



AFS南信州

No. 23



AFS 長野南信支部 2020年度活動計画(前半)

4月29日 留学生募集説明会

於:イルフプラザ(岡谷市)

来年の留学を考えている中高生の皆さん!ぜひご来場ください。

6月14日 AFS留学選考試験

於:テクノプラザおかや(岡谷市)

AFS留学試験は年に数回実施されますが、県内での受験はこの時のみです。

6月21日 春来日留学生歓迎会

5月に到着するアジアの懸け橋留学生の歓迎会とこの夏から留学する日本人高校生の壮行会も同時開催。

9月13日 秋来日生歓迎会

8月に来日する留学生の歓迎会を予定しています。

9月26、27日 留学生との交流高遠合宿

於:国立高遠青少年自然の家

支部内の留学生と地元の中高生で1泊2日のアウトドア体験、ドキドキワクワクのゲームや郷土料理挑戦など。募集は8月になります。日帰り参加も可能です。

※年度後半も楽しい行事を計画しています。新型コロナウイルスの流行で行事予定の変更の可能性があります。詳しくは随時ホームページでお知らせします。



南信から世界へ、世界から南信へ

いつの時代も遠くへの憧れと冒険心を持ってチャレンジする若者がいます。長野南信支部では昨年10名の留学生を受け入れました。アジアの架け橋プロジェクト(文科省奨学金招聘プログラム)も3年目を迎えます。そして南信から世界へ日本の若者たちも次々と羽ばたきます。感性豊かな時期に異文化に触れることは、一生の宝物。若い彼らにエールを送ります。

アジアの架け橋プロジェクト生の8ヶ月 P.2、3

ロシニ・ラビチャンドラン (マレーシア)	東京都市大学塩尻高校1年
スラツ・パウデル (ネパール)	同 2年
ベッダラー・スンダーラー (ラオス)	同 1年

2019春組・秋組留学生日本滞在記 P.4~6

ヘロニモ・ヤンセンス (ウルグアイ)	東京都市大学塩尻高校2年
パタラック・ウックリット (タイ)	伊那弥生ヶ丘高校1年
リリー・グレゴリー (フランス)	飯田風越高校1年
ガブリエル・ジョーンズ (アメリカ)	塩尻志学館高校2年
エラ・ハルト (ベルギー)	松本県ヶ丘高校1年
ハンノ・ランズマン (フィンランド)	飯田高校1年
ウリヤナ・ストロイテレワ (ロシア)	東京都市大学塩尻高校1年

留学体験記 P.7~9

三谷 明日菜 (ホンジュラス)	松本秀峰中等教育学校6年(高3)
窪田 樹奈 (チェコ)	飯田高校2年
松澤 咲陽子 (ノルウェー)	飯田高校2年
宮下 葵 (イタリア)	飯田風越高校2年
山田 舞 (フィンランド)	飯田風越高校2年
土居 日向子 (フランス)	飯田女子高校2年
平田 修一 (デンマーク)	松本秀峰中等教育学校4年(高1)
溝口 宗一郎 (アメリカ)	諏訪清陵高校3年

第2次アジアの架け橋プロジェクト

～3名の生徒を受け入れて～

文科省の奨学金招聘プログラム「アジアの架け橋プロジェクト」は2年目を迎え、前年に引き続き今年も3名の生徒を長野南信支部で受け入れました。ネパール、ラオス、マレーシアの生徒たちは、それぞれ有意義な日本体験の8ヶ月を過ごしました。



全員、東京都市大学塩尻高校がホストスクールでした。留学後半期には地域の小中学校へ交流に出かけました。最後は立派な「修了証」を作ってくださいました

こんにちは！
わたしはロシニです。マレーシアからきました。日本に
来るとはいつもわたしのゆめでした。もうすぐ日本
へはなれますが、日本語を勉強したいです。わたしは
早くに日本語を話せるようになりたい。ホストファミリー
がわたしのためにしてくれたことすべてに感謝したい。
かれらはじぶんのこともよにわたしの甘やかします。
わたしはかれらとたくさんおしゃべりしてみたいです。
このときかいてくれたAFSに感謝。
日本で多くのことを学びました。本当にたの
しかったです。いつかまた日本にきたい。

