2026 年度

常磐大学 海外研修（台湾）報告書











研修先：敏實科技大学

Minth University of Science and Technology

研修期間：2026 年 9 月 7 日～14 日

2026年度 台湾研修日程表

	日付	時間	実施内容	宿泊先
1	9月 7日(月)	午前 午後	成田空港⇒ 桃園国際空港 ⇒（メトロ移動）桃園駅 ＜高速鉄道＞⇒ 新竹駅	敏實科技 大学内寮
2	9月 8日(火)	午前 午後	歓迎式、校内案内 AIに関する学習、屋台	敏實科技 大学内寮
3	9月 9日(水)	午前 午後	中国語の勉強 中国料理の学習	敏實科技 大学内寮
4	9月 10日(木)	午前 午後	新竹県の北埔（客家の村）見学 紙寮窩への見学	敏實科技 大学内寮
5	9月 11日(金)	午前 午後	中国語の勉強 新竹サイエンスパーク見学、新瓦屋見学、送別会	敏實科技 大学内寮
6	9月 12日(土)	午前 午後	（朝）敏實科技大学出発 ＜高速鉄道＞ 新竹駅⇒ 台北駅 到着後、台北市内研修	台北市内 第一大飯店
7	9月 13日(日)	午前 午後	（終日）台北市内研修	台北市内 第一大飯店
8	9月 14日(月)	午前 午後	（朝）台北市内　⇒　桃園国際空港へ移動 桃園国際空港⇒ 成田空港	

台湾研修

人間科学部心理学科2年

1.はじめに

私が台湾研修に参加した目的は，海外に行くことと自身の中国語を試すためでした。海外に行くことは，高校での海外研修に参加をしなかったことを後悔しており，大学に入学した時から在学中に海外研修に参加しようと考えていたからです。また，中国語を試すというのは，大学で学んできた中国語の能力がどの程度通用するかを知り，これからの中国語の学習に役立てるようにと考えたからでした。

2.事前研修の内容

事前研修では，台湾のコンビニエンスストアについて調べました。台湾では，ファミリーマート・セブンイレブン・台湾系のハイライフと韓国系のOKマートを合わせた4大コンビニとされていることが分かりました。

その中から，日本発のコンビニエンスストアであるファミリーマートについてさらに調べました。ファミリーマートは，台湾に1988年に参入して2026年で38年目になります。茶 葉いりのお茶やホットスナックの焼き芋といった商品や独自のスイーツブランド「minimore」コーヒーの「Let’s Café」・アイスクリームの「Fami!ce」などの日本発祥のファミリーマートから台湾でローカライズされた商品やサービスが展開されていました。

3.研修中に調べたこと

まず，実際に台湾のコンビニエンスストアに入店した際に，日本のコンビニエンスストアアと異なる部分が目に付きました。それは，レジ横商品と呼ばれるホットスナックの配置されている位置でした。台湾では，レジから離れた場所にホットスナックが置かれていました。日本ではレジ横商品の呼び名のとおりレジの横にホットスナックは配置されており多くの店舗でレジでの会計時に店員に注文するスタイルだが，台湾では自分で商品を詰めてレジに持っていくスタイルでした。その中でも，焼き芋など日本で見られない商品も売られていました。

また，台湾と日本を比較して，台湾の商品の値段は日本とそれほど変わらないか少し安いいくらいだと感じました。例えば，800mlの飲料水が，28台湾ドルであり，私が台湾へ行った際のレートで日本円で約140円となっていました。これは，日本のファミリーマートで600mlが120円で売られていることを考えると特別な安さを感じることがありませんでした。





台湾のファミリーマートの独自商品も多く見ることができました。ファミリーマートの商品であることを前面に押し出した「F」の文字が目立つ商品がありました。種類も豊富で，お茶やジュースといった飲料やドライフルーツなどがありました。





4.　まとめ

今回の台湾研修を通して，自身に足りないものを学ぶことができました。まず，自身の中国語の聞き取り能力が足りないことがわかりました。コミュニケーションを取るために一番大切なリスニングができず，現地学生との会話などで歯がゆい思いをしました。これから中国語の勉強では，リスニングに特段の力をいれて取り組んでいくことを決めました。

また，自身の迎い入れる際の考えや姿勢の足りない部分を感じました。台湾での現地の学生の歓迎会や交流授業での姿勢は，私にはないものでした。私は，交流を目的とした催し物はただ決まったことを行うだけでした。しかし，今回の現地の学生の私たちに寄り添う姿姿勢は，見習うべきものでした。これからは，私も彼らのように人に寄り添って助けられるようになりたいです。

