令和８年度 青少年交流事業

カナダ・ノースバンクーバー市派遣

帰 国 報 告 書

公益財団法人千葉市国際交流協会

目 次

１．派遣概要・・・

1. 派遣概要

（1）派遣都市　　カナダ・ブリティッシュコロンビア州ノースバンクーバー市

（2）派遣期間　　令和８年８月３日（月）～８月１８日（火）

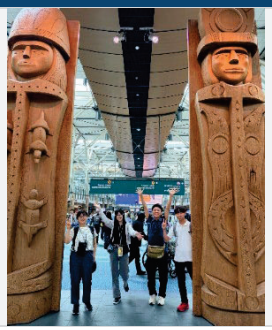
（3）派遣者　　高校生４人、引率者１人

（4）滞在形態　　一般家庭にホームステイ

（5）現地受入機関　　ノースショアライオンズクラブ

青少年交流委員会（NSLYEC）

2. 滞在日程

日程（Date）	主な活動内容・引率状況（Activity & Supervisor Log）
８月３日	 成田空港発 → 現地時間 12:00 頃 バンクーバー着、各ホストファミリーへ
８月４日	ホストファミリーと過ごす
８月５日	ノースバンクーバー市長訪問 
８月６日	スティーブストン訪問
８月７日	カヤック体験
８月８日	サイクリング体験
８月９日	ホストファミリーと過ごす

8 月 10 日	ライオンズデイ
8 月 11 日	野球観戦 
8 月 12 日～14 日	キャンプ体験
8 月 15 日	ホストファミリーと過ごす
8 月 16 日	 フェアウェルパーティー
8 月 17 日～18 日	現地発 →　8 月 18 日夕方成田空港着・解散 

食から読み解く生活スタイル

井口 陽介

【テーマ選定理由】

私は食べることが大好きで、カナダへの派遣が決まったときから、現地でどのような料理を食べることができるのか楽しみにしていました。また、将来は海外で料理関係の仕事に就くことが夢なので、日本とは異なる食文化や食事のスタイルを実際に体験したいと考えていました。

そこで、カナダでの２週間の生活の中で、朝・昼・夕食に何を食べているのか、どのように食事を準備し、誰と食べているのかに注目し、日本の食文化との比較をテーマとして設定しました。

【研究報告】ー留学中に観察した食生活ー

○ 朝　食



私が滞在した家庭では、パン、クレープ、シリアル、ハムや卵料理、前日の夕食の残りなどが朝食として出ていました。特に印象に残ったのは、自分で食べるものと量を決めるセルフスタイルです。**テーブルの中央にパンなどが用意され、食べたい人が自分で取り、食べ終わった人からそれぞれの予定に合わせて行動**していました。

日本の家庭では、ご飯やパン、ハムエッグ、前日の残り物などを**一人分ずつ決まった量に分けて用意**しています。また、朝食を軽めにして、間食用におにぎりなどをお弁当と一緒に持っていくこともあります。



○ 昼　食



昼食は外食であることがほとんどで、私が見た範囲では、ハンバーガーなどのファストフード系の料理、サラダ、サンドイッチなど、一品で食事が完結するメニューが多い印象でした。また、ベジタリアンやビーガンなど、食生活の違いに対応したメニューも見られました。

日本のお弁当のように、ご飯・主菜・副菜などをバランスよく組み合わせるというより、自分が食べたいものを選んで組み合わせるスタイルが目立ちました。

日本の家庭では、チャーハン、焼きそばなどの一品料理が多く、平日には学生はお弁当を学校に持って行くことがほとんどです。（給食や学食がある学校もある）



○ 夕　食

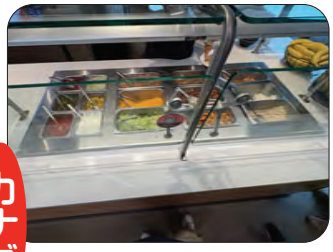


夕食は朝食や昼食よりも量が多く、家庭によってかなり違いがありました。私のホストファミリーはイランにルーツを持つ家庭だったため、ペルシャ料理を食べる機会もありました。**カナダではさまざまな文化的背景を持つ人が暮らしているため、家庭のルーツによって食卓の料理にも特色が出ることが分かりました。**

日本では数種類のおかず、ご飯、スープなどを用意する家庭がありました。食べ切れなかった料理を翌日のお弁当や朝食に利用することもあり、食事を次の食事につなげる工夫があります。また、おかずが中華風なら汁物や副菜も中華風といったように、料理全体でテーマが統一されている家庭が多くありました。



○ 日常から見た食生活





ホストブラザーのサムは大学でカフェテリアを利用し、ハンバーガー、サラダ、オムレツなどから自分で食べたいものを選んでいました。いわゆるビュッフェのように、自分で量を調整できることも特徴的でした。

食事のスタイルは家庭だけでなく、学校や大学での生活にも大きく左右されることが分かりました。





日本の学生は、昼食については、お弁当を持参する人、学校の購買やコンビニなどで購入する人、前日の夕食の残りや冷凍食品を利用する人など、人によって違いがありました。

昼食前や放課後部活動が終わった後に食べるため、追加のおにぎりを持参する人もいました。

【研究結果】―食生活から見える「生活スタイル」の違い―

留学前、私はカナダの食生活について、ハンバーガーやフライドポテトなどのジャンクフードを多く食べ、食事の回数も日本とは違うのではないかというイメージを持っていました。しかし、実際に生活してみると、基本的には朝・昼・夕の３食を食べている人が多く、想像していたよりも規則正しい食生活を送っていることが分かりました。

日本との大きな違いとして感じたのが、「自分で選んで食べる」という場面の多さです。日本では、一食の中にご飯、主菜、副菜、汁物など複数の料理が組み合わされて、一食分が決まっていることが多いのに対し、今回私が見たカナダの食生活では、ビュッフェスタイルであったり、大皿から取り分けたりする場面が多くみられました。

カナダで感じたこと

セルフスタイル

【メリット】
○食べたい食材、量を自分で決める。
○自分の生活リズムに合わせやすい。
○忙しいときにも短時間で済ませられる。

【デメリット】
○好きなものばかりを選んでしまう。
○栄養が偏る可能性がある。
○自分自身で食生活を管理する必要がある。

日本の食生活について

決められたスタイル

【メリット】
○意識しなくても多くの種類の食材が取り入れられ、１人分ずつ用意されている。
○栄養バランスが考えられている。

【デメリット】
○食べる量や栄養について周囲から考えてもらえるという安心感がある反面、自分で食生活や健康について考える機会が少なくなる可能性がある。

【まとめ】―食事は「生活そのもの」を表している―

今回の研究を通して、私は食事とは単に「何を食べるか」だけではなく、その国の生活スタイルや考え方、人との関わり方まで表していることに思いました。

カナダでは、自分で食べるものや量を選択する場面が多く、個人の生活スタイルに合わせた食事が見られました。一方、日本では、複数の料理を組み合わせて食べることで、さまざまな食材を取り入れる食文化があります。ただし、今回私が見たのはカナダのすべての人の食生活ではなく、留学中に関わった家庭や学生の食事です。そのため、これだけで「カナダ人はこうだ」と決めつけることはできません。それでも、実際に現地で生活し、自分の目で食卓を見て、同じ料理を食べたことで、「食文化を知ることは、その国の人々の暮らし方を知ることにつながる」と実感しました。



