

2025年

オーストリア・ウィーン市フロリズドルフ区  
青少年ホームステイ派遣報告書



**派遣団員**

野上 栄 (のがみ しゅう)

不破 涼太 (ふわ こうた)

本村 陽茉里 (ほんむら ひまり)

赤司 馨 (あかし かおる)

住谷 優太 (すみや ゆうた)

# 2025年オーストリア・ウィーン市フロリズドルフ区

## 青少年ホームステイ派遣報告書

### <目次>

1. ウィーン市フロリズドルフ区について
2. 募集要項
3. 選考スケジュール
4. 研修概要
5. ホームステイ派遣日程
6. 団員及び受入ホストファミリー
7. 派遣団員ホームステイ報告

無断での転載、複製、配布、または他の目的への転用を禁止します。

## 1. ウィーン市フロリズドルフ区について

ヨーロッパの中央に位置するオーストリア。首都ウィーン市はかつて 640 年に及ぶハプスブルク帝国の帝都として、華麗な文化が華ひらきました。葛飾区は、この音楽の都、宮廷文化と歴史の町ウィーン市フロリズドルフ区と 1987 年 11 月に友好都市提携を締結し、38 年間に渡りさまざまな交流を行っています。なかでも、夏休み期間中に行われる 2 週間の青少年ホームステイ交流は、滞在を通して街の魅力を肌で感じることができ、ウィーンを「馴染みのある街」に変えてくれます。

青少年ホームステイ交流は、ウィーン市フロリズドルフ区への派遣と受入を毎年交互に行っています。派遣の年である今年（2025 年）は、7 月 30 日から 8 月 13 日までの 15 日間、5 人の青少年が葛飾区からフロリズドルフ区を訪れました。

ウィーン市は 23 の行政区より構成されています。第 21 区であるフロリズドルフ区は、ドナウ川をはさんで旧市街の対岸に位置し、面積は約 44 km<sup>2</sup>と葛飾区よりやや広く、およそ 15 万人が暮らす、ウィーン市で 3 番目に人口の多い区です。住宅地や大学、近代的な産業施設があり、丘陵地はワインのための葡萄畠が続いています。ドナウ川沿いの中州や湿地はきれいに整備され、天気の良い日は人々で賑わいます。

5 人は、ホームステイ滞在を通してホストファミリーから温かい歓迎を受け、文化や習慣の違いを楽しみ、さまざまな経験をしてきたことが、帰国後の報告からうかがえました。ここで紹介するのは、5 人の派遣団員がそれぞれに過ごしたウィーンで見たこと、感じたことの感想と報告です。

参加した派遣団員の国際交流は始まったばかりです。これから地域や学校などでこの経験を活かして活躍してくれることを期待しています。

## 2. 募集要項

事業名	オーストリア・ウィーン市フロリズドルフ区 青少年ホームステイ派遣		
派遣期間	令和7年7月30日(水)～8月13日(水) 15日間		
募集人数	5名		
対象	平成15年4月2日～平成22年4月1日生まれの方		
応募資格	<ul style="list-style-type: none"><li>① 申し込み時から派遣時を通して葛飾区に住所を有している方。</li><li>② 国際交流に关心があり、派遣の目的を理解し、派遣後も区内で実施する国際交流事業に協力できる方。</li><li>③ 健康で、海外生活やホームステイに対応ができる、区の研修、交流事業に参加できる方。</li><li>④ 学校長、勤務先の理解が得られる方。18歳未満の場合は保護者の同意が得られる方。</li><li>⑤ 事前・事後研修、報告会の全日程に参加できる方。</li><li>⑥ 英語またはドイツ語での交流に意欲がある方。</li><li>⑦ 過去に本事業及びマレーシア・ペナン州との交流事業で派遣されたことがない方。</li></ul>		
言語	英語またはドイツ語	個人負担金	200,000円

## 3. 選考スケジュール

4月1日(火)	応募受付開始
5月12日(月)	応募締切 <19時必着>
5月中旬	書類選考結果と面接選考時間を郵送にて通知
5月25日(日)	面接選考
5月下旬	団員の内定。審査結果は全員に郵送にて通知。 ※派遣団員内定者のうち、事前研修の全日程を修了した方を団員として決定。

## 4. 研修概要

	日付	研修内容
第1回	6月15日(日)	渡航手続きの説明、自己紹介、前回派遣団員の体験談
第2回	6月29日(日)	ウィーンの歴史・文化、ドイツ語講座
第3回	7月13日(日)	ホームステイ情報、現地での文化交流について
第4回	8月27日(水)	区長に帰国報告(葛飾区役所)等
報告会	11月9日(日)	かつしか国際交流まつりにて発表

