

빈 칸 없이 작성바랍니다. 문항을 삭제하시면 안됩니다, 단, 상세기록을 위해 문항 및 설명을 추가하셔도 됩니다. 포맷보다 길어져도 좋습니다. 차기 교환학생들에게 도움이 될 소중한 자료입니다.

단기연수보고서

제출일: 2026.08.31

연수국가 / 대학명	중국/상해외국어대학교, 일본/쇼와여자대학교	제출자 성명	장유진
전공 / 학과	-주전공: 현대실용음악학과 -부전공/복수전공/연계전공: 문화예술경영학과		
연수기간	상해외국어대학교(중국): 2026.08.13-20 쇼와여자대학교(일본): 2026.08.20-27		
대학소개	상해외국어대학교: 중국 상하이시에 위치한 교육부 직속의 중국 8대 외국어대학교 중 하나이다. 송장 캠퍼스와 홍커우 캠퍼스로 나뉘져 있으며 AWLP 프로그램은 송장 캠퍼스에서 이루어진다. 쇼와여자대학교: 도쿄 소재의 사립 여자대학교로 시부야에서 지하철 두 정거장 거리에 위치하고 있다. 미국 보스턴에 위치한 해외 캠퍼스를 비롯하여 다양한 국제 교류 프로그램을 운영하고 있다.		
지역정보 및 추천장소	중국 상하이: 학교 주변에 인프라가 거의 없다고 생각하시면 됩니다. 차로 10분 정도 거리에 incity 쇼핑몰이 있습니다. 중국은 택시비가 저렴하여 대부분은 차로 이동을 했습니다. 기숙사에서 교실까지는 도보로 10분 정도 잡으면 됩니다. 캠퍼스가 넓고 건축물이 화려합니다, 일본 도쿄: 학교 주변에 편의점, 지하철 역 등 편의시설이 잘 갖춰져 있습니다. 특히나 시부야가 가까워서 관광과 쇼핑하기가 편했습니다. 등교는 50분 잡고 해야하지만 환승하지 않아도 됩니다. 또한 기숙사 주변에 편의점과 쿠라스시 같은 식당이 많이 있습니다. 하지만 근처 메가 돈키호테에는 물건 종류가 많지 않아 다른 곳을 이용하는 것을 추천합니다.		
출국 전 준비사항	중국: vpn이 가능한 데이터 무제한 esim을 이용하는 것을 추천합니다. 학교에 와이파이가 있지만 카카오톡, 유튜브 등이 사용 불가합니다. 알리페이와 위챗페이 준비가 매우 중요합니다. 배달을 시키거나 택시를 이용하는 경우가 많은데 카드나 현금만은 거의 사용 불가능하다고 생각하시면 됩니다. 스스로 돈을 사용하거나 중국 학생들에게 송금할 수 있도록 준비가 필요합니다. 또한 지도는 amap을 사용합니다. 일본: 현금이 조금 있어도 좋을 것 같습니다. 멀티어댑터와 사용 가능한 드라이기 준비가 필요합니다.		
픽업여부	X (공항-학교도착방법: 자차이용, 택시, 지하철, 단체버스)	현지도우미	O
국제학생 대상 오리엔테이션	-날짜: 중국 8.13, 일본 8.20 -오리엔테이션 내용: 학교 소개, 교직원 소개, 캠퍼스 투어, 생활에 필요한 전반적인 사항 안내		
학교시설 및 기숙사	[중국] -기숙사 신청방법: 학교에서 준비해주셔서 학생이 따로 준비할 부분은 없음 -주거형태 및 식사: 상해외대 내에 있는 호텔(수건, 슬리퍼, 쓰레기 관리 해주심), 2인1실, 식사 제공 없음 -기숙사 비용: 없음 -기숙사 유의사항: 샤워기 필터 필수입니다. 숙소 근처에 필요물품이나 식사를 구매할 장소가 없으며 배달을 시켜도 gate로 도보10분 정도 이동하여 받아야 합니다. [일본] -기숙사 신청방법: 학교에서 준비해주셔서 학생이 따로 준비할 부분은 없음 -주거형태 및 식사: 1인1실, 학교에서 50분 거리 -기숙사 비용: 없음 -기숙사 유의사항: 방 키로 1층 현관도 열어야하기 때문에 간수를 잘해야합니다. 분실 시 비용이 청구된다고 합니다.		

빈 칸 없이 작성바랍니다. 문항을 삭제하시면 안됩니다, 단, 상세기록을 위해 문항 및 설명을 추가하셔도 됩니다. 포맷보다 길어져도 좋습니다. 차기 교환학생들에게 도움이 될 소중한 자료입니다.