ホストファミリーに日本のカレーライスを披露しました→

カナダと日本の多文化共生

草場　留愛

[テーマ選考理由]

中学生のとき、ネパールから来た日本語が全く話せない男の子が自分のクラスに転校してきたという経験があったからである。その子とは中学2年、3年の時に同じクラスだったが、日本語が話せなくても先生や外部からきた通訳の方、周りの友達から英語やジェスチャーで生活や学習のサポートを受け、学校生活をとても楽しんでいたことがとても印象に残っており、ノースバンクーバー市ではこのような公用語をあまり流暢に話すことができない人々をどのようにサポートしているのかに興味を持った。また、千葉市の外国人人口は年々増加している。実際に私の家の近所も外国籍の方が増えている。文化や生活、価値観の違う全ての人がこの千葉市でより良く快適な生活ができるようにするために、多様な文化や宗教を持つ人々が共存しているカナダから多文化共生についてたくさんのことを学び、千葉市の発展に生かしていきたいと思った。

[研究報告]

1　千葉市とノースバンクーバー市の外国人移住者をサポートする取り組みについてを行政・医療・教育の3つの項目に分けて調べた。

（1）　行政の取り組み

〈千葉市〉

優しい日本語の使用や日本語教室、学習支援の実施、多言語での生活情報の提供、外国人向けの生活相談窓口の設置など。

〈ノースバンクーバー市〉

主要言語に翻訳した雑誌、新聞の発行や複数の言語に対応した電話相談窓口の設置、支援センターでの相談など。政府公認の移民支援団体である Impact North Shore の支援センターでは生活の相談やカウンセリング、無料の英語学習教室、就労支援など多くのサポートを行なっている。

（2）　医療の取り組み

〈千葉市〉

翻訳アプリの活用や多言語の問診表の使用、多言語による医療情報の提供、相談窓口の設置、普通の通訳や電話医療通訳の利用など。

〈ノースバンクーバー市〉

医療翻訳の利用や電話での多言語の医療相談など。

（３） 教育の取り組み

〈千葉市〉

日本語指導担当の先生の配置や外国人児童生徒指導協力員による支援、日本語通級指導教室の設置など。

〈ノースバンクーバー市〉

ELL 支援や SWIS の設置など。ELL 支援とは英語を母語としない学生が学校や地域社会で必要な英語力を身につけられるよう提供されている英語学習、定住支援プログラムのことである。

ノースバンクーバー市内の公立学校には専門の ELL 教師が配置されており、習熟度に応じたクラス編成で読む・書く・聞く・話すの基本スキルだけではなく教科の授業を理解するためのアカデミック英語や日常のコミュニケーション能力の学習や学校生活や文化の適応サポート、学校のカウンセラーによる精神面のケアなどを行なっている。

SWIS とは学校定住支援員のことで専門の支援員が英語に不安がある保護者や家族に対し、学校システムのナビゲートや初期生活の立ち上げを手伝ってくれる。

２　千葉市とノースバンクーバー市の特徴的なバリアフリーについて調べた。

〈千葉市〉

① 点字ブロック

日本では街の至る所にあるがノースバンクーバー市では見ることができなかった。

② 多目的トイレ

ノースバンクーバー市の多目的トイレは設置されている場所がとても限定的で日本ほど多くの場所にはなかった。

③ ホームドア

今回の国際交流プログラムで地下鉄に乗る機会があったがホームドアが設置されている駅は１つもなかった。

〈ノースバンクーバー市〉

① スロープ

ノースバンクーバー市ではスロープの設置など車椅子やベビーカーを利用する方々、高齢者に配慮した設計が街中や観光地で多く見受けられた。シーバスの乗り込み口がスロープ状になっていたり、ノンステップやスロープが設置できるバスが多かったりするなどどのような人でも過ごしやすい工夫がされていた。

② 点字付き押しボタン式信号機

点字がついており、視覚に障害がある方でも利用しやすいようになっていた。

③ 音響式信号機

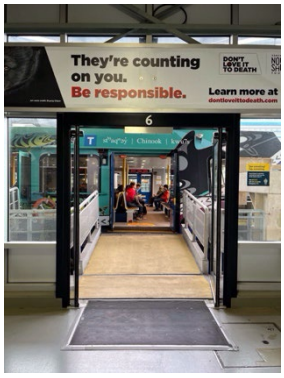
実際に様々な場所に行ってみて千葉市より音響式信号機が多いように感じた。厳密

には視覚障害者用の音響式信号機ではないのかもしれないが、信号が変わる時に音がなる信号機が多く、視覚に障害がある人の安全をより確保できる仕組みだと思った。

①



②



① ノースバンクーバー市市役所の近くの通りにある点字付き押しボタン式信号機。
② Lonsdale Quay Station のシーバスの乗り込み口。

[まとめ]

外国人移住者をサポートする行政・医療の取り組みは千葉市とノースバンクーバー市に大きな差はなくどちらも様々な角度からたくさんの支援を行なっている。それにもかかわらずノースバンクーバー市が千葉市より多くの外国人移住者を受け入れ、多様な文化が共存する社会を作れている理由は地域コミュニティの繋がりの深さにあると思う。外国人移住者をサポートする教育の取り組みでは日本は日本語を聞く・書く・話すなどの基本スキルの習得が重視されているが、ノースバンクーバー市では基本スキルの習得に加え、より実践的な英語学習、専門員による生活のサポート、カウンセリングなど千葉市より外国人移住者に寄り添った取り組みになっている。ノースバンクーバー市のバリアフリーには千葉市にはないバリアフリーが多くある。これらの千葉市にはない良い取り組みや仕組みをノースバンクーバー市から学び、より良い街にするために積極的に千葉市に取り入れるべきだと思った。

[参考文献]

1. Impact North Shore “Agency Details”
https://impactnorthshore.ca
2. 千葉市国際交流協会ホームページ
https://ccia-chiba.or.jp

カナダにおけるゴミの分別方法と千葉市における課題

酒井 稜平

[テーマの選定理由]
・千葉市が 2029 年よりプラスチックの分別回収を始めるというニュースを耳にしたため実際の海外での生活を通してどのような分別方法がとられているのか現状問題はあるのか、千葉市で分別回収を行う上で障壁になりうることはどんなことか知りたいと考えたから。
・ゴミに対する問題意識があり他市で環境局に勤務していた経験を持つ叔父の話を帰省のたびに聞いていたため、ゴミに対する問題意識を持っており、特にプラスチックごみに関しては早急に解決すべき非常に緊急性を持った課題であると感じている。叔父の話では海外、特に先進国ではゴミに関する点で日本よりも先進的な事例が行われているため、先行例を実際に確認してみたいと考えた。