## 5. ホームステイ派遣日程

7月30日 (水)	成田発 ウィーン着、ホストファミリー対面式
7月31日 (木)	【公式行事】Hop on Hop off バスツアー、ドナウタワー見学
8月 1日 (金)	【公式行事】プラーター公園散策
8月 2日 (土)	ホームステイ
8月 3日 (日)	ホームステイ
8月 4日 (月)	【公式行事】国会議事堂、美術史美術館見学
8月 5日 (火)	【公式行事】旧市街散策、ドナウ川クルージング
8月 6日 (水)	【公式行事】シェーンブルン宮殿見学、シェーンブルン動物園散策
8月 7日 (木)	【公式行事】ドナウ川でボート体験
8月 8日 (金)	【公式行事】 フロリズドルフ区長表敬訪問、友好都市紋章花壇・かつしかシュトラッセ・寅さん公園・フロリズドルフ中央消防署見学、交流会「日本文化の紹介」、フェアウェルパーティー
8月 9日 (土)	ホームステイ
8月 10日 (日)	ホームステイ
8月 11日 (月)	【公式行事】バーチャルツア一体験、王宮見学
8月 12日 (火)	ウィーン発 (機内泊)
8月 13日 (水)	成田着

## 6. 団員及び受入ホストファミリー

団 員	ホストファミリー
野上 栄 (団長)	Schulteis シュルタイズ家
不破 混太	Sturm シュトゥルム家
本村 陽茉里	Kroll クロール家
赤司 馨	Cil, Lanner チル、ランナ一家
住谷 優太	Moormann モールマン家

## 7. 派遣団員ホームステイ報告

### 音楽の都ウィーンでの2週間

野上 梓

#### (1) はじめに

私は、異文化交流を通して国際的な視野をさらに広げたいと考え、この派遣に応募しました。今回が初めてヨーロッパを訪れる機会となり、出発の日を迎えるまで期待と緊張が入り混じっていました。音楽が大好きな私にとって、音楽の都ウィーンはまさに憧れの場所であり、街中に音楽や芸術があふれる雰囲気を実際に体験したいと思っていました。また、観光だけでは分からぬウィーンの人々の生活や考え方に対する接觸したいとも考えていました。実際に現地で過ごしてみると、歴史ある美しい街並みを歩くだけで毎日が新鮮でワクワクするものでした。どんな出会いや発見が待っているのか、期待と少しの不安を抱えながらの出発でしたが、本当に毎日が新しい経験ばかりで、忘れられない時間を過ごすことができました。

#### (2) ホームステイ先

私がお世話になったのは、PatrickさんとFrankyさんのご自宅でした。お2人はとても穏やかで優しく、初日から温かく迎えてくださいり、まるで家族の一員のように過ごすことができました。日本からのお土産として、おそろいのTシャツやお菓子、そしてPatrickさんがリクエストしてくれた漬物を持っていったところ、とても喜んでくださいました。Patrickさんは大学時代に日本へ交換留学していた経験があり、日本語も少し話すことができました。日本の文化にも詳しく、一緒にアニメを見たり、日本について話したりする時間がとても楽しかったです。言語の違いを超えて、互いに興味を持って会話できたことが印象に残っています。お2人とも料理が得意で、毎日の食事が本当に楽しみでした。中でもFrankyさんが作る半熟卵は絶品で、朝食の時間を心待ちにしていました。食事はいつもベランダのテーブルでいただき、ウィーンの柔らかな風が吹き抜ける中で語らう時間は、とても穏やかで幸せなものでした。



私・Frankyさん・Patrickさん



リヒテンシュタイン城

Patrickさんは「大乱闘スマッシュブラザーズ」というゲームの上級者で、ヨーロッパの大会にも出場した経験があるほどの実力者でした。私は何度挑戦しても1度も勝てず、笑い合いながら盛り上りました。また、Patrickさんのゲーム仲間との交流会にも参加させていただき、現地の方々と親しくなる貴重な機会となりました。週末には、ヨーロッパ最大の地底湖（Seegrotte）やリヒテンシュタイン城、ウィーン軍事史博物館など、さまざまな場所に連れて行っていただきました。

お2人と過ごした2週間は、楽しさと学びに満ちており、本当に温かく、忘れられない思い出となりました。Patrickさん、Frankyさん、本当にありがとうございました。

### （3）食事

滞在中は毎日おいしい食事に恵まれ、どの料理も心に残る味でした。ウィーンでは水道水が飲めることも印象的でした。日本の軟水とは異なり硬水ですが、市内のいたるところにウォーターサーバーが設置されており、水筒を持ち歩いて自由に給水できる環境が整っていました。食事の面では、代表的なオーストリア料理であるシュニッツェルが特に印象的で、滞在中に何度もいただきました。外はサクッと、中はやわらかく仕上げられたカツレツのような料理で、日本ではなかなか味わえないおいしさでした。甘いものが好きな私にとって、老舗カフェ「カフェ・ザッハ」でいただいたザッハトルテは忘れられない1品です。1832年にメッテルニヒ宰相の命でフランツ・ザッハが考案したとされるチョコレートケーキで、濃厚なチョコレートとアプリコットジャムの絶妙な調和が印象的でした。

さらに、団員の中で唯一20歳を超える私は、ビールやワインも控えめに嗜みました。フェアウェルパーティーでは、ウィーン特有のワイン居酒屋「ホイリゲ（Heuriger）」にて、ホストファミリーの方々やフロリズドルフ区の職員の皆さん、パパイ区長とともに語らいながらワインと食事をいただきました。その際、オーストリアでの乾杯のルールとして、乾杯する相手の目を見ること、乾杯する際に他の人と手や腕をクロスさせないことなどを教えていただき、「Prost（プロースト）」と言いながら相手の目を見て乾杯する現地の文化に触れることができました。出てくる料理の説明も1つ1つ丁寧にしてくださいり、温かく穏やかな雰囲気の中、忘れられない時間を過ごしました。



