

台湾高校生日本留学事業

第8期留学最終報告

当協会の台湾高校生日本留学事業では、台湾の高校生が日本の高校に約11ヶ月間留学し、日本の高校生と同じ環境で生活を送りながら、日本の社会・文化・歴史等を学ぶ機会を提供しています。留学した台湾人高校生が将来知日派人材となり、日台間の架け橋として日台関係の更なる発展に寄与すること、及び受入校の日本人高校生等の台湾に対する理解を増進することを目的としています。2024度派遣の第8期生は、2024年8月より留学を開始し、2025年7月17日、11ヶ月間の留学を終え帰台しました。今回は、約11ヶ月間の留学を通して学んだこと・成長したことについて、留学生4名の最終報告を紹介いたします。

留学を通して手に入れたもの、考える能力

名古屋市立向陽高等学校 翁若寧

この一年間の留學生活では、生活面でも学習面でも、留学したからこそ得ることができた多くの経験や知識を手に入れました。その中で、私が最も大切に感じているのは「積極的に考える力」です。

台湾にいる時とは異なり、日本に来てからは、健康保険料の支払い、郵便の発送、生活用品の購入、旅行の計画など、ささいに見える日常のことまで、家族に頼らずに自分でやる必要がありました。最初の一か月間、私の頭の中は常に「これはどうやってやったらいいのでしょうか?」「もっといい方法ないかな?」でいっぱいでした。健康保険料の封筒に支払用紙が2枚入っていたとき、ネットで無数の郵便種類を見比べていたとき、ドラッグストアで数え切れない種類の洗剤を選んでいたとき……その瞬間、自分が台湾にいたときよりもずっと多くのことを考えていることに気がつきました。

しかし、私が本当の意味で積極的に考えはじめたのは、日常生活の雑務より向陽高校での授業でした。台湾での経験とは異なり、日本で受けた授業やグループワークには、先生から当てられて「言

葉」ではなく「文」で答えさせられることが多くありました。定期テストも、選択肢式の問題より自分の推論などを書く記述式の問題が多かったです。こうした明確な選択肢のない問題を通じて、私はだんだんと、ただ選択肢の中から見覚えのあるものを選ぶのではなく、自分から情報と言葉を整理し、自分のロジックで答えることに慣れていきました。最初は「慣れない」と感じていた記述式問題も、だんだん「面白い、挑戦しがいがある」と思えるようになっていました。

答えを考える力だけでなく、私にとってより貴重だったのは「質問することを怖いと思わなくなった」経験です。一般的な「日本人は内向的で消極的」というイメージと違って、向陽高校では、発表や講演の最後の質疑応答の時間に、多くの生徒が積極的に手を挙げて質問していました。簡単な内容の講演でも、少し難しい内容の講演でも、質問は自然に出され、まったく場違いな空気はありませんでした。日本に来る前には想像していなかった光景です。

この雰囲気の影響され、私もこれまで見過ごしてきたことや、なんとなく受け入れてしまったこ

とに対して、「本当に理解しているのかな」と考えるようになりました。実際にやってみると、質問するのは簡単ではありませんでした。周りがどれだけ優しくても、人前で自分の知識不足をさらけ出すのは少し勇気が必要でした。「こんな基本的なことを聞いて笑われないかな」と迷う瞬間もありました。しかし、いざ質問してみると、「それ基本でしょう」という反応はなく、むしろ「それ、私も聞きたかった」とそっと声をかけてくれる子がいました。このように共感されることは、次に質問するための大きな勇気になりました。

もちろん、質問すること自体にも価値がありますが、せっかくの機会なら、少しでも答える価値のある質問をしたいとも思うようになりました。そのためには、まず発表者の話をしっかり理解し、その中にある隙間——わからなかった専門用語や、論理の中で見落としてしまった細かいところ——を見つける必要があります。質問の練習を重ねるうちに、わからない部分を無意識に納得するのではなく、意識的に考えるようになりました。こうして私は学びを「教えられる」ことから「聞きに行ってもいいかもしれない」と考えるようになりました。

この思考の姿勢は教室の中にとどまらず、日常まで少し変わりました。ネットを見ているときや道を歩いているときにも、以前は気にも留めなかった違和感に気がつくようになりました。「この専門用語はどういう意味?」「なぜ突き指すると指が腫れるかな?」「何したら消しゴムは折れにくくなるでしょう?」——こうした疑問が生活

の中に溢れるようになりました。放課後に、同級生とこうした“どうでもいい疑問”を語り合うのは、グループワークの延長のようで、とても楽しい時間でした。この習慣が、日常の見方を少しずつ変えていったのです。