[研究報告]
1. 実際のカナダでの分別方法

実際のカナダの分別方法は地区によって異なるが大体の場所で次のようになっていた。

ソフトプラスチック
　日本でよく見かける食品を入れるために使われているトレーや、プラゴミ袋、ラップ等はソフトプラスチック（flexible plastic）に分類される。ホストファミリーの自宅では大きめのトレー等を置く場所を外に作り、台所などで出るゴミ袋などを台所の横のエコバッグに詰め込んでいた。

硬い容器類
　食品などが詰められた容器はすべてこの分類に属す。アルミ缶、スチール缶で区別はない。ラベルをはがす必要はなく、つぶす必要もないがつぶしたほうが省スペースになるためつぶす人も多いそうだ。
日本と大きく異なった特殊な制度としてデポジットという制度があり、飲料用の容器を購入する際に追加のお金を払い、定められた場所に洗って持っていくとその分のお金が返金してもらえる仕組みになっている。この制度は飲料容器のみに適用されるためその他の食品缶などでは行われていない。集める際に捨てる箱が青色なので blue box や単純に containers と呼ばれていた。

ガラス瓶
　ガラス瓶は一見硬い容器類と同様に分別するように思えるが、実際にはガラス瓶で独立して回収される。理由としては硬い容器類と同時に分別するには危ないことに加え、リサイクル方法が異なっているからだと聞いた。例としてはワインの瓶、ジャムの瓶、調味料の瓶など。ホストファザーがよくお酒を飲むため、ガラス瓶がたくさんゴミになるがそのうちのほとんどはディナーテーブルがある部屋の高い食器棚の上にコレクションしているため、それに関してホストマザーに小言を言われていた。ホストファザーの言い分によるとガラス瓶のリサイクルは大変だから自宅にためて、コレクションすると誰にも不利益を及ぼさないらしい。

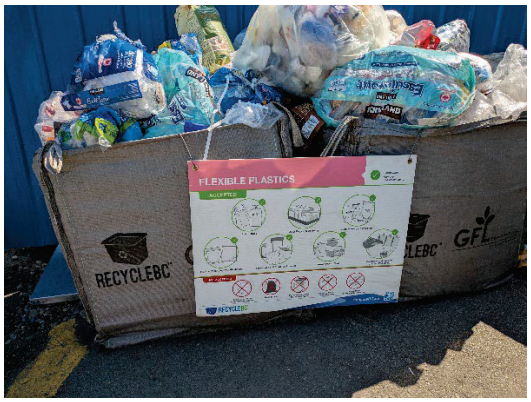
紙類
　新聞、雑誌、段ボールなどが紙類にあたる。テープをしっかりとはがす必要はなく軽く剥がすだけで問題ない。黄色いバックにまとめてリサイクルに出す。
ホストファミリーの家ではサッカーに関する雑誌がたくさん捨てられていた。

生ごみ
　別名コンポスト。生ごみや野菜のくず、食べ物で汚れた紙類などがこれに該当する。コンポストという名前の通り回収された後専用の施設で堆肥になり再利用される。そのため、プラスチックの類は絶対に入れてはいけない、また大量の液体も堆肥化する際に水分があると堆肥になるまでにより多くの時間がかかってしまうため、水分をできるだけ抜いてから回収に出すことが推奨されている。

ゴミ
　汚れが落ちない容器、油以外で汚れてしまった紙類などなどの通常のリサイクルできないゴミのこと。なぜすべてまとめるかというと、これらはリサイクルにもコンポストにもできないゴミだからである。わかりづらい点でいうと、複合素材を使っていた場合リサイクルができないため、おもちゃや文房具などの複数の素材で形成されているものはゴミとなる。重要な点は再利用されずに廃棄されているという点である。

2.　実際のカナダの分別工場の様子

ホストファミリーに BC 州の分別工場に連れて行ってもらった。
特に印象的だった写真をいくつか紹介したい。



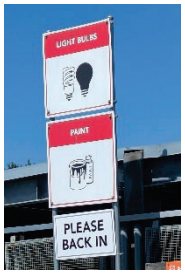
①


②

①flexible plastic
　一戸建てに住む住民が flexible plastic を詰めた flexible plastic を持ち込んでいた。どうでもよいことかもしれないが確かにこうすればばらけることがなくゴミ袋を使うこともなく環境にやさしくできるのかと妙なところに感動した。

②大型家電等を持ち込む場所での様子
　日本の粗大ごみ回収と同様に回収してもらう場合料金がかかり、自分でゴミ施設に持っていくことも可能であるというシステムがとられていた。
何のためなのかよくわからない紙ごみ用の黄色い袋もすぐ近くに置かれていた。
日本と異なり業者の方がいないため自分でそこに置いていくという仕組みでかなり乱雑におかれていたのも印象に残った。
3. 分別方法・工場を実際に見て感じたこと

ホストファミリーから話してもらったことなども参考にした。
まず、日本の分別方法に比べてかなり正確に分別が行われており、ルールも明文化されているため迷うことが少ない。細かすぎず、かといっておおざっぱすぎない絶妙なラインを保った無理のない分別システムであると感じた。そのためかわからないが、私よりも少し幼いような子供からおじいさん、おばあさんもゴミを持ってやってきていたのも印象に残っている。私の先入観によるものかもしれないが、高齢者の方々にルールの周知をするのは時間もかかり正確に分別してもらうのはかなり難しいものであると考えられるが、カナダの高齢者の方々はしっかり分別ができているように感じたため、ルールの周知方法にも日本とは違いがあるのではないかと考えられる。
このように様々な年代の方々がゴミを捨てに来るため安全や廃棄場所の明確性という点は非常に優れていた。







上記の写真のように絵を用いた看板などが設置してあり誰が見ても非常にわかりやすい設計になっており、私自身も英語による障壁を一切感じなかった。
その一方で、ホストファミリーの会話から分かったこととして、回収後のゴミの行き先が全く分からず、大型家電等に関しては必要としている他国に売っているのではないかと話していたため、事業の透明性と分別後の素材の市場の確保は大きな課題であると感じた。

[まとめ]
今回実際にカナダでの生活の中で日本のゴミ分別・回収方法とは大きく違ったものを経験することができた。カナダにおけるゴミの分別方法は　ソフトプラスチック、硬い容器類、ガラス瓶、紙類、生ゴミ、通常のゴミ　に分かれており、それぞれ別の用途に回収されていた。特に硬い容器類にはデポジットという日本ではない方法がとられており素晴らしい取り組みであると感じ、ペットボトルのポイ捨てを防ぐためにも最適であることから日本でも実践するべきだと感じた。また、分別ルールと回収方法を非常に正確に行えている人が多く無理のない分別システムが構築されていると感じた。その一方で、リサイクル事業の透明性と市場の確保が大きな課題になっていた。
カナダでの経験を生かして学んだ千葉市でプラスチックを分別することに当たり解決すべき課題は、分別ルールの単純化と明文化、高齢者の方々にも協力してもらいやすい体制の構築、事業の透明性の確保、リサイクル後の素材の市場の確保であると私は考える。