ザッハトルテ



パパイ区長とワイン

#### （4）観光・文化体験

##### ① プラーター遊園地

滞在3日目には、公式行事の一環としてプラーター公園の一角にある遊園地を訪れました。プラーター公園はドナウ川とドナウ運河にはさまれた広大な敷地であり、かつてハプスブルク家の狩猟場として利用されていた歴史を持ちます。現在は市民や観光客の憩いの場として親しまれ、シンボルである大観覧車をはじめ、ミニ列車、プラネタリウム、サイクリングコースなど多彩な施設が整備されています。広大な緑地と並木道が広がる公園内はどこを歩いても美しく、ウィーンの豊かな自然と文化が共存する場所だと感じました。遊園地では数えきれないほどのアトラクションを楽しみましたが、中でも逆バングーと、地上117メートルという世界1高いブランコは、生涯忘れられない体験となりました。スリルと興奮の中で、案内してくださった区の職員の方と笑い合った時間は、今でも鮮明に心に残っています。

##### ② コンサート

公式行事としてコンサートを鑑賞する機会はませんでしたが、どうしても本場の音楽を味わいたいという思いから、個人で"Wiener Mozart Konzert"を鑑賞しに行きました。会場はウィーン1区にある由緒あるコンサートホール「ウィーン楽友協会」で、建物の外観も内装も息をのむほど美しく、まるで夢の中にいるようでした。照明に照らされた金色のホールがいつそう輝きを増し、会場に入った瞬間に胸が高鳴りました。演奏会ではモーツアルトの名曲がぎっしりと詰まったプログラムで、オペラのアリアも交えた多彩な構成でした。演奏者たちは18世紀当時の衣装を身にまとい、まるでモーツアルトの時代にタイムスリップしたかのような臨場感がありました。音楽の都ウィーンならではの文化の深さを肌で感じ、心から感動しました。



プラーター公園の大観覧車



コンサートホール内

## （5）移動手段

ウィーン市内の交通機関には、大きく「地下鉄」「バス」「トラン（路面電車）」の3種類があり、どれも時間通りに正確に運行していました。滞在中は、これらすべての交通機関を自由に利用できる乗り放題のチケットをいただき、公式行事後などの空き時間には、1人で市内を巡ることもありました。街の隅々まで公共交通が張り巡らされており、どこへ行くにも便利で安全に移動できる点が印象的でした。交通機関の清潔さや利用者のマナーの良さにも感心し、市民の生活意識の高さを感じました。一方、市内を離れる際には車での移動が便利で、ホストファザーのお2人にヨーロッパ最大の地底湖（Seegrotte）やリヒテンシュタイン城など、郊外の名所へ連れて行っていただきました。道中では、お2人がオーストリアの文化や歴史について語ってくださり、温かな交流を通じて異文化への理解を深めることができました。歴史ある街並みを眺めながらのドライブは、公共交通とはまた違った魅力があり、忘れられない思い出となりました。



トラン

## （6）さいごに

今回の派遣を通して、言葉では言い尽くせないほど多くの方々の支えを実感しました。葛飾区・フロリズドルフ区の職員の方々をはじめ、ホストファミリーの皆様、そしてこの貴重な機会を準備・運営してくださったすべての方々に心より感謝申し上げます。人生で初めて経験することばかりで、毎日が新しい発見と学びの連続でした。異文化に触れ、考え方や価値観の幅が広がり、自分自身の視野を大きく広げることができました。今回の派遣で得た知見や人とのつながりは、これから的人生において大切な財産となりました。今後も両区の交流が末永く続き、より多くの人々がこのような素晴らしい経験を通して国際的な視野を広げていけることを心から願っています。



2025年度派遣団員5名とパパイ区長

# 2週間で見たウィーン

不破 混太

## (1) はじめに

私はこのプログラムがあることを父親に教えてもらい、参加することを決めました。プログラムに参加するまでは海外に行った経験がなく、日本語の通じない場所で2週間も生活することができるのかと不安に感じていました。しかし、ヨーロッパの暮らしを実際に体験してみたいという気持ちと、フロリズドルフ区と友好都市を結んでいることを広める役に立ちたいという気持ちから参加を決意しました。

私のホストファミリーは、両親と姉2人、そして弟の5人家族でした。休日も平日の午後も様々な場所に連れていってくれ、何より私の拙い英語を理解してたくさん話してくれてとっても楽しい2週間を過ごすことができました。

## (2) 印象に残ったこと

強く印象に残ったことの1つは、外国との距離の近さです。1週間目の土曜日はホストファミリー全員でドナウ川を下ってスロバキアの首都ブラチスラヴァに行きました。ウィーンとブラチスラヴァは60km程しか離れておらず、帰りも国内の移動と同じように電車で帰ってきました。ブラチスラヴァでは、青の教会や聖マルティン大聖堂、ブラチスラヴァ城などの観光名所に行ったのですが、そこで車のナンバープレートについて教えてくれました。