振り返れば、この一年で私は生活力、語学力、教科書の知識、そして数えきれないほどの唯一無二の経験を手に入れました。そして何より、「積極的に考える力」を得ることができました。この考え方はきっと、日本を離れたとしても、そしてずっと先の未来においても、変わらず大切に貴重な能力だと思います。



新しい自分を知った一年

春夏秋冬、四季が巡る中で、私の11ヶ月の日本留学生活はあっという間に過ぎ、現在は台湾の高校に戻りました。異国で過ごしたこの1年で、私の日本語能力は大きく上達しました。最初は関西弁が聞き慣れず、口に出す日本語も硬く、ネイティブの話すスピードに頭がついていけなかった時もありました。でも今では関西弁も理解できて、日常会話もだいぶ自然になって、日本人の友達とも気軽に話せるようになりました。言語力以外に、

京都府立山城高等学校 許芸齊

もう一つ大きく感じたのが「自分自身についての理解が深まったこと」です。

留学生生活を始めた頃、想像以上に悩みごとがありました。例えばクラスでの人間関係について、自分が静かすぎてはいないか、クラス中心のグループの子と話すべきではないかなどと悩みました。でも初めの一步を踏み出す勇気が出ず、毎日心の中で葛藤するだけの日々でした。もし違う性格を演じて無理にそのグループに馴染んだとして

も、それは本当の自分なのかとも考えてしまいました。

また、時間の使い方についてもとても悩みました。留学生活は、学校の授業や部活動以外にも、寮での家事、外国人として観光地に行きたいという気持ちなど、やることがたくさんあって生活リズムを掴めず「全部ちゃんとやりたいのに、何一つうまくいかない」と自分を責めていました。毎日頑張っているつもりなのに達成感が得られず、自分にどんどん不満を持つようになりました。そのストレスで夜更かしが増えて、掃除やお弁当作りの時間もスマートフォンを触って無駄にしまい、自己嫌悪のループに陥っていました。

その中で私は「今しかできないことをする、自分の気持ちのままにしよう」と決め、学校生活の中心を弓道部に置くことにしました。日本の高校の部活動は誰でも経験できるものではありませんから、休日は部活の練習が終わってから遊びに行き、テスト前の休みは空き時間を作って、勉強だけするようにしました。勉強科目も、自分が好きで必要だと思う科目に集中した結果、勉強のストレスがとても軽減しました。クラスでの人間関係については、無理に自分の性格と合わないグループに入らず、話しやすい友達と楽しく学校生活を送りました。今振り返ってみると、無理に中心のグループに入ったら、こんなに気楽に過ごせなかったと思います。生活習慣についても、数ヶ月観察を重ねた結果、自分は睡眠不足になるとネガティブになりやすく、集中力も下がる傾向がある

ことに気づきました。台湾にいた頃は睡眠不足が当たり前だと思っていた、その状態に慣れていましたが、これが正常ではありません。そこで、私は睡眠時間をしっかり確保するよう、睡眠計画を立てました。

留学生活が続く中で、私は「何もかもがうまくいかないと感じるときでも、焦らず一歩ずつできることをやり続けたら、いずれ答えは浮かび上がる」と気づきました。例えば、お弁当作りも最初は効率よく作る方法が分からず、毎日帰宅後多くの時間をかけて準備していましたが、冷凍保存や食材の味付けを工夫することで、だんだん自分に合ったペースと作り方が見つかりました。

また、「時間をかけた分だけ、自分に返ってくるものがある」ということを学びました。最初は意味がなさそうに見えた努力も、いつか思いがけない場面で役に立つかもしれません。留学したばかりの頃、私はテストでいい成績をとりたいと思っていましたが、周りの同級生が毎日放課後や週末に勉強している中、私は部活動に行ったり、観光に出かけたり、寮で掃除をしたりしていました。元々言語の壁もある上で、テスト前にする数時間だけの努力は、毎日頑張っている人に勝てるはずがありません。でも、彼らが勉強に励んでいる間、私が得た経験は、勉強だけでは得られないものでした。

いままで、私は「努力しても成果が出なかったらどうしよう」と怖がって、全力で取り組むことを避けてきた部分がありました。特に勉強におい



ては、いつもこの考えで言い訳を作りながら、自分が能力不足かどうか疑い続けました。でも、それを理解してからは、うまくいかないのは十分な努力が足りなかっただけだと気づきました。「自分もきちんと努力すれば、できるかもしれない」と思えるようになって、全力で取り組めるようになりました。

さらに留学中、「日本にいる自分」と「台湾にいる自分」を比べてみる習慣が身につきました。例えば、ホームステイの時には、ずっと自分の部屋にいるのは失礼かなと思い、リビングでホスト

