

# 未来を拓くMy留学

## ——地方からの挑戦——

「高校生の留学」に関する高校生と教師の意識………… P.1

時期別・留学Q&amp;A………… P.3

## 体験談 1

P.7

## 宮城県→アメリカ

トビタテ!留学JAPAN アカデミック分野 奨学金留学



留学前にも英会話練習を徹底 勇気を出して  
踏み出したら、積極的な自分になった

宮城県古川高校2年次に留学  
(現・城西国際大学国際人文学部1年)

雁部みゆうさん

## 体験談 2

P.9

## 岡山県→アメリカ

トビタテ!留学JAPAN アカデミック分野 奨学金留学



多様な人との対話を通して  
自分を見つめ直し、医師を目指そうと決意

岡山県立倉敷南高校2年次に留学  
(現・岡山大学医学部1年)

大野結香さん

## My留学チャレンジ体験談 P.7~14

## 体験談 3

P.11

## 広島県→オーストラリア

姉妹校留学



高校の先生に背中を押され、  
姉妹校の短期留学研修への参加を決意

広島県立安古市高校2年次に留学  
(現・広島大学教育学部2年)

重森玄貴さん

## 体験談 4

P.13

## 鹿児島県→ベトナム

トビタテ!留学JAPAN 国際ボランティア分野 奨学金留学



今だからできる挑戦を! 3年生での留学を  
決意し、国際ボランティアに参加

鹿児島県立甲南高校3年次に留学  
(現・鹿児島大学農学部1年)

新村華子さん

## トビタテ!留学JAPAN 日本代表プログラム 高校生コース 6期生募集概要

## ◎募集期間／2019年9月3日～2020年1月28日17時

※アカデミック(テイクオフ)分野の新高校1年生については、2020年4月に高校に入学する生徒を対象とした募集を別途実施。  
応募の締め切りは、2020年4月21日17時。

## ◎審査の流れ

応募申請 → 書面審査(1次審査) → 面接審査(2次審査) → 採否決定

## ◎主な支援内容

留学先、留学期間に応じた定額を支給(支給額例は下図参照)

## ◎2019年度(5期生)の選考結果

応募申請 3,018人(1,070校) → 採用 835人(461校)

▼詳細は下記 URL からご覧ください。募集説明動画もご覧いただけます。

https://www.tobitate.mext.go.jp/hs/index.html

高校生コース6期生の募集チラシ、  
ポスターは、無料で御請求いただけます。

トビタテ 広報ツール で 検索

| 分野        |       | 留学期間      | 活動内容                                                                                                                                                                                                         | 募集人数                        | 支給額例*2          |
|-----------|-------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------|
| アカデミック    | テイクオフ | 14～21日間   | 海外の語学学校等において外国語の習得を主たる目的とするプログラムに参加するとともに、留学先で外国語を用いて異文化交流を行う。                                                                                                                                               | 360人*1                      | 36万円            |
|           | ショート  | 14～106日間  | 海外の高等学校や大学等の教育機関に在籍し、外国語を用いて様々な科目を学修したり、教育プログラムに参加したりする。                                                                                                                                                     | 120人                        | 45万円            |
|           | ロング   | 107～365日間 | 海外の高等学校等に長期間在籍し、外国語を用いて様々な科目を学修する。                                                                                                                                                                           | 20人                         | 50万円+<br>月額14万円 |
| プロフェッショナル |       | 14～106日間  | 現在学んでいる専門知識・スキル等を生かして、あるいは将来的に携わりたいと考える領域について、実地研修やインターンシップ等を通じて専門知識やスキルの習得を目指す。<br>【未来テクノロジー人材枠】数理工科科目やITの素養を持ち、将来的に携わりたいと考えるテクノロジー領域(プログラミング、制御技術、ロボティクス、Webサービス・デザイン、モバイルアプリ開発等)に関する学修やインターンシップ等の実践活動を行う。 | 100人<br>(うち60人は未来テクノロジー人材枠) | 45万円            |
| スポーツ・芸術   |       | 14～106日間  | 学内の部活動または学外の活動等を生かして、海外のトレーニングセンター、教育機関、芸術学校等に在籍し、現地指導者の下で技量の向上を目指したり、現地でのレッスン・トレーニングを伴って大会等に参加したりする。                                                                                                        | 100人                        | 45万円            |
| 国際ボランティア  |       | 14～106日間  | 海外でのボランティア活動に参加し、体験を通じて国際協力についての理解を深める。                                                                                                                                                                      | 100人                        | 45万円            |

\*1 アカデミック(テイクオフ)分野の募集人数は新高校2～3年生向け240人、新高校1年生向け120人となる。2020年4月に高等学校等に入学する生徒等(新高校1年生)については、募集期間・選考方法が異なる。

\*2 日本学生支援機構の第二種奨学金に掲げる家計基準を満たす生徒が、北米・欧州・中近東(一部の国を除く)に留学した場合の支給額(アカデミック(ショート)、プロフェッショナル、スポーツ・芸術、国際ボランティアの留学期間は、14日以上29日以下とする)。

高校の先生や高校生本人・保護者の方へ、英語圏の国への  
留学の無料の相談サービスを行っております。

経験豊富な留学カウンセラーが  
留学の疑問や不安にお答えします。

\*短期留学プログラムもご用意しています。  
「トビタテ!留学JAPAN」の申請要件を満たす  
2020プログラムは12月上旬よりウェブサイトに掲載します。

## ベネッセ海外留学センター

【フリーダイヤル】0120-125-968

受付時間 月～金 12:00～20:00/土 10:00～18:00  
(日曜、祝日、年末・年始を除く)

https://www.benesse-kaigai.com

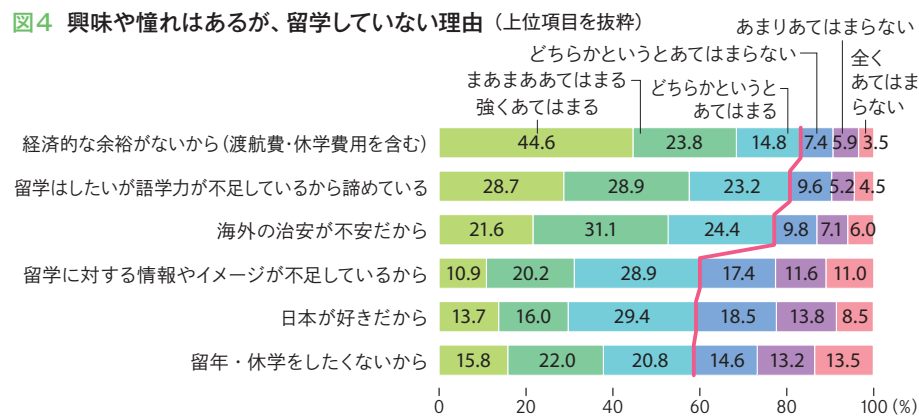
# 留学は将来役に立つ しかし、高校生にも支援

## し、今後も増えていきそう する教師にも様々な課題が……

高校生や高校の教師は、高校在学中の留学について、どのような意識を持っているのだろうか。

また、留学を考えるにあたり、障壁となっていることは何か。調査データからひも解いていく。

高校生にとっての  
留学への3大障壁は、  
費用、語学力、治安への  
不安



\*海外留学に対する興味や憧れはあるが、現時点では、実際に留学しようとは考えていない人が対象。n=717。  
図4 出典／トビタテ！留学 JAPAN「留学に関する意識調査」(2019年2月下旬～3月上旬実施)

