



先輩からの情報提供 —①持って行って役立った物—



海外赴任中の保護者（★）、帰国した保護者（☆）の方々から「持って行って役立った物」についてお聞きしました。

日本語の絵本や本、国語辞典、学習用ドリルなどの他、**日本の学校で使っていた学用品**はどなたも挙げておられました。外国で入手できても高価な場合が多いようです。

また、**日本のビデオやDVD、子どもが好きな番組を録画したもの、童謡や日本の歌のCD**なども持って行くといいようです。その他、体験者ならではのアドバイスは以下のとおりです。[滞在国／子どもの就学状況]

持って行って役立った物、持って行った方がよいと思う物

★ 日本の本が手軽には手に入らないので、本は貴重です。問題集や辞典、辞書類もあればいいでしょう。 [中国／現地の小・中学校]

☆ 日本で使う学用品全て。
日本の行事、文化を大切にするので、夏祭り用にゆかたや甚平を持って行った方がよいと思います。 [中国／現地の日本語幼稚園、日本人学校]

☆ 読み聞かせのための絵本。小学校に入学してからは辞書も必要です。現地の言葉を日本語にしても意味の分からないこともあったので、役に立ちました。 [中国／現地の幼稚園、現地の学校]

☆ 絵本。ひらがな、カタカナを学習できるようなドリル。 [中国／現地の幼稚園]

☆ 小学生…ふえ、ピアノカ、絵の具セット、習字セット
幼稚園児…お弁当袋、上履き、なわとび [中国／現地の日本語幼稚園]



★ 日本での生活は、小学校1年生のときのみでしたので、日本より持参した物は特にありませんでした。シンガポールの日本人会は診療所、レストラン、図書館が充実し、また、古本市が定期的開催され、日本の書物にふれられる環境が整っていて、精神的苦痛もなく非常に満足しました。 [中国、シンガポール]

★ 学校で使用する道具類（水筒、弁当箱、上履き、外履き、ノート、絵の具セット、習字セット、リュック、その他バッグ・ケース類）は現地でも入手可能ですが、日本で購入した方が安価で機能性に優れた物が豊富ですので、事前に確認した方がよいです。



日本で流行している遊びは現地でも流行していることが多いので、その関連おもちゃ、道具類を持ってくると、友達を作りやすいと思います。

日本では当たり前で購入できる機能性に優れた子ども服、運動具、文房具は、現地では意外と手に入りません。あっても高価なので、ある程度持ってこられた方がよいかもしれません。 [シンガポール／日本人学校]

★ 日本の学校で使うもの一式、学習机 [インド／日本人学校]

☆ スニーカー [タイ／現地の日本語幼稚園、日本人学校]

☆ 男の子用キャラクターの身の回りの品（女の子用のかわいいものは容易に入手できました） [タイ／現地の日本語幼稚園、日本人学校]

☆ 日本の絵本、本は持って行き、しっかり読み聞かせをしてやると思います。
海外子女教育財団の通信教育は必ず申込み、しっかりフォローして続けさせることが大事だと思います。 [フィリピン／インターナショナルスクール]

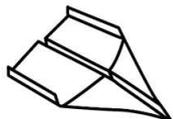
- ★ YKK関係の場合は海外生活が長いので、できる限り多くの文具（漢字ノートなどのノート各種、鉛筆、色鉛筆、ボールペン、絵の具、習字道具など）を持って行った方がいいと思います。海外のものでは代替えが難しかったり、品質が悪かったりするので。
[イタリア、ドイツ、エジプト、トルコ/日本人学校]

- ★ 定規、鉛筆削り、消しゴムなど文具類（もちろん現地でも購入できるが、日本製が一番性能がよい）、折り紙も持って行くといいでしょう。
[イタリア/現地の幼稚園、日本人学校]



- ★ ひらがな、カタカナの表、日本地図、世界地図のポスターを持ってきて、家に貼っています。

[ドイツ、トルコ/現地の幼稚園、日本人学校]



- ☆ 絵本、日本のおもちゃはできる限り持って行きました。文化の違う国に住んでも、自分の見慣れた以前遊んでいたおもちゃや本に囲まれていることで、安心感があったように思います。



ひらがな、カタカナのおけいこ帳などを渡航前に買い、渡航後は毎日使いました。文房具は日本の方が充実しているので、いろいろ持って行くと助かると思います。

かわいいレターセットなどはイタリアには少なかったです。

[イタリア/現地の幼稚園、現地の学校]

- ☆ ノート、書道セット、そろばん、裁縫セット、子ども用エプロン、お道具箱、ピアノカ、リコーダー、画板、下敷きなど（日本人学校へ通学していたので、一時帰国のたびに必要な学用品を買って持って行きました。）

式服（制服がないため）、弁当箱、水筒（給食はなく弁当でした）

[フランス・イギリス・ドイツ/日本人幼稚園・日本人学校]

- ☆ 学校行事で現地校との国際交流の機会が多々ありました。日本独特のグッズがあると何かと助かります。特にゆかたは出番が多いです。電子辞書は必須。

[ドイツ・エジプト/日本人学校]



- ☆ 幼稚園…ひらがな・カタカナ表、日本の歌のCD
小学生…習字道具、そろばん、辞書、生まれてからの写真、祖父母の写真などは小学校のホームワークで使用した。

[アメリカ・中国/現地の幼稚園、小・中学校、日本人学校]

- ☆ 日本製の物は高価なので、書籍（子どもの年齢にあった本）を数年分持って行きました。（中古の物でもよい。）その後は子どもの成長に合わせ、一時帰国の時に購入しました。小学校入学前は「ひらがな」「すうじ」を練習するもの、小学校では問題集があるとよいと思います。