Aでオーストリア、Dでドイツなど、1番左に書いてあるアルファベットでどの国から来たのかを見ることができるそうです。実際に見てみると、スロバキアやオーストリアだけでなく、ドイツやポーランド、イタリアなどからも来ていることがわかり、その範囲の広さに驚いたのをよく覚えています。また、私のホストファザーが勤めている会社にもたくさんのスロバキアの方々が働いているとのことでした。EUによって国家間の往来が盛んであることを知識として知っていても、実際に体験すると驚くことばかりでした。

もう1つ印象に残ったのは自然との距離の近さです。ホストファミリーの家には庭があったのですが、その大きさに驚きました。いちじくやリンゴなどの木からトマト



ブラチスラヴァの青の教会

やカボチャなどの野菜までを育てていました。そしてそれらが日常的に食卓にのぼるのも興味深い経験でした。特に、まな板にとても収まりきらないほど長くて太いズッキーニでスープを作ったり、庭でスパゲッティーを食べた時にテーブルの近くで育っていたハーブを探ってかけたりしたのには驚きました。もちろん全ての家でこのようなことをしているわけではないでしょうが、近所を歩いた時に見える庭やアパートのベランダもたくさんの自然に溢れていて少し散歩するだけでとても気持ちが良かったのを覚えています。



ホストファミリーの庭

### (3) 天気

東京と比べると暑くはなく、また湿度も低かったので過ごしやすかったです。しかし、私たちの2年前にこのプログラムに参加した人からは寒いくらいだったと聞いていたので、想像していたよりは暑かったです。年によって気温もかなり変わると考えると、ある程度寒かったり暑かったりしても大丈夫なように服を持っていくと良いと思います。また、滞在中、雨が降った日は多くありませんでした。しかし、有名な遊園地であるプラーター公園に行った日、ちょうど帰ろうとした時に雨が降り始め、数分もしないうちに土砂降りになってしまいました。傘を持っていない人もいて、走って駅まで帰りました。日本よりも短時間で激しい雨が降ることがあるので折り畳み傘があると安心だと思います。

### (4) 終わりに

この2週間、私たちを本当の家族のように温かく迎え入れ、日々さまざまな貴重な体験をさせてくださったホストファミリーをはじめ、ウィーンの魅力が詰まったスケジュールを用意し、細やかな準備をしてくださったフロリズドルフ区の職員の皆様、そしてこの素晴らしい機会を与えてくださった葛飾区の職員の皆様に、心から感謝しています。

ウィーンで過ごした日々は、文化や生活を全身で感じると同時に、多くの方々の温かさを実感できる濃密な時間でした。このように国境を越えて受け取った恩を次の誰かへとつなげていくことこそが、国際交流をより豊かにし、人ととのつながりを深めていく鍵だと感じています。母語の通じない場所で困った時に助けを求めるハード

ルも体感したので、日本で困っている外国の方を見かけたら話しかけることができるようになったと思います。

今回の派遣を通じて得た経験やウィーンの魅力を、これからは自分なりの形で周囲に伝え、フロリズドルフ区と葛飾区の友好関係が未永く続き、さらに発展していくことを願っています。



ホストファミリーと区長との集合写真

## ホストファミリー紹介

Claudia

頼れるホストマザー。近くの小学校で先生をしています。遅刻しそうな時は車で送ってくれました。日本語を勉強していて、漢字の勉強もしていました！



Maria

とても愉快なホストシスター。ムードメーカーでたくさん話しかけてくれました。料理好きでホームステイ中もパンやケーキを焼いてくれました。

Matthias

一家の大黒柱のホストファザー。会社勤めをしています。家族のカメラマンの役割もしていました。歴史にも詳しく、ウィーンでも遠出した時もその土地のさまざまなことを教えてくれました。

Julia

いつも落ち着いているホストシスター。去年このプログラムで葛飾に来っていました。植物についてとても詳しく、生えている植物についてたくさん教えてくれました。



Jakob

スポーツ少年のホストブラザー。よく友達とサッカーをしていました。家の近くの空き地でバドミントンをしたときもずっと元気で盛り上げてくれていました。外でご飯の時も毎回一口くれる優しい一面もありました。



# オーストリア青少年派遣を通して

本村 陽茉里

## (1) はじめに

私は2025年夏、オーストリアで2週間のホームステイを体験しました。もともと海外の風景や多様な価値観に触れることで視野を広げたいと考えていた私は、このプログラムを知り、貴重な機会だと感じ参加を決意しました。この報告書では、この派遣を通じて得た学びや気づきを共有し、みなさんがウィーンや本プログラムに関心を持つきっかけとなれば幸いです。

## (2) 初めての海外渡航、初めてのホームステイ

今回が私にとって初めての海外渡航でしたが、事前研修を通じて英語・ドイツ語やオーストリアの歴史文化に触れる機会があったことで、不安なく出発することができました。長時間のフライトと時差を経て辿り着いた町並みは美しく、道行く人々が笑顔で応じてくれる国民性に心を打たれました。



