

ホームステイの手引き

ホームステイはホテルとは違い、ホストファミリーの好意による、互いの文化を紹介し合う文化交流の場です。一人一人が積極的に家族の一員として溶け込み、言葉の違いという障害を越えて、互いの文化を理解し合うことにこのホームステイの目的があります。

ホストファミリーの方々は英国の文化や生活習慣を伝え、また一方で日本の文化・習慣などを知りたいと思っています。日本のこともいろいろ紹介できるように準備しておきましょう。積極的に話しかけ、一生懸命に相手の話を聞こうとする態度が大切です。

また、ハーフタームは、一学期のちょうど折り返し地点であり、気持ち・気分の整理と休養とともに疲労の回復に当て、学期の後半に備えることも大切です。

1. ホームステイをするときは…

全く異なる生活習慣を持つ人々と共に生活をするのですから、戸惑ったり、時には失礼なことをしてしまうことがあるかもしれません。事前に文化の違いを学び、失礼のないように努めることが望ましいですが、何より大切なのは、相手に対する感謝の気持ちであり、親切、思いやりの気持ちです。滞在中は、英国の文化を積極的に取り入れ、英国人の生活様式に敬意を払うことが大切です。ホストファミリーとお互い気持ちよく生活するために、以下のようなことを気を付けましょう。

- コミュニケーションの第一歩は挨拶です。挨拶はきちんと自分からしましょう。
Yes, No の返事は、はっきりしましょう。あいまいな返事は誤解を招きます。
積極的に英語を使うことが何より大事です。
- ステイ先の人の前で、黙りこくっていたり、自分たちだけで日本語で会話をしないようにしましょう。
- できるだけお手伝いに参加しよう。庭の手入れなど、英国人家庭の生活に親しんでこよう。
特に、家事を積極的に手伝うことにより、お互いがより打ち解けて、コミュニケーションが広がります。
- 時には日本食を作ってあげたり、折り紙を教えてあげるなど、日本のことを積極的に伝えると喜ばれます。
- ホストファミリーの許可なく、友達を家に連れてこないようにしましょう。また、許可なく食事に招待したり、自分の部屋に招くこともしてはいけません。
- 他の家族に夕食やその他の招待を受けた場合は、まず自分のホストファミリーと相談し、確認を得てから相手に返事をします。確認せずに約束をしてしまうと、ホストファミリーのスケジュールを乱すことになります。
- 夕食後は家族の時間です。家族が集まっている時は、家族の一員としてこの時間を楽しむようにしましょう。家族全員が自室に戻った後、居間でテレビなど見ないようにしましょう。
- 日本のように机やスタンドが整っていない場合が多いですが、事情をよく説明して借りることもできます。ただし、夜中まで起きていて、ホストファミリーに迷惑を掛けないようにしましょう。
- ステイ先のジュースやビスケットなどを勝手に食べてはいけません。冷蔵庫を勝手に開けることもやめましょう。
- ステイ先の食事には直接不平を言わず、まず学校へ連絡してください。学校からホストファミリーにコンタクトをとることになります。
- 間食をしすぎて食事が出来ないのは大変失礼です。一回の量が多すぎる時にははっきりとお断りしましょう。どうしても食べられないものは前もってお断りし、残さずいただくようにします。
(食べ物のアレルギーについてはサージェリーよりホストファミリーに手紙で伝えてあります。)
- ステイ先の電話は勝手に使わないで、断ってからかけること。その際、友達との長電話はしないこと。(夜 9 時以降に電話を使うことのないように)
- ホストファミリーの許可なくパソコンを使用しないこと。
- 部屋が寒いようだったら毛布を増やしてもらうようにすること。自分勝手にヒーターなど操作してはいけません。