教師も生徒の留学を応援したい！ でも、どう支援すればいいの？

図5 生徒の留学を応援したいですか？

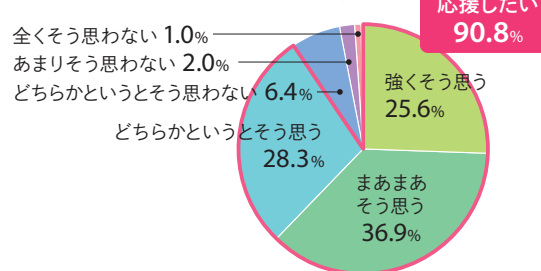
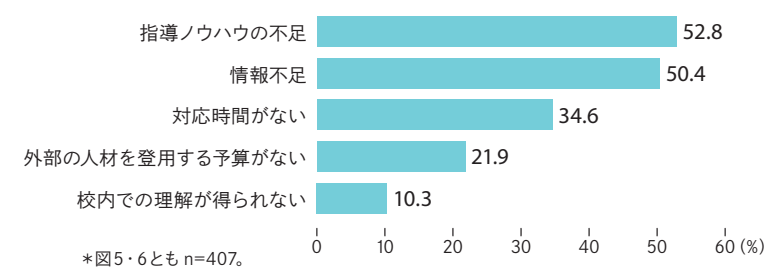


図6 高校教師が生徒の留学のサポートにあたり課題だと感じること



\*図5・6ともn=407。  
図5・6 出典／トビタテ！留学 JAPAN「高校教師と留学に関する意識調査」(2018年5月実施)



トビタテ 先生 留学 検索 ← 高校生の留学について、もっと知りたい先生はこちら

約6割の教師が、  
高校生の留学が増えると  
予想

留学未経験の高校生も、  
留学経験が  
仕事で役に立つと  
思っている！

図1 留学する高校生は、今後増えると思いますか？

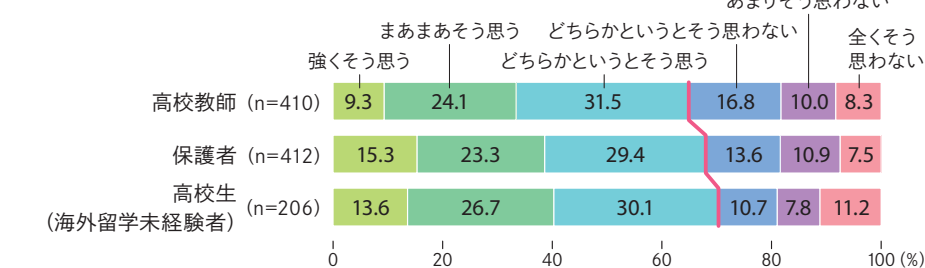


図2 海外留学経験が仕事で役に立つと思いますか？

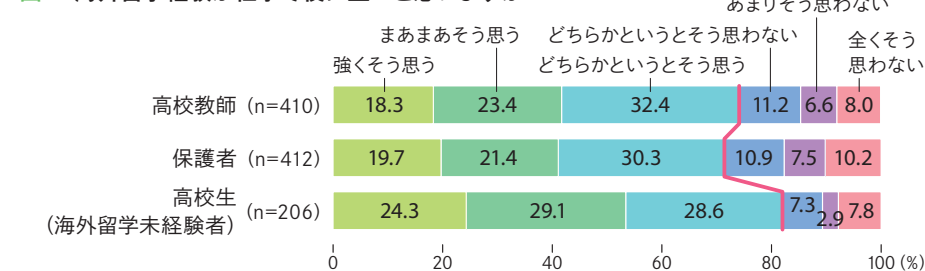
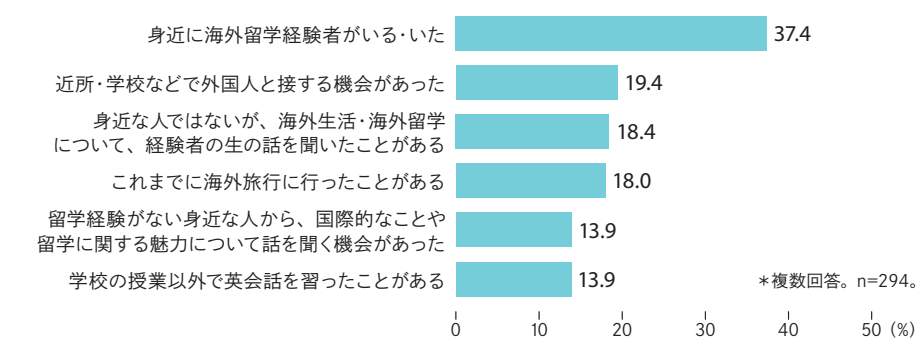


図3 海外留学に興味を持ったきっかけ／必要性を感じた要因（上位項目を抜粋）



\*複数回答。n=294。

留学に興味を持った  
きっかけは、  
経験者の体験談！

図1～3 出典／トビタテ！留学 JAPAN「留学に関する意識調査」(2019年2月下旬～3月上旬実施)

留学未経験者への体験談提供  
が留学へのきっかけになる

教師よりも高校生のほうが、  
留学経験は仕事で役に立つと予想

2017年度の高校生の海外留学  
者数は、前回15年度調査から11万人  
増の47万人で過去最高となった  
（\*1）。3か月未満の留学人数の増  
加が、全体の留学人数を押し上げた。  
今後も、高校生の海外留学人数は増  
えていくのだろうか。

