



# 目錄

實施計畫 .....	2
參加人員名單.....	5
2018 曉明女中赴日本國際教育旅行帶隊師長資料 .....	7
2018 曉明女中赴日本國際教育旅行學員資料 .....	8
旅遊資訊 .....	13
赴日本教育旅行注意事項 .....	15
國際禮儀 .....	17
入住寄宿家庭注意事項 .....	24
日本教育制度概況.....	25
長野清泉女学院高等学校.....	28
靜岡雙葉高等學校・中學校.....	30
日本教育旅行心得.....	32

## 實施計畫

### 曉明女子高級中學 2018 年赴日國際教育旅行

#### 一、計畫目標：

- (一) 配合國際教育政策，提昇學生國際競爭力，結合學校與社會資源，發展具國際觀的學校特色。
- (二) 培養學生「自我理財」觀念與態度，鼓勵學生實際參與國際交流，使學生知道別人如何學，增廣師生見聞，開拓師生視野，培養師生外語能力。
- (三) 透過雙邊學校教育交流，作為雙方學校進一步推展國際教育旅行互訪之動力，及使學生能從教育旅行中，獲得寶貴經驗。
- (四) 推展國際文化交流，營造國際化生活環境，豐富學生心靈，貢獻國際社會，使學生透過教育國際化的過程，達到瞭解國際社會、參與國際教育活動，促進世界和平及福祉的目標。

二、實施對象：本校學生計約 36 人。

三、參訪交流時間：107 年 10 月 21 日(星期日)至 107 年 10 月 27 日(星期六)，計七天六夜。

四、參訪國家：日本

五、組織與分工：

工作人員職稱	單位	姓名	工作內容及職掌
團長	曉明女中	黃建華主任	綜理教育旅行相關事宜
副團長	曉明女中	蔡秉修實研組組長	協助辦理教育旅行相關事宜
訓育組長	曉明女中	李玉心組長	執行教育旅行相關事宜

#### 六、實施內容：

- (一) 與日本高中學校交流。
- (二) 參訪學校、文教機構、交流座談，使學生透過觀摩、體驗學習傳統文化。
- (三) 認識、了解並體驗日本之文化及歷史。
- (四) 藉由國際教育拓展國際視野。

## 七、實施方式：

- (一) 出國計畫宣導內容。
- (二) 接受報名、聯絡對方學校、招標並與廠商接洽等內容。
- (三) 接洽詳細體驗內容與製作學習單等細節。
- (四) 確定團員名單與召開校內說明會等。

## 八、行程：

日期	預定行程	體驗學習重點
第一天 (107年10月21日)	學校出發=>桃園國際機場=>成田機場 =>飯店	● 出入關學習 ● 機場出入關學習
第二天 (107年10月22日)	飯店=>小江戸川越老街巡禮=>美味午餐=>輕井澤舊銀座街道+聖保羅教堂見學=>溫泉飯店迎賓料理+泡湯體驗	● 日本老街巡禮 ● 泡湯體驗
第三天 (107年10月23日)	飯店=>善光寺=>長野縣清泉女子高校參訪+午餐交流+課程體驗=>長野縣HOMESTAY+日式家庭料理體驗	● 學校交流 ● Homestay 體驗
第四天 (107年10月24日)	Homestay=>諏訪湖休息站散策=>河口湖風味料理=>河口湖天上山公園+纜車=>心跳夢幻廣場+小丸子博物館+自助餐吃到飽=>飯店	● 纜車體驗 ● 靜岡知名景點參觀
第五天 (107年10月25日)	飯店=>靜岡縣天主教雙葉女子高校+午餐交流=>靜岡 HOMESTAY 體驗	● 學校交流 ● Homestay 體驗
第六天 (107年10月26日)	HOMESTAY=>日本人氣海老名休息站見學=>Jr 車站(飯店放行李)=>東京都JR 電車城市探索=>飯店	● 日本特色 SA 見學 ● 城市探索
第七天 (107年10月27日)	飯店=>早稻田大學校園巡禮=>成田山新勝寺+美味午餐=>成田國際機場=>桃園國際機場=>抵達學校	● 大學參訪 ● 日本寺廟見學 ● 機場出入關學習

## 九、預期效益：

- (一) 帶動本校與交流學校學生教育交流，暢通日後交流管道，及增進二國學校友好關係。
- (二) 促進與雙方學校互動，展現我國學校教育特色，推動學校國際化，瞭解國際趨勢，增進外語能力及國際禮儀，拓展二國師生國際視野和人文素養，營造學校成為具國際化的教學環境。
- (三) 透過多元的活動設計，行銷臺灣，呈現及推廣我國人文習俗、生態景觀、飲食文化等特色，增進二國國際理解，從觀察、體驗中，發展二國學生國際能力，學習國際素養、培養全球競合力、及責任感學生。

