

# 絆

題字:生徒会企画部長 梶田 愛佳

## 京都外大西高等学校

# Kyoto Gaidai Nishi high school



## 学校 広報

2026年3月19日 発行

〒615-0074

京都市右京区山ノ内苗町37

【編集・発行】

後藤 純子 谷口 小麦

安藤 茉音 飯田 愛香



# School trip Part 1

## 国際文化コース

生徒の皆さんに感想をお聞きしました

松尾 更紗

カナダの学校には「相手の英語を理解しよう」という温かな姿勢があり、周囲が根気強く話し掛けてくれたおかげで、英語力の向上を実感できました。7週間の生活で、価値観も2つ変わりました。1つは、ありのままの自分を受け入れてもらえたことで、自分に自信が持てるようになったこと。もう1つは、周囲のポジティブな考え方に触れ、物事を前向きに捉えられるようになったことです。この研修で得た自信を、今後も大切にしたいです。

橋本 樹

現地では毎日新しい出会いがあり、私の拙い英語にも皆が嫌な顔せず耳を傾けてくれるなど、人の温かさを強く感じました。当初は語学向上が目的でしたが、カナダの美しい景色や現地のリアルに触れる中で、人間としても大きく成長できました。特に、一人では何もできず、支えてくれる人がいるからこそ今の経験があるのだと実感し、「感謝を忘れない人間でありたい」と思えたことは、英語以上に大切な学びとなりました。

小林 紗妃

カナダでの実践的な交流を通じ、自分の現在の英語力を客観的に把握することができました。現地で言葉が通じる喜びと、上手く伝えられないもどかしさの両方を経験したことで、「もっと英語を頑張りたい」という学習への意欲がより一層強まりました。この留学で自分の世界が大きく広がるのを感じ、今後はさらに語学力を高めて、より多くの人と関わってみたい。今回の気づきを糧に、これからも積極的に学び続けていきたいです。

石山 良星

カナダでは「察する」という概念がなく、自分の意思を言葉にしなければ相手に伝わらないことを痛感しました。滞在中、文法への不安からつい遠慮してしまい、意思疎通がうまくいかない場面もありました。この経験から、調和を重んじる日本の良さを大切にしつつも、自分の意見をはっきり伝える「自己主張」の重要性を学びました。今後は間違いを恐れず、自分の考えを言葉にして伝える姿勢を大切にしていきたいです。

宮川 真帆

出発前は言語面で不安がありましたが、現地の人々はたどどしい英語にも温かく耳を傾けてくれました。移民国家であるカナダでは、多様な背景を持つ人々が歩み寄って暮らす「特有の良さ」があると感じました。学校でも多様な国籍や宗教が混ざり合うのが日常で、留学生の友人から各国の文化を直接学べたことも大きな収穫です。この多文化共生の環境に身を置けたことは、私にとって非常に貴重な経験となりました。



## グローバル特進コース

稲井田英智

僕は今回、オーストラリアのゴールドコーストへの研修旅行に行き、多くの貴重な経験をする事ができました。3泊4日のホームステイでは現地のホストファミリーと生活しながら、文化や考え方、生活習慣について学ぶとともに、それらを尊重していくことの大切さを実感できました。最初は英語での会話に緊張しましたが、少しずつ慣れ、楽しく交流する事ができました。特に印象に残ったのは、水や電気を大切にしていたという点です。日本では水が豊富であり意識せずに使っていましたが、オーストラリアでは大切に使う姿を見て、資源の大切さを実感しました。また、テーマパークやビーチにも行き、日本では見ることのできない広大な自然や美しい景色にも出会う事ができました。一方で、英語は聞き取れても、うまく返答ができないことが多く、自分の英語力の低さを感じました。これからはもっと英語を話せるようになりたいと思いました。今回の研修旅行を通して、日本の便利で快適な生活のすばらしさを改めて実感しました。この経験を今後活かしていきたいです。