台湾研修

人間科学部コミュニケーション学科 1 年

1.はじめに

私が台湾研修に参加した理由は、台湾研修の説明会に参加したときに、日本からの距離が近く治安も良好で初めての海外におすすめであるという説明を受けたからだ。

渡航前は現地の学生とアニメなどの共通の話題を通して交流することを望んでいた。理由は、相手との共通点を見出すことで打ち解け、少しでも仲良くなるきっかけを作りたいと考えたからだ。

2.事前研修

事前研修では台湾と日本の歩行者保護の状況の違いについて調べた。きっかけは、台湾は交通マナーの悪さから「歩行者地獄」と批判されてきたことを知ったためである。

実際に統計を比較すると、2026 年 4 月から 6 月までの台湾全域における交通事故発生件数は 6 万 1,853 件であり、前年同時期（2025 年）と比べて 5.8%減少している。

こうした交通状況を調べる中で特に注目したのが歩行者用信号機である。台湾の歩行 者用信号機は「小緑人」と呼ばれる人型シルエットがカウントダウンに応じて走り出す仕組みを持つことを知った。そこで、日本の信号機とどのような違いや役割の差があるのかを現地で調べたいと考えた。

3.研修中に調べたこと



現地に到着してまず驚いたのは交通量の多さである。首都台北ではタクシーやバイクが道路を埋め尽くしており、人よりも車やバイクの多さに圧倒された。また、台北の横断歩道は距離が長かったが、歩行者用信号機に残り秒数が表示されているおかげで、「残り 30 秒なら渡り切れる」「20 秒なら急げば渡れる」と判断しながら歩くことができた。一方で、残り 10 秒を切っても無理に渡り始める歩行者も見かけ、危険だと感じた。残りの時間が分かってしまうからこそ、ギリギリを狙って横断する人が出てしまうという課題もあることが分かった。



日本の歩行者用信号機は擬音式の音響信号が特徴的だが、台湾は残り時間が少なくなると人型シルエットが走り出す演出が特徴である。実際に走るシルエットを目にしたとき、その愛らしさと目を引く動きから観光客や現地の人々に「小緑人」として長年親しまれてきた理由を理解することができた。しかし、この演出が歩行者の無理な駆け込み横断をさせるとして、2026 年 3 月 12 日に走り出すアニメーションを廃止する方針が決定された。

一つの信号機を調べるだけでも、その信号機が人々に愛されてきた存在であったと知ることができた。

4.まとめ

今回の台湾研修を通して、「マイノリティになる体験」と「自身の行動や思考に理由を持つことの大切さ」という 2 つの重要な気づきを得た。

初めての海外渡航により、自分が現地では外国人、つまりマイノリティという立場になる経験をした。この当事者意識を持ったことで、日本に帰国後も街で見かける外国人を単なる「異質な存在」として見るのではなく、相手の立場に立って考えることができるようになった。

また、現地の学生と交流しているときに「なぜ台湾に来たのか」「なぜそのアニメが好きなのか」と理由を聞かれる機会が数多くあった。その際、思うように返答できず、自分の好きなものや自身の行動に対して曖昧な考えしか持っていなかったことに気づかされた。今後は、自分の好きなものや意思決定に対して常に「なぜか」という理由を持ち、責任
を持って行動していきたい。

5.参考サイト

[1]日本台湾交流協会「台湾安全情報（2026 年第 2 四半期）」
https://www.koryu.or.jp/news/?itemid=5064&dispmid=5287
[2]乗りものニュース「「歩行者地獄」から一転！ マナーの悪いドライバーたちが横断歩道でピタっと止まるようになったワケ “罰金大国”台湾の本気が凄かった」
https://trafficnews.jp/post/600408#google_vignette
[3]Livedoor News「台湾の歩行者用信号機「歩行者が走る」アニメーション廃止へ」
https://news.livedoor.com/article/detail/30754016/

台湾研修

総合政策学部法律行政学科１年

1，はじめに

私が台湾研修に参加したきっかけは、もともと日本の昔の街並みや海外の街並みなどが好きで大学１年生の時に１回は海外に行きたいと思っていたので、台湾の街並みも見て日本との違いも知りたかったのと、実際に海外に行って現地の学生と翻訳でもいいので会話して友達になりたいという思いもあり参加を決めました。

私は、海外に行く前の不安は、正直全然なくて、「楽しみだ」何かあったらその時うまく考えてどうにかなるだろうしか考えてなく、ほとんど不安がなかったです。

２，事前研修の内容

私は事前研修では、台湾の街並みについて調べて、日本の街並み、建築物の違いについて調べました。

まず、台湾の街並みは、古い建物と最新の建築物が共存していることが分かりました。長い歴史を経た多様な建築様式の存在と、市民や政府による文化的価値の認識・保存活動が活発になっていることが特徴であるということがわかりました。