- シャワー、お風呂、洗面台等は使用后清潔にしておくこと。
- 英国の風呂の使い方は日本とかなり異なります。以下の点に気を付けましょう。
 - ・ カーテンをバスタブの内側に引いて、シャワーの水が外に出ないようにします。
 - ・ 体はバスタブの中で洗います。
 - ・ やけどをしないように冷水の蛇口をひねってから熱湯を出して温度を調節します。
 - ・ 湯船にお湯を溜めるときはあふれることのないように注意しましょう。
 - ・ 湯船にお湯を溜めると、その後全くお湯が出なくなることがあります。湯船にお湯を溜めてもよいかどうか、ホストファミリーにまず確認するようにしましょう。
 - ・ 湯船に溜めたお湯は使用后必ず抜いておきます。
 - ・ 使用後は水でバスタブを洗い、水を回りにはね飛ばしたらきれいに拭いておきましょう。
 - ・ 湯船の外をぬらさないようにしましょう。
- ステイ先のものを誤って壊してしまったり、汚してしまったりした場合、すぐに家の人に申し出ましょう。家の人が弁償しなくて良いといった場合でも必ず担任の先生に報告するようにします。
- わからないことは勝手に判断しないで必ずホストファミリーの人に聞きましょう。また何か困ったことがあった場合には、学校に連絡して先生に相談することも出来ます。
(ハーフターム中も学校には毎日日直、宿直の先生がいます。)
- 貴重品の管理は各自でしっかり保管しましょう。外出時に必要以上の金額のお金を持ち歩かないようにしましょう。
- ホストファミリーとお別れする時に、お礼を言うのはもちろんですが、感謝の気持ちをこめてカードを送るのも喜ばれます。帰校してからお礼状を出すのもよいでしょう。(お礼状の文例は英語の項目に載せてありますので、参考にするとよいでしょう。)
- 立教で日々行っている生活を崩さないように心掛けましょう。
- もしステイ先で快適に過ごせないようなことがあった場合には学校に連絡すること。

2. 外出するときの注意

外出して、英国の文化や自然を肌で感じることは大変貴重な経験になります。しかし、外出時に自分勝手な行動をとると、時には自分が危険な目にあうだけでなく、グループ全体を危険な目にあわせることにもなります。また、自分の思う通りに行かないことをいつまでも不満に思っていると、グループ全体を不愉快な思いにしまい、楽しい外出の雰囲気を壊してしまいます。相手に対して思いやりの気持ちを持ち、ルールを守って有意義な外出にしましょう。

- 外出は勝手にしないようにしましょう。散歩に出るときなども、一声ホストファミリーに声を掛けてから出かけましょう。外出のときは、どこへ、誰と行くか、いつ戻る予定かをホストファミリーに伝えます。ホストファミリーの正しい住所と電話番号は必ず持ち歩き、もし予定の時刻に帰宅できなければ必ずホストファミリーに電話するようにします。携帯電話を持っている場合にはその番号をホストファミリーに伝えておきましょう。なお、夜間の外出はホストファミリーと一緒になければ決してしてはいけません。
- 美術館、乗り物などの公共の場で、大きい声で話さないようにします。
- 夕食はステイ先の時間に合わせましょう。
- 英国ではエスカレーターで右側に立ちます。
- 歩いていて軽くぶつかったり、足をふんだりしたら、気軽に sorry と謝ります。逆の場合は、ニコリわらって、It's all right と言えばよいです。
- queue に加わって、順番を待つこと。

3. 買い物をするとき

- 並んで順番を待ちましょう。
- 必ずカゴを使いましょう。
- ひとつの商品棚に大勢で群がらないようにしましょう。
- お金の貸し借りは絶対にしてはいけません。他人に高価な物品をあげることもやめましょう。
- 買い物をした物を受け取ったら、Thank you と言いましょう。
- レシートを必ず受け取り、保管しましょう。お金を払ったことの証明になります。

4. ロンドン外出（高校生）

高校生は期間中に1回ロンドンに外出をすることが出来ます。外出を希望するグループは事前にロンドン外出行動計画書（所定の用紙があります）を作成し、担任の先生に提出して下さい。この計画書の提出がないと外出できません。ロンドン外出時は提出した行動計画書にしたがって、くれぐれも安全に留意し行動して下さい。ロンドンは学校近辺と比べて、危険な場所であることをしっかりと自覚し、必ずステイ先のメンバーでまとまって行動するようにしましょう。