「トビタテ！留学 JAPAN」が毎  
年実施している「留学に関する意識調  
査」(\*2)では、「留学する高校生は、  
今後増えると思う」の肯定率(\*3)  
は、教師が約6割、留学未経験の高校  
生は約7割だった(図1)。同様に、「海  
外留学経験が仕事で役に立つと思う」  
の肯定率は、教師が約7割、高校生は  
約8割だった(図2)。教師よりも留  
学未経験の高校生の方が、留学経験は  
仕事で役に立つと思っている。

高校生の留学に関するよく  
ある疑問を解消し、留学ま  
での流れを理解して、生徒へ  
の支援イメージをつかむ！

海外留学への第一歩となるようだ。  
また、「興味や憧れはあるが、現時  
点では実際に留学しようとは考えて  
いない」と回答した高校生に、その  
理由を聞くと、経済的な余裕がない  
ことが最も大きかった(図4)。次い  
で、語学力や治安への不安、留学情  
報の不足や日本への愛着、留年や休  
学への影響が挙げられた。

そうした高校生を、高校教師は応  
援したいと思っている(図5)が、  
海外留学の指導ノウハウや情報など  
が不足しているのが現状だ(図6)。

日本とは異なる社会や文化に触れ  
られる海外留学は、視野を広げる絶  
好の機会であり、それにより将来の  
選択肢が増えることも期待できる。

そこで本誌では、高校生からよく  
ある留学のQ&Aと、教師の支援ポ  
イントを見ていくことで、留学の流  
れの理解促進と留学の不安解消を図  
る。さらに、情報が不足しがちな地  
方出身の大学生4人の高校時代の  
留学体験談を取り上げ、留学を契機  
に大きく成長した様子を紹介する。

\*1 文部科学省「平成29年度高等学校等における国際交流等の状況について」。  
\*2 2019年2月下旬～3月上旬の約2週間で実施。事前調査を実施して約7600サンプルを回収し、実際の学生人口の縮図となるよう、男女比や学生区分別の比率を補正した「ウエイトバック集計」のデータを基にした。回収サンプル数は約2500。  
\*3 「強く思う」「まあまあ思う」「どちらかというと思う」の合計。

# 高校生からよくある質問と 教師の支援ポイント

高校生は、海外留学に関するどのようなことに疑問や不安を持つのだろうか。  
また、教師にはどのような支援が求められるのだろうか。ここでは、  
高校生からよくある海外留学についての質問とその答え、そして教師による支援ポイントを時期別にまとめた。

解説者



ベネッセ海外留学センター  
短期留学責任者  
**西尾隆広**  
にしお・たかひろ

## 留学前

### 情報収集

#### 高校生からよくある質問

**Q** 高校生の海外留学には、  
どのようなパターンがありますか。

**A** 文部科学省の2017年度の調査（\*1）によると、1年間で約18万人の高校生が修学旅行で海外を訪れています。海外留学をする高校生は、1年間で約4.7万人で、その多くは夏季休業や春季休業を利用した短期留学です。いきなり長期留学をするのではなく、まずは短期留学で海外経験を積むことをお勧めします。

**Q** 留学プログラムは、  
どのような視点で選ぶとよいですか。

**A** 留学プログラムを選ぶ視点として大切なのは、①渡航先（国・地域）、②出発の時期と留学期間、③留学の目的（達成したい目標）です。ここ数年の傾向としては、短期留学でも、英語力を高めることに加え、「英語を使って学ぶ」ことを目的とする参加者が増えています。

**Q** 留学費用は  
いくらくらいかりますか。

**A** 留学費用のうち大きな負担となるのが、航空券です。渡航先がアメリカやヨーロッパだと高額ですが、アジアなら比較的安価です。航空会社によっても異なりますが、出発日が近づくにつれ、一般的に価格は高くなります。

アメリカやヨーロッパへの留学の場合、2週間の滞在で、滞在費・授業料・航空券・アクティビティ費を合わせて40〜70万円が目安（小遣い、土産代を除く）です。留学エージェントなどが出すプログラムを比較検討するなどして、渡航先・滞在期間に

合わせて調べてみましょう。

**Q** 高校生の留学を支援してくれる  
奨学金はありますか。

**A** 高校生向けの留学奨学金制度の中でのお勧めは、「トビタテ！留学JAPAN」の奨学金です。本誌の裏表紙に募集概要を掲載しましたので、ぜひご覧ください。

ただし、応募すれば全員に奨学金が支給されるわけではなく、審査があります。採用のポイントは、「留学の目的」（達成したい目標）が明確であること。「将来の目標は何で、そのために留学で達成したいことは何で、だから留学が自分にとって必要なのです」と、選考委員に明確に伝えられるように準備しましょう。

**Q** 英語が苦手です。英語力に自信が  
なくても、留学して大丈夫ですか。

**A** 長期留学にはある程度の英語力が必要ですが、短期留学のプログラムの中には、英語が苦手な人に対応したプログラムや、日本人参加者のみで英語の授業を行うプログラムなどもあります。

**Q** 現地での滞在方法には、  
どのようなものがありますか。

**A** 多くのプログラムの場合、滞在方法はホームステイが寮です。そのほかに、ホテルやホステルなどの宿泊施設に滞在する場合もあります。現地の人との交流を深めながら、現地の生活を体験できる点で、ホームステイが人気です。

### 留学決定

**Q** 留学前の渡航手続きは  
どのような流れになりますか。

**A** 出発希望日の3か月前くらいから留学の計画を立て始めると、余裕を持って渡航手続きを進められます。希望の留学プログラムが決まったら、留学エージェントや語学学校にプログラムの空き状況を確認しましょう。

渡航に必要な代表的なものに、パスポートとビザがあります。パスポートは必須ですが、ビザは留学先や留学期間などによって必要かどうか異なります。ビザ取得に数か月かかる場合もあるので、早めの確認と準備をお勧めします。

**Q** 留学前に、どのような英語学習に  
取り組んでおくとういでしょうか。

**A** 中学生までに学習した文法や単語を使うことができれば、留学先での日常会話に、それほど困ることはないでしょう。それらの文法や単語を確実に使えるよう、渡航前には簡単な英会話の練習をしておくとういと思います。費用面も含め、オンライン英会話レッスンが人気です。留学中は、英語力に自信がなくても、自分が使える英語で何とか伝えようとする積極的な姿勢が大切です。いろいろな人との交流ができると、より充実した留学生活となるでしょう。

### 出発

ベネッセ海外留学センターでは、  
英語圏の国への留学について、  
**無料の相談サービス**を  
行っています。  
経験豊富な留学カウンセラーが、  
留学の疑問や不安にお応えします。  
相談先は、**裏表紙**をご覧ください。

◎学校主催のプログラムに参加する生徒も、個人で学校外のプログラムに参加する生徒も、共通して重要なことは、留学中の安全管理です。夏季休業前などに、留学参加者を集めて、安全に関するオリエンテーションを実施する学校が増えています。

