暑期日本游学总结

（盛宜雯，1462204，2014级日语2班）

2016年的暑期，我作为上海海洋大学外国语学院的一名学生，来到了日本，进行了为期15天的交流和学习，15天的时间虽然短暂，但是在日本期间的种种让我受益匪浅，受益良多。

日本这块土地对我来说并不算太陌生，这两年来几乎是每天都有对日语的学习和对日本文化的了解，再加上一年前的暑假我曾经去过日本进行游玩，所以当飞机着陆抵达成田机场的时候，我并不感到陌生，当耳边充斥着形形色色的日语时，更是有一种熟悉的感觉扑面而来。由此，我们展开了2016年赴日交流学习的旅行。

此次我们交流的学校是佐野短期大学，首先我先想介绍一下佐野市，可能大家并不熟悉佐野这个地方，佐野隶属于栃木县，是栃木县西南部（安足）的一市，距离东京都大约2个小时的车程。佐野市虽然不算大，和东京这样的国际化大城市不能比，但是小城总是有小城特有的魅力与韵味，悠闲的生活节奏和朴实的民风，是我们这些平时在上海感受不到的，我也很喜欢佐野这个地方。佐野短期大学，简称佐野短，是一所位于日本栃木县佐野市的私立短期大学。佐野短期大学有儿童保育师、营养师、介护福祉师、医疗事物、英语交流等等的教育学科，此次交流我们也体验了许多他们的特色学科。

第一天到达日本后当我们驱车到达佐野的宿舍时已是深夜，虽然一天的舟车劳顿让大家都有些疲倦，但日本的整洁有序和日本人的有礼热情还是感染到了我们，让我们对这后面的14天充满了期待。

我们在佐野短期大学收到了热烈的欢迎，首先是在会议室里，日方学校代表和我们上海海洋大学的大学带队老师刘军教授都作了一次简短又不失庄重的发言。

在欢迎会结束后，我们上了第一节在佐野短期大学的课程——日本语授业。老师通过生动形象的表演和可爱的画，教了我们在日本购物时可以用到的交流短句和对话。我觉得这些句子都十分实用，和平时在学校学习到的语法不一样，这些日本人也常用的口语能让我们更快地适应在日本的生活，也能让我们在日本购物时能更接地气。

除了语言的学习以外，我们这次还体验到了关于实践操作的课程，这是在我们自己学校不能体验到的。首先佐野短期大学就带我们一起学习了一堂关于护理的课程。首先老师先向我们简短地介绍了一下介护的含义，然后就先由日方介护专业的学生先为我们演示了最最基本的铺床示范。这里的铺床有别于普通意义上的铺床，我们学习的铺床是专业铺病人的床，光是不同的床垫就要铺上好几层，而且每一个步骤都是有规范的。佐野短大的同学们严格地按照步骤，铺出了一张十分专业而又完美的护理床。接下来老师就邀请我们分成两人一组，通过两位介护专业的学生指导，共同铺好一张床。然而看似简单的铺床，其实每一步都有每一步的规范，床单在我们手里总显得不太“听话”，但是在请教了介护专业的学生后，通过他们对每一步的细心指导，我们也算是磕磕绊绊地完成了铺床的任务。等我们铺完床看到时间时，差不多半个小时过去了，原来看似不难的铺床我们居然花了近半小时的时间，这让我深刻体会到了各行各业都不是这么简单的，想要做到术业有专攻也是需要背后勤奋地学习和练习的。不过看到自己铺的还算整洁的护理床时，心中还是有些小自得的。

日本的传统服饰大家都知道，和服的美我们也领略过，而这次佐野短大为我们准备一堂关于日本传统服饰的课程——浴衣的穿法。老师首先为我们介绍了这种日本传统服饰。浴衣是和服的一种，为日本夏季期间的一种衣着。

浴衣是一种较为轻便的和服。顾名思义，浴衣是与沐浴有关的衣着；在日式旅馆中，浴衣是浸过温泉或沐浴後常见的衣着。（在鬼怒川温泉研修的时候我们也穿上了便于温泉浸泡的浴衣）浴衣亦常见于日本夏季期间各地祭礼、节日及烟花大会中，是现在日本女孩比较喜爱、也是常常用到的一种日本传统服饰。接下来，老师给我们细致地一步步地展示了浴衣的穿法，虽然比起和服，浴衣的穿法已经简便了许多，但是对于第一次接触这种衣服的我们，还是把我们绕晕了。在一番基本的讲解后，老师拿出了许多件好看的浴衣让我们自己挑选，两人一组互相帮忙完成浴衣的穿戴。经过一番手忙脚乱的忙和，我们总算穿上了浴衣，女孩子们一张张地拍着照片，久久不愿意脱下。浴衣不仅仅让我们完成了一次变身，更是让我们最直接地接触到了日本的文化，小小的一件浴衣其实也是日本传统文化的代表，穿上浴衣的同时，也是我们与日本传统文化的一次近距离亲密接触。

