

**新竹市私立光復高中 108 年 5 月
赴日本九州文化體驗國際教育旅行**

**心
得
報
告**

姓 名： 姚○琪

班 級： 10 智

活動日期：108 年 5 月 27 日至 5 月 31 日

日期： 5 月 27 日

地點： 機場-一蘭之森-大濠公園

-博多運河城-飯店

心得：一蘭拉麵是近年來從日本
風靡至世界各地的拉麵店
，才剛下飛機沒多久的我們
一行人，懷著仍未散去的興
奮感，所來到的第一個景點，



就是位於九州的一蘭之森，除了品嚐拉麵外，還可以參觀在一旁的博物館，
了解一蘭拉麵的歷史，甚至還詳細介紹了一蘭拉麵的製作過程，讓人深刻的體悟到
「原來拉麵也別有一番學問啊!」不只如此，甚至還記錄了不少名人們所喜歡的拉麵
風味供人參考。儘管那天下著綿綿細雨，卻仍舊無法洗去這難能可貴的回憶。

日期： 5 月 28 日

地點：一風堂(拉麵實作課程)-

麻生外語製菓專門學校(蛋糕實作)-泰泉閣溫泉飯店

心得：第二天去到的是有許多來自各個國家的交換生的麻生外語專門學校，這對於有著留學夢的我來說，是相當期待的一天，在這我們不僅認識了很活潑又可愛的麻生的老師們，還做了不少美味的餅乾和蛋糕，令人流連忘返。

在這裡，我忽然體會到，不要害怕，勇敢追尋自己的夢想，培養自己的興趣，將來必能在名為人生的道路上綻放自己光芒。



(可自行延伸或增加頁面)



可愛又風趣的主廚老師



抹茶塔

日期： 5 月 29 日

地點：農家體驗 HOMESTAY(久留米市)

千年神木-田主丸車站-溫泉

心得：今天在參觀完溫泉旅館內部後，舉行了農家的入村式後，便將我們交給了農家體驗的 Home 媽，在面對中文及英文不熟悉的轟媽，即便是對日文有基礎認識的我們，仍



是一大挑戰，但好在轟媽有接待過其他人的經驗，在日常溝通上並無太大的問題也能大致了解我們的意思，在互相自我介紹完後，為了使我們認識住家周圍的環境，轟媽便帶我們前往幾處當地的景點參觀，雖然不算什麼有名的觀光聖地，但對於我們來說，比起其他人擠人的觀光景點，這些當地的特色景觀更能吸引我們。

最後參觀完回到轟家後，一邊品嚐著轟媽親手做的料理，一邊嘗試著閒話家常，使彼此的距離又更近了一些，甚至最後轟媽還教導我們一些日本的傳統文化「和服、茶道、花道」每一個都有不同的特色及注意事項，我們一面學習，一面歡笑著，心想能夠來到這，真是太好了。夜晚的月光輕輕的撒落，在仍未熄燈的屋子內，傳出了陣陣開懷的歡笑聲。

隔天離開之前，轟媽給了我們三人大大的擁抱後，輕聲地在我們耳邊道出祝福的話語，並提醒我們路上注意安全，再次給了轟媽一個深深的擁抱後，我們便帶著這份美好的回憶，揚長而去。



1.

1.千年神木

在當地小有名氣的神木，據說樹齡已超過一千五百歲



2.

2.田主丸(河童)車站

位於久留米市 以「河童」作為特色的車站，在這還認識了同樣是高中一年級的日本女高中生！

3.



3.和服+花道

對於喜愛日本文化的我們來說，能夠穿上和服以及在轟媽的指導下練習插花，真的是很特別的一次體驗呢！

4.離村式+全體大合照

4.



日期： 5 月 30 日

地點：太宰府天滿宮-九州國立博物館

心得：最後一站來到了能夠祈求學業好運的太宰府天滿宮，以及收藏了許多珍貴文物的九州博物館，在參拜的過程中，還很幸運地看到新娘子出嫁呢！在參拜完後的自由時間裡，熱愛冒險的我們三人便往山上走，沒想到卻陰錯陽差的

來到了一座名為天開稻荷的神社！對於這個意外的收穫我們都感到意外的興奮和滿足，（儘管最後導遊跟我們說那是祈求事業順利的神社就是了）而九州博物館裡面的歷史文物也都相當吸引我，一件件文物靜靜地待在展示櫃裡，略顯泛黃的紋路，是時代所留下的痕跡，每件文物都有著屬於它自己的故事，等待著人們發掘。



1. 太宰府天滿宮

這裡可以買到許多不同種的御守，還可以祈求學業好運！



1.



2.

2.九州國立博物館

有一半是用玻璃覆蓋住，四周被森林圍繞著，裡面收藏著許多令人印象深刻的歷史文物

日期： 5 月 31 日

地點：福岡空港-桃園國際機場

心得：歡樂的時光總是過得特別快，轉眼間我們已經完成五天的行程準備返家了，「馬上就要離開日本了呢…」心中突然湧出滿滿的不捨，然而，這種感覺一直到上了飛機後，愈發強烈，這幾天來，去了不少地方，認識了許許多多的人，「人與人之間的相處，還有一種，叫做『緣份』」在旅行的途中，我漸漸的開始體會到了，無論在哪遇見了甚麼人，我覺得，只要能夠相遇，就已經是一件難得的事了。

來日本的這幾天，我開始學著跨出自己的第一步，嘗試著靠自己用日文與他人對話，嘗試努力學會有關日本傳統文化的知識，嘗試著，在旅行的途中，不只適用心，更是用照片來記下每個美好的回憶。對於我來說，這次的旅行，不只是教育旅行，而是一次成長，每一次的成長，都使我們更加聰慧，卻也更加強大。



日期： 5 月 30 日

地點： 隱藏版-天開稻荷神社

心得：和朋友因著好奇心而發現的，位於太宰府附近山上的神社，為了到達這裡，我們可是爬了好幾層的階梯呢！幸好最後總算是到達了，(笑)到現在我仍忘不了我們當時發現這時，心中的那股歡喜與滿足，雖然最後導遊向我們介紹那是專門祈求事業順利的，儘管如此，難得的出來旅行，去冒冒險闖蕩闖蕩，又有何不可呢？



新竹市私立光復高中 108 年 5 月
赴日本九州文化體驗國際教育旅行

心
得
報
告

姓 名： 林○婷

班 級： 2 9 1

活動日期：108 年 5 月 27 日至 5 月 31 日

☆

日期： 5 月 27 日

地點：一蘭之森 → 大濠公園
→ 博多運河城

心得：來到日本的第一站，是觀光朝聖的

一蘭拉麵的博物館和工廠，在這裡我們看到
了一蘭的歷史演變還有拉麵製作過程的秘密
，也吃到了道地美味的拉麵和買了福岡限定的
泡麵。第二站去的是一個充滿歷史文化的
公園，屬於博多灣的一部份前身是護城河，