- Roshini ♡



ロシニ

こんにちは
私はスラツです
本当に4ヶ月が早く過ぎました。
私は東京にきました。それはとても楽しいです。
日本に来るまで私は日本語がぜんぜん分からな
かったです。それは村にたいてい話しかけ、私は日本語の
べんぎをがんばりました。
私は日本語が分かるようになった。日本に来た後、最初の
3ヶ月間はぜんぜんたのしかったです。
でも今はとても楽しいです。日本語も勉強が大好きです。
私のホストファミリーとホストファミリーの先生、AFSの
ボランティア、そしてみんなLPのみんなにいろいろ
ありがとうを言いたいです。
私の国へ帰るまでの計画は日本語をがんばって
行きたいです。また行きたいです。
そしてありがとうです。
スラツ



スラツ



支部到着時の笑顔、笑顔。ウェルカムボード
を作って迎えるのが長野南信スタイルです



ສະບາຍດີ (こんにちは)。
皆さん こんにちは
私はラオスから来た、ボウです。
日本は とても楽しかった。日本人は皆とても
優しい、親切だから本当に嬉しいです。
日本の文化、料理、考え方をいろいろ学び
ました。本当に これらのことが新しい
経験です。
素晴らしい友達を見つけることができました。
特に、私のホストファミリーは とても素晴
らしい人たちです。ホストファミリー から多くの
経験してもらい、友達とホストスクール、
AFS、LPに感謝します。
ありがとう ございました！
ຂອບໃຈຫຼາຍໆຄັ້ງ! ບົວຍັງ



ボウ



歓迎会で架け橋生を
紹介する賜先生。生徒
のよき相談相手でした

AFS留学生を受け入れて

東京都市大学塩尻高等学校
探究国際部教諭 賜 萌子

今年度、都市大塩尻高校では、AFS から架け橋生 3 名を含む 5 人の留
学生を受け入れました。学校としてもこれだけたくさんの留学生を 1 度
に受け入れるのは初めての試みでドキドキでしたが、なんとか 1 年を終える
ことができました。

日々留学生たちと接していると、ある時を境に急に日本語が話せるよう
になります。それは彼らの好奇心・情熱があつてこそだと思いますが、いろ
んなことを吸収するスピードの速さにいつも驚かされていました。本校の生徒
たちも留学生の姿にたくさんの影響を受け、長期留学に挑戦する生徒も出
てきました。

もちろん、楽しい時ばかりではなく、大変な時期もありました。きつい
ことを言うこともありました。しかし、そこで諦めず、必死に向き合ってきた
ことは必ず今後の糧になると思います。留学生の学校生活を支えてくだ
さったホストファミリーをはじめとする AFS の方々には感謝の気持ちでい
っぱいです。留学生の皆さんの今後の更なる飛躍を期待しています。いつ
でも日本に戻ってきてくださいね。



地元の中学校との交流では自国紹介のパネル
を作って、説明。中学生たちが熱心に関心
を寄せてくれて留学生たちも嬉しかったです



AFS 65期 留学レポート

2018年から2019年に
長野南信支部から世界各地へ
留学した8名の思いを紹介しします

派遣先: ホンジュラス | チェコ | ノルウェー | イタリア | フィンランド | フランス | デンマーク | アメリカ

ほんど5月間日本に住んだことがありません。
最高なすることが経験は、多すぎるんです。富士山も見た
ことあるし、赤路天風呂にも入ったことあるし、日本に出来る
ことが素晴らしいです。家の近くはたくさん色んな綺麗な
場所もあります。だから散歩するのは毎週です。
最近日本語の自信も始めて書店に小説と漫画を買って
行くくらいになりました。漢字の勉強がすごく楽しいので、
この文章にも書かない時も使っています。
学校は演劇部に入っていますので楽しんで、授業が
面白いです。
フランスマン・ハンノ、ニーツラス

