออกมาลองใช้ชีวิตคนเดียว ที่พักที่เลือกมาอยู่คือ Tohoku University House Sanjo II หอนี้ในชั้นจะมี 2 ยูนิท ใน 1 ยูนิท จะมี 8 ห้อง ห้องครัว ห้องอาบน้ำและห้องน้ำใช้ร่วมกัน

### ห้องนอน



ห้องอาบน้ำ/ ห้องน้ำ /ห้องครัว



การปรับตัวอย่างแรกเลยคงเป็นอากาศ เพราะสภาพภูมิอากาศที่นี่ค่อนข้างหนาว เนื่องจากอยู่แถบตอนเหนือของประเทศญี่ปุ่น ซึ่งต่างจากประเทศไทยที่ไม่ว่าจะหน้าไหนก็ร้อนตลอด ตอนมาถึงก็เป็นหัดไปอยู่หลายเดือนแต่ดีที่มหาวิทยาลัยมีประกันสุขภาพไว้ให้ ถ้าเราไปโรงพยาบาลเราออกค่ารักษาพยาบาลแค่ 30%ของค่าใช้จ่ายและมหาวิทยาลัยได้จัดคิวเตอร์ไว้ให้ โดยคิวเตอร์จะเป็นนักเรียนญี่ปุ่นที่คอยให้ความช่วยเหลือเราในเรื่องการบ้าน(วิชาภาษาญี่ปุ่น) การทำบัตรประชาชน การลงทะเบียนเรียน พาไปซื้อของใช้ หรือ เวลาเจ็บป่วยก็พาไปหาหมอ เรียกได้ว่าเป็นทั้งเพื่อนและคนที่คอยให้คำปรึกษาในทุกเรื่อง



การปรับตัวอย่างที่สองคือ การใช้ภาษา แน่นอนว่าการมาอาศัยอยู่ที่ประเทศญี่ปุ่นจำเป็นต้องรู้ภาษาญี่ปุ่นเบื้องต้นซึ่งอาจจะเป็นข้อได้เปรียบสำหรับพวกเราที่ได้เรียนภาษาญี่ปุ่นมาจากที่มหาวิทยาลัยบ้างแล้ว แต่เมื่อเปิดเทอมส่วนใหญ่ในห้องเรียนจะใช้ภาษาอังกฤษเป็นส่วนใหญ่ และใช้ในการสนทนากับเพื่อนไม่ว่าจะเป็นการทำงานกลุ่ม พบปะสังสรรค์ เพราะส่วนมากนักเรียนแลกเปลี่ยนที่มาค่อนข้างไม่มีพื้นฐานภาษาญี่ปุ่นเลย จากประสบการณ์คิวเตอร์คนญี่ปุ่นมักจะเข้าไปคุยกับชาวต่างชาติเป็นส่วนใหญ่เนื่องจากต้องการฝึก



ภาษาอังกฤษของตัวเองให้ดียิ่งขึ้นไป สำหรับฉันแล้วการมาที่นั่นฉันต้องการพัฒนาภาษาญี่ปุ่นของฉันให้ดีขึ้น เหมือนกัน ซึ่งถือว่าเป็นเรื่องที่ดีที่ได้ใช้ทั้งภาษาอังกฤษและภาษาญี่ปุ่น



การปรับตัวอย่างที่สองคือการดำรงชีวิต เมืองเซนไดขึ้นชื่อเป็นเมืองแห่งต้นไม้ มีธรรมชาติที่ร่มรื่นการเดินทางในเมืองสามารถใช้ได้ทั้งรถบัส รถไฟ รถไฟใต้ดิน รถจักรยาน รถบัสจะมีเวลาวิ่งซึ่งจะวิ่งตามตารางเวลาเรียกว่าตรงเวลามาก ส่วนรถไฟและรถไฟใต้ดินจะวิ่งถึงเที่ยงคืน ซึ่งตัวดิฉันเองก็ใช้รถจักรยานในชีวิตประจำวัน เพราะนอกจากสะดวกแล้วยังสามารถไปได้ทุกที่ทุกเวลาอีกทั้งยังสามารถประหยัดค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันได้ ที่เมืองมี Supermarket อยู่หลากหลายแต่ที่ฉันชอบไปซื้อของมาทำอาหารนั้นชื่อว่า Seiyu อยู่ใกล้ๆกับหอ สามารถปั่นจักรยานไปได้ ถือว่าเป็นร้านที่ขายของถูกร้านหนึ่งเลยก็ว่าได้ มีของให้เลือกซื้อมากมายเช่น ของคาว ของหวาน ขนม เครื่องใช้ในครัว เครื่องใช้ในบ้าน ที่สำคัญเปิด 24 ชั่วโมง หิวเมื่อไหร่หรือขาดอะไรก็สามารถปั่นจักรยานมาซื้อได้เลย