分別ルールの単純化と明文化によってさまざまな人がリサイクルに協力しやすくなり環境に対する意識の差にかかわらず、だれもが参加できる持続的なリサイクル体制の構築が可能になる。高齢者の方々にも協力してもらうために、先述のルールの単純化及び明文化のみならず、視覚的にわかりやすい案内や、地域での説明会・個別サポートを充実させることで、誰でも迷わず分別できる環境を整える必要がある。
また、事業の透明性を確保するために収集量やリサイクル率、リサイクル後の用途な

どを誰もがわかるように定期的にオンラインで公開し、市民が現状を把握できる仕組みを整えることが求められる。また、質問・疑問・苦情等にも対応できるように常に対応できる開かれた窓口の設置が不可欠である。
リサイクル後の素材の市場の確保については、事前に再生素材を積極的かつ安定的に利用する企業との連携を図ったり、再生素材の使用を促進する優遇措置や補助制度を設け、市場そのものの需要を底上げしたりするなどして、確実に循環させることが可能な取り組みが必須である。また、オンライン上でのデータ公開により企業側も供給量等を把握することができるようになるためさらに事業の安定性が増すだろう。

カナダの環境保全活動～鮭を通してみた環境保護～

中村 渚

【テーマ選定理由】

私の母の友人がバンクーバーに住んでおり、その友達が返ってくるときにはいつもスモークサーモンをお土産として持ってきてくれます。秋になるとカナダの西海岸にはサーモンが遡上してくるそうでその時は婚姻色で川が真っ赤に染まると聞きとても興味を持ちました。実際にバンクーバーのサーモンの孵化場を訪れたとき、サーモンを取り巻く環境や、バンクーバーの環境保護についてさらに知りたいと思いこのテーマで設定しました。



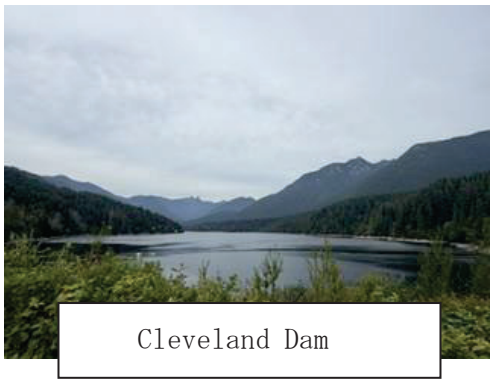
Capilano River Hatchery

【研究報告】

最初に、ホストファミリーが Capilano River Hatchery という鮭の孵化場に連れて行ってくださいました。

元々キャピラノ川にはたくさんの鮭が遡上していましたが、1954 年にバンクーバー周辺の飲料水の確保を目的にクリーブランド・ダムが建設されたことにより、鮭が産卵場所へ行けなくなり、その数が激減しました。

そこで、鮭の数を回復させるため、1971 年にこの孵化場が設立され、今では年間約１００万匹の鮭の稚魚を育成し放流しています。そのほかにも鮭が遡上していけるように魚道の整備を行っています。施設内にも魚を誘導するための魚道があり、実際にジャンプしている姿を見ることができます。
また、展示でサーモンの生態やライフサイクルを紹介しており、英語はもちろんのこと日本語など多言語でも説明されていました。



Cleveland Dam

では、実際にハッチェリーができてから鮭の数はどのように変化したのでしょうか？



実際に遡上している鮭達

Appendix 2. Coho escapements (adults and jacks) to the Capilano River, 1951 - 1989.[a,b]

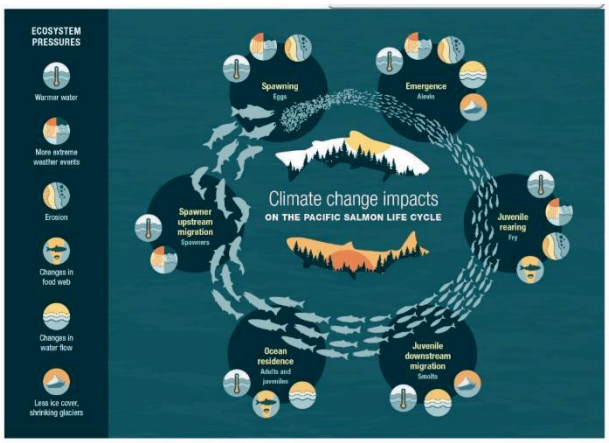
Return Year	Coho Returns to the System	Return Year	Coho Returns to the Hatchery Adults	Jacks	Total
1951	3,500	1971[c]	4,017	35[c]	4,052
1952	7,500	1972	995	178	1,173
1953	3,500	1973[d]	1,185	108[d]	1,293
1954	3,500	1974	40,006	372	40,378
1955	4,998	1975	5,983	408	6,391
1956	1,840	1976	25,255	1	25,256
1957	5,100	1977[e]	1,861	18,066	19,927
1958	3,745	1978[f]	22,834	2,329	25,163
1959	N/R	1979	41,272	1,516	42,788
1960	3,614	1980	23,617	314	23,931
1961	2,114	1981	20,296	2,804	23,100
1962	2,636	1982	27,303	1,963	29,266
1963	2,071	1983	20,186	1,142	21,328
1964	2,622	1984	15,560	1,381	16,941
1965	750	1985	20,413	451	20,864
1966	3,500	1986	7,489	364	7,853
1967	1,500	1987	7,846	1,962	9,808
1968	1,500	1988	49,965	1,584	51,549
1969	1,500	1989	11,218	2,828	14,046
1970	3,500	1990	13,288	3,364	16,652
Averages					
1951-60	4,144				
1961-70	2,169				
1971-80	19,035				
1981-90	21,141				

出典

Fisheries and Oceans Canada (1991) Appendix 2

これは、キャピラノ川に戻ってきたサーモンの数を年代ごとにまとめた表です。
ダム建設前の 1951 年から 1960 年は平均で約 4100 匹でした。しかし、ダム建設後の 1961 年から 1970 年には約 2200 匹まで減少しています。その後、ハッチェリーができた 1971 年以降は約 1 万 9000 匹にまで増加しています。
(※1970 年まではキャピラノ川水系への帰還数、1971 年以降は Capilano River Hatchery への帰還数を示している)
このことからダム建設後にサーモンの帰還数は減少しましたが、ハッチェリー設立後には大きく増加し、その後も高い水準を維持していることがわかりました。

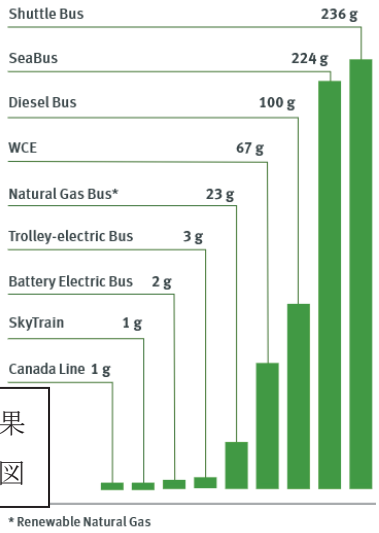
しかし、近年では地球温暖化の影響で河川の水温上昇や水の流れなどが起こり、サーモンの稚魚や成魚の生育にも影響が出ています。
また、水温が高くなることでサーモンにストレスがかかり生存率や繁殖にも影響を及ぼす可能性があるそうです。
（出典　Fisheries and Oceans Canada「Climate change impacts on the Pacific salmon life cycle」