３，調べてわかったこと

まず、台湾の街並みは、古い建物と最新の建築物が共存しています。台北などの都市部は、台北 101 などの超高層ビルが立ち並んでいる大都市であり、新竹は、「台湾のシリコンバレー」と呼ばれているように、綺麗そうなオフィスビルや高級マンションがたくさんあるということがわかりました。

また、日本の街並みは、日本は西洋風の文化も取り入れたため、日本風と西洋風の建築物が混ざっている建物が現代でも根強く残っています。そして日本の建築物は、台湾と違い寒暖差が激しく、木造文化主流だったため、木で作られている建築物が多いという特徴があるとわかりました。

そして実際に台湾へ行き、台湾には赤レンガの造りになっているはどれもすぐに歴史が長い建築物だとわかるようなものばかりということが一目でわかり事前研修でも調べていたが実際に見ることができ、良い経験になりました。





４，まとめ

私は今回の台湾研修を通して、台湾と日本の建築物の違いがわかり、事前研修で調べていたものが生かしていて調べ甲斐がありとてもためになりました。

そして現地の台湾の学生などと会話する機会もたくさんありその中で気づいたのは、言葉は違うし住んでいる場所も違うけど、好きな趣味が同じだと盛り上がって会話したりより仲良くなれるのは台湾でも一緒だと気が付いた点です。そして、翻訳で喋っていたが、海外の方と喋ったりしたので少し自信がついたり、翻訳ツールに正しく訳してもらえるよう、なるべく文を短くしたりわかりやすい表現をなるべく使うようにしました。コミュニケーション能力や１週間台湾で過ごしたり台湾の文化を実際に現地の学生に聞いたりして、異文化への理解や適応力も身についたと思います。

台湾研修を通して

総合政策学部法律行政学科 1 年

1,はじめに

私は以前から海外の人と直接交流したいと考えていました。高校生の頃からネットで海外の人と交流することはありましたが、現地で実際に交流することでまた得られるものもあると考えました。また、日本以外の国を知るきっかけにもしたいと思い参加を決意しました。

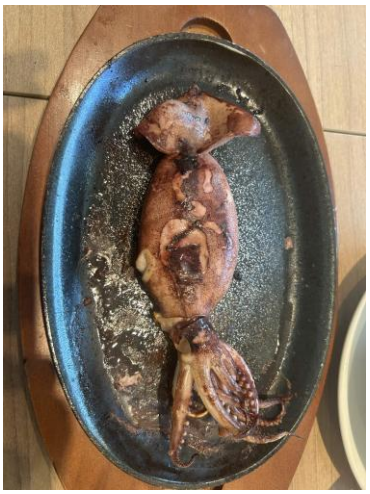
2,事前研修の内容

事前研修では、日本と台湾のサイゼリヤのメニューや価格帯について調べました。全体的に日本より高めに設定されており、また日本にはないメニューもいくつか見られました。具体的に、日本のサイゼリヤの場合はサラダ系やスープ系が 300 円前後で前菜として食べやすい価格なのに対し、台湾のサイゼリヤの場合スープ系は日本とほぼ同じ値段であるもののサラダ系は大体 600 円前後となっており倍近い値段であることがわかりました。

また、基礎的な中国語を学びました。中国語の授業を受けていたため四声はスムーズにできていましたが、台湾と中国で言い方に違いがあるため、授業で扱わなかった言葉もいくつかでてきました。

3,研修中に調べたこと

台北に着いて一番最初にサイゼリヤ(薩莉亞)に行きました。値段帯は事前研修で調べたものと変わりありませんでしたが、店舗に来たからこそわかることがいくつかありました。一つ目はクルーの服装です。日本のサイゼリアは勤務中帽子が必須ですが、台湾のクルーはホール担当の人だけ帽子をしていませんでした。またお皿の持ち方にも目がいきました。日本のサイゼリヤでは禁止持ちというやってはいけないお皿の持ち方がありますが、台湾では何度か禁止持ちを見ました。また、お の種類も微妙に異なりました。日本のサイゼリヤは気の部分の凹みがもっと大き く、お皿を重ねて持てるようになっていますが、台湾のお皿の凹みは日本より小さく親指でお皿を固定して持つようになっています。






また日本にはないものとしてサイゼリヤのテッシュケースがありました。日本では紙ナプキンが主流なので新鮮でした。台湾特有のメニューもいくつか食べました。特に美味しかったのは海鮮リゾットとさつまいものデザートです。




