

สวัสดีค่ะ! สำหรับน้องๆที่จะสนใจไปศึกษาต่อ พี่ชื่อจูน อยู่BJ เรื่องราวที่จะเขียนต่อไปนี้ เป็นประสบการณ์ตอนที่ไปแลกเปลี่ยน ระยะเวลา 1 ปี ที่มหาวิทยาลัย Shinshu เมืองมัตสึโมโต้ จังหวัดนากาโนะ

ก่อนอื่นขออธิบายชั้เล็กน้อย นากาโนะ เป็นจังหวัดที่อยู่ห่างจากโตเกียวประมาณ3-4ชั่วโมง ญี่ปุ่นขนานนามให้จังหวัดนี้เป็น 宇宙県 เป็นจังหวัดที่มองดาวสวยมากที่หนึ่ง ถ้าในมุมมองธรรมชาติละก็ จังหวัดนี้มีครบมาก มัตสึโมโต้เป็นอำเภอเล็กๆ ในนากาโนะที่มีวัฒนธรรมที่โดดเด่น ธรรมชาติสวย มีปราสาทมัตสึโมโต้ที่เป็นมรดกอันล้ำค่าของคนญี่ปุ่น เมืองนี้เน้นธรรมชาติมากๆ ห้างใหญ่ๆหลักๆก็จะมีแค่ AEON กับ Parco ซึ่งอยู่แถวๆสถานีรถไฟ สถานที่ท่องเที่ยวเด่นๆนอกจากปราสาทก็จะมี แอลป์ พาร์ค ที่ราบสูงต่าง มี คามิโคจิด้วย อันนี้แนะนำว่าถ้ามาให้ไปตอนฤดูใบไม้ร่วง สวยยยยมาก



(ปราสาทมัตสึโมโต้ หน้าหนาว)

เมื่อเราไปเรียนแลกเปลี่ยนที่นี่ กิจกรรมสำหรับเด็กแลกเปลี่ยน ส่วนใหญ่**ฟรี** และที่ไม่ฟรีก็**ถูกมาก** เข้าพิพิธภัณฑ์หรือหอศิลป์ก็ไม่เสียค่าใช้จ่าย ได้ความรู้ด้วย กิจกรรมฟรีๆสำหรับเด็กแลกเปลี่ยนก็มี อย่างเช่น บัตรคอนเสิร์ตฟรี (ไม่ใช่คอนเสิร์ตดีดๆนะ) หรือว่าเชิญเข้าร่วมคลาสเรียนทำอาหารกับคนญี่ปุ่นฟรี พิธีจัดดอกไม้ที่โรงแรมหรูๆ แบบนี้ (แนะนำว่าให้เตรียมเสื้อดีๆแพคใส่ไปซักชุดสองชุด)

กิจกรรมแบบเสียเงินก็จะมีประเภทเที่ยวเป็นทัว ไปกับเด็กแลกเปลี่ยน เช่นเซ แล้วก็ได้กับญี่ปุ่น เช่นไปคามิโคจิหรือว่าคิริกามิโคเกิน หรือว่าไปเล่นสกี เป็นต้น (รูปอยู่น้าถัดไป)



อยู่มัตสึไม่ได้มีอะไรให้ทำเยอะมาก สำหรับคนที่ชอบโซนในเมือง ชอบช้อปปิ้งอาจจะดูน่าเบื่อ แต่สำหรับคนที่ชอบไปเดินเล่น ดูวัฒนธรรมต่างๆ บอกเลยว่าน่าสนใจมาก แต่ละเดือนจะมีเทศกาลแตกต่างกันไป บางเทศกาลใหญ่ที่จนจัดแบบปิดถนนไปจนถึงเทศกาลเล็กๆ ที่เดินผ่านแล้วพั่งรู้ว่าจัดก็มี เทศกาลต้องตามเก็บให้ครบ สนุกดี นอกจากนี้ เดินเล่น ปีนเขา ชมวิว ชมหิ่งห้อย ดูเทศกาลดอกไม้ไฟ ก็ทำได้ ที่ให้แฮอนเซ็นก็มี อยากรู้อะไรเพิ่มเติม ในอินเทอร์เน็ตมีทุกอย่าง ลองหาดู

เกี่ยวกับการใช้ชีวิต มาเรียนคนเดียว ไม่ต้องกลัวเหงา ไม่ต้องกลัวเวลาทำเรื่องทำเอกสารแล้วจะลำบาก เพราะว่าที่มหาลัยเค้าจะจัดติวเตอร์มาให้เรา 1 คน ซึ่งเป็นคนญี่ปุ่น ติวเตอร์คนนี้จะช่วยเราในหลายๆ เรื่อง เช่น การไปทำเรื่องที่อำเภอ เปิดบัญชีธนาคาร การจ่ายค่าน้ำค่าไฟ การลงทะเบียนเรียน ช่วยสอนภาษาญี่ปุ่นเราด้วย อาทิตย์นึงทางมหาลัยจะบังคับว่า ต้องเจอกับติวเตอร์อย่างน้อย 1-2 ครั้ง