帰国直前の私とVicky

ホストファミリーは両親、18歳のVicky、10歳のVanessa、そして猫のキキでした。ホストペアレンツとは言葉の壁がありました。Vickyが通訳役を担ってくれました。初日の自己紹介をドイツ語で行うと大変喜ばれ、一気に打ち解けることができました。平日は公式行事後に観光地を案内してもらい、夜は一緒にゲームを楽しみました。休日には家族全員でレストランや隣国チェコのプールへ出かけ、家庭内の習慣に戸惑いながらも、互いに歩み寄ることで快適に過ごせました。

## (3) 文化交流の体験

私はお土産として白玉とみそ汁の材料を持参し、ホストファミリーと一緒に調理しました。日本では馴染みのある料理も、工程や食感に驚かれ、異文化交流の魅力を改めて感じました。また、日本のカードゲームを手作りして一緒に遊んだところ、帰国後にホームパーティーで友人と使用し楽しんだという報告・写真が届き、大きな喜びを覚えました。さらに、ホストファミリーはドイツやポーランドにルーツを持ち、オーストリアにとどまらない多様な文化を教えてくれました。ホストマザーの誕生日

にはポーランドの伝統の歌を歌い、一緒にお祝いしたことと、文化理解の幅を一層広げることができました。こうした経験を通じ、互いの文化を理解し合うことこそがホームステイ最大の意義であり、最大の楽しみだと実感しました。



みんなでこねた白玉



茶道を披露する私

(4) 交流会  
滞在期間中、派遣メンバーと各ホストファミリーが集まり、日本文化紹介の交流会を実施しました。テーマを「日本の教育」とし、幼稚園から大学までの教育機関を体験形式で紹介しました。幼稚園ブースではだるま落としやけん玉を行い、小学校ブースではひらがな講座を実施しました。中学校ブースでは日本地図を用いて観光名所を紹介し、私は茶道の実演と体験指導を担当しました。高校ブースでは学園祭や体育祭を映像で紹介し、大学ブースではサークル紹介や共通テスト問題の展示を行いました。最後におみくじを引いてもらい、結果に応じて駄菓子を配布しました。どのブースも盛況で、特にひらがな講座と茶道体験が好評でした。準備は大変でしたが、参加者が楽しんでくださる姿を見て、大きな達成感を得ました。

## (5) オーストリアの環境意識

滞在中、環境問題に対するオーストリアの先進的な取り組みも印象的でした。例えば、一部のペットボトルにはデポジット制度が導入されており、購入時に追加料金を支払う代わりに、空容器を返却すれば返金される仕組みがあります。日本ではあまり見られないユニークな制度であり、環境保全と生活習慣が密接に結びついていると感じました。また、通勤電車から見える焼却場が芸術的にデザインされていることにも驚きました。現地スタッフによると



シュピッテラウ焼却場

「朝から不快な景色を見れば仕事の効率が下がる。このような美しい環境は社会にとって有益だ」と政治家が考えた結果だそうです。環境政策に美的価値を組み込む発想に感銘を受けました。

#### (6) さいごに

この2週間、ホストファミリーをはじめとする多くの人々に支えられ、「異なる文化や価値観に触れる」という当初の目的を十分に果たすことができました。帰国後は相手の考え方を尊重し、違いを楽しめるようになったと感じています。今後は、この貴重な経験で得た学びを周囲に還元し、異文化交流の素晴らしさを広める活動に積極的に関わっていきたいと考えています。そして、オーストリア・ウィーン市と葛飾区の友好関係が今後ますます発展することを心から願っています。



シェーンブルン宮殿内部

## 【ホストファミリー紹介】

### 〈セバスチャン〉

ホストファザーのセバスチャンは、まさに家庭のムードメーカーでした。この写真ではクールにきめていますが、普段は変顔をしたり、ドナルドの声まねをしたりと、いつも笑いを絶やさない明るい人でした。

言葉の壁はありましたが、簡単な挨拶は欠かさず交わし、その他の会話は主にVickyの通訳を通して行っていました。彼のおかげで、家の中は常に温かく、笑顔にあふれていました

### 〈マグダレナ〉

ホストマザーのマグダレナは、いつも私のことを気にかけてくれる優しい方でした。気候の変化で体調を崩したときや、帰国前にスーツケースが重量制限を超えてしまったときなど、困ったときにはいつも助けてくれました。靴屋で働いていることもあり、オーストリア製の靴を特別価格で譲ってくれたほか、お土産もたくさん用意してくれました。彼女の温かな気遣いのおかげで、安心してホームステイ生活を送ることができました。



### 〈バネッサ〉

ホストシスターのバネッサは、私にとって特別な存在でした。夜はほとんど毎日、マリオカートや日本・オーストリアそれぞれのカードゲームをして一緒に遊びました。

まだ10歳という若さにもかかわらず、とても気配りができる子で、「どのゲームで遊びたい？」

「ジュースを作ってきたからついであげるね！」と、いつも優しく声をかけてくれました。

その思いやりに感心すると同時に、末っ子として育ってきた私にとって、年下の子と生活を共にすることは新鮮で、毎日が癒しの時間でした。

### 〈ビクトリア〉

同じ年のホストシスター、ビクトリア（ビッキー）は、常に私と行動を共にしてくれました。渡航前から連絡を取り合い、到着初日から帰国直前まで、本当にたくさんの会話を交わしました。彼女は事前に私の公式行事の予定を調べ、重ならないように配慮したうえで、毎日のように夕方から夜にかけて観光名所やお気に入りの場所へ案内してくれました。