しかし、鮭を守るためには、鮭だけでなく、川や森など、鮭が生息する自然環境を守る必要があります。
そこでバンクーバーではどのような自然環境保護活動をしているのか、調べてみました。

① 電気バス（Trolley Bus）
道路上空に張られた電線から電気を取り入れて走る乗り物です。走行中に排気ガスを出さないため、ディーゼルバスより環境への負担を減らすことができます。また、通常のディーゼルバスと比べて、一台当たり年間約 100 トンの温室効果ガス削減が見込まれています。





交通手段ごとの温室効果ガス排出量を比較した図

（出典　TransLink Accountability Report 2023）

② プラスチック製ビニール袋禁止令

2040 年までに市内の廃棄物ゼロを目指す「Zero Waste 2040」の計画の一環として、プラスチック製のレジ袋が 2022 年 1 月から使用禁止になりました。代わりに紙袋や繰り返し使えるバックが用意されていますが、これにも料金が設定されています。例えば、2023 年からは紙袋は最低 25 セント、繰り返し使えるバックは最低 2 ドルで買うことができます。紙袋や新しい再生可能な袋を利用するためには料金がかかるので、マイバックの持参を促し、使い捨ての袋の削減に繋げています。



③ アースデイ

市民や地域社会の環境問題や生物多様性などの意識を高め、地球環境を保護するための具体的な行動を促すために毎年 4 月 22 日(地球の日)にバンクーバーではたくさんのボランティアなどが行われています。ボランティアのほかにも植樹活動、地域の環境フェスティバル、UBC の植物園ツアー、スタンレーパークの自然観察会などのイベントがあり、市民が実際に環境保護に参加できる機会が作られています。

【まとめ】

今回の研究を通して、環境保全は一つの生き物を守るだけではだめだということに気づきました。鮭を守るためには、鮭が生息している川だけでなく、その川につながる森林や周辺の自然環境を含めて考えなければいけません。

バンクーバーでは、鮭の保護活動だけでなく、電気バスやプラスチック製レジ袋の禁止、アースデイなど、環境に対して様々な取り組みが行われていました。

これらを調べていくうちに、環境問題は一つの問題だけで解決するものではなく、行政や施設、地域の人々など、それぞれの立場から継続的に取り組むことが大切だと学ぶことができました。

今回の研究を通して学んだことを一度きりで終わりにせずに、身近なところから地元千葉市の環境を守れるようできることをしていきたいと思います。

The Time of My Life

井口　陽介

ウェルカムパーティーでホストブラザーのサムと初めてハグをした瞬間、それまで胸の中にあった不安がまるで嘘のように消えていった。そして、「この留学は、きっと最高のものになる」そんな思いが、胸いっぱいに広がった。その予感は本当だった。この２週間の留学体験は、私の 10 代の出来事の中でもトップクラスに大切な思い出となった。

カナダでのさまざまなイベントは、どれも忘れられない楽しい経験だった。しかし、振り返ってみると一番心に残っているのはサムや仲間たちと過ごした何気ない日常だ。ショッピングカートレース、大音量で音楽を流しながらのドライブ、スケートボード、TikTok の撮影、肩を並べて笑いあった映画鑑賞。そんな日常がとても楽しく、愉快で、国境のない青春を感じることができた。

一方で、自分の英語力の未熟さを痛感する場面も多かった。特に難しかったのは、「話すこと」だ。自分から話題を振ろうと挑戦しても、思うように言葉が出てこない。気がつけば聞き役になり、「Yes」「Yeah」などの簡単な返事だけで会話を終えてしまうこともあった。

「もっと深く話したい、つながりたい。」そう思ったことで、英語を学ぶことへの気持ちがこれまで以上に強くなった。この悔しさを、これから英語力を伸ばしていくための大切な原動力にしたいと思う。

また、生活の中で特に印象に残っているのは音楽の楽しみ方だ。日本ではイヤホンで聴くことが普通だが、カナダでは公園で歩いている人や自転車に乗っている人もスピーカーを持ち、大音量で音楽を流していた。老若男女がそれぞれ好きなジャンルの曲を聴き、人々はその音楽に耳を傾け声を掛け合うなどして、公共の場所で音楽が流れていることを肯定的に捉えているような雰囲気があり、音楽が好きな私は素敵な文化だと思った。

そして、今回の留学をきっかけに私には新しい「好きなこと」もできた。スケートボードだ。カナダで初トライして一緒に遊んだことがきっかけで、カナダを出国する際、サムの仲間のオースティンからスケートボードをプレゼントしてもらった。今も私は日本で練習を続けている。これからスケートボードに乗るたびに、カナダの公園でみんなと笑い合いながら過ごした時間を思い出すだろう。

最後になりますが、このような貴重な機会をつくってくださった千葉市国際交流協会の皆様、ライオンズクラブの皆様、ホストファミリーの皆様、そして留学に関わってくださったすべての皆様に、心より感謝申し上げます。

The Time of My Life

Yosuke Iguchi

The moment I hugged my host brother, Sam, for the first time at the welcome party, all the worries I had been carrying in my heart suddenly disappeared. I remember thinking, “This exchange is going to be amazing.” That feeling turned out to be true. These two weeks in Canada have become some of the most important and unforgettable memories of my life.

All the events and activities in Canada were fun and unforgettable experiences. However, when I look back, what I remember most is the ordinary time I spent with Sam and my friends. We had shopping cart races, went for drives while playing music really loudly, rode skateboards, made TikTok videos, and watched movies together while laughing side by side. These simple everyday moments were so much fun. They made me feel that youth and friendship have no borders.

At the same time, there were many moments when I realized how much I still need to improve my English. The most difficult part of my trip was speaking. Even when I tried to start a conversation myself, I often could not find the right words. Oftentimes, I found that I could only listen and offer single words like “yes” or “yeah” in response.

Looking back, I wish that I had been able to have deeper conversations and connect with people more. Because of my experience, I became even more motivated to study English. From now on, I want to use the frustration I felt as motivation to improve my English.

Another thing that really impressed me was the way people enjoy music in their everyday lives. In Japan, it is common to listen to music through earphones. In Canada, however, I saw people walking or riding bicycles in parks while playing music loudly from speakers. People of all ages listened to the kinds of music they liked. They sometimes talked to each other while listening to music, and there seemed to be a positive atmosphere where people enjoyed having music playing in public places. As someone who loves music, I thought this was a really wonderful part of Canadian culture.

This exchange also gave me a new thing to love: skateboarding. I tried skateboarding for the first time in Canada, and I had a great time skating with everyone. Before I left Canada, Austin gave me a skateboard as a gift. I have continued to practice skateboarding in Japan. From now on, every time I ride my skateboard, I will remember the fun times we spent laughing together at the park in Canada.

Finally, I would like to sincerely thank everyone at the Chiba City International Association, the Lions Clubs, my host family, and everyone else who supported this exchange program. I am truly grateful to them for giving me such a valuable and unforgettable opportunity.

