

Survival Guide

Prince of Songkhla University



Med91 B91401112 吳健暉

宋卡王子大學 PRINCE OF SONGKLA UNIVERSITY(PSU)

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

宋卡王子大學是泰國南方的第一所大學，她成立於一九六五年，現今大約有二萬五千名在校學生。

該大學的名字來源於 Mahidol Adulyadej 殿下(對泰國現代醫學以及公共衛生的發展有許多貢獻，泰國人稱他作「泰國現代醫學之父」)，即當今泰王蒲美蓬的父親「宋卡王子」。總校設於合艾 Hatyai，除此以外另有四家分校：

北大年分校 (Pattani 成立於 1968 年)、普吉分校 (Phuket 成立於 1977 年)、素叻他尼分校 (Surat Thani 成立於 1990 年)、董裏分校 (Trang 成立於 1991 年)。目前宋卡王子大學已成為泰國的重點高等學府，為泰國各地區特別是泰國南部地區培養了大批各類人才。其中醫學院(Faculty of Medicine)以及宋卡大學醫院(Songklanagarind)都位在宋卡省(Songkhla) 的合艾市(Hatyai) 校區。



泰國觀光局

TAT Southern office : Region 1

Areas of Responsibility : Songkhla

1/1 Soi 2 Niphatuthit 3 Rd., Amphoe Hatyai, Songkhla 90110

Tel. 0 7423 1055, 0 7423 8518, 0 7424 3747

Fax. 0 7424 5986

E-mail Address : tatsgkhl@tat.or.th

Website : <http://www.songkhlaturism.org>

泰國(暹羅)重要歷史(僅結取和醫學以及旅遊相關的部份)

- ✓ 1238 年，素可泰王國建立。
- ✓ 14 世紀中葉，大城王國。泰文化受到中國文化和印度文化的影響很大。

- ✓ 18 世紀，華裔鄭信建立吞武里王朝，後來拉瑪一世掌握政權，建都曼谷，史稱却克里王朝（曼谷王朝）。
- ✓ 19 世紀末，英法兩國已經分別在暹羅東西兩邊建立英屬印度和法屬印度支那殖民地。
- ✓ 1896 年英法將暹羅列為兩個殖民地之間的「緩衝國」：湄南河以東為法國勢力範圍，以西為英國勢力範圍。
- ✓ 拉瑪四世（1851 年至 1868 年在位）開始國家開放政策
- ✓ 拉瑪五世（朱拉隆功大帝，1868 年至 1910 年在位），進行了一系列改革來適應殖民國家對暹羅施加的壓力。1932 年 6 月，暹羅成為君主立憲制國家。1949 年改名泰國。
- ✓ 第二次世界大戰時泰國傾向日本，1942 年 1 月 25 日泰國宣佈向英美宣戰。1945 年 8 月 15 日日本戰敗投降，泰國隨即在翌日宣佈：「泰國 1942 年 1 月 25 日對英美宣戰宣言無效」，泰國的「宣戰無效」宣言被同盟國承認。
- ✓ 第二次世界大戰後泰國成為美國的主要軍事盟國，在經濟、軍事等有密切關係。在東南亞地區泰國亦是一個舉足輕重的國家。
- ✓ 2006 年 4 月 2 日的議會選舉遭到三大反對黨的聯合抵制。4 月 5 日，泰國看守內閣總理他信在內閣特別會議上指派副總理奇猜·萬那沙提暫時行使看守內閣總理職責。
- ✓ 2006 年 9 月 19 日軍隊乘他信總理赴紐約參加聯合國大會之機發動政變，宣佈暫時廢除憲法。

華人及泰華混血(THAI-CHINESE)在泰國扮演的腳色

泰國華人是泰國的重要經濟支柱，當地有不少大型企業都是由華商開辦。這些華商早在清朝時就已經來到泰國謀生，並漸漸溶入當地。然而，由於第二次世界大戰之後所發生的事，加上華商長袖善舞，漸漸把握了泰國的經濟命脈，使當地開始出現排華情緒。華人為求自保，都主動放棄原來的中國拼音姓氏，而改用有相同意思的泰語文字來當作他們的新姓氏、甚或採用當地原有的姓氏。這運動後來稱之為「改姓名運動」。但自從 1990 年代開始，泰國連同其他四小虎成員的經濟開始起飛，群眾的態度開始轉化。當地傳媒更製作節目，講述華人在泰國歷史所扮演的角色、以及強調他們與泰國的其他種族一樣，都是泰國人。