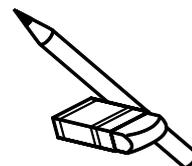
[イギリス/現地の幼稚園、小学校]

- ☆ 電子辞書

[イギリス/現地の幼稚園]

- ☆ 文房具（日本製は品質もよく、使いやすいから）、日本語の本、絵本など。

[イタリア/現地の幼稚園、日本人学校]



- ☆ 日本の書籍は海外では高価なため、必要な本は日本から持って行かれる方がいいと思います。

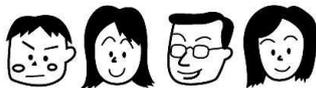
[ドイツ、アメリカ/現地の幼稚園、日本人学校]

- ☆ 絵本、本、幼児向けビデオ
 弁当箱（日本人学校は給食が水曜日のみで、あとは弁当持参でした）
 なわとび（日本人学校1年生の時、初めてなわとびをした息子は、就学前からやっていた友達よりもはるかにへたでした）
 えんぴつ、消しゴム、はさみなど、日本製の方が使いやすい気がしました。
 折り紙、日本の風景の本など（教科書にでてくる“さくら”が分からなかった）
 乳児用歯ブラシ（日本の物はより小さく磨きやすかった）



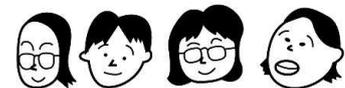
[スペイン／現地の保育所、日本人学校]

- ☆ 赴任する場所により違うと思うが、日本の弁当箱は助かりました。
 [ギリシア／現地の幼稚園、日本人学校]



先輩からの情報提供

—②子どもの教育で心がけたこと—



海外赴任中の保護者（★）帰国した保護者（☆）の方々にお聞きしました。
 [滞在国／子どもの就学状況]

海外での子育て中、特に気が付いたこと

- ★ 日本の通信教育を利用し、子どもたちが日本の教育から遅れをとらないように注意し、親用の読本にて日本の実情を常に把握するようにしています
 [中国／現地の小・中学校]
- ★ 往復バスでの通学となるため運動不足になりがちなので、運動系の習い事（サッカー、水泳等）を多く入れるようにしています。
 日本人学校に通っていても、日本語にふれる絶対的な時間が日本に比べて不足しているので、習い事等を活用して補っています。（学習塾の選択肢は多い）その反面、英語にふれる機会は増えるので、英検等で上の級を目指すにはよいと思います。
 [シンガポール／日本人学校]
- ★ なるべく英語にふれ合う機会を多くするようにしています。（最初は店の店員に声をかけることから）
 [インド／日本人学校]
- ★ 何か得意なものを身につけさせるように心がけています。ピアノを弾かせる、運動をしっかりとやらせる、本をしっかりと読むようにすることなど。
 [イタリア、ドイツ、エジプト、トルコ／日本人学校]
- ★ シンガポールは何でも揃っているのですが、特別問題はありません。他方、スポーツに関しては香港、シンガポールとも、日本に比べてかなりレベルが落ちます。水泳に関して、シンガポールの一般レベルは高いので問題ありませんが、野球に関しては将来高校野球以上を目指す場合は、少なくとも小学6年生以上は日本へ帰国させた方がよいと思います。夏休み、春休みには日本へ一時帰国し、公式野球チームに入ることによって将来に備えている家庭もあります。
 [中国、シンガポール／日本人学校]
- ★ 日本の書物にふれる習慣をつけるよう心がけています。他方、英語にふれる環境が多く、日本人学校でもほぼ毎日英語教育の時間があり、特にヒアリングの力がつくと思っています。周りのお子さんも小学生で英検2級取得者も多く、準2級、3級取得者は

多数います。英語の文法学習が始まる中学校入学前に、ある程度の英語の能力をつけられるよう心がけています。
[中国、シンガポール／日本人学校]

★ まずはしっかりとした日本語を身につけさせること。子どもは外国語を覚えるのも早いですが、そちらが中心となり日本語の基本が疎かにならないようにしています。
[イタリア／現地の幼稚園、日本人学校]

★ 日本語の環境が少ないので、自宅では極力日本語を使うよう心がけています。
[ドイツ、トルコ／現地の幼稚園、日本人学校]

☆ 日本人学校では子どもの転出入が多いので、転入生に対してすぐに友だちになってくれて、やさしく受け入れてもらうことができました。先生方の意識が高く、子どものことをよく見てくれたので、特に気をつけたことはありません。
文房具など消耗品は、日本製の物の方が質がよいので、日本からストックをたくさん持って行くようにしました。
[中国／現地の日本語幼稚園、日本人学校]

☆ 子どもは現地の幼稚園に通っていたので、日本語が分からなくならないよう、時間があるときはよく日本語の本の読み聞かせをしました。
[中国／現地の幼稚園、現地の学校]

☆ 外国人とのトラブル。
[中国／現地の幼稚園]

☆ 現地の日本語幼稚園は、先生もお友達もほとんど日本人だったので、特に困ることはありませんでした。
[中国／現地の日本語幼稚園]

☆ あいさつ、日本語に特に気をつけました。
[タイ／現地の日本語幼稚園、日本人学校]

☆ 現地校に通っていたので、お友達との交流のために家では現地のテレビ番組だけを見ました。子どもは毎日耳にすることで短期間で言葉を覚え、学校生活を楽しんでいました。お友達と現地で流行しているキャラクターの話など楽しんだり、遊んだりできました。幼稚園、小学校ともに自由な校風があり、外国人として入園、入学したのも忘れるくらい現地校にとけ込めていました。家では日本でしていた通信教育をしっかりと続けていたので（こどもチャレンジ年中、年長）、日本の勉強に心配はありませんでした。
[イタリア／現地の幼稚園、現地の学校]

