

ホームステイについて知ろう！

(※下記はあくまで参考です。皆さんの滞在先は渡航のおよそ 5~2 日前に決定します。

渡航前にホームステイについて大まかにおさらいをしておきましょう。

現地到着後、ご自身のホストファミリーにそのお家のハウスルールを各自確認し守るようにしてください。)

【ホームステイのバックグラウンド】

★現在コロナの影響およびウクライナの情勢などもあり、2020 年以前より、ホームステイ先は 3 分 1 以下に減少しています。滞在先減少に伴い、皆様の健康状態や安全を最優先に現地語学学校では滞在先アレンジメントを行ってまいりますが、性格の不一致などで滞在先をすぐに変更するなど是非常に厳しい状況が続いています。ホームステイがどういったものなのか事前に学び、渡航後は各自ハウスルールを確認し柔軟な対応をお願いします。

ご家庭には、ホストの他、ハウスメイトといって同じお家に複数の留学生を受け入れしている場合もあります。同じ日本の留学生がいる場合もあります。

- 海外は非常に多文化的な都市であり、私たちのホストファミリーも様々な民族的背景を持っています。ほとんどの国は、移民で構成されており、様々な国から移住し代々生活をされていたり、海外で生まれているケースも非常に多いです。オセアニア、北米など人口の半分以上が移民で構成されているケースも多々。

学校では、民族に関するリクエストに基づいて学生を移動させることはありません。

- 家族構成は様々です。

例：片親の家庭、子供や他の家族がいる家庭、いない家庭、お仕事をリタイアされたのち受入を行っている方々など。

家族のタイプは一切選ばせません。



【コミュニケーション】

- ・ホストや、ハウスメイト（同じお家に複数の留学生を受け入れしている場合もあります）を尊重して生活してください。
- ・挨拶をはじめ、話をするときは「please…」 「thank you」などお願いする意志、感謝の気持ちを必ず伝えて下さい。
- ・自分の意見ははっきり「YES」、「NO」で意志を示しましょう。
- ・家族と交流できる機会や、何かに誘われた時は、極力参加しましょう。

【食事】

食事プランはご自身のお申込確認書をご確認ください。

海外ではあまりたくさんのお野菜や果物を接種することは難しいです。生活が 360 度変わることに加え、お食事も普段日本で食べているものから変わるため、胃薬などの常備薬を多めに持って行きましょう。

キッチンの使用に関してはホストファミリーへ相談の上、質問や疑問点は使用する前に遠慮なく訪ねて下さい。（質問をせず壊してしまうケースが多々あります。）

- 朝食：朝は忙しいのでほとんどの家庭はセルフサービスです。基本的な英語圏の朝食は、紅茶、コーヒー、トーストまたはシリアルです。もし温かいスープやおかゆを好む場合は、ホストファミリーに相談してみてください。

- 昼食は学校周辺でご自身で購入が必要です。昼食付プランの場合は、昼食は通常サンドイッチが残り物とスナックです。
- 夕食 生活スタイルは様々ですが、家族が揃う時は基本的にホストファミリーと一緒に食べる人が多いです。

食事は慣れたものとは異なるので、新しいものに挑戦する姿勢が大切です。多すぎる、少なすぎるなど、希望ははっきりとホストに自分から伝えて下さい。

※海外は様々な食スタイルがあり、ベジタリアンの家庭も非常に多いです。

食事が気に入らないという理由だけでホームステイ先を移動することはできません。味や香辛料に問題がある場合はファミリーと話し合っ解決してください。

◆安全上の理由から、ホストファミリーの許可がない限り、キッチンでの料理・使用はできません。

電子レンジやケトルの使用方法は、使っても大丈夫か、必ず事前にホストファミリーへ相談の上、質問や疑問点は使用する前に遠慮なく訪ねて下さい。

(質問をせず壊してしまうケースが多々あります。)

(その他)

・危険物の持ち込みは禁止です。(可燃性のもの、刃物や、もちろん有り得ませんが、麻薬・アルコールなど)

・キャンドルなどの火を使うものは一切禁止。

・部屋を出る際には、すべての電気、空調を消してから退出すること、また、コンピューターや携帯の充電などでプラグを使用する際も、取り扱いには気を付けて下さい。(プラグコードは適切に使用できているか。火災が起こらないように気を付けて下さい。)

