

# 令和7年度真庭市内県立高校合同 オーストラリア研修報告書



令和7年9月

岡山県立真庭高等学校

岡山県立勝山高等学校

岡山県立勝山高等学校蒜山校地

# 目次

| ページ |   |    |         |
|-----|---|----|---------|
| 1   | ～ | 2  | 募集要項    |
| 3   | ～ | 4  | 実施要項    |
| 5   | ～ | 6  | 旅程表     |
| 7   | ～ | 8  | 真庭・2年   |
| 9   | ～ | 11 | 真庭・3年   |
| 12  | ～ | 13 | 真庭・3年   |
| 14  | ～ | 15 | 蒜山・3年   |
| 16  | ～ | 17 | 勝山・1年   |
| 18  |   |    | 勝山・2年   |
| 19  | ～ | 21 | 勝山・2年   |
| 22  | ～ | 23 | 勝山・2年   |
| 24  | ～ | 25 | 勝山・2年   |
| 26  | ～ | 27 | 勝山・3年   |
| 28  |   |    | 勝山・3年   |
| 29  | ～ | 31 | 勝山・3年   |
| 32  | ～ | 33 | 勝山・3年   |
| 34  | ～ | 35 | 勝山・3年   |
| 36  | ～ | 38 | 勝山・3年   |
| 39  | ～ | 44 | アンケート結果 |

## 研修参加生徒

男子 6名

女子 9名

計 15名



## 令和7年度真庭市内県立高校合同オーストラリア研修 募集要項

### 1 目的

「真庭市ゆめ学び創造基金」の支援を受け、真庭市内の県立高校2校1校地の魅力化、ならびに多彩な学びの創造と真庭市で学ぶ高校生の成長と夢の実現を図るために、海外で知見を広め、外国語によるコミュニケーション能力を高める機会を設けることを研修の目的とする。

### 2 期間・場所・委託業者

- (1) 期 間 令和7年7月19日(土)～8月1日(金) 14日間
- (2) 場 所 オーストラリアクイーンズランド州 ブリスベン近郊(一般家庭にホームステイ)
- (3) 委託業者 株式会社アイエスエイ関西支社 050-5804-1754 (担当 古谷さん)

### 3 参加者の募集

- (1) 募集対象は令和7年度1～3年生とする。
- (2) 在学中、参加は1回のみとするが、応募は複数回できることとする。
- (3) 応募者は参加申込書(様式1)に必要な事項を記入し、本人、保護者の署名のうえ、志望理由書(様式2)を添えて、応募期間内に担任へ提出する。
- (4) 募集定員は15名とする。各校(校地)の応募者数比を参考に協議して定員をそれぞれに割り振り、各校(校地)で選考する。
- (5) 一人当たり旅行代金73万円のうち、真庭市高校魅力化応援事業から60万円が補助される。

### 4 応募条件

- (1) 社会や学校のルールを守り、学校生活において問題がないこと。
- (2) 研修の主旨、目的を理解していること。
- (3) 志望理由、参加目的が明確であり、具体的であること。
- (4) 英検3級程度の英語で、簡単なやりとりができること。
- (5) 事前に開かれる説明会と研修会、帰国後の研修会、報告会のすべてに参加すること。
- (6) 帰国後に統一様式の報告書を作成し、それぞれの学校(校地)に提出すること。
- (7) 帰国後に各校(校地)で行われる報告会で、在校生に対しプレゼン発表すること。

### 5 今後の日程

- (1) 募集要項配布 在校生：3月19日(水) 終業式  
新入生：3月26日(水) 新入生登校日
- (2) 応募期間 在校生 4月 8日(火)～14日(月)  
新入生：4月 9日(水)～14日(月)  
参加申込書(様式1)と志望理由書(様式2)をクラス担任に提出
- (3) 校内選考会 応募期間終了後に筆記試験および面接(英語による自己紹介など)を実施  
日程等詳細については各校(校地)で連絡
- (4) 参加者決定通知 4月30日(水)

### 6 事前説明会

- (1) 第1回説明会 在校生：3月19日(水) 新入生：3月26日(水) いずれも対面  
対 象：生徒(新入生対象説明会は保護者同席)  
会 場：各校(校地)  
内 容：募集要項の配布。業者からの実施要項・説明動画配信と応募方法についての説明。  
※在校生保護者には保護者連絡システムを通じて募集要項等を配付する。

- (2) 第2回説明会 5月16日(金) 17:00~18:30 ライブ配信  
 対 象：生徒・保護者  
 会 場：各校(校地)または自宅  
 内 容：渡航に必要な書類について(アプリケーションフォーム、海外旅行保険など)
- (3) 第3回説明会 6月2日(月) 17:00~18:30 ライブ配信  
 対 象：生徒(保護者も可)  
 会 場：各校(校地)または自宅  
 内 容：ホームステイオリエンテーション(マナー・ケーススタディなど)
- (4) 第4回説明会 6月27日(金) 17:00~18:30 対面開催  
 対 象：生徒・保護者  
 会 場：勝山高校  
 内 容：渡航前オリエンテーション  
 集合時間・場所、旅程詳細、しおり配布、税関申告、海外旅行保険証等の配布など

## 7 選考方法等

- (1) 応募者数に関わらず各校(校地)で校内選考を実施する。
- (2) 応募者数が各校(校地)に割り振られた定員を上回った場合、校内選考結果の上位から選出するが、研修初年度のため、応募機会の少ない上級学年の生徒を優先的に選出する。ただし、選考結果によっては応募者数が定員内であっても選出されない場合がある。
- (3) 次の①~④の資料をもとに、普段の学校生活の様子も考慮して総合的に判断して選考する。面接や英語小テストの内容は各校(校地)によって異なる。
- ①志望理由書(様式2)
- ②面 接 面接官は2人または3人。1人10分程度の個人面接。日本語での面接のあと、英語での面接(自己紹介含む)を実施。(英検3級レベル)
- ③筆記試験 英語の基本事項に関する小テスト(10~15分程度)。
- ④英語資格 次の英語資格を取得している場合は選考の際に加点する。証明書の写しを様式1・2に添えて提出すること。
- 実用英語技能検定(英検)、GTEC、TOEFL iBT®、TOEIC®LR など

※選考の公平性を保つため、志望理由書・面接等選考等について本校教員は指導しません。

## 8 その他

- ・下のQRコードまたはURLからWebページを開き、参加申込書(様式1)・志望理由書(様式2)を両面印刷し、必要事項を記入して提出すること。同じWebページに業者の実施要項・説明動画があるので、研修日程・内容・旅費等の詳細について保護者と共に確認すること。(この募集要項も同じWebページに掲載)

- ・選考において不正が発覚した場合や応募条件に合致しないことが判明した場合、選出されなかったり、選出が取り消されたりする場合がある。
- ・参加者決定後、研修出発までにキャンセルを申し出た場合には、実施要項(アイエスエイ配布)記載の取消料規定に準ずる。ただし、60万円までの取り消し料については真庭市の高校魅力化応援事業の補助による。

- ・募集要項に関する問い合わせ先 勝山高等学校 0867-44-2628

- ・実施要項に関する問い合わせ先 株式会社アイエスエイ関西支社 06-6374-0446 担当:古谷



参加資格は、一歩踏み出す勇気のみ！



**Journal of Management Education**

〇旅行企画・実施：新アイエスエー関西支社  
 新アイエスエー関西支社  
 株式会社新アイエスエー関西支社  
 TEL: 050-5804-1754  
 営業時間：月～金 9:30～17:30（祝日除く）  
 担当：古谷 優子

[illegible]

© 2007 Pearson Education, Inc. All rights reserved. Printed in the United States of America. This book is published by Pearson Education, Inc., 501 Boylston Street, Boston, MA 02116.