泰南地區

- ✓ 春蓬府（Chumphon, ชุมพร）
- ✓ 甲米府（Krabi, กระบี่）- 旅遊勝地披披島（Koh Phi Phi）恰恰屬於甲米府，電影《海灘》（The Beach）就是在小披披島上的馬亞灣（อ่าวเม็อง；Maya Bay）取景的。

- ✓ 陶公府 (Narathiwat, นราธิวาส) - 泰南三府之一，回教徒為主，治安不佳爆炸案頻傳。馬來穆斯林分離主義就沒有停止過。為監控分離主義，泰國政府長期對泰南三府進行軍事管制。泰南三府被列為世界上除了伊拉克首都巴格達以外最不安全的地區，能和巴勒斯坦的加沙地帶相提並論。
- ✓ 洛坤府 (Nakhon Si Thammarat, นครศรีธรรมราช) - 包括整個南泰國最高峰黃山 (Khao Luang)，今天的黃山國家公園 (Khao Luang National Park) 是自然保護區。
- ✓ 北大年府 (Pattani, ปัตตานี) - 泰南三府之一，回教徒為主，治安不佳爆炸案頻傳。馬來穆斯林分離主義就沒有停止過。為監控分離主義，泰國政府長期對泰南三府進行軍事管制。泰南三府被列為世界上除了伊拉克首都巴格達以外最不安全的地區，能和巴勒斯坦的加沙地帶相提並論。
- ✓ 攀牙府 (Phang Nga, พังงา) - 在東南部的攀牙灣 (Phang Nga Bay) 中有很多風景秀麗的小島，吸引遊人參觀。在本府西面，安達曼海中還有詩美蘭群島 (Similan Islands)，由九個島組成，今天是著名潛水勝地。
- ✓ 博他侖府 (Phatthalung, พัทลุง)
- ✓ 普吉府 (Phuket,ภูเก็ต) - 普吉是世界知名的熱帶觀光勝地，其豐富的自然資源也替泰國帶來不小的財富，而被譽稱為「泰國的珍珠」。普吉島是泰國境內最大的島嶼，也是唯一一個擁有自己獨立一級行政區劃的島嶼
- ✓ 拉廊府 (Ranong, ระนอง)
- ✓ 沙敦府 (Satun, สตูล) - 塔如濤群島 (Koh Tarutao) 國家海洋公園由離岸的一群小島組成，主島離馬來西亞的浮羅交怡 (或譯蘭卡威島, Pulau Langkawi) 僅五公里，兩島每天有渡船對開。還有一個大島貝德拉島 (Koh Phetra) 今天也是泰國的國家海洋公園。
- ✓ 宋卡府 (Songkhla, สงขลา) - 海上貿易繁忙，是通向新加坡和馬來西亞的南大門。本府東北部瀕臨一個方圓一千多平方公里的內陸湖泊叫宋卡湖，湖內盛產魚蝦，原先生活著一種叫 Irrawaddy Dolphins 的白豚，但是近年來白豚因所食魚類被過量捕撈而瀕於絕跡。
- ✓ 素叻府 (Surat Thani, สุราษฎร์ธานี) - 離岸有一些面積較大的島嶼，如：蘇梅島 (Koh Samui)、閣帕岸島 (Koh Pha-ngan)、道島 (Koh Tao)、紅統群島 (Koh Ang Thong，該島包括素叻府中最大的紅統海洋公園--Koh Ang Thong marine national park)。
- ✓ 董里府 (Trang, ตรัง) - 本府的西南面瀕臨安達曼大海，離岸有 47 個小島，由於這些島在海中分佈很均勻，很適合漁民出海捕魚作業，近年來由於泰國南方旅遊業蓬勃開展，到董里府的大小離島上進行潛泳 scuba diving 的游客也漸漸多了起來。2004 年發生的印度洋地震及海嘯曾波及董里府的某些離島及海灘。但是這裡所受損失比泰國其他重災區輕微得多，在董里府境內不但多山，還有多處水瀑布和溫泉，多數海灘長年適合游客觀光度假。泰國旅游局特此設立了好幾個國家自然保護區公園。