- ロンドンに外出する際には外出日の前日までに学校に必ず確認の電話をしましょう。行動計画書を提出していても必ず電話して下さい。帰宅門限時間は、8：00（厳守）です。帰宅したらすぐに学校に必ず電話して下さい。ロンドンで何かあったとき連絡できるように、携帯電話やテレホンカードを持っていきましょう。門限時間を過ぎても学校に連絡がない場合にはホストファミリーに学校から連絡がいきます。
- 不特定の人が多く集まる場所、密閉した場所への滞在入室は避けましょう。
特にピカデリー、レスタースクエア、トラファルガー、オックスフォードサーカス等の場所に長時間滞在しないようにしましょう。
- カラオケには行ってはいけません。
- 電車、地下鉄の使用についてはラッシュアワーの時間帯は避け、時間に余裕を持って行動しましょう。
- 帰宅時間に合ったチケットを購入しましょう。
- ロンドンでは、すり、脅し、置き引き、写真を撮ったといって金を巻き上げる者などが多いので十分気をつけましょう。

在英国日本国大使館とロンドン警視庁が協力して作成した安全対策マニュアルと外務省発行の海外安全情報を添付します。ロンドン外出の前に必ず読んでおき、外出時に携帯すること。安全確保を最優先させることを常に意識して行動すること。

※ ステイ先や外出先で何か困ったことがあったら

必ず学校に連絡すること。

01403-822107

（01403-822079：事務局直通、停電の時などでも使用可）

ようこそロンドンへ、安全な滞在のために

ロンドンは、世界の中でも、もっとも魅力に溢れたエキサイティングな大都市のひとつです。その魅力に惹きつけられ、毎年何百万人もの観光客がロンドンを訪れます。ロンドンはまた、最も安全な都市のひとつでもあります。しかし、他の大都市と同じように、犯罪の被害に遭う可能性もありますので、ご自分の身の周りの安全に気を配り、持ち物に注意を払うことが必要です。このマニュアルは、安全なロンドン滞在のためにアドバイスをご紹介しますものです。ロンドン警視庁と当館が協力して作成しました。

外出したとき

- 。 レストラン、バー、劇場等ではバッグを床に置いたり、椅子の背もたれに掛けたりせず、必ず目の届く所に置きます。専用のバッグ掛け用フックがある場合は、利用するとよいでしょう。
- 。 携帯電話の盗難が非常に多く発生しています（盗難被害件数のトップ）。携帯電話をテーブルやバーカウンターのの上に放置しないようにし、街中で使用する時は周囲の様子に目を配ります。また、地下鉄の駅を出た直後は狙われやすいので、できるだけ使用を避けます。
- 。 現金自動引出機を使用するときは、背後などから暗証番号を盗み見られないよう、常に周りに注意します。また、様々な方法で注意をそらした隙に引き出した現金やカードを盗む手口が横行しているので、気をつけましょう。
- 。 夜間、徒歩での外出の際には、人通りの多い明るい通りを歩くようにします。

タクシー

ロンドンには、認可されたブラックキャブと、認可されていないミニキャブの2種類のタクシーがあります。ブラックキャブは、トララク部分に 'Licensed by the Public Carriage Office' と記された白い認可プレートが付けられており、同様のものが車内にも掲示されています。

道で流しのタクシーを拾おうとしているお客を乗せてよいのは、トララクキャブのみとなっています。ミニキャブがこれを行うと、事故のときなど保険がきかない場合があります。

繁華街

数は多くないものの、避けた方が無難なバーもあります。アゲルト向けショーという宣伝文句で誘い込み、飲み物に法外な代金を請求したり、ホステスを同席させて、その分の料金を払わせたりします。店の素性が確かでないときは、入らないようにしましょう。また、性的サービスの誘いはお金だけを騙しとられる例が多いので、誘いに乗らないよう十分注意しましょう。

薬物

英国においては、違法とされている薬物の所持、販売ともに犯罪です。コカイン、ヘロイン、エクスタシー、大麻などがその一例です。ナイトクラブや路上での薬物の購入や使用などを持ちかけられたら、直ちに拒否しなければいけません。ぐずぐずしたり、万一誘いに乗ってしまったらして、周辺を潜伏捜査中の私服警官に見つかると、逮捕されてしまいます。