## 十、本計畫奉校長核定後實施，修正時亦同。

我們的校訓：

**真、善、美、聖**

我們的願景：

**天主是愛，在愛內，活出更豐富的生命。**

我們的核心價值：

**負責、自律、簡樸**

**誠信、感恩、尊重**

## 參加人員名單

### 一、參加人員名單

領隊師長：團長 黃建華 學務主任				導 遊：張耀文			
副團長 蔡秉修 老師				隨團人員：林宗毅 共 40 人			
自由行	班級	姓名	報告/表演	自由行	班級	姓名	報告/表演
第一組	高一甲	吳宜蓁	合唱	第四組	高一甲	何芯榆	合唱
	高一己	廖紫涵	合唱		高一甲	王婕杼	合唱(組長)
	高一甲	洪婉庭	合唱		高一丙	許蕙琳	合唱
	高一乙	劉曦	報告(英)		高一己	莊雅筑	合唱
	高一甲	黃亮穎	微電影		高一甲	邱意涵	合唱
	高一乙	林盈杉	報告(日)		高一戊	吳昀芸	合唱
	高一甲	龔若云	合唱		高一甲	田容甄	合唱
第二組	高一戊	王靖雅	微電影	第五組	高一己	邱郁方	微電影
	高一戊	粘耕寧	合唱		高一丁	陳柔安	微電影
	高一戊	袁霓妮	合唱		高一戊	羅佩芝	合唱
	高一丁	蔡宜芳	合唱		高一乙	蕭亦辰	微電影
	高一戊	吳彥蓁	合唱		高一丁	許毓庭	微電影
	高一戊	陳乃嘉	合唱(伴奏)		高一丙	張絡晴	合唱
	高一己	許瑋家	合唱		高一戊	廖雅亭	合唱
第三組	高一丁	柯惠瑄	合唱	高一乙	林柏余	微電影	
	高一己	楊淳媚	合唱	高一丁	陳芳淳	合唱	
	高一丙	蘇宥蓁	合唱				
	高一己	許庭瑋	報告(英)				
	高一己	曾文慈	合唱				
	高一丙	趙捷宇	合唱				

## 2018 曉明女中赴日本國際教育旅行帶隊師長資料



姓名	黃建華
英文名	HUANG · CHIEN-HUA
職稱	學務主任



姓名	蔡秉修
英文名	TSAI · PING-HSIU
職稱	實研組組長

## 旅遊資訊

出發日期：2018年10月21日

導遊：林宗毅

張耀文

由臺灣打至日本緊急聯絡手機方法：00281+各電話號碼去0

### 一、搭乘航班

日期	起點	終點	航班	出發時間	到達時間
10/21	巴士	曉明女中	08:00	桃園機場	10:30
10/21	CX450	桃園機場	13:00	成田機場	17:20
10/27	CX451	成田機場	15:40	桃園機場	18:25
10/27	巴士	桃園機場	19:00	曉明女中	21:30

### 二、住宿飯店

天數	日期	飯店名稱/地址	電話
Day1	10/21(日)	成田 VIEW 飯店 千葉縣成田市小菅 700	TEL: 0476-32-1111 FAX: 0476-32-1078
Day2	10/22(一)	輕井澤溫泉1130溫泉飯店 群馬縣吾妻郡嬭恋村鎌原1453-2	TEL: 0279-86-6111 FAX: 0279-86-6116
Day3	10/23(二)	長野縣 homestay	
Day4	10/24(三)	Route Inn 清水飯店 靜岡縣靜岡市清水區八坂東 1-440-2	TEL: 050-5847-7401 FAX: 054-361-6662
Day5	10/25(四)	靜岡 homestay	
Day6	10/26(五)	上野 candeo 飯店 東京都台東區根岸 1 丁目 2 番 13 号	TEL: 03-5808-6100 FAX: 03-5808-6200
Day7	10/27(六)	溫暖的家	

## 二、每日行程

日期	行程
第一天 10/21(日)	學校出發=>桃園國際機場=>成田機場=>飯店
第二天 10/22(一)	飯店=>小江戸川越老街巡禮=>美味午餐=>輕井澤舊銀座街道+聖保羅教堂見學=>溫泉飯店迎賓料理+泡湯體驗
第三天 10/23(二)	飯店=>善光寺=>長野縣清泉女子高校參訪+午餐交流+課程體驗=>長野縣 HOMESTAY+日式家庭料理體驗
第四天 10/24(三)	Homestay=>諏訪湖休息站散策=>河口湖風味料理=>河口湖天上山公園+纜車=>心跳夢幻廣場+小丸子博物館+自助餐吃到飽=>飯店
第五天 10/25(四)	飯店=>靜岡縣天主教雙葉女子高校+午餐交流=>靜岡 HOMESTAY 體驗
第六天 10/26(五)	HOMESTAY=>日本人氣海老名休息站見學=>Jr 車站(飯店放行李)=>東京都 JR 電車城市探索=>飯店
第七天 10/27(六)	飯店=>早稻田大學校園巡禮=>成田山新勝寺+美味午餐=>成田國際機場=>桃園國際機場=>抵達學校