- ✓ 惹拉府 (Yala, ยะลา) - 泰南三府之一，回教徒為主，治安不佳爆炸案頻傳。馬來穆斯林分離主義就沒有停止過。為監控分離主義，泰國政府長期對泰南三府進行軍事管制。泰南三府被列為世界上除了伊拉克首都巴格達以外最不安全的地區，能和巴勒斯坦的加沙地帶相提並論。

交換學生期間會遇到的節日

- 4月6日 查庫里王朝紀念日 Chakri 紀念查克裡王朝的奠定
- 4月13日至4月15日 宋乾節/潑水節 Songkran
- 5月 佛誕 Vaisakh Bucha 泰曆6月15日，紀念佛祖釋迦牟尼出生、成道和出滅
- 5月1日 勞動節
- 5月5日 泰王登基紀念日 紀念現國王加冕
- 5月15日 春耕節

簽證

我們需要申請的簽證與一般觀光簽證不同，請於早上九點至十一點半，前往泰國貿易經濟辦事處-- 台北市松江路168號12樓 電話 2581-1979 半哩，需附上宋卡王子大學的邀請函

宋卡王子大學的聯絡人

宋卡王子大學負責交換學生計畫的是 Faculty of Medicine 裡的 International Affairs，兩位 Office Manager 分別是 Peter (yot1976@yahoo.com)與 Pe-Pu (pukaew@gmail.com)，在確定好自己要選的 course 以及日期之後，必須填寫 Application form 寄給他們，等到 course 確認後，記得請他們郵寄「交換學生認證文件」到系辦，可用在申請泰國的簽證。

選科

PSU 可以選擇的科別相當彈性，主要可以選的有 Orthopedics surgery, Anesthesiology, Obstetrics and Gynecology, Internal Medicine, Pediatric, Otolaryngology, Community Medicine, Surgery, Emergency Room, Psychiatry 等。原則上想去的科別都可申請，見習期間從三四天到一兩個月甚至更久都可以，只要該科同意就會被接受。

原則上有幾個科是比較有特色的：感染科(因為泰國的熱帶醫學發達，也宋

卡王子大學協助泰國衛生署培養感控人才)、創傷(宋卡王子大學醫院為泰南的轉送醫院,所以有很多南三省送來的槍傷及爆炸傷病人)、小兒科(由於回教徒的近親結婚,所以在宋卡有很多 case report 等級的先天性異常)。社區醫學(可以參觀泰國很鄉下的地方)

語言

泰國使用的語言是「泰文」,雖然在泰國有許多的華裔泰國人,但是大部分都只能用泰文溝通,一般民眾使用的英文也相當有限,但是在觀光景點或購物中心,英文溝通勉強可以。

在 Songklanagarind 裡,和病人溝通是使用泰文,教學也是使用泰文,Conference 裡用泰文討論,投影片裡都是泰文,醫學生讀泰文的書籍,病歷常常是以泰英參半的方式書寫。需要翻譯時可以請教醫學生或是住院醫師,但至於他們的英文能力如何?可能就要看運氣了.....(Med90 的學長認為他們的英文能力都不錯.....但我個人其實不甚滿意,感覺上普遍英文程度低於台大同學)

適合的時間

泰國南部一年只有兩種季節:乾季(10 月~ 4 月)與雨季(5 月~ 9 月)。四月正是最熱的時候,中午室外氣溫可以接近 40 度,而且很少下雨,不過越接近五月的時候,就開始比較頻繁出現午後雷陣雨。