**CONTACT INFORMATION**

- ☒ ホームステイでの異文化体験！
- ☒ 現地校訪問で同世代と交流！
- ☒ 現地大学キャンパスツアー！
- ☒ 大学生との交流！

☒ 現地の企業を訪問！  
☒ ロールモデルとの出会い！  
☒ オーストラリアの知見を深  
☒ んだ校アクティビティ！

【1】ホームステイ・現地校訪問を通して異文化体験！

【2】企業訪問と海外で働くロールモデルとの出会い！  
現地の企業訪問・ワークショップの時間を利用していま  
まは、現地で活躍する意地蔵達に会っていただき、  
日本側での講演を予定しています。お仕事内容や海外で  
働くことになったことの経緯、海外で働くために必要な  
力についてお話をうかがいます。



Mr. Christopher (4:51-5:01)

【3】現地の大学生との交流！

【3】現地の大学生との交流！  
現地の大学を訪問し、生徒6～7名程度に対し大学生1名が付きキャンパス内を案内します。海外の大学の規模の大きさやアカデミックな習慣などを体験できます。大学訪問中は、学生と一緒にリゾート地であるサファーズパラダイスへ向かい、さらに交流を深めます。

【4】オーストラリアでの様々なアクティビティ！  
今回の訪問地ブリスベンはオーストラリア南3の都市。  
様々な魅力ある訪問地にご案内いたします。主要な観  
光訪問のほか、国立公園で大自然を感じたりファーム  
体験、カンガルー・コアラの習性も予定しています。



100

7

10

クイーンズランド州 (QLD)

世界最大のサンゴ礁グレートバリアリーフと、世界最古の熱帯雨林の2つの世界遺産を兼ねることのできるクイーンズランド州。州都ブリスベンやゴールドコーストは観光地として人気が高く、年間245日以上晴天という亜熱帯気候も魅力のひとつ。日本との気候はマイナス13度です。



ブリスベン Brisbane

**リスベン** **Brisbane**  
人口160万人以上を有するオーストラリア第3の都市。市の中心をブリスベン川が流れ、公園や近郊街などの緑も多く、水と緑の都といった雰囲気です。川の南岸に広がる市街地は、19世紀に建てられた歴史的建造物と近代的な建築物が混在しており、新旧それぞれの顔がバランスよく調い出されています。



生 命 信 息

● 制作代金に含まれるもの

- ① 住居の立退料：エコノミクス
- ② 海外外へ送付料：国際郵便料
- ③ 印刷代金：印刷代金
- ④ 海外へ送付料：国際郵便料
- ⑤ 海外へ送付料：国際郵便料
- ⑥ 海外へ送付料：国際郵便料
- ⑦ 海外へ送付料：国際郵便料
- ⑧ 海外へ送付料：国際郵便料
- ⑨ 海外へ送付料：国際郵便料
- ⑩ 海外へ送付料：国際郵便料

● 制作代金に含まれるもの

- ① 住居の立退料：エコノミクス
- ② 海外外へ送付料：国際郵便料
- ③ 印刷代金：印刷代金
- ④ 海外へ送付料：国際郵便料
- ⑤ 海外へ送付料：国際郵便料
- ⑥ 海外へ送付料：国際郵便料
- ⑦ 海外へ送付料：国際郵便料
- ⑧ 海外へ送付料：国際郵便料
- ⑨ 海外へ送付料：国際郵便料
- ⑩ 海外へ送付料：国際郵便料

[illegible]

お申し込みのステップ

研修内容がより詳しくご理解いただくために、研修会動画をご覧ください。プログラムの内容や今後のスケジュール、旅行代金の支払い方法やお申込み方法について、詳しくご案内します。

手続き、旅行代金等についての重要なご説明を営みますので、できる限り保護者様の出席をお願いいたします。

■日時：2025年3月19日(月) 配信  
■対象：新1年生～3年生 生徒・保護者様

＜ステップ2＞ 校内選考会  
4月中（日程は各校で異なります。）各校での選考

＜ステップ3＞ アイエスエイへの申し込み  
 申込者通知がありましたら、改めてオンライン  
 の申込申し込み手続きをご案内いたします。



■ **ISA Australia**  
クワイーンズランド州の首都ブリスベンを拠点とし、国際留学プログラム提供の提供。留学生に対するアドバイザーやカウンセラーを中心としたサポートを提供しています。  
ブリスベンやメルボルンが拠点として有資格の留学エージェントと提携し、学生が安心して海外生活を送ることができるようサポートを行っています。  
また、現地の生活や文化、観光情報などに関するサポートも提供しています。

1998 - 1999 100%

### 現地日程表

[illegible]

| Date   | Day       | Events                                                                                                  | From    | To      |
|--------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|
| 23-Jul | Wednesday | Homestay drop off at Ormeau Community Centre                                                            | 7:30am  | 7:45pm  |
|        |           | Coach to Wisdom College                                                                                 | 8:00am  | 8:30am  |
|        |           | Student Integration                                                                                     | 8:30am  | 11:00am |
|        |           | Morning Tea (Spend time in common areas and make new friends)                                           | 11:00am | 11:30am |
|        |           | Student Integration                                                                                     | 11:30am | 1:00pm  |
| 24-Jul | Thursday  | Lunch (Spend time in common areas and make new friends)                                                 | 1:00pm  | 1:30pm  |
|        |           | Student Integration                                                                                     | 1:30pm  | 3:45pm  |
|        |           | Coach to Ormeau Community Centre                                                                        | 3:45pm  | 4:30pm  |
|        |           | Homestay Pick Up                                                                                        | 4:30pm  | 4:45pm  |
|        |           |                                                                                                         |         |         |
| 25-Jul | Friday    | Homestay drop off at Ormeau Community Centre                                                            | 7:30am  | 7:45pm  |
|        |           | Coach to Queensland State Library                                                                       | 7:45am  | 8:30am  |
|        |           | Guest speaker (Cultural Distinction Medical Practice- Australia and Japan)                              | 9:00am  | 10:30am |
|        |           | Coach to Gold Coast Aquatic Centre                                                                      | 10:30am | 11:30am |
|        |           | Morning Tea                                                                                             | 11:30am | 11:50am |
| 26-Jul | Saturday  | English Cultural Class (Learn about Australian environment and wildlife)                                | 1:00pm  | 1:30pm  |
|        |           | Lunch                                                                                                   | 1:30pm  | 3:45pm  |
|        |           | English Culture Class (Practice Integration with University Students)                                   | 3:45pm  | 4:30pm  |
|        |           | Coach to Ormeau Community Centre                                                                        | 4:30pm  | 4:45pm  |
|        |           | Homestay pick up                                                                                        |         |         |
| 27-Jul | Sunday    | Homestay drop off at Ormeau Community Centre                                                            | 7:45am  | 8:00am  |
|        |           | Coach to Burleigh Heads National Park                                                                   | 8:00am  | 9:00am  |
|        |           | Burleigh Heads National Park (Beautiful walking trails and north and south views of the coast)          | 9:00am  | 11:00am |
|        |           | Lunch at Burleigh Heads                                                                                 | 11:00am | 12:00pm |
|        |           | Coach to Paradise Country                                                                               | 12:00pm | 1:00pm  |
| 28-Jul | Monday    | Paradise Country Farm stay day visit, see Australian animals (kangaroos and koalas etc) and enjoy shows | 1:00pm  | 4:00pm  |
|        |           | Coach to Ormeau Community Centre                                                                        | 4:00pm  | 4:30pm  |
|        |           | Homestay Pick Up                                                                                        | 4:30pm  | 4:45pm  |
|        |           |                                                                                                         |         |         |
|        |           | Share weekend with homestay family                                                                      |         |         |