また、ビッキーもとても気配りのできる人で、「休憩する？」「AとB、どちらに行きたい？」と常に私の体調や気分を気にかけ、滞在がより充実したものになるよう努めてくれました。

帰国して2か月が経った今でも、ほぼ毎日のように連絡を取り合う、大切でかけがえのない友人です。

# ウィーンでの2週間

赤司 鑿

## (1) はじめに

私がこのプログラムに参加した理由は、新しい経験を通して視野と可能性を広げ、将来の方向性を定めるためです。昨年の夏季休暇にもイギリスへの短期留学を経験しましたが、ヨーロッパの中でも国によって生活や環境には大きな違いがありました。今回は、支えてくれる人が少ない環境の中で自立した生活を送り、多くの新鮮な経験を得ることができました。高校生のうちからこのような貴重な機会をいただけたことに、心から感謝しています。

## (2) 発見

### A: 都市部と郊外

プログラムは主にウィーン中心部で行われましたが、休日にはホストファミリーと一緒に、中心部から少し離れたカレンベルクという場所へハイキングに行きました。普段ビルに囲まれた東京で生活している私にとって、久しぶりに自然の中で過ごす時間でした。1時間半ほどの長い道のりでしたが、道端に咲く花や木の実を見たり、ホストマザーとホストファザーと会話を楽しんだりしているうちに、あっという間に頂上に着いてしまいました。

都市部でも、ドナウ川沿いでは休日に多くの人が泳いだり、ピクニックをしたりして自然を満喫

しており、ビルが立ち並ぶ第1区でも緑豊かな公園が整備されていました。自然と都市が調和したウィーンの街並みを見て、自然が特別なものではなく、日常に溶け込んでいることに感動しました。



ホストファミリーとのハイキング



ドナウ川の風景

この経験を通して、私も忙しい日々の中で自然と向き合う時間を意識的に作りたいと思うようになりました。小さな散歩や公園での読書など、身近なところから自然を感じる習慣を大切にしていきたいです。

## B：食事

プログラムへの参加が決まってから、私が最も楽しみにしていたのは食事でした。普段から料理することも食べることも大好きな私にとって、オーストリアの食文化はとても興味深いものでした。初日のドナウタワーでの食事では、主食がジャガイモであったり、量がとても多かったりと、日本との違いを多く感じました。

特に印象的だったのは、どのレストランにも必ずベジタリアンやヴィーガンのメニューがあったことです。派遣前の私は「動物由来の製品を一切使わないように主義を徹底している人」という印象を持っていましたが、実際には「健康のために野菜を多くとる」「肉の味が苦手」など、より気軽な理由でその食生活を選ぶ人も多くいました。そのような多様な考え方を互いに尊重し合う社会に触れ、自分の思い込みを反省とともに、多様性について考えさせられました。

また、どの家庭でも「みんなで食事を楽しむ時間」を大切にしていたことも印象的でした。食事中にスマートフォンを使う人はほとんどおらず、会話や雰囲気を楽しむことが重視されていました。休日には少し遅めに起きて、ベランダでブランチを楽しむこともあり、そんなゆとりのある過ごし方に心が温まりました。私も日本に戻つてから、日々の中に少しの余裕を取り入れたいと思います。



オーストリアの伝統料理

シュニツェル

## （3）成長

1つは、自立心が生まれたことです。日本では、日常生活のあらゆる場面で親を頼っていました。しかし、ホームステイを通して、計画的に支度をしたり、風呂やトイレを使った後の状態に気を配ったりするなど、自分で考えて行動する力が身についたと思います。最初は慣れない環境に戸惑いましたが、「自分のことは自分でやる」という意識が芽生え、少し大人になれた気がしました。

2つ目は、伝える力が身についたことです。英語力はもちろんですが、お互いに母国語が英語でない人と話す環境にいたため、言葉が通じないときにはジェスチャーや言い換えで工夫しながら伝える力が伸びました。日本文化を紹介する交流会で発表した後のホイリゲでの食事では、同年代の女の子たちと会話する機会があり、日本で友達と話すときのように自然に笑い合えたことがとても嬉しかったです。普通の旅行では出会えない、かけがえのない友人ができたことは、私にとって大きな宝物です。

#### (4) まとめ

今回のウィーン短期派遣を通して、私は多様な文化に触れる中で自立心と伝える力を育むことができました。そして、自分の思い込みを見直し、相手の考え方を尊重することの大切さを学びました。この経験で得た学びをこれから学校生活や将来の国際的な活動に生かし、どんな環境でも自分から行動し、相手と理解し合える人になりたいと思います。