注意事例：ベッドサイドのランプの上に本を置きっぱなしのまま寝てしまった、ランプの熱で本が焼け火災が発生

・ヘアドライヤーやアイロンなど、日本からの電子機器を持ち込む場合は電圧に注意が必要です。ほとんどの場合、海外と日本は電圧が異なり火災の原因となる場合もあります。

【バスルームの使用と個人の洗面用具】

シャワー使用

- シャワーは基本的に 1 日 1 回浴びることができます。専用バスルームは一般的ではありません。家族で共有するのが一般的です。

日本とは違い、海外はどの地域でも水不足、電気光熱費が非常に高額のため、シャワーは 5 分程度で使用が終われるように、渡航前から練習をしておいてください。

※水道光熱費が高額ということもありますが、海外はそもそも日本と構造が異なり、各家庭で 1 日のお湯をタンクに沸かし、補充しています。

そのため、一人が使用しすぎてしまうと、次に使う人のお湯がなくなってしまうことが予測されます。使用後は、バスルームを綺麗にして次に使う人が気持ちよく使えるようにこころがけましょう。シャワーを浴びるのに最適な時間帯も、事前にホストファミリーに尋ねてください。

また、ドライヤーなど音の出るものを使う場合も、時間帯を考慮してください。

o 石鹸、シャンプー、コンディショナー、ボディソープ、デオドラント、歯ブラシ、歯磨き粉、タオルなどは各自持参すること。洗面台は常に後片付けをするようにお願いします。※洗面用具は、携帯用を現地へ持参し、足りなくなった分は現地で調達をするようにお願いします。備え付けは基本的にはございません。

※タオルは、大きめのバスタオルを 1~2 枚、ミニタオルを数枚持参すると良いかと思います。海外は水の使用が厳しいこともあり、洗濯の頻度が少ないため、基本的にバスタオルは、週 1 回の取り換えです。海外は洗濯を外や部屋に干す習慣はありません。基本的には乾燥機で乾かすので、勝手にどこかに吊るしたり、干さないように気を付けて下さい。乾燥方法が分からない場合は、ホストファミリーにどのようにしたらよいか相談してください。

洗濯

ほとんどのホストファミリーは、週に 1 回洗濯をします。そのため、皆さんの洗濯も通常週に 1 回です。ホストファミリーが洗濯をしてくれる場合や、ご自身で使用方法を現地到着後習う場合もあります。現地到着後にホストファミリーにルールや使用方法を学び、ご自身で洗濯をするようにお願いします。

分からないことがあれば、遠慮なくホストファミリーに相談してください。

トイレ

トイレに入れるのはトイレトーパーだけで、その他のものはゴミ箱に入れること。

水圧が、日本と比較すると非常に弱いため、トイレトーパーの使用にもくれぐれも注意してください。

紙を流す際は、少しずつ、詰まらないように気を付けること。

※毎年トイレが詰まって水没させてしまう事故が増えています。壊してしまう前に、ホストファミリーにヘルプを求めましょう。

【自室の事例】

寝室：寝室には基本的に、ベッド（リネン付き）、クローゼット（洋服が置ける場所）があります。

場所によっては、机またはテーブル（椅子付き）、ランプを置いてくれる場合もありますが、寝食をするための最低限のスペースのお約束となりますので、お貸出しいただけるスペースを大切に扱ってください。

- お部屋は 2 階建て以上のお家もありますが、海外は一般的に地下（ベアメントルーム）を持っているお家が多数あります。寝室は地下か地上です。

o 電話：ご自身の携帯を使用するようにしましょう。電話をもしお借りする必要がある際は、使用できるか必ず許可を取ってください。

o コンピューター/インターネット：コンピューター/インターネット：ホストファミリーのコンピューターにダウンロードすること（例：音楽や映画）は禁止されています。

インターネットとコンピューターの使用には規則があります。必ず渡航後にホストファミリーに確認すること。

※ホストファミリーは Wi-Fi を提供することが義務ではありませんので、場合によってはインターネット環境がない、速度が遅いなどの場合もあります。Wi-Fi 環境が常にたくさん必要な場合は、ご自身でポケット Wi-Fi を持参されることをお勧めします。学校内は無料 Wi-Fi 設備が整っています。

o キッチンの使用：安全と保険上の理由から、生徒は料理をすることはできません。ただし、ご家庭にその義務があるわけではありません。また、夕方や早朝の一定時間以降のキッチンの使用も禁止されています。

【借りているものや備え付けの破損について】

万が一、使用方法を誤り何かお借りしているものを破損してしまった際は、直ちにホストファミリーに相談しましょう。留学保険に入って皆さんは渡航されますので、保険でカバーできる可能性もあります。事前に AIG 保険ブックレットは渡航する際、受け取れ次第熟読して渡航しましょう。

【報告連絡相談を心がけること】

- 心配事や不安なことがあれば、家族に伝える。自分の予定はこまめにホストに伝えておくこと。※忙しいケースもあるので、直接伝えられない場合はメールなど、どこに連絡したらよいか渡航後に確認しておくこと。

