

2025

姉妹都市教育交流事業研修報告書

Sister City Educational Exchange Program Report



天草市教育委員会

目次

■ 研修日程

P 2

■ 研修報告書

1	本渡中学校	3年	岡崎 莉子	P 5
2	稜南中学校	3年	松崎 美月	P 13
3	稜南中学校	3年	岡田 日咲	P 18
4	牛深中学校	3年	森川 芙生	P 26
5	御所浦中学校	2年	濱本 彩乃	P 32
6	河浦中学校	3年	中村 伊吹	P 38

■ 引率総括

五和中学校	英語教諭	高戸 美優	P 44
-------	------	-------	------

■ 写真

P 66

姉妹都市交流の経緯

エンシニータス市との姉妹都市交流は、トライアスロンを縁として始まり、昭和63年以来、旧本渡市との間で行われてきました。

この交流関係を天草市でも受け継ぐことになり、平成18年5月29日に天草市で、さらに同年9月29日にはエンシニータス市で、それぞれ姉妹都市締結調印式を行いました。

調印式では今後、行政や教育、産業、経済、消防、医療などの各分野における交流を行いながら、両市民間の相互理解と友情を深め、両市の恒久的な友好関係を樹立することを誓いました。



Sister City Exchange Itinerary 2025

Tuesday, July 29 - Arrival Day

11:20am	Delegates arrive at LAX
3:30 – 4:00pm	Approximate arrival at City Hall
4:00 – 4:30pm	Brief welcome reception at City Hall Meet host families
4:30pm	Host families take home delegates

Wednesday, July 30

9:00am	Meet at City Hall
9:00am – 10:15am	Tour City Hall and meet Mayor Ehlers
10:15am – 11:15am	Downtown walking tour
11:15am – 1:15pm	Lunch
1:15pm – 4:45pm	Moonlight Beach Surf Lesson
5:00pm – 7:30pm	Group fiesta and activities at Library
7:30pm	Host families take home delegates

Thursday, July 31

9:00am	Meet at City Hall
9:00am – 12:30pm	E-Bike safety lesson, ride to Cardiff, tour Cardiff, lunch, ride back to Encinitas
1:00pm – 2:30pm	Beach volleyball at Moonlight Beach
2:30pm – 3:30pm	Snack
3:30pm – 5:00pm	Art at Pacific View Art Center (PVAC)
5:00pm – 6:00pm	Special activity at PVAC
6:00pm – 7:30pm	PV Session – Tour recording studio, live music performance
7:30pm	Host families take home delegates



Sister City Exchange Itinerary 2025

Friday, August 1

9:00am	Meet at Swami's
9:00am – 10:30am	Breakfast at Swami's
10:30am – 12:00pm	Travel to Seaport Village via Coaster/Trolley
12:00pm – 2:30pm	Explore Seaport Village, shop, lunch
2:30pm – 3:00pm	Walk to Petco Park
3:00pm – 4:30pm	Petco Park Tour
4:30pm – 6:30pm	Enjoy stadium, eat dinner
6:30pm – 9:30pm	Padres Game
9:30pm – 11:00pm	Travel back to Encinitas via Coaster/Trolley
11:00pm	Host families take home delegates

Saturday, August 2

9:00am	Meet at Encinitas YMCA
9:00am – 11:00am	Skateboarding with Bryce Wettstein (Olympian)
11:30am – 1:30pm	Fire Department hosted BBQ and activities
1:30pm	Host families take home delegates

Sunday, August 3

All Day	Time with host family
---------	-----------------------

Monday, August 4

9:00am	Meet at City Hall
9:00am – 9:30am	Delegation send off

天草市派遣団エンシニータス市滞在日程

7月29日（火）到着日（エンシニータスへ）

11:20	ロサンゼルス空港（LAX）到着
15:30～16:00	市役所到着（予定）
16:00～16:30	歓迎レセプション／ホストファミリーとの対面
16:30	各ホームステイ先へ

7月30日（水）市長訪問、エンシニータス散策、サーフィン等アクティビティ

9:00	市役所に集合
9:00～10:15	市役所見学、市長訪問
10:15～11:15	エンシニータス散策
11:15～13:15	昼食
13:15～16:45	ムーンライトビーチでサーフィンレッスン
17:00～19:30	図書館にてグループ交流イベント、アクティビティ
19:30	ホストファミリーのお迎え

7月31日（木）アクティビティ（サイクリング、ビーチバレー、アート体験等）

9:00	市役所に集合
9:00～12:30	電動自転車カーディフまでサイクリング、昼食後エンシニータスへ帰る
13:00～14:30	ムーンライトビーチでビーチバレーボール
14:30～15:30	軽食
15:30～17:00	パシフィックビューアートセンターでアート体験
17:00～18:00	アクティビティ
18:00～19:30	スタジオ見学、生演奏鑑賞
19:30	ホストファミリーのお迎え

8月1日（金）Swami'sで朝食、周辺散策、野球観戦

9:00	Swami'sに集合
9:00～10:30	朝食
10:30～12:00	バスでシーポートビレッジへ移動
12:00～14:30	シーポートビレッジ散策、昼食
14:30～15:00	ペトコ・パークまで徒歩移動
15:00～16:30	ペトコ・パークツアー
16:30～18:30	スタジアム内で自由時間、夕食
18:30～21:30	パドレス観戦
21:30～23:00	バスでエンシニータスへ帰る
23:00	ホストファミリーのお迎え

8月2日（土）スケートボード体験、BBQ

9:00	エンシニータスYMCAに集合
9:00～11:00	スケートボード体験（オリンピック：ブライス・ウェットスタイン氏）
11:30～13:30	消防署によるBBQ、アクティビティ
13:30	ホストファミリーのお迎え

8月3日（日）

終日	ホストファミリーと自由に過ごす
----	-----------------

8月4日（月）出発日（ロサンゼルスへ）

9:00	市役所に集合
9:00～9:30	お別れ会

『姉妹都市交流事業を通して学んだこと』

本渡中学校 3年 岡崎 莉子

私は10日間、天草市姉妹都市教育交流事業に参加させていただき、アメリカのエンシニータス市に行きました。

7月29日（1日目）

保護者や先生方、市役所の方など多くの人に見送られ、市役所を出発してバスで熊本空港に向かいました。バスの中では、みんなで話をしたり、ゲームをしたりして過ごしました。一緒に行く人たちと仲良くなれるか不安がありましたが、移動中のバスで交わした会話のおかげで、緊張がほぐれ、少しずつ打ち解けられました。

熊本空港から羽田空港まで飛行機で行き、羽田空港できつねうどんを食べました。そこから長時間のフライトで、ロサンゼルス空港に到着しました。入国審査では、行き先や持ってきたお金などを英語で質問されて、スムーズに答えることができずに少し心配になりました。ロサンゼルス空港では、標識やアナウンスが全て英語で、気温も日本より涼しく、アメリカに来たという実感がわきました。昼食はIn-N-OUT Burgerに行って、ハンバーガーを食べました。店員さんの質問が速くて聞き取れないところもあったけれど、もう一度説明してもらって、無事に注文することができました。ドリンクはコップをもらって自分でつぐと言われて、日本と違うなと思いました。

昼食を食べた後、エンシニータス市の市役所に向かうと、ホストファミリーの人たちが私の名前を書いた画用紙を持って、待っていてくれました。私がお世話になったホストファミリーは、サマンサという女の子の家庭でした。サマンサは同い年で、とてもフレンドリーでした。日本語はほとんど話すことができなかったのですが、上手く話せるか不安があったけれど、とても笑顔で迎えてくれてほっとしたし、心が温くなりました。しかし、実際に本場の英語を聞くのは難しくて、なかなか聞き取れずに、最初は翻訳



機器を使ってやりとりをしました。言葉が思うように伝わらないときもありましたが、会話の中で共通の好きなものを見つけて盛り上がったり、自己紹介などをしたりすることができました。会話を続けられるようになったことが、私の自信にもつながりました。

市役所から、リュックサックや水筒、日焼け止めなどたくさんのお土産をもらって、ホストファミリーの家へ行きました。家に着くと、最初に部屋の紹介などをしてもらいました。説明の時にはゆっくり簡単な英語で話してくれたので、内容を理解することができました。その後、家の周りを散歩しに行きました。道はほぼ坂道で、外観が似ている家が多かったです。また、路上駐車をしてもよいということにびっくりしました。

散歩から帰って、ホストファミリーに日本からのお土産を渡しました。お菓子や箸、Tシャツ、文房具などをあげました。とても気に入ってくれて、私も嬉しかったです。寝る前に、サマンサのおすすめの映画を見ました。一緒に笑ったり驚いたりすることで、言葉の壁を越えて、少しずつ仲良くなれたのを実感しました。



7月30日（2日目）

朝ごはんにはベーグルやサーモンなどを食べて、最初に市役所に行きました。市役所には、職員一人一人の個人の仕事スペースがありました。また、手まりや額縁に入った書道の作品、和風の人形など、日本や天草からのものも多く飾ってありました。その後、エンシニータス市の散策をしました。市役所と図書館はどちらも、飾る絵や写真を3か月ごとに変えると言っていたし、町の中にも至る所に絵がたくさんあって、芸術が身近にあって素敵だなと思いました。また、町の人々はみんな優しく、私たちに手を振ってくれて嬉しかったです。

昼食はIn-N-OUT Burgerで食べました。チーズバーガーの2パティとシェイクを頼みました。2回目のIn-N-OUT Burgerだったので、1回目よりスムーズに頼む



ことができたからよかったです。ハンバーガーはボリュームがあったのでお腹いっぱいになりました。

午後は、ムーンライトビーチに行き、サーフィンをしました。私はサーフィンをしたことがなかったので、一番楽しみにしていました。海はたくさんの人でにぎわっていて、砂がサラサラで気持ちよかったです。波がとても大きくてバランスをとるのが難しかったけれど、何回か立つことができて、嬉しかったです。また、教えてくれた人が、“very good”などと言って毎回ほめてくれたし、ハイタッチなどもしてくれて、サーフィンをより楽しむことができました。



夜は、図書館でメキシコの伝統的な踊りを見ました。見た後、私たちも実際に踊ってみました。みんなで踊ってリズムに合わせて体を動かしていると、自然に笑顔になり、言葉が通じなくても心がつながるように感じました。そして、この経験をきっかけに、伝統的な踊りにも関心をもつようになりました。同時に、天草のハイヤ踊りもまた、胸を張って伝えられる文化なのだと、改めて実感しました。

家に帰って、ドミノゲームをしました。ドミノと言っても、私たちが知っているような、ブロックを並べて倒す遊びではなく、数合わせをして得点を競うゲームでした。ドミノゲームを知っているか聞かれたので知っていると言えたけれど、考えていたものとは違って驚きました。私のホストファミリーはこのゲームが大好きだったので、何回も一緒に遊びました。今までしたことのないゲームだったけれど、ルールを説明してもらいながら楽しむことができました。

7月31日（3日目）

朝から、とても大きいチョコクロワッサンを食べて、Eバイクに乗りに行きました。初

めて乗ったけれど、思ったよりも進むので、スピードの調整が難しかったです。でも、慣れてくると、風も吹いていて気持ちよかったです。カーディフ像の前で記念写真を撮ったときに、偶然通っていた人とも一緒に写真を撮って、町の人たちのフレンドリーさを感じました。その後、ピザを食べに行きました。アメリカのピザは一切れがとても大きくて、おいしかったです。

Eバイクでエンシニータス市に戻ったあとに、ビーチバレーをしに行きました。私は、バレーはあまり好きではないけれど、ボールを少し返せたときに、周りの人たちが“Nice”と言ってくれたのが嬉しかったです。また、みんなで円になって、ボールのパスをしたのも楽しかったです。



ビーチバレーの後は、アサイーボウルを食べました。初めて食べたけれど、おいしかったです。そして、オールドスクールに行き、昔の学校の様子を体験しました。アートと音楽体験もして、有名なグループの音楽を聞きました。とても迫力があってカッコ良かったです。

夕食はご飯を炊いてくれました。日本と同じ感じだったけど、ご飯にバターを入れるかどうか聞かれて、びっくりしました。夕飯のとき、サマンサに学校のことをたくさん質問しました。日本との違いを見つけたり、私たちの学校の行事などを教えたりしました。自分の言えない単語を、知っている単語に言い換えて話すなど、工夫をしながら話すことができました。そして、夕飯の後に、私が持って行った折り紙をみんなで折りました。柄付きの折り紙を特に喜んでくれました。鶴や手裏剣、着物を折りました。苦戦しながらも楽しんでくれたので、実際に日本の文化を紹介することができたし、やってみてよかったと思いました。



8月1日（4日目）

この日は、朝からスワミズカフェに行って、パンケーキを食べました。とても大きくて

全部は食べきれなかったけれど、とてもふわふわでおいしかったです。

そして、スタジアムに行ってパドレスの野球の試合を見ました。ペトコパークのツアーもあり、ホットドッグを買って食べました。野菜などは一切入っていない、ソーセージのみのホットドッグを食べるのは初めてだったから、驚きました。試合は、みんなで一斉に叫んだり手をたたいたりして盛り上がる場面がたくさんあって、とても楽しかったです。新しい選手が出てくるときの演出や、みんなで肩を組んで歌を歌ったときが、球場が一つになったような感じがして印象深かったです。

帰りの車では、美月さんのホストファミリーと一緒に山手線ゲームをしました。英語では「コンセントレーションゲーム」という、似ているゲームがあると知ったし、みんなで楽しむことができてよかったです。