ในรูปนี้ถ่ายกับติวเตอร์ เจอกันอาทิตย์ละ 3 ครั้งเพราะมันสนุกมากจริงๆ

นอกจากติวเตอร์แล้ว ถ้าเราได้อยู่หอที่ International House (ปกติเรียกกันสั้นๆว่าไคคัง 会館) ก็จะได้รับข่าวสารต่างๆ ว่าเป็นพิเศษ ที่ไคคัง จะมีแต่เด็กต่างชาติ มี 3 ชั้น รวมประมาณ 60คน ส่วนใหญ่ผู้หญิงจะได้อยู่ชั้นบนๆ ค่าเช่าถูกมากๆ ในห้องมีครัวเล็กๆ แล้วก็ม็องน้ำให้ จะแนะนำว่าช่วงที่หนาว พยายามอย่าใช้ฮีตเตอร์ของไคคัง เพราะมันใช้แก๊ส และมันก็แพงงงมากๆ ไปซื้อมือ2หรือซื้อฮีตเตอร์ไฟฟ้าดูๆดีกว่า นอกจากนี้ ในตึกก็จะมีเลาจ์ มีห้องอ่านหนังสือ ห้องทำอาหาร ให้ใช้ด้วย รอบที่ไปมาเด็กนานาชาติมาก มีเยอรมัน รัสเซีย อเมริกา ฮอลแลนด์ อิตาลี เวียดนาม เกาหลี อียิปต์ มองโกเลีย

ฝรั่งเศส เนปาล เยอะแยะ! เพราะฉะนั้น ไม่ต้องกลัวว่าไปญี่ปุ่นแล้วจะลืมภาษาอังกฤษ เพราะนักวิจัยที่ได้มาเรียนที่นี่ส่วนใหญ่พูดภาษาญี่ปุ่นไม่คล่อง แต่อังกฤษไฟแลบ ไปฝึกกับพวกเค้าได้



อันนี้บรรยากาศในเลาจ์ หรือห้องไว้พักผ่อนนั้นแหละ หน้าหนาวมีพรมไฟฟ้ากับผ้าห่มให้ด้วย ผู้ดูแลหอน่ารักมาก

พูดถึงหน้าหนาว **ขอเตือนเลย หนาวมาก ๆ** ตอนที่ไป หนาวสุดคือ **-15** องศา สำหรับคนที่ไม่เคยผ่านหน้าหนาวที่ต่างประเทศจะสะท้อนมาก (แบบเราเอง) หนาวแบบใส่เสื้อสี่ชั้นไม่อุ่น มีถุงมือก็ยังหนาว ใส่ผ้าใบแล้วก้าวเท้าไม่ออก เวลาเข้าห้องน้ำแล้วปลดกระดุมกางเกงไม่ได้เพราะมือแข็ง มันแบบนั้นเลย

มันหนาวมากจริงๆ

แต่ช้ำก่อน ถ้าคิดว่าจะซื้อเสื้อ จะขนเสื้อมาเยอะๆ ไม่ต้อง! มาซื้อมือ2ใส่เอา ถูกมาก และคุณภาพดีด้วย (ที่ Hard-off สถานีฮิราตะ จากมัตสึโมโต้ถัดไป2สถานี) รอดจากญี่ปุ่นมาได้ก็ต้องขอบคุณร้านนี้แหละ ไม่ใช่แค่เสื้อผ้านะ ฮีทเตอร์จักรยายน มีหมด แต่อยากแนะนำให้ซื้อรองเท้าที่เอาไว้ใส่ลุยหิมะ เพราะว่าใส่ผ้าใบมันลื่น มันเป็ยกด้วย แต่ใครทรงตัวดี จะซื้อแค่สเปรย์กันน้ำไว้ฉีดรองเท้าก็ทำได้นะ

ที่ไคคัง ผนังบางมาก ทำยังไงก็ไม่อุ่น ถ้ามีตั้ง ซื้อผ้าห่มไฟฟ้ามาใช้ป้อนจะช่วยได้เยอะมาก มีวันหนึ่งตื่นมาแล้วเปิดประตู ห้างออกไปข้างนอกไม่ได้ งง พอดูทีวี ประตูน้ำแข็งเกาะจ๊ะ! น้ำตาจะไหล ต้องแบกฮีทเตอร์มาจ่อ ขำก็ขำ หนาวก็หนาว ละ หน้าหนาวนี้ห้ามผมเปียกออกนอกบ้านนะ เพราะอะไรนะหรือ เพราะมันจะแข็ง ถามว่าทำไมไม่รู้? เคยลองแล้ว



หนาวจะเยือกจนลำธารแข็ง หินป่าน้ำแข็งไม่แตก (เดินได้)