物乞い

路上で物乞いすることは犯罪です。繁華街で見かける物乞いの多くは薬物中毒者で、薬物を買うためにお金をせがみます。これらの人々による不法薬物の購入は、地域に多くの問題を引き起こしているので、お金を与えないようにしましょう。

銃刀類

英国においては、ナイフや銃などの武器を所持することは犯罪です。また、他の欧州諸国と異なり、催涙ガススプレーやペッパースプレーの所持も違法ですので注意が必要です。

スリ

- 。スリは混雑の中で行われます。以下の点に注意し、スリから身を守りましょう。
- 。財布は内ポケットに入れ、ズボンの後ポケットに他人から見えない状態に入れない。
- 。貴重品をリュックサックに入れて持ち歩かない。混雑の中ではリュックサックのジッパーを開けることは簡単にできます。
- 。ハンドバッグ等は留め具、フラスナーをきちんと閉めた上で、フラスナー部分を内側にして体の正面に位置させ、しっかりと持つ（ショルダーバッグはたすき掛けにする。）
- 。ホテルのかきなどを持ち歩く場合は、住所を特定できる物とは別々に携行する。
- 。しじで支払いを待っているときは、所持金が見えないようにし、お釣りも見えないようにポケットにしまう。
- 。宝石を身につけているときは、移動中や人込みの中では見えないようにする。
- 。突発的な騒動などが起こった際は、特に注意することが大切です。財布などを狙うスリが、人の注意をそらすために企てた可能性もあります。



それでも被害にあってしまったら

まず、学校に連絡すること。

昼間なら日直が、夜間なら宿直がいるので必ず連絡が取れます。

01403-822107

(01403-822079: 事務局直通、停電の時などでも使用可)

それ以外の連絡先

① **緊急時には 999 番** (日本の 110 番に相当)

② 緊急でない問い合わせは 101 番もしくは近くの警察

③ 在英日本国大使館領事班

020-7465-6565

トラブルを防ぐには、常にちょっとした注意を払うことが大切です。

テロ事件に巻き込まれないための基本予防策と対処法

テロ事件は予測するのが難しい……
でも、普段からの心掛けと対処で被害を最小限に抑えることができます！



予防策

銃撃・爆発事件の発生を予測することは難しく、防ぎようがないと思われるかもしれません。しかし、銃撃・爆発事件の発生場所、時間帯などには「傾向」があります。それを知りだけでも、事件に巻き込まれる可能性を下げることができます。また、運悪く巻き込まれても、行動の仕方によっては被害を最小限に抑えることができます。

基本！

危険な国・場所・時間帯を避ける。
(「海外安全ホームページ」で情報収集)

用心を怠らない、目立たない。
(直接の標的とされないために)

周囲の不審者・不審物に注意を払う。
(大きな荷物、不自然な厚着等)

万が一に備える。
・「たびレジ」で連絡先を登録する。
・非常口等、退避ルートを確認する。
・隠れられる場所を確認する。

対処法

万が一銃撃・爆発事件に遭遇してしまっても、パニックにおちいらず、被害をより小さく食い止めるよう努めることが重要です。爆発の規模、発生場所等によりその対応は様々ですが、大事な点は以下のとおりです。
銃撃・爆発事件に遭遇した場合は、必ず現地の日本国大使館又は総領事館に連絡することもお忘れなく。

もし…

爆発音・銃撃音を聞いたら…
その場に伏せる。
頑丈なもの陰に隠れる。

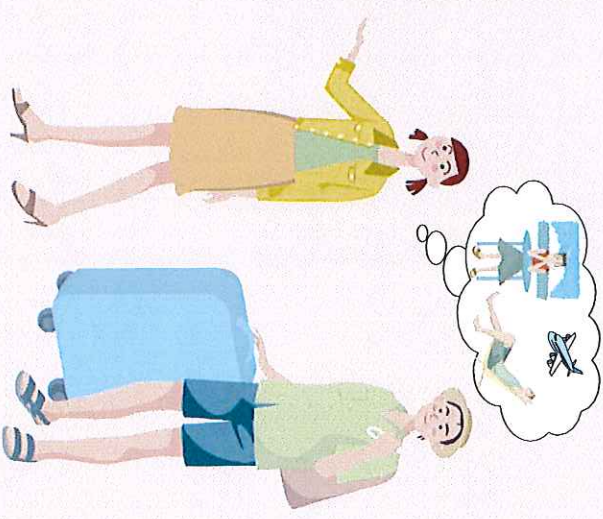
事件現場に居合わせたら…
周囲を確認し、可能であれば、銃撃音等から離れるよう速やかに、低い姿勢を保ちつつ、安全なところに退避する。