☆ 水泳をする機会がないので、スイミングスクールに通わせました。（風邪をひきにくくなりました。）
漢字検定、英語検定を受検するようにしました。
[フランス・イギリス・ドイツ /日本人幼稚園・日本人学校]

☆ 日本のいじめ問題の深刻さを耳にしていたので、友達とのかかわり方をよく話し合いました。
先生方やお母さん方ともコミュニケーションをとりあい、家庭以外の子どもの様子が分かるようにしていました。
[ドイツ・エジプト／日本人学校]

☆ 母国語の日本語、歌になるべく多くふれさせようと思いました。
[アメリカ・中国／現地の幼稚園、小・中学校、日本人学校]

☆ 家庭では日本語をつかうこと。漢字検定を受けることもよかったです。日本語の本を読み聞かせたり、一緒に読んだりしました。
[イギリス／現地の幼稚園、小学校]

☆ 同級生との友達関係
[イギリス／現地の幼稚園]

☆ 日本の習慣と滞在国の習慣の違いについて、子どもが疑問をもつたびに説明しました。
[イタリア／現地の幼稚園、日本人学校]

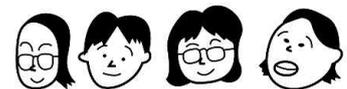
☆ 出国前に海外子女教育財団にて、カウンセリングを受けました。母語の大切さ、渡航年齢による外国語の習得の問題点など、詳しく教えてもらってから渡航しました。大切なのは家庭内でしっかり日本語を使うことと言われ、その点は気をつけました。
[フィリピン／インターナショナルスクール]

☆ 初めて保育所を探し選んだとき、周りに評判などを聞ける状況に至っていなかったの
で、自分の目で見てまわりました。（10園程度）
周りに日本人の子どもがいなくて、ほぼ母親からしか日本語を学ぶことができなかつ
たので、とにかく読み聞かせを続けました。学校の先生方や担当医と密に話をし
て、“今何をすべきか”ということを常に意識していました。
日本からの通信教材で、年齢に応じた情報を得ていました。
[スペイン／現地の保育所、日本人学校]

☆ 月刊誌（今は廃刊となっている学研の『科学』がよかった）などを送ってもいい、刺激
を与えるようにしました。
[ギリシア／現地の幼稚園、日本人学校]



先輩からの情報提供 —③健康・医療に関すること—



海外生活で一番の不安は、ご自身やお子さんの健康面ですね。慣れない外国で、もし病気
になったら、怪我をしたら…。そんな不安に対処するため、先輩方はどうしていたのでしょ
うか。海外赴任中の保護者（★）、帰国した保護者（☆）の方々にお聞きしました。
[滞在国]

海外での子育て中、困ったこと、特に気をつけたこと

- ★ 赴任時には狂犬病予防接種が必須ではなかったので、狂犬病予防のために、犬、猫、
鳥などには近づかないようにしている。
外科医療機関が日本より未発達なので、怪我をしないように気を配っている。
[中国]
- ☆ 衛生面に気をつけました。うがい、手洗い、水道水は飲まない、生ものは食べない、
野菜はよく洗うことなどに特に気をつけました。
食品、特に野菜、果物は残留農薬が気になったので、日本から野菜を洗う洗剤を持っ
て行きました。
[中国]
- ☆ あまり信用できる病院がなかったので、なるべく病院にかからないようにしました。
子どもの薬でも一度にたくさん種類を出されるので、小さい子どもは飲めなくて困ま
りました。無意味な血液検査、注射、点滴はしないようにしました。
[中国]
- ☆ スーパー等で買い物をするときは、子どもから目を離さないように気をつけました。
予防接種は自分で時期等を覚えていました。
[中国]
- ★ シンガポールは医療体制が整っているため、全般的に安心して過ごすことができます。
日本人向けのクリニック（日本からの派遣医）も多いですし、幼児の予防接種につい
ても日本より進んでいます。現地の専門医に診ていただく場合のみ、英語でのコミュニケ
ーションが必要ですが、必要に応じて通訳の手配も可能です。
[シンガポール]

