

# まちなか留学のしおり

Name : \_\_\_\_\_

## 持ち物リスト

- 歯ブラシ
- 下着
- パジャマ
- タオル
- 着替え
- 健康保険証  
(コピーも可)
- その他

※辞書（会話集）・携帯電話・充電器・常備薬・コンタクトレンズ／メガネなど、各自必要なものをご確認・ご用意ください。

※シャンプーやボディーソープなどの洗面用具はホストファミリーの家のものを借りられますが普段のものを使用したい場合はご持参ください。

## 緊急連絡先



当日の集合時間に遅れそうな時や、うまく待ち合わせ場所に行けない時は公式LINEにてご連絡ください！

まちなか留学



緊急連絡先電話番号

**050-1743-4921**

※実施期間のみ有効

緊急時にはこの番号から保護者の方に電話をかける場合もございます。

## 事前チェックリスト

- オリエンテーション動画をみる
- ホストファミリーの名前を覚える
- 事前ワークシートを実施する
- 事前レッスンを受ける(オプションメニュー)



あなたがみた“世界”をシェアしよう

「#まちなか留学」をつけて留学中の写真を投稿しよう！  
まちなか留学公式Instagramでは実施中の写真も随時更新中



# まちなか留学を楽しく過ごすための心構え

## 留学前に必ずお読みください

小学生以下のみなさんは保護者の方と一緒に読んでください

### 【コミュニケーション】

1. 英語に自信がなくても笑顔で会話しましょう。笑顔は万国共通のコミュニケーションです。
2. 滞在中はホストファミリーと過ごす時間を大切にして、携帯電話やSNS等の使用は控えましょう。
3. 何を言っているか分からない時は、何度か聞き直したり、紙に書いてもらいましょう。
4. 英語が苦手でも恥ずかしがらず、習った言葉や、分かる単語を並べて身振り手振りで伝えてみてください。きっとわかってもらえます!
5. 滞在中はホテルに宿泊するのとは異なり、受け入れたホストファミリーの一員として生活体験を行います。ホストファミリーのハウスルールに従いましょう。食後の片付けや自分の身の回りの整理は、自分で行いましょう。

### 【ホストファミリーのプライバシーや生活スタイルの尊重】

1. 就寝後は自分の眠る場所とトイレ以外の場所には行かないようにしましょう。
2. ホストファミリーのプライバシーを侵害するような写真撮影は禁止です。
3. SNSに写真をアップするときにはホストファミリーにも直接許可をとりましょう。
4. ホストファミリーにとって生徒さんは大切なゲストではありますが、集団生活上のマナーや礼儀作法などは我が子同様に接します。(悪いことをした時は叱り、良く出来たら誉め、子ども達の間で問題が生じた場合には双方の言い分を聴き、問題の解決に努めます。問題が解決しない場合や不安を残しそうな場合には、事務局へ連絡を取ります)。
5. 外出の際はホストファミリーと共に行動しましょう。
6. 様々な宗教のホストファミリーがいます。お祈りの際はやり方を教えてもらって一緒にやってみるか、邪魔にならないよう静かに待ちましょう。
7. ホストファミリーによって、それぞれ食事や体験が異なります。
8. 頬にキスをする、ハグをする等、日本人には馴染みのない挨拶やスキンシップがあります。体験し、習慣を楽しんでみてください! どうしても受け入れられない場合は、その場で伝えてみましょう。

### 【多様性の尊重について】

1. 東京と沖縄で文化が異なるように、それぞれの地域や家庭さらには個人によって文化はさまざまです。各家庭で、出身国、宗教、家の広さ、食事の内容、体験の内容、ベッドの大きさなどすべてが異なります。
2. 文化の違いについて比較し優劣を付けるのではなく、多様性として認識し、多様な価値観を養う契機にしましょう。あなたのホストファミリーとしかできない体験がたくさんあります

### 【健康・体調に関すること】

1. 気分が悪くなったり熱っぽい時は、我慢をせずにホストファミリーに相談しましょう。  
(「困ったときの指さし会話」を使用してみましょう。)
1. 痛み止め等、いつも飲んでいる薬がある場合はご持参ください。
2. 調理や食前、帰宅後は食中毒や様々なウイルスの感染拡大防止のため石鹸やアルコールを用いて丁寧に手を洗いましょう。