台湾のサイゼリヤと日本のサイゼリヤで大きく違う点は、台湾のサイゼリヤは一部作業を一から行っている点です。例えばドレッシングを店舗で混ぜて作っていた り、ご飯を炊飯器でなく釜で炊いています。このデザートも冷凍などではなく、一から作っているのかなと感じていました。日本では既に簡略化されてしまった作業を台湾では簡略化せずに行っているのでまた別の味の良さがでているのかなと感じました。

4,まとめ

私が台湾研修を通して最も強く感じたことは、中国語を学ぼうと思う意欲です。現地でのコミュニケーションは英語や翻訳アプリを使って行いましたが、やはり一番は中国語が喋れたらいいなと強く感じました。中国語の授業だけでなく、個人的な勉強としても中国語をさらに勉強していきたいです。

また次回行くときには安全なものを食べるということにもっと重きをおいて行きたいです。今回は最終日に時間のおいた生ものを食べて食中毒になってしまったので、「買ったらすぐ食べる」を意識したいです。加えて買う場所にも注意したいです。夜市のなま物はもちろん、夜市以外でも衛生的に見えないお店の食べ物は買わないようにします。日本とは衛生水準が大きくことなるので、日本の感覚のまま台湾で過ごさないよう次回は意識したいです。

台湾研修を終えて

総合政策学部法律行政学科１年

１. はじめに

私が台湾研修に興味を持ったきっかけは、私の母でした。私の母は 20 代の頃に中国を中心に海外で過ごすという経験をしていて、子供の頃から当時の思い出を聞かせてもらっていました。また、母は私に「海外に行くと人生が変わる。」とも言っていて、その意味を知るべく、子供の頃からいつか海外に行ってみたいと思っていました。さらに、私の祖父は中国の歴史についての本をよく読んでいて、子供の頃に昔の中国の歴史について教えてもらっていました。その影響で私自身も漢服等の伝統衣装といった中華圏の文化に興味を持つようになり、今回台湾研修へ行くきっかけとなりました。

２.事前研修

事前研修では、これまでの台湾の歴史や、政治状況について学びました。台湾の歴史について学ぶ中で、台湾ではオランダ、清朝、日本、国民党、と統治者が短期間で次々と変 わっていったことを学びました。その影響で、台湾ではさまざまな文化や価値観が入り混じり、多様性に富んだ独自のアイデンティティが形成されているのではないかと考えました。また、政治状況については、国民党、民進党の二大政党において、中国と交流を続けるか、距離を取るかで中国に対する姿勢が二つに分かれていることを知りました。その理由は、現在の中国政府が台湾に対して軍事的圧力を強めていることから、台湾の人々の安全保障を重視する派と、台湾の経済成長のために経済的に発展している中国と交流を続け、台湾の経済的利益を確保するべきとの考えに分かれているからではないかと考察しました。

このように、台湾の政治的立場の分岐は単なる「親中か反中か。」という二元論ではなく、歴史的背景、経済構造、そして台湾の人々が大切にしている価値観が複雑に絡み合った結果であると理解しました。

3. 研修中に調べたこと



今回の研修では、私は台湾の若者のファッションに着目して研修に取り組みました。写真のように、台湾の若者は比較的日本よりラフな服装を好んで着用しているようでした。男性はＴシャツに短パン、女性は半数近くが男性と同じようにＴシャツと短パン、その他の人は自分なりのセンスでファッションを楽しんでいるようでした。服の色味は黒やグレー、白、茶色などが多く、蛍光色等の派手な色味の服をきている人は少数派でした。また、日本の若者の多くは大学に化粧をしてきて授業を受けますが、台湾の大学生は化粧をしない人も多くいました。その理由は、台湾は日本より気温が高く湿気も多い気候のため、化粧崩れが起きてしまうから、はじめから化粧をしないという選択肢をとる人が多いからではないかと考えました。

４．まとめ

子供の頃から、母に「海外に行くと人生が変わる。」という言葉の意味を確かめたくて臨んだ研修でしたが、実際に台湾の人々と交流をすることで、「自分はこうあるべき。」という枠組みにとらわれる必要はないことを学びました。台湾の人々は、自分と全く違う価値観の人がいても受け入れるという姿勢が日本より強いように感じたからです。このような姿勢は、これから外国人労働者が増え、多文化社会が進むであろう日本において重要になると考えます。この台湾研修で得た多角的な視点や異文化への理解を、今後の学生生活や将来に向けた糧にしていきたいです。