はじめまして!
私の名前がウリヤナです。ロシアから来ました。
2019年8月-2020年6月までの留学生です。
私は日本の文化が好きで、それを精進したかったの
で、日本に来ました。
日本の文化とロシアの文化がぜんぜんちがうから、
時々大変です。しかし、文化はとも面白いので
日本についてまなぶことが多いです。
私は学校でダンス部に入っています。私は
ダンスが大好きです。部活やクラスでは、
みんなはすごくやさしいです。私にはたくさん
の楽しい友達がいます。いつもとても楽しい
ですよ。
日本に来たときは日本語がまったくわからなかった
ので、さいしょはとてもむずかしかったです。でも、
日本語を勉強するから、今は大丈夫です。
私は日本のたべものが大好きです。一番好き
きなたべものはラーメンとたこやきです。
今、私は日本のもっと多くのはしほを見たいので
しょう。日本に戻って来て英語きょうしとして
たらきたいと思っています。

よろしくおねがいます!
-ウリヤナ



完成したばかりの天竜峡大橋をバックにホストマザーと お互いの家を訪ねてお菓子作り



今年はかつての留学生の「お里帰り」も多かったです。
リーナ、ヨナ、アミリヤ、Welcome back!

ホストファミリーとしてご協力ありがとうございました。
【年間生・架け橋生受け入れ家庭】
島田 清文 様 河野 理 様 小池 鮎子 様 小牧 久幸 様
三浦 健次郎 様 中村 光宏 様 山本 浩二郎 様 笹木 龍 様
樋川 善文 様 宮下 和広 様 野竹 賢一 様 吉村 泰弘 様
宮澤 来悟 様 嘉瀬 清司 様 米窪 巧 様 長島 由典 様
永井 大嗣 様 牧内 裕幸 様 窪田 博之 様 新井 政好 様
熊崎 博司 様 塩野 淳 様
【短期生 受け入れ家庭】
永井 大嗣 様 小牧 久幸 様 近藤 優 様 片桐 一幸 様
(順不同)

【2019年度ホストスクール】ホストスクールとしてご協力ありがとうございました。

プログラム名	留学生名	出身国	ホストスクール	プログラム名	留学生名	出身国	ホストスクール
春來日生	ヘロニモ	ウルグアイ	東京都市大学塩尻高校	アジアの架け橋プロジェクト生	ロシニ	マレーシア	東京都市大学塩尻高校
	ガブリエル	アメリカ	塩尻志学館高校		ボウ	ラオス	//
	リリー	フランス	飯田風越高校		スラツ	ネパール	//
	ジェット	タイ	伊那弥生ヶ丘高校		ウーゴ	スペイン	伊那北高校
秋來日生	エラ	ベルギー	松本県ヶ丘高校	異地域交換生	イザベル	ドイツ	飯田女子高校
	ウリヤナ	ロシア	東京都市大学塩尻高校		カラ	タイ	諏訪二葉高校
	ハンノ	フィンランド	飯田高校		ピッキー	コスタリカ	//



最後の日、いつも一緒に遊んでいたいとこ達が来てくれて、
みんなでピニャータをやりました

私の留学生生活を一言で言うなら、「苦勞した分、成長した」かな、と思います。AFSの留学生に苦勞はつきものですが、私の場合は人一倍、それが大きかったような気がします。ファミリーチェンジを1度してもらったのですが、2つ目のファミリーともなかなかうまくいかず、自分の態度が悪かったのかなと自分を責めたり、他の派遣生の家族と比べて羨ましがったり、毎日色々なことを考えていました。

でも、帰国して1年ほど経った今思うのは、「苦勞したからこそ得たものも、たくさんあるんじゃないか？」ということです。人間関係で悩んだことも、ホストファミリーと揉めたことも、話し合ってみたら意外な位に分り合えたことも、今となっては「自分を成長させてくれた、留学中の思い出」として私の中にあるし、これからも消えないと思います。

楽しいことばかりではない10ヶ月でしたが、留学に行ったことを後悔したことは、一度もありません。送り出してくれた両親と、AFSで出会ったみなさんに感謝して、今度は私もボランティア側として、AFSに関わっていきたいと思います。