### 【禁止事項】

1. ホストファミリーと連絡先、SNSのアカウントなどを交換することは禁止です。お礼の手紙・メールなどの取次も対応いたしかねます。当日、感謝のお手紙やイラストなどを直接お渡しすることは構いません。

# こま とき ゆび かいわ 困った時の指さし会話

 きぶん気分が悪いときや えいご英語がわからなくてこまったときはこの紙を つか使ってホストファミリーに つた伝えてみてください。 じぜん事前に こま声に出して れんしゅう練習してみるのもいいですよ！

きぶん  
気分が悪い

I am not feeling well.



あたま  
頭がいたい

I have a headache.



おなかがいたい

I have a stomachache.



け  
はき気がする

I feel sick.



さむけ  
寒気がする

 I have chills.  
I feel chilly.



ねつ  
熱がありそう

I think I have a fever.



つか  
トイレを使いたい

Can I use the bathroom?



ふる  
お風呂にはいりたい

Can I use the shower?



やす  
ちょっと休みたい

I am a little tired.  
I need to relax



のどがかわいた/  
みずお水がのみたい

Can I have some water?



おなかがすいた

I'm hungry



ほんやくアプリを  
つか使ってほしい

Could you use a translation app?



りゅうがく まちなか留学のスタッフ/  
おや れんらく 親に連絡したい

I want to contact HelloWorld ( or my parents)





# How was まちなか留学?

あなたが見た“世界”をふりかえろう

Success rate  
目標達成率

Date - 日付 : \_\_\_\_\_

%

Time



①Plan - What did you do? What did you eat?

まちなか留学体験中にチャレンジしたことを  
ホストファミリーと一緒に書いてみよう。

②Diary - What did you learn? How did you feel?

楽しかったこと、驚いたこと、チャレンジしたことなど、  
まちなか留学体験中に感じた気持ちを書きだしてみよう。

## Core Activity Zone - 体験したこと

例 : Playing a boardgame (Monopoly)  
ボードゲーム (モノポリー) で遊ぶ

## Core Activity Zone - 体験したことについての感想

例 : It was my first time to play a boardgame and it was fun! I won the game!  
初めてボードゲームをやって、楽しかった! ゲームで勝った!

## Lunch - ごはん

## Lunch - ごはんについての感想

例 : We cooked a filipino food. It is called lumpia. It was so yummy!  
ルンピアというフィリピン料理を作った。とてもおいしかった!

## Core Activity Zone - 体験したこと

## Core Activity Zone - 体験したことについての感想

## Dinner - ごはん

## Dinner - ごはんについての感想

## Core Activity Zone - 体験したこと

## Core Activity Zone - 体験したことについての感想

Bed time *zzz*

### <Word Bank - おすすめ英単語>

fun / challenging / excited / great / shocking / funny /  
unique / interesting / yummy / spicy / sweet / sour / great /  
salty / bitter / interesting / mild / strong



# How was まちなか留学?

あなたが見た“世界”をふりかえろう

Success rate  
目標達成率

%

Date - 日付 : \_\_\_\_\_

Time



①Plan - What did you do? What did you eat?

まちなか留学体験中にチャレンジしたことを  
ホストファミリーと一緒に書いてみよう。

②Diary - What did you learn? How did you feel?

楽しかったこと、驚いたこと、チャレンジしたことなど、  
まちなか留学体験中に感じた気持ちを書きだしてみよう。

Wake up time

Get ready time

Breakfast

Core Activity Zone

Lunch

Core Activity Zone

Finish!! Goodbye time!

Good Morning!  
Did you sleep well?