貴重な経験

草場　留愛

私は、このノースバンクーバーとの青少年交流事業で、千葉ではできない貴重な経験をたくさんすることができました。ホームステイも、雄大な自然を感じながらのカヤックやキャンプ、バーベキューも私にとっては初めてのことで、とても楽しかったです。大きなイベントだけではなく、ホストシスター達とカードゲームをしたり、映画を見たり、一緒におしゃべりしたりという他愛のない日々も、私にはかけがえのない大切な思い出です。

私が、この国際交流プログラムで元気に活動できたのは、ホストファミリーが細やかなサポートをしてくれたことが大きいと思っています。初めてのホームステイで緊張している私を優しく迎え入れてくれ、家族の一員のように温かく接してくれました。不安なことがあったらすぐに相談にのってくれ、カナダの生活や文化、英語についてたくさんのことを教えてくれました。また、カナダで素晴らしい時間を過ごすことができたのは、他のカナダの方々も私達が楽しめるよう準備・計画を行ってくれただけではなく、私達の考えや気持ちを尊重してくれたおかげでもあります。今回繋がった縁をこれからも大切にしていきたいと思います。

派遣前は、失敗を恐れて自分から新しいことに挑戦することが苦手でした。ですが、ノースバンクーバーでの経験を通して、新しいことにのびのびと挑戦できるようになりました。これからは楽しみながらたくさん挑戦していきたいと思います。また、ノースバンクーバーで様々な文化や価値観を持つ方とたくさん関わったことで、自分の知見や視野を広げることができました。

最後に、宝物のような思い出や自分を成長させるきっかけを得ることができたのは、たくさんの方々が支えてくれたからです。千葉市国際交流協会の方、ライオンズクラブの方、中村先生、そしてカナダでホストしてくれた生徒・ファミリー、このプログラムに携わってくれた全ての方々に感謝を申し上げます。本当にありがとうございました。

A Valuable Experience

Rua Kusaba

Through this youth exchange program with North Vancouver, I was able to have many valuable experiences that I could never have had in Chiba. Staying with a host family, kayaking while enjoying the beautiful nature, camping, and having barbecues were all new experiences for me, and I had an amazing time. Not only these special events, but also the everyday moments, such as playing card games, watching movies, and chatting with my host sisters, became precious and unforgettable memories.

I believe I was able to participate in the program with confidence and enthusiasm largely because of the warm support of my host family. They welcomed me kindly even though I was nervous about staying with a host family for the first time, and they treated me like a member of their family. Whenever I had any concerns, they were always there to listen to me and give me advice. They also taught me many things about life in Canada, Canadian culture, and English. I was also able to enjoy my time in Canada because so many people worked hard to carefully plan and prepare activities for us. They always made sure that we could have fun while respecting our thoughts and feelings. Through this program, I was able to meet many wonderful people, and I hope to continue to value the connections I made with them.

Before leaving for Canada, I was often afraid of making mistakes, so I was not very good at trying new things on my own. However, through my experiences in North Vancouver, I became more willing to challenge myself without being afraid of failure. From now on, I want to continue trying new things and enjoy the experiences I gain along the way. By interacting with people from different cultural backgrounds and with different values, I was also able to broaden my knowledge and perspective.

Finally, I was able to create many precious memories and grow as a person because of the support of so many people. I would like to express my sincere gratitude to everyone involved in this program, including the Chiba City International Association, the Lions Club members, Ms. Nakamura, and all the students and host families who welcomed us in Canada. Thank you very much for giving me such a wonderful and unforgettable experience.

人生最高の夏休み

酒井　稜平

今まで16年間夏休みを過ごしてきたが経験したことがないほど素晴らしい経験を得ました。日本から遠く離れた国であるカナダに気軽に話すことができる友達を作れたことはこれ からの人生で大きな意味を持つことだと思います。

今回滞在させていただいたノースバンクーバーは大都市バンクーバーの北部にあり、賑や かさと静けさの両面を持つとても素晴らしい都市でした。
バンクーバーまで行こうと思えばほんの数十分で行くことができました。自然を楽しみたいと思えばほんの数分で森の中に行くことができました。自然の生き物が大好きな私にとってはこれ以上ない最高の環境でした。

私は滞在中に咳が止まらなくなったため、多方面に心配をかけてしまいましたが、ホストファミリーが色々な回復する可能性が高い手段を試してくれたことが印象に残りました。 日本から咳止めを持っていなかったため、カナダの薬を飲ませていただきました。
ホストファミリーを始めとして今回関わったカナダの方はみんな明るく元気で話しかけやすい人ばかりでした。特にジョージやルビーは私のことだけでなくみんなが楽しい時間を過ごすことができるように正確に計画を立ててくださり、私たちが最大限の経験を得られるようにしてくださりました。

今回の経験を通して、私は自分なりの価値観にさらに磨きをかけることができました。日本とは異なった文化で暮らす人たちと交流し、カナダの魅力にも、日本の魅力にも気づくことができました。今回得た他言語・他文化の人々との交流で学んだ、言語に頼らないコミュニケーションを、これからの世界がだれ一人取り残さない平和なものに近づけるという目標に大きく活かしていただきたいです。

最後に、千葉市国際交流協会の方々、千葉ライオンズクラブの方々、中村先生、カナダのホストファミリー、カナダのライオンズクラブの方々の支えなしではこのような最高の経 験をすることはできませんでした。本当にありがとうございました。
この経験を今後の人生に活かし、さらに成長した姿をお見せできるよう努力します。

The Best Summer Vacation of My Life

Ryohei Sakai

I have spent sixteen summer vacations in my life, but this was the best experience I have ever had.

Making friends in Canada, a country far away from Japan, is something that will have a gr eat meaning in my future life. I believe I will never forget this experience.
North Vancouver, where I stayed, is located in the northern part of Vancouver. It is a wonderful city with both lively and peaceful sides.

If I wanted to go to Vancouver, I could get there in only a few dozen minutes. If I wanted t o enjoy nature, I could reach a forest in just a few minutes. Since I love wild animals and nature, it was the perfect place for me.

During my stay, I had a bad cough and could not stop coughing. I worried many people around me, but I was impressed by how much my host family helped me. They tried many ways to help me get better. Since I had not brought cough medicine from Japan, they gave me Canadian medicine.

The Canadians I met during this trip were all cheerful, kind, and easy to talk to. In particular, George and Ruby carefully planned many activities so that everyone could have a good time. Thanks to them, we were able to gain many valuable experiences.
Through this experience, I was able to broaden my way of thinking.

By meeting people from different cultures, I learned about both the good points of Canad a and Japan. I also learned that communication is possible even without perfect language skills. I hope to use this lesson in the future and help create a world where everyone can live together peacefully.

Finally, I would like to thank the people of the Chiba City International Association, the Chiba Lions Club, Ms. Nakamura, my host family, and the Lions Club members in Canada. Without their support, I could not have had such a wonderful experience.

I will continue to grow and do my best so that I can come back as a better person in the future.
Thank you very much.