持ち物リスト	
	
※行きと帰りどちらも、チェックボックス使って荷物確認！！	
<input type="checkbox"/> パスポート(コピーも)	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 歯ブラシ・歯磨き粉
<input type="checkbox"/> パスポートホルダー	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> ボディーソープ
<input type="checkbox"/> 現金(¥)	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> シャンプー・リンス
<input type="checkbox"/> " (€)	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 洗顔ソープ
<input type="checkbox"/> カード	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> タオル(フェイス・バス)
<input type="checkbox"/> スマホ	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> スキンケア(乾燥対策)
<input type="checkbox"/> 下着(少なくとも一週間分)	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> ドライヤー
<input type="checkbox"/> 上着(夏服)	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 日焼け止め
<input type="checkbox"/> 防寒具(カーディガンなど)	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 水筒
<input type="checkbox"/> 靴下	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> マスク
<input type="checkbox"/> パジャマ	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> コンタクト・メガネ
<input type="checkbox"/> ビジネスカジュアルな服	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 爪切り
<input type="checkbox"/> 履きなれた靴	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 常備薬
<input type="checkbox"/> サンダル	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 青汁・ビタミン剤
<input type="checkbox"/> 水着	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 体温計
<input type="checkbox"/> モバイル充電器	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 生理用品
<input type="checkbox"/> コード	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 洗濯ネット
<input type="checkbox"/> 変換プラグ	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> ハンガー・洗濯バサミ
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 洗濯用洗剤
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> ノート・筆記用具
<input type="checkbox"/> お土産	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 安全ピン
<input type="checkbox"/> お菓子	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 圧縮袋
<input type="checkbox"/> 日本食	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 輪ゴム
<input type="checkbox"/> ウエットティッシュ	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> バンダナ
<input type="checkbox"/> 折り畳み傘	<input type="checkbox"/>

\* 日本で事前に200ユーロ程度換金していました。

\* 現地用のsimカードを事前に用意していました。

## ホストファミリー紹介

Stephan

ユニークでパワフルなホストファザー。様々なことに詳しくて、冗談を言ったりしてお出かけがとても楽しかったです。席を譲ってくれたり、Eva をエスコートしたり、紳士的な一面が格好良かったです。



Eva

とっても優しく、料理上手なホストマザー。ふたりでおしゃべりしていて、気づいたら夜中になっていたこともあります。体調を崩したときはフルーツを用意してくれたり、温かいお茶を入れたりしてくれて、ほんとうの家族のようでした。



現地の素材を使って  
私が作ったラーメン



ホストマザーお手製の  
オーストリア伝統料理  
カイザーシュマーレン



公演での  
ダンスイベント



一緒に行った舞台



360°レストランで

# Homestay in Vienna

住谷 優太

## (1) はじめに

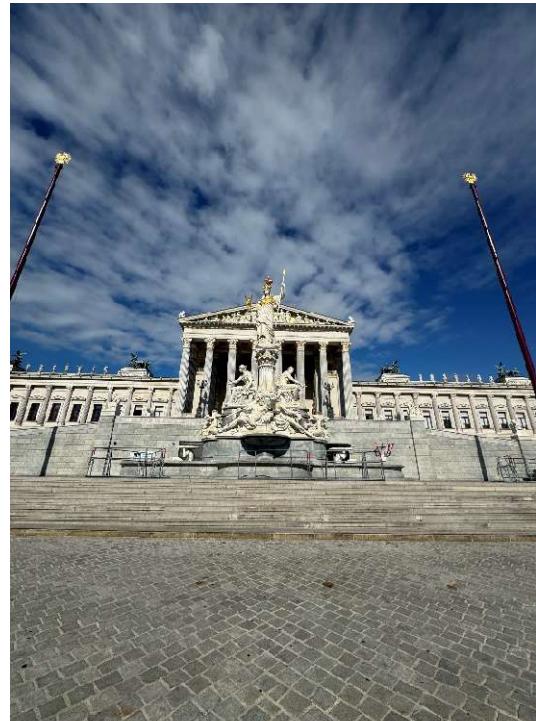
ヨーロッパの歴史において中心的な存在であるオーストリア・ウィーン。1913年まで続き、第1次世界大戦の開戦のきっかけとなったハプスブルク帝国。モーツアルトやベートーヴェンをはじめとする、世界的な音楽家達。様々な歴史を生んだこの国での生活は、現代と歴史の融合のように思われた。日本とは大きく異なる生活を送り、私は様々なことを感じた。

## (2) 公式行事

平日はメンバーとフロリズドルフ区の職員の方々と共にいろいろな場所に訪れた。国会議事堂やシェーンブルン宮殿のような歴史的建造物はもちろん、プラーター公園という遊園地やショッピングモールなどにも行き、とても楽しい行事が多かった。歴史的建造物や博物館といったものは興味深いものばかりで、歴史を肌で感じ、学びとなつた。特にハプスブルク家の歴史を感じるシェーンブルン宮殿や数多くの教会と、タイムトラベルツアーというオーストリアの歴史や文化を3DやVRで学べるものが多く興味深かった。

国会議事堂では、現役の国会議員の方に同行していただき様々な説明を受けた。歴史と現在の政治の両面を見ることができ、どちらについても学ぶことができた。日本の国会議事堂より先にオーストリアの国会議事堂に行くとは夢にも思わなかつた。