8月2日（5日目）

スケートボードの体験に行きました。オリンピック選手のブライス・ウェットスタイン氏と会って、お話をして、サインをもらいました。とても優しく、声がきれいで、歌も歌ってくれました。実際にスケートボードに乗っている姿を見て、高い技術に圧倒されました。乗り方を教えてもらって少し乗ることができました。台の上の方から、みんなで滑り台のように降りました。ほぼ直角で、上から見るととても怖かったけれど、勇気を出して滑ってみたら楽しかったです。挑戦してみる



ことの大切さも学ぶことができました。その後、消防署で BBQ をしました。ハンバーガーを食べて消防車を見ました。消防車の中にも乗らせてもらったし、消防士の帽子もかぶせてもらいました。帽子やボンベなど全てがとても重かったです。

家に帰る前に、サマンサが通っている高校に連れて行ってもらいました。学校の壁に絵が描いてあったり、色々な国がある方向を示す道標があったりして、すごかったです。夏休みであまり人はいなかったけれど、ロボットを作っているところに入らせてもらいました。

その後、ホストファミリーがシーサイドマーケットに連れて行ってくれました。ホストファミリーは小さいマーケットだと言っていたけれど、とてもたくさんの食べ物が置いてあったし、野菜などはほぼ袋に入っていないくて、日本との違いを感じました。この日はホストファミリーの友人の杉前さん一家が家に来て、一緒にトランプをして、大富豪で盛り上がりました。デザートにベリーチーズケーキを食べました。とても甘かったです。

8月3日（6日目）

1日、自由に過ごせる日でした。朝からクレープの作り方を教えてもらいました。チーズやヌテラなどが入ったクレープを作ってもらって、とてもおいしかったです。トーリーパインズにハイキングに行きました。結構歩いたから疲れたけれど、雄大な自然に圧倒されたし、息を飲むような景色を楽しむことができました。アニーズキャニオンにも行きました。岩の間がとても狭かったです。

その後、ホストファミリーが買い物に連れて行ってくれました。T シャツやキーホルダーなど、私が欲しいものを見つけるために、いろんな店を探して連れて行ってくれて、優しさや思いやりを感じました。途中でアイスを食べました。そのアイスは、不思議な味がして、最初は甘かったけれど、段々喉がやけるように辛くなってきて、驚きました。そして、カイト寿司という店に行って、カリフォルニアロールを食べました。日本の寿司店の雰囲気とは少し違いましたが、味はとてもおいしかったです。



また、私が卓球をしているとホストファミリーに伝えたので、ピックルボールというスポーツをしました。やったことがなかったので難しかったけれど、“Nice”と言いながら楽しめました。スポーツを通して人とつながることができると思ったし、ルールや言葉が違っても、楽しむ気持ちを共有できるのだと感じました。

帰って、ホストファミリーのお父さんと、ドイツのシ



ユパッツラという料理と一緒に作りました。麺のように出す機械を使って、私も手伝いました。マカロニのような感じで、とてもおいしかったです。その後はウノなどをしてみんなで楽しみました。滞在している間、ホストファミリーとたくさんのゲームをして遊んだことで、文化や環境の違いを越えてコミュニケーションができる喜びを知ることができました。また、日本とは違う文化を体験して、自分の世界が更に広がったと思います。



8月4日（7日目）

あっという間にエンシニータス市での一週間が過ぎ、お別れの日が来ました。時間が経つのが本当に早くて、もっと長くいたかったと思いました。ホストファミリーに手紙を渡して、感謝の気持ちを伝えました。「また来てね」と言われたり、次に来た時の話もしてくれたりしたので、これからもっと英語の勉強を頑張りたいと思いました。市役所に行って、たくさんの人達から見送ってもらいました。バスに乗るときはみんなが手でアーチを作ってくれて、最後までエンシニータスの人々の温かさを感じました。

その後は、バスに乗ってサンタモニカやハリウッドに行きました。ハリウッドでは、有名な人の手形や足跡などを見ることができました。

今回のアメリカでの貴重な体験から、私は多くのことを学ぶことができました。アメリカはとてもフレンドリーで親切な人が多かったです。また、異なる文化や価値観に触れて、自分の視野がより広がりました。時間の捉え方が、日本とは少し違い、ゆったりとした感じを受けました。

一方で、異なる文化や生活に触れる中で、天草の自然や伝統の素晴らしさを再認識しました。自分が住んでいる天草のことをもっと知って、詳しく説明できるようにしたいです。また、完璧な英語ではなくても、伝えようとする気持ちが大切だということも学びました。うまく言葉が出てこなかったときには、ジェスチャーで表現して伝えようと頑張りました。すると、こちらの思いを相手が分かってくれたので、伝えようとする努力のおかげで、距離を縮めることができるなと思いました。

そして、この交流授業を通して、英語をもっと学んで上手になりたいという気持ちが強くなりました。今回の経験を生かして、これから更に広い視野を持って、様々なことにチャレンジしていきたいと思います。今回、私たちが参加するにあたって準備や支援をしてくださった馬場市長をはじめ市役所の方々、先生方に心からの感謝を伝えたいです。本当にありがとうございました。



『エンシニータス市で学んだこと』

稜南中学校 3年 松崎 美月

私は、エンシニータス市への1週間のホームステイを通してアメリカの文化や日本とは違う習慣やエンシニータス市について、たくさん学ぶことができました。

7月29日（1日目）

ロサンゼルス国際空港に到着しバスでエンシニータス市に向かいました。その途中 IN-N-OUT というハンバーガー屋さんで昼食を食べました。口に入りきらないほど大きいハンバーガーでびっくりしました。市役所では、ホストファミリーとの初対面でした。メールで話していたけど、いざ目の前に来ると緊張してしまいました。でも、ホストファミリーの人がたくさん質問して話しかけてくださったので打ち解けることができました。また、市役所でリュックサックに入ったプレゼントをもらいました。中には日焼け止めや水筒など、たくさんのもが入っていました。エンシニータス市の人たちや企業の方々がご厚意でプレゼントしてくださったもので、エンシニータス市の人たちの温かさや私たちをととても歓迎してくれている気持ちを感じました。ホストファミリーの家では、みんなで折り紙をしました。英語で教えるのは難しかったけど、みんな一生懸命説明を聞いてくれて、とても楽しんでくれました。また、室内でもずっと靴を履いて過ごしていることに驚きました。

7月30日（2日目）

市長訪問と市役所見学から始まりました。エンシニータス市の市役所の中はひとりひとりの作業スペースが広く、みんな自分の場所でリラックスしながら仕事をしていました。その後はエンシニータス市を散策しました。とてもアートと関わりの深い街で、町のいたるところで絵や彫像を見ることができました。図書館や市役所にもアートが飾ってあり3か月に1回展示してあるものを取り換えるそうです。午後はムーンライトビーチでサーフィンをしました。ビーチは天草と比べられないほどたくさんの人がいて、サ



ーフィンや海水浴だけでなく、ビーチバレーをしている人もたくさんいました。サーフィンは立つことが難しかったけれど成功することができました。夜はフィエスタディナーで自分でタコスを作りました。ちょっと辛いソースをかけてみたけどおいしかったです。家に帰る途中にアメリカでも「初めてのお使い」という番組が放送されていることを聞きました。日本の番組がそのまま英語字幕をつけて放送されているもので、ホストファミリーがこの番組を好きと言ってくれたことがうれしかったです。そして、ホストマザーとホストシスターと3人で犬の散歩に行きました。アメリカには野生のコヨーテやウサギが生息していると聞いて日本とは違う生態系に驚きました。



7月31日（3日目）

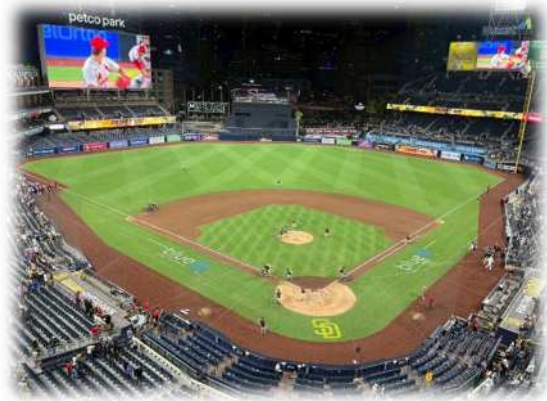
電動自転車でサイクリングに行きました。エンシニータス市には歩いている人も、自転車の人もたくさんいて車道と歩行者道路の間に自転車専用のレーンがあり、サイクリング文化が根付いていると感じました。昼食はピザを食べました。一切れが手よりも大きいピザで、とてもおいしかったです。午後アート体験をしました。自分でトートバッグに文字を刷ったのですが、思ったよりも力が必要で難



しかったです。その後、スタジオでたくさんの楽器を体験させてもらいました。ベースが一番難しかったです。さらに、アメリカのバンドの演奏を聞かせてもらいました。目の前でサックスやベースを弾いているのがとてもかっこよかったです。その日家に帰ってからは、家のプールに入りました。温水のプールまであって、ライトアップされていて楽しかったです。

8月1日（4日目）

Swami's で朝食を食べました。いろんなメニューがあったけれど、私はホストファミリーおすすめのパンケーキを頼みました。どれも大きくて食べることができませんでした。その後、電車に乗りサンディエゴに行きました。シーポートビレッジには空母もありとてもかっこよかったです。そのあと、ペトコ・パークツアーに参加しました。ガイドして下さった方は、日本出身で、お父さんが天草出身で天草に何度も来たことがある方ということにとっても驚きました。ペトコパークには会員制のラウンジがあり、1年間100万円の席を取り続けることで入れるようになる場所と聞いてすごい世界もあるものだなと思いました。試合中は拍手や歌でパドレスを応援しました。周りの人もとても声を出すので楽しかったです。特に英語の授業で習った take me out to the ball game を歌えたので楽しかったです。



8月2日（5日目）

スケートボード体験に行きました。事前に聞いていたけれど、オリンピック選手が来てくださってボードが体の一部なんじゃないかというぐらい自由にスケートボードをしているのを見ることができてとても興奮しました。そのあとスケートボードを教えてもらいました。坂を上がるときに体が斜めになるのが怖かったです。さらに、スケートボードの高い（サスケのそりたつ壁のようなもの）から滑り降りました。降りる前は怖かったけど、草そりみたいで楽しかったです。

昼食は消防署でバーベキューをしました。日本のバーベキューとは違い、パティを焼いて自由に具材を挟んでハンバーガーやホットドッグを作るという形で、楽しかったです。食後は、

消防車に乗せてもらったり、防火服を着たりしました。とっても大きくて重かったです。その日は買い物に行きました。スーパーも併設されているショッピングセンターで、服も食べ物も同じ場所で会計するのは珍しいと感じました。家に帰ってからは、ピククルボールという広いコートを使って卓球のようなラケットでボールを打ち合うテニスのようなスポーツをしました。思っていたより難しくてとても盛り上がったので楽しかったです。



8月3日（6日目）

ホストファミリーと自由に過ごす日でした。セーリングに行ったときに、すれ違う船に乗っている人たちと毎回挨拶をしているのがフレンドリーなアメリカらしくて面白かったです。さらに家ではボードゲームをしました。英語で話さなくてもみんなが熱中して楽しんでいるのがわかって言葉以外にもコミュニケーションをとる方法はたくさんあると感じることができました。そして夜は家でピザパーティーをしました。自分で自由にトッピングをしてピザ窯で焼いてもらいました。焼きたてのピザはとってもおいしかったけど、みんなが1人で1枚のピザを食べていることにとても驚きました。



8月4日（7日目）

朝から市役所に行ってホストファミリーとお別れの挨拶とハグをして別れました。たくさん写真を撮ってたくさん話すことができとても楽しかったです。またエンシニータス市を離れることがとても寂しく感じました。バスに乗り込むときにはホストファミリーのみなさ

んが全員で花道を作ってくださいました。最後まで温かく見送ってくださってとてもうれしかったです。

エンシニータス市では一週間の滞在とは思えないほど本当にたくさんの体験をさせていただきました。またエンシニータス市のいい所をたくさん知ることができました。このような貴重な経験ができたのは、歓迎・企画してくださったエンシニータス市の方々や天草市の方々ののおかげです。エンシニータス市での思い出と気づきや発見、そしてかかわってくださったすべての人への感謝を忘れないようにしたいです。



『エンシニータスでの思い出』

稜南中学校 3年 岡田 日咲

天草市の代表として参加した10日間の研修で、ホームステイをはじめ、いろいろなアクティビティーを通してお互いの文化の違いや食事、言語についてたくさんのことを学ぶことができました。

7月29日（1日目）

とうとうこの日が来たと胸を躍らせ、たくさんの人に見送られながら市役所を出発しました。熊本空港に行くまでのバスでは山手線ゲームをしたり、お互いの学校について話したりして研修生同士の仲を深めました。羽田空港着陸後、出国審査を済ませて昼食をとりました。国際線に乗るのは初めてで、外国人や日本人の多さに驚きました。国際線に乗り、10時間を超える長い時間飛行機で座って過ごしました。機内食は飛行機の中だけど温かくて、アイスもありとてもおいしかったです。飛行機の窓からアメリカが見えた時、とうとうアメリカに来たという実感が湧き、もっと楽しみになりました。