## 赴日本教育旅行注意事項

1. 撥空閱讀本注意事項，了解團體的動態，將會促進您的旅途愉快。
2. 出國行李請準備大、小 2 件為宜，若團體人數太多，大件行李儘可能先放在車上，以避免每天搬運之累。
3. 嚴守團體紀律，不可無故脫隊，並能依規定時間上車、集合與活動。
4. 為方便起見，請事先換好個人所需日幣。並且帶些臺幣以便回臺使用。
5. 有任何問題立即反應給老師以便妥善處理。
6. 個人所需特殊用藥，請記得攜帶並依醫生指示使用。
7. 遵守領隊對所宣布的觀光區、餐廳、飯店、遊樂設施等各種場所的注意事項。
8. 到日本，不僅代表學校更代表國家，請注意禮貌與形象。
9. 個人隨身包內放重要又隨時需要使用的東西為宜，如護照、錢包、筆、參訪手冊、面紙、傘、相機、底片、礦泉水、個人特殊藥品或保養品。
10. 晚上住宿：請注意禮貌、勿大聲喧嘩、走路要輕聲。室內不能亂吃東西、不能亂曬衣褲。並且依照飯店規定行事不得亂 call 其他不相干寢室電話。
11. 日本電壓為 100V(若購買電器使用時，請注意其電壓是否符合或可轉換)。
12. 日本國土狹長，縱貫熱帶、溫帶和寒帶 3 個氣候帶，加之受大陸和海洋器後的雙重影響，氣候變化較大，四季分明。夏季全國氣溫普遍較高，降水充沛。冬季日本海一側多雲，陰天多，太平洋一側氣候乾燥，多麗日。冬季南北溫差較大，日本氣候四季分明，請配合冬季準備衣服，12 月東京溫度大約 8 度左右、室內均有冷暖器設備。
13. 日本國與台灣地區有一小時時差。(\*台灣早上八時=日本早上九時)
14. 重要物品請置於飯店保險箱，如隨身攜帶之物品，切勿離手；在公共場所勿露財，購物時也勿當眾清數鈔票，小心扒手就在你身邊。
15. 在飯店冰箱內的物品勿用為宜，因為很貴。電視部分若為有

- 料(要付費)，請勿按確認，否則結帳時請自行付費。
16. 在公共場所勿露財，購物時也勿當眾清數鈔票。
  17. 從東京打電話回臺灣需撥 001。010(日本電話國際代碼)+886(台灣代碼)-區域號碼(去 0)-個人號碼。
  18. 從台灣打電話到日本需撥 002(台灣號碼國際代碼)-81(日本代碼)-3(東京區域號碼)-日本飯店號碼-飯店房間號碼。
  19. 日本公共電話共分綠色、黃色、紅色，一般綠色包括機左上角有國際電話字樣，均可直撥台灣電話，可事先兌換電話卡片(¥1000 或 ¥500)，直撥號碼 001-886-2-\_\_\_\_\_\*2 代表台北市，區域號碼 0 不需撥)。
  20. 消費水準高，飲食習慣與國人不同，請勿以國內標準要求，尤其觀光地區中，餐點常有簡單定食情況，原則盡量以安排當地風味餐為主。
  21. 隨身皮包或背包，請勿放剪刀、小水果刀、指甲剪，請放置於大件行李內。

## 國際禮儀

### (一)基本要求

團體出訪應避免個人單獨行動，遵守時間，不得失約，這是國際交往中極為重要的禮貌，並確實遵守集合時間，準時到達集合地點。不得過早、更不能遲到。參訪拜會學校兩日，請著較正式服裝包含領帶、領結以及皮鞋，均應注意清潔、整齊、挺直。衣服應燙平整，褲子燙出褲線、衣服袖口要乾淨，皮鞋要上油擦亮、運動鞋球鞋要洗乾淨並注意儀容應對舉止之禮儀，以示對參訪學校之尊重。與人問候時應面帶微笑有禮貌地打招呼，態度要親切、自然、大方，避免動座隨便，有失莊重。

在公開場合不適宜談論涉及個人隱私的問題，並應避免討論有人不熟悉的話題、或者用聽不懂的語言交談。

握手時應有力與親切感，與男仕握手不妨稍重，與女仕握手則應稍輕，時間要短暫，握手時應注目對方，面露微笑。

### (二)尊重隱私

西方國家很尊重每個人的“隱私權”。所謂隱私權是指個人私生活不受他人干擾、窺視的權益。在國際交往中，尊重隱私也是重要的規範。

1。尊重隱私，要堅持以個人為交往對象的禮儀原則。

如：你給一家人中的某個人幫了忙或送了一份禮物，這行為本身也僅是對某個人而方才有意義，除受惠人會表示感謝，其他家人一般不會因此而致謝，這是很正常的。

2。尊重隱私，不能侵犯屬於個人的空間與領域。

一家人同住一棟房子裡，各自的房間便是各個成員自己的天地，不敲門，不經允許，便不能突然闖入。拜訪他人家庭、前往他人家庭、前往他人辦公室洽談，都須預先約定。

3。尊重隱私，在交談中應迴避涉及個人隱私的任何話題。具體來說，就是要

做到“五不問”：一不問年齡；二不問婚否；三不問去向；四不問收入；五不問地址。

### (三)入鄉隨俗

入鄉隨俗，是國際交往中一條很重要的禮儀原則。出國或在國內接觸外賓，都要遵循他們的風俗習慣與禮節，以縮小交往時出現的文化差距與減少相互間的觀念衝突。因此，每到一個國家或接待來自某一國的客人，都要事先了解該國的禮俗，即使相當熟悉的友人，也應注意基本禮儀。因為不同國家的社會制度不異，文化習俗有別，思維方式與理解角度也往往差別較大，在交往中應相互尊重，謹慎從事，不能不拘小節或超過限度。