かけがえのない経験

中村　渚

ノースバンクーバーで過ごした二週間は、想像していたよりも本当にあっという間に過ぎてしまいました。最初はあんなに緊張していたのに、いつの間にか日本に帰りたくなくなり、ホストファミリーや友達たちと最後にお別れをするときに泣きそうになったのはその二週間で一生忘れることのないかけがえのない宝物を手に入れたからです。

最初のうちはあまりうまく英語を話すことができず、聴き取るのにもよく苦労していました。しかし、ノースバンクーバーの方々は嫌な顔一つせず、真剣に私の拙い英語を聞いてくれたり、わかりやすい英語で話しかけてくれたりしました。その気遣いと温かさ、優しさに滞在中何度も救われました。

夜遅くまで公園で遊んだこと、カヤックで水を掛け合ったこと。フリーデイの日にファミリーにいろいろなところに連れて行ってもらったり、人生で初めてのキャンプをしたこと。あと深夜にホストシスターとこっそりラーメンを作って食べたこと。
毎日夜に書いていた日記や写真を見返すたび、美しく広大な自然が広がり街や人々の雰囲気がとても温かいノースバンクーバーに今でも帰りたくなります。

このノースバンクーバーでの生活を通して、私は文化の違いや、考え方の違いなどいろいろなことを学ぶことができとても良い経験となりました。
同時にこんなに素晴らしい経験を作ってくださった、中村先生、国際交流協会、千葉中央ライオンズクラブ、そしてGeorgeさんをはじめとしたノースショア・ライオンズ青少年交流委員会の皆様には感謝してもしきれません。
だからこそ、今回学ぶことができたたくさんの大切な事を活かして今後も様々なことに挑戦していけるよう頑張りたいです。

An irreplaceable experience

Nagisa Nakamura

The two weeks I spent in North Vancouver flew by much faster than I had imagined. Although I was incredibly nervous at first, before I knew it, I didn't want to go back to Japan; I even felt like crying when saying goodbye to my host family and friends. That is because, during those two weeks, I gained an irreplaceable treasure—memories I will cherish forever.

At the beginning, I struggled to speak English well and often had trouble understanding what was being said. However, the people of North Vancouver never showed any sign of annoyance; instead, they listened earnestly to my broken English and spoke to me using clear, easy-to-understand language. Their thoughtfulness, warmth, and kindness saved me time and again during my stay.

I have so many fond memories: playing in the park late at night, splashing each other while kayaking, and going camping for the first time in my life after my host family took me to various places on my free day. I also remember secretly making and eating ramen with my host sister late at night.

Whenever I look back at the photos and the diary I wrote every night, I find myself longing to return to North Vancouver—a place with vast, beautiful nature and an atmosphere filled with warmth from the city and its people.

Living in North Vancouver was a wonderful experience that taught me so much about cultural differences and varying perspectives.

I cannot thank everyone enough for making this amazing experience possible: Ms. Nakamura, the International Association, the Chiba Chuo Lions Club, and the members of the North Shore Lions Youth Exchange Committee—especially George.

Inspired by the many important lessons I learned, I am determined to apply them as I take on new challenges in the future.

「異文化理解」をするということ

中村　愛

今回の青少年交流事に引率者として同行し、生徒たちが異文化の中で大きく成長していく姿を間近で見守る貴重な機会を得た。現地に到着してまず感銘を受けたのは、カナダの徹底した多文化共生の姿勢である。移民を自国の文化に同化させるのではなく、それぞれのアイデンティティを尊重し、そのまま受け入れる社会が構築されている。「Japanese-American」といった表現をあえて使わない配慮や、日常生活に根付いた気さくな雑談の文化は、お互いの違いを認め合う寛容さを示していた。また、こうした包摂的な社会背景があるからこそ、日本と比較して LGBTQ への理解や権利擁護が社会全体に浸透しているのだと、生徒たちとともに実感することができた。

さらに、歴史的背景について深く考えさせられたのが、スティーブストン訪問時に日本人ガイドの Mimiさんから伺ったお話である。かつて日本人が開拓に貢献したこの漁村は、第二次世界大戦後に日本人が強制排除されてカナダ人が中心となり、その後は中国人労働者を安価な労働力として雇い入れる歴史をたどったという。この歴史的事実は、現在の日本が直面している外国人労働者の受け入れ問題や、社会的な姿勢と重なる部分が非常に多い。引率者として、生徒たちにもこうした歴史の教訓や構造的な課題を他山の石とし、将来の国際社会を担う者としてどのように多様な人々と向き合うべきか、深く考える契機を提供できたと考えている。

16日間の日程を通じて、ノースバンクーバー市長への表敬訪問や大自然の中でのカヤック・キャンプ、そして温かいホストファミリーとの交流を通じ、生徒たちは教室の学びを超えた生きた経験を積むことができた。引率者として安全管理に努めながら、生徒たちが多様な価値観を吸収していく過程を共有できたことは、教育的観点からも極めて有意義であり、本研修で得た知見を今後の教育活動に大いに還元していきたい。

What “cross-cultural understanding” is

Megumi Nakamura

As a chaperone accompanying this youth exchange program in Canada, I had the privilege of closely observing our students grow significantly through their exposure to a different culture. Upon arriving, what struck me most was Canada's profound commitment to multiculturalism. Rather than forcing immigrants to assimilate into a single dominant culture, Canadian society respects individual identities and embraces diverse backgrounds as they are. The careful avoidance of terms like "Japanese-American" and the everyday culture of casual conversation reflected a deep-rooted mutual respect. Furthermore, I realized alongside the students that this inclusive social environment is precisely why understanding and advocacy for the LGBTQ+ community are far more advanced compared to Japan.

Moreover, a story shared by Mimi, a Japanese guide during our visit to Steveston, provided a profound historical perspective. Originally a fishing village developed by Japanese immigrants, Steveston saw Japanese residents expelled after World War II, shifting the community's core to Canadians, who subsequently employed Chinese laborers as cheap workforces. This historical background bears striking similarities to Japan's current challenges and attitudes regarding the acceptance of foreign workers. As a chaperone, I believe this offered the students a crucial opportunity to reflect on historical lessons and consider how they, as future global citizens, should engage with people from diverse backgrounds.

Throughout the 16-day itinerary—including the visit to the Mayor of North Vancouver, outdoor activities like kayaking and camping, and warm interactions with host families—the students gained invaluable, real-world experiences that extend far beyond the classroom. Sharing in their journey of absorbing diverse values while ensuring their safety was educationally immensely rewarding, and I am committed to applying the insights gained from this program to my future educational activities.