ホンジュラス派遣 三谷明日菜

チェコに関わらず、ヨーロッパの多くの学校はお昼で終わります。その後をどう過ごすかは人それぞれですが、私は習い事に時間を使っていました。日本の生活に慣れているので、チェコの学生のように何もせずにただ時間を過ごすということが、どうにも私には難しかったからです(笑)。月、火、金とチェコ語教室、水はピアノに、木はガールスカウトといったように毎日忙しくしていました。この中でも、ガールスカウトは私を大きく成長させ、それを自分にも気付かせてくれたものです。

きっかけは、ホストマザーの勧めでした。内容は保育園児のお世話です。私は小さな子に苦手意識があったので断ろうと思いましたが、よくよく考えてみるとそこには私にとって多くの利点がありました。その一つは、子供が英語を話すことができないことです。チェコ語のみが意思疎通の手段でした。嫌でもチェコ語を話すしかないので。当然、初めは子供たちが私に話してくれることが何一つわかりませんでした。しかし、日が経つにつれ会話が成り立ち、終いには子供たちが褒めてくれるようになったのです。自分を窮地に追い込む事、それが自分を奮起させ留学を充実させてくれました。



帰国1週間前にクラスメイトたちと思い出に残るハイキングへ

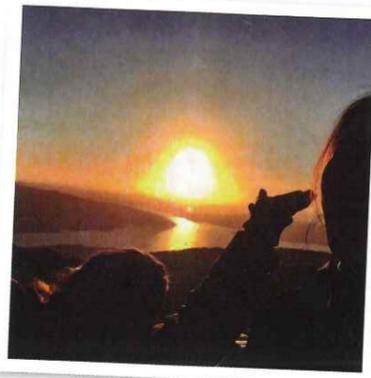
チェコ派遣 窪田 樹奈

「今まで経験のない新しい世界に入ったらどこまで成長できるのか」という挑戦の気持ちを持ち、2018年の夏にノルウェー留学という私にとって新しい世界に飛び込みました。「とにかく人と関わる、話をする、そして色々なことに挑戦する」。毎日が選択、決断、そして挑戦の連続でした。

私がまずこだわったのは、ノルウェー語の習得です。ひたすらノルウェー語を聞き、話をし、を日々繰り返し、クリスマス頃には自分の気持ちや、その日の出来事を家族と話せるまでになりました。最初は意識的に人と関わろうと努力していましたが、ノルウェー語が上達していくと、自然と周りと話している自分に気がつくと同時に、もっと色々なことに挑戦したいと感じるようになりました。学校生活が一段と楽しくなり、いろいろな体験ができる機会もどんどん増えました。その結果、学校やAFS以外の場所でも活動することが増え、たくさんの方と知り合い、親しくなることができました。

今もホストファミリーや、ノルウェーで出会った友達と連絡を取り続けています。共通言語はノルウェー語です。この10ヶ月で培った経験や友情は、人生の大きな財産です。これを糧に、これからも挑戦を続けていきます。

ノルウェー派遣 松澤 咲陽子



友達と休みの日に日の入りを見に山へハイキング



仲の良かったクラスメイトたちと

小さなころから興味があった海外。ワクワクとドキドキな気持ちで日本を出発しました。陽気でフレンドリーで、ずーっとしゃべっているけど気づいたら何かにキレている(笑) そんなイタリア人との性格の違い、価値観の違い、文化の違いに衝撃を受け、人との関わり方に悩んだ日もありました。イタリアについて3ヶ月、着いたばかりの頃の珍しい留学生枠が外され、自分から動かなくては何も始まらないということに気づかされました。

そこで「何を思われてもいい！」と自分から心を開き、間違えを恐れずに会話することで友達との間にあった見えない壁が壊れ、より仲良くなるのが出来ました。楽しいことも辛いこともたくさん経験しましたが、その経験が私を大きく成長させてくれたと思います。多くの人と出会い、関わり、学び、そしてイタリア語が話せるようになったこと、それは私にとって、かけがえのないことで、これからの自分への大きなプレゼントになったと思います。「この留学はスタートラインに過ぎない。」この言葉を胸に、私の留学経験をもっともっと熟成させ、どんな大人になれるのか、私自身、将来の夢に向かって一歩一歩前進していきたいと思っています。