### 日本基本禮儀

#### 1. 人見面多以鞠躬為禮

一般人們相互之間行 30 度和 45 度的鞠躬禮，鞠躬彎腰的深淺不同，表示的含義也不同，彎腰最低是最有禮貌的鞠躬稱為「最敬禮」。男性鞠躬時，兩手自然下垂放在衣褲兩側；對對方表示恭敬時，多以左手搭在右手上，放在身前行鞠躬禮，女性尤其如此。在國際交往中，日本人也習慣握手禮，尤其是年輕人或和歐美人接觸較多的人，也開始有見面握手的習慣。

在日本，名片的使用相當廣泛，特別是商人，初次見面時有互相交換名片的習慣。名片交換是以地為低或者年輕的一方先給對方，這種做法被認為是一種禮節。傳遞名片時。要將名片正對著對方。

4. AA 制，一般情況下朋友們一起上餐館、酒吧，如果事先沒有說好誰請客，就都採用 AA 制的付錢方式，意思是按人頭數分攤計算，各自分擔自己的費用，AA 制源自歐美，好處是各付各的，免得欠下別人請客吃飯的人情債，連搭乘公共汽車也是如此，相互之間清清楚楚。

5. 日本人比較喜歡送禮物！日本人在送禮時，多採取這樣的作法：即送些對主人毫無用途的禮品，因為收禮的人可轉送給別人，那個人還可以再轉送給第三者。

## 服飾禮儀

日本人在交際應酬之中對打扮十分介意，在商務交往、政務活動以及對外場合中多穿西服，在民間活動時，他們有時會穿國服——和服。

穿和服時，一定要穿木屐和草鞋，並配以布襪，婦女穿和服時，還必須腰繫綵帶，要後加上一個小軟托，並且手中打傘。根據年齡、婚姻狀況以及身份地位的差別，和服的色彩、圖案、款式、面料乃至穿著方法也不盡相同，需要準確區分。

在與日本人打交道時，衣著上必須注意四點：

1. 日本人認為衣著不整齊便意味著沒有教養，或是不尊重交往對象。所以，在與日本人會面時，一般不宜穿著過分隨便，特別是不要光腳或穿背心。
2. 到日本人家裏做客時，進入「玄關」(げんかん)後要先脫下大衣、風衣和鞋子，同時鞋子要朝外擺放整齊。
3. 拜訪日本人時，切勿未經主人許可，而自行脫去外衣。
4. 參加慶典或儀式時，不論天氣多麼熱，都要穿套裝或套裙。

## 餐飲禮儀

在飲食方面。日本可以說是自成一體，世人一般稱之「和食」(わしょく)，即日本料理。日本人用餐時，要擺上一長矮桌，男子盤腿而坐，女要跪坐而食。日本在使用筷子上是很講究，筷子都放在筷托上。還有「忌八筷」的習俗，就是不能舔筷、迷筷、移筷、扭筷、剔筷、插筷、跨筷、掏筷。同時，還忌用同一雙筷子讓大家依次夾取食物，也不能把筷子垂直插在米飯裏。宴請客人時，大都忌諱將飯盛得過滿，並且不允許一勺盛一碗飯。作為客人，則不能僅吃一碗飯，那怕是象徵性的，也要再添一次。否則，就會被視為賓主無緣。

## 茶道禮儀

茶道是日本的傳統藝術形式，源於中國的唐宋時期。茶原本不是日本所固有的產物，是由遣唐使與留學生從中國將茶帶到日本，而逐漸發展成日本茶道。唐朝的茶主要是以「團茶」為主，將茶葉固定成一塊，然後再煎煮飲用，日本

現今的抹茶就跟「團茶」比較接近。日本茶道有「四歸茶道」的說法，即「和、敬、清、寂」。「和」指和平、祥和；「敬」指尊敬、互敬；「清」指清潔、清爽；「寂」指幽寂、苦寂。這種茶道精神一直是日本茶人追求的目標。在飲茶時，主人會用左手掌托碗，右手五指持碗邊。跪起後舉起茶碗（須舉案齊眉），恭送至正客前。正客接過茶碗也須舉案齊眉，以示對主人致謝。然後再放下碗後重新舉起才能飲茶，因為日本人注重茶具文化，因此如果茶碗上有圖案，需要將茶碗轉半圈避開圖案再飲用，飲時口中要發出「嘖嘖」的讚聲，表示對主人「好茶」的稱譽。待正客飲茶後，餘下賓客才能依次傳飲。飲時可每人一口輪流品飲，也可各人飲一碗。