ロサンゼルス空港に到着後、入国審査を行いました。周りに書いてある言葉や人が話している言葉も英語ばかりで少し不安になりました。入国審査を終え、ガイドさんと合流し、バスでエンシニータス市へ向かいました。昼食は「IN-N-OUT」という有名なハンバーガー屋さんに行きハンバーガーを食べました。注文するとき、店員さんの話すスピードが速すぎて聞き取るのが難しかったけど、何とか注文をすることができました。ジュースは一回お金を払ったら飲み放題だったので、「アメリカっていいな～」と思いました。

エンシニータス市の市役所に到着し、ホストファミリーの方々が「Welcome!」と温かくお迎えしてくれました。市のいろんなお店や市役所からたくさんのプレゼントをもらいました。私のホストファミリーはとてもや



さしい人でした。アメリカは同い年で新体操がとても上手で、ブレイディーはマウンテンバイクをしているそうでとてもやさしい男の子でした。ニックは毎朝マウンテンバイクをしに山に行っているそうで私がわかるような簡単な英語で話してくれました。ペットのルナはとても元気で人懐っこかったです。夕食はホストファミリーと一緒に食べました。また、ホストファミリーに扇子やはがきなどの日本のお土産をあげるととても喜んでいました。会話が上手にできるか心配でしたが、わからなかったら言葉を言い換えたり、私の意見をちゃんと聞こうとしてくれたりしていてとてもうれしかったです。わからなくても、伝えようとする姿勢が大事だと思いました。時差の影響でとても眠くてすぐに寝てしまいました。

7月30日（2日目）

朝4時に起きてしまいました。朝食はシリアルとトーストを食べ、家を早く出て山に朝日を見に行きました。霧が多くて上るときはあまり景色がよく見えなかったけど、上についたら霧が雲のようになっていてきれいな景色を見ることができました。

アメリカと一緒に市役所に行き、市長さんに会いました。この交流事業はトライアスロンを縁として始まり、昭和63年以降から行われてきたそうです。37年間もの間行われていると知って、驚きました。記念撮影をし、市役所の中を見学しました。ニックは市役所勤務でニックのスペースには家族の写真が飾ってあり、とても家族思いだなと思いました。市役所職員はフレンドリーで、「Welcome!」と言って笑顔で手を振ってくれました。その後、市内散策をし、町やお店などの景色はレトロ感があり、景色がとてもきれいでした。信号が日本とは違い、押したらカウントダウンが始まり、その間で渡るというものでした。

「ENCINITAS」と書いてある門が横断歩道の真上にあったので、カウントダウンの間に走って行き、急いで写真を撮り、戻りました。とても楽しかったです。

その後、市の全体が見渡せる図書館に行き、昼食は昨日と同じで「IN-N-OUT」で食べました。伊吹ちゃんのホストファミリーのクエイドがシークレットメニューを教えてくれてみんなで食べました。



午後はサーフィンレッスンがあり、ムーンライトビーチに行き、乗り方を教えてもらいました。いざ水に入ってみるとびっくりするくらい冷たくて水になれるのに時間がかかりました。サーフィンボードに立つのが意外と簡単で2, 3回したら立つことができました。初めてサーフィンをすることができて、とても楽しかったです。波が大きくてみんなで波に立ち向かっていくゲームもしました。

夕食は市の散策の時にいった図書館で市役所の方が準備してくださった、自分で作るタコスやチュロスを食べたりしました。また、メキシコの伝統的な踊りも鑑賞しました。疲れていたので家に帰ったらすぐ寝てしまいました。エンシニータス市のことについてよく知れた1日だったと思いました。

7月31日（3日目）

時差にも慣れて朝7時くらいに起き、朝ご飯を食べて市役所に集合しました。Eバイクを借りて、乗り方を教えてもらい、サイクリングをしました。Eバイクはとても漕ぎやすく、心地よい海の風を感じながら海沿いを走りました。途中、海に降りられる場所で休憩を取り、サーフィンをしている銅像の前で「一番上手にまねをできているのは誰か？選手権」をしました。海でしばらく遊び、目的地のピザ屋さんに着きました。そこではピザとサラダを食べました。ピザはいろんな種類があり、どれもおいしかったです。1切れがとても大きくて2切れでおなかいっぱいになりました。そして、何とここでサーフィンの銅像の選手権の優勝者が発表され、優勝者は高戸先生でした。そして、ピザ屋の隣にある有名なクッキー屋さんに行き、クッキーを買いました。アメリカのクッキーもアメリ



カンサイズでした。E バイクで行きと違う道を通って借りたお店まで返しに行き、そのあと、ムーンライトビーチに行きました。元ビーチバレー選手だった Smith さんからビーチバレーを教えてもらい、コートに入って練習しました。私はバレー部だったのですが、砂のせいでうまく動けず、苦戦しました。そして、みんなで試合形式をしました。たくさんすべったので全身砂だらけになりました。

そのあと、みんなで近くのデザート屋さんでアサイーボウルを食べて、パシフィックアートセンターでトートバックにデザインをつける体験をしました。とても簡単でかわいいトートバックが作ることができました。そのあと、楽器を触って遊んだり、有名な人の音楽を鑑賞したりして、家に帰りました。夜ごはんは、アメリカの伝統的な料理でマカロニをチーズソースで和えた「マッケンチーズ」を食べました。私はとてもおいしくて気に入りました。一日中たくさん体を動かしたので、とても疲れて早く寝ました。



8月1日（4日目）

朝7時に起き、朝食は「Swami's」というお店で研修生のみんなと食べました。メニューがたくさんあってとても迷いましたが、ハムとチーズが入ったオムレツとフルーツを頼みました。みんなでアサイーボウルも食べました。朝から食べられる量ではなく、おなかいっぱい、食べきれませんでした。

みんなで歩いて駅に向かう途中、プレゼントをくださったお店でお礼を言って、買い物をしました。私は帽子とTシャツを買いました。お店にはアメリカならではのTシャツやサンディエゴと書いてあるTシャツなどがあり、どれを買うか迷いました。



アメリカに来た時からずっと気になっていた電車に乗り、シーポートビレッジに向かいました。電車の中で私たちと同じようにパドレス観戦に向かう人がいて、電車を通る場所のことやパドレスのことをたくさん教えてくれました。電車を通る景色はどこをとっても面白くて、外の景色を眺めていたらすぐに着きました。

電車を降りるととても高いビルがたくさんあり、人もとても多くて、東京のようでした。昼食は取らず、シーポートビレッジを散策しました。風揚げをしている人もいて、アメリカでも風揚げをしていることに驚きました。ペトコパークに入る前にパドレスのグッズが売ってあるお店に行きました。グッズを買おうと思ったけど、全部高くて買いませんでした。初めての球場散策では、選手のサインが入った大きい野球ボールや選手の旗などがあり、とても興味深かったです。選手が練習しているところを近くで見ることができました。「Ball！ Ball！」と叫んでいたら、背番号44番のジョー・マスグローブという選手からボールを投げてもらいました。ほんとにもらえると思っていなかったもので、びっくりしました。試合が始まる前に夕飯を買ってみんなで広場で食べました。私はフライドチキンを食べましたが、味が日本のものと似ていて食べやすかったです。席に着き、試合が始まる前にダルビッシュ有選手が出てきました。席が上の方だったのであまり見えませんでしたが、実際に見ることができてうれしかったです。試合が始まると、観客が歌ったり、叫んだり、踊ったり、ときにはブーイングしたりして応援の迫力がすごかったです。わからないことはクエイドが教えてくれました。結果はパドレスの大勝利でした。私は野球についてあまり知りませんでしたが、みんなで一生懸命応援して、とても楽しかったです。



8月2日（5日目）

朝はフルーツとトーストを食べて、エンシニータス YMCA に集まりました。スケートボードのオリンピックで6位だったブライス・ウェットスタイン選手がスケートボードを教えに来てくれるということだったのでとても楽しみでした。みんなで写真を撮ったり、サイン

をもらったりして、いざレッスンがスタートしました。私はスケートボードをしたことがなかったので、最初はすごく怖くて叫びながらしていましたが、少しずつ慣れてきて乗れるようになりました。ブライスさんは「踊るようにしてするといいよ」と教えてくださり、踊りは得意なので楽しい気持ちで乗ることができました。終わった時には汗をかくほど熱中していて、楽しかったです。最後はホストファミリーと一緒にブライスさんと写真を撮り、ブライスさんが歌を歌ってくれました。

たくさん動いたのでお腹を空かせながら、次は昼食場所の消防署に向かいました。日本で BBQ と聞いたらお肉や野菜を焼くイメージなので、ハンバーガーとホットドッグとフ

ルーツだけと聞いて、ちょっとがっかりしました。ですが、バーベキューコンロで焼いて食べる本場のハンバーガーとホットドッグはとてもおいしく、たくさん食べました。父も消防士なので、アメリカの消防士さんたちと色々な話をしていたら、コーラーフロートを作ってくれました。そのあと、消防署見学をして、消防車を見たり乗ったりしました。大きさはアメリカのほうが大きくてかっこよかったです。消防服も着せてもらいましたが、消防服はあまり違いがなく、暑かったです。

みんなと解散して午後は海に行きました。ペットのルナも一緒に連れて行きました。サーフィンの時はウェットスーツがあったのであまり冷たすぎなかったのですが、水着で入ると凍りそうなほど寒かったです。

家に帰って、日本から持っていった海苔とすし酢を使ってホストファミリーに手巻き寿司を作ってあげました。具材はサーモン、マグロ、きゅうりとシンプルなもので作りました。ホストファミリーはとても気に入ってくれました。また、お土産に持って行っていたインスタントの豚汁も作りました。夕飯は日本食しかなかったのが味が合わなかったらどうしようと思いましたが、大絶賛だったのでよかったです。

夜はみんなで折り紙をしました。ウサギ、カエル、イヌ、ペンギン、ハート、つるを作り



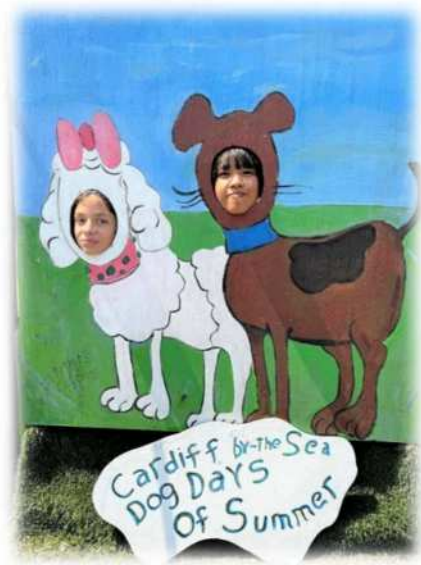
ました。全部とても苦戦していたけど、作ることで喜んでいました。また、私の家族やいろんな写真を見せたり、私が踊っている稜南中ハイヤの動画などを見せたり、日本語を少し教えたりして過ごしました。

8月3日（6日目）

今日は一日ホストファミリーと過ごす日です。朝は早めに起きて朝食を済ませ、みんなでサファリパークに向かいました。私がアメリカ行く前に調べたとき、サファリパークに行ってみたいと言ったら、連れて行ってくれました。サファリパークには今まで見たことがない動物や体験がいっぱいありました。最初にカンガルーを見ました。私たちが檻の中に入り、カンガルーを檻の中から見るという体験があり、怖かったけど間近で見えて楽しかったです。また、白いカンガルーがいてびっくりしました。次に、盆栽がたくさん置いてあるエリアがありました。そこには小さい池と盆栽があり、日本を感じることができました。次にトラを見ました。トラ同士でじゃれあったり、いきなりガラス越しに吠えてきたりして怖かったです。次に、待ちに待ったサファリゾーンに行きました。キリンやバッファロー、サイやフラミンゴなど日本では見られない動物を近くで見られて楽しかったです。次にゴリラを見ました。仲間たちと遊んでいて面白かったです。そのほかにもコウモリや山猫、蛇やトカゲなど、たくさんかわいい動物を見ることができました。そのあとは、メリーゴーランドに乗りました。また、お土産コーナーで一目惚れした象のぬいぐるみを買って、次の目的地のドッグフェスに向かいました。ドッグフェスは年に1回開催されるイベントで、犬のグッズ販売やコンテストがあり、毎年見に来るそうです。そこには保護犬がたくさんいるブースもあり、少し胸が痛くなりました。アメリカでは保護犬が多く、ルナも保護犬で、このフェスで



見つけたそうです。家に帰って、しばらくルナと遊んでいたら、アメリカの友達が遊びに来ました。色々話をして、一緒に夕食を食べました。アメリカの友達が帰った後、荷造りをしていると散歩に行こうといわれたので、一緒に散歩に行きました。外は夏と思えないくらい寒く、上着がいるほどでした。歩いて家の近くにあるアイス屋さんに行って、アイスを食べました。量が多くて食べきれませんでした。家に帰ったら荷造りを終わらせて早く寝ました。



8月4日（7日目）

今日でホストファミリーとはお別れです。いつも私の要望を聞いてくれて、たくさんのおもてなしをしてくれ、いつもやさしくしてくれたおかげでとても楽しい時間を過ごせました。お別れするのはさみしかったけど、また会おうねと言ってお別れをしました。エンシニータス市は天草と同じような街で本当に過ごしやすくてよかったと思いました。

この貴重な経験は、一生私の中に残り、この先いろんな場面で役に立つと思います。アメリカでの経験は日本にいてもなかなか経験できないことばかりで、全てが刺激的で面白くて、いろんな文化の違いやアメリカ人のいいところをたくさん見つけることができました。アメリカ人のいいところは、誰とでも仲良くできて、家族じゃなくても家族のようにやさしく接してくれるところだと思います。私もそういう人になりたいと思いました。