- ★ 通訳（病気、症状がよく理解できない）
薬の用量が日本に比べて多く、副作用が強い時があった。
インターネットで薬を調べて効用、要領を確認する。 [インド]
- ★ 子どもが小さい時に高熱や原因がよく分からない体調不良などを訴えられた際、対応に苦慮した。病院で現地の言語しか通用しない場所もある。（特にイタリア、トルコなどは、英語もあまり通じない病院、医者も多い）
[イタリア、ドイツ、エジプト、トルコ]
- ★ 長男は生誕より幼稚園までは香港で育ちました。家の中で遊ぶことが多く、野外で遊ぶときは小さな遊技場のみ、広い公園などで体を動かす機会が極端に少ない環境でした。その影響で、体が非常に硬い子どもとなってしまい、現在苦労しています。
一方、シンガポールは運動する環境に恵まれており、サッカー、ソフト、野球、水泳と多種目を経験させることができました。
医療環境もシンガポールはある点で、日本以上の整備、特に高度な医療検査は早期対応が可能で、非常に安心できる環境です。 [中国、シンガポール]
- ★ 幼児期の予防接種は国により受診すべきものや回数が違うので、常に過去の受診歴を持っておくことが必要です。また、かかりつけの小児科医を作ると安心できると思います。 [イタリア]
- ★ ドイツ派遣時代に長女が川崎病を患った。再発を心配して、トルコ異動後も定期的に診断を受けている。小児慢性特定疾患でもあり、トルコの医療機関より信頼できる日本の医療機関で診断を受けている。 [ドイツ、トルコ]
- ☆ 子どもが小さいうちは予防注射の種類・回数が多く、受けた日付と種類をきちんと管理・把握しておく必要があると思った。日本独特のものは、一時帰国の時に受けた。
海外は日本に比べて医療費が高い。大丈夫と自己判断で市販薬を使っているうちに重症化させてしまったことがあった。やはり専門の医師に診てもらった方が良いと思った。日本人（アジア人）特有の病気については、欧米人医師の知識が十分あるかは疑わしい。 [アメリカ・中国]
- ☆ 子どもが何度も入院しました。日本では入院はしないと思う程度でしたが、国によって事情が違っていました。 [タイ]
- ☆ 現地の学校では、学校での健康診断等がなかったため、先天性の異常が帰国後の学校検診で発見された。一時帰国時に検診を受ける体制が整っている企業はよいが、必ずしもそうとは限らない。
医療については病気になった時だけでなく、健康管理の面でもよく勉強して、対策を打っておくべきと思います。 [フィリピン]
- ☆ 部屋が乾燥するため、洗濯物を干しておくようにしました。
救急にかかった時、現地の言葉、英語も分からず大変でした。
外へ出て日光に当たるようにしました。 [フランス・イギリス・ドイツ]
- ☆ ホームドクター制度（家庭医G P）なので、G Pに予約を取ってから受診します。予約時間に行っても1時間以上待たされ、発熱していても元気そうで食事ができればドラッグストアで薬を購入して飲ませるように言われます。子どもが泣いて診察できない状況では、「診られないから…」と言われ診てくれません。過剰なことはしないと分かったとき、子どもの様子を見て、少しくらいの発熱では受診しなくなりました。 [イギリス]
- ☆ 病気になったとき、現地での薬、病院情報を積極的に取り入れた。 [イギリス]
- ☆ 子どもと大人ではホームドクターが違うので、場所の確認やシステムを把握することが大切です。実際、大人はかかることがなかったのですが、子どもは予防注射も含め、

何度もお世話になりました。

現地の言葉で症状を伝えるのは苦労しました。日本のように素早く医者には行けない環境だったので、予防のために薬局で子ども用、大人用の薬を購入し、予防に努めていました。 [イタリア]

☆ 子どもが風邪をひいたとき、病院の先生との会話に困った。専門用語が難しく、辞書にない単語も出てきた。現地で売られている市販薬については、在留邦人の方々に聞いてから購入した。 [イタリア]

☆ 病気になった時の受診時に、語学力のなさを痛感した。 [ドイツ、アメリカ]

☆ 予防接種については特に気をつけた。日本、スペインで受けたもの、受けていないものを正確に把握し、必要に応じて足りないものを個別に接種した。（帰国後も引き続き確認が必要）

医療制度が日本とは違い、妊娠時に産科医師の検診と助産師の検診は別々だった。知らずに、数ヶ月間は助産師の検診のみ受けていた。 [スペイン]

☆ 日本とは薬品の基準が違うので、副作用が恐ろしかったです。けれど、現地の子どもたちもみな使用している物なので、医師に任せました。

虫歯は一度削ってしまうと再生不能なので、特に気を遣いました。 [ギリシア]

日本から持って行って役立つ物、持って行った方がよいと思う物

★ 常備薬、特に整腸剤、風邪薬

マスク（感染予防、大気汚染予防、乾燥対策など）

湿布薬、保冷剤（夏に弁当保冷のための携帯用サイズがなかなか手に入らない）

[中国]

☆ 子ども用風邪薬、目薬、消毒薬、整腸剤などの常備薬。水枕、冷却シート、使い捨てマスク、空気清浄機、保冷剤、買い物バッグ [中国]

☆ 風邪薬、絆創膏などを持って行きましたが、現地でも買うことができました。 [中国]

★ 継続して使用する必要がある常備薬があれば、ある程度持参した方がよいと思います。擦り傷、切り傷の際使用する救急絆創膏については、日本で発売されている製品の方が種類も豊富かと思えます。

その他、使用の際に表示が日本語であった方が安心できるものは、持参されてもよいかもしれません。 [シンガポール]

★ 経口飲料水、冷却シート、氷枕、ネブライザー、空気清浄機、除湿・加湿器

[インド]

★ 消毒液、簡単な常備薬（整腸剤、下痢止め、熱さまし等）はあった方がよいと思う。現地でかかった病気には現地で調達した薬の方が効く場合も多いが、海外では抗生物質なども薬局で購入できるので、処方の方をしっかりとる必要がある。大使館、領事館などにおられる医師に相談するのがベターです。

[イタリア、ドイツ、エジプト、トルコ]

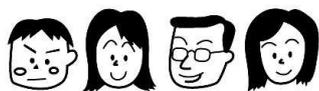
★ 日本の薬（なるべく医者にかかりたくないの、軽い病気なら置き薬で対応するため）湿布や絆創膏（日本のものの方が安い上に性能もよいので）

[イタリア]

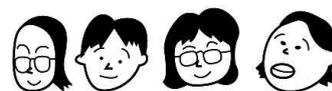
★ 日本の医薬品（葛根湯、湿布、子ども用の薬、絆創膏、冷却シート、マスク等）

[ドイツ、トルコ]

