

甘えてた自分に気づいた時

皆さんこんにちは！ 5月病にも負けず元気に過ごしていますか？ 夏のような暑さの日中から、日が暮れると急に肌寒くなり、一日の寒暖の差がとても激しくなってきました。風邪など拗らせないよう皆さんも体調管理には十分に気をつけてくださいね。

さて、今回はRotexの皆さんに”甘え”をキーワードに執筆してもらいました。留学は、皆さんにとって大きな決断で大きな期待を胸に抱えていることと思います。たしかに留学は一人で行くものです。けれども、そこにはたくさんの人の思いが詰まっているのです。日本の、そして世界のロータリアンの方々、皆さんの家族、そして、友達……。そんな周りからのサポートに気づいた時のエピソードを紹介してもらいました。身近なことで忘れがちですが、皆さんの留学への準備として欠かせない、とても大切なことです。どうぞ参考にしてみてくださいね！

小栗 正裕 【2000年度アメリカ派遣】



一人じゃないから…

今回のテーマは「甘えていた自分」ということですが、僕は上手に甘えることも大事だと思います。

無論、すべて用意されていると思ってはいけないのですが、すべて一人でやろうとしたら絶対に失敗します。外国で暮らすわけですから、環境の変化は大きく、右も左もわからないのは当たり前のことです。その時に本当の独りになってしまうのか、上手にヘルプを求めることができるのか、が分かれ道だと思います。ただし、相手の好意に甘えるだけではただの子供です。交換学生は上手に甘えなくてはなりません。

まずは挨拶をしっかりしましょう。なるべく家族で過ごす時間を大切にしましょう。普段からコミュニケーションをとっておくことが大事です。食事の後片付けをすると喜ばれます。なにかしてもらったら「Thank you.」「Merci.」「Obrigado.」etc.を忘れずに言いましょう。ものを頼む時には出来る限り丁寧に。もしロータリー主催の行事などがあったら、あとでThank youカードを出しましょう。メールでもいいです。そして笑顔を忘れずに。

あなたが交換留学を通じて、どこにいても人間は一人では生きられないということを感じてもらえれば僕は非常に嬉しく思います。

自発的なコミュニケーションを心がけよう！



ブラジルへの留学が私にとって初の単身で知らない土地へ乗り込む経験だったので、最初は戸惑いの連続でした。その中でも一番の大きな戸惑い、そして一番孤独を感じたことは最初の友人作りでした。学校に通い初めて間もない頃のことでした。つい先週まで、待っていてもいろんな生徒が寄ってきてくれて、様々な質問をしてくれたり、いろいろ親切に教えてくれたりと常に私の周りには誰かいてくれたのに、ある日気づいたら私の周りに来て話かけてくれる人がいなくなっていました。そうです、もうみんなにとって私が珍しい存在ではなくなり、また私が来る前と同じように仲のよい友人グループと一緒に過ごすようになっていたのです。それからしばらく私は一人でぽつんといることもしばしばありましたし、輪の中に呼んでくれても、私に対して話しかけてくれるのではなくみんなで話すため、何を話しているのか全くついていけず、結局一言も発さないまま輪の中に、ただ立っているだけということもありました。日本では友人といろいろ話すことでストレスを発散してきた私には、この状況が耐えられないくらいのストレスで、ホームシックにも陥ってしまいました。

この受身一本の友人作りは、とりあえずニコニコして、話しかけられたら快く対応していればそのうち楽しくなるだろうとか、どうせまだ言葉わからないしとかそういう甘い考えが裏にありました。周りの人から歩み寄ってくれることを期待するだけでは決して良い人間関係はできない、自分からも発信していかないとためだ、というコミュニケーションのすごく基本的なことを、身をもって知った経験でした。

これから出発するみなさん、出発前からできるだけ自分から発信できる準備をしていくことをお勧めします。言葉を少しでもマスターしていくとか、話題になりそうなものをメモしておくとか、今まで話さなかった人と話してみるとかいろいろ方法はあると思います。部活や学校生活などで忙しいと思いますが、頑張ってください！