ファミリーと積極的に交流するようにしていました。そこで台湾にいるときの自分を振り返ってみると、家事は両親がしてくれると当たり前のように思い、ずっと部屋にこもっていたので、当時の自分は未熟だったと気づきました。また、京都の観光地をたくさん巡ったあと、自分が台南のことをあまりにも知らないと感じました。いろんな場所を見て、経験をしたからこそ、自分が生まれ育った街についてももっと知りたいと思えるようになりました。

留学×サッカー部×日常

京都橘中学校・高等学校 崔伊安

この11ヶ月間、私は本当にいろいろなことを経験しました。最初は不安と期待が入り混じった気持ちで、新しい生活をスタートさせました。何事も自分で解決しなければならず、生活面でも勉強や練習でも、一人で向き合う日々が続きました。洗濯、掃除、料理、時間やお金の管理など、当たり前に見えることでも、多くのことを学びました。たとえば、「必要」と「欲しい」の違いを意識することです。物が増えると部屋が狭くなって、片付けも大変になる…これは実体験です（笑）。生活では自律を学び、毎日のスケジュールを上手に組むようになりました。限られた時間の中で、やるべきことをきちんとこなす習慣が身につきました。

学校生活では、言葉の壁に加えて、授業の進捗にもついていかなければなりません。わからないところがあると、他の人よりも多くの時間を使って補う必要があります。宿題にもたくさんの労力が必要でした。でも、どんなに大変でも、諦めるわけにはいきませんでした。学校では文化祭「橘祭」や冬のスポーツ大会、沖縄研修旅行、体育大会など、さまざまな行事がありました。そうしたイベントを通して、チームワークの大切さを実感しました。一人の力には限界があるけど、みんなで協力すれば無限の可能性が生まれることを知りました。

サッカー部では、週6日の練習があり、平日は放課後にコーチが運転するバスでグラウンドへ向

かい、帰宅はいつも夜の8時を過ぎます。練習や試合の密度が高く、体も心もかなりのプレッシャーがありました。「なんでこんなに頑張っているのだろう？普通に旅行や休みを楽しんでも良いのではないか」と、思ったこともあります。でも、留学の目的を思い出すたびに、また前向きになれました。私は日本のサッカー環境を学び、自分に足りないところを見つけて成長するために来たのです。日本のサッカー育成は本当に整っていて、幼稚園からプロまで一貫したシステムがあります。

特に印象的だったのは、私たち高校生が週に一度、小学生と一緒に練習することです。年齢を超えた交流ができ、チーム全体の雰囲気もより温かくなります。試合があれば、他の学年のメンバーも応援に来てくれて、その声援が本当に励みになります。こうしたチーム文化の中で、「凡事徹底（小さなことも全力で取り組む）」という精神を学びました。任されたことは最後まで責任を持ってやり遂げる。どんなに点差が開いても、試合を諦めない。仲間が全力を尽くす姿を見ると、自分ももっと頑張ろうという気持ちになります。コーチたちも、問題があればすぐにサポートしてくれます。ピッチの上では厳しくても、ピッチの外では友達のように楽しく接してくれます。

練習や試合だけでなく、日本各地の観光もできました。天橋立、伊根の舟屋、城崎温泉、諏訪湖、飛騨古川など、どこも本当に美しく、実際に足を



運んだからこそ味わえる感動がありました。旅を通して、情報収集やスケジュールの立て方、移動の計画なども学ぶことができ、ストレスの中でもリフレッシュすることができました。

この留学生活を通して、技術だけでなく、精神面でも大きく成長できたと思います。困難から逃げず、自分の力で一歩踏み出すことの大切さを学びました。慣れない土地でも、自分で生活できる自信ができました。また、研修活動ではグループでの話し合いや発表もあり、仲間との絆がより深まりました。

まもなく台湾に戻り、高校に復学します。そし

て、日本の大学進学を目指して努力を続けます。将来、再び日本のサッカーの舞台に立てるよう、奨学金の獲得を目指しています。同時に、日台のサッカー交流の架け橋になれば嬉しいです。

この11ヶ月で得た経験は、全てが一生の宝物です。生活力、語学力、サッカーの技術、人間関係…すべてに感謝しています。日本台湾交流協会、そして支えてくださった全ての方々、本当にありがとうございました。この感謝の気持ちを忘れず、これからも一歩ずつ前に進んでいきます。

「やらなきゃ、何も始まらない。」

これは日本での11ヶ月の留学生活を通して、私が自分に何度も言い聞かせた言葉です。

私は、元々少し人見知りで、新しい人間関係を築くのが得意ではありませんでした。何かをしたいと思っても、「断られたらどうしよう」「うまく話せなかったらどうしよう」と考えすぎてしまい、行動に移せないことが多かったです。しかし、日本での留学生活は、そんな私を大きく変えてくれました。

日本に来る前から、「今回の留学では、できるだけ多くの人と話したい、台湾のことをもっともっと日本人に伝えたい」と心に決めていました。どんなに緊張しても、自分から話しかけてみるこ

