我的浙大交換生活

交換學校：浙江大學
交換期間：2026 年 2 月至 7 月
交換科系：工商管理



一、交換契機:我是怎麼選到浙江大學的？

其實當初會想去大陸交換，主要是因為我在大陸有親戚，從小到大也去過不少次，所以對當地的生活環境並不陌生，相較之下也比較沒有適應上的顧慮。至於為什麼選擇浙江大學，其實當時也沒有想得太多。我考量到上海交通大學可能比較難申請，最後選擇了浙江大學、南京大學和清華大學，至於清華大學，就當作給自己一個夢想吧。另外，我也有參考前幾屆學長姐的交換紀錄，發現前往浙江大學的人相對較少，因此覺得自己或許有機會競爭一下，最後也順利錄取了浙江大學。

現在回過頭來看，我是非常推薦浙江大學的。浙大本身就是大陸頂尖的大學之一，無論是學校資源、校園環境，還是所在城市的生活機能，都相當不錯。如果有機會，不妨將浙大列入自己的交換志願。

我在一月底就提前到了大陸，先玩了將近一個月，也在當地過完年，才正式前往學校報到。開學時，學校會為港澳台交換生舉辦歡迎會，讓來自不同學校的同學彼此認識。我也是在這場歡迎會上認識了後來的旅遊搭子，之後一起去了不少地方玩。所以如果有類似的活動，還是很推薦大家參加，說不定就會認識陪伴你度過整個交換學期的朋友。



二、校園環境:一所大到有紅綠燈的大學

如果你跟我一樣是在東吳讀書，那麼來到浙江大學之後，第一件需要適應的事情可能就是：學校真的太大了！

浙江大學共有七個校區，分別為紫金港、玉泉、西溪、華家池、之江、舟山及海寧。不同科系的學生可能會在不同校區上課，而我這次交換主要是在紫金港校區，因此接下來的校園與生活介紹，都會以紫金港校區為主。

紫金港校區是浙江大學的主校區，東西兩區總規劃面積約為 390 公頃。校園內不只有紅綠燈，也有不少汽車在行駛，尤其是上下課時間，路上的腳踏車和電動車真的非常多。



一般本科生的宿舍區和教學區是分開的，而且兩者之間的距離並不近，因此大部分學生都是騎腳踏車或電動車去上課。我自己有時候會騎車，有時候不趕時間也會選擇走路。從宿舍出發，即使是距離比較近的教學樓，騎車大概也需要五分鐘以上，如果是比較遠的教學樓，就要再多預留一些時間。

以前在東吳需要計算的是從家裡到學校的通勤時間，到了浙大之後，連從宿舍到教室的時間都需要算進去，這也是兩邊校園生活很不一樣的地方。不過，校園大也有大的好處，除了各式各樣的教學設施，校內的生活機能也相當完整，基本上日常生活所需要的東西，在學校裡面或附近都可以找到。







三、住宿生活:人生第一次住進學生宿舍

在台灣讀大學時，我一直都是住在家裡、每天通勤上課，因此這次交換也是我人生第一次真正體驗大學住宿生活。

我住的是紫金港校區的丹陽學園，房型為四人寢，與當地本科生一起住宿。住宿費用基本上與當地本科生相同，依照相關住宿收費資料，丹陽學園每學年的住宿費約為人民幣 1,600 元，實際交換期間的費用則以學校當年度的安排為準。

至於住宿體驗，只能說有好有壞吧！有遇到非常合得來的室友，到現在回台灣之後都還會保持聯繫，當然也有遇到讓人有點抓狂的室友。畢竟每個人的生活習慣都不一樣，住在同一個空間裡，多少還是會有需要互相適應的地方。因為我是直接與當地學生一起住宿，而不是住在專門安排給交換生的宿舍，所以也算是體驗到了相當道地的大陸本科生生活。平常會和室友一起吃飯、聊天，有時候也會一起出去。我也有聽說其他交換生第一天看到宿舍就有點受不了，後來提出換宿申請，好像也成功換到了條件比較好的宿舍。我自己則是比較隨和，覺得還可以接受，也就這樣住了一整個學期。如果對住宿環境比較有要求的同學，可以在出發前先了解一下學校的宿舍安排，或是在報到時詢問是否有其他住宿選擇。