イタリア派遣 宮下 葵

聞こえてくる言葉が理解できず、不安と孤独感と共に留学生活は始まりました。10ヶ月の間で私に大きな変化をくれたのは数々の失敗でした。

留学前の私は勉強や運動においていつも完璧を求めました。そして高いプライドが邪魔をしてなかなか自分の失敗を受け入れられませんでした。しかし留学中はわからないことの方が遥かに多く、失敗はつきものでした。そこで恥じずに教えてもらったり、新しいことを知ることができたと肯定的に捉えられることが異文化理解と価値観を広げることに繋がりました。始めはわからないことや片言で話すことが恥ずかしく質問ができませんでしたが、言葉が拙くても真剣に私の話を聞き、教えてくれるホストファミリーや友達、先生との出会いに恵まれ、わからないことを素直に認めてどんどん質問できるようになりました。英語、フィンランド語が拙くとも自分の言葉で伝えようと前向きになれました。すると、自分をセーブしていたものから開放されて人間関係や語学習得、留學生活の質が向上しました。留学は私にとって新しいことへの挑戦と失敗を恐れなくなる大きな転機でした。これからも失敗を糧にいろいろなことへ挑戦していきたいです。

フィンランド派遣 山田 舞



フィンランド語で日本文化紹介を行った日に見に来てくれた友達と

私はフランスのトゥールという町に留学しました。この10ヶ月間は本当に様々な感情に出会いました。今となれば色々な経験ができたとても貴重な期間ですが自分が無力だと感じる瞬間、言語の壁、環境の変化に対応しきれないなど、楽しい思い出に隠れた大変なこともありました。その生活の中での私の原動力は「もっと自分のことを知ってほしい、もっと仲良くなりたい」という気持ちでした。



どんなときも温かく優しくあったホストファミリーと

言語力、知識がゼロだった私を受け入れ、温かく見守ってくれたホストペアレント、色々なことを教えてくれていつも仲良く過ごしてくれたホストシスターとブラザー。この家族がいてこそこの留学でした。そして辛いとき支えてくれた一緒に遊んだ学校の友達、お互いにアドバイスし合って一緒に奮闘したAFSの仲間、本当に感謝しています。

私はこの留学で多国籍の人々、多様な文化に触れ考える幅がとても広がりました。そして自分の当たり前にとらわれないことの大切さ、地道に努力すれば絶対に成長することを実感しました。これからも留学で得たことを大切に夢に向かって頑張ります。 フランス派遣 土居 日向子

日常の閉塞感に倦んでいた私にとって、留学は千載一遇のチャンスであり、経験、新しい視点、全て私の求めるものでした。

普遍的な留学の漠然としたイメージしかもっていなかった私は、実際の体験を通じ、自分の見ていた範囲の狭さを痛感させられました。人間関係であればより深く、コミュニケーション力であればより積極的、娯楽であればより楽しく。自分の日常の中の限界や常識のあまりの軽さを知った時のあこがれや嫉妬、焦燥感というものは耐えがたく、それゆえに新しい物事を常に得る機会に恵まれる留学において、自分の絶えることのないモチベーションになってくれました。

自分の認識を共有できる友人というのも、私にとっては不可欠でした。自分の留学は間違っているのはいか、などという根源的な恐怖、不安を乗り越えてこられたのはすべて友人たちのおかげです。

この場をお借りし、留学に携わって頂いている全ての方々に感謝申し上げます。 デンマーク派遣 平田 修一



異地域交換にて(Bjerringbro)

アメリカで10ヶ月ほどホームステイをして感じたのは、日本でのいわゆる「常識」は万国共通ではない、ということです。

例えばコミュニケーションに関して言うと、日本では「この人に知られるのはここまででいいだろう」「この人にはここまでぶっちゃけてもいいかな」という風に、他人に自分のことを話すときに、「『見せたい/見せてもいい側面』を選ぶ」というのが会話における「常識」で、相手が自分に見せてくれる側面がディープであればあるほど、相手が自分に寄せてくれている信頼が垣間見えます。しかしアメリカでは、基本的に皆何でもぶっちゃけてくるので自分が相手にどれほど好意を持たれているのかが見えづらかったです。その結果、誰と個人的な付き合いを持ったらいいのか分からず、授業の合間に二言三言交わすだけの仲で終わってしまった人が何人もいました。アメリカでのコミュニケーションの「常識」は、強いて言うなら「自分を包み隠さないこと」だったのかもしれませんが。それすらも、留学中に人と大して話すことのできなかつた僕にはわからずじまいでした。