泰南是著名的海岸旅遊勝地和世界級的潛水勝地,五月份開始的海相及天氣非常不好,所以強烈建議要到安達曼海旅遊的學弟妹把握三月底四月初旅遊旺季的尾巴,才能看到泰南真正美麗的海。

衣著

泰國醫學生是有制服的,醫學生有醫學生的制服(左邊胸部口袋代綠色一條線),宋卡王子大學的住院醫師有住院醫師的制服(左邊胸部口袋代有院徽)。便是衣著的 tip: 主治醫師以上不穿醫師服只有配戴識別證,男性住院醫師直接穿著制服,女性住院醫師穿著和台灣相同,醫學生不管男女都只穿著制服。為這裡白天的天氣十分炎熱,而且除了私人病房以及手術室裡有冷氣之外,大部分的病房都只有使用電扇,短袖是必備的,完全不需要帶長袖醫師服或其他禦寒衣物(如果有計畫要很在清晨出門出去玩,最好還是帶一件薄長袖)。

保險規定

宋卡王子大學沒有保險要求,但是旅遊意外險可以照每個人的旅遊習慣投保

疫苗規定

宋卡王子大學沒有疫苗要求，但是東南亞的流行疾病和台灣並不相同，所以除了出國期間要自己注意個人衛生之外，出國前可以到台大家醫科旅遊門診諮詢，選擇想要接受的疫苗

交通

<航空>

目前曼谷有兩個機場，包括舊機場 Don Muang 以及新的國際機場素汪那普(Suvarnabhumi)。國內線的 Nok Air(泰航子公司)以及 One-Two-Go(泰國東方航空子公司)仍由舊機場起降。國內線的 Thai airasia(air asia 公司)以及所有國際線班機皆由新機場起降。舊機場在市區北邊約二十公里。新機場在市區東邊約三十餘公里，旅客可自付高速公路費用（約 40）。

[from med90：新機場 arrival 走出來就有免費的 shuttle bus 到機場內的 Bus terminal。在此有 no.551 到 Sky train（泰國的捷運系統）的 Victoria Monument Station 或 no. 552 到東邊的 Sky train On Nut 站（我自己坐過 552，班次蠻多，價錢只要 33Baht），可以再轉乘 Sky train 到市區各處。]

<曼谷-合艾>

合艾往來曼谷的航空公司有四家：（由價錢低到高）-Air asia(Suvarnabhumi)、Nok air(Don Muang)、One to go(Don Muang)、Thai airway(Don Muang & Suvarnabhumi)，這些航空公司都可以透過英文版網站直接訂票並用信用卡付款，價錢根據假期與否與航班時間有所不同，飛行時間約七十分鐘。（我個人都是搭飛機）

[From Med90 鐵路：往 Hat Yai 從曼谷市區的 Hua Namporn 火車站出發，下午出發隔天早上到，時間約 17 小時。我和 Nobita 學長那時一起訂了二等的臥舖約 900 銖，可選擇上舖或下舖。車上沒辦法洗澡，但有洗臉台可做簡單的盥洗。大件行李可放舖位底下或旁邊的行李架，貴重物品可以放小包包放在自己床上。車上會提供乾淨枕頭與毛毯，而且還有閱讀小燈與拉簾。但上舖還是會有光從天花板空隙透入，睡覺時怕光的學弟妹可選擇下舖。上車後會有人問要不要訂餐，晚餐約 150 銖，早餐 70 銖，菜色不錯，不想在車上啃麵包的學弟妹可以考慮。

3. 巴士：在曼谷的南巴士站搭乘，車程約十三、四個小時，聽說是臥舖，而且有不同等級，等級越高者舖位越少，空間越大。有一大早出發的車也有夜車。價位約和火車二等臥舖相當。但有鑑於泰國公路的高肇事率（泰國的車輛肇事比率是全亞洲最高的國家之一），還是建議學弟妹選擇飛機或火車。]