Breakfast - ごはんについての感想

例： We had Brazilian breakfast. It was different from what I usually have!  
ブラジルの朝ごはんを食べた。いつも食べているものと違った！

Core Activity Zone - 体験したことについての感想

例： It was my first time to play a boardgame and it was fun! I won the game!  
初めてボードゲームをやって、楽しかった！ゲームで勝った！

Lunch - ごはんについての感想

Core Activity Zone - 体験したことについての感想

## Before leaving the Host family's house...

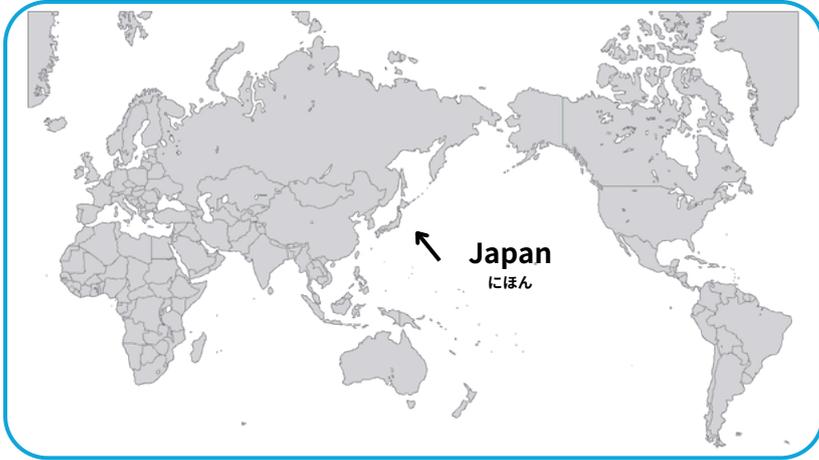
- Did you clean up the room / space you used (bedding, dishes, etc.)? 使ったスペースの片付けはしましたか?
- Did you pack everything you brought with you? 持ってきたものはすべてカバンに入れましたか? 忘れ物はありませんか?
- Did you return anything you borrowed (towels, chargers, books, etc.)? 借りたものは返しましたか?

小学生  
向け

ホストファミリーに会う準備はできてる？

# Welcome to まちなか留学！

1 ホストファミリーの国はどこにある？色をぬってみよう！



2 ホストファミリーの国旗をかいて、色をぬってみよう！

Country name  
( )

Language  
( )

Country name  
( )

Language  
( )

3 ホームステイ中の目標をたてよう！達成するためにはどうしたらいいか考えて準備しましょう！

準備が  
一番大切です！  
いちばんたいせつ

目標



どうやって目標を達成する？

例) ホストファミリーに5個のしつもんをする。  
ホストファミリーに沖縄のおすすめの場所を2つ紹介する

例) 事前にしつもんをを考えて、口にだしてれんしゅうする  
場所について事前にしらべて、英語で説明できるようにする

4 ホストファミリーにたくさん英語で質問しよう！  
その質問の自分なりの答えを英語で用意して会話をはずませよう！

質問するだけでなく、あなたのことも教えてあげましょう。  
好きな色は？好きな食べ物は？ホストファミリーもあなたのことを聞きたいはず！  
「あなたの答え」も考えて、練習しましょう！

Question ①

---

Host family's answer

Question ②

---

Host family's answer

Question ③

---

Host family's answer

あなたの答え

あなたの答え

あなたの答え



Bon Voyage! すてきなまちなか留学を！



み せかい  
あなたが見た“世界”をふりかえろう

小学生  
向け

りゅうがく  
**How was まちなか留学?**

1 Reflect もくひょう 目標をふりかえろう

おも で のこ あたら え もじ あらわ  
いちばん思い出に残ったこと、新しく知ったこと、びっくりしたことなどを絵や文字で表してみよう!!

<思い出にのこったこと>

<新しく知ったこと>

<びっくりしたこと>

2 た もくひょう たっせい りゅうがく つぎ もくひょう た  
あなたが立てた目標は達成できましたか? できませんでしたか? まちなか留学をふりかえって、次の目標も立ててみましょう!

たっせい りつ  
達成率

%

たっせい りゆう  
<達成できた/できなかった理由>

-----

-----

-----



つぎ もくひょう  
<次の目標・チャレンジしたいこと>

 **目標を達成できなかったとしても、全く悪いことはありません!**  
まちなか留学を経験したあなたはきっとたくさんの気づきがあったはず!  
次のあなたのステージでどんなことにチャレンジしたいですか?

3 えいご がくしゅう  
英語学習について

りゅうがく ちゅう ひょうげん つか えいご つか ばめん つか  
まちなか留学中、どんな表現が使えたかな? ホストファミリーはどんな英語を使っていたかな? どんな場面で使えるかな?  
覚えているものを書き出してみよう!