また、志望動機だった「今までで習った表現がアメリカでどれだけ相手に伝わるか、自分の意思がどれだけ伝えられるのか」が、身をもって確認することができました。そして、ホストファミリーでは日本人が誰もいない中で、自分の意思を伝えようとする姿勢や英語力の大切さを知ることができました。これからの社会でコミュニケーションをとるための一つの方法として使えるようにもっと英語力を勉強していきたいです。

『姉妹都市交流で経験し、感じたこと』

牛深中学校 3年 森川 美生

私は、この姉妹都市教育交流事業に参加し、アメリカ・カリフォルニア州のエンシニータス市で数々の貴重な経験をすることができました。

7月29日（1日目）

市役所で多くの人に見送られ熊本空港に向かいました。熊本空港から羽田空港に行き、そこでうどんを食べて、いよいよロサンゼルス国際空港へと出発しました。窓際の席だったので、日没や日の出を見ることができました。初めてのことで、ずっとわくわくしていました。

長いフライトを経て、ロサンゼルスに到着しました。ここの入国審査は厳しいと聞きました。入国審査官は終始ガムを噛んでいて怖かったけど、アメリカらしさも感じました。外に出て、バスに乗り、エンシニータスへ向かいました。途中、昼ご飯を食べに IN-N-OUT というハンバーガー屋に行きました。初めての英語での注文だったので、シンプルにハンバーガーとコーラだけを頼みました。しっかり注文できたと思いました。しかし 14 ドル(約 2000 円)もしたので、アメリカにしても高いなと感じました。すると、出てきた私のプレートにはハンバーガーが 3 個、置いてありました。多分私が悪く、少し心当たりがあります。みんなが協力して食べてくれました。



エンシニータス市役所に到着すると、ホストファミリーたちが笑顔で待っていていました。母のヴィヴィアン(Vivian)、17 歳の兄タイラー(Tyler)、7 歳の弟トリスタン(Tristan)がいました。父のギャレット(Garett)は体調不良で家にいないらしく、会えませんでした。タイラーはドラムをやっているバンドマンで、トリスタンは元気いっぱいでもカゲが好きです。犬も 2 匹います。夜ご飯はピザをテイクアウトしました。ピザが大きかったし、さっきハンバーガーを食べたので一切れしか食べられませんでした。美味しかったです。

そして犬の散歩に行きました。エンシニータスの家はどれも豪邸です。そのあと、日本のお土産を渡しました。私がおにぎりのマグネットを出すと、みんなが一斉に、"Oh,sushi~!"と喜んでくれました。

7月30日（2日目）

今日はトリスタンの8歳の誕生日でした。朝に食べたベーコンはとてもカリカリで、日本で食べるそれとは全く違いました。

市役所で市長に挨拶をして、市役所内を見学しました。ところどころに天草や日本のものが置いてあり、天草と深く交流しあっているのだなと思いました。



今日の昼ごはんはどこで食べたかという、IN-N-OUT です。今度は"one" hamburgerと念入りに言ってみました。その結果、私の食べるハンバーガーは1個でした。嬉しかったです。

そのあとは、ムーンライトビーチに行きサーフィンをしました。多くの人で賑わっていました。太平洋の水平線がどこまでも続いていて、絶景でした。教えてくれる人がとてもフレンドリーで明るく、多少落ちても褒めてくれたので、楽しかったです。

夜は図書館にみんなで集まってパーティーをしました。メキシコの踊りを観たり、タコスを食べたりしました。家に帰って SPY×FAMILY を観ました。トリスタンが気に入ってくれたので嬉しかったです。



7月31日（3日目）

今日は e バイクに乗ってサイクリングをしました。道路には自転車専用レーンがあり、そこを走りました。横目に綺麗な海が見えたり、前を走っていた美月ちゃんがこけたりと、とても気持ちよかったです。

次は、ムーンライトビーチでビーチバレーをしました。教えてくださった人がオリンピックチャンピオンだったらしく、驚きました。バレー部の経験を生かしてスパイクを打とうとしたけど、砂の上は全然跳べず、打てず、疲れました。終わった後、アイスのお店に行ってアサイーボウルを食べさせてもらいました。美味しかったです。



そのあとは、オールドスクールというところで2ドル札を貰ったり、アート体験をしたりしました。そして音楽スタジオに行き、そこで色々楽器を触らせてもらいました。タイラーがドラムを叩いていて、格好良かったです。私はベースを少し教えてもらいました。そしてバンドの演奏を聴きました。YouTube で配信しているらしく、その中で私は英語で質問させてもらいました。いい経験になりました。

8月1日（4日目）

今日はパドレスの野球観戦です。朝から店でブルーベリーパンケーキを食べました。英語のメニューを見て注文するのは難しいです。そのあとは、電車の2階に乗ってサンディエゴへ向かいました。電車から降りるとそこは都会で、とてもわくわくしました。シーポートビレッジというところを散策しました。集合写真をたくさん撮りながら移動して、ペトコパークに着きました。ペトコパークツアーに参加し、ガイドの人から様々な説明を聞き、選手が練習しているところを間近で見ることができました。日差しが本当



に強く、スマホはどこにおいても熱くなってしまいました。試合の前にダルビッシュ選手の表彰式が行われていました。試合の途中でポップコーンを買に行くと、球場の中から大きな歓声が聞こえ、パドレスが得点していました。試合はパドレスが勝ちました。アメリカの野球観戦の熱狂した感じは本当に楽しかったです。試合後の人たちは、ゴミを席に置いて帰っていました。そういった文化もアメリカらしいけれど、日本のゴミを持ち帰る文化はやはり素晴らしいものだと思います。

8月2日（5日目）

今日はスケートボード体験があり、オリンピックのブライスという人が教えてくれました。すごい人だと知り、サインをもらいました。実際に滑っているところを見せてくれました。私たちもやってみたけど難しかったです。貴重な経験になりました。

そのあとは、エンシニータス市の消防署でバーベキューをしました。ハンバーガーを作って食べました。消防士たちがハンバーガーに挟む肉を焼いていました。消防署からプレゼントを貰いました。そのあと、助手席に乗せてもらったり、斧のような重いものを持たせてもらったりして、とても楽しかったです。アメリカの消防車は日本とは少し違い、格好良かったです。私たちのために色々してくれてありがたいなと思いました。

午後からは自由でした。K-1 Speedというゴーカートの施設に行き、レースをしました。伊吹ちゃんと彩乃ちゃんのホストファミリーも一緒に行きました。曲がるのに結構力が要り、壁やカート同士でたくさんぶつかりました。疲れたけど楽しかったです。

夜は、日本人が経営する寿司屋に連れて行ってもらい、少し話しました。水が勝手に運ばれてきたとき、これは日本の文化だと気づき、久しぶりの感覚でした。カリフォルニア



ロールが美味しかったです。

8月3日（6日目）

今日はホストファミリーと自由に過ごせる日です。サンディエゴ動物園に行きました。世界的に見ても大きな動物園だそうです。園内を移動できるロープウェイに乗ると、動物園の広大な敷地やサンディエゴのビルが見え



ました。パンダがいました。初めてパンダを見ました。他にもコアラなど、たくさんの動物がいました。お土産も買えました。一日中歩いたし、昨日のゴーカートで体が痛かったのでもとても疲れました。

夜は、ヴィヴィアンが IN-N-OUT よりも美味しいと言う Shake Shack というハンバーガー屋に行きました。確かに、こっちのほうが美味しいと思いました。そして、屋内プールに行きました。トリスタンがとても騒いでいて楽しかったです。家でトリスタンに紙飛行機と手裏剣を作ってあげると、ずっと遊んでいたのが嬉しかったです。



8月4日（7日目）

朝、クロワッサンを買ってもらい、市役所に行きました。このホームステイの中で、ホストファミリーには本当に親切にってもらい、エンシニータスの人々の優しさをたくさん浴びることができました。最後に写真を撮り、お別れをしました。バスでサンタモニカに行きました。バスガイドの人から、ここからはスマホと財布はしっかり持つておくように言われました。それから、アメリカのスーパーで買い物をしました。そこでトイレに行くと、入るためには暗証番号をいれなければなりませんでした。防犯の為、トイレに行くときは店の人に暗証番号をきく必要があるそうです。す



ごく驚きました。そして、ハリウッドを訪れました。山の上にハリウッドサインが見えました。ロサンゼルスダウンタウンでは大谷翔平の壁画を見ることができました。治安が悪いので、ホテルでは部屋からも出てはダメと言われました。街に落書きがあったりホームレスを見たりすると、エンシニータスがいかに治安の良い街だったかに気付かされました。

8月5日（8日目）

朝、タコスを食べ、空港へと出発しました。エンシニータスでのたくさんの思い出を乗せて、アメリカを飛び立ちました。

この研修では、現地の人々の温かさにふれ、英語だけでなく、文化や考え方の違いについてもたくさん学ぶことができました。

まず、エンシニータスは涼しく、布団をかぶって寝ていました。しかし乾燥していたので、唇がカサカサになりました。そしてシャワーの使い方が難しかったです。教えてもらったけど、温度を調整するために試行錯誤した結果、1日目の夜に壊してしまいました。

会話の面では、私が英語を聞き取れなかったら簡単に言い換えてくれたり、ゆっくり話してくれたりしました。そしてエンシニータスの色々なことを教えてくれました。みんながフレンドリーで優しかったので、楽しく会話をすることができました。

最後に、このような貴重な機会をいただけたのは、交流事業に携わってくださった市役所の方々、学校の先生方、家族や周りの多くの方々のおかげです。この経験が無駄にせず、たくさんの人に伝え、自分の将来に役立てます。本当にありがとうございました。



『忘れられない夏休み』

御所浦中学校 2年 瀨本 彩乃

私は天草市姉妹都市教育交流事業でアメリカのエンシニータス市へ行きました。そこでたくさんの人と出会い、忘れられない貴重な体験ができました。

7月29日（1日目）

家族や関係者の方々に見送られ、出発しました。英会話や生活面での不安もありましたが、それ以上にワクワクする気持ちの方が大きかったです。移動中は話をしながら過ごし、みんな優しく、すぐに仲良くなることができました。飛行機には寝るための道具を持っていきましたが、なかなか寝付けませんでした。

羽田空港から10時間のフライトを経て、ロサンゼルスに到着しました。飛行機から降りると肌寒く感じ、英語だけの表示を見て、改めてアメリカに来たのだと実感しました。最初の英語での会話は税関でのやり取りでした。聞き返しながらも質問に答え、無事に入国することができました。ガイドの鈴木さんと合流し、エンシニータスに向かいました。途中、IN-N-OUT というハンバーガー店に立ち寄り、英語で注文することができたことで少し自信がつきました。また、近くにハンバーガー店が2軒並んでいることに驚きました。

エンシニータス市役所に到着すると、現地の方々が温かく出迎えてくださいました。交流会では、プレゼントが詰まったリュックサックをいただきました。最初は緊張して自分から話すことができませんでした。会話に加わろうとしても、現地の方の話すスピードが速く、ほとんど聞き取れませんでした。自分に向けられた質問だけは必死で聞き取りました。



交流会の後、ホストファミリーの家に向かい、ゲストルームや広い庭の広さに驚きました。荷物を置いた後、ビーチに行くと多くの人で賑わっていました。肌寒く、水はとても冷たかったです。しばらく遊んだ後、レストランに行きました。料理の量が多く、食べきれなかった分は持ち帰りました。アメリカでは余った料理を持ち帰るのが一般的で、フードロスの削

減にもつながっていると感じました。帰宅途中の会話では、聞き取れないことも多かったですが、翻訳機を使ったり、日本語を勉強している Alanna が日本語で教えてくれたりして、助けてもらいました。



7月30日（2日目）

目覚ましに気づかず、Amanda が起こしてくれましたが、日本語で「はい」と返事をしてしまいました。朝食前に庭で Jude と卓球をしました。学校では「table tennis」と習っていましたが、現地では「ping pong」と言っていました。朝食はベーグルやベーコンなどを食べました。アメリカのベーコンはカリカリに焼かれており、とても美味しかったです。市役所では、市長さんやこの事業の立ち上げに関わった方々にお会いし、市役所の中を案内してもらいました。アートが多く、美術館のようだと感じました。個人の仕事スペースは個室のように区切られ、装飾も自由でした。

街を散策すると、絵や像が多く、アートの町という印象を受けました。所々に無料で本が置かれており、私たちも本をもらいました。図書館では、テラスからきれいな景色が見え、くつろげるスペースもありました。その後、本屋に行き、クーポンを使って本を購入しました。

昼食は IN-N-OUT でした。現地の方にシークレットメニューを教えてもらい、私はパティ 3 枚のハンバーガーとシェイクを頼みました。待っている間に、Quade たちが食べていたバナナペッパーに、美月さんと一緒に挑戦しました。かじってみると舌が燃えるように熱くなり、どれだけシェイクを飲んでも辛さが引きませんでした。私はギブアップしましたが、ハンバーガーと一緒に平気で食べている人もいました。

午後はサーフィンに挑戦しました。初めてでしたが、何度も挑戦し、楽しむことができました。待っている間は、他の人と



一緒に波が来るのに合わせてジャンプし、波を超えることも楽しみました。

帰る時に、道路の両脇にたくさん車が停まっているのが気になり質問すると、路駐は許可されている場所が多いと教えてもらいました。道幅が広く、車も多いためなのかなと思いました。