この留学での「失敗」の経験は、自分がいかに「日本的」であるかを気付かせてくれました。 アメリカ派遣 溝口宗一郎



感謝祭での1枚。家族行事に参加できるのはホームステイならではの貴重な体験

【長野南信支部からの派遣生】(2019夏~2020夏)

留学時期	氏名	派遣国	学校
66期夏出発(2019年~2020年)	小牧 理瑛	スペイン	伊那北高校
67期冬出発(2020年~2021年)	嘉瀬浩太郎	パラグアイ	諏訪二葉高校
67期夏出発(2020年~2021年)	飯森 直人	メキシコ	甲陵高校
	熊崎 里咲	アメリカ	松本県ヶ丘高校
	橋本 風伽	イタリア	松本秀峰中等教育学校
	桐生 悠雅	スウェーデン	伊那北高校

第68期(2021年出発) 派遣生募集中!

あなたも高校生年代で異文化体験をしてみませんか。AFSでは2021年に出発する留学希望者を募集しています。詳しくは以下のリンクへ。
www.afs.or.jp/apply/

※新型コロナ・ウィルス流行の影響で留学期間の変更の可能性もあります。

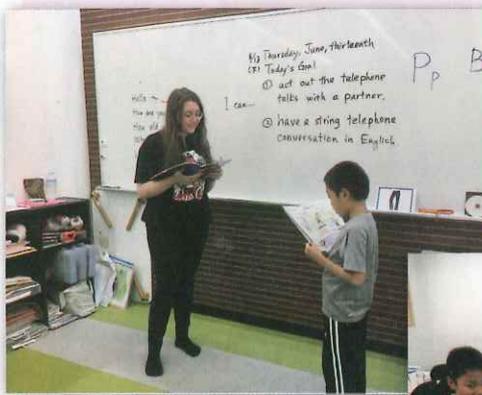


フランス生リリーは松川北小学校で1日交流。給食も清掃も一緒に体験。児童の皆さんはフランスの文化紹介にも興味津々でした

ラオス生ペッドラー(愛称ポウ)は長谷中学校でラー油作りを体験させてもらいました。本国にはないラー油ですが、持ち帰って産業にできれば貧困を救えるのでは?と大きな夢を描いています



AFS留学生
地域で大活躍!



地域の英語塾でイタリア生エリアーナは3ヶ月「先生」をしました。最後は子供達が「パプリカ」の替え歌「エリアーナ」を歌ってくれました



フィンランド生ハンソとフランス生リリーは地元飯田市の「国際交流の夕べ」に参加。自国のクリスマスのお菓子を振舞いました



10月の台風被害に遭った北信地方へ、ベルギー生エラは災害ボランティアとして参加しました。1日泥だらけになって自分ができることを頑張りました



この他にも地域の小中学校・保育園などで貴重な体験をしました。受け入れていただいた学校・園の皆様、厚く御礼申し上げます。

ホストファミリー随時募集中!!

世界各国から留学に来る高校生を家族の一員として受入れてみませんか。多様な文化・価値観を持つ若者との生活を通じて多くのことを発見し、共に感動し、国境を越えた貴重な体験が待っています。それはお互い一生忘れることのない、かけがえのない経験となるでしょう。必ずしも英語が話せる必要はありません。日本家屋の設えでもそれが生徒にとって異文化体験となります。1週間～1ヶ月まで留学プログラムもさまざまです。ご興味のある方は下記連絡先までご連絡ください。

〈お問い合わせ先〉 公益財団法人AFS日本協会 <http://www.afs.or.jp>

長野南信支部 e-mail: info-nanshin@afs.or.jp 支部長 長坂菜摘子

東日本事務所 e-mail: info@afs.or.jp Tel: 0570-040-555 (ナビダイヤル 平日 9:00～12:30・13:30～17:00)