体验完了日本美丽的传统服饰，接下来体验的又是一样非常传统的技艺——茶道。但在体验茶道之前，我们先体验了一把日本大学食堂用餐的经历。虽然佐野短期大学的食堂并不大，甚至和我们学校的任何一个食堂比起来都可以算得上是很小的，菜品的种类也算不上多，但令我感慨的是日本学生对于粮食的珍惜。因为我们都是第一次在这里的食堂吃饭，所以走进去后我们先四处打量了一下取餐处和倒饭的地方，可是看了半天这里的学生不论是男生还是女孩子，过来还餐盘的时候餐盘里都是干干净净的，没有一个人会倒掉吃剩下的饭，每一个人都很珍惜粮食，这一点让我感慨颇深，联想起我们学校食堂每天都有络绎不绝地人倒掉餐盘里的饭，包括我也是常常吃不下自己打的饭，心中还是感触颇深的。

吃完饭我们就被领到了专门的茶道室，老师先向我们介绍了日本茶道。日本茶道是在“日常茶饭事”的基础上发展起来的，它将日常生活行为与宗教、哲学、伦理和美学熔为一炉，成为一门综合性的文化艺术活动。它不仅仅是物质享受，而且通过茶会，学习茶礼，陶冶性情，培养人的审美观和道德观念。日本茶道讲究地不完全是茶本身的美味与否，更多地是让人体会到其中的禅意。茶道有繁琐的规程，日本老师耐心地为我们一步步地展示其中的步骤，还专门陪了两块小点心配合着茶。而我们也是第一次体验正规的正坐。其实这茶并不是我喝过最好喝的茶，但日式茶道所体现出来的对人生的态度和禅意，是值得我们回味的，正如桑田中亲说的：“茶道已从单纯的趣味、娱乐，前进成为表现日本人日常生活文化的规范和理想。”

在经过几日的校内研修后，我们又去往了鬼怒川进行温泉研修，日本有“温泉王国”的美称。日本的温泉不仅数量多、种类多，而且质量很高。各地几乎都有有名的温泉，对日本人来说泡温泉是一种享受，更是生活中必不可少的一部分。所以温泉也是日本人生活中必不可少的一个环节。这次温泉研修也是让我们体验一种特殊的日本文化。日式的温泉和中国有些穿着泳衣泡的温泉不同，日式温泉是分男汤女汤分开泡的，泡完以后整个人神清气爽，一扫此前的疲惫，再来一瓶咖啡牛奶一饮而尽岂不快哉？

在结束了温泉研修后到了令我既紧张又兴奋的homestay的时候了，我被龟田先生一家热情地款待了，龟田夫人还带我们这几个小姑娘去了她娘家开的影楼体验了一次正宗的日式和服，和浴衣不同，和服的穿戴更为繁琐，但也是更加地美丽，让我们几个女孩子都高兴不已。

我们在龟田先生家看到了三个可爱的小男孩，他们一家深深的热情和充满日本家庭气息的气氛也感染着我们。一个晚上的时间是很短暂的，但homestay家庭的热情我们会长久地记住的。

在接下来的几天中，佐野短期大学还为我们精心准备了人形见修和和纸体验。人形美术是日本传统的一种民间美术，有些像中国的绢人，大约起源于日本的江户时代，最早是作为孩子的玩具出现的。经过数百年的发展变化，人形美术以其精巧的造型、华丽的服装和多样的发饰赢得人们的赞赏，成为日本人民喜爱的一种室内装饰品。人形到现在都会出现在每个家庭，每逢女孩节时，家里都会准备人形来庆祝节日。在人形店里我们看到了制作人形这一传统的技艺，也感受到了其实日本人形的制作也面临着后继无人的窘境，和中国很多的传统技艺的处境是类似的，也让我感受到了保护传统文化的重要性。而和纸体验则是带我们去了专门的体验店，让我们亲手做出明信片，虽然明信片的样子还略显粗糙，但这些都是大家亲手做的，所以带有特殊的情感，而大家也都是爱不释手

日方学校带我们体验各种各样不同的日本文化，向我们展示了日本文化最特有和最美丽的一面，想要了解一个国家就要了解这个国家的文化，这次研修不仅让我们了解了不同的日本文化，更是让我们参与进了日本的文化中，自己在体验中发现。15天的时间转瞬即逝，但这次游学的经历我会一直牢记在心，还要感谢学校能给我这个机会到日本进行研修，看到了日本文化最美丽的一面。