## 習俗禁忌

日本人對櫻花無比厚愛，對荷花則很反感。櫻花是日本的國花；荷花是喪葬活動用的；菊花在日本是皇室的標誌，不能作為禮物送給日本人；盆花和帶有泥土的花，則被理解為「紮根」，意味著病久不癒，所以不要送給病人。是以在《一公升的眼淚》中，亞也對麻生送自己盆花感到詫異，不過因時因地，在這裏，麻生的意思是希望亞也能夠朝氣蓬勃的活著。日本人很喜歡獼猴和綠雉，並且分別將其確定為國寶和國鳥。同時，他們也很喜歡鶴和龜，認為是長壽和吉祥的代表。但是，日本人對金色的貓以及狐狸和獾極為反感，認為它們是「晦氣」「貪婪」和「狡詐」的化身。一般而言，日本人大都喜歡白色和黃色，討厭綠色和紫色。因為日語中「四」的發音「し」同「死亡」的發音「しぬ」相同，所以日本人和中國人一樣禁忌「四」；然而同中國人崇尚「九」的習俗不同，日語中「九」的發音「く」同「痛苦」的發音「苦しい」(くるしい)相同，因此也不受人喜愛。在日本，即便是吸煙者，也不喜歡別人向他敬煙，他也不會向你敬煙。

## 節慶禮儀

「正月」(しょうがつ)即新年，明治維新以前日本跟中國一樣過農曆新年，明治維新以後政府廢止了農曆紀年，因此「正月」改為今天的1月1日到1月3日。快過年的時候，家裏會準備「禦節」(おせち)，即日本的年飯。新年裏，大家去參拜神社祈福，或到朋友家去拜年、喝酒，孩子們玩日本式紙牌、放風箏、拍羽毛毬子。還在門上拉上稻草繩、插上松枝，意思是「插上樹木迎接神靈降臨」。

裝飾松枝的時間是1日至7日，這一期間也叫「松の内」。

「雛祭(り)」(ひなまつり)即3月3日的女孩節，也稱「偶人節」，是祝願女孩子將來幸福的節日。這一天，人們模仿昔日宮廷的風俗，把漂亮的木偶和桃花擺在一起，喝糯米釀成的甜酒。當年成年的女孩子會著正式的和服出遊，代表成年。這也是日本女性一生中第一次著正裝。

「端午の節句」(たんごのせっく)即5月5日的端午節，這也是中國傳至日本的節日中改變最大的一個，也就是我們常說的「男孩節」，是祝願男孩子健壯成長的節日。這一天，人們裝飾起武士木偶，還在屋簷上插菖蒲、豎起鯉魚旗、吃柏餅。這在以前代表了日本人崇敬的武士道精神，現在更多的是表達希望男孩茁長成長的願望。

「七夕」(たなばた)在7月7日，和中國一樣，這一天是慶祝在銀河兩岸的牽牛星與織女星一年一度的相會。人們在庭院前供上玉米和茄子，把寫有歌詞的五彩詩箋裝飾在細竹上，祈禱女孩子的手藝像織女一樣靈巧。

還有就是所謂的「七五三」，是指帶著7歲、5歲、3歲的孩子去神社，為孩子祈禱幸福和健康。

## 送禮習慣

據我所知，日本人差不多是全世界最喜歡送禮的民族了。除了「お年賀」(ねんが，新年)、「お中元」(ちゅうげん，7月15中元節)、「お歳暮」(さいぼ，歲尾)等定期的互贈禮品外，還有：「結婚賀禮」、「出生賀禮」等各種形式，

甚至於搬到新家也要給鄰居們送上禮物。另外，送禮時還期待著「還禮」也可以說是日本的一大特點，不欠人情這種思想在日本人的心中已經根深蒂固。其規則是「等價交換」，另外，「喜事加倍，喪事減半」也是通行的還禮標準。在日本，過年的時候要給親朋好友、合作夥伴、上司長輩等寄出「年賀狀」，也就是我們所說的賀年卡，日本的郵局會把它們集中起來，等到「正月」的第一天送到每家每戶，所以，如果發現有漏掉的，可以及時補上。

## 日語會話中的禮儀

日語是學習起來最複雜的語言之一，其中的主要原因就在於它的禮儀要求。日語表達分為敬體和簡體，正式場合不允許使用簡體。同時日語中有專門敬語動詞，分為「尊敬語」、「自謙語」和「恭謹語」。舉例來說，同樣是「說」這一動詞，普通語態為「言う」，如果是長輩做主語，要使用尊敬語為「おっしゃる」，自己做主語，要謙稱「申す」或「申し上げる」。在日語中，對像不同，說話的完整形式也不同，同樣是說「謝謝」，又有從低到高的幾種不同的表現形式——「どうも」、「ありがとう」、「ありがとうございます」、「どうもありがとうございます」等等，同時根據感謝程度的不同，句首還會添加表示程度的「とても」、「ほんとに」等等，甚至於，原本表示道歉的「すみません」，在某種程度上，也可以用來表示感謝。日語的這種複雜性導致外國人學習日語上的困難，同時，日本人自己也很難說已經可以完整的掌握會話中的各種敬體表達，所以在和日本人的接觸中，要格外注意。

### 1. 「我要開動了」和「承蒙款待了」

在日本，吃飯前要說“itadakimasu”（意思是「我很高興的享用」）；飯後要說“gochisosama (deshita)”（意思是「謝謝您讓我享用這頓飯」）。

### 2. 個人 VS 共用餐具

在一般家庭中用餐或是在某些餐廳（例如居酒屋）中用餐的時候，通常是大家一起合吃桌上的幾道菜，很少有為個人單獨上一份菜的。在這種情形下，你應該要自己用筷子的另一頭（如果你已經用過它們的話）或使用公筷，將大盤中的菜拿一些到自己的盤子裡。

