

旅立つみんなへ

にしやまいっこう

西山一行 (2003 年度アメリカ派遣)



旅立つみんなへ——そろそろ出発を迎えるみんなに一言最後にアドバイスを贈るとするなら、ずばり「自分のペースでいいんです」です。留学してしばらくすると、「あの子は語学が私よりもうまいから…」と言って留学生の友達と自分の語学力を比べてみたり、また自分が想像していたよりも友達がいないように感じてしまうときがあるかと思います。でも、日本でも勉強の習熟度や友達関係の構築には割りと時間がかかるものですよね。日本での定期テストの点数だってそう簡単に上がるものではないですし、みんなの今の大親友といえる友達だって新入生の時にはしらない人だったはずです。ゆっくり達成されていくことは、外国ではさらに時間を要するものです。なので、焦りすぎず、自分なりのペースを保ってやっていけることが大事だと思います。昨日わからなかった単語が今日覚えることができたなら、いいんです。大きな一歩です。一ヶ月で友達が 100 人でできなくても、到着した当初に比べて一人一人友達の輪が広がっていれば、それでいいんです。先を急ぐというよりは、ゆったりとした気持ちで前進してみてください！日々の生活の中に楽しみを見つけて、留学生生活をエンジョイしてきてくださいね！！

かどてらあつみ

門寺淳美 (2002 年度アメリカ派遣)



てきとーに頑張ってきてください(笑) この言葉は同期でロシアに派遣された、みんなの先輩でもある平田洋介[2002 年度ロシア派遣]から私達へ、そしておそらく彼自身へ送られたものです。がんばるのもいいけれど、そればかりでは疲れちゃうし、せっかく行くなら楽しまなきゃねってこと。できな—い、やりたくな—い、そんな日もたまにはあります・・・たまにね。もちろん頑張るのは自分にとっても周りにとっても大切。やるべきことはできるだけやって、全力で楽しみましょう。いってらっしゃい！



いなばひろし

稲葉大 (1999 年度ブラジル派遣)

留学に限らず、人生の中で自分の選択や決断に対して、悩むことは少なくないと思います。「なんで自分は日本を離れたのだろうか」「なんで自分は友だちのもとを去ったのだろうか」「自分はここでなにをしているのだろうか」等々、留学中の場合、こんなことを深く考える時があるかもしれません。それらのことを考えることにより、考えがまとまったり、状況を前進させることができる場合もありますが、反対にホームシックなど精神的に落ち込んでしまうことになるかもしれません。自分自身の選択、決断に対して自分一人だけでそれを肯定することは、強い精神力や心の軸を持っていないと難しいかもしれません。とりわけその選択や決断に対して周りの人が様々な意見を持っている場合はなおのことでしょう。

そのような状況の時、つまり留学中ではホームシックなどになった時、まずは自分で色々考えたり、周りの人の話を聞いてみましょう。そこで新たな考えを見つけることで前進出来るかもしれません。しかし、どうしても悩みが深まるばかりで、苦しくて苦しくてしかたない時は、あなたの存在や選択、決断を 100%肯定してくれた人、見守ってくれていた人のことを思い起こしてみましょう。家族、友人、恋人、故人など、きっと思い浮かぶ人がいると思います。その人はあなたのことを想っています。その人は、道を歩むあなたを見守っています。遠く離れても、その想いはかわらないでしょう。辛くなった時は、思い出してください。

おかむらたかこ

岡村孝子 (2002 年度ブラジル派遣)

出発前ということで、何を書いたらよいか…と考えていたときにブラジルのホストママから言われた一言を思い出しました。私がブラジルに着いてまだ日が浅かったころ、ホストママが私に言ってくれた言葉があります。それは「この一年間は自分から特別な何かしようとしなさい。周りのみんなにとっては、普通の一年であるけれど、あなたにとっては特別なものなのだから」。ママが言ってくれたこの言葉には、時間の過ごし方の落とし穴が隠されていました。ママの言葉のとおり、この一年間はみなさんにとっては大冒険の一年であっても、派遣先の人たちにとってはいつもの一年に過ぎません。ですので、生活をおくるにあたって、一年しかないのだから、という焦りもなく、いつものようにごく普通に過ごしています。その「当たり前」の雰囲気呑まれすぎてしまうと、この留學生活がまだまだ続く感覚に陥り、気付いたら留学が終わってしまった…というふうになってしまうこともあります。派遣先になじむことはとても素晴らしいことだと思います。最初は戸惑い、新しいことの連続だった生活が日常と感じられるようになることはとても大きな進歩の証です。しかし、その「当たり前」という思いに流されすぎてしまうと、やりたいことをあまりやらずに気付いたらあっという間に留學生活が終わってしまった、ということになりかねません。その留學生活が日常と化したときにこそ、留學は一年という時間制限付であること、またどうして留學したいと思ったのか、など少し思い出してみるといいと思います。そうすることで、帰国後、あれもやっておけばよかった…思いに駆られることが少なくなるかもしれません。



おだ
小田まむや (2004 年度カナダ派遣)

派遣生のみなさん、出発おめでとうございます。一年間、安全で健康に過ごされる事を心よりお祈りしております。私は自分が留学する直前のことを思い出してみました。私は比較的心配することよりも、楽しみな気持ちが大きくて、残り少ない日本での日々を早く出発したいと思いながら過ごしていました。これから出会う人、住むところ、新しい学校、新しい語学での生活など、わくわくすることがありすぎて、寂しい気持ちや不安事などは頭の片隅に追いやられていました。しかし到着 5 日後、到着直後の慌しい日々から落ち着いた頃です、日本の友達からの一本の電話で私は大泣きしてしまいました。新しい環境での興奮が納まり、ごく普通のホストファミリーとの生活が始まった時、ようやく自分の周りで何が起きているのかを実感し、日本での生活や家族と一緒にだった安心感を急に思い出して涙が出てしまったのです。