之後改建日式庭園才對外開放，是日本屈指可數的水景公園，我們吃飽到這
一邊散步一邊欣賞廣泛的湖景和各式的動植物。第三站則是一座結合娛樂和
商業的運河成，在這參觀日本的購物中心體驗與台灣不同的休閒氛圍。



日期： 5 月 28 日

地點： 一風堂拉麵 → 麻生外語觀

光製菓專門學校

心得： 第四站一樣也是有名的拉麵參訪

不一樣的是這次由我們自己親手製作

待會要享用的拉麵和餃子，從一開始麵團

的搓揉到最後的煮麵都很有趣，最新奇的

是用腳踩麵糰來到這裡才知道有這樣的方

法呢！開始品嚐自己做的果然特別美味，

和一蘭的味道也有明顯的差別呢。第五站

日校交流，在這裡師傅教我們用了日本非常有名的抹茶作成巧克力塔和球，

雖然一部分已經幫我們準備完成了但還是學到與台灣不同的製作手法，也看

到不同的實習環境，是很有收穫的一天，還有師傅&翻譯都很有趣呢！



(可自行延伸或增加頁面)

日期： 5 月 29 日

地點： 泰泉閣溫泉飯店→ HOME STAY

心得： 第六站是期待已久的日式溫泉飯店，

在這裡體驗了人生第一次的「裸湯」，

比想像中的舒服而且還有溜滑梯可以玩，

泡完湯睡在榻榻米上真的是一大享受呢！

第七站是體驗農家生活，我們這家的轟爸

轟媽帶我們去逛 shopping Mall 和吃抹茶霜淇淋；帶我們一起準備晚餐和看

星星螢火蟲，還帶我們去參觀了葡萄園認識他朋友，是非常友善而且可愛的

爺爺呢！



日期： 5 月 30 日

地點： 太宰府天滿宮→九州國立博物館

心得： 第八站來參拜學業之神也求了

御守給家人和自己，這裡很大很漂亮

充滿傳統的日式建築，在這裡我們吃了

梅枝餅，酸酸甜甜的很好吃呢！還有

剛好遇見的傳統的結婚儀式真的很特

別！第九站也是這次的最後一個行程，

從天滿宮往上走到了門口再進到裡面

搭了好多的手扶梯，蓋得非常之高呢，

而內容是在介紹日本的歷史，從亞洲的角度把握日本文化的形成。



(可自行延伸或增加頁面)

日期： 5 月 31 日

地點： 福岡空港 → 桃園國際機場

心得： 5 天的教育旅行一下子就結
束了，還記得出發時的期待
轉眼間就到了回去的不捨。
印象最深刻的是 home stay，
從一開始的陌生到擁抱的道
別，即使我們要靠著翻譯溝



通，但這短暫的相處時光卻是那麼快樂，還記得最後我們說的下次還要再見
，這段緣分會永遠留在心中。參加這次之後似乎學到了很多，交到了更多朋
友，也變得更大方更獨立些，是一次很棒的體驗和回憶~

**新竹市私立光復高中 108 年 5 月
赴日本九州文化體驗國際教育旅行**

**心
得
報
告**

姓 名： 徐○希

班 級： 十智

活動日期：108 年 5 月 27 日至 5 月 31 日

日期： 5 月 27 日

地點：一蘭之森—大豪公園—博多
運河城—飯店

心得：一到日本後導遊就先在遊覽
車上解說我們今天的行程，
最先要去的地方是一蘭之森
吃中餐，那旁邊有一個小小
的博物館，是專門介紹他們



製作拉麵的過程和特殊的餐具，他們有一種只有在太宰府限定的五角形的碗
和筷子，因為在日本「五角」的發音跟「合格」的發音相同，而太宰府又是
如同我們台灣的孔子一般，是學業之神的代表，所以如果想要祈禱考試能考
好或是能上好學校的話，就會去那邊吃他們那邊的一蘭拉面。

日期： 5 月 28 日

地點：一風堂—麻生外語學校
—泰泉閣

心得：早上我們先去一風堂學習製
作拉麵和餃子，一開始先從
揉麵團的部分開始，雖然說
是兩個人一起做一份，但對
外行人來說還是有些困難的



，所以在製作上有一很多的部分可以再加以改進，之後我們就去包餃子，但
大家好像都沒什麼包餃子的經驗，所以包出來的形狀都千奇百怪，還有人包
成燒賣的樣子呢。下午的時候去麻生外語學校學習製作西點，那位製作西點
的老師很可愛，用有些搞笑的方式為我們講解製作過程。

(可自行延伸或增加頁面)

日期： 5 月 29 日

地點：農家體驗 HOMESTAY(久留米市)

千年神木-田主丸車站-溫泉

心得：一見到 home 媽的時候，我跟同學就用自己會的日文去與對方溝通，home 媽聽到我們會日文還感到有些震驚，就問我們是不是喜歡漫畫，我們回答是了之



後，他就特別帶我們去見有名的木板作家「倉富敏之」，那位作家還很大方的送我們許多他創作的手稿呦，結束後 home 媽帶我們去溫泉洗澡，那邊的溫泉雖然不大，但還是跟在泰泉閣那邊一樣舒服，洗澡結束後，home 媽帶我們去田主丸車站，那邊的特色是河童，就連車站的外觀也都是河童的造型，到那邊時 home 媽很熱情的去跟坐在那邊的幾個女高中生搭話，女高中生也很熱情的跟我們聊天，雖然說我們的日語並沒有到很厲害。聊了半個下午後，我們終於到了 home 媽家，首先我們先賞了他們家親手做的晚餐，裡面的菜餚雖然都少少的，但樣式很多，所以東吃一個西吃一個就把肚子為飽了，讓我們稍作休息一下後，home 媽就拿出數套的和服，讓我們挑自己喜歡的花樣，我挑了套白底藍花紋的，先後換上和服後，我們就開始體驗日本的傳統活動，首先是花道，使用的花是我們在吃晚餐前和 home 媽一同去採的，花道結束後換茶道，這時身為左撇子的我就有些不吃香了，因為在日本的社會裡，幾乎是所有事情都是由右手來做，像茶道要用右手去攪拌，所以我在做的時候動作非常的搞笑。

日期： 5 月 30 日

地點：太宰府天滿宮--

九州國立博物館

心得：今天我們來到太宰府，太宰府這邊就好比我們台灣這邊的孔子一樣，所以身為學生的我們當然要來參拜一下囉。而且我們的運氣真的很好



呢，我們在自由活動的時候遇到了一對新人呦！這還是我第一次看見真正的日本新娘子呢。

(可自行延伸或增加頁面)