| Date   | Day       | Events                                                                                                        | From    | To      |
|--------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|
| 28-Jul | Monday    | Homestay drop off at Ormeau Community Centre                                                                  | 7:45am  | 8:00am  |
|        |           | Coach to Southern Cross University (Bilinga)                                                                  | 8:00am  | 9:00am  |
|        |           | Gold Coast Innovation Hub for tour and innovation workshop                                                    | 9:15am  | 11:15am |
|        |           | Coach to Hirtz Dam                                                                                            | 11:15am | 12:15pm |
|        |           | Hirtz Dam (learn about water conservation) (Have packed lunch on arrival)                                     | 12:15pm | 3:00pm  |
| 29-Jul | Tuesday   | Coach to Ormeau Community Centre                                                                              | 3:00pm  | 4:00pm  |
|        |           | Homestay pick up                                                                                              | 4:00pm  | 4:15pm  |
|        |           |                                                                                                               |         |         |
|        |           |                                                                                                               |         |         |
|        |           |                                                                                                               |         |         |
| 30-Jul | Wednesday | Homestay drop off at Ormeau Community Centre                                                                  | 7:45am  | 8:00am  |
|        |           | Coach to Griffith University                                                                                  | 8:00am  | 9:00am  |
|        |           | Griffith University Tour with university students (1st)                                                       | 9:00am  | 11:00am |
|        |           | Coach to Surfers Paradise                                                                                     | 11:00am | 11:30am |
|        |           | Surfers Paradise (Eat Lunch, Non-swimming beach activities and shopping) with university students (1st ratio) | 11:30am | 3:30pm  |
| 31-Jul | Thursday  | Coach to Ormeau Community Centre                                                                              | 3:30pm  | 4:00pm  |
|        |           | Homestay pick up                                                                                              | 4:00pm  | 4:15pm  |
|        |           |                                                                                                               |         |         |
|        |           |                                                                                                               |         |         |
|        |           |                                                                                                               |         |         |
| 31-Jul | Thursday  | Homestay drop off at Ormeau Community Centre                                                                  | 7:45am  | 8:00am  |
|        |           | Coach to Charmside Westfield                                                                                  | 8:00am  | 9:00am  |
|        |           | Charmside Westfield                                                                                           | 9:00am  | 11:00am |
|        |           | Coach to Brisbane International Airport                                                                       | 11:00am | 11:25am |
|        |           | Check in, go through security and depart (SO 258 BNE-SIN @ 1445)                                              | 11:25am | 2:45pm  |

※この日曜日は 2025 年 6 月 16 日現在情報のもので、以降のスケジュールに変更が生じる場合がございます。

### 1 研修に応募した理由

私は元々海外に興味があり、現地の生活や文化にふれて自分の視野を広げたいと思ったので今回応募しました。また、現地の人と実際にコミュニケーションを取り、英語を使ってもっとコミュニケーションが取れるようになりたいと思ったからです。

### 2 ホストファミリーおよびホームステイについて

ホストマザー、ホストファザーどちらも料理が上手でご飯がどれも美味しかったです。中でもチキンライスとシーフードスープがとりわけ美味しかったのを覚えています。兄弟の子達とも一緒に遊んだり出かけたりしました。また、おばあちゃんがニュージーランドの方で、ニュージーランドやオーストラリアの事を色々と教えてくれました。

一番この研修で楽しかったことは、最終日の夜にホストファミリーのお姉さんと友達と従兄弟と爆音でドライブをして、デザートを食べに行ったことです。ドバイチョコにイチゴが丸々たくさん入っていました。海外の食べ物は日本と比べてどれも凄く大きくて、最後まで食べるのがしんどかったです。他にも、恋バナをしたり、一緒に写真を撮ったりしました。最後の夜楽しい思い出ができてよかったです。みんながとても親切にしてくださって、とても楽しい時間を過ごすことができました。



### 3 研修中に困ったことや苦労したこと

一番苦労したことは言語の壁です。もっと話したいのに自分の言いたいことを上手く伝えられなかったことがたくさんありました。



以前よりは聞き取れるようになりましたが、頭を使って話すことにすごく疲れました。そのため、理解してもらうためにジェスチャーをしたり、簡単な単語を何度も繰り返し言いました。相手に自分の思いが伝わったときにはすごく嬉しかったです。こうした小さな体験を積み重ねたことで、少しずつ自分に自信ができました。

#### 4 研修で印象に残ったこと

印象に残ったことは男の子の髪型です。後ろ髪の一部だけを細く伸ばした髪型をしている人がいました。小さい子供や学生の子がやっているのをちょくちょく見かけてびっくりしました。

季節感覚の違いにも驚きました。季節に関係なく海に行き、サーフィンを楽しむ人が多くいました。日本ではあまり考えられない過ごし方で新鮮な気持ちになりました。

学校では、日本とは比べられないほどみんな自由でした。授業中にお菓子を食べたり、パソコンで友達と電話をしたり、友達と話したりしていました。日本のようにみんな同じように静かに先生の話を聞くという雰囲気ではなかったので、あまりの違いに驚きました。



#### 5 研修で学んだこと

私はこの研修を通して挑戦することの大切さに気づきました。最初はなかなか自分から話しかけられませんでした。相手は笑顔で返してくれて、そこから会話が弾んで色々なことを知ることができました。そして文化や生活スタイルの違いも知りました。世界には様々な人がいるのだと自分の目で見ることで実感でき、自分の価値観も広がりました。

以前の自分は、他人と比べて焦ったり、こうじゃなきゃダメという考えがありました。しかし、今回の研修で、自分と違う考え方や生き方をしている人を見て、「そんな考えもあるんだ！」と自然に思えるようになりました。この経験を通して今後どんな困難があっても自分を信じて前に進もうと思うことができました。

#### 6 まとめ

この2週間色々なことを学べて充実した毎日を過ごすことができました。そして自分の見る世界がすごく変わりました。何事にもポジティブに自分らしくこれからも頑張っていきたいです！今回の機会を用意し、助成して下さった真庭市をはじめ、サポートして下さった全ての方々に感謝します。本当にありがとうございました。



### 1 研修に参加した理由

私は、次の3つの理由から研修に応募しました。1つ目は、真庭市に旅行費のほとんどを補助していただき、異国に行ける機会だったからです。2つ目は、海外の文化と生きた英語を学び、またオーストラリアの水不足の現状について知りたかったからです。そして3つ目は、日本語が通じない場所で、今の自分がどれだけ生活できるのかを知りたかったからです。