◎留学経験がない教師が、生徒から海外留学について相談された場合は、留学経験者（生徒や教師）を紹介し、体験談を聞けるようにするとよいでしょう。生徒の将来の選択肢を広げるためにも、体験談を話してくれる人を探しておくとういことです。

◎学校が採れる生徒への留学プログラムの紹介には、学校独自にプログラムを用意する方法と、留学エージェントを利用してプログラムを紹介する方法があります。語学学習のほかに、スポーツや音楽を学んだり、ボランティア活動に参加したり、プログラムは多様化しています。生徒ができるだけ多くの情報を得られる機会を用意するのがポイントです。

#### 教師の支援ポイント

\*1 文部科学省「平成29年度高等学校等における国際交流等の状況について」。

高校生からよくある質問

**Q** ホストファミリーと合わない場合は、どうすればよいですか。

**A** ホストファミリーとの問題の多くは、文化の違いやコミュニケーションの行き違いによるものです。相手の気持ちに配慮しながらも、自分が疑問に思ったことをホストファミリーに確認したり、自分の考えていることや違和感を持ったことをホストファミリーに積極的に伝えたりしてみてもよいでしょうか。

どうしても自分の力で解決することが難しい場合には、留学エージェントや語学学校などに相談をする方法もあります。その機関から過去の事例を基に、適切なアドバイスをもらえるかもしれません。

**Q** 留学先で友人ができるか不安です。どんなことを心がけたらよいですか。

**A** 外国人と友人になるためには、自分から積極的に話しかけることが重要です。例えば、日本ならではのお土産を持参し、日本の文化を紹介することを話のきっかけとしてみるのもよいでしょう。

なお、「トビタテ」留学 JAPAN」を利用して留学する場合は、「アンバサダー活動」として日本の文化や魅力を現地で発信し、日本のファンをつくる活動が求められます。

**Q** 放課後や週末のお勧めの過ごし方がありますか。

**A** 学習した語学の実践や現地の文化の理解のためにも、放課後や週末も、ホストファミリーや現地で知り合った友人と過ごすといわれています。ただ、ホストファミリーにも予定があり、一緒に過ごせない場合もあります。事前に確認し、友人を誘うなどの計画を立てましょう。

放課後や週末に独自のアクティビティーを用意している語学学校もあります。普段の授業では一緒になら

- アクティビティーの例
- ・観光地訪問
  - ・大学のキャンパスツアー
  - ・美術館訪問
  - ・遊園地訪問
  - ・スポーツ
  - ・ショッピング
  - ・パーティー

**Q** 今回の留学経験を今後、どのように生かしていくとよいでしょうか。

**A** 大学入試では、多面的・総合的評価の導入が進んでいます。留学経験は、活動報告書や志望理由書等に記載できる活動の1つです。

また、「JAPAN e-Portfolio」(※3)などのポートフォリオにもまとめておくと、高校時代だけで

活動報告書(例)

|                                       |          |
|---------------------------------------|----------|
| (1) 学習に関する活動                          |          |
| 氏名 ( )                                | 活動期間 ( ) |
| ① 学内での活動内容                            |          |
| ※「総合的な学習の時間」、部活動、生徒会活動等において取り組んだ課題研究等 |          |
| ② 学外での活動内容                            |          |
| ※ボランティア活動、各種大会・コンクール、留学・海外経験等         |          |

活動報告書では、高校までの学習や活動の履歴が把握できるように記載を求める内容の一例として、「留学・海外経験等」が挙げられている。

\* 文部科学省「平成33年度大学入学者選抜実施要項の見直しに係る予告」

**Q** 留学先での治安が心配です。行動で気をつけるべき点を教えてください。

**A** 治安がよくないとされる地域には、近づかないことが一番です。治安のよい地域でも、1人での行動は避けましょう。なお、語学学校などへの通学時にホストファミリーの送迎があるプログラムや、学校の敷地内にある寮での滞在プログラムを選べば、通学時の不安を減らすことができます。留学先機関や語学学校の中には、治安等の緊急情報を留学プログラム参加者に伝える SNS や一斉メールなどを用意しているところもあります。また、外務省の海外安全情報・無料配信サービス「たびレジ」では、渡航先での重大事件・事故情報や、注意が必要なイベント・トラブルについての情報が配信されます。「たびレジ」への登録をお勧めします。



<https://www.ezairyu.mofa.go.jp>

**Q** 日本の家族や学校との連絡手段は、何を使えばよいですか。

**A** 短期留学の場合は、日本で利用しているスマートフォンなどを持っていき、レンタル Wi-Fi を利用して、SNS でメッセージをやりとりする人が多いです。

長期留学の場合は、現地の携帯電話会社と契約するか、SIM フリーの携帯電話を持参し、通話ができるようにしておくことをお勧めします。

帰国

なく、大学生や就職活動の時に、自らの留学経験を伝えることにも活用できます。

また、今回の留学が語学学習を目的としたものであれば、次回は、今回とは別の国・地域で多くの留学生と交流の機会がある留学プログラムを選ぶとよいでしょう。今回は短期留学であれば、次回は長期留学にチャレンジする人もいます。高校在学中だけではなく、大学生になってから留学を目指す考え方もあります。

最近では、高い英語力を身につけ、大学進学時に海外の大学を選ぶ人もいます。ベネッセ海外留学センターでは、海外の2年制大学や4年制大学への進学サポートも行っています。語学力の向上だけではなく、英語で学位を取得するための進路実現も応援しています。

教師の支援ポイント

◎ 学校主催の留学プログラムの場合、生徒の留学期間中、緊急時の連絡のための緊急連絡体制を整えておく必要があります。多くの学校が、万が一のトラブルに備え、生徒からの連絡を24時間受けられる体制を整え、教師間での連絡網の整備をしています。

◎ 留学中、緊急連絡時以外に、例えば週に1回程度など、定期的に教師や学校が、生徒の現地での様子を把握できる連絡の仕組みがあると便利です。

「Classi」(※2)では、メッセージ機能を活用すれば、生徒に留学先から日々の様子をレポートしてもらうことも可能です。日本にいる生徒にとっても刺激となるはずです。また、留学生同士でグループをつくり、現地で撮影した写真などを共有しながら励まし合い、モチベーションを高めるような取り組みもできます。