<曼谷交通>

1. 捷運系統：分爲較早完工的 Sky train(BTS)與兩年前剛完工的 Metro。Sky train 就像木柵線，有兩條路線，均採高架，採取磁卡進站。Metro 則像淡水線，走地下，採 Token 進站，就是最近台北剛啓用的感應式 Token。不過因爲現在兩家分屬不同公司，所以如果轉乘，還要另外再買一次票。依距離遠近，票價從 20~50 銖。
2. 計程車(除了尖峰時間和下雨之外，我幾乎都是搭計程車)：司機幾乎都會跳表。事實上，如果兩人以上同行，計程車往往比較便宜。不過並不是每位司機都懂英文，而且有的司機會挑路線載客，所以攔車時都要在上車前先說自己的目的地，確定司機知道且願意載才上車，有時候要有多攔幾次的心理準備。
3. 嘟嘟：都是喊價的，而且同樣里程會比計程車還貴。曼谷當地人，都是以嘟嘟作爲短程交通使用。約 20baht
4. 摩托車：曼谷人坐摩托車，通常用以去市場或回到自己在巷弄之間汽車不易出入的家。約 10baht

<合艾>:

從曼谷抵達 Hat Yai 機場或火車站後，不用擔心。只要與學校的 Peter

(他是 Office manager of international affairs office) 聯絡(手機 0815414509) 並告知到達方式與時間，他會來接，並把帶到宿舍，把鑰匙交給我們，並做基本的 orientation(到達的時間倒是比較無所謂，反正他是請司機載，我有事清晨出發到機場的)。

之後自己在市區的交通(學校在市中心的邊緣，離市中心約有十分鐘車程，但我都是把走路當運動，走路到市中心大約三十分鐘)，則有以下幾種方式：

1. Tuk tuk: 和曼谷的嘟嘟車有點不同，由小貨車改裝而成。在這裡，沒有跳表的轎車式計程車，Tuk tuk 就是這裡的計程車。通常從學校到市區，白天一個人頭約 20~30，晚上約 50。如果是醫院門口很多人一起，坐滿才開的嘟嘟，大概下車時付司機 10~15 即可。
2. Songthaew (俗(台語)條):就是這裡的公車，由比嘟嘟更大的貨車改裝而成。不同的顏色，就代表不同的路線。只要是市區，都是下車時付 10Baht。各種顏色的路線很複雜.....

[From Med90 在 Tesco Lotus 前坐的白色 Songthaew，會在 50~60 分鐘後把你載到 HatYai 機場。下車後走 70 公尺越過草地與停車場就進機場大廳。同樣的，在下車的那條小馬路上等相反方向的來車，一樣可載你回學校，車資都只要 15 銖。]

[From Med90 Taxi: 從機場也有計程車，到市區或學校約 250Baht，Mini bus(九人座小巴)到市中心 60 銖，可再轉乘嘟嘟或俗(台語)條到學校。另外，醫院的 Ground floor 有家叫 Trip 4 you 的旅行社，可請他們幫忙叫私人經營的計程車，

到機場 250 銖，因為走快速道路，只要半小時。如果坐嘟嘟，要 200 銖(以車計費)，而且要四十幾分鐘喔！]

4. 摩托車：不管在這或者曼谷，都有載客摩托車，通常用於短程交通接駁。司機機會穿著有號碼的顏色小背心。都是用喊價的，一般約 10 Baht 起跳。不一定會有安全帽。

請記得兩句泰文：

Mo(音調為中文三聲) 黑 (台語發音) 當地人對 Prince of Songkhla University 的簡稱，不管你在哪裡迷路。至少記得這兩個其中一個，多問幾個人，就回得了家喔。

<遠程巴士站>

合艾有兩個巴士站，一個是公共的長程巴士，在 PSU 步行十五分鐘處，所到達的地點是鄰近幾個省的行政中心，包括普吉島、蘇美島等。另外有一個是 van 的車站，像台北的公路總站，都是私人經營的 van，路線比較沒有那麼熱門，但是如果要到 Satune 的馬頭，就得到這個巴士站，步行約 50 分鐘。