齊藤 瑚侑

初めてオーストラリアを訪れ、日本とは異なる文化や生活習慣を実際に体験することができました。これまで海外についてはインターネットで知ることがほとんどでしたが、実際に現地生活し、人々に関わることで多くの学びや気づきを得ることができました。特に印象に残っているのは、食文化、交通ルール、自然環境の違いです。まず、オーストラリアでは肉料理が中心で、ハンバーガーやステーキなど一品ごとの量がとても多かったです。最初は食べきれず、日本との違いに驚きました。また、日本の料理は味付けが細かく工夫されているのに対し、オーストラリアでは味付けが比較的シンプルで、ソースや調味料を自分でかけるスタイルが多かったです。この違いから食事に対する考え方や文化の違いを感じることができました。また、オーストラリアでは、車が左側通行で、日本とは反対であるため、道路を渡る際には慣れない戸惑うことが多かったです。特に信号のない横断歩道では日本と違って車が止まってくれないのはとても不安でしたが、どの車も必ず止まってくれてオーストラリア人の安全意識の高さと思いやりの心を感じることができました。さらに、自然環境の豊かさも強く印象に残っています。オーストラリアでは空が広く、公園や街路樹など緑が多だけでなく、街中では鳥や動物を見ることができました。日本では自然と都市がはっきり分かれている事が多いですが、オーストラリアでは自然と生活空間が近い距離で共存していると感じました。この環境は、人々の生活のゆとりにもつながっているのではないかと思います。研修旅行中は楽しいことばかりではなく、英語での会話思うようできなかったり、長時間の移動による疲れを感じたりすることもありました。しかし、そのような困難を経験したからこそ、日本での生活の便利さや、母国語で自由に会話できることのありがたさを改めて実感することができました。今回のオーストラリア研修旅行を通して、異文化を知ることの大切さや自分の視野を広げることの重要性を学びました。この経験を今後の学校生活や、将来に活かし、さまざまなことに積極的に挑戦していきたいです。



堀江 孝悟

僕はドキドキワクワク胸にオーストラリアへ研修旅行に行きました。オーストラリアについてすぐバスに乗り、ホールでホームステイの家族とマッチングしました。お昼ご飯と一緒に行くことになり、車に乗っている時ホストマザーという話をしました。正直、言っていることは少ししか分からず大半はOKやNOとしか返せなかったが、コミュニケーションするときの愛想や反応を良くすることが大切だと思いました。そして、お昼ご飯のマクドナルドにつきました。お店に入って中を見ると僕は海外に来たんだなあと感じました。それは風船を配っていたり、小さい子供向けのゲームをやっていたり日本では見たことのない光景が広がっていてそこにいて楽しく明るくなりました。食べ終わったあと、家に行きました。慣れない家で緊張感があったがホストマザーの子供ザックがワンピースが好きで一緒にワンピースを見ないかと誘ってくれて少し見ました。そこで少し緊張がほぐれた気がしました。あと、オーストラリアの子が日本の文化に興味を持っていたり、日本のアニメの文化で繋がれた感じがとても嬉しくなりました。その後はアウトレットに行ったり、カンガルーを見に行ったり、次の日にはスーパーに行ったり色々な所に連れて行ってもらいました。スーパーに行った時に店員さんにどこから来たの?と聞かれました。日本では聞いてのを見たことないし、急に話しかけられてびっくりしました。ですが、うれしかったし気軽に会話ができる環境なのはいいなと思いました。お風呂の時には日本では当たり前に出しているお湯もオーストラリアでは水不足により5分くらい決められていたり日本の環境が当たり前ではなく、恵まれていることを実感しました。この研修旅行を通して、いつもと違う環境で慣れないことが多かったけど楽しかったし、様々なことを学ぶことができました。この経験を活かして、これからの学校生活や部活を頑張っていきたいと思いました。

石田 穂乃佳

研修旅行を終えて私は自分の新しい一面とそれによる伸び代を知ることが出来ました。四月から入念に研修旅行の計画を立てていた親友がインフルエンザにより二人とも休んでしまいました。それを当日集合二時間前に知り、人生で過去一番と言っても過言ではないほどに落ち込みました。なぜなら、私は親友と楽しみながら苦手な英語を使って思い出を作る予定をしていたからです。しかし、行きたくなくなってしまった気持ちは家族や先生方の「大丈夫だから。」と言う言葉により変化し、勇気を振り絞っていくことを決意しました。オーストラリアに到着してから、周りの子は英語で流暢に話しているのに対して劣等感を抱く場面もありました。しかし、私もせつなくなら少しは話してみたいと思い一歩踏み出してみました。そのことにより、ホームステイの方と現地のルールの真偽についてなど話すことができました。私は、日頃苦手なことに挑戦しない性格ですが、オーストラリアで私は自分の無力さをバネに即座に行動することができるという新たな一面を知ることができました。また、異文化について知り、英語を習得すれば、もっと話せるという日本では感じにくい伸び代をより感じる事が出来ました。親友の二人は来ることができませんでしたが、自分について知るといふ楽しさに加えて、日本とは異なる物に出会うことが出来たので楽しかったです。今回の経験を踏まえて次こそは友達と行ってみたいです。