ベネッセ  
海外留学センターでは、  
**様々な短期留学プログラム**を  
提供しています。  
お問い合わせは、裏表紙の下段の  
告知をご覧ください。

◎ 帰国後には、留学先での学びや自分自身の成長を整理し、ポートフォリオなどにまとめさせ、それを後輩などに伝える留学報告会の実施が効果的です。体験談を聞くことは、同級生や先輩が海外留学に関心を抱くきっかけになります。留学希望者も、留学先や留学目的が異なる先輩の体験談を聞くことで、自分の考えを整理できるでしょう。また、2021年度大学入試で活用される調査書は「指導上参考となる諸事項」欄が拡充され、「留学・海外経験等」の欄も設けられます。留学経験の有無は、これまで以上に選抜上のアドバンテージの1つになり得ます。

\* 3 一般社団法人教育情報管理機構が文部科学省より許可されて運営する高校 e ポートフォリオ機能、大学出願ポータル機能を有したサービス。

\* 2 株式会社ベネッセホールディングスとソフトバンク株式会社の合併会社である Classi 株式会社が提供する、学校教育での ICT 活用を総合的に支援するサービス。



# 留学前にも英会話練習を徹底 勇気を出して踏み出したら、 積極的な自分になれた



宮城県古川高校2年次に留学  
 （現・城西国際大学国際人文学部  
 国際交流学科1年／指定校推薦入試により入学）  
**雁部みゆう**さん

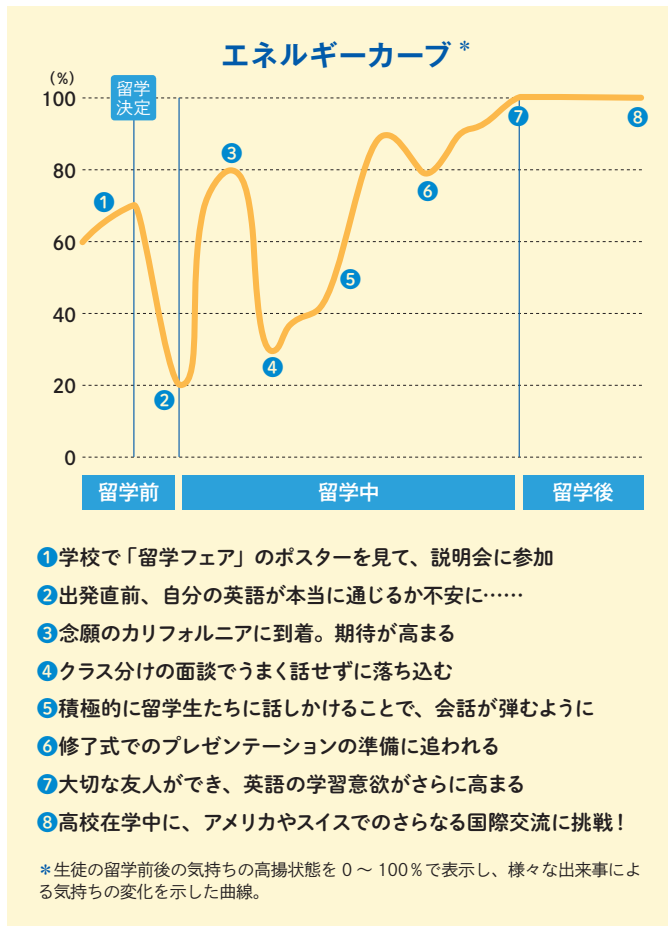
## 留学データ

留学先◎アメリカ・カリフォルニア州  
 留学時期・日数◎高校2年次の夏季休業中に14日間  
 留学総費用◎約60万円（小遣い、土産代含む）  
 奨学金◎36万円  
 留学方法◎ベネッセ海外留学センター企画・主催  
 「カリフォルニア国際体験プログラム」に参加

知りました。開催日は翌日！でも、

この機会を逃したくないと思い、母親に相談し、2人で参加しました。<sup>①</sup>

説明会ではたくさんの留学プログラムが紹介され、「トビタテ！留学JAPAN」の説明も聞きました。その中で私が引かれたのは、「カリフォルニア国際体験プログラム」でした。音楽や映画を始めとするアメリカ文化に強い関心があったので、世界のエンターテインメントの発信地であるカリフォルニアで学べるプログラムに参加したいと思いました。説明会に参加して、すぐ留学を決心しましたが、「トビタテ！留学JAPAN」の審査を通過した後、出発が近づくにつれて、自分の英語が通じるのか、現地の治安は大丈夫なのか、急に不安になりました。<sup>②</sup>当時の英語力は、CEFR（＊）換算でA1かA2。高校の英語の先生にお願いし、放課後に英会話の練習をしていただき、英会話学校にも通いました。治安については、家族にも協力してもらい、インターネットで現地の治安情報を集めました。また、カリフォルニアが舞台のドラマを見て、留学への気持ちを高めていきました。



## 留学の目的

### 職員室前で「留学フェア」のポスターを見て、即行動

私の将来の夢は、「英語が話せるカウンセラーになること」でしたので、高校時代に留学して語学力を磨きたいと思っていました。そのため、高校入学当初から校内に貼られた留学関係の掲示物をチェックし、ラジオの英会話講座を毎日聴いて、英語を勉強していました。そんなある日、ベネッセ海外留学センター主催の留学フェアが仙台市で開催されることを、職員室前に貼られていたポスターで

失敗を恐れず英語を積極的に話すことで度胸がつき、留学後半は、他国から来た生徒とカフェで音楽について話したり、スーパーで買い物をする際に店員と雑談したりすることができるようになりました。<sup>⑤</sup>

短い留学期間中に自分から行動できるようになったのは、他国から来たクラスメートに刺激を受けたことでもあります。先生が「〴〵についてどう思う？」と質問すると、彼らは迷わず挙手して発言していました。私は、周囲の様子をうかがってしまいうことが多く、自分では頑張っているつもりでも、積極性が足りないと感じました。また、社会への問題意識にも差がありました。他国の生徒は、環境問題や難民問題について詳しいだけでなく、それらについての自分の考えをしっかりと持っていました。私も、社会に目を向けて勉強をした<sup>⑦</sup>と考えるようになりました。

## 留学を終えて

### 奨学金制度を活用し、高校在学中にさらに渡航

帰国後、もっと海外に行って、価値観の異なる人と出会い、視野を広げたいという思いが強くなりました。



留学で出会った仲間とは、今もSNSで交流。夢に向かって頑張っていて、その姿に励まされています。

## 失敗を恐れずに話すことで 徐々に英語力が向上

### 留学中の様子

私は、午前は大学内の語学学校で英語の授業を受け、午後は映画制作施設の見学など、カリフォルニアの文化を体験できるプログラムに参加しました。宿泊は、ホームステイです。