### 3. 筷子

正確的使用筷子是日本餐桌禮儀中最重要的一環。一些重要的筷子守則：

拿筷子的尾端，而不是在中間或前三分之一段。當你不用筷子時或者吃完飯的時候，將它併攏並前端朝向左手邊放在自己前面。不要用筷子插進食物，特別是插進米飯裡。只有在葬禮時，才會把筷子插進飯裡並放在死者的靈前。不要直接用自己的筷子遞食物到另一個人的筷子前。只有在喪禮撿火化後的骨灰時，才用這種人傳人的方法撿。

不要用筷子戳食物。

不要用筷子去指東西或人。

不要把筷子在空中晃來晃去或是把玩它。

不要用筷子去移動盤子或碗。

要把一片食物分成兩部分時，要把兩隻筷子反方向移動，要努力控制施加在筷子上的力道。這需要多多練習。如果你已經用過筷子了，要再從大盤中拿食物到自己的盤子中時，要用筷子反面那端去拿。一些桌邊守則在公共場合中擤鼻涕，且特別是在餐桌上，是非常沒有禮貌的。將你的餐點吃到一粒米都不剩，才是得體的表現。對大多數人來說，在飯前或飯局中談及關於廁所和令人喪盡食慾的話題是很讓人討厭的。這邊跟某些東亞國家不同，打嗝是視為不禮貌的行為。當用完餐後，請試著將你的食具放回吃之前的位置。這包括把蓋子放回原來的食器上和把筷子放回筷箸或紙袋中。

## 電梯禮儀

在電梯裡會把背包拿下來放腳邊，不佔可以站人的空間。

電梯：以最低位的先進，讓人進內後，再按鈕上；下出電梯時，最後一位出來之前，應按住門，不可讓電梯門去夾到人！東京手扶梯是站左邊，右邊讓趕時間的人通行。

但是在大阪卻是站右邊，左邊讓人通行。

## 入住寄宿家庭注意事項

選擇寄宿家庭寄宿的最大好處不外乎是可以深度體驗當地人的生活方式與文化。同時也可以了解當地文化。但是這並不是旅社，所以您必須像其他家庭成員一般遵循守則。

請遵守下列事項：

1. 寄宿學生晚上 9 點以後最好不要再使用電話與人聊天，也不要洗澡、使用浴室弄出很大響動，更不要夜半歸來，以免影響寄宿家庭成員的休息。
2. 寄宿學生最好搬入後就詢問清楚自己洗澡的合適時間，以免時間發生衝突或沒有熱水。洗澡時間要盡量縮短，洗完後要將浴室清潔一下，用布擦拭乾淨，最後開氣窗換氣。
3. 事前一定要徵得 Home father & Home mother 的同意方可邀請朋友來訪，不可自做主張經常讓朋友前來，以防打擾寄宿家庭的日常生活，絕對不要留宿朋友在自己房間過夜。
4. 主動參與是融入寄宿家庭的最好表現，寄宿學生最好不要心存『我付錢你勞動』的想法，應適當參與一些家務勞動，如飯前擺放與飯後收拾餐桌、洗碗、幫助清潔房屋等等...
5. 能夠經常有機會與家人練習會話是很多寄宿學生選擇寄宿的初衷。但最好是找機會、找話題與家人聊天，不能不分場合、不看臉色地讓 Home father & Home mother 與你練習會話。
6. 國外家庭一般每周六或周日匯進行一次家居清潔。此時，寄宿學生也要對自己的房間做一次全面清潔，整理好自己的物品。即便在平日裡也不要出現被褥不疊、房間裡亂七八糟的現象，要保持房間乾淨整潔。

同學們，住在寄宿家庭是您學習語言和生活禮儀的最好機會，不可以一回到家裡就躲進自己的房間。除了寄宿家庭家的私人臥室、書房和工作室不可擅入外，客廳、起居室、餐廳、休閒運動室和庭院都是您的活動場所。與寄宿家庭家人一起活動時，不應該與您的室友同伴以華語交談。這是基本禮貌，不要怕說錯，要勇於開口，從錯誤中學習，您的語言能力一定大有進步。我們衷心希望您能享受住在國外家庭的感覺！

## 日本教育制度概況

### 日本的學校教育制度

日本之中小學教育制度採所謂的六·三制，滿六歲進小學就讀六年，其後升上國中就讀三年，共計九年的義務教育。

滿十五歲結束義務教育後，百分之九十八以上的學生會繼續升學上高中。二〇一一年度日本全國共有五千零六十所高中，其中私立學校為一千三百二十一所，其他為公立高中。

公立高中一班的學生名額為四十人，大部分學校一個學年規模為六至八班，招收男女學生。最近日本公立高中也採取完全中學制度，特別是東京、大阪等都會圈的私立學校，近來積極著重學生的學習成績，年年考上前幾志願優秀大學不在其數