# 絆

題字:生徒会企画部長 梶田 愛佳

## 京都外大西高等学校

# Kyoto Gaidai Nishi high school



## 学校 広報

2026年3月19日 発行

〒615-0074

京都市右京区山ノ内苗町37

【編集・発行】

TEL 075-321-0712

FAX 075-322-7733

後藤 純子 谷口 小麦

安藤 茉音 飯田 愛香

研修  
旅行  
編

# School trip Part2

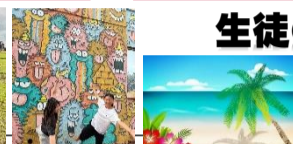
## 総合進学コース

生徒の皆さんに感想をお聞きしました



阿久津優愛

ハワイ研修旅行で最も印象に残っているのは、ホームステイ先の家族と一緒にビーチへ行ったことです。この研修全体を通して学んだことは、日本とハワイにおける「人当たりの良さ」の違いです。ハワイには想像以上に温かい人たちがたくさんいました。例えば、お会計の際に店員さんが笑顔で「Have a nice day!」と声をかけてくれたり、ビーチクリーニングの最中に知らない人がラフに話しかけてくれたりと、日本ではあまり見かけない光景に何度も出会いました。こうした経験を通じて、異文化への理解が大きく深まったと感じています。ハワイで出会った人たちの人当たりの良さは、私の将来の夢である「ホテルでの仕事」においても、目指すべき理想の姿です。この経験を糧に、将来はハワイの人たちのように、お客様に対して明るく温かいおもてなしができるスタッフになりたいと思いました。



石井日悠

ハワイ研修旅行のホームステイでは、ホストファミリーの子供たちとサッカーやスケボーをして遊び、現地の生活に溶け込むような最高の楽しい時間を過ごしました。ホストマザーが作ってくれる料理はどれも美味しく、夜にはみんなでバスケットボールをするなど本当に最高でした。特に印象に残っているのは、2日目に連れて行ってもらった地元の方しか訪れないというビーチです。ワイキキの海も綺麗でしたが、そこは比べものにならないほど美しく、感動しました。また、友人や先生と一緒に眺めた朝日の輝きは、今でも心に残っています。この研修旅行を通じて「自分の伝えたいことをもっと完璧に届けたい」というもどかしさを感じたことで、英語学習への意欲が高まりました。日本にいれば日本語だけで生活は成り立ちますが、国によって異なる人柄や価値観に触れる楽しさを知った今、様々な国の人たちと関わらないのは本当にもったいないことだと思いました。今後、この経験を糧に英語力をさらに深め、いろんな国の人と関わりたいと思います。来年ハワイへ行く後輩たちには、自分の意思をはっきり伝えることの大切さを伝えたいです。「要らないものは要らない」「試したいなら試す」という曖昧さのないコミュニケーションをしてみてください。少しでも英語を準備してのしんでください。

平澤優杏

今回のハワイ研修旅行で最も印象に残っているのは、ホームステイ先のご家族との時間です。ホストファミリーが軍の関係者だったこともあり、軍の方々が非常に大切にされている地域の雰囲気を感じることができました。スーパーやアウトレットへ連れて行ってもらった際には、専用の割引があるなど、現地ならではの生活の仕組みを知る貴重な体験となりました。特に、家族と一緒に花火を見ながら食事をした時間は忘れられません。日本の花火とは異なり、短い時間の中に凝縮された迫力と、終わった瞬間に沸き起こる現地の方の大きな歓声には感動しました。この研修を通じて学んだ最も大きなことは、英語が完璧に話せなくても、いかにコミュニケーションを続けていこうとするかという姿勢の大切さです。初めての海外経験で、日本語が通じない環境で意思を伝える難しさを痛感したからこそ、今後はさらに英語を学び、将来の旅行や仕事で自信を持って使っていけるようになりたいと考えています。