- ホームステイ先を清潔に保ちましょう：定期的に部屋を掃除しましょう、食後は食器を洗いましょう。（ホストに申し出、どのようにしたらよいか到着後に質問しましょう）

- ホームステイ先に出入りする際のルールを確認してください。（鍵の管理など）

- ホームステイに到着したら、家族にハウスルールを説明してもらいましょう。必ず守りましょう。

- ホームステイにゲストを招く場合は、必ず許可を得ましょう。ゲストは宿泊できません。

- 他の留学生や家族とホームステイを共にすることもあります。

他の留学生や家族と共同生活をする場合があります。お互いを尊重してください。

原則ホームステイ滞在先の変更はできません。

- チェックアウト ホームステイのチェックアウトは、何時までに家を出る必要があるがホストに確認。

生徒がホームステイ先の所有物に損害を与えた場合、その交換や修理にかかる費用は、生徒が直接ホームステイ先に支払わなければなりません。

【ハウスルール例】

各家庭には独自のハウスルールがあり、新しい家族の一員として、生徒はそれに従うことが求められます。

ほとんどの家庭にあるルールの一例リストをご覧ください：

- 特定の食事時間。
- 食事の時間帯が決まっている。欠食した場合補償はありません。
- 食後、トイレやシャワーの後片付け、寝室の整理整頓は生徒の責任である。常に整頓しておくこと。
- ホームステイ先の家族や他の留学生を尊重すること。プライバシーを尊重してください。
- 友達を家に招きたい場合は、必ず家族に許可を得ること。※基本的には勝手に友達を連れてくることは不可
- お泊りはしない。
- 家に入出入りするときは必ず鍵をかける。
- 薬物、泥酔、無許可のお泊りは禁止です。これらの規則に違反した生徒は退去させられます。払い戻しの対象にはなりません。
- 門限があります。

【通学】

- ホームステイ先は公共交通機関を利用して片道 1 時間程度の距離にあります。バス・電車を待っている時間が含まれない場合、1 時間を超える場合もあります。場合によっては 1 時間以内に収まるケースもありますが、現在コロナの影響もあり、カウンセリング時にお話している通り滞在先減少に伴い、通学時間は多めに見ておいてください。ホストファミリーは学校への行き方を説明しますが、運転する責任はありません。学校への行き方は、渡航後にホストから案内がありますが、まずは自分から何でも質問して確認をするようにしてください。

- 門限はホストファミリーに確認をしましょう。夜間の外出は危険なためなるべく早めに帰宅するように心がけましょう。

※上記を参考に渡航後は柔軟に何でも報告連絡相談をしながらコミュニケーションを取り、ホストファミリーと交流してください。思ったことは些細なことでも何でもホストファミリーに相談をして、早めに解決できるように心がけましょう。

※食事のことや、暑い、寒い、こうしてほしいなど、希望がある場合は、臆することなくホストファミリーに相談をしてください。

何でもお伝えしていますが、小さなことでも積極的に質問し、自分の意見を YES, NO ではっきり相手に伝えることは皆さんのお仕事です。

上記内容も踏まえ、ホストファミリー宅へ到着され次第、各自自宅のハウスルールについて確認を行ってください。

【天候について】

現地で予想される天候を理解しておくことは重要です。

海外は日差しが強いため特に夏は、サングラス、日焼け止め、帽子は持って行った方がお勧めです。

秋～冬にかけては、暖かい服装、冬用のレインコート・ジャケット、防水性の靴もお勧めします。現地の平均気温は事前に自分の渡航する地域について確認しておきましょう。万が一、現地到着後に想定より寒い場合は、現地のモール等でも、洋服は調達ができますので、臨機応変に重ね着がしやすいヒートテックなど、着脱がしやすい服装を日本からは事前しましょう。※オセアニア（オーストラリア・ニュージーランドは日本と季節が逆のため、夏休み渡航の方は暖かい服装のご準備をお願いします。）

特に夜は冷えるので、冬の時期に渡航する方は、暖かいパジャマ、靴下を持って行きましょう。

**ACEJ**一般財団法人 JSAF
Global Language Education

	1~2月	3~4月	5~6月	7~8月	9~10月	11~12月
ブリスベン	21/29	21/27	12/22	10/21	14/25	19/28
シドニー	19/26	15/24	9/18	7/17	11/21	16/25
メルボルン	14/26	11/22	7/15	5/13	8/17	11/23
ケアンズ	24/31	22/30	21/27	17/26	20/28	22/31
アデレード	16/28	13/23	9/17	7/15	10/19	13/25
パース	17/32	14/27	9/20	8/18	9/21	14/27

	1~2月	3~4月	5~6月	7~8月	9~10月	11~12月
オークランド	15/31	10/25	4/17	2/15	9/22	15/29
ウェリントン	13/20	10/17	8/14	7/12	9/15	11/17
クライストチャーチ	11/21	13/18	5/15	1/11	6/15	9/19

年間の平均気温:青字 = 平均最低気温 赤字 = 平均最高気温