四、選課與學習:企管系學生也能跑去計算機學院上課

浙江大學的交換生選課其實相當自由，並不一定要選擇自己本科系的課程，只要課程沒有特別的選修限制，而且還有剩餘名額，基本上都可以嘗試選修。不過需要注意的是，我們交換生的選課時間已經是浙大的第三階段選課，因此有些熱門課程可能已經沒有名額，不一定每一門想修的課都能順利選到。

我在東吳是企業管理學系的學生，到浙大交換時對應的是工商管理專業，但我最後只有一門課是本科系的，另外兩門分別是計算機學院和傳媒學院開設的課程。

（一）工商啟航大講堂

這門課主要是由老師邀請不同的講者來進行分享，除了課堂上的講座，也會安排企業參訪，讓學生有機會接觸實際的企業運作。

我個人覺得這門課相當不錯，除了能聽到不同講者分享各自的經驗，也可以透過企業參訪，了解課堂知識以外的東西。對於商管科系的學生來說，是一門值得考慮的課程。



（二）商業創新設計

這門課是由計算機學院開設的。雖然我本身是商管科系的學生，但也可以透過交換選課，接觸不同學院的課程與思考方式。對於平常就對商業創新、科技應用或跨領域學習有興趣的同學來說，我覺得交換期間是一個很好的嘗試機會。

（三）數字創意設計

這門課則是由傳媒學院開設的，也是我這次跨學院選修的另一門課程。平常在自己的學校可能比較少有機會接觸其他學院的專業課程，因此我也很推薦大家利用交換的機會，選擇一些自己有興趣、但平時比較少接觸的領域。

整體而言，浙大的課程選擇相當多元。如果有機會來交換，除了考量回台後的學分抵免之外，也可以看看其他學院開設了哪些有趣的課程，不一定要將自己限制在原本的科系之中。

五、校園活動:在浙大當農夫，到雲南當老師

除了上課之外，浙江大學也有許多值得參加的活動。港澳台辦公室不定期會舉辦各式各樣的活動，港澳台學生也會有相關的群組，裡面經常會分享活動資訊。如果時間允許，建議大家可以多留意群組消息，有感興趣的活動就去參加看看。

（一）在大學裡體驗當農夫

我在交換期間參加了一個相當有趣的農耕課程，會實際到學校的實驗田裡進行農作，從挖土、播種到澆水，是真的要自己動手做，而不是單純站在旁邊參觀。沒想到來浙大交換，除了上課之外，還有機會體驗當農夫（笑）。而且最後收成的蔬果還可以自己帶回去吃，也算是一個平常比較難得的體驗。









（二）烏鎮一日遊

學校也會安排一些校外活動，例如我就有參加烏鎮一日遊。除了可以到不同地方走走，也能藉由這些活動認識其他港澳台學生。如果剛到學校還沒有認識太多朋友，參加這類活動也是一個不錯的方式。

（三）雲南景東社會實踐

在這些活動當中，最特別、也讓我印象最深刻的，應該就是前往雲南景東的社會實踐活動。這是一個提供給港澳台學生參與的活動，為期約一週，主要內容包含到當地國小進行支教，以及參訪當地的產業。

我們需要實際進入國小的班級教書，準備課程內容，並與當地的小朋友互動。對我來說，從原本坐在教室裡上課的學生，變成站在講台上教書的人，是一個相當特別的經驗。

除了支教之外，我們也有機會參觀當地的產業，接觸到與杭州完全不同的生活環境。這一週的行程非常充實，也很有趣。如果不是透過浙江大學的活動，我想自己應該很少有機會特地到雲南景東，更不用說到當地的國小教書了。這也是我認為交換期間不可多得的一次體驗。

如果未來還有類似的活動，我非常推薦有興趣的學弟妹去參加。













六、日常生活:在杭州生活需要知道的事

（一）交通

杭州的交通相當便利，不管是搭乘地鐵還是叫車，都很方便。叫車可以使用滴滴出行，也可以直接透過支付寶等平台操作。由於浙大的校園非常大，當時叫車甚至可以直接到宿舍門口接送，不需要特地走到學校外面。另外，共享單車也是平常很方便的交通工具。不過台灣學生使用的是台胞證，部分共享單車品牌可能會因為證件認證的問題而無法使用。以我自己的經驗來說，美團單車和支付寶的哈囉單車都是可以使用的，因此基本上不用太擔心。