建物等の下敷きになったら…
体力の温存を心掛ける。
有害物質を吸い込まない。
バイブなどを叩き居場所を伝える。

事件に遭遇したら…
大使館・総領事館に連絡する。

海外旅行のテロ・誘拐対策

3つのポイント



危険な国・場所に近づかない

テロ・誘拐・武力衝突の多発する地域には決して旅行しないでください。また、一国の中でもテロの対象となる可能性の高い地域や施設があります。「海外安全ホームページ」(<http://www.anzen.mofa.go.jp/>)で渡航先の最新の治安情勢を確認しましょう。

銃撃・爆弾テロにも予防策あり

観光地でも爆弾テロが発生しています。渡航先の治安情勢とともへき安全対策をしっかりとチェックしてください。「海外安全アプリ」や「たびレジ」を活用すれば、旅行中も正確な情報がわかります。

身近に迫る誘拐の脅威

現地の人に誘われるままに行ったり拘束され、金品を巻き上げられるケースや、空港で乗ったタクシーでそのまま誘拐されるケースもあります。警戒心を絶やさずに！

外務省領事局邦人テロ対策室

危険な場所・時間とは

テロや誘拐事件は世界各地で増加しています。近年、公共交通機関やホテルなど、一般旅行者も利用する施設で銃撃・爆弾テロが発生する例が増えています。また、これまでにテロがなかった国でも発生しています。しかし、各国の事情を踏まえ、以下の点に注意することによりテロの被害に遭う危険性を下げることができます

外国関連施設・宗教施設



- 国によっては外国関連施設がテロの標的になっています。
- 国によっては宗教関連施設でテロ事件が発生しています。

例) フジ・アフリカ中東での外国大使館・外国系銀行を狙った爆発事件
フジ・アフリカ中東の宗教施設での爆発事件

公共交通機関



- 国・地域の治安事情にあわせて交通手段を選ぶ。
- 周囲の状況に注意し、不審な人物・物がなければ確認する。

例) 欧州の地下鉄・バス・航空機での自爆テロ
アジアのバス・ターミナルでの爆発事件

リゾート地・ホテル



- 十分な安全対策をとっているホテルを選ぶ。
- ホテルの入り口、フロントなど、いるいるな人が簡単に立ち入ることができる場所にいる時間をできるだけ短くする。

例) 中東・アジアの首都・リゾートのホテル等での自爆テロや銃撃事件

市場・繁華街・観光スポット



- 人混みや外国人が多く集まる場所にはできるだけ近づかない。
- ガラスを多く使用した建造物の周辺は通行しない。
- 夜間、特に深夜の外出は控える。

例) 中東・アジア・欧州等の市場・繁華街での銃撃・爆発事件

銃撃・爆弾テロ事件

観光地・リゾート地



- 目立つ服装・行動を慎む。
- 見知らぬ人物には決してついていかない。
- 空港の到着ロビーなどで、日本語を巧みに使い近づいてくる人には十分に注意する。
- あやしいタクシー(白タク等)には乗らない。

例) 夜間中東米の空港で到着客をターゲットにより誘拐
リゾート地で観光客をターゲットにした誘拐

誘拐事件

海外旅行前にまずは情報収集を!

「外務省海外安全ホームページ」

<http://www.anzen.mofa.go.jp/>

海外旅行を楽しむためには、十分な情報収集と安全対策が欠かせません。外務省の「海外安全ホームページ」には、テロ・誘拐事件の傾向、危険地域、テロや誘拐対策パンフレットなど、旅行ガイドブックにはない重要な情報が掲載されています。

「海外安全ホームページ」活用のポイント!

「海外安全情報」をチェック!