### 2 ホストファミリー及びホームステイ

顔写真と家族構成しかホストファミリーの事前情報がなかったため、実際に会うまではとても緊張していましたが、会ってみると自然に受け入れ、話しかけてくれたので一気に緊張がほぐれました。特に、ファミリーが日本に行った時の話を聞いたことから、たくさん日本の話をし、共通の話題で打ち解けることができました。映画を一緒に観たり、お互いの家族を紹介し合ったり、現地のおすすめの場所を教えてくれたりと、さまざまな話をすることができました。

ホームステイでは、夜、ホストマザーが早く自室に入るため、自由な時間がかなりありました。そこで私は、許可をもらって夜にお好み焼きを作り、ホストファミリーに振る舞いました。また、ホストマザーのご友人のパーティーに参加したり、彼氏の方と一緒にご飯を食べたりもしました。ホストファミリーの家には犬が2匹いたこともあり、ホームステイではとても賑やかで楽しい時間を過ごすことができました。

### 3 研修中に困ったことや苦勞したこと

現地の先生が英語で授業をしてくださったとき、先生も生徒もお互いに意思疎通しようと頑張っていましたが、なかなかうまくいかず、生徒が疲れて反応がなくなったり、気持ち落ちたりして、授業が微妙な雰囲気になってしまい困りました。

現地の学生とバディを組んで一日過ごすとき、私のバディが欠席していたため、代わりのバディに来てもらいました。しかし、代わりの方はもともとバディを志願していたわけではなかったため、お互いに関わり方が分からず、うまくコミュニケーションを取れませんでした。

また、私が体調を崩したとき、指示された通り添乗員さんに電話をかけても繋がらず、やむを得ず日本のISAに電話をかけることになりました。しかし、オーストラリアの電話番号に日本の番号からかける方法が分からず、困ってしまいました。

### 4 研修で印象に残ったこと

水が貴重でシャワーや洗濯に制限があると聞いていたので、「シャワー10分は大変だな」と思っていたのですが、実際にホストファミリーに水回りのことを尋ねると「洗濯は日にちが決まっているけれど、シャワーは何時間でも良いよ」と言われ、とても驚きました。家庭によってはかなり自由に水を使えることが分かりました。

また、高速道路が無料で通れることも印象に残りました。走っている感覚は日本の高速道路と同じでしたが、お金を払っていないので一般道なのかと思い聞いてみると、「高速道路は無料で通れるけれど、その分税金を払っている」と教えていただきました。日本のように毎回料金を払わなくても良いのは楽ですが、その一方で、休日には多くの人が気軽に利用するため、とても渋滞するのは大変だと思いました。

気温については、朝は凍えるほど寒いのに、昼は日が照ると半袖でも過ごせるほど暖かく、寒暖差が大きいと感じました。特に朝はとても寒いにも関わらず、登校中の学生が長袖や半袖に短パンで登校していて、とても驚きました。

オーストラリアの英語は「バター」や「ウォーター」の発音がイギリス英語に近く、tの発音がはっきりしていることにも驚きました。

オーストラリアの高校では、教室で使っているプロジェクターが真庭高校のものとメーカーまで同じで、親近感が湧きました。また、学生は日本より活動的で、お昼休みは外で食事をしながらスポーツをしていたのが印象的でした。

犬の飼育方法も日本とは少し違い、肉のドリップを「ジュース」と呼んで犬に飲ませたり、ピザを与えたりしていて、餌がとてもジャンキーだと感じました。

家は一階建てが多く、空がとても広く見えました。富裕層の家は門で区切られていて、特別感がありました。

## 5 研修で学んだこと

今回のオーストラリア留学では、現地での授業や生活を通して多くの貴重な学びを得ることができました。授業では、オーストラリアの文化について深く学びました。カンガルーやコアラといったオーストラリア固有の動物について学んだときには、豊かな自然環境が人々の暮らしに大きく影響していることを理解しました。また、先住民アボリジニーの歴史を学ぶことで、多文化共生社会の成り立ちを考えるきっかけとなりました。さらに、サーフィンが国民的スポーツとして広く親しまれていることを知り、自然と文化が密接につながっていることを実感しました。

一方、日常生活でも多くの気づきがありました。特にキャッシュレス決済の普及やスーパーの無人レジの導入など、社会全体の効率化が日本より進んでいることに驚きました。利便性を重視する生活に触れ、日本の社会の現状や今後の課題を考えるきっかけになりました。また、日本のアニメや食文化が現地の人々に広く受け入れられていることを知り、日本文化が海外で大きな影響を持っていることを実感し、誇りに思いました。

さらに、水不足の問題についても学びました。当初は深刻で不自由な生活を想像していましたが、実際には法律や制度によって水の使用が制限され、社会全体で節水が徹底されていました。そのため、生活に大きな支障はなく、持続可能な資源管理のあり方を考える貴重な体験となりました。

加えて、英語学習の面でも重要な気づきを得ました。現地での会話を通して感じたのは、完璧な文法よりも単語力が必要だということです。限られた語彙でも積極的に話すことで意思疎通が可能であり、「生きた英語」を実際に体感することができました。

これらの経験を通して、私は異文化を理解するだけでなく、自国を客観的に見つめ直す力を養うことができました。今後もこの学びを活かし、広い視点を持って学習に取り組んでいきたいと思います。

## 6 まとめ

私は、研修期間中だけでなく帰国してからも、本当に貴重な2週間だったと感じています。真庭市の助成のおかげで、この研修にかかる費用の自己負担が少なく、金銭面で諦めることなく、勇気を出して応募することができました。このような機会を用意くださった真庭市には、いくら感謝してもしきれません。また、ISAの古谷さん、現地の添乗員の佐々木さんと渡辺さん、現地のダミアン先生、ホストマザー、一緒に行った高校生の皆さん、そして私の両親、関わってくださったすべての方々に心から感謝しています。

今回の経験は、これからの大学生活や人生の中で必ず活かしていきたいと思います。将来もしまた留学の機会があれば、今回の研修で感じた「これを持って行けばよかった」や「もっとこんな経験をしておけばよかった」という反省点を活かして準備し、生きた英語を実際に使えるよう努力していきたいです。

また、私はこの研修の一期生として、期間中に「次の研修生に伝えたいこと」を都度メモしていました。それらをまとめた資料を作成し、研修生同士の交流会などで共有することで、この研修の発展につなげていきたいと思っています。

改めて、忘れられない思い出を作ることができましたこと、関わってくださったすべての方々に感謝します。本当にありがとうございました。

### 1 研修に応募した理由

旅行代金を助成してもらえるとという非常にありがたい条件で海外へ行けるせっかくの機会と思い、受かる受からない関係なく、自分にとって後悔しない選択をするために今回応募しました。また、現地の文化や価値観に積極的に触れ、広い視野を身につけたいと思ったからです。

### 2 ホストファミリーおよびホームステイについて

正直なところ最初は不安の気持ちでいっぱいでしたが、いざホストファミリーとお会いするととても優しく、親身になって色々とお世話してくださいました。常に自分たちのことを考えてくれていて、普段は作らない料理を作ってくれたり、自分が行きたかったお土産屋さんやショッピングセンターなどに行かせてくれたりしたので、とても充実したホームステイでした。



