

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: 2026.09.01

연수국가 / 대학명	중국/ 상해외대, 일본/ 쇼와여대	제출자 성명	장우림
전공 / 학과	-주전공: Ai융합학부 -부전공/복수전공/연계전공: 통계학과		
연수기간	2026.08.13.~2026.08.27		
대학소개	쇼와여자대학교는 일본 도쿄 세타가야구에 위치한 사립 여자대학교이다. 여성의 자립과 글로벌 리더십을 중시하며, 인문·국제·비즈니스·복지·환경·식품 등 다양한 전공을 운영하고 있다. 다양한 국제교류와 실무 중심 교육을 통해 학생들의 사회 진출과 성장을 지원한다. 상하이외국어대학교는 중국 상하이에 위치한 명문 국립대학교로, 중국에서 가장 오랜 역사를 지닌 외국어 특성화 대학 중 하나이다. 다양한 외국어 교육뿐 아니라 국제관계·언론·경제·법학 등을 함께 가르치며, 세계무대에서 활동할 글로벌 인재를 양성하고 있다.		
지역정보 및 추천장소	- 중국 1. In-City 쇼핑물: 유명 음식점, 티 브랜드가 있음. 식표품 구매 가능 2. 시내(동방명주, 예원)로 가려면 택시로 1시간 넘게 가야함. - 일본 1. 시부야역: 쇼핑, 음식점 모두 있음. 학교에서 지하철 2-3정거장만 가면 가능 2. 도쿄 디즈니랜드: 기숙사에서 1시간 30분 정도 지하철 타고 갈 수 있음.		
출국 전 준비사항	- 중국 1. 사위기 헤드, 필터 여분: 수질이 좋지 않으므로 필터 여분 필수 2. 중국 앱 로그인, 카드 연결: 고덕지도, 위챗, 알리페이, 메이투안 등 3. 변압기 4. vpn되는 이심(무제한 추천) - 일본 1. 현금, 카드 2. 프리볼트 드라이기: 한국에서 사용하는 것은 작동 안되는 경우가 다수 있음.		
픽업여부	0 (공항-학교도착방법: 셔틀버스)	현지도우미	0
국제학생 대상 오리엔테이션	-날짜 -오리엔테이션 내용		
학교시설 및 기숙사	-주거형태 및 식사, 유의사항 1. 중국 - 2인 1실, 호텔로 외부인도 있음. 방에 냉장고, 커피포트, 와이 파이등이 있음. ‘ - 중국에서의 식사는 학교 주변에 걸어들 만한 음식점이 없었기에 거의 배달로 시켜 먹음. 아니면 택시를 타고 쇼핑물에 가서 해결함. 그래서 메이투안이라는 배달 앱 사용법을 중국인 친구들에게 물어 보거나 미리 알아서 혼자 시킬 수 있으면 매우 유용함. - 세탁기와 건조기가 한 층에 있어 시간대를 잘 보고 사용해야 함. 2. 일본 - 1인 1실, 학교 기숙사이며 학교에서 지하철 타고 50분정도 걸림. - 방에 냉장고, 전자레인지, 세탁기(건조기 x), 인덕션 있음. - 기숙사 근처에 음식점들이 많아 편리하고 로손, 패밀리마트 등의 편의점이 가까움. - 학교 근처에는 학식당, 로컬마켓, 편의점, 음식점이 있음.. - 방키가 열쇠로 잃어버리지 않게 조심해야 함.		

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	-수강신청 수강신청 없이 학교에서 지정한 시간표대로 활동함. 각각의 나라마다 수업뿐만아니라 필드트립데이, 프리데이(아무것도 정해진게 없음, 관광또는 휴식 자유)가 있음. -수업 한국, 중국, 일본 모두 리더쉽을 중점으로 수업을 진행함. 교수님의 수업, 조별 토의 및 활동, 인터뷰 진행 등으로 다양하게 진행함. 중국의 경우 피클볼이라는 체육 수업을 함.
학생활동	- 학생주도 문화활동 각자 나라마다 학생들이 필드트립데일로 관광스케줄을 짬. 한국의 경우 조별로 활동, 중국은 3개 중 선택, 일본은 하나의 경로로 이동함. 한국 구간은 명동에서 점심 먹고, 쇼핑 후 용산에서 키티 마들렌 베이킹 수업을 계획함. -국제학생 대상 문화프로그램 한국은 한복 다도 문화체험을 진행함. 국립민속박물관에 방문하여 전통놀이, 한국의 역사에 대한 박물관, 주거형태를 봄. 중국은 전통 떡 만들기 체험과 빌리빌리 회사를 방문함. 일본은 지브리박물관에 가고 학교에서 오니기리를 만드는 활동을 함.
비용	-수업료: 학교에서 부담 (학생 지불x) -숙식비, 생활비: 기숙사비 학교부담. 식비와 생활비만 부담하면 됨. 중국은 음식과 기념품이 싸편이지만 브랜드 옷등은 한국과 비슷함. 약 40만원 사용 일본은 음식과 옷이 한국과 비슷함. 약 40만원 사용
소감	한중일 AWP프로그램에 참여하면서 세상을 바라보는 시각이 커진 것 같다. 우리나라에서만 공부하고 학교를 다녔더라만 절대 가질 수 없는 기회와 시간이었기 때문이다. 여러 나라의 친구들을 만나보고 서로의 일상까지도 교류를 해보며 생활할 수 있는 것은 흔치 않기에 매우 값지고 기억에 더 남을 것 같다. 나라별 대학에 가보면서 각 나라만의 문화에 스며들어 공부하고 생활해 볼 수 있었다. 물론 매일 일정이 있고 이를 따라가는 데 체력적으로 힘든 부분이 없지는 않았다. 근데 이럴 때 같이 힘을 내고 활동을 이어갈 수 있는 친구들이 있어서 매우 의지가 되었다. 이번 활동을 통해, 공동체로서 같이 활동하고, 3개의 나라의 학생들과 소통하고 친해져 교류했던 모든 시간이 잊지 못할 추억이 될 것 같다.
연수를 준비하는 학생들에게	토익 점수를 미리 따서 지원조건을 충족시켜야 한다. 수업이 모두 영어로 진행되고, 의사소통도 영어로 해야한다는 것에 두려움을 많이 가지지 않았으면 좋겠다. 활동을 하며 친구들과 의사소통 하는 과정에서 서로 배려하고 더 배울 수 있는 것 같다.

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 (캠퍼스)	 ->중국/ 상해외대  ->일본/ 쇼와여대
사진 (문화활동 등)	 ->중국/ 문화체험, 필드트립데이 -> 일본/ 문화체험, 필드트립데이

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