現地到着の翌日、クラス分けのために英語力を測るテストを受けました。内容は、リスニングとライティング、ネイティブの先生との1対1の面談です。先生の英語を聴き取ることができたし、自分の意見もちゃんとあったのですが、それを瞬時に



ホストファミリーに幼稚園の頃から習っている茶道を披露。落雁をととても気に入ってくれました。

＊ヨーロッパ言語共通参照枠（Common European Framework of Reference for Languages）の略称。語学シラバスやカリキュラムの手引きの作成、学習指導教材の編集、外国語運用能力の評価のために、透明性が高く、包括的な基盤を提供するものとして、2001年に欧州評議会が発表。A（基礎段階の言語使用者）、B（自立した言語使用者）、C（熟達した言語使用者）ごとに2レベル、計6レベルが設定されている。



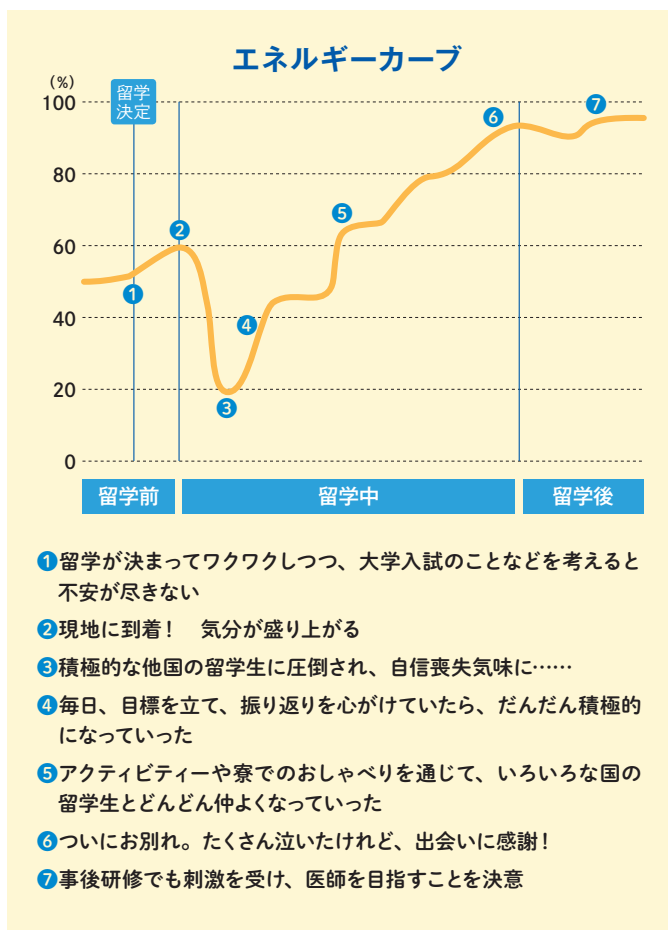
# 多様な人との対話を通して 自分を見つめ直し、 医師を目指そうと決意



岡山県立倉敷南高校2年次に留学  
（現・岡山大学医学部医学科1年／一般入試により入学）  
**大野結香**さん

## 留学データ

留学先◎アメリカ・ニュージャージー州  
留学時期・日数◎高校2年次の夏季休業中に21日間  
留学総費用◎約80万円（小遣い、土産代含む）  
奨学金◎37.5万円  
留学方法◎ベネッセ海外留学センター企画・主催  
「名門ボーディングスクールプログラム」に参加



## 留学の目的 いろいろな国の人と交流し 自分の視野を広げたい

中学校時代から留学に憧れていましたが、大学入試のことを考えると、高校在学中に留学するのは不安でした。そうした中、高校在学中の留学を熱心に勧めていた学校からの紹介で、「トビタテ！留学JAPAN」を知りました。先輩たちの留学体験を読むと、つらいことがあっても、それを上回る喜びが書かれていて、私は不安があっても留学したいと思うようになりました。事前・事後研修を通

留学が決まり、期待が高まる一方、私は自分の思いを伝えるのが得意ではないため、他の留学生と一緒に生活し、授業を受けながら人間関係を築いていけるかが不安でした。1 英語の成績は学年でも上位でしたが、それはあくまで日本の高校での話です。そして、学校の勉強が遅れるのではないかとといった心配もずっとありました。それでも、高校時代の海外経験は、将来必ずプラスになると信じ、学校の勉強の遅れは帰国後に取り戻す覚悟で、アメリカに行きました。

の輪読についていけずに落ち込みました。3 自信を失い、くじけそうになる時もありましたが、寮で1人の時間を持って冷静になり、「このまま日本に帰って後悔しないか」「アメリカで何を学んだのか」と自問しました。そして、漠然と過ごしては何かを得られないと思い直し、1日1つ「あの子に話しかけてみる」というような目標を立てることにしました。落ち込んだ時にはその目標を思い出し、自分を奮い立たせたのです。そして毎日、その日を振り返り、日記を英語で書くようにしました。

## 留学中の様子

## 留学生の積極性に影響を受け 自身を振り返り、行動を変えた

語学学校は1クラス20人で、クラスメートは中国やロシア、コートジボワール、アルゼンチンなど、世界各国から留学生が集まっています。日本人は2人でした。英語の授業のほかには選択科目があり、私は「アメリカン・カルチャー」を選びました。約20人の留学生と、テーマごとにディスカッションをする授業です。最初は、積極的な他国の留学生に圧倒されっぱなしでした。さらに、リーディングは得意だったはずなのに、プリント

授業のない午後は、クラスメートと大学見学や遊園地、観光などに出かけました。当初は、日本人同士で行動していましたが、いろいろな国の人と交流することも留学の目的だったと思い返し、自分から積極的に他国の留学生を誘うようにしました。すると、相手も喜んで応えてくれることが分かり、交流の輪をどんどん広げていきました。5 寮でもできるだけ共有スペースで過ご



クラスメートと観光に行った際に記念撮影。自分から積極的に話しかけることで、相手が受け入れてくれることに気づきました。

## 途上国を支援する 医師として世界で働きたい

留学で期待以上の経験をした私は、世界をもっと知りたいと思い、将来は世界中の人々と接する環境で働きたいと考えるようになりました。また、「トビタテ！留学JAPAN」の事後研修では、国際ボランティア分野でアフリカに留学した生徒から、現地の人たちは経済的に厳しい状況でも優しく接してくれたという話を聞きました。以前から社会に役立つ仕事をしたいと考えており、そうした人々たちを笑顔にする仕事に就きたいと思いました。その後、「国境なき医師団」という国際団体を知り、その参加を希望し、医師を目指そうと決めました。7 今通っている大学は、国際交流に積極的で、海外留学制度が整っているため選びました。