オーストラリアでは水が貴重ということを事前に聞いていましたが、水のことも「あまり気にしなくていいよ」と言ってくれたので、精神的にも落ち着いて生活できたと思います。週末は **MOVIE WORLD** という遊園地に行ったり、ツインフォールズという滝を見に行きました。日本の遊園地と違ってどれも絶叫系でハラハラしました。そしてツインフォールズを見に行ったときには雨だったのですが、とても高いところから見たので絶景でした。「晴れていたらもっときれいだよ」とホストファミリーが言っていました。

### 3 研修中に困ったことや苦勞したこと

最初から重々承知していたことなのですが、やはり言語の壁が一番困りました。伝えることも難しかったのですが、聞き取って理解することも難しく、毎日苦戦していました。しかし同じく研修に参加していた友達が多くの場合で助けてくれてとても助かりました。

それとともに、仲間という大切さにあらためて気づけました。そして自分では気づけなかった魅力や課題を仲間との関わりの中で発見できました。挑戦しても失敗しても仲間がいるから立ち上がることができて、一歩踏み出す勇気も持てました。



### 4 研修で印象に残ったこと

朝食が主にシリアルだけということに驚きました。研修1週間の朝食はシリアルだけだったのでかなりお腹が空きました。

車に乗った時にシートベルトがとても硬かったことも印象的でした。オーストラリアの法定速度が日本と比べてかなり速いのでシートベルト着用が日本以上に徹底されていました。

日本もですが、オーストラリアはとても海が綺麗でした。秋なのに海でサーフィンをしている人がいて驚きました。その他にもオーストラリアではモーニングティーという時間があることやサーファーズパラダイスにあったスリングショットというアトラクションの料金が2人で10000円掛かったことを含めた物価の違いなど様々な場面に日本との違いを感じました。



## 5 研修で学んだこと

海外では自分をすごく大切にしている感じが伝わりました。知識として“nap”は「30～60分寝る」という意味だと分かり、sleepよりもたくさん使える単語だなと思いました。

自分が成長したと思う点として、自分から積極的に動こうという心意気と実際に行動する力が挙げられます。研修期間中自分から動かないといけない場面が何度もあり、繰り返しその経験を積み重ねたことで徐々に自分に自信がつくようになりました。

## 6 まとめ

自分たちは第1期生として参加でき良かったと思います。苦労することはたくさんありましたが、現地で実際に体験することは何事にも代えがたい貴重な経験になり、いい思い出となりました。高校生のうちに海外へ行くことと金銭面でも簡単ではないと思います。

この研修に参加して、海外に興味を持ってくれる人が少しでも増えて欲しいです。もし今後もこの研修が継続されるのであれば、行くか行かないか迷ったときには、今回私がそうしたように一歩踏み出すというチャレンジ精神を持ってもらえると、仲間として嬉しく思います。今回のオーストラリア留学に参加でき、一生忘れない思い出を作ることができました。サポートしてくださったすべての方々、本当にありがとうございました。



## 1 研修に応募した理由

オーストラリアという異国の地で、英語が飛び交う環境で生活してみたいという思いがありました。日本とオーストラリアの文化の異なる点と似ている点を、実際に体験しながら自分自身で深く理解したいと考えていました。さらに、将来海外で働くことを視野に入れる中で、オーストラリアの企業が求めるスキルや働くために必要なことについて学び、この経験を通じて、自分の視野を広げ、国際的な視点を持つことができればと思っていたからです。

## 2 ホストファミリーおよびホームステイについて

随所に文化の違いを実感しましたが、私達を常に気にかけてくれて、少しでも良い思い出が残るように、色々と考えてくれていました。気さくで、大らかな人でしたが、家族の一員として受け入れてくれ、接してくれたので、とても感謝しています。ただ、日常生活（特に衛生面について）は、日本での生活とギャップがありました。

料理がとても苦手と言っており、ホームステイ初日の夕飯が、餃子もどきとシュウマイもどきだったのですが、つけダレが3種類あり、そのうちの1つが黒蜜でした。食べた瞬間「甘い!？」とびっくりしたのと、あまりにも私の食体験にはない組み合わせだったので、黒蜜の、この料理との相性が理解できませんでした。オーストラリアの人は、なんでも「甘い」ものが好きなのかと思いました。初日から、これからの2週間に一抹の不安を感じずにはいられませんでした。

余談ですが、前情報として「Small Dog」と書いてあったため、チワワかトイ・プードルのような大きさを想像していましたが、実際は中型犬ぐらいの大きさの犬でした。「日本だったら、君は決して小さくない」という感想が「Small Dog」と会ってすぐ出ました。



## 3 研修中に困ったことや苦勞したこと

今まで学んできた発音では、なかなか通じなかった単語がありました。例えば、「お土産」という単語ですが、オーストラリアのイントネーションは抑揚が凄く強く、私の発音では通じず、最終的にスペルで伝えることとなりました。

また、大抵の日本人は、相手が何を伝えたいか、聞き取ろうと努力しますが、現地の人は分からないなら分からないで、

そのまま理解しようとしません。上手く解決できなかったため、諦めました。「時には、諦めることも大切」と、この研修で学びました。

#### 4 研修で印象に残ったこと

現地校の先生が生徒に対して質問していた内容にびっくりしました。それは、「今日の朝、シャワー浴びてきた人」「2週間以内に歯を磨いた人」でした。

それを聞いた瞬間目が点になりました。また、それに対する返答にも目が点になりました。シャワーを浴びてきた人は、クラス内に8人中4~5人居ましたが、歯を磨いた人は、2人ほどしかいませんでした。この質問で、「歯って毎日磨かないんだ」「え、虫歯にならない？」という疑問が一気に溢れかえりましたし、ここでも日本の感覚が全く違うなということが分かったので、面白かったです。



#### 5 研修で学んだこと

最初の一週間ほどは、話される英語が速すぎて聞き取れなかったし、オーストラリアのイントネーションが、習っていたものと違うので、聞き返すことがとても多かったのです。しかし、一週間経過すると、オーストラリアのイントネーションに慣れてきたようで、一回で聞き取れるようになりました。また、ホームステイ先では、二人部屋だったので、ルームメイトと仲良くなれました。私が聞き取り役、もう一人が喋る役、という役割分担ができていたため、それも良い体験となりました。短期間であまり喋れるようにはなれなかったけど、聞き取りは、上達したと感じました。



#### 6 まとめ

日本で身についた感覚が通用しにくい可能性が高いです。いかに日本が安全で治安の良い国であるかが、身にしみて分かりました。オーストラリアは比較的他国に比べると治安の良い国ですが、目を離した瞬間、盗難にあうかもしれないということを念頭に過ごしたほうが良いです。

現金よりプリペイドカードを持っていくことをお勧めします。理由は、細かいお金の計算をしないで済むからです。プリペイドカードの中でも、日本から入金できるような仕組みのカードもあるので、その方が尚良いです。

海外に行くなら、自分の常識の壁を壊していきましょう。そのほうが、きっと楽です。

### 1 研修に応募した理由

私が研修に応募した理由は2つあります。

1つ目は実際に使われている英語を知り、少しでも将来に活かしたいと考えていたからです。私は将来英語を使った職業に就きたいと思っています。そのためにはまず実際に使われている英語を知ることが大切だと考えました。