国別に設けられている「海外安全情報」の中で、特に注意が必要な国・地域については「危険情報」、「スポット情報」、「広域情報」等を出しています。

「危険情報」を目安に旅行のプランニング

危ない国・地域に行かないことがテロ・誘拐事件などの被害に遭わないための一番の予防策です。

「海外安全アプリ」で旅行中もチェック
旅行に携行するスマートフォンに「海外安全アプリ」をダウンロードすれば、旅行中も最新情報がチェックできます。

※「レベル4: 退避勧告」・「レベル3: 渡航中止勧告」が発出されている地域(例: イラク、アフガニスタン等)にはどのような目的であれ、渡航は止めてください。

※「レベル2: 不要不急の渡航中止」地域への不要不急の渡航は止めてください。渡航する場合には特別な注意を払うとともに、十分な安全対策をとってください。

※「レベル1: 十分注意」地域への渡航、滞在に当たって危険を避けていただくため特別な注意が必要です。

※「危険情報」が出ていない場所でもテロが発生していますので、テロに対する一般的な注意事項を確認しましょう。

外務省代表

電話番号: (代表) (03)3580-3311

領事サービスセンター

電話番号: (直通) (03)5501-8162

領事局邦人テロ対策室(海外におけるテロ事件、誘拐、脅迫、ハイジャック、人質事件)
電話番号: (直通) (03)5501-8165

領事局海外邦人安全課(上記以外の一般邦人保護、緊急事態の邦人保護等)
電話番号: (直通) (03)5501-8160

たびしじ

<https://www.ezairyumofa.go.jp/tabireg/>

海外安全アプリ

App Store または Google Play で「海外安全」で検索

Staying in an English Home 英人家庭にホームステイする時の必要英語

Bathroom ; お風呂について

Excuse me, where is the bathroom?

すみません、お風呂はどこでしょうか。

May I have a [shower?
bath?

[シャワーを浴びてもいいですか。
お風呂に入ってもいいですか。

Sorry, I can't lock the bathroom door.

すみません、浴室のドアにかぎがかからないのですが。

Can you help me?

どうしたらいいでしょうか。

Laundry ; 洗濯物について

Where should I put my laundry?

どこに洗濯物をおいたらいいでしょうか。

May I wash some clothes?

洗濯してもいいでしょうか。

Could I iron my blouse, please?

ブラウスにアイロンをかけてもいいですか。

At the table ; 食卓にて

Could I have the [salt
pepper
mayonnaise] please?

塩
こしょう
マヨネーズ] を取っていただけませんか。

Could I have some [water
orange juice
coke] please?

お水
オレンジジュース
コーク] をいただけますか。

That's enough, thank you.

これで十分です、ありがとう。

I'm sorry I can't eat ...

すみませんが ... は食べられません。

Please could I just have a little ...

... を少し頂けますか。

I'm sorry I'm not very hungry today.

すみませんが今日はあまりお腹がすいていません。

I've had enough, thank you. That was lovely.

たくさんいただきました、ありがとう。とてもおいしかったです。

May I go now?

席を離れてもよろしいですか。

I'd like to [read.
listen to my music.
play the piano.

本を読みたいです。
音楽が聞きたいです。
ピアノが弾きたいです。

Going out ; 外出する時

I'm going to meet some friends.

友達に会いに行きます。

We are going to Guildford.

ギルフォードに行きます。

Could I have a packed lunch, please?

お昼の弁当を作っていただけますか。

Could you tell me the time of the buses to Guildford?

ギルフォード行きのバスの時間を教えていただけますか。

Could you tell me the time of the trains to London?

ロンドン行きの電車の時間を教えてください。

I'll be back about 6 o'clock.

6時ごろに帰ります。

Could you write down the number.

番号を書いてくれますか。

This is my mobile number.

これが私の携帯電話の番号です。

Telephone ; 電話について

Could I use the telephone, please?

電話を使ってもいいですか。

I would like to phone my friend.

友達に電話をかけたいのです。

I'd like to make a reverse charge call to Japan.

日本にコレクトコールの電話をかけたいのですが。

Unwell; 調子が悪いとき

I have a stomachache.

おなかが痛いです。

I have a headache.

頭が痛いです。

I have a fever.