私は、留学を通して自分に向き合い、将来の夢が明確になりました。留学先で壁を乗り越えられたことで、何事も前向きに考えて行動できるようになりました。大学進学という進路選択の前に、そうした経験ができることは大きな価値があると、身をもって実感しています。



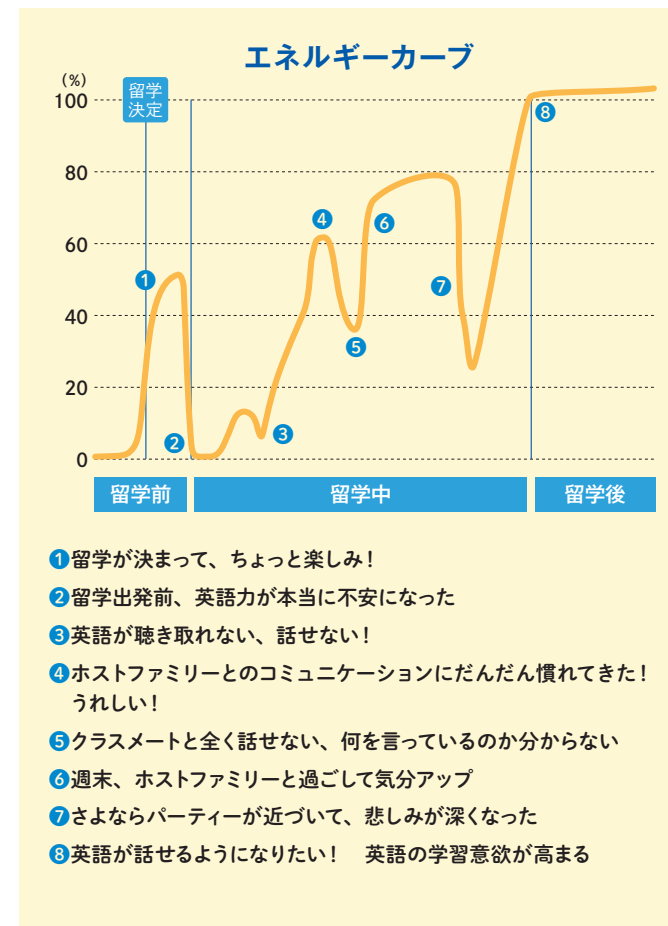
# 高校の先生に背中を押され、姉妹校の短期留学研修への参加を決意



広島県立安古市高校2年次に留学  
(現・広島大学教育学部  
第四類音楽文化系コース2年/AO入試により入学)  
しげもりげん 重森玄貴さん

## 留学データ

留学先◎オーストラリア・アデレード  
留学時期・日数◎高校2年次の夏季休業中に17日間  
留学総費用◎約43万円(小遣い、土産代含む)  
留学方法◎学校が姉妹校提携を結ぶ中高一貫校での夏季短期留学研修



## 留学の目的

### 将来の夢の実現のためにも海外を知っておきたい

私は、小学生の時から広島市のジュニアオーケストラに所属していて、将来は、音楽事務所やコンサートホールなどでの仕事をしたいと考えています。音楽業界では、海外の人たちと仕事をする機会が多いと聞き、様々な国の文化や人のことを知っておいた方がよいと思っていました。オーケストラの先輩の中には海外留学経験者もいて、「海外で生活してみると、日本人と現地の人たちとの考え方や

習慣の違いがよく分かるから、一度は海外経験をしておいた方がいいよ」と言われていました。

でも、私の高校1年次での英語の成績は、中の上くらい。船津久美校長から「トビタテ！留学JAPAN」への応募を勧められた時は、「自分にはとても無理」と思い、チャレンジできませんでした。しかし、高校2年生に進級した頃から、「ぐずぐず悩んでいるだけでは駄目だ！」という思いが強くなってきました。そこで、オーストラリアの姉妹校の中高一貫校で夏季休業中に行われる17日間の研修への参加を考え始めました。船

津校長に、「参加したいのですが、やっぱり英語が心配です」と相談したところ、「うまく話せなくても大丈夫！絶対にあなたの将来にとってよい経験になるから、行っておいで」と背中を押され、決心ができました。①

## 留学中の様子

### 伝えたいという思いがあればつたない英語でも通じる

留学先では、午前は、オーストラリア人の先生から現地の生活や文化を英語で学ぶ、私たち日本人留学生向けの授業、午後は、現地の高校生が受けている授業に参加したり、彼らと交流したりするプログラムを受けました。放課後や週末は、ホームステイ先の家族4人と一緒に過ごしました。予想していたとはいえ、最初の数

日間は、自分の英語が全く通じずがくせんとしました。③現地の高校生と一緒に受けた授業では、先生やクラスメートが話す英語が速すぎて、全くついていきませんでした。

私のホスト役の男子中学生との意思疎通にも苦労しました。私の話す英語にきょとんとされ、相手の話す英語も分かりませんでした。それでも、聴き取れた単語から前後の文脈



美術の授業ではオーストラリア先住民のアボリジニーの絵の描き方を体験。その素晴らしさを知りました。

を推測すれば、相手の言いたいことを理解することができると分かり、単語にジェスチャーを交えながらではありましたが、言いたいことを伝えられるようになっていきました。私は、「ちゃんとした英文でなくても、伝えたい気持ちがあれば、何とかなる！」と実感。ほかの生徒にも積極的に話しかけられるようになりました。一方で、「自分に英語力があれば、もっと深い話ができるのに」ともどかしさを感じました。

ホストファミリーとうまくやっていけるかどうかも不安でしたが、最初に会った時からフレンドリーに接してもらえたので、すぐに打ち解けられました。週末には、近くの海と一緒に旅行にも行き、家族として受け入れられている気がしました。④家

## 留学を終えて

### 海外に対する不安が消え、大学では音楽留学を実現

帰国後は、英語の学習により力を入れるようになりました。次に海外に行く時に、少しでも英語を使えるようにするためです。⑤

海外留学に臆する気持ちもなくなりました。大学で音楽を専攻している私は、海外でも音楽を学ぼうと、大学1年生の夏季休業中に約1か月間、ドイツとイタリアに音楽留学をしました。留学先では、住人がバカンスに出かけていて留守になっている部屋を借り、一人暮らしをしました。

英語への不安は、今はもうありません。いずれは長期留学をしたいと思っています。今の私は、将来を切り拓くために新しい挑戦が必要であれば、ためらわずに行動できます。それは、高校2年生の夏にオーストラリアで得た経験と自信があるからです。