ใครไปก็ ขอให้สู้ นะคะ เพื่อนฝรั่งบอกว่า ที่นี่หนาวกว่าบ้านเกิดเค้าอีก ฟังแล้วคนมาจากประเทศร้อนแบบเราๆ ได้แต่ยิ้มสู้

จบกับหน้าหนาวไป ลืมบอกไปเลยว่า ค่าใช้จ่ายต่างๆเป็นยังไง ถ้าประหยัด เดือนละ 6-8หมื่น ก็พอแล้ว ส่วนใหญ่มันจะแพงค่าอาหาร ถ้าขยันหน่อย ทำกับข้าวเองก็จะประหยัดลงเยอะ แต่เราอาบน้ำนาน ทำกับข้าวบ่อย ค่าน้ำกับค่าแก๊สก็จะสูงหน่อย แต่ค่าไฟธรรมดา

เวลาทำกับข้าวเอง ต้องซื้อของ ช่างๆไคคังจะมีซูเปอร์ซี้อ เดลิเวีย อยู่ติดกันเลย สะดวก แต่ว่าถ้าเดินไปไกลหน่อย จะมีซูเปอร์อีกที่ ชื่อเซยู ถูกมาก ถูกกว่าเดลิเวียเยอะ เมื่อก่อนขยันไปมาก เพราะออกไถ่ถูกกว่า

ใครมีจักรยานจะสะดวกกว่า บ่นไปไหนก็ง่าย แต่ช่วงหิมะตกจะลื่นหน่อย โดยเฉพาะตรงสะพานข้ามแม่น้ำ ก่อนถึงเซยูมีร้านจักรยานมือ2 ราคาไม่แรงมาก หรือลองถามคนในไคคังก่อนก็ได้ ใครไม่เอาจักรยานแล้ว

นอกจากฤดูหนาว อีกฤดูหนึ่งที่มีปัญหาคือ ฤดูร้อน มักร้อนแบบไม่มีลม ใช้พัดลมก็เป็นลมร้อน ไปเดินเล่นก็ทรมาน ใครที่ผิวคล้ำง่าย อย่าลืมทาครีม แดมัตสึโมโต้แรงมากจริงๆ รถบัสก็มาไม่ค่อยตรงเวลา บางทีต้องเดินไปสถานี เดี่ยวไม่ทันรถไฟ

ญี่ปุ่นรอบที่ไปมานี้ เจอคลื่นความร้อน คนญี่ปุ่นเข้าโรงพยาบาลกันหลายรายมาก ต่อให้เรามาจากประเทศร้อน ก็ห้ามประมาทกินน้ำเยอะๆ ใช้พัด อย่าฝืนร่างกายตัวเองนะจ๊ะ ถ้าอาบน้ำระหว่างวัน ถึงจะเป็นหน้าร้อน แต่น้ำมันยังเย็นมาก ต่ำกว่าศูนย์ เพราะฉะนั้น เปิดน้ำอุ่นอาบ ถือเป็นเรื่องปกติ

ต่อไป เรื่องการเรียน

พอมาถึง สิ่งที่ได้จะทำคือ สอบแบ่งคลาส เรียงจากคลาสเบื้องต้นสุดๆคือ A B C1 C2 D E และคลาสพิเศษ คือคลาส F

คลาส A-C1 ลงเรียนได้ตามที่มหาวิทยาลัยกำหนดไว้ ใครยากลงเรียนเพิ่มลงไปต่อตรงกับอาจารย์ที่ปรึกษาดู ส่วนคลาสC2ขึ้นไป สามารถลงเรียนวิชาทั่วไปกับคนญี่ปุ่นได้ อย่างตอนที่เราไป สอบได้คลาส D นอกจากเรียนภาษาญี่ปุ่นกับเด็กแลกเปลี่ยนแล้ว ยังสามารถลงเรียนกับคนญี่ปุ่นได้ด้วย ส่วนเทอมหลังโดนไล่ออกไปอยู่คลาส F คลาสนี้จะให้ลงวิชาได้ตามใจชอบ ไม่มีตัวบังคับลงแล้ว เรียนอะไรก็ได้ (ยกเว้นภาษาอื่นนอกเหนือจากญี่ปุ่น)

บางที่อาจารย์จะให้ส่งกรบ้านใน eAlps คล้ายๆ Regบ้านเรา ถ้างกก็ลองถามติวเตอร์ดู ไม่ยาก หรือถ้าใครมีปัญหาอะไร เจ็บป่วย ของหาย อยากได้อะไร ขึ้นตึกเรียนGEC ไปชั้นสองห้องกระจก เค้ามี่หน่วยงานซัพพอร์ตเด็กต่างชาติอยู่ รับประกันว่าใจดีทุกคน

สุดท้ายนี้ ใครไปเรียนก็ขอให้สู้ มัตสึโมโต้มันดีจริงๆ อยากให้ไปสัมผัสกันเยอะๆนะ

