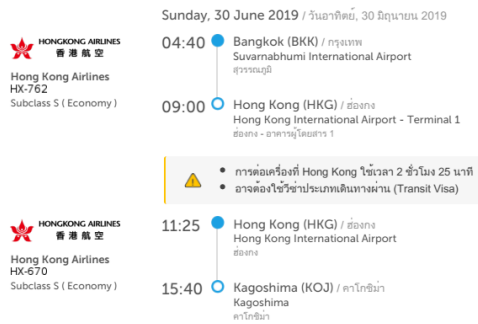


## รายงาน Short – Term Exchange Study National Institute of Technology, Miyakonojo College

ระยะเวลา 54 วัน วันที่ 1 กันยายน พ.ศ. 2562 - 23 สิงหาคม พ.ศ. 2562

เริ่มต้นเดินทางโดยจองตั๋วสายการบิน Hongkong Airlines ด้วยเว็บไซต์ Traveloka จากท่าอากาศยานสุวรรณภูมิไปท่าอากาศยานคาโงชิมะ โดยออกเดินทางวันที่ 30 กรกฎาคม จัดกระเป๋าโดยการทำยารักษาโรค, ของใช้ส่วนตัว, เสื้อผ้า และสิ่งของที่จำเป็นไปด้วย แต่ไม่ต้องเอาไปเยอะ สามารถหาซื้อของใช้ทั่วไปได้ที่ร้านขายของ 100 เยนที่ญี่ปุ่นได้



ตัวอิเล็กทรอนิกส์ ขาไป

แวะพักที่ท่าอากาศยานนานาชาติฮ่องกง 2 ชั่วโมง ก่อนเดินทางต่อไปยังประเทศญี่ปุ่น เมื่อถึงท่าอากาศยานคาโงชิมะ อาจารย์ Iwakuma Minako-sense ได้ขับรถยนต์รับไปยังหอพักทาคาชิโฮ 高千穂寮 และมีอาจารย์ Tomoyatsu Kazuo-sense ต้อนรับและมอบกุญแจห้องพักให้และพาชมหอพัก



ห้องนอน



ห้องอาบน้ำ



ห้องอาบน้ำ



ห้องครัวสำหรับทำอาหาร



อ่างล้างมือ



ชักโครกญี่ปุ่น

ถ้าไม่อยากใช้ห้องอาบน้ำรวมสามารถไปใช้ห้องอาบน้ำชาวมองโกเลียได้ที่หลังหอพัก



หลังหอพัก

ตึกสีแดงคือหอพักที่อาศัยอยู่ อาคารในกรอบสีน้ำเงินคือห้องสำหรับซักผ้า สามารถซื้อน้ำยาซักผ้าและน้ำยาปรับผ้านุ่มได้ที่ เซเว่นอีเลฟเว่น หรือร้านขายของทั่วไป แนะนำให้ไปซื้อที่ ดองกิโฮเต้ โดยการปั่นจักรยานไป

ทางหอพักมีอาหารให้รับประทาน 3 มื้อเฉลี่ยมื้อละประมาณ 330 เยน โดยสามารถไปรับประทานได้ที่โรงอาหารของหอพัก หรือสามารถทำอาหารทานเองได้



สนามกีฬาของมหาวิทยาลัย



อาหารกลางวันของหอพัก



พื้นที่ด้านหลังมหาวิทยาลัย สามารถเล่นได้อากาศดีมาก

กิจวัตรประจำวันค่อนข้างเหมือนกันทุกวัน เวลาว่างสามารถขี่จักรยานได้ที่หน้าเคาน์เตอร์ประชาสัมพันธ์หน้าหอพักเพื่อปั่นออกไปกินข้าว ซื้อของ หรือ เที่ยวได้

การทิ้งขยะสามารถไปหยิบถุงขยะได้ในตู้ข้างๆ ห้องประชาสัมพันธ์ ให้แยกขยะตามป้ายและนำไปทิ้งที่จุดแยกขยะข้างห้องหญิง

ตารางกิจวัตรประจำวัน

กิจวัตรประจำวัน	เวลา	
	วันธรรมดา	วันหยุด
ตื่นนอน	7:00	7:30
รับประทานอาหารเช้า	7:10 - 7:30	7:40 - 8:30
ทำงานวิจัย	9:00 - 11:50	
รับประทานอาหารกลางวัน	12:00 - 13:00	
ทำงานวิจัย	13:10 - 17:50	
รับประทานอาหารเย็น	18:00 - 20:00	18:30 - 20:00
เวลาว่าง + ทำงานวิจัย	20:10 - 21:50	
เช็คชื่อ Roll call	22:00	
อาบน้ำ	22:05 - 22:25	
เข้านอน	02:00	



ป้ายแยกขยะ

การซักผ้าสามารถยืมตระกร้าผ้าได้ที่ห้องประชาสัมพันธ์ และสอบถามวิธีใช้เครื่องซักผ้าและเครื่องอบผ้าได้จากคนญี่ปุ่น ใช้งานไม่ยาก

หากกลับถ้าเก็บของถูกระเป่าเดินทางไม่พอสามารถโหลดสิ่งกระตาศขึ้นเครื่องได้ โดยหาได้จากโรงแยกขยะ แนะนำให้กินข้าวก่อนเข้าเกต

เวลาว่างสามารถวิ่งออกกำลังกายได้ที่สนามกีฬาของทางมหาวิทยาลัยได้