2つ目はいろいろな価値観を知りたいと思ったからです。国が違えば文化も異なるので生活の仕方が違うことはなんとなく知っていましたが、自分の目で見て、肌で感じる自分が自分にとってとてもいい経験になるのではないかなと考えました。



### 2 ホストファミリーおよびホームステイについて

最初は話される英語の速さに慣れず聞き取ることが難しかったり、日本との違いに驚いたりすることがとても多く、ホストファミリーとの生活に慣れるまでに時間がかかりました。しかし、日本にいるときには体験できない海外の生活や、家族の一員として接してもらうことなど、確実に自分のためになる経験をする事ができたと思います。

日本では来てくれた人におもてなしをすることが多いけれど、私のホームステイ先では普段の生活の中に私たちが入ってきたような印象をすごく受けました。それぞれの文化の違いを知ることができ、とてもおもしろかったです。

### 3 研修中に困ったことや苦労したこと

ホストファミリーとの会話が一番苦労しました。ホストファミリーの話す英語が速くて聞き取ることができなかったり、知らない単語が出てきて意味を理解することができなかったりして会話を繋げることがとても難しかったです。

しかし、文章の意味を理解することができるようにゆっくり話してほしいとホストファミリーにお願いしたり、分からない単語はスペルを教えてもらって翻訳したりすることで段々と会話を繋げることができるようになりました。

ホストファミリーと話す話題についても困りました。あまり私が英語を話すことができないこともあり、最初は会話が少なかったです。ですが、送り迎えをしてもらっていた車の中で1日に一回は質問ができるように考えて、会話が弾まなくても自分から話しかけていくことを意識していきました。



#### 4 研修で印象に残ったこと

バディーと1日過ごしたときに、翻訳機を使いながらも日本とオーストラリアの違いについて話すことができたことです。実際に現地の高校の授業を見て学ぶことも多かったけれど、その場で学んでいる生徒から話を聞くことでリアルな違いを知ることができました。自分から話を振ることができたし、相手から話を振られたときにも会話を繋げることができ、自分の成長を感じることができました。

#### 5 研修で学んだこと

コミュニケーションの仕方や、オーストラリアと日本の違いについて自分で体験して学ぶことができました。頑張っても英語が伝わらないときは、身振り手振りをしたり、紙に書いたり、発音を見直してみたりすると伝わりやすくなることがわかりました。オーストラリアと日本の違いについても最初は戸惑うことが多かったけれど、ホストファミリーに教えてもらったり、生活の中で学んだりすることができました。



#### 6 まとめ

私は今回の研修を進路の選択について活かしていきたいと考えています。2週間だけでは学べることはとても少なかったけれど、実際に行ってみたからこそ分かることがとてもたくさんありました。そして、もっといろいろな国に行っているいろいろなことを知りたいと思うようになりました。そのために自分がこれからどうしていくのかを決める材料の一つに活かせばいいなと思っています。もし少しでもオーストラリア研修に参加してみたいという気持ちがあるのなら挑戦してみてください。苦労することや困ったこと、不安になることももちろんあるけれど、それ以上の貴重な体験をすることができると思います。



### 1 研修に応募した理由

オーストラリアという、色々な人種がいる国で様々な経験や言語の違いなどを学ぶことができる留学ができるという貴重な体験をすることができるのは今回の研修でしか体験できないと思ったので応募しました。



### 2 ホストファミリーおよびホームステイについて

ホームステイ先のホストファミリーはとても優しくとてもフレンドリーでとてもいい人たちでした。「次オーストラリアに来る時は迎えに来てあげるね」とも言ってくれました。



### 3 研修中に困ったことや苦労したこと

主食がお米ではなく基本的にパンで、朝ごはんもあまり多くなく、代わりにお昼ご飯が多いなど食生活が日本と全く違うことに困りました。解決法は耐えることです。

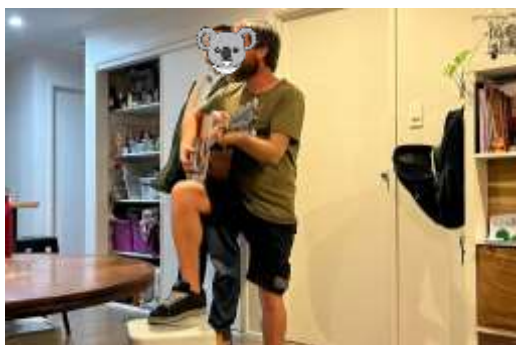
### 4 研修で印象に残ったこと

オーストラリアの人たちは全然差別などがなさそうに生活をしていて人のタイプは色々だけどいじめなどが全然なさそうなのがとてもいいなと思いました。そしてみんながオープンな感じでいい人がたくさんいました。



### 5 研修で学んだこと

日本もそうだけどその国にはその国の良さがあるということがわかりました。日本には日本の良さが、オーストラリアにはオーストラリアの良さがある。これが学んだことの一つです。



### 6 まとめ

今回勝山高校からは僕を含めて11人の生徒が研修に参加しました。今回の研修で感じたことは絶対に申し込んでいくべきだと思いました。控えめに言って今回の研修は最高でした。絶対に行くべきだと思いました。来年はぜひ他の人にも体験してほしいと思いました。

### 1 研修に応募した理由

将来大学の国際学部などに進学したいと思っており、今の自分の英語スキルのままでは十分ではないと思っていたところ、オーストラリア研修のことを耳にしました。父や母、伯父なども学生の頃にカナダやイギリスへのホームステイ経験があり、必ず自分のためになると後押しされた結果、この研修への参加を希望しました。また、SNSなどを通じて海外の方と交流した経験が多少あったことから、現在の自分の英語スキルが海外の日常生活でどれほど通用するのかという興味があったことも理由の一つでした。

### 2 ホストファミリーおよびホームステイについて

私の家庭には、ホストマザー、ファーザー、私と同年代の息子がいました。一日の主な流れは、16:30頃帰宅、シャワーを浴びて19:10頃に夕食が終わり、1時間ほどボードゲームを楽しみ、あとは各自の時を過ごすというものでした。一般的な日本の生活と特に違った点は、入浴時間の短さと一日の生活リズムです。オーストラリアは水がとても貴重であるため、1回の入浴時間は10分程度しかありませんでした。そのため日本人である私にとっては個人的に非常に耐え難いものでした。しかし、家族全員22:30くらいには就寝し6:20くらいに起きるというとても健康的な毎日を送っていました。ほぼ毎晩私はホストファミリーとボードゲームを会話をしながら楽しみました。私のホストファミリーは苦手な食べ物があった際の配慮や、ショッピングや観光地へ休日に連れて行ってくれるなど、貴重な体験ができる場をたくさん用意してくれました。まさに温良篤厚でした。



### 3 研修中に困ったことや苦勞したこと

私は研修中困ったことが大きく分けて2つありました。まずは現地学生と一緒に一日学校で過ごしたことです。私のバディー（わからないことがあった際の対応や一緒に授業を受ける人）は14歳の子でしたが、授業の内容は日本のものとかなり違いがあった印象があります。殆どの授業では、何か題を与えられ自分一人で黙々と考えて最後に友達と共有するというものでした。ここまでは日本の学校でも多く見られる例なのですが、与えられる題がユニークなもので結果的にやらなければいけないことが全体的に難しくなりました。そのため、一時的に「案が現実的でなければいけない」という日本の考え方をやめることでなんとか乗り越えました。そして2つ目は、休日にホストファミリーの長女と夕食をとるため会いに行