## วิชาเรียน

ใน 1 เทอม ต้องลงเรียนขั้นต่ำ 13 หน่วยกิต ซึ่งก็จะมีวิชาให้เลือกมากมาย วิชาที่ฉันได้ลงเรียนและรู้สึกว่ามี ความภาคภูมิใจเพราะได้มีส่วนร่วมในงานเทศกาลที่ยิ่งใหญ่ของเมืองเซนไดถึง 2 งานเลยคือ เทศกาล Sparrow Dance และ Tanabata ซึ่งทั้ง 2 งานนี้ฉันและเพื่อนๆชาวต่างชาติได้ช่วยกันแสดงการเต้นและออกแบบ decoration ตกแต่งในเมืองและได้รับรางวัลเหรียญทองแดง ซึ่งฉันรู้สึกภูมิใจมากเพราะมีหลากหลายเขต มากที่ส่งเข้ามาประกวดและแบบที่พวกเราช่วยกันออกแบบและลงมือปฏิบัติจะได้รางวัล ละยังมีวิชา อื่นๆที่ได้ลงมือปฏิบัติจริงในสถานที่จริง เช่น การไปดูการผลิตกระดาษสา ตลอดจนไปเป็นอาสาสมัคร ช่วยเหลือผู้สภภัยสึนามิเมื่อปีก่อน การไปเรียนชงชา ดูการแสดงกลองไทโกะ การเรียนที่นี้จะเน้นการ Discuss เป็นส่วนใหญ่ เพราะต้องการให้แต่ละประเทศได้แสดงความคิดเห็นของประเทศตัวเองออกมา และ เพื่อให้ประเทศอื่นๆได้รับรู้ถึงวัฒนธรรมความเป็นอยู่ ตลอดจนความคิดและอุดมการณ์











## สิ่งที่ได้รับจากการมาแลกเปลี่ยนครั้งนี้

การมาแลกเปลี่ยนครั้งนี้ถือเป็นประสบการณ์ที่มีค่ามาก ดิฉันได้เรียนรู้วัฒนธรรมของญี่ปุ่นมากมายเช่น การเขียนฟูกัน การแต่งชุดกิโมโน ชุดยูคาตะ การใช้ตะเกียบทานอาหาร การเรียนศิลปะป้องกันตัว (คาราเต้) วันสำคัญต่าง และยังเป็นสิ่งที่ช่วยให้ดิฉันพัฒนาทักษะภาษาญี่ปุ่นและภาษาอังกฤษได้เป็นอย่างดี เพราะในชีวิตประจำวันเราต้องใช้ภาษาญี่ปุ่นในการสื่อสารถึงแม้บางครั้งดิฉันจะไม่มั่นใจว่าใช้ภาษาได้ถูกต้องหรือไม่แต่เพราะมีเพื่อนๆคอยช่วยเหลือ มีการแก้ไขและบอกว่าตรงนี้ควรใช้ประโยคนี้พูดจะดีกว่า ทำให้ดิฉันมีความกล้าที่จะพูดออกไปไม่เพียงแต่ภาษาญี่ปุ่นภาษาอังกฤษก็เช่นกัน นอกจากภาษาแล้วดิฉันยังได้รู้จักกับเพื่อนๆหลากหลายเชื้อชาติ ได้ร่วมมือกันปฏิบัติงานต่างๆ ได้รู้ถึงมุมมองของประเทศอื่น ได้นำเอาวัฒนธรรมไทยมาเผยแพร่ เช่น การไหว้ การพูดภาษาไทย ชุดไทย อาหารไทย เป็นต้น ถึงแม้ดิฉันและเพื่อนๆจะเรียนจบโครงการนี้ไป แต่พวกเราก็ยังติดต่อพูดคุยกันอยู่บ่อยๆ ได้ทั้งเพื่อนใหม่ ความรัก ความสามัคคี และความช่วยเหลือซึ่งพากัน แลกเปลี่ยนวัฒนธรรม ดิฉันรู้สึกขอบคุณ โอกาสดีๆ ที่ดิฉันได้รับและคิดว่าดิฉันจะนำเอาความรู้ที่ได้จากการเรียนรู้และลงมือปฏิบัติมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันต่อไป