PSU 校園生活

1. 宋卡大學醫院 Songklanagarind：醫院就位在 PSU 校區內，從學校大門口一進來就可以見到。
2. 宿舍：有兩個，公寓是的叫做「Prasanjai」，位置在校園內離醫院步行五分鐘的距離，宿舍裡的空間十分寬敞，兩間雙人房(twins) 房間內有冷氣；一間客廳；一間廚房，有流理台、餐具與冰箱，但是沒有瓦斯爐；獨立衛浴；沒有洗衣機。單人房在網球場後面，一張單人床、一個書桌、有冷氣、流理台、餐具與冰箱，但是沒有瓦斯爐；獨立衛浴；沒有洗衣機。
3. Laundry：有兩家，一家在網球場旁的 7-11 格必，另一家在 Faculty of Nursing 對面，離醫院與宿舍都很近，價格也相當便宜，普通襯衫洗加燙大約 15 Bht，通常天氣好的話一至二天可以拿到，營業時間 8:00 ~ 18:00。
4. Medical Library：醫學圖書館位在醫院旁邊，有許多 Textbook 與 Journal 可供查詢及借閱，但借閱前必須先向服務櫃台索取屬於你的條碼貼紙，另外圖書館內也有電腦可供資料查詢(不支援繁體中文)，也有無線網路可供筆記型電腦使用。
5. Post Office：校園內有一間郵局，除了一般郵件寄送之外，也提供 Express, Air-mail 或 Shipping 的服務。
6. Bank：校園內有一家 Siam Commercial Bank，有提供兌換外幣或旅行支票的服務，是只有開到下午三點半左右。
7. Convenience Stores：宿舍附近有一間合作社、一間 7-11，另外醫院地下一樓也有一間 7-11，如果要找便宜還是多走幾分鐘，到醫院大門對面的購物中心 Lotus 去，選擇也比較多。

8. Tesco Lotus：這是一間類似家樂福(Carefour)的連鎖購物中心，東南亞很多，位在 PSU 大門的正對面，離宿舍走路約 10 分鐘就可以到，吃的喝的穿的家裡要用的都可以在 Lotus 找到，價格也相當便宜，除此之外，在 Lotus 裡也有開設幾家餐廳，還有鑰匙舖、私人郵局、照像館、幾家國內航空公司櫃台。

9. Internet：除了圖書館以及部份病房的電腦可以使用之外，校園內也有一些地方可以使用無限網路，例如「醫院的病房」、「圖書館」，或公共的交怡空間，原則上宿舍本身沒有建置 ADSL 或 wireless，但是可能收到遠方來的訊號，另外側門出去的 108 巷有很多網咖。相較於無線網路不穩定的訊號以及封鎖的網站和軟體（sky pe 的訊號不佳），我個人比較喜歡去網咖。

網路設定：代理伺服器 172.29.2.9 Port:8080 (或請 International Affair 專員幫忙)

10. 泰國使用的電壓是 220 伏特，插座和一般台灣的相同，如果有攜帶任何電器產品，可以看看是否適用於 220 伏特電壓，大部分筆記型電腦或手機充電器應該都適用，不需要另外買變壓器。

11. 游泳池：游一次只要五銖！只要利用校方發的 visitor 臨時學生證就可以了。週一會關閉換水，而且白天和下午會有兒童游泳班，整個池子都滿出來，所以週二是最棒的游泳時間，之後幾天就會越來越髒。網球場和籃球場就在所住宿舍（Parsanjai）的附近，非常好找。羽球要到體育館（Sports complex）去找，而且也得出示證件，比較麻煩。

12. 108 巷 從側門出去可以找到的小吃街，各種吃食都有，尤其是回教風味濃厚的點心。可以買到珍珠奶茶或是珍珠冰沙，通常都會太甜。

用餐

以下介紹大學週邊的常見餐點。

平民料理 幾乎都很平價，在 20~40 銖內可飽食。

常見的平民食物是像是台灣人吃的米粉或是河粉，有幾種不同的粗細。點這東西的重點有三樣：選麵、選湯頭、選料。麵可以選粗、中、細三種常見的粿條，或是油麵蔬菜麵泡麵等。湯頭通常會有原味、TomYum(泰式酸辣)和醬油三種。至於料可能會有幾十種，你可以挑選三到四樣，用指的就可以了，通常小攤子會讓你看得一目了然。