- ☆ 病院などで使う専門の単語・フレーズ集などの本がとても重宝した。
（ノーラ・コリーの著書を活用した） [アメリカ・中国]
- ☆ 風邪薬は何種類も持参したり、日本から送ってもらったりしました。子どもの風邪薬や冷却シート、座薬を持っていれば、すぐ使えてよいと思います。アイス枕もあったらいいと思います。 [イタリア]
- ☆ 冷却シート、マスク（現地のものを買おうとしたら、イメージと全く違うものだった）、ハンドクリーム（現地のものを試したが合わなかった）、酔い止めの薬、救急絆創膏、虫よけスプレーなど。 [フランス・イギリス・ドイツ]
- ☆ 電子辞書 [イギリス]
- ☆ 軟膏、整腸剤、子どもの常備薬 [イタリア]
- ☆ マスク、冷却シート（現地の店頭には売っていないので） [ドイツ・エジプト]
- ☆ 薬（常備薬）は持って行った方がよい。特に子どもの薬、解熱薬、痛み止めなど。生活していくうちに現地の薬で大丈夫になりました。 [イギリス]
- ☆ 家庭の常備薬は一通り持って行き、一時帰国のたびに補充した。医療用語事典もあると便利。 [フィリピン]
- ☆ 子どもの病気に関する本（家庭の医学）、常備薬。 [ドイツ、アメリカ]
- ☆ 水枕、冷却パットソフト枕、うがい薬（スペインにはうがいの習慣がなかった）、歯ブラシ（日本の方が種類が豊富にある）、母子手帳（保健センターで外国語版ももらえます） [スペイン]
- ☆ 気に入った子ども用歯ブラシを多めに持って行きました。（慣れない買い物だとじっくり選ぶのも大変なので） [ギリシア]



先輩からの情報提供 —④海外生活で受けた影響—



日本とは全く違う文化の中で暮らして、保護者ご自身もお子さん達も様々な影響を受けられたことでしょう。海外赴任中の保護者（★）、帰国した保護者（☆）にお聞きしました。

海外で暮らしてよい影響を受けたと思うこと

- ★ 日本の生活で当たり前と思っていたことが、他国では通用せず、それぞれの国で文化の違いや習慣の違いがあることを体験を通じて学ぶことができること。外国人が私たちに親切にしてくれるので、私たちも思いやる気持ちを学ぶことができる。
[中国／現地の小・中学校]
- ★ 小学校への通学は香港、シンガポール共にスクールバスを使っているので、子ども同士が非常に仲がよい。また、転入生が多いので、新しい児童を迎え入れる環境が自然と整っている。
昨年度軟式野球の世界大会に参加した際、子どもたちが日本の家庭にホームステイする

機会を得た。シンガポールの5年生と6年生が非常に仲がいいことに、受け入れた日本チームがとても驚いていた。子どもたちは誰とでも分け隔てなく接することができると思う。
[中国、シンガポール/日本人学校]

☆ 日本語を大切にするために学校には図書室が2つあり、とても充実していたので、読書をするようになりました。

日本を離れてみると、日本のよさ、当たり前にならず暮らせることの幸せを感じることができました。
[中国/現地の日本語幼稚園、日本人学校]

☆ 日本人居住区に住んでいたため、いろいろな年齢の子どもと一緒に遊ぶこともあり、お兄ちゃん、お姉ちゃんから学ぶこともあったと思います。

メディアからの情報が少ないので、汚い言葉や変な行動は少ないと思います。

[中国/現地の幼稚園]

☆ 転出入がよくあるので、いろいろなお友達ができてよかったです。

[中国/現地の日本語幼稚園]

★ 当然ながら自分たちの周りに日本人以外の方々が多く生活していますので、そういった環境に積極的に出ることで、人種、国籍をあまり意識しない感覚が身につくと思います。

交通のハブであるシンガポールからは、近隣諸国に容易に出ることができますので、旅行等を通じて見聞を広める機会を多く持つことができます。

また、母国である日本を客観的に見つめ、他国と比較できるまたとない機会でもあります。
[シンガポール/日本人学校]

★ 日本ではできないいろいろな経験を積んでいる。

[インド/日本人学校]

☆ 小学校高学年や中学校の年齢で帰国した子どもたちは、自然にグローバルな視点が身についたと思います。

[フィリピン/インターナショナルスクール]

☆ 日本食のありがたさが分かりました。

[タイ/現地の日本語幼稚園、日本人学校]

★ 今まで通っていた小規模な学校では、高学年の子どもが低学年の子どもの面倒をよくみていた。子どもが高学年になると、自分がしてもらったようにきちんと低学年の子どもの面倒を見ることができるようになる。また、性格も素直に育っていると感じる。海外生活では親子の距離が近く、日々の生活、週末の時間、休みの時の旅行などを通じて会話が長く持てると思う。子どもへ目がしっかりと行き届くことで、問題なども早期発見、ケアもきちんとできると思う。

[イタリア、ドイツ、エジプト、トルコ/日本人学校]

★ 海外の生活・文化を実体験しながら、日本ではどうか？という比較・違いの認識を持つことができるのは、海外で生活しているからこそその経験だと思う。

[イタリア/現地の幼稚園、日本人学校]

☆ 生活環境にいろいろな人種の方がおられて、子どもたちは他種の言語などに大変興味を持ちました。現地ではイタリア語でしたが、仏語、ドイツ語なども耳にしますし、英語にも触れることがあったので、いろいろな刺激を受けました。

周りの方々がみなプラス思考で明るく気軽に接してくれるので、子どもたちものびのびしていたように思います。

[イタリア/現地の幼稚園、現地の学校]

☆ 家族の絆が強くなった。

[イタリア/現地の幼稚園、日本人学校]

★ 日本社会が狭い環境の中でもあることから、子ども達は日本での生活に比べ純粋に育っているようにも思われる。また、外国人の友達もでき、異文化にふれ合うよい機会かと思う。

[ドイツ、トルコ/現地の幼稚園、日本人学校]