수강신청 및 수업에 관하여	수강신청은 따로 필요하지 않으며 프로그램 시작 전 각 학교에서 syllabus를 제공해주십니다. 모든 수업은 영어로 진행되며 발표가 여러 번 포함되어 있습니다. 중국에서는 체육 수업이 한 번 있었습니다. 수업 내용은 매년 달라집니다.
학생활동	-동아리: 없음 -국제학생 대상 문화프로그램: 한국(Hanbok and Korean tea ceremony experience, National Folk Museum of Korea, 학생주도 필드트립- 조별로 진행(석춘과 잠실)) / 중국(Shanghai No.3 Girls' High School, Ye Xie Rice Cake Making, Headquarters of Bilibili, 학생주도 필드트립- 3개의 루트 중 원하는 곳 선택(박물관)) / 일본(Onigiri Making, Ghibli Museum, 학생주도 필드트립- 요코하마(Cups Noodles Museum, Sea Bus Cruise) -국제학생 관리: 각 학교의 선생님들께서 학생들을 세세하게 케어하고 배려해주셨습니다.
비용	-수업료: 없음 -숙식비(기숙사+식비): 기숙사비는 없음 / 식비는 welcome과 farewell 식사 외에는 개인적으로 해결해야함, 그러나 중국과 일본 모두 학생카드에 조금씩 돈을 충전해주셔서 학식을 1-2번 정도 먹을 수 있었음 -생활비(per month): 중국: 약 40만원 / 일본: 약 100만원 (대부분 쇼핑 비용) -외국학교 장학금 지원 여부: 없음
소감	교환학생을 가기에는 시간이 애매했던 제 눈에 들어왔던 프로그램이었습니다. 짧지만 더욱 짝 채워서 여러 가지를 경험할 수 있었습니다. 몸은 힘들었지만 값진 대학생활의 기억으로 남을 것 같습니다. 29명의 다른 학생들과 문화를 나누고 추억을 쌓을 수 있어서 즐겁고 유익했습니다. 고민이 된다면 한 번 결단하고 신청해보시기를 추천합니다.
연수를 준비하는 학생들에게	거의 매일 아침부터 일정이 있기 때문에 피로도가 쌓일 수 있습니다. 본인에게 맞는 비타민이나 간단한 다리 마사지기를 챙겨가는 것을 추천합니다. 또한 각자 나라에 갔을 때 도움을 많이 받기 때문에 한국 구간에에서 다른 나라 학생들이 잘 생활할 수 있도록 조금이라도 신경 써주는 마음이 중요한 것 같습니다. 영어가 완벽하지 않아도 다들 비슷하기 때문에 일단 부딪혀보시는 것을 추천합니다. 오히려 영어보다 중국어나 일본어를 할 수 있는 것이 중국과 일본 학생들과 가까워지기 좋아 보였습니다. (중국과 일본 학생들이 상대적으로 나이대가 낮았습니다...!)
사진 (캠퍼스)	[중국] 

빈 칸 없이 작성바랍니다. 문항을 삭제하시면 안됩니다, 단, 상세기록을 위해 문항 및 설명을 추가하셔도 됩니다.
포맷보다 길어져도 좋습니다. 차기 교환학생들에게 도움이 될 소중한 자료입니다.



[일본]

빈 칸 없이 작성바랍니다. 문항을 삭제하시면 안됩니다, 단, 상세기록을 위해 문항 및 설명을 추가하셔도 됩니다.
포맷보다 길어져도 좋습니다. 차기 교환학생들에게 도움이 될 소중한 자료입니다.



빈 칸 없이 작성바랍니다. 문항을 삭제하시면 안됩니다, 단, 상세기록을 위해 문항 및 설명을 추가하셔도 됩니다.
포맷보다 길어져도 좋습니다. 차기 교환학생들에게 도움이 될 소중한 자료입니다.



사진
(문화활동 등)



빈 칸 없이 작성바랍니다. 문항을 삭제하시면 안됩니다, 단, 상세기록을 위해 문항 및 설명을 추가하셔도 됩니다. 포맷보다 길어져도 좋습니다. 차기 교환학생들에게 도움이 될 소중한 자료입니다.



빈 칸 없이 작성바랍니다. 문항을 삭제하시면 안됩니다, 단, 상세기록을 위해 문항 및 설명을 추가하셔도 됩니다. 포맷보다 길어져도 좋습니다. 차기 교환학생들에게 도움이 될 소중한 자료입니다.



[일본]



빈 칸 없이 작성바랍니다. 문항을 삭제하시면 안됩니다, 단, 상세기록을 위해 문항 및 설명을 추가하셔도 됩니다. 포맷보다 길어져도 좋습니다. 차기 교환학생들에게 도움이 될 소중한 자료입니다.



빈 칸 없이 작성바랍니다. 문항을 삭제하시면 안됩니다, 단, 상세기록을 위해 문항 및 설명을 추가하셔도 됩니다.
포맷보다 길어져도 좋습니다. 차기 교환학생들에게 도움이 될 소중한 자료입니다.