日期： 5 月 31 日

地點：福岡空港-桃園國際機場

心得：五天的日本行，最終還是要
回去台灣讀書的啊，原本時
間就不多了，而且跟同學一
起出來，就感覺時間又過的
更快了些，在這次日本行當



中，我學習到了許多的日本傳統的活動，像是日本的花道、茶道，或是日本
神社參拜時的禮儀，而且也更加確定了自己的日文程度，下次我們打算再來
一次自助旅遊，這次要挑戰全日語溝通。

日期： ____月____日

地點： _____

心得： _____



**新竹市私立光復高中 108 年 5 月
赴日本九州文化體驗國際教育旅行**

**心
得
報
告**

姓 名： 張○暄

班 級： 2 9 1

活動日期：108 年 5 月 27 日至 5 月 31 日

日期： 5 月 27 日

地點： 大濠公園

博多運河城

心得： 到日本的第一天我們先去

品嚐一蘭拉麵，吃飽後我們

馬上去大濠公園，散散步拍

拍照，日本的公園真的超乾

淨，地上都不會出現垃圾，



連湖水都很清澈，上面也沒有飄任何垃圾，也沒有任何惡臭味，那裡真的很美很好拍照，拍了很多奇葩的照片，之後我們去了博多運河城，裡面有點複雜，他不是一排一排整齊的排列，是一棟一棟中間又互相穿插，看著地圖也不一定走的到，再運河城停留 1 個半小時，大概花了一個小時再找路，還差點迷路，到最後還是用跑的上車，運河城賣的東西都比台灣貴，但是有很多品牌的東西是在台灣看不到的，最後我們去了博多車站，導遊在那發了 1500 日幣去吃晚餐，經歷了一些溝通障礙還是挺順利的吃飽了，吃飽後再到車站裡面逛一逛，在車站裡面都是賣辦手禮，感覺不好逛於是我們去了另一棟電器大樓，他的 3 樓竟然有 ABC Mart 還有 NU，逛完 9 點就準時回飯店睡覺了。

日期： 5 月 28 日

地點：麻生專門學校

泰泉閣溫泉飯店

心得：好久在平日沒有睡的
那麼飽了，睡到 7 點
半才 morning call
吃的早餐是自助式的



跟台灣有很大的差異，很多都不敢吃，吃了一碗咖哩飯就走了，吃飽後 9 點集合，一上車就有一個麻生學校的老師，帶我們一起去一風堂拉麵做拉麵和餃子，現煮現吃，讓我印象深刻的是他們竟然是用腳踩麵糰，一開始覺得有點奇怪，但做出來還蠻好吃的，而且他們的餃子好像我們的餛飩，吃飽後我們去了麻生學校，他們的烘焙老師超口愛的，他教我們做柚子塔和抹茶餅乾，他們的烘焙教室很乾淨，穿著拖鞋進去上課，做完也不用刷地板，還有椅子可以直接坐在那裡吃，做到一半我的姑姑還跑來找我，我還不知道他讀這間學校，有點尷尬…做得柚子塔很好吃，就只是有點甜份量有點多，吃完後我們在門口拍了張合照就回飯店了，今天是住溫泉飯店，晚餐吃的是飯店準備的宴席料理，一進去想說這怎麼可能吃的飽，沒想到是撐到快吐的走出來，吃飽後大家都回飯店休息，第一次嘗試泡裸湯，超舒服的跟穿衣服的感覺是完全不一樣的。

(可自行延伸或增加頁面)

日期： 5 月 29 日

地點： 農家寄宿



心得：今天也是一樣睡到7點半才起床，早上也吃自助式的，但吃得比第一天吃的還豐盛，吃了很多薯條和可樂餅，吃飽後，我們去了一間接待

外賓的講廳，開始聽他們說泰全閣溫泉飯店的介紹，聽完後他帶我們去參觀，比較高級的房間，那個房間超大，還能獨自一個人在自己的浴室泡溫泉，洗溫泉水，還去參觀了天皇來住過的房間，那間房間能自己決定是要睡塔塔米還是睡床上，介紹完我們去吃了午餐炸物，什麼東西都拿來炸，有一個炸雞肉塗上酸酸甜甜的醬超好吃，吃飽後我們就去文化中心找自己的 home 爸和 Home 媽，到了他們家，我們有非常嚴重的溝通障礙，所以 home 爸帶我們去逛他們的 shopping mall 逛到5點多又去了他們的超市，home 爸還請我們吃抹茶冰，回家後我們輪流洗澡，沒洗澡的就幫忙 home 媽做晚餐，我們晚餐吃了壽司飯，炸魚，一些當地小菜，還有一盤切番茄加 home 媽做的特調醬，晚上吃超飽，還想說他們平常都吃那麼多嗎，沒想到 home 媽說這是平常吃的三倍，吃飽飯我們在客廳一起看電視，聊天還有跟 home 爸媽養的一隻臘腸狗玩，8點多還一起去家裡看螢火蟲，屁屁一亮一亮有夠可愛，9點多就回房間鋪床，我們還吵到老師睡不著起來分開我們哈哈。

日期： 5 月 30 日

地點： 太宰府天滿宮

九州國立博物館

心得：在 home 媽家，我們七點就該起床了，但是賴到七點半才床刷牙吃早餐，home 爸一大早就去工作回來一起吃早餐，早餐的分量也超集多，



我們也都沒有吃完，有點浪費，早餐吃到一半 home 爸就跟我們道別了，他要先去工作了，大家吃完後，home 媽在著我們一起去他的朋友家，是一個葡萄園，他們葡萄一斤可以賣到 3000 日元，home 媽的朋友用的流利的英文，很熱情的跟我們對話，但他的日本腔很重，我們只聽得懂一些些，home 媽的朋友還請我們喝咖啡和汽水，一直聊天直到快到了集合的時間我們才回到文化中心和 home 媽道別，心裡滿滿的不捨好想再跟 home 媽多待幾天，集合完後，大家一起去了太宰府天滿宮，我覺得日本的拜拜很特別，都不用插香之類的，只要鞠躬和拍掌，買了御手也不用過香爐，跟台灣真的差很多，再太宰府我們還剛好遇到當地人在結婚，真的很幸運，拜完拜我們在太宰府附近吃飯，再走去的路上，我們還看到兩顆專門在拜和埋菜刀或筆的石頭，中午吃的是宴席料理，一碗白飯，一碗烏龍麵還有一大盤菜，都吃不完，吃飽後我們去參觀九州國立博物館，裡面擺著各式各樣古老的文物，參觀完一路逛回停車場，有一間店專門再賣宮崎駿電影周邊的小物，有點貴但是超可愛，還是買了一些，之後去了一間收很多身體缺失的員工的一間餐廳，他們的天婦羅炸的超好吃，甜點蛋糕也超好吃，最後就回到飯店了，住的跟的一間是一樣的，我們也去了電器大樓，轉了超多扭蛋，甚至還去拯救了 3 個在火車站迷路的同學!!

