

ホストファミリーはすてきな体験！



公益財団法人 長岡市国際交流協会

■ホストファミリーとは・・・

来岡する外国からのビジターを自宅に迎え、お世話をしてくださる家庭のことです。海の向こうに新しい家族が出来るだけでなく、新しい発見があったり、お子様の国際感覚を養ったり、家族が団結する素晴らしい機会にもなります。

■ホストファミリーになるには

【ホストファミリーの条件】

- 単身でないこと（二人以上の世帯）
- 家族全員の同意が得られること
- 朝・晩、休日の寝食が提供できること
- 集合場所等への送迎が可能なこと
- 人種等に対する偏見がないこと



■お願いすること

1. 集合・解散場所への送迎

受入期間中、各日の集合・解散場所へ送迎をお願いします。

2. 食事の提供

滞在中の食事の提供をお願いします。普段どおりの食事結構です。

3. 無償でのご協力をお願いします

当協会のホストファミリーは、全てボランティアでお願いしております。

■ きまりごと

- ・ビジターが未成年の場合は絶対に飲酒、喫煙させないでください。
- ・人種差別等につながる言動には気をつけてください。



■ 片言英語でも大丈夫！

・話せないから話さないは NG

身振り手振りのジェスチャーを交えたり、辞書を片手に会話でも大丈夫です。また、相手の言葉を教えてもらったり、日本語を教えてあげるのもふれあいづくりには必要です。

・ちょっとした工夫でコミュニケーション！

外国からのビジターにとって、日本人の名前は覚えにくいもの。家族の名前と呼び名（お父さん、お母さんなど）を紙に書いてビジターの部屋に貼っておくと良いでしょう。



■ 安全で楽しい滞在のために

・事前説明会・英会話研修会

ビジターが来岡する前に、受入日程等をご説明します。必ずご参加ください。また、ご希望があれば英会話研修会も開催いたします。

・アレルギーなどに注意！

動物や食べ物にアレルギーがあるビジターの情報は事前にご連絡します。

・24 時間緊急連絡サポート

受入期中は事務局が 24 時間携帯電話を携帯し、地震等の災害発生時や急病などの緊急事態に対応します。

・保険

ビジターは海外旅行保険に加入しています。

ホストファミリーはレクリエーション保険に加入します。(事務局が負担)

・お金

お金を使う際は、そのつど誰が負担するのかをはっきりさせておきましょう。トラブルの原因を作らないためにも、立て替えはしないようにしましょう。また、ビジターに高価なお土産を渡すことは避けましょう。一緒に撮った写真や手紙が喜ばれます。

・家の案内

ビジターが到着したらまず、家の中を案内してあげてください。そこで、お手洗いやお風呂の使い方を説明してあげましょう。

・交流パーティー

滞在中、ビジターとの思い出作りのために交流パーティーを開催します。ご家族揃ってご参加ください。

・事務局によるサポート

お困りの際は何でもお気軽にご相談ください。



先輩に聞く！ ホストファミリー体験談！



Aさん（女性）「英語を勉強するきっかけをくれた初めての受入」

初めて受入をしたのはフォートワース市の中学生の男の子です。背が高くて大人っぽくてビックリしました。でも、中身は日本の10代と一緒に。中学生の息子とすぐに打ち解けて、毎日ゲームをしたり、家族の写真を見せ合っていました。最初はなかなか英語が通じずに苦労しましたが、英語を勉強するきっかけにもなり、今でも連絡を取り合っています。

Yさん（男性）「娘がもう一人増えた」

トリアー市の女子高生を受入しました。トリアー市には海が無いと聞いていたので、寺泊地域に連れて行った所、大はしゃぎ。また、当時高専の授業でドイツ語があった娘にとっては絶好の先生。宿題をみてもらったお礼に彼女の名前を当て字で漢字にして書いてあげてました。そんな姉妹のような二人の姿がとてもほほえましかったです。二人とも私にとって大事な娘です。いつか彼女を訪ねに家族でトリアー市に行けたらいいなと思っています。

受入についてのお悩み Q&A



?