☆ 日本でずっと生活していたら知り合えなかった友達ができただことはよかったです。また、家族と一緒にいる時間も長く、家族関係はよくなったと思います。
いろいろな国へ旅行し、美術館、世界遺産等を訪れ、本物を見たことはよい経験になったと思います。（忘れたことも多いかもしれませんが。）
[フランス・イギリス・ドイツ／日本人幼稚園・日本人学校]

☆ 自分の考えや思いをしっかり持てる。ブレないようになったこと。
[ドイツ・エジプト／日本人学校]

☆ 子どもたちは自分の意見や思いをはっきり伝えることができていると思います。
（もしかしたらそのことでぶつかることがあるかもしれませんが）
言葉や生活感など全く違う環境で生活し、大変な思いもしましたが、周りの人々（日本人やイギリス人など）の協力や助けをいただきました。感謝の気持ちを伝えることは大事だと思いますし、困っている人がいたらお手伝いしようと思います。海外生活で視野も広がり、家族の絆も強まったと思ひ
[イギリス／現地の幼稚園、小学校]

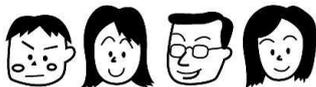
☆ 改めて日本という国（文化、宗教、風土等）を見ることができるようになった。物事の考え方がロジックに考えるようになった。
[イギリス／現地の幼稚園]

☆ 外国人（自分たちもですが）とは、容姿、言葉、文化は異なっても心で通じ合えるものがあるように思いました。実際に病気で通院し、薬局通いをしていた時処方された薬が薬店になく、親切に何度も家まで届けてもらったことがありました。
エコバッグは当時すでに持ち歩いていたし、日本のよい点、悪い点を感じることができました。
[ドイツ、アメリカ／現地の幼稚園、日本人学校]

☆ 突然の停電、突然の断水（しかも活動時間帯）など、度々起きる不便な出来事にも柔軟に対応できる知恵、行動力、気持ちが身についた。
日本にいたら知らなかった食文化、言葉の表現の仕方、その国の習慣などを直接経験でき、よいと思うことはまねして行うようになった。
知り合いではない人同士がごく自然に話しかけたり、あいさつしたりしている中で育った息子たちは、わりと誰とでも素直に接することができるように思ひます。
[スペイン／現地の保育所、日本人学校]

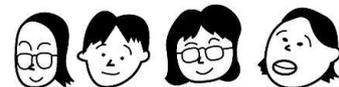
☆ 国民性の違いがよく分かりました。改めて、日本の良さ、日本人の良さを知ることができました。
[ギリシア／現地の幼稚園、日本人学校]

☆ 現地の文化・言語にふれて、いろいろな人種・考え方があるということが当たり前であるなど、日本に住んでいたら身につかないであろう国際感覚が身についた。
[アメリカ・中国／現地の幼稚園、小・中学校、日本人学校]



先輩からの情報提供

—⑤これから海外へ行かれる方へ—



これから海外へ行かれる方に、海外赴任中の保護者（★）、帰国した保護者（☆）の方々からアドバイスをいただきました。
[滞在国／子どもの就学状況]

★ 海外で生活することで多種多様な文化にふれることができ、日本文化の素晴らしさを再確認することができます。日本ほど治安のよい国はないので、子どもたちの安全面に注意をしながら、その国ならではの食事、文化、名所などたくさん味わってみてください。視野も広がり、充実した日々が過ごせると思ひます。 [中国／現地の小・中学校]

☆ 日本で使っていた物はすべて、可能な限り持って行った方がよいと思ひます。初めの

うちは慣れない場所、言葉などで、どこに何を売っているのかも分からず、探すのがとても大変でした。

困ったことがあった時は、すぐにいろいろな人に聞くとよいと思います。みな大変な思いをして暮らしているのです、何でも教えてくれると思います。

日本人はグループを作って行動しがちだが、自分のペースを忘れず、マイペースで生活を楽しんでほしいと思います。
[中国／現地の日本語幼稚園、日本人学校]

☆ 行ったばかりの頃は言葉も通じず苦労しましたが、あせらずゆっくりと現地の人、その土地のことを知っていけば、不安も少しずつなくなり、生活しやすくなっていくと思います。特にこれから行かれる方は、行ってからでかまわないので、現地の言葉を話せるようになるのがいいと思います。
[中国／現地の幼稚園、現地の学校]

☆ 言葉が通じなかったり、日本では当たり前だったことが海外ではそうでないことがあったりして、不安に思うこともあると思います。慣れるまで大変ですが、その国でしかできないことを学んだり、楽しみを見つけたりするといいと思います。困ったことがあっても、きっと助けてくれる人がいると思いますし、あまり無理せず、がんばりすぎないでほしいと思います。

海外に行くとき自分が「外国人」になるので、トラブルに巻き込まれないように気をつけてほしいです。
[中国／現地の幼稚園]

☆ 香港、広州に関しては、日本の方もたくさんいるし、スーパー、デパート等も充実しているのです、特に困ることはなかったです。
[中国／現地の日本語幼稚園]

★ 現在の子どもの将来に対する選択肢は、昔と比較すると格段に広がっていると思います。日本の企業が外国人を雇用することも一般的となり、また、そうしないことには日本自体も生き残れなくなっていると思います。それに伴い、子どもの学校なり言語環境なり、将来を見据えたルートを親自身が導くことが重要だと思います。うちの場合は子ども自身が十年後の自分の姿として、大学まで野球を続けたいという希望があり、それに沿った軌道修正を急遽行いました。