シェーンブルン宮殿では音声ガイドを利用して歴史を学んだ。正直に言うと、ウィーンに行くまでハプスブルク家は名前しか聞いたことがなかつた。しかし、ウィーンに赴き実際の歴史を見たことでハプスブルク家の歴史についても興味を持つことができた。調べてみると、ヨーロッパにおいてとても重要な歴史を持つ一族だったとわかつた。また、ホストファミリーと職員のみなさんと行った交流会やパーティーは忘れられない思い出となつた。



国会議事堂

### (3) 食事

滞在中様々な食事を楽しむことができた。まず初めはなんといってもシュニッツェルである。平たいカツのようなものでレモンとジャムをつけて食べる。1枚がとても大きくボリューム満点だった。オーストリアでの主食はパンやパスタのほかにはじやがいもであるため、シュニッツェルを頼むときはたいていじやがいもと共に食べていた。

また、オーストリアではアルムドウードウラというレモネードの1種が有名であり、揚げ物であるシュニッツェルとよく合うものだった。家庭ではカイザーシュマーレンというオーストリア風のパンケーキを食べた。

オーストリアではデザートも有名であり、とくに有名なザッハトルテというチョコケーキは格別だった。全体的にボリュームのあるものが多く、海に面していないため海産物より肉がメインの食事が多かった。ワイン畑に隣接したレストランなどではオリジナルのぶどうジュースなどを楽しんだ。



シュニッツェル



丘の上にあるレストラン

### (4) 発見

私が1番に感じた日本との違いは、英会話である。オーストリアの公用語はドイツ語であり、英語は第2言語である。それにもかかわらず、多くの人が英語を話していた。私のホストファミリーは両親とホストシスターの全員が英語を流暢に話していた。また、メンバーのホストファミリーの10歳の男の子とも英語で会話したが、不自由なく意思疎通が行えた。話を聞く限り、英語を学び始める時期は日本とそこまで変わらないものだった。それなのにここまで差があるのはなぜだろうかととても疑問に思った。大きな差の1つとしては母語の違いだと考える。日本語とドイツ語では基本的な文法が異なり、ドイツ語のほうが英語により近いものである。また単語に

しても英語に近いものがあり、アルファベットも大して変わらない。オーストリアが多民族国家であるというのも影響の1つではないかと考える。私はウィーンで様々な国の人を見かけた。もちろん観光としてきてる人も多いとは思うが、歴史的にみてオーストリアは多民族国家である。そのため、英語を話す機会が日本よりはるかに多いのではないだろうか。

## (5) まとめ

私がウィーンでホームステイをして感じたことは、人のやさしさである。様々な場所でとてもやさしい人々と出会った。どれほど国同士が遠く、文化も異なるといえど、人ととの間に壁などないのだと実感した。大切なのはその時々の思いやりと、相手を理解したいという気持ちである。それがうまく絡み合うことで、とてもよい人間関係が築かれるのだ。思いやりが世界をつなげる。それを1番に感じた。



ホストファミリーのみんな

# My host family



**Renate** とても優しいお母さん。おしゃべりが好きでいつも楽しませてくれる。料理も運転もピアノも弾けるし、職業はお医者さん！外出中倒れている人に駆け寄っていました。なんでもできちゃうスーパーお母さん！

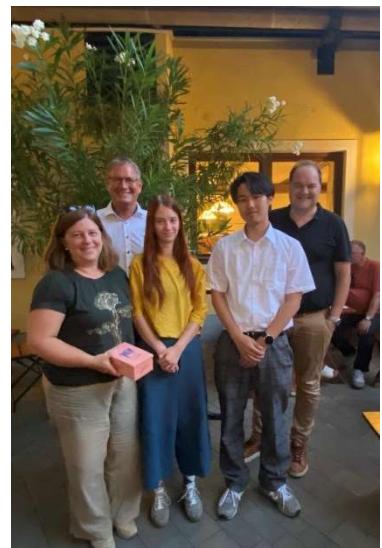
**Manfred** 身体が大きくてとても安心感のある頼れるお父さん。いろいろなところに連れて行ってくれて、その場その場でいろんなお話をしてくれるとても博識な人！みんなで LUDO というボードゲームをしたときは頭脳派なプレイングでした。

**Anna** クラシック音楽ガチ勢の女の子。チェロと声楽を学校で習っているほどの音楽家。歌声が素晴らしく、一緒にドイツ語の曲を歌ったりもしました。日本文化に興味があって日本食とか日本の曲とかも知っていました！

**Lucy** 猫ちゃん。とてもかわいいけどあんまりなついてくれませんでした。結構シャーシャーいわれてしまつたけどそれでもかわいい子。



頑張って近づいている姿



ホストファミリーと区長



ホストファミリーはじめフロリズドルフ区の皆様が温かく迎えてくださり、とても楽しく充実した滞在になりました。2026年の受け入れで少しでも恩返しができるよう、そして今後も葛飾区とフロリズドルフ区の友好関係が末永く続していくよう、私たちも交流を続けたいと思います。