日期： 5 月 31 日

地點： 福岡機場

心得：最後一天要回家了，早上
6 點 50 就起床了，跟同班
的一起去吃早餐，雅姿教了
我一招吃烤吐司的方法，超
好吃的，把吐司烤焦一點，



在吐司上塗上一層奶油，再塗一層草莓醬，一次吃了 4 片！回台灣也要這樣吃
吃完後就集合一起去機場，日本跟台灣不一樣，他們是先掃描行李才去托運
，大家都順利通過了，結果博恩買了一支武士玩具刀，被攔下來，還有兩個
警察來查，警察全程都說中文，超有禮貌的，一進去就開始買免稅商品，買
了白色戀人，一些餅乾，大家都買了一大堆，在等飛機時，旁邊剛好有一排
扭蛋機，大家拼命扭拼命扭，一次都扭 5.6 顆，扭蛋真的還挺可愛的，而且
台灣扭 2 顆的價錢，日本可以扭 4.5 顆，上飛機後大家都很累睡全程，只有
吃飛機餐才清醒，到台灣後有種想移民日本的感覺…好喜歡日本鄉下悠閒的
生活。

**新竹市私立光復高中 108 年 5 月
赴日本九州文化體驗國際教育旅行**

**心
得
報
告**

姓 名： 彭 O 姿

班 級： 291

活動日期：108 年 5 月 27 日至 5 月 31 日

日期： 5 月 27 日

地點： 福岡一蘭之森

心得：在台灣一蘭拉麵是赫赫有名的
有錢還不一定吃的到，這次
很開心能來的一蘭的觀光工廠
體驗到一蘭拉麵的傳統以及



歷史，吃到一蘭拉麵覺得非常美味，配上冰水真是爽快阿~日本人還又一種
習慣就是吃麵時要發出聲音代表美味，但我們好像沒有做到，因為全場被
我們全部 17 人包下了，大家的習慣還是安安靜靜的吃部發出聲音，我們點
的分量是比較多的，所以吃到後面有點膩，因此才沒把湯喝完，喝完的話
下面還有一段話當作鼓勵，有點後悔沒喝完呢！

日期： 5 月 28 日

地點： 麻生外語觀光製菓專門
學校

心得：一開始都只是日本人來
我們學校參訪，沒想到我
們也可以來體驗與參觀他
們上課的地方，跟台灣的
差很多，日本的是非常乾



淨而且舒適的，而且衛生顧得很好洗手完還有自動噴酒精，讓人保持愉快
的心情。我們一起製作抹茶巧克力柚子蛋糕，還有抹茶小餅乾作法簡單又
好吃，雖然與老師語言不通，但他活潑生動吸引我認真觀看，還有翻譯的
岩生老師非常可愛，很好相處，短短相處幾小時但收穫滿滿！

(可自行延伸或增加頁面)

日期： 5 月 28 日

地點： 泰泉閣溫泉飯店

心得： 今晚就入住了這家溫泉飯店，日本人喜歡泡湯，所以要來嘗試一下裸湯，剛開始大家互相都很害羞之後就習慣了，露天溫泉



真的很值得去體驗，大家晚上還一起穿浴衣吃晚餐，晚餐我們吃的是日式和風料理房間是屬於傳統榻榻米飯店人員幫我們鋪床，兩個睡起來還有點空房間四個人一起睡也不會太擠，很推薦去的一家飯店~之後館長還介紹了他們飯店的特色，非常用心，了解了更多關於日本的餐飲作風。

日期： 5 月 29 日

地點： 農家體驗

福岡縣朝倉市秋月

心得： 第一次 homestay，既期待又害怕，幸好 home 爸 Home 媽人都很好，主動跟我們講話，雖然語言不通，但我們一起做了好多事



情，一起準備烤肉，看螢火蟲、泡湯、看野兔和野鹿，吃下午茶散步，超好玩，在台灣根本看不到，有時候這種鄉下地方也是蠻好的，無憂無慮不被時間給控制住了~~害我有點想搬來這裡了，真的感謝 home 爸媽，我愛你們~

日期： 5 月 30 日

地點： 太宰府滿天宮

九州國立博物館

心得： 常常在電視上看到這個畫面，這次終於看到真實場景，好多日本的國高中也來這個地方，果然是福岡著名的觀光勝地，代表很



靈驗所以才這麼多人來參訪，我買了4個御守回去給家人，希望他們能平平安安，九州博物館裡面蘊藏了很多古物，從舊石器時代到德川後期的發展過程，都記錄下來，還有詳細的解說機器，讓不是本國人也可以學習到他們的文化，在觀光方面真的做得很好，台灣也可以利用這種方式。

(可自行延伸或增加頁面)

日期： 5 月 31 日

地點： 福岡機場

心得： 時間過得真快，五天就這樣過去了~這幾天學到了很多出國看看各國文化，促進文化交流，日本人非常注重禮貌，吃飯時不滑手機，講話



也要適時的回應對方，司機會幫忙抬行李，很端莊，導遊穿得跟空姐差不多，車子普遍都寬寬方方的，計程車有各種顏色，道路在左邊駕駛在右邊，還有好多好多說不完~這些回憶是非常寶貴~能與同學一起出國是多麼幸福的一件事，感謝瑞萍老師，芳芳導遊，我的朋友們，爸爸媽媽讓我能參加這次旅行

--

(可自行延伸或增加頁面)

**新竹市私立光復高中 108 年 5 月
赴日本九州文化體驗國際教育旅行**

**心
得
報
告**

姓 名： 黃○慎

班 級： 341

活動日期：108 年 5 月 27 日至 5 月 31 日

日期： 5 月 27 日

地點： 一蘭之森-大濠公園-

博多運河城

心得：第一天到了一蘭之森參觀一蘭
的觀光工廠，我們先是到後半



部的小型博物館，內頭有製作拉麵的用具、食材和吃拉麵的碗、餐具，接後到
前半部品嚐一蘭拉麵，在一蘭可以選擇自己最合適的口味，例如：「湯的鹹度、
麵的軟硬度等等」，之後到大濠公園內散散步、拍照，公園內有許多烏鴉、魚、
烏龜，在藍天綠地的環境下生長，每隻都是又肥又大，隨後便到今天最後一站
-博多運河城，運河城有許多店家，不管是藥妝、時尚流行、美食，都是應有
盡有，我與幾位同學吃了肉肉非常多的定食，但是等到送上餐時差一點就睡著
了，之後隨處逛逛，但是那裡超級大間，不小心迷了點路，還好有線上地圖。