さいたま市立大宮北高等学校 陳奕瑄

と。上手く話せなくても、それでも一歩踏み出してみる。私はこれらのことをずっと大切にしてきました。

しかし、実際に留学してみると、想像と違うこともたくさんありました。通っていた学校では、台湾に興味を持ってくれる人は思ったより少なく、話をしても台湾のことを深く聞かれることはあまりありませんでした。最初は少し寂しい気持ちにもなりましたが、だからこそ「自分から伝えよう」「自分から興味を持ってもらえるように話そう」と思うようになりました。

もっと多くの人と関わるために、学校生活の中でも積極的にさまざまなことに挑戦しました。そ

の一つが部活動です。部活動を通じて、学年やクラスを越えた交流の機会が増え、台湾について話すきっかけも生まれました。同時に、日本の文化や価値観を体験的に学ぶこともできました。

最初は、先生から誘われて、空手道部に参加しました。もともと私は空手をやったことがなかったのですが、日本の武道を体験してみたいと思い、勇気を出して挑戦しました。正直、動きは難しくてなかなかうまくできませんでしたが、練習を通して「礼儀」や「努力」「継続することの大切さ」など、日本の武道に込められた精神を少しずつ学ぶことができました。

その後、ESS部にも入りました。英語を使って話す部活だったので、外国や異文化に興味のある人たちが多く、私も自然と打ち解けることができました。お互いの文化について話したり、ちょっとしたゲームやプレゼンをしたり、とても楽しい時間を過ごしました。英語を通じて日本人の友達とつながることができたのは、とても嬉しい経験でした。

さらに、ESS部での経験を活かして、学校の国際交流イベントにも積極的に参加しました。そこで国際的な関心を持つ生徒や先生と知り合い、台湾の文化や生活について話す機会が増えました。直接「台湾ってこんなところだよ」と自分から紹介することで、留学の目的の一つである「台湾をもっと知ってもらおう」ことが少しずつ実現していききました。

そして、もっと多くの人と関わりたいと思い、もともと好きだったバドミントン部にも入りました。この部活は、私にとって一番好きな活動でした。なぜなら、メンバー全員がとても優しくて仲

が良く、すぐに打ち解けることができたからです。練習や試合を通して、身体を動かす楽しさだけでなく、チームの一員として協力することの大切さも学びました。練習後にみんなでおしゃべりする時間は、学校生活の中でも特に大切なリラックスタイムでした。

私にとって部活動はクラスよりも一体感があり、共通の目標に向かって頑張ることで、より強い絆が生まれたように感じます。

このように三つの部活に参加し、毎日がとても忙しく、時には疲れることもありましたが、その分とても充実していました。自分の可能性を広げるために、積極的に挑戦し続けたことで、私は大きく成長できたと感じています。

学校生活だけでなく、友達との楽しい時間もたくさんありました。一緒にディズニーに行ったり、たこ焼きパーティーを開いたり、カラオケや遊園地に出かけたりして、日本の高校生らしい思い出ができました。最初は日本語に自信がありませんでしたが、こうした交流の中で自然と話せるようになり、自分から友達に話しかけたり、遊びに誘ったりできるようになりました。

また、時間に余裕があるときには、一人で出かけることもよくありました。特に遠くの場所や歴史ある街を訪れる時は、自分のペースで自由に旅ができる一人旅がぴったりでした。私は日本の歴史に興味があり、留学中には姫路城、松本城、岐阜城、弘前城など、各地の名城を訪れました。写真でしか見たことのなかった場所に実際に足を運び、その美しさや背景にある歴史に触れたときはとても感動しました。知らなかった文化や景色に出会えたことも、留学生活の大きな魅力の一つ



だったと思います。

一人旅の途中では、地元の人と話す機会もありました。以前は知らない人に話しかけることが苦手でしたが、留学生活を通して、勇気を出して一歩踏み出せるようになりました。声をかけることで交流が広がり、台湾のことを紹介するきっかけにもなり、とても嬉しく感じました。

この11ヶ月の留学生活を振り返ると、たくさんの挑戦や失敗もありましたが、その一つ一つが自分を大きく成長させてくれました。最初は不安でいっぱいだった私も、「やらなきゃ、何も始ま

らない」という言葉を胸に、怖がらずに行動できるようになりました。部活での経験、友達との交流、一人旅での出会いを通して、自分の可能性が広がっていることを実感しています。

これからの人生でも、未知のことや困難なことに出会うと思います。でも、留学で学んだ「積極的に行動する大切さ」を忘れず、どんな時も自分から挑戦していきたいです。この経験は私にとってかけがえのない宝物であり、未来を切り開く大きな力になると信じています。