



Japiu News Letter

あけましておめでとうございます



寒さが厳しい年明けですが、皆様いかがお過ごしでしょうか。2021年は海外渡航が厳しい状況で、今春もまだ海外姉妹校交流や海外研修の実現は難しいですが、ワクチン接種や新薬の開発などが徐々に進み、海外渡航への明るい兆しが少しずつ見えてくるようになってきました。

そこで今回はもし海外渡航が再開になった時のことを考え、海外研修において気を付けておいた方がいいことをお伝えしたいと思います。ご参考になれば幸いです。

海外研修で気を付けたいこと

目的を持って参加しよう！

海外姉妹校交流および海外研修に参加する方によって参加する目的は人それぞれだと思います。ただ、「なんとなく参加してみた・・・」という方では最終的に得るものはもしかしたら少なくなるかもしれません。

- * 日本文化を自分の英語で紹介したい
- * 日本で習った英語でどのくらい通じるか試したい
- * 海外の文化を知り、日本との違いを肌で感じたい
- * 海外の本場の料理を食べたい
- * 海外の友達を作りたい
- * 海外の学校生活を体験してみたい

これらは一例ですが、行く前に研修に参加する目的をしっかりと自分で考えることで、事前準備が明確になってきます。例えば、日本文化を紹介するために必要な英文を考えよう、現地で文化をより理解できるように事前に調べておこう、という気持ちになります。事前準備をすることで参加した後は、海外姉妹校交流や海外研修がより有意義になり、貴重な人生体験を得られるでしょう。



食べ物

日本とは違う食べ物に出会えるのが海外姉妹校交流や海外研修の醍醐味の一つです。食べたことのないものに挑戦してみるのもきっと楽しいでしょう。また最近では宗教上の理由や体質などで特定のものを食べない方も見受けられ、同じ国でも多種多様な食文化になってきています。都市研修やホームステイでの食事で様々な文化に触れあえるかもしれません。

【食べ方のマナー】

日本では常識なことが海外では非常識であることがあります。有名なところであれば「麺類を食べるときは音を立てて食べる」、「食器を持って食べる」などは欧米では驚かれます。事前に現地での食べ方のマナーを調べておくとう安心ですね。

行動・過ごし方



海外姉妹校交流や海外研修は「郷に入れば郷に従え」精神が発揮される時です。海外のマナーを知っておくことは大事です。一人の行動が時にはその国のイメージを左右する場合もあります。海外に出るときは「**日本代表の一人**」である自覚を持ちましょう。そして訪問する国へのリスペクトを忘れずに。写真ばかりではなく、ぜひとも肌で訪問国の空気や景色、生活する人々を感じてみてください。

【ホームステイ・学校】

ホームステイをする際は、滞在する各家庭でのルールがあります。ホームステイ初日にホストファミリーから教えてもらうこともありますが、自分が疑問に思ったことは内にため込まず、すぐに聞いておきましょう。

ホストファミリーや現地の生徒と会話する際は、単語やジェスチャーでも伝えようとする気持ちが大切です。また、相手の言おうとしていることを理解しようとする姿勢も大切です。分からなければ恥ずかしがらずに聞きましょう。

ホストファミリーの好みにもよりますが、日本食を作って喜んでもらえたところもあるようです。簡単に作れる日本食を用意しておくとう盛り上がるかもしれませんね。

持ち物・服装

持ち物

以前研修に参加した生徒さんからの持ち物のアドバイスの一例をご紹介します。



【あると便利なもの】

- * **電気製品プラグ・変圧器**
⇒国によって使えるプラグ・電圧が違います
- * **洗濯ネット(洗濯物一回分が入る大きさ)**
⇒海外の洗濯機は日本より強力なものが多く服が傷みやすい場合があるのでネット使用がお勧めです
- * **日焼け止め**
⇒紫外線が強い地域があるので夏の訪問でなくても塗ることをお勧めします
- * **ビニール袋**
⇒荷物の小分けや濡れたものを入れたり何かと便利
- * **日本食の材料(瓶や缶に入った加工品等)**
⇒ステイ先で作るのもよし、日本が恋しくなった時に自分で食べるのもよし
- * **日本や自分を紹介するもの(パンフレットや写真等)**
⇒話題が増えて会話が弾むのに役立ちます
- * **おみやげ**
⇒ステイ先や仲良くなった人へ渡すと喜ばれます
【人気だったもの】
・日本のお菓子(駄菓子、煎餅、日本の飴等)
・折り紙 ・日本の遊び(けん玉、紙風船等)
・和風小物(文房具、キーホルダー、手ぬぐい等)
- * **ドライヤー**
⇒ステイ先がないところもあり、あっても熱が強い場合があります
- * **メッセージカード・ポストカード**
⇒感謝を伝えるとときにあると便利



服装

研修の行き先や時期によって日本と違う気候を体験する場合があります。事前に現地の気温や降水量など調べておくって持っていく服装選びも楽になります。



【基本的な服装】

動きやすい服装が大切です

- ・履きなれた靴/スニーカー
- ・Tシャツ/パーカー
- ・ズボン/ジーンズ(スカートよりはおすすめです)

【あると便利なもの】

- * **上着、セーター等の防寒着および羽織もの**
⇒朝晩が寒い、夏でも冷房が強すぎる地域あり
⇒時には紫外線防止対策にも役立つ
- * **ビーチサンダル**
⇒海に行く場合や家で靴を脱ぎたいときに
- * **ウェットティッシュやポケットティッシュ、生理用品**
⇒衛生面が気になる方はあると安心
- * **小さなバッグ**
⇒ちょっと出かけたいときはリュックより便利



"A picture is worth a thousand words."

— 百聞は一見にしかず —

海外姉妹校交流および海外研修はまだ前のように自由にできませんが、近い将来復活できることを信じています。その時が来たら、ぜひともご自身の目で海外を目の当たりにし、見たこと、感じたことを周りの方々と共有してください。きっとご自身の世界がより豊かで広く見えてくるでしょう。私たちはそのお手伝いができるのを心待ちしております。