日期： 5 月 28 日

地點： 博多一風堂拉麵

心得：第二天的早上到了博多一風
堂拉麵，學習製作拉麵、餃
子，而且在那裡也不只只有



我們在學習而已，也有從世界各地，攜家帶眷而來的家庭。一開始我們先揉了
拉麵麵糰，再把餃子包入內餡，之後用腳踩拉麵麵糰、機器加壓、機器切麵，
最後煎餃子、煮麵、試吃。最後還有一個可以帶回家的小小拉麵禮盒，真的很
感動。

日期： 5 月 28 日

地點：麻生外語觀光製菓專門學校

心得：第二天的下午，我們到了麻生外語觀光製菓專門學校學習製作甜點，但是因



為時間的關係，很多老師都已經幫我們準備得很完善，這次我們製作了 Tarte maccha，我們在抹茶餅乾上面擠滿了鮮奶油，放進冰箱取出塗上柚子醬，最後在上面撒了點白巧克力，每個人都發揮出了自己的想像力擠出了各種各樣的圖案，都是獨一無二的，吃起來有柚子香氣和滿滿的奶油，冰冰涼涼的，再配上底部的抹茶餅乾，真的是好吃的不得了，另外還製作了 Macccha cookie，我們把麵糰分割成一小顆一小顆的，抹上粉，烤出來酥酥脆脆的。

日期： 5 月 28.29 日

地點：泰泉閣溫泉飯店

心得：最後第二天的晚上，我們到了泰泉閣溫泉飯店，享用了飯店內的晚餐，但是



在一風堂和學校實在是吃得有點飽，但是也不得不吃，大家都很盡力的享受每一道餐點，飯店內的人員服務得很周到，想不到有些服務人員也會說中文。吃飽飯後，便到了露天溫泉泡湯，起初大家也是很害羞的脫掉衣服，但是很快就入境隨俗了，因為其實也不是什麼大不了的事，而且在戶外微風徐徐，外加上溫泉的熱水，讓人整個好放鬆，真想讓人一泡再泡。隔天早上我們聽了社長經營泰泉閣的歷史，最後還去看有日本天皇住過的房間。

日期： 5 月 29.30 日

地點：朝倉市教育委員会

心得：在第三天我們就分道揚鑣，
到了各自的 Home 爸、Home
媽家，原本起初會以為語言
不通而無法進行交流，但憑



藉著彭同學的協助下，我和陳同學才能照著 Home 媽的指示做，一開始我們去
附近散步到正在農田工作的農夫吃了橘子，和到一位部長家中聊天，聊了部
長自己的生涯，再來我們到附近的溫泉洗澡，回到家中後晚餐 DIY 飯糰、魚、
鹹酥雞，想不到 Home 爸把整隻魚連個骨頭都吃個精光，我也便照做了，還真
的可以，九點時，我們到栗木家旁的河流欣賞螢火蟲，每隻都又大又肥，我
也第一次看到天空有這麼多星星，最後第四天早上出門去採枇杷分享給各位。

日期： 5 月 30 日

地點：太宰府天滿宮

心得：第四天我們到了太宰府天滿
宮，那邊的主祭神是學問之
神，有超級多的觀光客和學



生，不管是從幼稚園到高中生甚至連到大學生都有，而且那裡的梅枝餅真的
超級好吃，在那天我們也很高興地能夠看到有一組新人結婚，在場的每個人
都在拍手慶祝他們能夠白頭偕老。

日期： 5 月 30 日

地點： 九州國立博物館

心得： 行程已經來到尾聲，最後我們去參觀九州國立博物館，裡面有許多歷經久遠年代的古物，像是書畫、甕、

神像等等文物，有些保存得完好無缺，但是有些可能缺了一角或是只剩下了殘缺的碎片，我很高興這些東西還能被看到或使用，畢竟是古人花費心血所創造出來的，我們一定要好好保存，讓下一代子孫也能看到人類發展的歷程與進步。



(可自行延伸或增加頁面)

新竹市私立光復高中 108 年 5 月
赴日本九州文化體驗國際教育旅行

心
得
報
告

姓 名： 陳○蓁

班 級： 291

活動日期：108 年 5 月 27 日至 5 月 31 日

☆

日期： 5 月 27 日

地點： 一蘭之森

大濠公園

心得：第一天 3 點半到學校集合，興奮到晚上根本沒睡覺！然後出發去機場搭飛機到日本。第一次跟同學一起出去玩真的超級興奮！到那邊的第一個景點是一蘭之森，雖然這不是第一次吃一蘭拉麵，但是是第一次看到這麼大的一蘭拉麵園區，第

二個是去大濠公園。去那裡的時候就下雨了…所以只有簡單的拍拍照就走了，但是那裡的風景真的很美！然後魚很大隻。晚上去了博多車站吃晚餐、逛逛街，然後回飯店（日本的飯店真的很小 ㄟ_ㄟ 小到兩個行李箱放不下…）



日期： 5 月 28 日

地點： 一風堂拉麵

麻生製菓專門學校

心得：第二天我們先去一風堂做拉麵跟餃子！不得不說日本的煎餃真的很好吃…但是拉麵真的不是很合我的胃口…日本的拉麵應該是湯頭的關係，吃到最後都會覺得很膩。做完拉麵之後，我們去麻生專門製菓學校做抹茶塔。



那裡的老師真的超可愛！講話也很有趣，實習教室也很乾淨，還有他們的廚服超可愛！抹茶塔雖然很好吃，但是也是屬於吃到後面會膩到吃不下東西…畢竟整個都是用白巧克力做的…。晚上我們住的飯店是泰泉閣溫泉飯店，那裡的溫泉很舒服！房間是很日式的榻榻米，睡起來真的特別難忘⁹(>w<)و

日期： 5 月 29 日

地點： 泰泉閣

HOME STAY

心得： 第三天早上，先起床
吃飯店的早餐，然後參觀泰泉閣
天皇住過的房間、和那邊所有不
同的房型。每一間真的都很用心
的在裝潢、在佈置，服務也都很
棒！參觀完泰泉閣後，我們出發
去 home stay 找我們的轟爸轟



媽！一開始見到轟爸轟媽以為會很尷尬，結果我根本超級好玩！跟轟媽一起去泡溫
泉、晚上跟轟爸轟媽一起準備晚餐、一起烤肉、一起看星星、玩仙女棒、走到家門
口看螢火蟲、一起跟狗狗玩、一起開車夜遊去看野兔跟鹿、再一起說晚安睡覺，真
的很感動也很幸福。