夕食は図書館でのパーティーでした。最初に見たメキシコのダンスは、蝶のようでした。みんなで踊るのも楽しかったです。具材をバイキング形式で取ってタコスを食べました。初めて食べましたが、とても美味しかったです。

帰宅後は、家族でゲームをし、アイスと Amanda が作ってくれたブラウニーをいただきました。アイスは大容量のものをお皿に取り分けるスタイルで、ブラウニーも美味しかったです。



7月31日（3日目）

電動自転車を借り、カーディフまでサイクリングをしました。電動自転車はとても楽で、急な下り坂を下るときは特に気持ちよかったです。ビーチに着くと、像の前で写真を撮りました。通りかかった人も一緒に入ってきて、写真に加わってくれました。フレンドリーさがアメリカらしいと感じました。昼食はピザで、想像以上に大きかったです。



自転車を返却した後は、元プロ選手の Sinjin Smith さんらに教えてもらい、ビーチバレーをしました。砂がとても暑かったため、靴下を履いて挑戦しました。砂に足を取られてとても疲れましたが、みんなと協力しながら楽しむことができました。

家に帰ると、日焼けしていることに気づき、もっと日焼け止めを塗ればよかったと後悔しました。肌がヒリヒリして痛かったです。さまざまな活動で疲れましたが、とても充実した一日でした。



8月1日（4日目）

朝から集合して、Swami's でみんなと朝ごはんを食べました。他の人も日焼けしており、アロエを塗るといいと教えてくれました。

2階建ての電車でサンディエゴへ移動しました。ペトコ・パークのツアーでは、VIP用のラウンジや選手のバッティング練習を見ることができました。最後の場所では、練習で使っていたボールを選手が投げてくださいました。日咲さんは選手からのパスをキャッチし、伊吹さんは Quade から、私は Jude からもらうことができ、いい記念になりました。

ツアー後は、ご飯を食べて試合を観戦しました。売られているポップコーンは体の半分くらいの大きさで驚きました。試合は非常に盛り上がり、私は野球の知識があまりなかったものの、さまざまな演出やイベントがあり、とても楽しむことができました。パドレスを応援するときは、声を出したり歌を歌ったりし、ファンの一体感に圧倒されました。



8月2日（5日目）

オリンピックの Bryce 選手に教えてもらい、スケートボードを体験しました。普段は優しい雰囲気ですが、技を見せてくれているときはとてもかっこよかったです。さらに、ウクレレで弾き語りもしてくれました。

スケボーは怪我しそうで少し怖かったですが、やってみると楽しく、もっと挑戦したくなりました。最後に Bryce 選手からもらったヘアピンは、私の宝物の一つになりました。

昼食は消防署で BBQ を楽しみました。消防車にも乗せてもらい、わくわくしました。

午後はホストファミリーとゴーカートに行きました。伊吹さんとふみさんの家族も一緒に、みんなで



レースを楽しみました。初めてで全然勝てず悔しかったですが、とても楽しい体験でした。

8月3日（6日目）

ホストファミリーと過ごす1日で、動物園に行きました。入口には大きなライオンの像があり、その迫力に圧倒されました。動物園は広く、さまざまな動物を見ることができました。音楽に合わせて踊る鳥もいて、とても可愛かったです。高戸先生、ふみさん、伊吹さんの家族と合流し、一緒に回りました。お土産も購入しました。

家に戻って荷造りをしていると、スーツケースに入り切らないほどのプレゼントがあり、エンシニータスの方々のおもてなしの心に感動しました。夕食後は家族でカードゲームをして、たくさん笑いました。



8月4日（7日目）

いよいよホストファミリーとのお別れの日です。家を出る直前まで、テーブルサッカーを楽しみました。

市役所に集まり、エンシニータスの方々とたくさん話をしました。出発する時はとても寂しく、ずっとここにいたいと思いました。

バスでロサンゼルス観光に出かけました。ファーマーズマーケットで買い物をし、お昼ご飯を食べました。日本をはじめ、さまざまな国からの観光客がたくさん来ていました。ハリウッドでは、有名人の手形や足跡を見つけて、大きさを比べてみました。毎年アカデミー賞が行われる DOLBY THEATER に行くと、ハリウッドサインも見えました。本当は高さ 15m あると聞き、驚きました。リトルトーキョーで夜ご



飯を買い、ホテルに向かいました。ロサンゼルスは賑やかで、治安に注意が必要だと聞き、エンシニータスのすごさを改めて実感しました。

あっという間の研修期間でした。外国の言語や文化に興味があり、この事業に参加しましたが、参加を通してその興味はさらに高まりました。初めてのことをたくさん知り、体験することで、自分の視野を広げることができました。また、実際に体験することの大切さも学びました。行く前にインターネットでアメリカの情報を色々見ましたが、実際には違うことがたくさんありました。挑戦してみることで、それまで知らなかった美味しさや楽しさにも出会うことができました。さらに、日本とアメリカの違いを身をもって体感することで、それぞれの良さにも気づくことができました。

英語についても、今まで学んだことを活かすことができたり、現地の人が実際に使う英語が異なっていたりすることに気づきました。現地の方々はとても優しく、ホストファミリーは私がしてみたかったことをすべて叶えてくれました。英語がうまく伝わらなくても、ゆっくり話したり丁寧に教えてくれたりしたおかげで、最初は全くわからなかった会話にも加わることができるようになり、初日に比べるとスピーキングやリスニングが少し成長したと感じます。これからも英語などの外国語の勉強を一生懸命頑張り、次に外国の方と関わる時には、積極的に会話ができるようになりたいです。

最後に、交流事業を準備して下さった関係者の方々、参加を許してくれた家族、受け入れてくれたホストファミリー、エンシニータスの方々など、たくさんの方々の支援のおかげ



で、私たちはこの研修を楽しむことができました。皆さんへの感謝の気持ちを忘れず、これからもさまざまなことに挑戦し、この事業での経験を活かして頑張りたいです。

「エンシニータス市で学んだこと」

河浦中学校 3年 中村 伊吹

私は今回、10日間の天草市姉妹都市教育交流事業に参加し、エンシニータス市へ行ってきました。この交流事業でたくさんのことを体験し、学ぶことができました。

7月29日（1日目）

家族や先生方などたくさんの人に見送られながらバスに乗り、市役所を出発しました。

ロサンゼルス空港につくと、目や耳からはいってくるものがすべて英語で、自分が今アメリカにいることを実感しました。入国審査では、英語での受け答えが上手くできるか緊張しましたが、意外にもスムーズに答えることができて、うれしかったです。昼食はIN-N-OUTというハンバーガー屋で食べました。ハンバーガーは、食べ応えがありおいしかったです。ドリンクは、カップを渡されて自分で入れる仕組みだったけれど、何杯でも無料で飲めると知って驚きました。

食事後は、再びバスでエンシニータス市へ向かいました。移動中に窓から見えた景色も、日本とは全く違い新鮮でした。私のホストファミリーは、両親と16歳のQuade、13歳のSloaneでした。Sloaneはバイオリンを習っていて、私の滞在期間中は違う州にいたので直接会うことはできませんでした。また、ホストファザーは工作中だったため、ホストマザーとQuadeが迎えてくれました。日本語で名前が書かれた手作りのウェルカムボードを用意してくれていたり、会った時にはハグをしてくれたりして、とてもうれしかったです。Quadeはとても面白く、初対面の私にもたくさん話しかけてくれて、これからのホームステイがより一層楽しみになりました。



家に荷物を置いた後は近くのビーチを散歩し、そのままホストファザーの職場に向かいました。身長が高く、2m以上あると聞いて驚きました。夕食にピザを食べた後は、歩いてスーパーに行き、買い物をしました。エンシニータスに来る前は暑いというイメージでしたが、とても涼しく夜はカーディガンを着ていても寒いくらいでした。

ホストファミリーと会う前は少し不安もあったけれど、家族全員やさしくて安心しました。

時差ボケも特にせず、シャワーを浴びたあとは、すぐに眠ることができました。

7月30日（2日目）

今日はまず市役所に行き、市長を訪問しました。私たちも含めて、集合時間に集まっている人がほとんどおらず、時間には寛容な部分もあるのだと感じました。私は、エンシニータス市への贈り物である天草さらさの説明をしました。あまり緊張せずに、伝えることができてよかったです。市役所内を見学した際、日本とは違い、1人1人の仕事スペースが仕切られていて、快適な環境そうだと思います。



見学後はエンシニータスの散策をしました。途中に、誰でも無料で本をもらうことができるブックボックスが設置されている場所がありました。日本では見たことがないので、とても魅力的だと思います。

昼食には、IN-N-OUT のハンバーガーを食べました。IN-N-OUT には、有名な裏メニューがあることを教えてもらったので、私も裏メニューであるアニマルスタイルのポテトを食べました。



午後からは、ムーンライトビーチでサーフィンをしました。難しかったけれど、何度かチャレンジするうちに立つ事ができるようになり、とても楽しかったです。その後、図書館に集合して、メキシコの踊りを鑑賞し夕食を食べました。初めてタコスを食べたけれど、クセになる味でおいしかったです。

帰宅後は、家族で UNO をしました。ホストファザーがしていたシャッフルがかっこよかったので、「Cool!」と伝えたら私にもやり方を教えてくれました。全くできていなかったのに、歓声をあげてくれたり拍手してくれたりして、楽しかったです。また、Quade のリアクションがオーバーで面白く、全員で笑いながらゲームをしました。この UNO で昨日よりも仲良くなった気がしました。

7月31日（3日目）

今日は、朝食を食べながらホストマザーに、アメリカの食文化を教えてもらいました。日本は、食事の前に「いただきます」という挨拶をすると教えたなら、早速練習してくれました。また Sloane は、バイオリンの練習として、箸を使って食事をするともあると聞いてすごいと思いました。

午前中はサイクリングをしました。電動自転車に乗るのは初めてだったけれど、坂を下るのが爽快で楽しかったです。

午後からは、ビーチバレーをしたりバンドの演奏を鑑賞したりしました。また、Quade が運転をしていたので、あとでホストマザーに聞いてみると、アメリカでは16歳から運転ができることを知って驚きました。

家に帰る車の中では、ホストファザーと日本のことについて話しました。ホストファザーは仕事で日本に何度か行ったことがあるそうで、さしみや寿司などの日本料理が大好きだと言っていました。ホストファザーと英語でたくさん会話ができてうれしかったです。

夜は、Quade と一緒にスケートボードのレゴを作りました。Quade も去年、交流事業に参加して、天草に来ていたので天草のことや学校のことについても話をしました。アメリカの学校は3か月ほど夏休みがあると知って、私もアメリカの学校に通いたいと思いました。日本の学校の夏休みは40日程だと伝えたら、とても驚いた表情をしていました。また、宿題について質問をしたらアメリカの学校も宿題はたくさんあると知り意外でした。

8月1日（4日目）

今日は、SWAMI'S CAFÉ で朝食を済ませたあと、電車でペトコパークに向かいました。日本とは違い車内で話している人が多くにぎやかでした。

ペトコパークに到着すると、パーク内や試合前の練習を見学しました。その後、パドレスの



試合を見ました。知らない人とも肩を組んでダンスをしたり、歌を歌ったりしていて、アメリカの人たちのフレンドリーさを感じました。

家に帰るまでの車の中で、野球観戦の感想を話しました。Quade も、小さいころから野球をしていて、「今日の試合は、とても楽しかった。」と話していました。アメリカでは、野球は娯楽としてたくさんの人々に楽しまれていると教えてくれました。



8月2日（5日目）

今日はオリンピックにも出場経験がある Bryce 選手にスケートボードを教えていただきました。スケートボードをするのは初めてだったけれど、とても楽しくてまたやりたいと思いました。

昼食は、消防署で BBQ をしました。肉や野菜・魚介類なども焼く日本の BBQ とは違い、ハンバーガーやホットドッグが中心で少し驚きましたが、とてもおいしかったです。

BBQ を終えた後は、ゲームセンターに行きました。Quade と美生さんのホストファミリーの Tyler と彩乃さんのホストファミリーの Alanna の3人が仲が良かったので、合流して、一緒にゲームをしました。ゴーカートに乗ったりホッケーをしたりして楽しみました。

夜は映画を見た後、9時頃に Quade の友達 Isabelle が遊びに来て、3人で UNO をしました。Quade と Isabelle のやり取りもおもしろく、夢中で UNO をしていたら0時近くになっていて驚きました。



8月3日（6日目）

今日は、ホストファミリーと1日自由に過ごせる日でした。芙生さんと Tyler、Isabelle と一緒に San Diego Zoo へ行きました。San Diego Zoo は、有名な大きい動物園で、ウーパールーパーやタランチュラなどの珍しい生き物も見ることができました。動物の英語名もたくさん教えてもらうことができて良かったです。

その後、レインボーかき氷を芙生さんと Quade と3人で食べました。Quade がかき氷を倒して、こぼしていたのが面白かったです。

夕食は、アメリカに来てから3回目のピザを食べました。食べながら、学校の授業について話しました。日本の学校には家庭科の授業があることを教えたら、アメリカにはないのでとても興味深いと話していました。

8月4日（7日目）

今日はホストファミリーとのお別れの日でした。7日間は本当にあっという間で、エンシニータスのみなさんやホストファミリーと別れるのは寂しかったです。その後は、サンタモニカやハリウッドなどを観光しました。同じアメリカでも少し治安が悪いところへ行くと、違う景色が広がっていました。アメリカの地域格差に驚くと同時に、天草や日本の環境の良さを感じることができました。