ホストファミリーとの時間を大切に



「あなたは静か過ぎるわよ！」これは私の第1ホスト母から言われた言葉です。実はショックだったけど、確かに留学生活が始まった頃、週末はよく部屋にいた。部屋で何をしていたかという、日本への手紙を書きまくっていました。平日は部活で帰りが遅く、夕飯を食べた後は、各自部屋に戻って宿題をし、翌朝早く学校へ行くというのが、私の生活パターンでした。私は手紙を書くのが好きだったし、結構力を入れて書くから時間も頭も使っていました。だから、空き時間は手紙を書く時間にしていました。でも、ホスト母からこの言葉を受けた時に、手紙を言い訳にホストファミリーとの時間を大切にしていなかったんじゃないかと気づきました。

ホストファミリーとまったく交流がなかった訳じゃないけれど、相手から話しかけてくれる事など、相手から何か生まれることを期待していました。ホストファミリーは好きなことをさせてくれて、見守ってくれていたけれど、私はそれに甘えていたなと感じます。それからは、週末は家の時間を大事にしようと思えるようになりました。

だからといって、日本へ送る手紙が減った訳ではありません。これも家族との過ごす時と同じく、時間の使い方に工夫することで改善していきました。

日本で生活しているように自分の時間の確保も大事ですが、自分は仮でも新しい家族のメンバーなんだ、でも彼らは自分の事を生まれた時から知っている訳ではないってこと、つまりは自分を知ってもらうためには自分から動かなければなりません。当たり前で事だけど、割りと勇気がいること、でもあなた以外に何かを起こせる人もいないのです。大丈夫、大丈夫。自分励ましながらみんなやってきたんだからって。

瀬戸 なつみ 【2003 年度アメリカ派遣】

家族にこそ感謝の気持ちを

シカゴから南に30分、オークフォレストという町で私は一年間過ごしました。市の中心部には、レンガ造りの図書館があり、この町のもっとも綺麗な特色をなしている街路樹にはオークの木がぎっしりと並んでいました。このオークの木をなぞるように、3つのホストファミリーの家が配置されていました。彼らは私のことを家族の一員として扱ってくれました。毎朝、庭のデッキでコーヒーとシリアルをホストマザーとつまむのが日課でした。毎週、ホストファザーと地下で映画を見ながらポップコーンを食べるのが金曜日の楽しみでした。

笑いが絶えない生活でした。彼らのどんなに小さな親切にも感謝しました。しかし、派遣前に、日本の家族にどれくらい感謝していただろうと考えてみました。派遣前は、家族や親しい友人が愚痴を聞いてくれることや、優しい言葉をかけてくれることを当たり前のように期待していました。家に帰れば、リビングでゴロゴロする居場所が必ずあって、気を使うことはありませんでした。「学生」であることが私の職業だと思っていたので、家のことを手伝わなくても家族が理解してくれると思っていました。帰る場所があることに感謝することはなく、高校生という特権を使って甘えていました。

留学を間近に控え、忙しく準備していると思いますが、一番応援してくれる家族やホストファミリーに感謝することを忘れずに留学してみると、きっと留学がもっと濃度の高いものになると思います。



おおたけ よしひろ 大竹 美輝 【2004 年度台湾派遣】

まず目標を持とう！

私が「自分は甘えていた」と感じた時、と言われると多くの事が思い出されるのですが、一番強くそう思ったのは、派遣先に行き、言葉が通じなかった時です。なぜかと言うと、今までは日本という国の中でしか生活を送ってこなかったので、自分の話す言葉が相手に伝わらない、という状況が殆んどありませんでした。しかし、派遣先に着きホストクラブのロータリアンの方たちが出迎えてくださったのですが、話が全く理解できず、どの様に対応をすれば良いのかの判断が付きませんでした。かといって、第一印象を悪くしたくはなかったので、そのときはあくまで笑顔を取り繕って、なんとか耐えたのですが、その時に、強く自分の準備不足を後悔し、反省



しました。

この話が直接的に「甘えていた」と言うよりは、「自分を甘やかしていた」と言う事になるかもしれませんが、留学に限らず、何をするにしても自らで自らを律する事が大切だと思います。それでは、具体的に何をして欲しいかというと、まずは「目標」を持つようにしてください。そして、目標が出来たら、どうすればその目標が達成できるようになるかを考え、実行してみてください。