日期： 5 月 30 日

地點： HOME STAY

太宰府

心得： 第四天早上起床，吃轟媽
做的早餐、再一起在客廳拍照、
坐著一起聊聊天然後出發到集合
的地方…轟爸轟媽開車技術真的
超好，再小的路都難不倒他們！
都可以很順利的開過去！超級厲
害！到了集合的地方之後，超級



捨不得跟他們分開…捨不得到抱抱完還爆哭ㄟ ㄟ 真的好想他們。離開後我們出發去
太宰府！先去參拜然後去買御守、吃飯（吃和食吃到快吐…但是這一餐有一個東西叫
梅子餅，是太宰府的名產！超級好吃！）吃完飯之後去逛逛太宰府附近的一些小店，
買一些禮物，就回到第一天住的飯店整理行李，準備明天要回台灣了。

日期： 5 月 31 日

地點： 福岡機場

桃園機場

心得：第五天早上，一樣去吃了飯店的早餐，然後趕快回房間再收拾一下行李，準備出發去福岡機場搭飛機回台灣。要回去的時候真的很捨不得很不想走…很喜歡這幾天在日本的一切！跟著大家一起一直吃一直吃、一起逛街



一起玩，真的很開心也很難忘。也希望下次還有這樣的機會能夠讓大家聚在一起(〃
￣▽￣)很謝謝圖書館的組長不嫌麻煩的幫我們處理這次的活動，也很謝謝瑞萍老師帶著我們一群小孩出去玩，也謝謝導遊陪著我們這五天一起走走跳跳的，發生事情也會馬上給我們支援！辛苦了☺

**新竹市私立光復高中 108 年 5 月
赴日本九州文化體驗國際教育旅行**

**心
得
報
告**

姓 名： 涂○瑜

班 級： 291

活動日期：108 年 5 月 27 日至 5 月 31 日

日期： 5 月 27 日

地點：一蘭之森

心得：第一天我們從桃園機場出發後，坐了將近兩小時的飛機，終於到達日本福岡機場，才剛出機場遊覽車司機就已經在外頭守候著



我們。行程的第一站就是一蘭之森它是一個小型的拉麵博物館，裡面有介紹許多關於一蘭拉麵相關的事物，例如在太宰府的一蘭拉麵所使用的碗是五角形，原因是日文五角的發音相似合格，天神西通店的拉麵是使用長方形餐盒也是相當特別，這天我們還去逛了博多運河城，我一開始還以為他就只是一個百貨公司。應該逛個兩下就結束了沒想到事實上比我想像中的差距非常多，它不僅僅有一間大樓，如果要認真逛的話一天肯定是不夠的吧！

日期： 5 月 28 日

地點：麻生專門學校課程實作體驗

心得：第二天從飯店離開後，我們就搭車前往麻生專門學校，在日本它們念的高中不像台灣有職業學校，如果想要念有關技術，方面就必須等高中畢業去念專門學校，專門學校不光是技術，也有上關於取得公務人員資格的



課程。早上的實習課我們去一風堂做拉麵與餃子，他教我們從一開始的麵糰壓捏後，用壓麵機一次次的把它壓成很薄的麵皮，最後用製麵機把麵皮依照自己喜好做成粗麵或細麵，並且教導我們如何煮麵，以及把很小的麵糰擀製成很薄的餃子皮，我一開始還很害怕餃子皮會破掉，但是實際上完全沒有這個問題。

(可自行延伸或增加頁面)

日期： 5 月 29 日

地點：農家寄宿

心得：第三天我們從飯店離開後，就前往活動中心與各位的 Home 爸、媽集合，剛開始我和 Home 媽聊不上什麼話，似乎是因為互相還不熟悉的關



係，雖然 Home 媽、爸只聽得懂一些些英文，但是在溝通上大致還順利，寄宿的晚上是令我印象最深時刻，當我們吃完晚飯後 Home 媽就領著我們去一間教室，一進去就有一位國中生坐在椅子上，過沒多久又有四位國中生來到這間教室，這時 Home 媽就說要帶我們去看螢火蟲和放煙火，當我們準備去國小放煙火時很遺憾的遇見日本的

消防隊正在練習，接下來我們就直接去看螢火蟲，那個場景我認為是去日本最美好的一個夜晚，最後我們與國中生道別後，就回到房間休息。

日期： 5 月 30 日

地點：太宰府天滿宮(九州國立博物館)

心得：第四天離開農村後，就前往太宰府天滿宮，當我們走道入口前一路上都是各

式各樣的商店，有賣紀念品



吃午餐，那頓午餐令我印象深刻的是的是梅枝餅這個甜點，一開始我還以為他是包梅子餡的餅，咬下去的第一口還不敢吃太大口怕會很酸鹹，但咬下去那刻完全顛覆了我的想法，裡面並不是梅子餡而是紅豆餡，整個餅吃起來外皮酥香脆內部軟綿綿的感覺吃棉花糖一樣入口即化，我還很好奇為什麼看似完全和梅子不相關卻要叫梅枝餅，所以我上網查原來是因為餅的外皮烙印著梅花的形狀，太宰府天滿宮祭祀的菅原道真，生前喜愛一位老婆婆所做的餅，在他過世後，老婆婆便把餅插在梅枝上，據說這就是梅枝餅的起源。用完午餐後我們就去參觀九州國立博物館，我們看的展廳應該是在介紹關於九州的歷史文物，逛完展廳後我們就去參觀太宰府，第一戰我們去和御神牛拍照據說摸牛的頭部能增長智慧摸牛的身體能保佑健康，接下來我們來到手水舍，必須要在這裡沖洗一下和漱漱口把髒汙去掉才能進去，殿前有個箱子如果要祈願的話就丟五元進去就可以開始祈願了，接下來導遊讓我們能去自由

參觀，其實那地方不大一下子就繞完基本上沒什麼東西能看，但是比較有趣的是在一個休息點有耍猴戲，雖然是個很短的表演但還挺有趣。

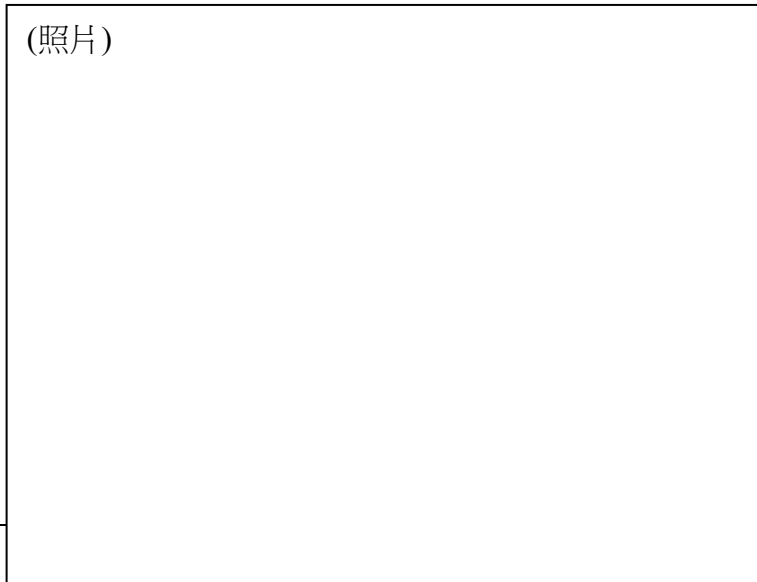
(可自行延伸或增加頁面)