私は今回の交流事業に参加して現地の生活習慣や文化に触れたり、ホストファミリーと過ごしたりする中で、自分の視野がとても広がりました。生活の中には、文化や生活習慣の違いも多くあり、普段できないような体験もさせていただきました。これらの体験を通して、エンシニータスの自然環境の良さや日本とアメリカとの違い、そこで出会えた人々の温かさを知ることができました。

また実際に生きた英語にも触れる中で、自分の思いや考えを伝えることがいかに大切か改めて感じる事ができました。ネイティブの方が話す英語は、授業などで聞くものとスピードも違い、聞き取れないことも多くありました。また自分の英語力だけでは上手く気持ちを伝えら

れず、翻訳機能を使うこともありました。けれど、自分の知っている表現やジェスチャーを使って工夫することで、相手に気持ちが伝わったときはとてもうれしかったです。異なる場所で育った自分と年齢の近い人たちとコミュニケーションをとれたことは、刺激にもなりました。

これからは自分の力だけで、現地でコミュニケーションがとれるように、さらに英語の勉強を頑張りたいと強く思いました。また、私は崎津のボランティアガイドをしています。そのため、今回学んだ英語で伝えることの大切さを生かし、外国人観光客のガイドにも積極的に参加して、天草の魅力を海外の方にまで発信していきたいです。

最後に今回このような貴重な体験をさせていただいた天草市や教育委員会の方々、引率していただいた先生方をはじめ、支援して下さったすべての皆様に感謝したいと思います。本当にありがとうございました。



『天草市姉妹都市教育交流事業を終えて』

天草市立五和中学校 高戸 美優

はじめに

天草市に赴任して今年で4年目。今回、姉妹都市交流事業の引率のお話をいただき、とても嬉しく思った。私自身、日本語も英語も通じない海外での経験をきっかけに英語の教員を志したこともあり、出発前から、今回の研修はとても貴重な経験になると感じていた。研修期間中は、市役所の訪問や学校見学、スポーツや文化体験など盛りだくさんのプログラムを用意していただいております、異文化理解を深めることができました。また、市職員や姉妹都市交流委員会の皆さん、ホストファミリーを始め、現地の方々との交流を通じて、コミュニケーションの喜びを実感することができた。この報告では、毎日の活動を振り返りながら、感じたことや学んだことをまとめている。

エンシニータス市について

エンシニータス市は、アメリカ合衆国カリフォルニア州サンディエゴ郡の沿岸部に位置する市で、太平洋に面した町である。人口は約6万人で、温暖な気候と豊かな自然、美しい海岸線が特徴的である。1880年代に鉄道の開通により人々の移住が進み、20世紀後半からはサーフィンや観光の拠点として発展してきた。地中海性気候に属し、年間を通して温暖で乾燥している。私たちがエンシニータス市を訪れた7月末から8月上旬にかけては、最高気温が25度程度で朝夕は薄手の長袖が必要だった。世界的に有名なサーフスポットが点在し、Moonlight BeachやSwami'sでは多くの人々がサーフィンを楽しんでいた。

天草市（旧本渡市）とは、1994年にトライアスロンをきっかけとして姉妹都市提携を結んだ。海に囲まれた美しい自然や漁業・観光に根ざした文化を持つという共通点がある両市は、市民や中高生の相互訪問が続けている。30年近く続くこの姉妹都市交流は、単なる観光訪問ではなく、互いの文化や価値観を理解し合うための貴重な架け橋として地域に根付いている。



7月29日（1日目）天草からロサンゼルスへ

朝、天草市役所に集合すると、多くの方が見送りに来てくださっており、温かい声援を受けながら出発した。熊本空港へのバスの中で、生徒たちは元気に会話を弾ませ、緊張よりも期待感が高まっている様子だった。熊本空港から羽田空港までは予定どおりの移動となり、羽田空港での出国手続きも全員スムーズに完了した。国際線では搭乗後、映画や音楽を楽しむ生徒、写真を撮る生徒など、それぞれの時間を過ごしていたが、睡眠があまり取れなかった生徒もあり、到着後の時差や疲れへの対応が必要だと感じた。

7月30日（2日目）ロサンゼルスからエンシニータスへ

ロサンゼルス国際空港到着後、生徒たちは不安と期待が混じった面持ちで入国審査に臨んだ。審査中は緊張した様子も見られたが、全員無事に通過することができた。到着ゲートで現地ガイドの鈴木さんと合流し、エンシニータス市に向けて出発した。途中で In-N-Out というカリフォルニアを中心に展開する有名なハンバーガーチェーンで昼食をとった。注文がうまくいかなかった生徒もいたが、アメリカで初めての食事を楽しむことができたようだった。



バスがエンシニータス市役所に近づくと、窓の外に大勢の出迎えの人々が見え、生徒たちの表情は一気に明るくなった。不安や疲れも吹き飛び、心踊る瞬間であった。市役所前で、昨年天草市に来ていた職員との再会を喜び、温かい空気に包まれた。その後行われた歓迎会では、一人ずつ自己紹介を行い、記念撮影や歓談を楽しんだ。ホストファミリーだけでなく、姉妹都市交流委員会のメンバーや市の職員などたくさんの関係者が積極的に話しかけてくれ、歓迎の気持ちが強く伝わってきた。記念品として、一人一つずつリュックサックをいただいた。中には、この事業を支援する地元企業などからのグッズが多数入っていた。長年この交流に携わってきた方々ともお会いし、この事業を次世代へつなげていく責任を改めて感じた。ホストファミリーは素敵なウェルカムボードを作って私を迎えてくださった。部屋もきれいに整えてくださっており、到着直後から安心できる環境だった。

夕食では、手作りの料理をふるまってくださった。白米も用意してくださっていて、日本から持参したふりかけをかけて一緒に楽しんだ。水平線に沈む美しい夕日を見ながら楽しい夕食の時間を過ごし、旅の疲れが癒されるひと時となった。

長時間の移動後であったが、人と人との交流の大切さを肌で感じた一日であり、翌日から始まるプログラムへの期待感が一層高まった。

7月31日（3日目）

この日は、公的な場での交流と、文化・スポーツ・食の体験が詰まった濃い一日であった。生徒たちは積極的に会話や活動に参加し、エンシニータスの文化と人々の温かさをさらに深く感じる事ができたようだった。

1. 市長訪問

朝から市役所に集合し、ブルース市長やこの事業の創設者であるリックさんをはじめ、議員や関係者等に自己紹介や親書の伝達等を行った。天草から郵送されたお土産が到着していないというハプニングもあったが、生徒たちは天草更紗についての説明や抱負発表などを一生懸命行った。その後、市役所内の見学をさせていただいた。日本の市役所とは異なり、一人ひとりにブースがあり、皆さん笑顔で迎えてくださった。



2. 市街散策と図書館ツアー

エンシニータス市街を案内していただいた。ロックガーデンや「Amakusa」サインなど、市内の見どころを巡った。街中のところどころに「Free Library」がという寄付された本が入れられた箱があった。誰でも中から好きな本をもらってよい仕組みになっているのだそう。中には主に子ども向けの本が入れてあった。エンシニータスの街並みはとても美しく、生徒たちも興味津々で説明を聞いたり写真を撮ったりしていた。その後、図書館を訪問。司書の方の案内で館内を見学し、3ヶ月ごとに展示を入れ替える芸術展示には、地元アーティストの作品が多く飾られていた。学習スペースが充実しており、普段は多くの人

が本を読んだり勉強したりしているそうだ。見学後には、トートバッグやポーチ、さらに隣接する中古書店の一冊無料クーポンまでいただき、全員それぞれ好きな本を選んでいた。

3. サーフィン体験

昼食後、サーフショップでウェットスーツに着替え、Moonlight Beach に移動。ビーチでは、たくさんの人々がサーフィンやボディボードを楽しんだり、浜辺でゆっくりと過ごしたりしていた。全員が初めてのサーフィン体験であったが、3名のインストラクターが丁寧に指導してくださり、全員がボードの上に立つことができた。天草よりも広い砂浜と大きな波に、生徒たちは開放感を味わっているようだった。ビーチにはサーフィンキャンプやライフガード研修に参加する子ども達の姿も多く見られ、地元の海文化を実感した。



4. Fiesta (夕食会)

夕方には図書館の多目的ルームでメキシコ風のパーティー「Fiesta」を開いていただいた。エンシニータスはメキシコ国境に近く、その文化的影響を強く受けている。メキシカンパエルトリコダンスのグループが華やかな踊りを披露し、最後は全員で一緒に踊った。夕食にはメキシコ料理が振舞われ、現地の人々に勧められた品々はどれも美味しく、会話も弾んだ。生徒たちもホストファミリーと同じテーブルで楽しい時間を過ごしている様子だった。

5. ホストファミリーとの交流

夕食会后、地元のスーパーマーケットに買い物に連れて行っていただいた。おすすめの商品をいくつか購入し、帰り道に親戚が経営している寿司屋に立ち寄った。そこで働いている日本人の皆さんとも交流することができた。帰宅後、日本から持ってきたお土産を開封した。緑茶や出汁、おかきなどをとても気に入ってくれた。箱やラッピングも好評で、特に熨斗が珍しく喜んでくれた。

8月1日（4日目）

この日は、スポーツや文化など多方面にわたる活動を通じて、エンシニータスの多様な魅力と地域の価値観に触れる一日となった。特に小学校見学では、教育制度や学びの自由度の高さに強い印象を受け、今後の教育交流の方向性を考える上で貴重な経験ができた。

1. サイクリング体験

午前中はEバイクをレンタルし、カーディフまでサイクリングを行った。出発前には安全講習を受け、ハンドシグナルや声かけの練習をした。途中ではこまめに停車し、安全確認と参加者の体調をチェックする配慮があった。初めてのEバイクに最初は戸惑う生徒もいたが、次第に慣れ、快適に走行できるようになっていた。道中では運動している人々を多く見かけ、エンシニータスはヨガやサーフィンだけでなく、ジョギングやウォーキング、サイクリングも盛んで、生活に深く根付いていることが実感できた。カーディフ到着後は、カーディフ・クックの像の前で記念撮影を行った。その後、地元の人に人気のピザ店で昼食をとった。大きくて美味しいピザに生徒たちもワクワクしているようだった。



2. ビーチバレー体験

午後から、Moonlight Beach でビーチバレーを体験した。指導には、元オリンピック選手で世界チャンピオンのシンジン・スミス氏と現役選手があたり、基礎的なドリル練習の後、4～5人の混合チームで試合を行った。とても日差しが強い中での活動であったが、ホストファミリーも参加し皆で楽しむことができた。言葉が十分に通じなくてもスポーツを通じて交流できることを改めて実感する機会となった。

3. 小学校見学

生徒がアート体験を行っている間、私たちは小学校を見学させていただいた。学区の副教育長より、教育方針や環境教育の取組についての説明を受けた。見学させていただいた小学校は「Global Citizen」「Empowered Learner」「Skilled Communicator」「Innovative

Thinker」「Wellness Advocate」「Confident Collaborator」の6つの教育目標を掲げ、環境教育にも注力している。各校に畑があり、6校合同で利用する大規模な畑も存在。児童は作物栽培や給食での利用、リサイクル活動を通じ、卒業までに全課程の環境教育を受ける。校舎は中庭や緑が多く、廊下に壁がなく開放的であった。机や椅子の種類も多様で、ホワイトボード机や高さが自在に調節できる机、揺れる椅子など、児童の特性にあった用具を児童自身や担任教師が選択できるようにしてあり、児童の主体的な学びを促す工夫が多く見られた。教材の選定や授業スタイルは担任に大きな裁量が与えられているとのことだった。通級教室も施設、職員ともに充実しており、個に応じた学びができる支援体制が充実していると感じた。また、教師以外にカウンセラーや補助の職員も多く雇用しており、教師は授業のみに注力できる環境が整えられていた。日本との教育環境の違いを肌で感じる視察となった。



4. 生演奏鑑賞

夕方、アートセンターにて生徒たちと合流し、地元バンドの生演奏を鑑賞した。演奏は生配信され3名の生徒が英語で質問を行った。緊張しながらも挑戦する姿が印象的で、貴重な国際交流の場となった。

8月2日（5日目）

1. Swami's Caféでの朝食

地元で人気のカフェで朝食をいただいた。メニューはパンケーキやブリトーなど、アメリカらしいボリューム満点の料理が並び、生徒たちはその大きさに驚いていた。飲み物の種類も豊富で、好みに合わせて注文できた。今回の食事は、店舗のご厚意による提供であり、温かい歓迎の気持ちを感じた。

2. 電車でサンディエゴへ

リュックサックを寄付していただいたお店へ挨拶をした後、電車でサンディエゴへ移動

した。生徒たちは車窓からの景色を楽しみながら喜んで乗車していた。移動中、同行したホストファミリーが周辺の土地について紹介してくれたり、英語での会話表現を教えてくれたりするなど、移動時間も楽しい学びの場となった。

3. シーポートビレッジ散策

サンディエゴ湾沿いの観光スポット「シーポートビレッジ」を訪問。土産物店や菓子店、レストランなどを自由に見て回り、各自買い物や観光を楽しんだ。観光地ということもあり、多くの人で賑わっていた。