くということがあったのですが、それだけ伝えられ実際にその場所へ足を運んでみると、ただの夕食会ではなく基督教の勧誘パーティーであったということです。これを読んでいる方も「どういうこと？」と思うかもしれません。私も同様に、この場へ足を運んだ瞬間から困惑していたのです。この時点で既に困っていたのですが、まだパーティーは始まってすらいません。次に先程の長女の方へ、ある部屋へと誘導されました。しばらくそこへ待機して

いると、何人か関係者らしき人たちが入室してきて歌い始めました。これが終わった後、関係者のトップであろう人が「Jesus」についての公演を始めました。もちろん英語です。40、50分の講演の後、学んだこと、与えられた質問に対する自分の解答の共有という時間が始まりました。周りは大人の方々ばかりでした。そして質問内容の一例として「イエスの人格を知り、あなたの人生をどのようにしたいですか。」などといったものが与えられるのです。最も苦労したのは、これが英語で言われ、日本語での意味を理解したとしても難しいものであるということです。私はとにかく、簡単な英語でもいいので自分の意見を伝えようとしました。結果的に、向こうもなんとか理解してくれました。そこで私は、できる限りのことをすることの大切さを知りました。

#### 4 研修で印象に残ったこと

私は外国に行く前、アジア人差別などの問題をととても恐れていた。しかし想像していたものとは全く違って、大人子ども関係なく差別などという概念を一切感じない国でした。たくさんの外国人を受け入れている多文化主義のオーストラリアだからこそです。それどころか、たくさんの人と交流したにもかかわらず、歓迎してくれ、日本のよいところをたくさん話してくれました。

2日目に、ステーキハウスへ連れて行ってくれたのですが、その際に無料でマジックを見せてくれるという男性が近づいてきました。私はまだマジックを実際に見たことがなかったのですが、披露してくれた際には思わず声に出してとても驚いてしまいました。正直これが一番記憶に残っています。しかし、これも含め毎日が新しいことばかりで最高に楽しかったです。



## 5 研修で学んだこと

先程述べたキリスト教の方たちと会話をする中で、やはり自分の英語スキルの現実と悔しさをとて感じました。しかし、英語の勉強に対する気持ちは前より強くなったと感じます。日本とは人も土地も全く違った新しい場所で生活することは、難しくも必ず経験としてよいものになると思います。研修を通し、自分が、日本がどれだけ衛生的にも食文化的にも恵まれた国であるのか深く感じました。

## 6 まとめ

正直に申し上げますが、2週間だけではオーストラリアを学びきれなかったと個人的には思います。オーストラリアでショッピングをしている際に、30年働き続けている女性の方にお会いして話をしましたが、「全然足りないじゃん。」と言っていました。家に帰ってきてから、自分の英文を書く際のスピードや考え方は“多少”は前よりもベターになったと感じます。また、オーストラリアの文化を通して日本と比較し互いに良し悪しを見つけることはもちろんできました。しかし、やはりこの約2週間という短い期間で英語のスキルを格段に向上させ、ホストファミリーと本当の家族のように暮らすといったことは難しいと思いました。ですが、真庭市から多額の補助していただき、少ない費用で2週間も外国に滞在できる経験なんて人生で一度あるかないかのチャンスです。少しでもいいから英語に興味がある方、異文化理解や友達を作ることが気になっている方に進んでこの研修を体験してもらいたいです。

第一回目という闇雲に覆われたものであるからこそ、私のこのような意見が生まれました。これ以上ホームステイの期間を延ばすことは膨大な費用がかかり、受け入れてくれる家が少なくなるなどの問題が増えるなど、とても実現困難なものになってしまうはずですが、次回の研修への一案として取り入れてくれると嬉しいです。そうすればきっともっとたくさんの方がこの素晴らしい企画へ興味を抱いてくれると思います。

私事ではありますが、私には第二外国語としてイタリア語を習得して現地へと飛び立つという夢があります。このオーストラリア研修を受けるまで私の外国に対するイメージは不安に溢れていましたが、ホームステイを通して懸念から期待へと変わっていきました。そして、まずは大学受験への準備として今回得た課題とスキルを活かしていきたいと思います。今回はこのような素晴らしい企画を提案して下さりありがとうございました。



### 1 研修に応募した理由

異なる文化の中で実際に生活し、英語を使って現地の人々と交流することで、自らの視野を広げ、語学力やコミュニケーション力を高めたいと考えていたからです。これまで授業で英語を学んできましたが実際に使う機会は限られていました。この研修を通して教科書では学べない「生きた英語」に触れる事で、より実践的な力も身につけたいと思いました。また、英語での会話を重ねる中で、自分の考えを相手に伝える力や、相手の考えを理解しようとする姿勢も磨きたいと思いました。オーストラリアの文化や価値観に直接触れることで、多様な考え方を受け入れる柔軟な心も育みたいと思っていました。私は将来教育系の職につきたいと思っていますが、まだ明確に決まっていないからこそ、この研修を通して将来と向き合い、夢への一歩になるような経験をしたいと強く思い応募しました。



### 2 ホストファミリーおよびホームステイについて

最初とても不安でしたが、ホストファミリーはとても親切で、私が英語を理解しやすいように、ゆっくりと分かりやすく話しかけてくれました。そのおかげで、毎日たくさんの会話を楽しむことができ、笑顔が絶えない温かい時間を過ごすことができました。一緒にショッピングセンターに行ったり、コアラを見にコアラセンターへ行ったり、きれいなビーチを2か所も訪れるなど、観光もたくさん体験させてもらいました。特にビーチでは、きらきらと光る海と広い空に感動し、ホストファミリーと笑い合いながら景色の写真を撮ったり、ホストファミリーの子供と鬼ごっこをしたりした思い出が印象に残っています。食事中的会話や移動中のちょっとしたやり取りなど、日常の中にも英語でのコミュニケーションの機会が多くあり、「伝えることの楽しさ」と「伝わる喜び」を実感しました。文化や言語が違って、心が通じ合う体験ができたことは、私にとって一生忘れられない思い出です。



### 3 研修中に困ったことや苦勞したこと

研修中に特に苦勞したのは、英語の授業で何度もプレゼンテーションを行わなければならなかったことです。すべて英語で進められるレッスンの中で、特に、想像力を働かせて自分たちで製品を考え、それを英語で発表するという課題が難しかったです。アイディアを考えるのは楽しかったのですが、それを英語で説明するとなると、言葉がなかなか出てこなかったり、発音や文法に自信が持てなかったりして、何度も不安を感じました。しかし、同じグループの仲間や先生が教えてくれたり、アドバイスをしてくれたりしたおかげで、間違いを恐れずに挑戦する気持ちを持てるようになりました。

### 4 研修で印象に残ったこと

現地で活躍されている日本人医師・長島たつお先生のお話を聞いたことです。長島先生は日本の医師免許に加えて、オーストラリアでのジェネラルプラクティショナー（家庭医）の専