日期：__ 5 __ 月 __ 31 __ 日

地點：_____

心得：_____

(照片)



**新竹市私立光復高中 108 年 5 月
赴日本九州文化體驗國際教育旅行**

**心
得
報
告**

姓 名： 許○怡

班 級： 291

活動日期：108 年 5 月 27 日至 5 月 31 日

日期： 5 月 27 日

地點： 一蘭拉麵

心得： 第一天，我們就去了日本最有名的一蘭拉麵。
一蘭拉麵最特別的地方，就是它可以自行選擇口味的清重。還有他的碗，除了有分形狀之外，湯喝



完之後，碗的底部會有字。我是不知道寫甚麼啦，那一整碗根本喝不完，還很撐。一蘭館也有很多小遊戲可以玩，也有介紹麵的製程。很值得來一趟。

日期： 5 月 28 日

地點： 一風堂拉麵、麻生學校

心得： 早上我們去製作一風堂拉麵還有餃子，特別的是製作拉麵的麵糰還需要用腳踩，一開始還會害怕不會有腳臭嗎。



結束之後我們去了麻生學校，製作抹茶塔。這抹茶塔真的很好吃，可是塔太大了，吃不下。老師們也很親切，很可愛。最後還是很捨不得地離開了學校。

日期： 5 月 29 日

地點： h o m e s t a y

心得： 一開始見到 h o m e 爸
還很害羞，首先他先載
我們回家放行李，接下
來他就帶我們去逛商場
，之後我們就去吃冰，



h o m e 爸請客喔！回家之後我們就一起準備晚餐，整桌滿滿的，很豐
盛。晚上還去看螢火蟲，家門口的小溪邊就有，還有很多星星。隔天
h o m e 媽早已準備好我們的早餐，也是很豐盛。後來 h o m e 媽帶我們
去朋友家的果園，拜訪完果園就是道別的時候了。

日期： 5 月 30 日

地點： 太宰府

心得： 我們去了太宰府得滿天
宮，在進去之前每個人
都要先洗手，所以宮的
前面有一個洗手亭，洗
手還有順序的，不能隨



便。幸運的是，我們去的那一天有人結婚！除了拜拜的地方外，那裡還
有一間很大的博物館，外面也可以逛街，這裡幾乎可以耗一整天。我還
看到有一家專門賣宮崎駿系列的娃娃、吊飾，太可愛了！

日期： 5 月 31 日

地點： 福岡機場

心得： 睡起來，吃完早餐就出發機場。回憶起這五天覺得時間過得好快，在日本我有很多東西都不能吃，對於海鮮過敏，



只能看著別人吃炸蝦、生魚片，我只能吃炸菜，可是還是很飽，一餐還沒消化完就要下一餐了。這五天也學習了很多，也是第一次和同學們出國。這五天也讓我跟同學更了解彼此謝謝圖書館，讓我有這一次的機會。

**新竹市私立光復高中 108 年 5 月
赴日本九州文化體驗國際教育旅行**

**心
得
報
告**

姓 名： 陳○斌

班 級： 291

活動日期：108 年 5 月 27 日至 5 月 31 日

日期： 5 月 27 日

地點： 一蘭拉麵

心得：剛下飛機，我們就馬上來吃我們在日本的第一餐【一蘭拉麵】，這家店的占地超級大，外面還有很大的空間可以讓遊客拍照，而且外頭



風景也很棒，跟台灣真的是差很多呢！裡面還有一蘭的故事館，講述了很多很多的事，我覺得最特別的是它的碗有五角型的，長得就特別帥氣，當然除了五角形還有長方形……希望以後還有機會去吃。

日期： 5 月 28 日

地點： 泰泉閣

心得：第二天，我們一早就開始我們的實做體驗了，就這樣我們一路忙到下午快到傍晚才到我期待已久的溫泉旅館【泰泉閣】，我想泡



日本的溫泉不知道期待了多久，到了晚上我吃飽飯休息夠後，我馬上就去泡它的露天溫泉，果不其然日本道地的溫泉泡起來就是特別香！泡完後感覺特別舒服，跟在家泡澡真的是不能比擬的。

(可自行延伸或增加頁面)

日期： 5 月 29 日

地點： 寄宿家庭

心得：第三天，我們吃完早飯就
離開泰泉閣，之後坐了下
車，午餐就開始了……
我真心認為這間距有些快
，不過我還是硬著頭皮把



午餐給吃完了!真是辛苦啊!吃完後，我們便分別去往各自的寄宿家庭，home
媽人很好，雖然她講的我幾乎都聽不懂，不過還好有我朋友大略可以翻譯，
真的沒辦法時，我們還有 google，當時真慶幸有 google 阿……

日期： 5 月 30 日

地點： 太宰府

心得：第四天，我們去逛太宰府
類似老街的一個觀光地區
，我們在這買了道地的御
守，不過到底也是觀光地
區，我在御守上就花了快



10000 日幣!真是燒錢……還有日本的冰淇淋真的是好吃，雖然比台灣的貴
，但真的是濃又純，我給一個讚!反觀台灣，雖然便宜但水真的是加的令人
汗顏!真想再吃一支日本的霜淇淋~~

(可自行延伸或增加頁面)

日期： 5 月 31 日

地點： 機場

心得：最後一天，我們最終又回到了機場準備回台灣，真是令人依依不捨，真想再多玩個幾天，可惜阿。

最後，我們在免稅商店買

齊最後的伴手禮就搭飛機回台灣了。



日期： ____月____日

地點： _____

心得： _____



(可自行延伸或增加頁面)

新竹市私立光復高中 108 年 5 月
赴日本九州文化體驗國際教育旅行

心
得
報
告

姓 名： 彭○茹 (基於個資法，中間名字請打○)