杉岡 美季 【2005年度韓国派遣】



風邪を引いて気づいたこと

私が留学中に、一番甘えていたなと感じたときは、風邪を引いたときです。

留学先では、少し体調が悪いときでも、身の回りのことはなるべく自分でやらなければなりません。風邪で寝込んでいるときはお粥を作ってくれたり、食べたいものを買って来てくれる親もいないのです。

風邪を引いたときの自分をつくづく親に甘えていたなあと感じました。現地では環境も違い、ちょっとしたストレスや無理、寝不足から体調を崩しやすいと思います。留学中、周りに迷惑をかけないようにと体調を崩したときに少し無理をしてしまったら、悪化させてしまい、返ってたくさんの人に迷惑をかけてしまったこともありました。皆さんも困ったことにならないよう体調管理には気をつけてください。

韓国の場合はほとんどの家に床暖房のようなものが設備されていて、部屋全体がとても乾燥しています。そのせいでとても風邪を引きやすかったのです。(私は夜寝る前に、水で濡らしたタオルを枕元に置いて乾燥対策をしていました。) 風邪を引いたときほど親に甘えたいときはありません!ですが、派遣先では無理なので日ごろから体調管理は自分でしっかりと行ってください。

小林 侑樹 【2005年度ロシア派遣】



身の回りから自立の習慣を

『甘えを感じていたとき』——これは一見すると難しいテーマでしたが、見方を変えれば「日本に居たときはお父さん・お母さんにやってもらっていたこと」ではないでしょうか?

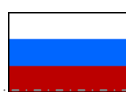
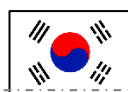
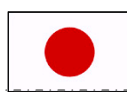
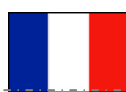
僕が感じた『甘えを感じていたとき』は、なんと言っても学校への身支度でした。特に、皆さんも経験があるかも知れませんが日本の学校はその殆どが制服の着用を義務付けていて、学校から帰るとまず服を着替えますよね?そのとき、脱いだ服をハンガーにぐるぐる巻きにして置いていたり、床に放置しているなんて事はありませんか?

実は僕も留学する前は脱いだ制服を殆どハンガーに、まるでスパゲッティのようにぐるぐる巻きにして放置していました。そしてそれを毎日のようにお母さんに片付けてもらっていました。派遣後、僕が通っていたロシアの学校にも制服(正装)の着用が義務付けられていました。そこで僕はホストマザーに探してもらい、フランス製の格好いいスーツを買ってもらい、学校が始まって真新しいフランス製のスーツを着て行きました。みんなから「似

合っている」「格好いい!!」「COOL!!」なんて言葉をかけてもらい、上機嫌でそのまま帰宅。そして、いつもの通り、その制服をハンガーにぐるぐる巻きにして放置してしまいました。もちろん、僕がいる場所はロシアです。日本のお母さんがいて制服を綺麗にたたんでくれる訳ではありません。

その日はホストマザーからこっぴどく叱られてしまいました。「ユウキ、あなたはフランス製の格好いい服を着ているのよ!!ちゃんとたたみなさい!!」。そしてその日以来、僕はロシアにいる間、そして帰国してから高校を卒業するまでちゃんと制服をたたむ癖が付きました。ホストマザーからその言葉を聞かされたとき、それまで自分では気づいていませんでしたが、初めて僕は甘えていたんだなあと感じました。

皆さんも普段何気なく両親にやってもらっていることが、留学先では自分でやるのが当たり前で戸惑うことがあると思います。これから出発するまでの間、日本に居る今から少しでも自分で身支度を行う癖を付けておくことが、新地での生活をよりスムーズに過ごすことに繋がるでしょう。お父さん・お母さんに協力してもらって、少しずつ自立する習慣を身につけて下さい。



R²は当 2780 地区多くのローテックスの方々、
ガバナー事務所の協力を基に発行されています。
多大なる尽力に感謝いたします。

R²編集長： 宇多川薫 (2002 年度アメリカ合衆国)