4. ペトコ・パーク見学ツアー

サンディエゴ・パドレスの本拠地「ペトコ・パーク」にて見学ツアーに参加した。現地ガイドに日本語と英語の両方で案内していただき、通常は立ち入れないエリアまで見学することができた。外野席で練習を見学していた際には、選手から直接ボールをもらった生徒もあり、大変よろこんでいた。ツアー後は夕食やグッズ購入等の時間が設けられ、生徒たちは同行していたホストファミリーと楽しい時間を過ごせた様子だった。

5. パドレス観戦

パドレス対カーギナルスの試合を観戦した。この日は日本人選手の出場はなかったが、ダルビッシュ有選手の表彰式を見ることができた。また、特別に Japan Day 記念帽子をいただき、生徒たちも帽子を被って観戦した。野球好きのホストファミリーがルールや見どころを解説してくれたことで、あまり野球に詳しくない生徒たちも試



合を楽しむことができた。パドレスファンの温かい応援文化にも触れ、観客同士が初対面でも一体となって盛り上がる様子が印象的だった。試合は4－1でパドレスの勝利。試合後、生徒たちは各自ホストファミリー等の車で帰宅した。帰宅は午後11時前となりとても長い一日となったが、サンディエゴの街並みを楽しんだり、アメリカの野球文化に触れたりすることができ、貴重な体験をすることができた。

8月3日（6日目）

1. スケートボード体験

エンシニータス YMCA にて、エンシニータス出身のオリンピックであるブライス・ウエットスタイン選手によるスケートボード体験をさせていただいた。施設の一部は、もともとブライス選手の自宅で使用していた設備を寄付していただいたものである。参加者全員が初めての挑戦だったが、丁寧かつ優しい指導により、多くの生徒が「もう一度やりたい。」と口にしていった。生徒たちはブライス選手のノートに自分の夢や目標を記入させてもらった。ブライス選手からは競技や人生に関するメッセージをいただいた。特に、「一人よりも仲間と一緒に取り組む方がずっと楽しい。」「周囲の人を大切に。」という言葉が印象的であった。最後に一人ずつサインをいただき、ウクレレでの歌の披露もあり、穏やかな人柄とともに強く心に残る体験となった。



2. 消防署によるバーベキュー

市内の消防署にて、署員の方々がバーベキューを用意してくださり、裏庭のグリルでハンバーガーやホットドッグを振舞っていただいた。施設内にはジム、ラウンジ、キッチン、仮眠室などが完備されており、充実した施設を見学できた。また、一人一人にTシャツ、ステッカー、ヘルメット等の記念品をいただき、消防車の車内見学や装具の体験も行った。日本の消防車よりも大きく、普段は見られない部分まで案内していただけたことは貴重な経験となった。



3. ホストファミリーとの時間

午後からは、各自ホストファミリーと過ごす時間だった。私は、ホストファミリーと一緒にハイキングへ行った。乾燥地帯特有の植物や昆虫を観察しながら進み、西海岸の長大な海岸線を一望できる景色を楽しんだ。ペリカンが飛び交う姿も見ることができ、自然の豊かさを感じた。

8月4日（7日目）

1. 教会訪問

朝からホストファミリーと共に近所の教会を訪れた。もともと映画館として使われていた建物を改装したもので、中には大型のスクリーンやステージが備えられていた。バンドの生演奏もあり、日本の一般的な教会のイメージとは異なる活気あふれる雰囲気だった。老若男女多くの人々が集まり、地域に根付いた信仰の深さを感じることができた。アイスブレイクの時間には、近くに座っていた地元の方と交流し、貴重なコミュニケーションの機会となった。

2. サンディエゴ動物園

その後、ホストファミリーの車でサンディエゴ動物園へ向かった。世界的にも評価の高いこの動物園では、多様な動植物を間近で観察できた。私たちの他に3組のホストファミリーが生徒たちと来園しており、途中から合流して一緒に回った。休日ということもあり、園内は多くの家族連れで賑わっていた。特にパンダは人気で、長い行列ができていた。この動物園ではパンダの繁殖にも成功しており、ここで生まれたパンダは赤ちゃんのときから多くの人々に見守られて成長しているそうだ。過去には全てのパンダが中国に返還されたものの、交渉を経て半年ほど前から展示を再開していると教えてもらった。また、南米、アフリカ、東南アジア原産の珍しい動物も多く展示されていた。さらに、動物だけでなく、世界各地から集められた多種多様な植物も育てられており、日本ではあまり見られない珍しい形の植物も多数観察できた。ホストファミリーたちと一緒に園内を見学して回りなが



ら、たくさんの情報を教えてもらった。自分だけで訪れていたら知ることができなかった豆知識を教えてもらったり、限られた時間の中で広い園内を効率的に回ったりすることができ、とても充実した時間となった。

3. 他の生徒たちの様子

動物園に来なかった生徒たちも、それぞれホストファミリーと楽しい1日を過ごしたようだ。サファリパーク見学やセーリング、ハイキングやスポーツなど充実した時間を過ごすことができたという1日の終わりに報告してくれた。

8月5日（8日目）エンシニータスからロサンゼルスへ

1. 市役所でのお別れ

滞在最終日、市役所に多くの関係者の方々が集まり、温かい見送りを受けた。一人一人と挨拶を交わし、改めてエンシニータスの人々の親切さホスピタリティを深く感じた。限られた時間の中で、私たちが充実した活動をするようにプランを考えてくださった関係者の皆さんや、温かく私たちを受け入れてくださったホストファミリーの皆さんを始め、エンシニータスでの一つ一つの出会いを思い返し、感謝の気持ちでいっぱいになった。私たちに関わってくださった全員ともう一度会ってお礼を言いたいが、全員と再会できるとは限らないため、この機会がまさに一期一会であると感じた。別れを惜しみながら、エンシニータス市役所を出発した。



2. サンタモニカ・ロサンゼルス観光

その後、サンタモニカのハーバーやロサンゼルス市内を観光した。サンタモニカでは、海辺の景色や雰囲気を感じながら自由に散策した。ロサンゼルス市内では、リトルトーキョーやハリウッドなどの有名スポットを訪れ、多様な文化と活気を体感した。多くの日本人観光客の姿も見られた。最近の政治状況やニュース等から、夜間のロサンゼルス市内は治安に不安があったため、夕食は日系スーパーで購入し、ホテルでいただいた。

8月6日（9日目）ロサンゼルス空港から熊本へ

朝からホテル近くのグランド・セントラル・マーケットで朝食をとった。8時すぎに到着したが、すでにたくさんの人々で賑わっていた。朝食後、チェックアウトを済ませ、バスにてロサンゼルス国際空港まで送迎していただいた。荷物検査に時間がかかったものの、全員無事に保安検査を通過し定刻通りの便で日本への帰路についた。羽田空港には予定よりもやや早く到着。ターミナルを出た際に感じた蒸し暑さから、日本に帰国した実感が湧いた。熊本行きの便は遅延が発生し、午後11時頃熊本市内のホテルに到着した。長時間の移動や時差もあり、全員とても疲れた様子であった。

8月7日（10日目）熊本市から天草市へ

朝食後、ホテルをチェックアウトしバスで天草市に向かった。前日の様子から、疲れがたまっていることを心配したが、体調不良の報告はなく、車内ではエンシニータスでの思い出を話しながら過ごしていた。天草市役所に到着すると、たくさんの関係者の方々に迎えをいただき、とてもありがたかった。生徒たちも久しぶりの家族との再会を喜んでいった。大きな事故やトラブルなく無事に帰国することができ、私自身も安堵した。同時に、関わってくださった方々への感謝の気持ちと、この交流事業を今後も続けていけるようにしたいという思いを持った。

研修を終えて

本研修を通して、私たち参加者は異文化に触れ視野を広げるとともに、言語や文化の違いを超えた交流を経験することができた。ホストファミリーや地域の皆様の温かい歓迎と支援により、安心して充実した現地生活を送ることができたことは大きな成果であり、心より感謝申し上げたい。スポーツや芸術の体験を通じて、生徒たちは協調性や主体性を育むことができ、言葉以外のコミュニケーションの大切さも実感した。教育現場での学びもとても新鮮で、貴重な経験をさせていただいた。また、エンシニータスの人々は、天草からの訪問をととても温かく受け入れてくださり、歴史や文化についてとてもよく教えてくださった。地域のことをよく学び、地域に誇りを持っていらっしゃることが伝わってきた。今回の研修は、姉妹都市としての歴史や文化を深く理解し、今後の交流の意義を再認識する貴重な機会となった。このような貴重な経験を通して得た学びと感動は、生徒たちの今後の成長に大きな影響を与えるだろう。今後もこの交流事業がさらに発展し、充実したも

のとなつて続いていくように、私も今回の研修での学びをたくさんの人に伝えたり、今後の事業に関わったりしていきたい。

この研修を通じて、私自身も人と人をつなぐツールとしての英語の魅力や、翻訳機等を使わずに直にコミュニケーションをとることの喜びを改めて感じた。共通の言語がコミュニケーションを豊かにするということと、言葉が通じなくても心と心で繋がり合うことができるということをこの研修で実感した。人と人が分かり合うには、言語も言語以外のコミュニケーションもどちらも大切である。今後も、天草の生徒たちと英語を学んでいく立場として、生徒たちの「知りたい」「伝えたい」という思いを大切にしながら、人と繋がり合うことの喜びを伝えていきたい。

最後に、本研修にご協力いただいたすべての方々に厚く御礼申し上げます。貴重な学びの機会を与えてくださり、本当にありがとうございました。

After the Amakusa City Sister City Educational Exchange Program

Miyu Takado

Itsuwa Junior High School, Amakusa City

Introduction

This is my fourth year working in Amakusa City. When I was offered the opportunity to accompany delegates on the Sister City Exchange Program, I was truly delighted. My own decision to become an English teacher was inspired by my experience abroad in a place where neither Japanese nor English was understood, so from the moment I received the invitation, I knew this would be an invaluable experience for the delegates.

During the program, we were given a rich schedule that included visits to the city hall and the school, sports and cultural activities, and more, which allowed us to deepen our understanding of different cultures. Through interactions with city officials, members of the Sister City Exchange Committee, host families, and many local residents, I was able to feel the joy of communication firsthand.

In this report, I reflect on our daily activities and share the impressions and lessons I gained from this experience.

About the City of Encinitas

Encinitas is a coastal city in San Diego County, California, facing the Pacific Ocean. With a population of about 60,000, the city is known for its mild climate, abundant nature, and beautiful coastline. The opening of the railroad in the 1880s led to an influx of residents, and from the latter half of the 20th century, it developed as a hub for surfing and tourism.



The city has a Mediterranean climate, with mild and dry weather throughout the year. When we visited from late July to early August, the daytime high was around 25°C, and a light long-sleeved shirt was needed in the mornings and evenings. There are several world-famous surf spots, and at Moonlight Beach and Swami's, many people were enjoying surfing.

Encinitas and Amakusa City (formerly Hondo City) established their sister city relationship in 1994, inspired by the triathlon. Both cities share common features such as beautiful coastal scenery and cultures rooted in fishing and tourism. For nearly 30 years,

mutual visits between citizens and junior/high school students have continued. This long-standing sister city exchange has become deeply rooted in both communities, serving not just as a sightseeing trip but as a valuable bridge for understanding each other's cultures and values.

Day 1 -From Amakusa to Los Angeles

In the morning, we gathered at Amakusa City Hall, where many people came to see us off and send us warm wishes as we departed. On the bus to Kumamoto Airport, the delegates were lively and chatting, showing more excitement than nervousness.

Our trip from Kumamoto Airport to Haneda Airport went as scheduled, and everyone completed the departure procedures smoothly. On the international flight, some delegates watched movies or listened to music, while others took pictures. However, since some of them were not able to sleep much during the flight, I felt that we would need to pay attention to their fatigue and jet lag after arrival.

Day 2 -From Los Angeles to Encinitas

After arriving at Los Angeles International Airport, the delegates, with mixed feelings of anxiety and anticipation, went through immigration. Although some looked very nervous, everyone passed without any issue. At the arrival gate, we met our local guide and headed for Encinitas.

On the way, we stopped for lunch at In-N-Out, a famous hamburger chain based in California. Some students had difficulties in ordering, but they seemed to enjoy their first American meal.



As the bus approached Encinitas City Hall, we were able to see a large crowd waiting to greet us through the windows. The delegates' faces lit up instantly. Their anxiety and fatigue vanished in that moment. At the city hall, we joyfully reunited with city staff who had come to Amakusa the previous year, and the atmosphere was filled with warmth.

During the welcome party, each of us introduced ourselves, enjoyed conversation, and took commemorative pictures. Many people –host families, Sister City Exchange Committee members, and city staff –spoke to us warmly, and we felt their genuine hospitality. Each of us received a backpack as a gift, filled with items from local businesses supporting this program. Meeting people who had been involved in this exchange for many years made me realize the importance of passing this tradition on to the next generation.

My host family had made a wonderful welcome board for me. My room was beautifully prepared, allowing me to feel relaxed from the moment I arrived. At dinner, they served homemade dishes, including white rice, which we enjoyed with the *furikake* seasoning I had brought from Japan. As we watched the sunset over the horizon, we shared a pleasant evening that eased the fatigue of our journey. Although it had been a long day of travel, it was also a day when I was able to feel the value of human connection, raising my anticipation for the upcoming program.

Day 3 -Courtesy Visit to the Mayor, Downtown Stroll, Library Tour, Surfing Experience, and Dinner Party

This day was packed with official exchanges as well as cultural, sports, and culinary experiences. The delegates actively participated in conversations and activities, and seemed to feel the warmth of Encinitas and its people even more deeply.