## 恩師が語る重森さんの成長



広島県立安古市高校 校長 船津久美

### 海外経験の第一歩としては高校時代が最適

重森さんがジュニアオーケストラで一生懸命活動していることを知り、海外での活動には異文化体験が必要だと考え、高校1年生の時に海外留学を勧めました。私自身も留学経験があり、高校時代の留学が、将来必ずプラスになると思ったからです。けれども、英語力に不安のあった重森さんにとって、海外留学は心理的なハードルがやや高かったようです。

その点、本校の姉妹校での留学研修は、ほかの生徒(全16人)と一緒に行くため、心のハードルは少し低くなります。本研修は、日本とは違う環境で生活し、何かしらの気づきを得ることを目的としており、参加要件に英語力は課していません。海外経験の第一歩として最適ではないかと考え、参加を後押ししました。

本校での留学経験が、その後の重森さんの成長につながっていることを知って、うれしい限りです。今後、重森さんのように、高校時代の留学をきっかけに大きく羽ばたいていく生徒を育てていきたいと思っています。



# 今だからできる挑戦を！ 3年生での留学を決意し、 国際ボランティアに参加



鹿児島県立甲南高校3年次に留学  
(現・鹿児島大学農学部1年／一般入試により入学)  
にいむらかこ  
新村華子さん

## 留学の目的

### 高校生の今だからできる 挑戦をしたい

英語が好きで、得意科目でしたが、高校1年生の時に参加した台湾研修(\*1)では、現地の学生と英語でうまく話せず、悔しい思いをしました。そこで、2年生の時には、コミュニケーション主体の英語の授業を選択して勉強し、イギリス研修(\*2)を目指しましたが、審査に通りませんでした。落胆する私に英語の先生が勧めてくれたのが、「トビタテ！留学JAPAN」でした。

ただ、留学時期が3年生になるので、受験勉強に支障が出ないか不安でした。そこで、3年生の時に留学した卒業生に相談したところ、「今やりたいことは、今やるべき」と、力強いアドバイスをもらいました。確かに、中途半端な気持ちのままでは勉強に集中できないし、留学によって将来像がより明確になるかもしれないと思い、留学を決意しました。

親にも先生にも留学を認めてもらおうと、それまで以上に授業に集中し、隙間時間を無駄にせず、勉強の質を高めるよう努力しました。また、現地に勉強道具を持参し、毎晩受験

\*1 学校独自の生徒海外派遣事業として、1年生15人を台湾に派遣。 \*2 学校独自の生徒海外派遣事業として、2年生15人をイギリスに派遣。



勉強をしようと決めました。

留学目的は以前から関心のあったボランティア活動で、留学先は治安などを考慮してベトナムにしました。スタッフとの会話は英語でしたが、ボランティア先の施設では、ベトナム語しか通じないため、日常会話レベルのベトナム語を勉強し、伝えたいことを紙芝居にするなどして、準備しました。親にできるだけ費用の負担をかけたくないと思い、「トビタテ！留学JAPAN」の審査が通らなかったら諦めるつもりで応募したので、通過したことを知った時は、本当にうれしかったです。

## 留学中の様子

### 言葉や文化の壁を越えて思いを伝えようとする姿勢が大切

留学の前半は幼稚園、後半は障がい者施設でボランティア活動をしました。午前中から子どもに正しい手洗いや歯磨きの方法、簡単な英会話を教えたり、各国から来たボランティアや施設のスタッフと一緒に園芸作業や施設の壁のペンキ塗りをしたりしました。夕方17時からは自由時間で、その後、スタッフらとの夕食やミーティングがあり、22時からは宿



高校の課題研究のテーマである合鴨農法を紙芝居で説明。ベトナムのアヒル農法との共通点にも触れて伝えました。

泊先のホテルで受験勉強をしました。

現地の子どもにも日本文化を直接伝えようと、七夕飾りや紙芝居を準備して持ってきていました。しかし、園長からは時間的な都合で難しいと断られました。今までの私ならそれ以上何も言わないのですが、ここで諦めたら後悔すると思い、披露できそうな時間帯を見つけて、ミーティングで改めて提案しました。すると、ほかのスタッフの後押しもあって、園長からOKの返事が！子どもたちにも自分の夢を絵にして短冊に描いてもらい、それを日本から持参した筐につけて飾ったり、自分で作った紙芝居の読み聞かせをしたりしました。その時の子どもたちのとてもうれしそうな笑顔は、留学で得られた最高の宝物になりました。

ボランティア先では英語が通じず、簡単なベトナム語やジェスチャーで思いを伝えましたが、最後まで意思疎通には苦労しました。くじけそうな時には、留学を勧めてくれた先生から言われた、「失敗を恐れずにチャレンジしてきなさい」という言葉が、大きな励みになりました。先生にはイベントごとにメールで状況を伝え、アドバイスをいただきました。

自分が役に立っているのか分からず不安でしたが、最終日に幼稚園の園長から、「あなたが一生懸命働いてくれたことに感謝しています。どこで生まれたかは関係ありません。ぜひ帰ってきて」と言われ、涙がこぼれました。言葉や文化の壁を越えて気持ちに通じ合えることを実感し、語学力以上に自分の思いを伝えようとする姿勢が大切だと気づきました。

留学は、自分の英語力を試し、磨く機会にもなりました。一緒にボランティアをしたルームメートのイギリス人女子高校生とは、学校や日常生活のこと、将来の夢などを夜遅くまで語り合いました。最初は彼女の英語が聞き取れませんでした。徐々に慣れて聞き取れるようになりました。それでも、日常会話の表現を学ぶ必要性を痛感しました。

## 留学を終えて

### ベトナム人の話から 学びたいことが明確に

正直に言って、留学前は受験勉強がなかったのですが、日本と比べて経済的に厳しいベトナムの現状を目のあたりにし、自分の夢に向かって真っすぐに努力できる自分がいかに恵まれているかに気づきました。

留学によって、学びたいことが明確になりました。以前は、食の安全についてやや関心がある程度でしたが、ベトナム人スタッフが日本製の薬を信頼して日本から取り寄せていると聞き、創薬への関心が芽生えました。その結果、食品に含まれる機能性や薬効成分を学べる、現在通う大学を志望し、一般入試で合格しました。

留学前、周囲からは「留学は大学進学後でもよいのでは」と言われ、迷いました。でも思い切って日本を飛び出すと、あの時の私だからこそ得られた感動がありました。苦い経験もしましたが、それによって次の目標に向かう勇気が生まれることを身をもって学びました。以前の私のように留学に迷っている高校生には、ぜひ今の自分にできる挑戦をして、可能性を広げてほしいと思います。