松村菜緒

ハワイ研修旅行のホームステイでは、現地の日常を全力で楽しむ貴重な体験ができました。ホストマザーの同級生が出場するハワイ大学の女子バレーの試合を観戦したり、新しく開通した「スカイライン」という電車に乗ったりと、毎日が驚きに満ちていました。大きなスーパーで顔と同じくらいのサイズのピザやアイスを食べたり、手作りの絶品エッグタルトをいただいたりと、ハワイならではの食文化も体験できました。中でも一番の思い出は、みんなで早起きして「朝活」をしたことです。お揃いの服を着て、スタバのコーヒーを買ってビーチへ向かいました。そこで見たきれいな朝日と、みんなで撮ったたくさんのお写真は、私にとって一生の思い出です。以前は「英語が話せない」という不安がありましたが、ホストファミリーや店員さんと接する中で、環境に飛び込めば不思議とコミュニケーションが取れる楽しさを知りました。この経験から海外に対する興味が沸き、価値観が広がりました。ハワイの人たちの優しく柔軟な考え方や、多様な文化を自然に受け入れる姿に触れ、物事を見る視野が広がった気がします。これからの進路や人生においても、ここで学んだ「違いを大切にす姿勢」を忘れず、どのような出会いに対しても柔らかく、自分らしく向き合っていきたいと考えています。



中丸 湊

今回の沖縄での体験を通して、自然・文化・歴史のすべてを学ぶことができた。ひめゆり平和祈念資料館や首里城では、沖縄が歩んできた歴史の重さを感じ、平和の大切さについて深く考えさせられた。一方で、カヌーやサップ、砂山ビーチなどの自然体験では、沖縄の美しい海や豊かな自然を全身で感じる事ができた。食事やホテル、民泊での滞在もそれぞれ印象に残り、沖縄の人の温かさや独自の文化に触れることができた。楽しさだけでなく学びも多く、心に残るとても充実した旅行だった。



## 体育コース

宮本 煌大

部活動を引退して卒業を間近に控えているこの状況での研修旅行となりましたがクラスの絆がまたもうひとつ段階上がったのではないかなと感じさせられる研修旅行になりました。今まではどうしても同じ部活動同士が固まってしまう傾向があったのが今回は部活動ではなくクラスとしていろんな人がいろんな人と関わって仲良くなったなとすごく感じました。最後、前川先生が話していたように大きなミスこそないけど小さい細かいミスがまだ残っているのでそれを減らして残りの少ない学校生活でレベルアップしていければなと思いました。一生忘れられない研修旅行になったと思います。



# 絆

題字：  
2024-2025 生徒会企画部長 樹田 愛佳

京都外大西高等学校

Kyoto Gaidai Nishi  
high school



学校  
広報

2026年3月30日 発行

【編集・発行】

〒615-0074

TEL 075-321-0712

後藤 純子 谷口 小麦

京都市右京区山ノ内苗町37 FAX 075-322-7733

安藤 茉音 飯田 愛香

研修  
旅行  
編

## School trip Part3

注：紙面の都合上、前回掲載文も再校正して載せてあります

### グローバル特進コース 2-1

#### 森山 莉朱

私は今回の研修旅行を通して、オーストラリアの豊かな自然に触れるとともに、日本の技術や環境の素晴らしさを再認識することができました。

ホームステイ先では、日本では味わえない非日常的な体験の連続でした。ホストファミリーが持った鹿肉やカンガルー肉をいただいたり、広大なゴールドコーストのビーチを散歩したりと、オーストラリアならではのスケールの大きさを肌で感じました。ゆったりとした平屋に広い庭やプールがある住環境からも、この国の豊かさを実感しました。

一方で、現地での生活は日本の精度の高さを改めて考えるきっかけにもなりました。特に驚いたのは日本車の多さです。滞在先でも3台のトヨタ車が愛用されており、日本の製品がいかに世界で信頼されているかを目の当たりにしました。また、水資源への意識の違いにも大きな衝撃を受けました。日本では当たり前に見える水や湯船も、現地では使用量が厳しく制限されており、上下水道の整備がいかに恵まれているかを痛感しました。