熱があります。

I have allergies.

アレルギーです。

I am suffering from constipation these days,

最近便秘で苦しんでいます。

My chest throbs.

胸がドキドキします。

I find it hard to breathe.

呼吸が苦しいです。

How long do I have to stay in bed?

どれくらい寝てないといけませんか。

Would I have some medicine for a cold?

風邪薬をいただけますか。

Please take me to hospital.

病院へ連れて行ってください。

Please call a doctor.

医者を呼んでください。

Don' t forget. We always say ; 忘れないで言いましょう。

Yes, please.

はい、お願いします。 いただきます。

No, thank you.

いいえ、結構です。

If we don't hear someone, we say ;

Sorry.

Pardon.

Please could you speak more slowly.

もし、話が聞き取れなかったり、分からなかったら ;

すみません。

ごめんなさい。

もう少しゆっくりと話して下さい。

If we knock against someone, we say ; Sorry.

もし、まちがってだれかにぶつかったら ; すみません。

At the end ; 滞在の終わりには必ず忘れないで言いましょう。

Thank you for having me.

どうも大変お世話になりました。

I really enjoyed myself.

とても楽しかったです。

《お礼状の見本》

5th June 2016

Dear Mr. and Mrs. Steer

Thank you so much for having me in your home. Thank you for the wonderful meals, and for taking care of me while I was in Guildford. I will never forget my stay in Guildford, and happy memories I made there. Thank you very much indeed!

Sincerely,

Taro and Jiro(自分のサインを書く)

また、感謝の気持ちを伝えるのに以下のような文章も参考になります。

- I want to thank you for all the generosity and kindness you extended to me.
- Thank you so much for wonderful days of my trip.
- Thank you from the bottom of my heart for your generous hospitality.
- You know I'm very grateful to you for this one week at Guildford.
- I'd like you to know how much the days at your lovely house has meant to me.
- Everything you planned for us was just wonderful.
- It was great seeing you all and my visit was an event I will long remember with appreciation and pleasure.
- It was so nice being with you.
- You've been more than kind and I won't forget it.

Home Stay の生徒が持参すべき物品

Stay 先では基本的には洗濯をしないことになっています。衣類は一週間分待って行くようにします。どうしても困ったときだけホストファミリーに相談するようにしましょう。

また、この時期雨が降ると気温がかなりさがります。寒さを防げる服（トレーナーやカーディガンなど）も一着は用意しておきましょう。

1. Toilet 道具一式

歯ブラシ 歯磨き用ペースト くし 又は頭髪用ブラシ
石けん バスタオル（1） フェイスタオル（1）
ティッシュ（特に花粉症などでたくさん使う人は必ず）

2. 下着（シャツ、アンダーシャツ etc） 8組

ソックス 8足
ハンカチ

3. 衣類

ワイシャツ	2	ジーンズ	1～2
制服ズボン またはスカート	1	自由服のシャツ・ズボンなど	2～3
スクールタイ	1	ウインドブレーカー	
ブレザー	1	プルオーバー	1

※ステイ先に行くときと学校に戻ってくるときには制服着用です。

4. パジャマ 1組

ドレッシングガウン 1着
スリッパ 1足

5. スポーツウェア スポーツシューズ 水着 テニスラケット etc

（ホストファミリーと一緒にスポーツをする機会があるかもしれません。）

6. 小さな遊び道具

持っていって読みたい本 2、3冊（たくさん持っていかないこと。勉強道具は除く。）

7. 楽器

エレキギターは持っていない。

8. 常備薬

定期的に服用している薬は絶対にわすれないこと。

ロンドン外出行動計画書

1. 外出者
- 高等部 年 氏名
- 高等部 年 氏名
- 高等部 年 氏名
- 高等部 年 氏名
2. 外出日時（変更する場合は必ず学校に連絡すること）
- 月 日（ ） 時から 時まで
3. 外出目的（行こうと思っている場所を明記すること）

4. 外出日程（できるだけ具体的に書くこと）

交通手段

9:00		
10:00		
11:00		
12:00		
13:00		
14:00		
15:00		
16:00		
17:00		
18:00		
19:00		
20:00		
21:00		