（二）電話卡、銀行卡與行動支付

我強烈建議大家到了當地之後，辦理一張當地的電話卡和銀行卡，真的會方便很多。電話卡可以在學校附近辦理，通常也會有提供給學生的優惠流量套餐。我當時使用的方案，印象中每個月大約是人民幣 30 多元，實際價格與流量則會依不同電信商及方案而有所差異。

辦理電話卡和銀行卡時，建議將台胞證及交換錄取通知書一起帶上，方便工作人員確認身分。至於行動支付，我自己微信支付和支付寶都有使用，兩者都很方便。基本上日常吃飯、購物、交通等消費，都可以透過手機完成。如果要問出發前需要先下載哪些 APP，我覺得微信和支付寶是最重要的，其他 APP 到當地之後，再依照自己的需求下載即可。

（三）網購與外送

大陸的網購和外送真的非常方便，而且已經是相當普遍的日常生活方式。學校內有菜鳥驛站，網購時只要填好收件地址，包裹到了之後就可以前往領

取。外送也有專門的外送櫃，可以在餐點送達後自行取餐，整體來說相當方便。不過我自己其實比較少點外送，因為大部分時間都會和室友一起吃飯，或者自己騎車出去找東西吃，有時候一天的運動量可能都來自出門覓食（笑）。

（四）校園卡與門禁

校園卡一定要記得隨身攜帶，因為進出校園時會需要使用。一般也可以透過人臉辨識進出，不過我當時的人臉辨識沒有設定好，因此大部分時間還是使用校園卡。建議大家剛到學校時就把相關設定處理好，之後進出校園會方便許多。

（五）生活費與生活習慣

我的生活費主要都花在吃東西上，因為我比較常到校外用餐，所以有時候一餐大約會花到人民幣 50 至 60 元。不過這是我個人的消費習慣，並不是在杭州生活一定要花到這麼多錢。如果平常主要在學校食堂用餐，其實可以用相對便宜的價格解決三餐，因此每個人的生活費還是會依照自己的飲食、購物和旅遊習慣而有所不同。

至於生活習慣上的差異，我自己倒是沒有太大的感受，可能也是因為我本身比較隨和。浙大的學生來自不同省份，本來就會有各式各樣的生活習慣，所以我也沒有特別覺得哪些事情難以適應。

七、美食分享:杭州是美食荒漠？反正我是吃胖了

來到浙江大學交換，美食絕對是我很想和大家分享的一個部分。

浙大有非常多的食堂，和東吳的學餐相比，最大的不同是這些食堂本身就有完整的廚房及餐飲空間，提供的餐點種類、品項和料理風格也非常多元。除了日常的自選菜之外，也有不同地區的特色料理、麵食、小吃等，基本上每天都可以換不同的東西吃。我剛到浙大的那段時間，就已經把校內幾乎所有的食堂，以及學校周邊不少地方都吃過一輪了。其他方面不敢說，但如果是問浙大附近有什麼東西可以吃，我應該還算是相當有經驗的（笑）。

（一）校內食堂推薦

我個人最喜歡、也最常去的兩間食堂，分別是銀泉餐廳和大食堂。大食堂的規模相當大，裡面有不同的餐廳及餐飲窗口，可以選擇的餐點非常多。銀泉餐廳也是我平常很常去的地方，除了這兩間之外，紫金港校區還有澄月、玉

湖、臨湖、麥香等不同的餐廳。每間食堂都有各自的特色，建議剛到學校的同學可以多去不同食堂看看，找到自己喜歡的餐點。

（二）校外美食:墮落街

除了學校食堂之外，我最常去的地方就是學生俗稱的「墮落街」。這是一條距離宿舍區相當近的美食街，從我住宿的地方騎車大概三分鐘左右就能到達。這裡有非常多餐廳和小吃，也是我平常想換換口味時經常會去的地方。

在來杭州之前，可能有些人會聽過杭州是「美食荒漠」的說法，不過我自己倒是沒有太大的感受。可能是大家的嘴比較挑，也可能是我自己比較不挑，反正這一學期下來，我確實胖了不少（笑）。

總之，不管是學校食堂還是學校附近，我覺得都可以找到自己喜歡吃的東西。至於到底有哪些好吃的，文字可能比較難形容，還是直接看照片比較實際！

八、旅遊經歷:難得來交換，當然要到處走走！

除了在杭州的校園生活之外，旅遊也是我這半年交換生活中很重要的一部分。從一月底提前到大陸，到七月交換結束，這段期間我大約去了十五個不同的地方，從江南一路到東北，也去了湖南和雲南。