また、到着したばかりの自分の心持ちと、ホストファミリーの気持ち／生活スタイルのギャップに少しずつストレスを感じていたのも覚えています。それが、日本語を聞くことにより、いっきにあふれ出してしまったのでしょうか。その涙をきっかけに私は、目の前にある生活に慣れるように努力しました。最初の頃は日本の心地よさを懐かしんで、いろいろ不満になることもあると思いますが、その違いを知ることによって、その国のよさと日本のよさ両方が見えてくる気がします。それぞれの国にはそれぞれのやり方があるので、決して日本のやり方を押し通さないこと、全てを吸収できる柔軟性を持って出発してもらいたいと思います。

まずは生活に慣れること、そしてそれ以外の事は後回しで十分です。そして私の経験の様に、落ち着いた時に大きな気持ちの変化はやってくるものです。何事も自分の中で溜め込まずに、思ったこと、感じたことは何でもホストファミリーに相談するようにしてください。時間がかかってもいいので、言葉で伝えようとしてください。そして、それでも理解してくれる相手が見つからない時には ROTEX がいつでも皆さんの側にいることを思い出してくださいね。



たいら
平 まり子 (2004 年度韓国派遣)

いよいよ出発ですね。緊張していますか？一番大切なことは、いつも元気に笑顔でいることです。いつも笑顔でいるだけでも、たくさん友達が寄ってくるはずですよ!!

そして良い友達がたくさん作ってください。私の友達は困ったことがあればいつでも力になってくれました。出発前の今は、「言葉」が心配かもしれないですが、恥ずかしがらずにたくさん喋ることで一年後には、現地の人に間違えられるくらいどんどん上達すると思いますよ。でも、出発までまだ時間のある方はできるだけたくさん勉強してから行きましょう。「勉強していない」より「一生懸命勉強してから来た」の方が絶対に印象がいいはずですよ。

そして、あなたの留学がたくさんの人達に支えられているということを忘れないでください。日本の家族、ホストファミリー、ロータリアンの方々にはいつも感謝しましょう。実は、私は学校の先生が「留学することで第二の故郷ができる」とおっしゃったのを聞き、留学したいと思いました。みなさんも、たくさんの人との出会いを大事にして、派遣国が素敵な第二の故郷となるよう頑張ってください。

あと、オリエンテーションのときにも一度話したことですが、私は外国人登録をしなければいけないということを知らなくて、していなかったために大泣きしました…。これはどこの国に派遣されてもしなければいけない(入国日から3ヶ月以内だそうですよ)ことなので、皆さんも注意してください。それでは、日本ではできないことをいろいろ経験して楽しい一年を送ってください!

ローテックス推薦、 留学に、留学準備に役立つサイト・本・お店の紹介!

● ニュース

逆カルチャーショックを防ぐためだけでなく、世界の情勢に疎くならないためにも、ネットがつながっているのであれば、世界や日本のニュースを週に一度でもチェックすることをおすすめします。

2003 年度アメリカ派遣 瀬戸さんより

* 朝日新聞ニュース…<http://www.asahi.com/>

日本や世界で何が起きているのかを知るのには便利です。

* 毎日新聞ニュース …<http://www.mainichi-msn.co.jp/>

msn なので、hotmail ついでに。

● おみやげ



『BANABANA』っていう店です。
これは 100 円ショップなんですけど、基本的に和のものがあるんで、安くて something japanese をゲットするにはいいところかと思えます。 箸とか、ざるとか、そばの下にひくやつとか、なんでもあるから、お土産を大量に安くゲットするにはいいのでは？

下北沢店

<http://www.banabana.co.jp/shop/tokyo/index.html>

昨年度会長 西山さんより

● 本

『英語で遊ぶ折り紙』

小林 一夫（著）講談社バイリンガルブックス 2003 年

これは、タイトルどおりで、英語の折り方が日本語と一緒にかいてあります。これで、よく子供とコミュニケーションをとったり、プレゼントかであつたりしました。プレゼンでやると audience をいい感じに involve できるのでお勧めです。

昨年度会長 西山さんより

『日本人をやめる方法』 杉本良夫（著）ほんの木出版 1998 年

古い本ですが、派遣先から日本を客観的に見るのに最適な本だと思います。タイトルは少し乱暴ですが、内容は「日本人をやめる方法」というよりも、作者の杉本さんがオーストラリアから日本を見たというものです。日本から離れてみて、初めて日本を世界から見てみる手助けになると思います。

2003 年度アメリカ派遣 瀬戸さんより

『「在外」日本人』 柳原 和子（著）晶文社 1994 年

海外で生きることとは？日本人とは？ 世界 40 ヶ国 65 都市、108 人もの人々へのインタビューを通じて浮かび上がるその間は、派遣学生がそれぞれの国でいざれ向き合うものではないかと思えます。特に海外に身を置く時分には、存在感のある一冊だと思います。

1999 年度ブラジル派遣 稲葉さんより

〈担当者から〉

先輩たちからのメッセージは心に届いたかな？

一年間、とにかく楽しんできてくださいね☆

わたしたちはいつでもここにいます。心配なことがあったら相談してくださいね。

ひとまわり大きくなったみんなに一年後、会うのをたのしみにしています。

では、いってらっしゃい！

R2 担当 しまだ みき
嶋田未来

R² は国際ロータリー第 2780 地区ガバナー事務所と同地区 ROTEX の協力の下で発行されています。

協力して下さった皆様に、誠に感謝申し上げます。