せっかく日本料理を体験してもらおうとしたのですが、ビジターが食事を残してしまいました。どんな料理を出したらいいのか分かりません。

無理に日本料理にこだわる事はありません。次のポイントに気を付けてみてください。

- ・唐揚げ、ハンバーグ、肉じゃがなどのいつも作っている料理を作る。
- ・大皿に盛り付けて、好きな量を取ってもらう。
- ・台所や料理の仕方もオープンに見せる。



ホストファミリーと自由の日は、どこで何をしたら喜ばれますか？

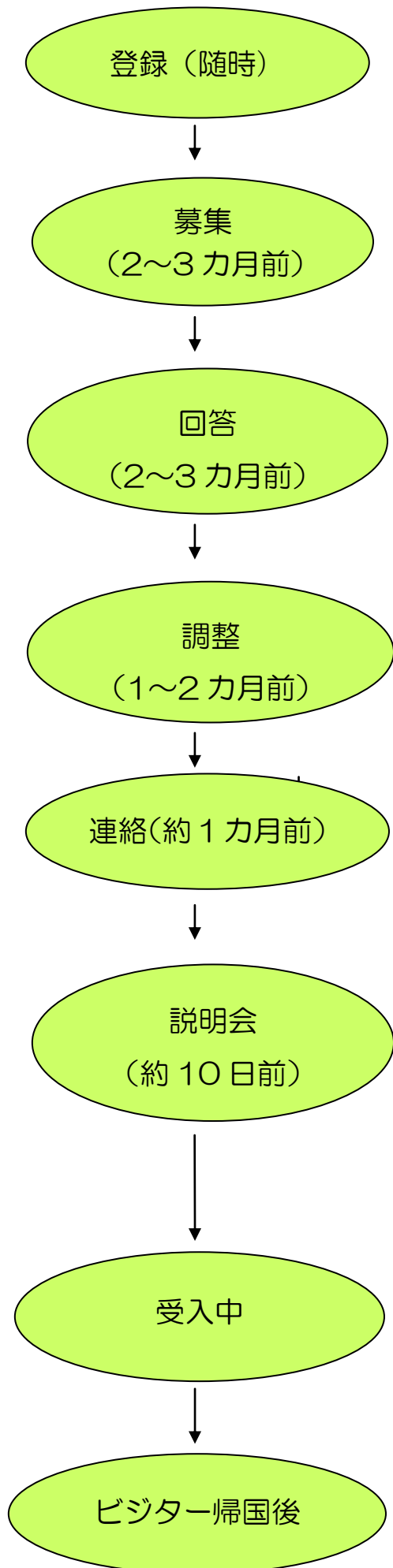
- ・お祭り、盆踊り、縁日への参加
- ・東山ファミリーランド、悠久山地区、丘陵公園でハイキング
- ・寺泊地区（姉妹都市フォートワース市、トリアー市には海岸線が無いので喜ばれます）
- ・一緒にスーパーに行き、料理を作る
- ・トランプ、オセロなどのゲーム
- ・近所の神社や公園、友人を招いてのお茶会



ビジターが風邪を引いたみたい。少し熱っぽいので、家にある薬を飲ませても大丈夫？

日本の市販薬は、日本人の体を基準にしているため、ビジターには合わない可能性があります。よく分からない薬を飲まされることは、不信感を募らせる原因になる可能性があります。ビジターが持っている常備薬以外は、むやみに薬は使わない方が良いでしょう。判断に困ったら、事務局に相談してください。

■受入までの流れ



ご家族構成、提供いただけるお部屋等について「ホストファミリー登録用紙」にご記入の上、協会事務局でお話を伺わせていただきます。

来岡するグループがホームステイを希望する場合、登録者の皆様に期間、人数等の詳細をお伝えする文書を発送します。

ご家族で受入が可能かどうか検討後、通知文に同封する「回答書」を事務局に返信してください。

事務局で希望等を調整し、来岡者との組合せを行います。

事務局から受入を依頼する文書を該当するご家族に送付します。

長岡でのプログラムの詳細、ホストファミリーとしての心構え、注意事項、ホストファミリー経験者によるアドバイス等をお伝えする、ホストファミリー説明会を行います。(ご希望があれば英会話研修会も行います)

長岡に到着する時間、場所を事前にお知らせしますので、集合時間までにおいでください。受入期間中はどんなことでもお気軽に事務局員にご相談ください。

帰国後もぜひ、電子メール等で連絡を取り合ってみてください。

