

## 附件 1: 访学学生分享信息 (国外地区生活费用).PDF

### 1. 英国 (以爱丁堡大学为例)

- 生活费一学期月 2~3 万人民币。(伦敦地区适当提高)
- 交通: 飞机票单程约 4000~6000 RMB 不等, 提早 3~4 月订购可订到 RMB 2000 多元的。英国境内交通一般都比较贵, 公交大约都是 5~10 镑, 所以在英国留学生中流传着“交通基本靠走, 通讯基本靠吼”。
- 住宿: 单人卧室, 一般为 4 人的套间, 厨房、卫生间设施齐全, 有暖气。一学期约 3800 英镑。
- 餐费: 学校没有食堂, 只有课间 cafe 的咖啡和甜点。校外餐厅一餐 15~20 英镑不等, 若是自己去超市购买食材回来自己做饭, 每周 20 英镑可以吃得很好。
- 书本资料: 英国书店的书卖得非常贵, 有同学买过 20 英镑的课本。一般课堂没有指定教材, 老师都使用 ppt, 若有学习资料, 学校会免费印刷, 自己去教务办公室取即可。
- 通讯: EE 或者 giffgaff 的都可以, 一般是买每个月的套餐, 因为流量费比较贵。每个月 10 英镑是最便宜的套餐。里面的流量、话费、短信数量都够用了。Giffgaff 的卡在流量上比较有优势, 10 英镑有 1G 流量。如果不出去游玩, 平时宿舍和学校覆盖的地方都有免费免费 Wi-Fi, 甚至可以不买套餐。

### 2. 澳大利亚 (以新南威尔士大学为例)

- 机票: 提前订机票, 价格会低一些。往返机票加总将近 9000RMB (经济舱, 大概出发前 2-3 个月预定的)。
- 餐费: 学校附近的快餐店, 午餐大概 10 澳元左右。
- 交通: 交通费不便宜, 公交卡周日有优惠, 公交卡覆盖的范围内到哪儿都是 2.5 澳元。去较远的地方, 推荐选择周日出门。非周日时间, 来回 40min 左右的车程, 车费大概 7 澳元。
- 通讯: 当时办了一个每月 30 澳元的套餐, 话费每月是 500 澳元, 不过打国内一分钟要 3 澳元左右。可以关注下运营商会不会做活动, 之前做过的活动是周末打国内免费。
- 书籍: 国外注重版权的保护, 所以书籍价格高, 一本新书一般要 100 澳元或以上。上网看电影, 有很多都是需要付费的。

### 3. 日本 (以长崎大学为例)

- 日本 (长崎) 地区: 一个学期 60 万日元 (由于中日货币汇率变化较大, 以下金额皆以日元表示)
- 交通: 日本国内飞机一般 1 万到 3 万日元不等。长崎市多以路面电车和公交为主, 路面电车乘坐一次为 120 日元。日本飞中国一般为 3 万到 4 万日元左右。

- 住宿：由国际交流会馆提供住宿，一个月房租为 2 万日元。水电费和煤气费每月大约 5000 日元。（国际交流会馆只提供留学生一年的住宿，超过一年的同学需自己租房，一个月房租估计 3 万以上）
- 餐费：外食比较昂贵，基本 700 日元以上。学校也设有公共食堂，一餐大概 400 日元左右。国际交流会馆提供的宿舍也有公共厨房，如果选择自炊，一餐估计 200 日元至 300 日元。
- 书本资料：日本书籍价格不低，1000 日元起。如果选择复印，复印一张 10 日元，最终价格也是很贵。但书本资料的要求与专业有关，有些专业老师基本使用课件，书本资料的使用很少。如果真正需要的话，可以先去图书馆搜索或者向前辈借用。
- 通讯：日本手机号码一般都与手机本身办合约，如果手机事先买断的话，一个月通讯费大约 3000 日元。短期留学的同学在回国之际手机合约还未到的话，还要另外支付解约费 1 万日元。
- 其他：日常所需消耗性生活用品可在百元商店购买。棉被大型物品可以租借。

#### 4. 美国（以加州大学圣塔芭芭拉分校为例）

- 住宿及餐费：学校住宿包含餐饮，基本不需要在外就餐。但是主要节日期间（如感恩节），食堂关闭，就需要在外就餐。比较便宜的例如越南米粉 8 美金左右。
- 机票：收到 offer 后及时办理签证，就可以比较早在网上订飞机票。我是在 price online 这个网上订的，这个网站相比国内网站（如去哪网等）更便宜。9 月开学，7 月底 8 月初订的机票，往返机票一共 890 美金左右。
- 交通：UCSB 为每个学生提供免费公交，所以一般在圣塔芭芭拉市区与学校间往返，乘坐公交的话，都是免费的。乘坐火车往返加州各个城市的话，国际交流生不享受折扣。从圣塔芭芭拉到洛杉矶为 30 美金左右的火车费，距离更长的可能更高。乘坐大巴从洛杉矶到圣塔芭芭拉为 50 美金左右。
- 书本资料：书本费比较高，一般的教科书都在 100 美金以上。我的教科书都是在国内下载的 PDF 版本。
- 通讯：由于宿舍和学校均有 Wi-Fi 覆盖，我办的是最简易的 AT&T 套餐，不含流量。30 美金一个月。所以最低通讯费也要 30 美金一个月。

#### 5. 西班牙（以马德里理工大学为例）

- 机票：上海直飞马德里，票价在 RMB 3500 到 4000 之间不等（特殊时期票价会更贵）；北京直飞马德里，票价在 6000 到 7000 之间不等。除了直飞，还可以选择转机旅行，票价会便宜很多，最低有 2000 左右的。
- 马德里地区交通：可办理青年交通卡，每月 20 欧，马德里地区地铁、公交、轻轨等通用。

- 电话费：可以选择 Orange 电信公司，每月 15 欧左右，1.6G 流量（有其他套餐，价格不同，根据自己需求来选择），还有其他电信公司，但价格相差不多。学院教室里有免费 WIFI。
- 房租费：由于马德里地区的大学没有学生公寓，学生都是在学校附近自己租房子。马德里地区租房费用平均在 300 欧上下（北区比南区要贵一点，尤其靠近伯纳乌球场那边），水、电、气、网费另算，平均下来，每月要交 340 欧左右（不同地方价格有差异）。
- 伙食费：可以在学校食堂吃，最低套餐 5.5 欧一份，早餐咖啡陪面包，在 2 欧左右（经济套餐）。由于上午上课比较迟（针对材料学院的课程），建议在家自己做早餐，中午可以在学校吃，晚上回家做饭。超市的物价不高，一般买 15 欧的米面与菜（包括肉类）可以吃一个星期。
- 购物：马德里地区每年会有两次打折季，在春季和秋季。在打折时期买些衣服、鞋子或是包包等会比较便宜，最高可达半价（其中包含一些知名品牌）。
- 书本资料费：一般课堂没有指定教材，老师们都会用 PPT 或者会发讲义。校外的书店价格会比较贵，平均一本书都在 10 欧以上。
- 总结：西班牙的物价在欧盟中算是中低等的，比较便宜，因此去那边留学或是交换学习的花费是一般家庭可以接受的，平均下来，一学期总花费在 4 万左右。