

1092 期 課程名稱:日語初級(上)( E308A) ,

教師:王中成 老師

學員:陳禮堂

## 進入社大學習是預防失智症的避風港

### 學習日語初級(上)心得

大約在 10 多年前，一如往例下班前會拿起話筒，撥打在台東老家的母親，今天因工作太忙，慢了將近 1 小時，外傭幫忙轉接給後，我開頭說『我是您的兒子 XX，您今天好嗎』，可是遠方母親卻傳來

『你是誰啊，怎麼這麼晚打電話來，我的兒子 XX 平常 5 點多就會打來喔，不會這麼晚才打來喔，你不是我的兒子，你是誰啊……』醫生提醒的那件事終於到來，失智症的母親已經忘記自己的小孩了，霎那間，眼淚不自覺得潰堤，不禁簌簌地流下眼淚，，望著天外台北美麗的夕陽，內心卻是無比的沉重，難以接受的事實，因為遺傳的原因考量，從此認識與預防失智症就是我要慎重面對的課題。後來經由搜尋找到「國民健康署官網」失智預防最主要 1. 多動腦(保持好奇心、接觸新事物、參加課程、學習新知、閱讀書報雜誌等)，2. 多社會互動(參加同學會、公益社團、社區活動…)，這二項要因，不就是參加社區大學就能獲取的功能嗎。

有人說多學一種語言，就離這世界近一點，也為自己多開一扇心靈的對外窗戶，我參考聯合國的文獻統計，日語是排行第 5 名(附錄

1)最難學的語言，由於日本地理位置距離我們較近，文化交流密切，因此我選擇了日語，從地緣關係我選擇北市語新北市的社區大學做篩選，由於白天在上班工作，挑選夜間有開課的學校，加以課程難易度問題，最後我報名了萬華社區大學日語初級(上)由王中成擔任老師。

老師強調，任何學習都應該要有效果，配合學員特性，思索如何讓學習更有效率、更有效果，因此會不斷的調整教學方式，我參加的課程屬於日語初級班，由基礎開始到目前已是第三期，由於本人已在網路自習2年多，課程還跟得上，本課程目標在於1.學習日語了解日本文化，並進一步使用日語介紹社區古蹟和人文特色，讓日本友人更加了解本地文化，增進文化交流，這與我當初的想法接近2.自然而然學會日語，是本課程的最大特色。透過本課程的聽說讀寫訓練，自然而然學會日語，這也是我想達到的目標。

我在課程上的感受，王老師教學認真，課程進度有規劃、有妥善安排與掌握，老師教學特色可歸納以下幾點特色：

一、 **以句子取代單字**:老師要求不要死背單字，要以造個句子，整句了解後吸收，這樣單字就能自然記下來。

二、 **以面取代點的圖像記憶**:老師會依相關的單字做延伸補充，增加學習，以延伸記憶方式作整體性記憶，例如書本上有提到下雪，那就順便提到氣候、春、夏、秋、冬、下雨、下冰爆、

颱風、地震、海嘯，等相關聯性的記憶，可以讓你以面來記憶，不是以點記一個單字片斷式記憶。

三、 **準備課外補充講義**:針對每堂課程內容補充，有例句、測驗、文法說明、文化習俗風土人文介紹。

四、 **使用輔助教材**:自備簡報檔案，使用投影機做整體性說明，以圖表方式較明顯方式作教學。

五、 **以圖卡記憶**:仿照小朋友學習注音號的方式，將句子寫在圖卡上，抽取單張，由學生辨識做抽測回答。

經由上述有經驗深入淺出的教法，讓我對日語產生濃厚的興趣，進而投入更多的時間，我學習日語的範圍主要是分布於下列五大項目：

一、 **社會價值差異與人文特色**：觀看日本電視劇，一方面學習語言表現，另一方面比較文化上的不同

二、 **工業科技與民生交通建設**：經由 24 小時即時新聞頻道報導，了日本政府施政與民生交通新聞。

三、 **飲食文化與休閒**：經有線電視旅遊頻道專輯報導，認識日本傳統文化特色與宗教信仰。

四、 **日本歌曲（演歌）介紹**：台灣早期受日本統治，因此台灣民謠歌曲部分來自日本歌曲改編，所以唱日本演歌也是一種學習日語的一種方法，既能舒展身心，也能學習字裡行間的韻味。

五、 **獨樂樂不如眾樂樂**:社大同學年齡相差極大，但是彼此也可互相切磋，分享學習心得，建立彼此互動關係。

因此每星期一次的日語社大課程，讓我產生濃厚的學習興趣，藉由課堂上有計畫的教學，加以各種網路學習管道與老師指導，帶給我在許多歡樂與成就感，真如開了一扇窗，太多的東西要去學習了解，時時刻刻要用腦力學習記憶，我雖然距離退休尚有四年時間，我現在知道我不會讓我大腦有空閒的時間浪費，面對失智的擔憂課題，第一回合，我已初步踏上成功之路途。