以下是我這半年到訪過的地方：

地區	到訪地點
華東地區	上海、南京、鎮江、揚州、蘇州、烏鎮、義烏
華中地區	長沙、邵陽、婁底
華北地區	北京、天津
東北地區	瀋陽、哈爾濱
西南地區	雲南景東

其中邵陽是我媽媽的老家，雲南景東則是透過學校的社會實踐活動前往的地方。

如果要問我有哪些地方特別想再去一次，我大概會選擇哈爾濱、南京、北京、長沙和上海。不過仔細想想，如果其他地方還有機會再去，我應該也都還是會想去，因為每個地方都有不同的特色，也都有值得體驗的東西。

江南與華東地區

















湖南地區





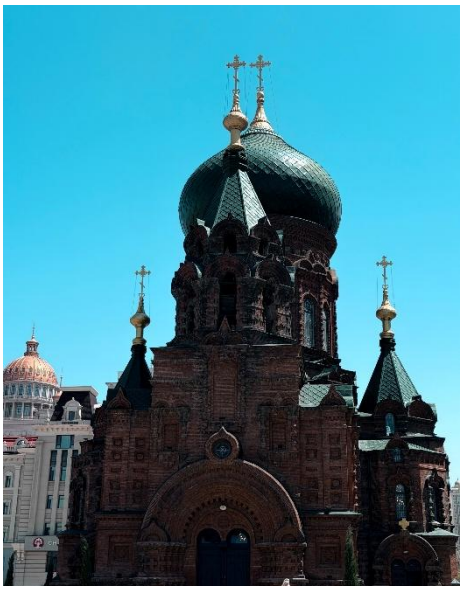




北京、天津與東北地區











我覺得在杭州交換的一個好處，就是交通便利，可以利用課餘時間前往不同的城市旅行。如果有比較長的假期，也可以安排距離更遠的地方。不過還是建議大家出發前先做好旅遊攻略，包含交通、住宿、景點預約及行程安排等，尤其是前往比較熱門的城市時，提前準備會比較方便。難得有半年的時間可以在大陸生活，如果時間和預算允許，我非常推薦大家多到不同的地方走走。畢竟每個省份、每座城市的飲食、文化和生活環境都有所不同，不需要將自己的交換生活侷限在學校附近。

九、結語:如果有機會，不妨來浙大看看！

如果有學弟妹正在考慮到大陸交換，我個人是非常推薦浙江大學的。浙大本身就是大陸頂尖的大學之一，如果覺得清華、北大或上海交通大學的申請競爭比較激烈，也不妨看看浙江大學的交換名額，說不定就有機會錄取。另外，杭州的氣候與生活環境和台北相差不大，對我來說適應起來並不困難，交通也非常便利。以我這半年的生活經驗而言，杭州給我的印象是一座年輕、有活力的城市，整體的城市環境、市民素質及生活機能也都讓我有不錯的感受。如果真的有機會來交換，除了上課之外，也建議大家多參加學校舉辦的活動、多認識一些朋友、多嘗試不同的課程，有空就到其他城市走走，當然也不要忘了多吃一些好吃的東西。

這半年我上了不同學院的課程、體驗了第一次住宿生活、到田裡種過菜、到雲南的國小教過書，也去了不少原本沒有去過的地方，認識了許多到現在仍然保持聯繫的朋友。整體來說，這是一段非常豐富的交換生活。如果再讓我選擇一次，我應該還是會願意來浙江大學交換。

至於交換前需要準備什麼，除了必要的證件和資料之外，我覺得也不用太過緊張。很多事情到了當地之後，自然就會慢慢熟悉了。難得有半年的時間可以在不同的地方生活，那就好好享受這段時間吧！

參考資料

1. 浙江大學官方網站及校園介紹：https://www.zju.edu.cn/
2. 浙江大學後勤集團餐飲服務指南：https://zulg.zju.edu.cn/guide/food.htm
3. 浙江大學本科新生指引——宿舍介紹：https://www.zjuers.com/welcome/life/dorm/

本文所述生活費用、交通方式、選課及住宿經驗，主要以本人 2026 年春夏學期於浙江大學紫金港校區交換期間的實際經驗為主，相關制度及收費可能隨學年度有所調整。