たんご えいご  
単語やフレーズ (英語)

\_\_\_\_\_ :

\_\_\_\_\_ :

\_\_\_\_\_ :

いみ つか ばめん れいぶん むずか にほんご  
意味や使っていた場面や例文 (難しければ日本語でもOK)

\_\_\_\_\_ :

\_\_\_\_\_ :

\_\_\_\_\_ :



**Go beyond!**  
あなたの次のステップを応援しています!

おうえん



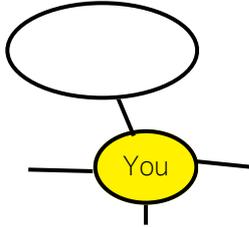
中高生  
向け

ホストファミリーに会う準備はできてる？

# Welcome to まちなか留学！

## 1 Brainstorm あなたはどんな人？

出身地、部活動、好きな食べ物や趣味など、  
自分にまつわる情報を英単語で書いてみましょう。



## 2 Research ホストファミリーはどんな人？

あなたが調べて見つけた、ホストファミリーやその出身国や地域に関する興味深いこと、面白い事、不思議に思うことを書きましょう。  
(例) イスラム教はラマダンという断食のしきりがある！

ブレインストーミングが終わったら、英語で自分にしかできない自己紹介や、トピックを考えてみましょう！英語は咄嗟には出てきません。スムーズに英語が言えるよう練習を必ずしましょう！

## 3 ホームステイ中の目標をたてよう！達成するためにはどうしたらいいか考えて準備しましょう！

目標



どうやって目標を達成する？

例) ホストファミリーに5個のしつもんをする、  
ホストファミリーに沖縄のおすすめの場所を2つ紹介する

例) 事前にしつもんを考えて、口にだしてれんしゅうする  
場所について事前にしらべて、英語で説明できるようにする

## 4 ホストファミリーにたくさん質問しよう！ その質問の自分なりの答えを用意して会話をはずませよう！



しおりの「Get to Know Your Host Family」を参考にしな！

質問するだけでなく、あなたのことも教えてあげましょう。  
好きな色は？好きな食べ物は？ホストファミリーもあなたのことを聞きたいはず！  
事前に「あなたの答え」も考えて、練習しましょう！

質問①

---

ホストファミリーの答え

質問②

---

ホストファミリーの答え

質問③

---

ホストファミリーの答え

あなたの答え

あなたの答え

あなたの答え



## Bon Voyage! 素敵なまちなか留学を！



あなたが見た“世界”をふりかえろう

中高生  
向け

# How was まちなか留学?

## 1 Reflect 経験を書きだそう

楽しかったこと、驚いたこと、ショックだったことなど、まちなか留学中に感じた感情(英語)とその説明(英語・日本語)を書きだしてみよう。  
(例) surprised: Indian curry! 本場のカレーはおいしかったし、日本と作り方がすべて違っておどろいた。

感情(英語)	説明(英語・日本語)
<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>

Tips!  
参考に

glad          fun          surprised          excited          sorry  
happy          shocked          difficult          nervous          regrettable

## 2 あなたが立てた目標は達成できましたか? できませんでしたか? まちなか留学をふりかえって、次の目標も立ててみましょう!

達成率     %	<達成できた/できなかった理由> ..... ..... .....	<次の目標・チャレンジしたいこと>
--------------------------	---	-------------------

目標を達成できなかったとしても、全く悪いことではありません!  
まちなか留学を経験したあなたはきっとたくさんの気づきがあったはず!  
次のあなたのステージでどんなことにチャレンジしたいですか?

## 3 Deepen 思考を深めよう

「文化」は家庭によって様々です。文化といっても目に見えているのはほんの一部で、実際の文化のほとんどは目に見えない部分で構成されています。

- ・まちなか留学を通してどんな「文化」の気づきがありましたか? 「目に見えない文化」を意識して書いてみましょう。
- ・難しい場合は、今後知りたいことやトライしてみたいことを書きましょう。