### 教育體制

日本學校的教育體制最早階段為學齡前教育，幼兒達三歲即可升幼兒園。

兒童年齡達六歲就可以升小學就讀六年，後可升初中就讀三年，以小學、初中共九年為義務教育。

若本人希望繼續升學並經入學考試合格，就可以在高中就讀三年，後在大學就讀四年，或短期大學(相當於專科)二年，之後在研究生院就讀五年。



### 學期規劃

上述所有學校均於四月份開學，自四月初到次年三月底為一個學年。

在日本，學校將一年分為三個學期(大學分兩個學期)授課，一般將四、五、六、七月劃為第一個學期，七月下旬至八月底為暑假，將九、十、十一、十二月劃為第二學期，十二月下旬至一月上旬為寒假，將一、二、三月劃為第三學期，三月下旬到四月上旬為春假。

# 107年國際教育旅行 The International Education Tour

學校根據設立主體可分為國立、公立(指由都 / 道 / 府 / 縣立或市 / 町 / 村設立)，以及私立學校。日本教育制度採用九年義務教育制，包括小學和初中。接受義務教育期間，學費、教科書均免費，可根據就入學原則在公立學校就讀，確保教育機會的均等和保持教育水準。

高中(三年)雖然不是義務教育，但考上高中的升學率達到百分之九十八以上，考上大學(包括短期大學)的升學率達到百分之五十七。

## 年間行事曆

三月	學年期末考，畢業典禮，學年結業。
二月	各大學入學考試
一月	開學典禮，大學中心測驗 (Center Test)。
十二月	期末考，結業典禮，寒假開始。
十一月	
十月	期中考，修學旅行(教育旅行)。
九月	開學典禮，文化祭。
八月	暑假
七月	期末考，結業典禮，暑假開始。
六月	運動會
五月	期中考，修學旅行(教育旅行)。
四月	入學典禮，開學典禮，健康檢查。

## 學校結構

啟明、啟聰、啟智學校 (四十間)	高中 (二百六十所)	國中 (五百十三所)	國小 (二千零四十二所)	學校 (學校數)	學校結構 (以大阪府內的學校情況為例)
可以穿著自己喜歡的衣服上學，但一部份學校有「制服」(標準服裝)等規定。	大部份的學校規定學生穿著「校服」或「制服」。	大部份學校規定學生穿著「校服」或「制服」。	大部份的國小都可以穿自己喜歡的衣服上學。	服裝	
主要由兩名以上的負責人來教授。 (學生數約少)	由不同的任課教師擔任各課程的教學。 (學生數約十學生)	由不同的任課教師擔任各課程的教學。 (學生數約十學生)	主要求班主任老師擔任教學。 (即十名以內，二年學生十五名以內)	授課 (授課人數)	
大部份的學校提供營養午餐。	大部份的學校不提供伙食，由學生從家裡自帶便當。	大部份的學生從家裡自帶便當，而53%的學校提供營養午餐。	大部份的國小都由學校提供營養午餐。	營養午餐	
國小在六年級的「第一」學期，國中、高中則在三年級的「第一」或「第二」學期，由全體師生共同參加。	大多在二年級的「第二」學期或「第三」學期由全年級學生全體參加教育旅行。	大多在三年級的「第一」學期由全年級學生全體參加教育旅行。	大多在六年級的「第一」或「第二」學期由全年級學生全體參加教育旅行。	教育旅行	

## 教育活動內容

以東京的某高中為例，高中生二年級的文科課程課表如左，理科的話，會再增加數學、物理、化學等課程。而各高中的課表會因各校的安排而有所差異。

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
SHORT HOUR					
第一節	日文史	英語	數學	日本史	日文
第二節	日文史	數學	世界史	古典	英語
第三節	日文	生物	古典	英語	數學
第四節	英語	日文史	藝術	體育	世界史
午 休					
第五節	數學	保健	英語	數學	英語
第六節	體育	古典	日文	世界史	生物
下課後 社團活動、補習、講習					

## 社團活動

日本高中生一天的行程充實緊湊，上午上課，下午3點後放學，接著一連串的社團活動，學生們配合興趣選擇適合的活動，讓高中生活不留白。日本高中生有什麼社團活動呢！

1. 茶道部
2. 書道部
3. 吹奏樂部
4. 漫畫研究會
5. 劍道部
6. 柔道部
7. 弓道部

## 長野清泉女学院高等学校



地址：長野市箱清水 1-9-19 電話：026-234-2301 E-mail：info@seisen.ed.jp

校長：大橋正明

校長的話：

清泉為國中和高中女孩提供一個安全，平靜的學習環境，充分利用女孩的學習特點，實現心靈的教育和學術能力的和諧發展。

學校的目標在於培養學生成為具有豐富思想和智慧的女性，可以與周圍的人合作和合作，充分認識到女性獨有的特色，實現心靈與學識的綜合教育。



## 學校交流日程表

1. 時間 西元 2018 年 10 月 22 日(二) 11 : 00~16 : 00
2. 訪問團 天主教曉明女子高級中學 學生(36 名)、隨團師長(2 名)
3. 預定行程