門医資格を持ち、日本語と英語の両方で診療を行っています。最初はブリスベンの新生児集中治療室で勤務し、その後も多くの医療現場で経験を積み、現在は多様な患者に対応できる総合診療医として活躍されています。特に印象的だったのは、長島先生が非常に幅広い分野の診療に対応されていることです。糖尿病や高血圧といった慢性疾患、肥満や精神疾患、HIVや性病の治療、妊娠や女性の健康、皮膚がんの治療など、多岐にわたる医療に関わっている姿に感銘を受けました。長島医師がオーストラリアでなぜ働こうと思ったのかいろいろな説明を聞く中で、日本だけでなく世界のスタンダードを知ったり、オーストラリアで学んだ知識をいつかは母国に還元したいと思ったからだということがわかり、その姿勢に深い尊敬の念が芽生えました。長島先生はこれからの人生は仲間を募り、ブリスベンにあるクリニックを日本にも作り、世の中にオーストラリアの医療を知らせ、特に精神疾患の人を薬で治すのではなく、カウンセリングなどで治療を行う方法を取り入れたいとおしゃっていて、その目標が叶うことを私は強く願いました。

## 5 研修で学んだこと

文化や言語の違いを越えて人とつながることの大切さ、そして多様性を受け入れる社会の姿勢について多くを学びました。現地の人々との交流を通して感じたのは、「違いを認め合うこと」の素晴らしさです。オーストラリアでは、さまざまな国や背景を持つ人たちが互いを尊重しながら生活していて、日本ではあまり意識していなかった多文化共生という考え方に触れることができました。また、英語での会話やプレゼンテーションなど、はじめは緊張してうまく話せなかった場面もありましたが、毎日少しずつ挑戦することで、「伝えようとする気持ち」が何よりも大切だということに気づきました。失敗を恐れずチャレンジすることの大切さを学び、自分の中で大きな自信になりました。さらに、海外で活躍している医師の話聞いたことで、教育しか興味を持っていなかったが、「自分も将来、国を越えて誰かの役に立てる人になりたい」と考えるようになり、視野が大きく広がりました。将来の目標や進路について、より深く考えるきっかけとなったことも、大きな学びの一つです。

## 6 まとめ

今回のオーストラリア研修を通して、言葉や文化の壁を越えて人とつながることの楽しさや、自分の将来について深く考える大切さを実感しました。この経験を通じて得た自信や気づきを、今後の学校生活や進路選択にしっかりと活かしていきたいです。特に、積極的にコミュニケーションを取る力、多様な考え方を受け入れる姿勢は、これからの社会でますます必要になると感じました。来年度の応募を考えている皆さんへ伝えたいのは、少しでも興味があるなら、ぜひ挑戦してみてほしいということです。そして何よりも、「自分の知らない世界に飛び込む勇氣」を持ってほしいと思います。不安や緊張はあって当然。でもその先には、今までにない出会いや発見、自分の新しい一面が待っています。自分の可能性を信じて、ぜひ挑戦してみてほしいです。



### 1 研修に応募した理由

私が研修に参加を希望した理由は大きく3つあります。

まず、高校生という限られた期間に多くのことを経験したいと思ったからです。

2つ目は、英語力が高まると思ったからです。英語だらけの環境にすることで、半強制的に英語に慣れることができました。また、自分の勉強していたことが活かされ、これまでの勉強は無意味ではなかったんだ、という達成感がありました。そして、同時に自分はまだまだ力不足の部分があるなとはっきり認識することができ、これからの学習意欲も湧きました。

3つ目は、日本と世界の違いを体感したいと思ったからです。事前に調べたことで、日本では「精神科に行く」は悪いこととして捉えられがちですが、オーストラリアでは「カウンセリングに行く」というのは普通のことであり、なぜなのだろうと思っていました。そして、医師の方のお話を伺ったことによりできた考察があります。それは、心理士が身近にいることなのではないかということです。日本では心理士のカウンセリングを受けようと思うと病院に行くしかありませんが、ブリスベンではかなりの数のカウンセリングのセンターのようなものがあるらしいので、気軽に行くことができるのかもしれません。

### 2 ホストファミリーおよびホームステイについて

はじめはどんな人だろう、聞き取れなかったらどうしよう、と不安でいっぱいだったのですが、いざ家に行ってみると家族が温かく迎えてくださいました。

最初の夜ご飯はハンバーガーで、量が多くて食べ切れなかったのですが、食べられる量だけでいいよ、謝らないで、と言ってくださり、本当にありがたかったです。

初めの方は謝ってばかりだったけど、徐々に謝る代わりにありがとうと言えるようになりました。

ホストファミリーの子どもたちはふたりとも素直でかわいかったです。帰ったら一緒にゲームをして過ごしたのですが、私が日本でもプレイしていたものと同じもので、全く違う環境の中でゲームを通して繋がることができた気がしてとても嬉しかったです。

### 3 研修中に困ったことや苦勞したこと

研修の中盤、金曜日辺りに急にお腹が痛くなってしまい、不安になったのですが、トイレに行ったり、たまたま持っていた吐き気止めを使ったりして事なきを得ました。その後から整腸剤を飲むようにするともうお腹が痛くなることはなかったので安心しました。



#### 4 研修で印象に残ったこと

一番は、ホストファミリーの誕生日を祝ったことです。まさか誕生日が研修中にあるとは思っていませんでしたので誕生日プレゼントは持ってきていなかったのですが、簡単なバースデーカードを作ってプレゼントしたらとても喜んでいただけて嬉しかったです。

また、私達があげた日本のお土産をリュックにつけてくれていたのも嬉しかったです。

驚いたのは、ベジマイトの味です。「世界一まずいジャム」と言われていることは知っていたので、食べさせられそうになったとき吐き気までしていたのですが、実際食べてみると案外食べられるもので、おそらく研修生15人の中でも友達のものももらって3枚も食べたのは私だけだと思います。絶対食べないと思ってお土産にも買って帰りましたが、案外自分で食べ尽くすことも可能かもしれません。

#### 5 研修で学んだこと

オーストラリアと日本の違いについてです。1でも挙げたように、私は心理学に興味があります。事前に調べた結果によると、オーストラリアの人々はストレス耐性が高く、「社会的楽観主義」が強い傾向にあるようです。しかしその反面、精神的に病んでしまう人は少なくないそうです。ではなぜ、社会的楽観主義が強いのか。それは、1にも挙げた通り、相談できる施設が多いこと、気軽に相談できることからであると考察できます。また、日本では精神科に行ったとしても、まともに話を聞いてもらえずに薬をもらい、薬に依存してしまうということが起こっているのに対し、オーストラリアではなるべくカウンセリングで治そうとするそうです。

このことを活かして、日本でのメンタルクリニックを増やすための第一歩として心理学の勉強をし、相談しやすい施設をつくりたいと考えるようになりました。

#### 6 まとめ

私はこの留学の目的の一つにグローバルな視点を身につけることができました。2週間を経て、今までと日本の見え方が全く異なるかと言われたらそうでもないのですが、オーストラリアでは高速道路が無料だったので、なぜ日本はお金をとってるんだろう、という疑問が生じました。



とても貴重な体験であると感じました。自分の学校以外の人とも集まって新しい環境へ向かうことは不安もあると思うけど、間違いなく得られるものはとても多いです。英語が話せる、話せないに関わらず、コミュニケーションをとることさえできれば誰もが優しく対応してくれます。

私もこれで海外との交流を終わらせるのではなく、色々な国に出かけていろいろな経験を積みたいと感じています。