広大な国土を持つオーストラリアに対し、限られた面積の中でこれほど豊かな生活を実現している日本の技術力には、感謝の念を抱かずにはいられません。この研修で得た「当たり前は当たり前ではない」という視点を糧に、今ある環境に感謝しながらこれからの生活を送ってまいります。

#### 堀江 亮悟

オーストラリア研修を通して、私は異文化理解とコミュニケーションの本質を学びました。

当初は現地の言葉が聞き取れず、簡単な返答しかできない自分に焦りを感じましたが、大切なのは完璧な語学力以上に、愛想や反応の良さで伝えようとする姿勢だと気づかされました。また、ホストファミリーの子どもと共通の趣味であるアニメを通じて打ち解けた際は、日本の文化が世界を繋ぐ架け橋になっていることを実感し、胸が熱くなりました。

生活面では、日本との違いに驚くことばかりでした。活気あふれるマクドナルドの雰囲気や、店員さんと客の気さくな交流など、現地特有の明るさに触れる一方で、水不足のためにシャワーが5分制限されているという厳しい現実も目の当たりにしました。この経験から、日本での当たり前が実は恵まれたものであると深く実感しました。

慣れない環境に戸惑いもありましたが、この旅で得た広い視野と挑戦する心を持ち続け、これからの学校生活や部活に全力で取り組んでいきたいです。

1月31日～3月8日の期間、1年ICB組は  
ニュージーランド研修旅行に行ってきました。

### 国際文化コース1-ICB

#### 中村 優月

私は今回の留学を通して、ニュージーランドという国が持つ温かさや、人々の豊かな生き方に触れることができました。出発前は緊張と不安で、すぐにでも日本へ帰りたいとさえ思っていたのですが、ホストファミリーのフレンドリーな優しさに救われ、不安はすぐに解消されました。

最初の1週間こそ、慣れない環境からホームシックになり一日が長く感じられることもありましたが、生活に慣れるにつれて現地の魅力が次々と見えてきました。特に、街中で歩きスマホをせず目の前の時間を大切にしている姿勢や、誰もが自分に自信を持ち、ゆったりとしたリズムで暮らす姿が印象的でした。こうした魅力的な国柄に心惹かれ、滞在期間が延びるほどに、ニュージーランドのことが大好きになりました。

#### 中島 美妃奈

今回の研修で、私は現地の温かな対人関係や日本とは異なる価値観を深く学びました。特に印象的だったのは、自分の思いを率直に言葉にする自己表現の豊かさです。こうしたコミュニケーションは、ニュージーランドの朗らかな国民性に根ざしているのだと肌で感じました。

一方で、時間の捉え方の違いには戸惑いもありました。登校が遅れるなどの「ルーズさ」に直面し、文化の壁に悩むこともありましたが、それもまた異文化理解の貴重な一歩となりました。

学習面では、英語で収益計算などを行うビジネスの授業に苦戦したものの、4週目は先生の問いに答えられるほどのリスニング力が向上しました。この一ヶ月、友人とも本音でぶつかり合うことで絆が深まり、私にとって間違いなく最高の経験となりました。

#### 駒形 有咲

今回の研修は、まるで夢のようにあっという間の5週間でした。学校生活では、相手の言葉は理解できても即座に英語で返せないもどかしさに直面し、自分の力不足を痛感して何度も悔しい思いをしました。もっと勉強してくればよかったという後悔は、今後の学習への強い意欲に変わりました。

一方で、現地での生活には驚くほど馴染むことができました。特に食事は口に合い、初めて食べたラム肉のおいしさには感動しました。対人面では現地生徒との会話が続き難しさを感じる場面もありましたが、同じ留学生の立場である韓国人の友人と打ち解けられたことは大きな喜びでした。この研修で得た悔しさと手応えを糧に、これからも精一杯励んでいきたいです。

春期休暇中  
勉強：自らの課題を明確にし、学習計画を立てて実行しよう。  
部活動：一日一日努力を積み重ね、良い結果を残せるように取り組みよう。  
生活：新たな気持ちで新年度を迎えられるよう、規則正しく過ごそう。