班 級： 291

活動日期：108 年 5 月 27 日至 5 月 31 日

☆返國後請於一週內(6 月 8 日前)將心得報告電子檔 mail 至圖書館電子信箱。

電子信箱：kfshlib@kfsh.hc.edu.tw (mail 信箱均為英文字小寫)。

檔案名稱：108 年 5 月日本九州國際教育旅行心得報告(王○陸)。

日期： 5 月 27 日

地點：一蘭之森、大濠公園、
博多運河城、博多車站

心得：日本著名的一蘭拉麵在旅
行的第一天就吃到了,卻嚇到我了
,身為客家人的我都覺得湯頭太鹹
了,而且很膩,喝不完一整碗湯,水煮
蛋蛋腥味很重,有點失望

(照片)



大濠公園,聽導遊說這個公園是因仿西湖而建的,但我沒看過西湖所以我不知道他訪
的像不像,但那邊真的很美,只不過給的時間太少了,所以沒有好好得更深度去探訪,所
以以後如果有自助旅行會安排這個景點的

剩下的兩個景點都是在購物,所以就不多介紹了

欸嘿嘿嘿嘿嘿嘿嘿嘿嘿嘿嘿嘿嘿嘿嘿

日期： 5 月 28 日

地點：麻生專門學校

(拉麵製作 製作甜點)

泰泉葛溫泉飯店

心得：那天我們做餃子跟拉麵,午餐就吃這些自己做得食物,然後吃出了心得,一風堂拉麵比一蘭拉麵好吃很多,但餃子可能是因為自己

包的原因所以上面的皮很厚,口感不太好,所以沒有技術的話還是乖乖地花錢買外面的吃好了

製作甜點時,因為那位老師非常的活潑,所意氣氛很歡樂,其中在製作柚子抹茶塔時,白巧克力加抹茶粉的味道很香,所以讓我極為期待,但吃成品時,白巧克力的膩,讓我吃三分之二後就不行了,所以我就想如果未來要在台灣賣日式的甜點也許能減輕份量改良成符合台灣人的習慣,



(可自行延伸或增加頁面)

日期： 5 月 29 日

地點：honestay

心得：人生第一次體驗 honestay, 也很幸運去到了一家愛聊天的日本人家,從頭到尾跟轟媽用 google 翻譯聊天, 跟轟爸使用寫漢字聊天 很神奇對吧,不同國家不同年齡層 第一次相遇的兩群人,居然能依賴



寫字和翻譯聊的有笑有鬧,那天晚上在他們家的庭院一起烤了肉,還去家旁邊的小溪看了螢火蟲,那個數量是冷泉內灣短期內比不上的多吧,最讓我永生難忘的是吃完飯轟爸轟媽載我們到山上看野生的兔子跟鹿,到今天過了三天當我回憶起這些事實都會不自覺得笑了出來

日期： 5 月 30 日

地點：太宰府

心得：一早離開 honestay 眼睛哭的極腫,是真的很難過的那種
再來我們到了太宰府,日本的宮廟真的非常的美,當盡到最裡面的時候,剛好看見有人結婚在參拜,當他們進入場時,現場的日本人不約而同為他們掌聲給予祝福

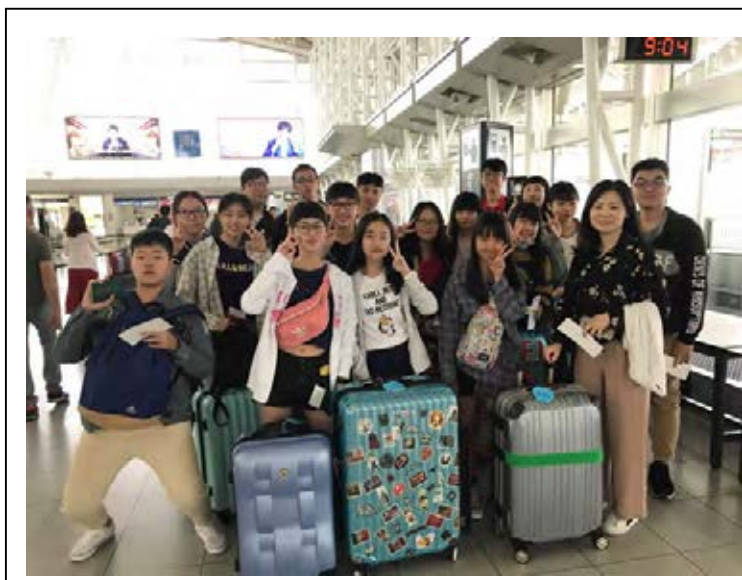


(可自行延伸或增加頁面)

日期： 5 月 31 日

地點：機場

心得：起床就去機場了,雖然有點不捨,但還是很想念台灣的滷肉飯



**新竹市私立光復高中 108 年 5 月
赴日本九州文化體驗國際教育旅行**

**心
得
報
告**

姓 名： 彭翊軒

班 級： 291

活動日期：108 年 5 月 27 日至 5 月 31 日

日期： 5 月 27 日

地點： 一蘭之森、大濠公園、
博多運河城

心得： 這次的教育旅行我們第一站

到的是在台灣和日本都很有名的
一蘭之森，也品嚐到了道地的
日本拉麵。休息一下後，我們到
了大濠公園走走和拍些照片，也



瞭解有關公園的歷史。到了晚上我們去到博多運河城裡到處逛逛和解決我們
今天的晚餐。

日期： 5 月 28 日

地點：麻生專門學校、一風堂、
泰泉閣溫泉飯店

心得：第二天我們到了一風堂去製
做拉麵和餃子，這個體驗很
有趣，自己做的食物也很好
吃。之後我們到麻生專門學
校去做小點心，裡面的老師



也都很親切，環境也很不錯。到了溫泉飯店後，放行李、穿上浴衣就到飯店
的梅之廳吃飯，最後才去泡溫泉。

(可自行延伸或增加頁面)

日期： 5 月 29 日

地點：泰泉閣內部參觀、農家體驗
入村式

心得：起床後，我們就在泰泉閣飯
店裡參觀，看了很多的房間
類型、看天皇所住的房間也
請了飯店經理和主廚來跟我
們講講自己經驗。下午我們



到朝倉活動中心去見自己的 home 爸、home 媽，在這天下午 home 媽他帶我們
到處去走走看看，之後就去泡溫泉，晚餐就吃自己包得壽司，最後和其他人
一起去看螢火蟲。

日期： 5 月 30 日

地點：太宰天滿宮、九州國立博物館

心得：這天我們到了太宰天滿宮和九州國立博物館，我們在博物館裡看見了很多的古物、歷史，之後就到神社裡參拜祈求我們可以有好的學業、

健康的身體，也覺得這裡的景點也都非常得美麗。



(可自行延伸或增加頁面)

日期： 5 月 31 日

地點：福岡機場

心得：這次的教育旅行對我的意義重大，不只是我第一次出國也在這次的旅行我也學到了很多，也看到了外面的世界比我的所知道的更大更遼闊

，希望有機會可以再和大家一起出去玩。