井口　陽介



ホストファミリーと浴衣で記念写真。漢字を手書きした団扇をプレゼントしました。サム君には漢字で「紗夢」と書きました。



ホストブラザーのバイト先でラテアートに挑戦。ハートを作ろうとして失敗。サムのボスは白鳥も作れるプロでした。



レコードの中古ショップが街中にあって、音楽好きの私はテンションあがりました。CD やポスターをたくさん買いました。



ホストファミリーへカレーをふるまいました。喜んでもらえて嬉しかったです。飲み物は緑茶よりもカルピスが好評でした。



ダウンタウンの街並みです。あらゆる建物にアートが施されていました。もしかすると落書き防止のためかも。



Cates Park でカヤック体験。慣れないオール漕ぎで肩が筋肉痛になりました。水面からかわいいアザラシが顔をだしていました。

草場　留愛



着いてすぐのウェルカムパーティの写真です。みんな緊張していて会話が少しぎこちなかったです。



Bowen Island からの帰りのフェリーでゲームをしました。負けた陽介君は罰ゲーム(知らない人と自撮り)を受けました。



Deep Cove で海水浴をしたあと、トランプで遊びました。海水浴では初めて足が地面につかないほど深い海に飛び込みました。



ベルの家で陽介君がギターで Oasis の Wonderwall を弾いてくれました。オースティン達も一緒に歌ってくれました。



市長表敬訪問後のランチです。とってもおいしかったですが浴衣の帯でお腹が苦しかったです。



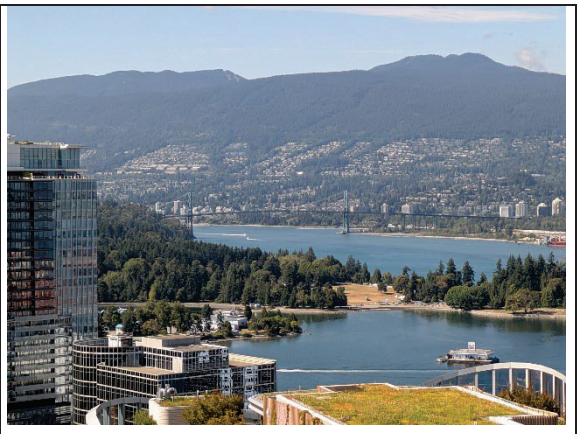
キャンプ 2 日目にはいウィスラーへの小旅行があり、みんなでオリンピックリングの前で写真を撮りました。

酒井　稜平



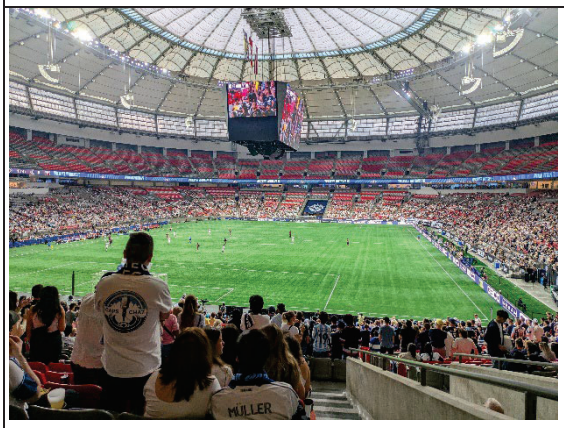
スタンレーパークの写真

大きな切り株でホストブラザーと写真を撮りました



バンクーバータワーから撮った写真

真ん中に写っているのがライオンズゲートブリッジ



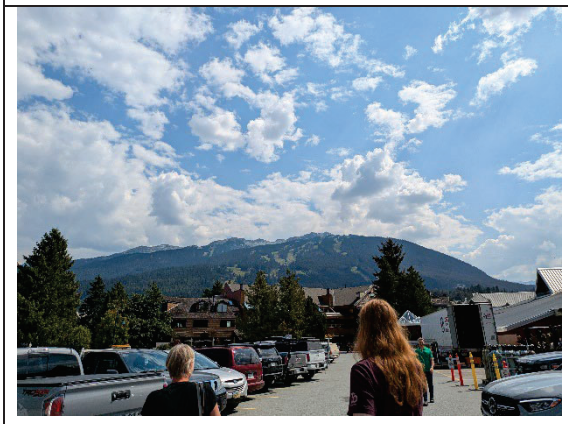
サッカー観戦の写真

予定がいない日に地元のサッカーチームの試合に連れて行ってもらいました。



野球観戦の写真

カナダに住む親戚とホストブラザーと野球場で撮った写真。



ウィスラーで撮った写真

日本よりも空が広く感じられてきれいだった。



ホストファミリーの家の写真

庭がとても広く、屋外に机とソファーがあった

中村　渚



深夜十一時まで公園で夜遊び。
夜中まで子供だけで遊べる安全さにとても驚きました。



両親が結婚した式場へいきました。町の方々が親切に接してくださり写真まで撮ってくださいました。バンクーバーの暖かさに触れられて幸せでした。



ホストマザーと一緒にカップケーキを作りました。皆においしいと褒めてもらえて嬉しかったです。



大自然を感じることができるウィスラーに行きました。広大な山や美しい景色を見てカナダの自然の豊かさを感じました。



スコーミッシュで二泊三日のキャンプをしました。夜にみんなで星を見たり、焚火を囲んで怪談話をしたりして、とても新鮮な三日間を過ごすことができました。

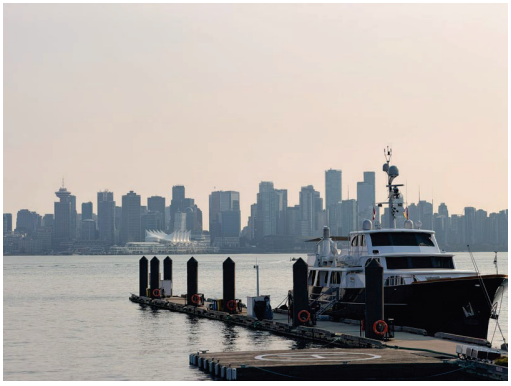


フェアウェルパーティーでホストファミリーと一緒に折り鶴を作りました。楽しそうに作ってくれてとても嬉しかったです。

中村　愛



カナダのコーヒーは苦みが少なく、とても飲みやすかったです。有名店を何軒か訪れ、飲み比べました。



ノースバンクーバーから臨むバンクーバー。滞在中何度も足を運びました。



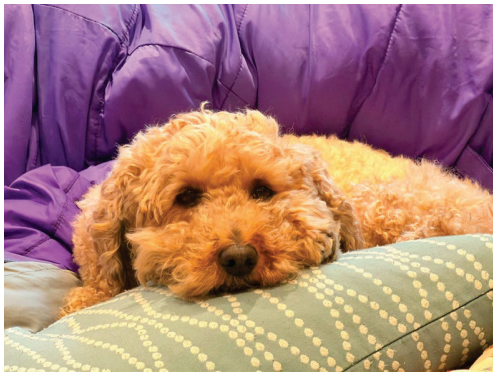
ガスタウンにある世界最古の蒸気時計には、多くの観光客が集まっていました。



ビクトリアの市庁舎。英国風の建物とトーテムポールが融合しているのが独特でした。



市場で見つけた、モントリオール式のベーグルショップ。日本のベーぐるとは全く違います。



ホスト Ruby の愛犬、Cooper からたくさんの癒しをいただきました。

令和８年度 青少年交流事業
カナダ・ノースバンクーバー市派遣 帰国報告書

発行　令和８年 11 月発行
編集・発行　公益財団法人千葉市国際交流協会
〒260－0013
千葉市中央区中央 3－3－1
フジモト第一生命ビルディング 2 階
TEL：043－306－1034
FAX：043－306－1042
URL：www.ccia-chiba.or.jp/