In the morning, we gathered at the city hall to meet Mayor Bruce, the program's founder Rick, city council members, and other officials. We introduced ourselves, delivered a letter from Amakusa, and gave presentations about gifts



from Amakusa. Although a shipment of the gifts had not arrived yet, the delegates did their best to explain about Amakusa Sarasa textiles and share their goals of this program. We were also given a tour of the city hall, where we saw that unlike Japanese municipal office, each staff member had their booth, and everyone greeted us with a smile.

After that, we were guided through downtown Encinitas, visiting landmarks such as the Rock Garden and the “Amakusa” sign. Throughout the city, we noticed small “Free Libraries” — boxes filled with donated books that anyone can take. Most contained children’s books. The cityscape was beautiful, and the delegates eagerly listened to explanations and took pictures.

Then, we visited the public library, where a librarian showed us around. We saw art exhibitions that are changed every three months, featuring many works by local artists. The library had ample study spaces and was a popular place for reading and learning. After the tour, we received tote bags, pouches, and even coupons for free book at the adjacent used bookstore. Everyone chose a book they liked.

After lunch, we changed into wetsuits at a surf shop and headed to Moonlight Beach. The beach was lively with many people surfing, bodyboarding, or relaxing on the sand. For all of us, it was the first-time surfing, but three instructors taught us carefully, and everyone managed to stand up on their boards. Compared to Amakusa, the beach was wider and the waves were bigger, giving the delegates a sense of freedom. We also saw many children participating in surf camps and lifeguard trainings, which showed us how deeply ocean culture is rooted in the city.



In the evening, a Mexican-style “Fiesta” was held for us in the multipurpose room of the library. Being close to the Mexican border, Encinitas is strongly influenced by Mexican culture. A Mexican-Puerto Rican dance group performed vibrant dances, and in the finale, everyone joined in. We enjoyed Mexican dishes for dinner, all of which were delicious and encouraged lively conversations. The delegates seemed to have a wonderful time sharing a table with their host families.

After the dinner party, my host family took me to local supermarkets, where I bought some recommended products. On the way back, we stopped by a sushi restaurant owned by their relative, where I was able to meet and talk with Japanese people working there. Back home, we opened souvenirs from Japan – green tea, dashi stock, and rice crackers – which they really liked. Even the packaging and wrapping were well-received, and they were especially delighted by the decorative *noshi* paper, which was new to them.

Day 4 -Cycling, Beach Volleyball, Elementary School Visit, and Live Music Performance

The day offered a variety of activities from sports to cultural experiences, allowing us to explore the diverse charm and community values of Encinitas. The elementary school visit was particularly striking, as we learned about flexibility and freedom in their education system, which provided valuable insights for the future of educational exchange.

In the morning, we rented e-bikes and cycled to Cardiff. Before setting out, we attended a safety briefing and practiced hand signals and verbal calls. Along the way, we made frequent stops to check safety and the



delegates' condition. Some delegates were initially unsure about riding e-bikes, but they became comfortable and rode with ease. We saw many people exercising along the route, and it became clear that in Encinitas, not only yoga and surfing but also jogging, walking, and cycling are regular part of life. Upon arriving Cardiff, we took commemorative pictures in front of Cardiff Kook statue. We enjoyed lunch at a popular local pizza restaurant, where the delegates were excited about the size and taste of the pizzas.

In the afternoon, we tried beach volleyball at Moonlight Beach under the guidance of former Olympic and world champion Sinjin Smith and an active professional player. After basic drills, we played mixed teams of four or five people. Despite the intense sun, we all had fun, with even the host families joining in. This reinforced the idea that sports can bridge communication gaps, even when language is limited.

After playing beach volleyball, we visited an elementary school while the delegates participated in an art activity. The school district's assistant superintendent explained their educational philosophy and environmental education initiatives. The school we visited had six key educational goals; Global Citizen, Empowered Learner, Skilled Communicator, Innovative Thinker, Wellness Advocate, and Confident



Collaborator. Environmental education was a priority – each school had its own garden, and there was also a large, shared garden used by six schools in the district. Students learned about crop cultivation, using products in school lunches, and recycling, completing a full cycle of environmental education before graduation. The campus was open and full of greenery with no walls in the hallways. Classrooms featured diverse types of desks and chairs, such as whiteboard desks, height-adjustable desks, and rocking chairs, allowing students and teachers to choose furniture that suited each child's needs. Teachers had significant autonomy over teaching materials and styles. Special education facilities and staff were abundant, offering individualized learning support. In addition to teachers, many counselors and school staff were employed so that teachers could focus on their teaching. The visit was an eye-opening experience in understanding the differences between Japanese and American educational systems.

In the evening, we met up with the delegates at an art center to enjoy a live performance by a local band. The event was streamed online, and three delegates asked questions in English. Although they looked a little nervous, they bravely took on the challenge. It was a memorable moment of international exchange.

Day 5 -Watching the San Diego Padres Game

We started the day with breakfast at Swami's Café, a popular local spot. The menu included classic American dishes such as pancakes, waffles, and even burritos. There was also a wide variety of drinks to choose from so that everyone was able to drink they like. This meal was kindly provided by the café, and we truly felt their warm hospitality.

After breakfast, we visited the store that had donated backpacks to us. We enjoyed shopping there. After that, we took a train to San Diego. The delegates enjoyed the scenic views from the windows and were delighted by the ride itself. Along the way, the host families who accompanied us introduced the surrounding area and even taught the delegates English expressions, turning the travel time into an enjoyable leaning opportunity.

We visited Seaport Village, a waterfront shopping and sightseeing area along San Diego Bay. The delegates freely explored souvenir shops and candy shops. They enjoyed shopping and sightseeing there. The area was bustling with many visitors.

Next, we joined a guided tour of Petco Park, home of San Diego Padres. The guide provided explanations in both Japanese and English, and we were able to visit areas that are normally off-limits. While watching practice from the outfield seats, three delegates received balls directly from players, which made them extremely happy. After the tour, there was free time for dinner and shopping, which the delegates enjoyed with their host families.

We watched the game between the Padres and the Cardinals. Although no Japanese players were in the lineup that day, we were able to see the award ceremony for Yu Darvish. We also received special Japan Day commemorative caps, which the delegates wore during the game. Baseball-loving host families explained the rules and key moments, making the game enjoyable even for those who were not familiar with baseball. We were also impressed by the warm and inclusive atmosphere of the Padres fans, who cheered together as one, regardless of whether or not they knew each other. The Padres won the game 4-1.



After the game, the students went home with their host families by car. We arrived home just before 11 p.m. It was a long day, but also a valuable opportunity to enjoy San Diego's cityscape and experience American baseball culture.

Day 6 -Skateboarding Experience and Barbecue

At the Encinitas YMCA, we had the opportunity to learn skateboarding from Bryce Wettstein, an Olympian from Encinitas. Part of the facility's equipment had originally been used at her home and later donated. For all of us, this was the first time attempt at skateboarding, but thanks to her kind and careful instruction, many delegates said "I want to try it again!" The delegates wrote their dreams and goals in Bryce's notebook, and she shared messages about both sports and life. Her words — "It is much more fun to do things together than alone." and "Treasure the people around you." — were especially memorable. At the end, she signed autographs for each delegate and even performed a song on her ukulele. Her gentle personality made the experience truly special.



After skateboarding, at the city's fire station, the fire fighters prepared a barbecue for us, grilling hamburgers and hot dogs in their backyard. We toured the well-equipped facilities, which included a gym, lounge, kitchen, and sleeping quarters. Each delegate received souvenirs such as a T-shirt, stickers, and even a helmet. We were also able to explore the inside of a fire truck and try on equipment. Compared to Japanese fire trucks, the vehicle was much larger, and seeing parts of the truck normally hidden from view was a rare and valuable opportunity.

In the afternoon, we spent time with our host families. I went hiking with mine, observing plants and insects unique to dry climates and enjoying a panoramic view of the West Coast shoreline. We even saw pelicans flying overhead, which made me feel the richness of the local nature.



Day 7 -A Day Spent with Host Families

In the morning, I went to a church with my host family. The building had originally been used as a movie theater and had been renovated into a place of worship. Inside, there was a large screen and a stage, and a live band was performing. The atmosphere was lively and energetic, quite different from the image of a typical church in Japan. Many people of all ages gathered there and I felt how deeply faith was rooted in the local community. During the icebreaker session, I had an opportunity to talk with nearby attendance. It was a valuable chance for personal interaction.

Afterwards, we drove to the San Diego Zoo, one of the most highly regarded zoos in the world. We were able to see a wide variety of animals and plants up close. Three other host families were also there with their delegates, so we met up with them midway to tour together. Since it was a weekend, the zoo was crowded with many families. The panda exhibit was especially popular, and there was a long line of visitors. We learned that the zoo had previously succeeded in breeding pandas, and that pandas born in the zoo had grown up under the care and attention of many people from young age. Although all pandas had once been returned to China, after negotiations, the zoo resumed displaying them about six months ago. In addition to pandas, there were many rare animals from South America, Africa, Southeast Asia, and so on. The zoo also cultivated a large variety of plants from around the world, including many unusual shapes that are rarely seen in Japan. Touring the zoo with host families allowed us to hear fun facts and learn about the animals and plants in ways we would not have if we had visited by ourselves. Thanks to their guidance, we were also able to cover a wide area efficiently despite the limited time.



Delegates who did not go to the zoo also spent meaningful time with their host families. Some visited the Safari Park, others went sailing, hiking, enjoyed cooking, or played sports. In the evening, they shared their experience and reported that they had a wonderful day.

Day 8 -From Encinitas to Los Angeles

On our final day in Encinitas, many people gathered at the city hall to see us off warmly. We exchanged farewells with each person, once again feeling the kindness and hospitality of the people in Encinitas. I reflected on all the encounters we had during our stay—the city officials who planned our schedule so thoughtfully, the host families who welcomed us with open hearts, and all the people we met along the way. I was filled with gratitude. Since there is no guarantee we will be able to see everyone again, I realized that each of these meetings was truly once-in-a-lifetime. With some reluctance, we left Encinitas.

After leaving Encinitas, we visited the Santa Monica harbor area and downtown Los Angeles. In Santa Monica, we enjoyed strolling freely along the waterfront, taking in the scenery and atmosphere. In Los Angeles, we visited famous



spots such as Little Tokyo and Hollywood, experiencing the city's diversity and vibrancy. We also saw many Japanese tourists. Because of recent political and safety concerns, we avoided staying out in downtown Los Angeles at night. Instead, we bought dinner at a Japanese supermarket and ate at our hotel.

Day 9 -From Los Angeles to Kumamoto

In the morning, we had breakfast at the Grand Central Market near our hotel. Although we arrived just after 8 a.m., the place was already bustling with people. After breakfast, we checked out of the hotel and took a bus to Los Angeles International Airport. While the baggage inspection took some time, everyone successfully passed through security and boarded the flight to Japan on schedule.

We arrived at Haneda Airport slightly earlier than planned. The hot, humid air we felt as soon as we stepped outside the terminal made us realize that we were back in Japan. Our flight to Kumamoto was delayed, and we finally arrived at a hotel in Kumamoto City around 11 p.m. Due to the long travel hours and the time difference, everyone seemed quite exhausted.

Day10 -From Kumamoto City to Amakusa City

After breakfast, we checked out of the hotel and took a bus to Amakusa City. Based on how tired everyone seemed the previous night, I was concerned about their condition, but no one reported feeling unwell. On the bus, the delegates chatted about their memories of Encinitas. When we arrived at Amakusa City Hall, many people were there to welcome us, which was truly heartwarming. The delegates were also happy to be reunited with their families after the long trip.

I was relieved that we returned without any major accidents or troubles. At the same time, I felt deep gratitude toward everyone involved and a strong desire to ensure that this exchange program continues into the future.

Conclusion

Through this training program, we participants were able to broaden our perspectives by experiencing different cultures and engage in exchanges that transcend language and cultural differences. Thanks to the warm welcome and support from our host families and the local community, we were able to spend a fulfilling and secure time living on site, which is a great achievement which we are sincerely grateful. Through experiences in sports and arts, the delegates developed cooperation and independence, while also realizing the importance of communication beyond languages.

Moreover, the people in Encinitas warmly embraced the visit from Amakusa and taught

us a lot about their history and culture. It was evident that they have a deep understanding and pride in their community. This program served as a valuable opportunity to deepen our understanding of the history and culture as sister cities and to reaffirm the significance of future exchanges.

The learning and inspiration we gained from this valuable experience will greatly influence the delegates' growth going forward. I hope this exchange program continues to develop and thrive, and I intend to share what I have learned from this program with many people as well as be involved in future activities.

Through this program, I personally rediscovered the appeal of English as a tool to connect people and the joy of communicating directly without relying on translation devices. This program made me realize both that a common language enriches communication and that even without shared words, hearts can connect with each other. For people to truly understand one another, both verbal and non-verbal communication are essential. Moving forward, as someone who learns English alongside the students in Amakusa, I want to cherish their desire to learn and express themselves, and convey the joy of connecting with others.

Finally, I would like to express my heartfelt gratitude to everyone involved in making this program possible. Thank you very much for providing us with such a precious learning opportunity.



7月23日 市長訪問・事前研修



7月29日 出発式



7月29日(1日目)



7月30日(2日目)





7月31日(3日目)





8月1日（4日目）



8月2日（5日目）





8月4日（7日目）



8月7日（10日目）解散式



8月19日 帰国報告会