炒飯、麵 學會怎麼講就可以了，簡單又好吃。一樣也可以選擇麵條與料的種類，當然跟粿條的不太一樣。有一道炒麵“Phad-C-U”可能是冠中之冠，不可錯過，推薦搭配粗麵或油麵，並加入半匙白糖，半匙辣椒粉，30 銖/盤。炒河粉 泰文是 ผัดไทย，此菜乃經典美味，會用較細的河粉炒，加入蔥花、花生、豆芽、豆干、魚露，有些放上一朵香蕉花，記得食用前淋上隨盤所附的萊姆汁充分拌勻。可加入蝦子或雞肉，盤邊的辣椒粉可酌量調味。用白糖調味可有意想不到的風格，通常 25~30 銖/盤。(但我個人雖然很喜歡炒河粉但是對於生的豆芽很不能適應)



自助餐 用指的就可以了。看不懂的菜不要害怕，就給他吃下去！大不了吐出來就好 ㄟㄟ。

打拋豬肉 Good!!沒有不辣的。

青木瓜沙拉 通常也會辣，泰式沙拉醬加入蕃茄、萊姆、檸檬葉等各種香料，清脆又帶勁。

海南雞飯 路邊攤很多，至於雞肉好吃與否就要看每個人的口味。

回教風味餐點 在整個泰國都很流行 值得嘗試回教風味炸雞、辣的蕃茄湯、回教烤肉都很不錯

烤雞 在合艾不能錯過當地道地的烤全雞，連曼谷賣烤雞的都會掛出「合艾烤雞」的招牌，美味可見一斑。皮脆肉嫩，雞味十足，100 銖/per 雞。(但我沒有吃過 Orz 也不知道哪裡好吃)

肉骨茶 繼海南雞飯之後，東南亞鄰國輸入美食又一力作。通常這三個字代表著一家同時販賣肉骨茶鍋和各種港式點心、燒賣的店。點餐的話，只要說出台語的「肉骨茶」就可以點到了；至於港點，一樣用指的就好了，但記得吃之前先問清楚價格，不同的店可以差到很多，通常一盤 10 銖，肉骨茶一鍋 60~80 銖。

烤肉串 可以找到沙嗲肉串或各種其他口味。通常十分便宜，5~10 銖/串。

烤芭蕉 喜歡的人通常都非常喜歡，但是一次不要吃太多，嘴巴會很澀，5~10 銖/串。

Roti 南部才有的回教風味，Roti 就是薄麵餅，以不同厚薄軟硬的 Roti 配上超甜的煉乳、糖、水果作成各種各樣的點心。通常會搭配回式咖啡或茶。

娛樂

合艾市內百貨公司 有 Central、Robinson、Diana，以及 Le Garden。可以購物、看電影或是吃雙聖冰淇淋。(但是喜愛 shopping 的人會覺得這幾間百貨公司非常無聊)

夜店 醫學生們的最愛是名叫 Monkey 的 pub(這是一家清新健康的學生 pub)，此外你可以找到一些英式的 bar，也就是喝啤酒看個足球的類型或是 disco pub。這裡大多數的夜店會有 liveband，可以聽泰國流行歌聽到不想聽。需要帶護照，通常沒有入場費，可以視荷包狀況購買飲品，啤酒和雞尾酒都是 150~230/杯。但自己帶 whisky 去夜店點可樂混合比較流行也比較便宜。

合艾夜店的裝潢差強人意，曼谷勉強還可以；如果學弟妹想要能夠優雅地坐下來喝一杯，那就要到曼谷的高級俱樂部。如果學弟妹想要去何艾的夜店裡頭找帥哥和辣妹，我想就免了，因為華人並不吃香，而且泰國女性較為保守，細肩帶+短褲已經是極限，超短裙,熱褲,,露肚臍的兩節式小可愛甚至於比基尼都不可能出現(在曼谷也不可能出現)