幼稚園の3年間を主要言語が英語の現地校（幼稚園）に通った子どもは、英語のレベルがかなり高く、日本人学校3、4年生で英検3級を取得する確率が高いです。現地校通学は親も苦労しますが、日本語と英語の両立を可能にする教育の一つとして考えられると思います。
[中国、シンガポール／日本人学校]

★ 単身赴任か帯同赴任か迷っている方は、事情が許す限り思い切って海外生活にチャレンジしていただきたいと思います。将来社会人になる人たちには、私たち以上に海外での経験を活かす事ができると思いますし、仮に短期間であっても工夫次第でいろいろな経験ができます。現在はインターネットの普及で日本の情報が簡単に手にはいるようになっていきますので、日本に帰っても以前ほど“浦島太郎”状態にならないのではないのでしょうか。現地での生活を決心される場合、お子さんにも現地ならではの体験をする機会を多く提供してあげてください。

[シンガポール／日本人学校]

★ 日本人学校といっても日本の学校とは違うので、あまり多くを求めないほうがよいと思います。日本と違い公立学校ではありませんので、その点を理解しておいた方がよいと思います。
[インド／日本人学校]

☆ 少しでも（例えば、知り合いの知り合いという具合に）頼れる人や情報を得られるところを調べておき、非常事態に対応できるようにしておくことが大事かと思います。

[タイ／現地の日本語幼稚園、日本人学校]

☆ 海外赴任は語学学習の最大のチャンスです。ただし、母語との両立があつてこそよい結果へつながると思います。とても大変なことですが、子どもに無理がかからない程度にサポートしてあげられるといいですね。子どもに目先の結果を求めないことも大切だ

と思います。

子どもたちだけでなく親も現地の人たちや他国からの赴任者とつながることで、視野が広がります。楽しいことばかりではありませんが、よい経験をたくさんしてきて下さい。
[フィリピン／インターナショナルスクール]

★ まず、子どもにはきちんとあいさつさせることが大事。また、海外での生活は日本と違いいろいろと不自由もあるが、それを不自由と書いても始まらないので、その環境になじむ努力が必要だと思います。

また、初赴任の際にはいろいろと外部・内部の方よりサポートを受けるとは思いますが、それは当たり前のことではなくそのサポートを受けなくてすむようにする努力が必要であり逆に自分がサポートできる立場になるよう、日々がんばる必要があると思います。

[イタリア、ドイツ、エジプト、トルコ／日本人学校]

★ 医療や食材からインターネットの環境など日本と比べると不便なことは多々あるが、親が「日本と同じじゃない」ということでストレスを溜めていてはキリがないので、よい意味でのあきらめ・割り切りをして、「この国はそういうものだ」という感じで、それを楽しむくらいの意識を持つことも大切だと思う。 [イタリア／現地の幼稚園、日本人学校]

☆ 初めての土地、文化の違いなどで、渡航早々に受ける衝撃も多いので、日常使いの用品の持参をお勧めします。洗濯の仕方一つをとっても国が違くとやり方が違うので、日本で使っていた物を全て持って行くと大変快適だと思います。使い慣れたキッチン用具なども持参した方が、毎日の家事でストレスがたまらないと思います。

これから海外に行かれる方で小さな子ども連れの方は、学校や言葉の心配があると思いますが、すぐに吹き飛びます。子どもはすぐに言語を習得します。子どもたちの能力は偉大です。
[イタリア／現地の幼稚園、現地の学校]

☆ 海外で日本と同じ生活をしようと思わないで、滞在国の生活スタイルも取り入れてみてください。不便なことも多いと思いますが、楽しみながら生活してください。

[イタリア／現地の幼稚園、日本人学校]

☆ 私はネガティブ思考で「～だったらどうしよう」などと物事を悪い方へばかり考え過ぎてきましたが、帰国してみれば海外での経験は自分を成長させるよい機会だったと思います。

これから海外へ行かれる方は、どうせ行くなら思いっきり楽しんでこようという気持ちで行かれるといいのではないのでしょうか。

[フランス・イギリス・ドイツ／日本人幼稚園・日本人学校]

☆ これから海外へ行かれる方は期待よりも不安な気持ちをお持ちだと思います。しかし、日本では体験・経験できないことがたくさんあり、自分自身の大きな成長が必ずあります。周りの人々の協力も受けながら、楽しい海外生活を送って下さい。

[イギリス／現地の幼稚園、小学校]

☆ いかに現地にとけ込んで生活できるか？その努力が必要であり、前向きな姿勢が重要だと思います。

[イギリス／現地の幼稚園]

☆ 日本ほど便利な国はないと思います。外国の不便さの中にも、不便だからこそその素朴で豊かな時間を過ごすことができました。

予防接種は気をつけて確認した方がよいです。

[スペイン／現地の保育所、日本人学校]

☆ これから海外へ行かれる方は、外国の良さをたくさん見てきて下さい。その国の国民性が分かってくると、不安は解消されます。現地のいろいろな場所へどんどん出かけ、早く生活になれて下さい。

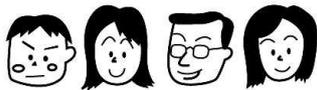
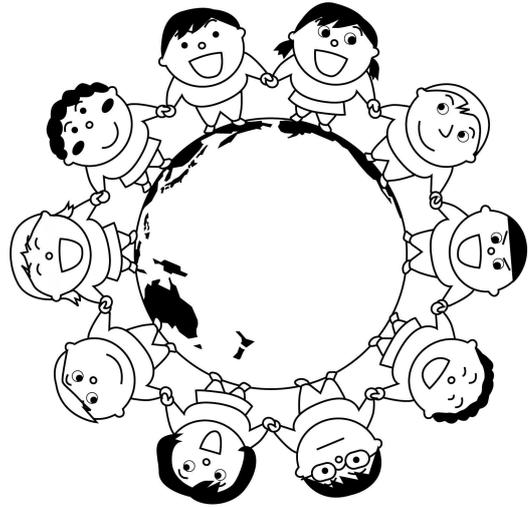
[ギリシア／現地の幼稚園、日本人学校]

