

# 臺北城市科技大學海外實習注意事項

106.10.30 106 學年度第 1 學期第 1 次校外實習委員議通過

109.6.11 108 學年度第 2 學期第 1 次校外實習委員會議修訂通過

111.12.26 111 學年度第 1 學期第 1 次校外實習委員會議修訂通過

## 一、出國前注意事項

1. 實習單位以與本校簽約廠商為限。
2. 出國實習必需具備健康身心及無痼疾或隱疾，若有隱瞞，遭對方退訓者，須自行負責。
3. 出國前必須完成前往實習國家規定之必要簽證。
4. 男生須至，內政部役政署網站查詢核准通知單及列印系統，始能出境。
5. 必須參加行前說明及講習會，確實了解，工作內容、食宿等待遇條件、保險內項目等，並詳細和家長說明。
6. 出國前務必完成實習單位工作之英、日語及工作技巧之訓練，以縮短適應時間，順利實習工作之遂行。
7. 出國前必須完成國外之學生保險、醫療保險、勞工保險等相關權益。若有急病或重大意外時就醫時，需保留診斷書、住院證明及收據，以便返國請領健保費用。國內全民健康保險不宜停止，且建議加辦出國旅行意外與疾病險。澳洲、港澳、中國大陸地區實習，要自行於出國前辦理全期含醫療之保險，並辦理當地之醫療保險。
8. 實習為學校之正式課程，應嚴守學校與對方之合約或協議書及職場規定，不得任意挑選工作內容及規定以外之要求，不得斤斤計較，尤其不可與當地工讀生同等態度，無法遵守者，請勿前往。
9. 出國前應詳閱熟讀校外實習獎懲規定，嚴守分際，以保護自己權益。
10. 學生獎懲辦法第 14 條 第 14 項：學生校外實習，不配合學系之安排，由系務相關會議通過建議，經學生獎懲委員會決議者予以勒令退學。

## 二、出國期間注意事項

1. 到達實習地點後應儘速安頓，認識環境，並及早辦好居留證、銀行開戶及通訊方式等，以利後續生活之所需。
2. 抵達實習單位後，應儘速建立聯絡方式及聯絡網(E-mail、Line、手機等)，並於一週內通知系辦和導師，每個月要定時與導師及主任聯繫。
3. 隨時注意住宿與工作周遭環境、交通行進與人身之安全等。
4. 居住實習單位提供之宿舍環境等，應保持整潔、乾淨，實習單位將不定時檢查，並列入實習成績，表現不良者，由實習單位專案清理，所需費用則由同住宿舍者共同分攤。
5. 應保持良好的生活習慣和正常的作息，經常保持容光煥發，精神奕奕，注意服裝儀容，切忌濃妝艷抹。
6. 注意個人健康，隨時保持最佳狀態，學習與實習工作認真；切忌酗酒或通宵歡唱玩樂，影響健康及第二天工作。
7. 上下班務必確實遵守時間，依單位規定於工作前完成制服穿戴及打卡，務必準備妥善再上班。
8. 若因輪班有早出晚歸之情形者，務必注意安全。
9. 與同事、上司間互動，應保持良好人際關係，秉持謙虛、努力學習之態度，以獲得單位最佳信賴與讚譽。
10. 初入實習單位之學生，皆為「新人」，務必虛心學習與請教，不明白之處，則需確認以免誤事。