在泰國想嘗試另一種夜生活(泰國浴、AGOGO 等)的學弟妹，請自己小心愛滋病。

泰式 Massage 合艾的品質不甚理想，想嚐試的學弟妹建議在曼谷嘗試 100~300 銖/hour。

路邊攤 在三條主要街道之間與附近，都有巷子內或騎樓底下的雜貨攤。所售物款五花八門，創意無限，從 Wii 到古玉手鐲都有，是本地人平日愛逛的去處，東西都很便宜。

旅遊

泰南有很多世界級的海邊，十小時的車程內有普吉島、蘇美島、喀比、湄、沙通等地，曼谷也是一個都市生活很豐富的地方；要將我去過的地方都介紹完可能需要十頁都不夠。所以就不在此贅述，請學弟妹依照自己習慣的旅遊方式決定要怎

麼安排自己的假期，唯一要注意的是不要等到四月底之後才要出發前往海島(天氣不佳)

[以下 From med90]

噹 (ตรัง/Trang) 噹省比較鄉下，幹道上的安全島很容易看到一堆牛。通常觀光客去都是直奔 Batmeng 海灘，包 tour 坐旅行社業者的船到小島上。噹省最有特色的是 Tam Morokot (ถ้ำมรกต)，又叫翡翠洞，那是一個四壁如山，中心有如天井一般的小島，氣勢驚人，同時洞內的沙灘細白，充滿熱帶風情。浮潛就相對沒力，如果要去其他島嶼，可以把這個錢省下來。Tour 要價 800~1200/人/day，但是半天的 tour 也可以，若有當地人陪同可為殺價利器。據說這裡有神奇的保育類動物一儒艮，有興趣可以找找看，就像賞鯨那樣。此外，鐘乳洞內景觀奇特，未去過者也可一遊。

食 用餐的話就缺乏好料，有點貴。有個特產是烤豬肉，口味略重，約 300 銖/kg。住 在市中心住就便宜得要命，300 銖/人/夜沒問題。如果你想觀賞海島風光且不在乎蚊子，請住到島上，1500~3000 銖/人/夜。

樂

Tam Morokot 是第一首選，不過據說有些海灘上有海星，這就要花功夫找找了。有個地方可以坐船進入鐘乳洞，值得一遊。

行 坐 20 元的雙條車到市內，搭往 Trang 的小巴，100 銖/人。轉搭到 Batmeng 再 40 銖，4~5 小時可抵達。

食 在熱門的 Chaweng 海灘街上，你幾乎可以吃到所有種類的料理！義式、日式、泰式、中式...餐廳和酒吧太多，無法一一推薦。有一天晚餐我們到 Chaweng 的“Via Vai”享受道地的 Naples pizza。

蘇梅島 (เกาะสมุย/Koh Samui) 蘇梅是泰國第三大島，屬於素叻他尼省，是遊賞等級僅次於普吉島的島嶼。到蘇梅島不能錯過兩大海灘—Chaweng 和 Lamai，另外一樣也有搭船到其他小島上浮潛的 tour，尤其是 Koh Tao 和 Koh Phangan。Koh Tao 是世界級的潛水聖地，Koh Phangan 則以 Full Moon Party 聞名，如果你想要「外國人+徹夜跳舞+海灘 BBQ」，搭船去 Koh Phangan，定時出發的船是 80 銖/人。Koh Tao 附近的 Koh Nangyuan 有非常棒的景色，又名海鷗島，因為島形狀如是之故。在蘇梅島陸地上也有不錯的景點，包括三個瀑布、elephant trekking，和 canopy tour。Canopytour 是像泰山一樣攀著繩索探訪原始叢林上空，1700 銖/人/day。租車可以找到 900 銖/輛的低價，但通常會是不怎麼樣的手排車。自排車會 charge 兩倍的價錢。環島一週大概需要駕駛一個多小時。

行 從合艾市出發，搭大巴轉渡船約需 7~9 小時。大巴花費 380，需詢問一番以找到轉運站。自行租車、雙條車或計程車都能載你到處跑，要價便宜，即使繞過半個島也不到 100 元。坐大渡輪可以坐到各個島，甚至直奔曼谷。