☆ 生活の場が大きく変わるということは、とても不安だと思います。しかし、海外での

生活経験は決してマイナスにはならないと思います。これらは人生によいスパイスを加えることとなり、ますます深い味わいをもった人間性を育てると思います。

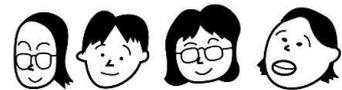
どうぞ、明るい希望をもって、人生の変化を楽しんで下さい。

[アメリカ・中国／現地の幼稚園、小・中学校、日本人学校]



先輩からの情報提供

⑥—帰国時・帰国後に気づいたこと—



帰国した保護者の方々にお聞きしました。

[滞在国/子どもの就学状況]

☆ 帰国時は4歳7か月と幼かったのですが、現地では英語中心だったので、とにかく日本語をしっかりと話してほしく、すぐ保育所に入所させました。

[インドネシア／現地の保育所]

☆ 日本の言葉遣いに困ったと思います。文がおかしい時は言い直してをさせ、修正できるように心がけていました。

[アメリカ／現地校、日本語学校]

☆ 環境の変化で友達ができるかとても心配でした。中国から帰国したため、いじめられないかと不安でした。子どもとの対話をたくさんすることを心がけました。

[中国／日本人学校]

☆ 赴任先は交通事情の悪いところだったので、一人で出かけたり、マンションの敷地以外で自転車に乗ったりしたことがなかった。帰国後は日本の交通ルールを教え危険なことなどを話して聞かせた。

[中国／日本人学校]

☆ 日本の季節の行事をいろいろ体験させた。自分で買い物をさせることで、お金や日本のルールを学ばせた。

[アメリカ、中国／現地の幼稚園、保育所、現地校]

☆ 母国語の基礎が確立すると言われる小学校3年生ぐらいまでの子どもには、母国語が大切と考え、英語の維持は考えないことにした。

小学校高学年・中学生の子どもには、クラスや日本の学校生活に慣れることが一番と考えた。英語ができることで他の人と違うことを恥ずかしいと思わず、自信をもつようアドバイスした。国語の遅れをネガティブにとらえず、海外でよい経験をしてきたと自信

をもつよう アドバイスした。

中学生には高校受験を目標にせず、マイペースでやっていこうと励ました。

[フィリピン／インターナショナルスクール]

☆ 現地で習得した語学が少しでも残るよう心がけた。下の子どもは保育園児だったので、特に心がけたことはなく、自然に任せた。 [イギリス／現地校、日本語補習校]

☆ 突然の帰国だったので、事情を話し、子ども自身が決めるまで全てに関し返事を待ちました。初めての日本の生活なので、田舎の古い習慣があるかと思い、とりあえず黙って様子を見るようにアドバイスしました。分からないことは「分からない」できないことは「できない」と、ハッキリ伝えるように言いました。

[ドイツ、トルコ、南アフリカ／現地の幼稚園、日本人学校]

☆ 海外の学校は子どもたちの自主性を重んじ校則はあまり厳しくないのが、校則偏重の日本の学校に慣れるまで時間を要すると考える。海外に行ったときと同様、友達を早くつくるよう、クラブなどに積極的に参加するよう指導した。 [タイ／日本人学校]

☆ 帰国前に日本のよいところ・よいことを話した。また、イギリスの友達とは日本に帰っても友達でいられるという話もした。

帰国後は学校での出来事を子どもたちから聞き、困っていることがないか様子をうかがいながら、担任の先生と連絡させていただいた。また、帰宅後友達と遊ぶ時間をもつようにした。

話ができる環境作りを心がけ、どんな話でもよく聞き、“あなたの味方だから”と常に言っていた。クラスのお母さんから子どもたちの様子を聞いた。

[イギリス／現地の幼稚園、小学校、通信教育、日本語補習校]

☆ 交通安全と友達関係に気を配った。

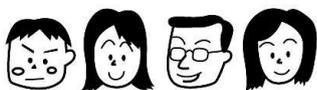
[中国／日本人学校]

☆ 新しく友人ができるか心配でした。下校時に道に迷わないよう、最初は学校へ迎えに行きました。

[アメリカ、ドイツ／現地の幼稚園、日本人学校]

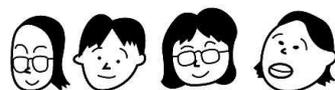
☆ 日本で生活する上での常識を教えた。子どもの話をよく聞き、何に戸惑っているのか考え、自信を失わないように気を配った。

[アメリカ／現地の幼稚園、小・中学校]



先輩からの情報提供

—⑦帰国後の生活—



☆ 帰国後もいろんなことをポジティブに考えましょう。

☆ 帰国後に編入学する学校とは事前に連絡をとり、十分に話し合っておきましょう。

☆ 帰国子女を受け入れている学校へ通わせるのが一番だと思います。子どもは帰国子女に関する偏見に対してとても不安に感じます。多くの帰国子女を受け入れている学校の方が、安心だと思います。

☆ 帰国後の子どものサポート、フォローがとても重要だと思います。子どものちょっとした変化を感じ取り対応できるよう、学校の先生やクラスの親御さんと連絡を取り合うことが必要だと思います。また、子どもとよく会話することも大切です。その中から、子ど

もたちが何を思っているのか、考えているのかが伝わってくると思います。言葉に出さなくても心の訴えを感じ取ってやることが、一番大事だと思います。