時 間	交 流 內 容	地 點
11 : 00	到達學校→多目的禮堂(服裝儀容整理)	
11 : 25	< 歡迎式 > · 開場致詞 · 日方代表致詞(校長) · 臺灣代表致詞(校長) · 紀念品交換 · 日方校友會會長致詞 · 臺灣學生致詞(曉明學生代表) · 日程介紹及宣導事項(導師)	多目的禮堂
11 : 50	午餐	多目的禮堂
12 : 35	移動	
12 : 45	< 上課體驗 > 每班約 5 位曉明學生	各班教室
14 : 25	< 學校介紹 > · 曉明 PPT 介紹 · 清泉學校介紹(修女) · 介紹影片(校友會會長) · 休息	多目的禮堂
15 : 00	< 社團活動體驗 > · A 班花道體驗 12 名 · B 班茶道體驗 12 名 · C 班書法體驗 12 名	生物教室 茶道教室 書法教室
15 : 40	< 送別會 > · 曉明表演 · 日方校歌表演(音樂社) · 臺灣代表致詞(團長、學生代表) · 教頭致詞 · 拍攝紀念照	多目的禮堂
16 : 00	歡送	

## 靜岡雙葉高等學校・中學校

地址：靜岡縣靜岡市葵區追手町 10-71

電話：054-255-0305

校長：土屋 枯野

校長致詞：

中學、高中時期，是同學由孩子轉變成大人的重要時期。在這身心皆會大幅成長的6年裡，我們想培育能思考人類存在的意義、認知每個人皆是他人無法取代的存在，且理解真正溫柔的意義，並實踐其精神之女性。

除了學習指導、學生指導、升學指導等學校活動外，透過學生會活動、社團活動等，培養學生成長為具有挑戰自我無限可能的人，也是國中、高中6年一貫教育的重心。



## 學校交流日程表

1. 時間 西元 2018 年 10 月 25 日(四) 10 : 30~17 : 00
2. 訪問團 天主教曉明女子高級中學 學生(36 名)、隨團師長(2 名)
3. 預定行程

時 間	內 容	備 註	地 點
10 : 15~ 10 : 20	到校		
10 : 30~ 11 : 15		<ul style="list-style-type: none"> <li>· 日程介紹</li> <li>· 學校介紹 DVD</li> <li>· 學生表演事前準備</li> <li>· 移動到講堂</li> </ul>	視聽教室
11 : 15 ~ 12 : 10	歡迎式	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 兩校代表致辭</li> <li>· 紀念品交換</li> <li>· 曉明學生代表致詞</li> <li>· 曉明表演</li> <li>· 雙葉學生代表致詞</li> <li>· 雙葉學生唱聖歌</li> </ul>	講堂
12 : 10~ 12 : 50	午餐交流	隨著配對的日本同學，帶著便當一同去 班上享用午餐並與日本同學交流	各班教室
12 : 55~ 13 : 40	上課交流	分 8 組，進行交流。	各班教室
13 : 50~ 14 : 35	上課交流	分 8 組，進行交流。	各班教室
14 : 45~ 15 : 50	社團活動體驗	分 3 組 ( 茶道、聖歌隊、豎琴等，大家 輪流見學或體驗 ) 15 : 50 前回中會議室，準備移動	社團教室
16 : 30	視聽室集合	雙葉高校學生致詞 拍攝紀念照	
17 : 00	歡送	步行前往停車場	

## 日本教育旅行心得

高一甲 黃亮穎

能被抽中參加這次的日本教育旅行我覺得很開心很幸運，這七天體驗到許多平常去日本旅遊無法得到的喜悅與經驗，也交到了很多朋友，這一個禮拜的公假真的很值得。

出發之前，我們犧牲了許多的午休時間和空檔準備表演，每個人都很認真練習，想要把最好的一面呈現給日本學校的同學欣賞，我們還製作了很多小卡片和小禮物要給交流學校的學生，大家都知道這次的旅行重點不是去玩而是去和不同國家的學校交流、交朋友、體驗異國文化、學習新知識，當一切都準備就緒後，我們就出發前往日本，展開為期一個禮拜的旅程。

這次去日本我們總共參訪了兩間學校，第一間是長野清泉女學院，這間學校在比較鄉下的地方，在那裡，我和學伴一起吃午餐一起上了兩堂課，第一堂日文課的老師不會英文，一開始完全聽不懂他們在上甚麼，後來他們開始教唐詩，老師還叫學伴翻譯，要我們臺灣去參訪的學生用中文把詩念給他們聽，接著我們上英文課，老師把我們分成四個人一組玩遊戲，我們這組贏了遊戲，老師送我們一人一張貼紙，上完課，學伴帶著我去體驗他們的茶道，那裡的點心很好吃，茶很好喝，可是腳跪著超痛，體驗結束後整個麻掉站不起來還差點跌倒；隔了幾天我們去參訪靜岡雙葉女學院，那是一間坐落在市中心的學校，我們一人被分配到兩個學伴，和她們班的同學圍在一起吃午餐、聊天、上了英文會話課和數學課，我們還輪流參觀了聖歌部、豎琴部、和茶道，他們的聖歌唱得很好聽很強，豎琴部也很特別，他們說日本只有大概不到十間的高中有這個社團，而且這也是我第一次親眼看見豎琴，覺得超酷整個人超興奮的，參訪玩這兩間學校都很不想離開，那裡的學生都很熱情的招待我們，上課也很有趣，同時也交到了很棒的朋友，離開的時候真的很傷心很難過，想要留在那裡。

homestay 也是一個很棒的體驗，在長野那天我們住在鄉下老爺爺老奶奶家，他們人都很友善，晚餐和早餐也都很好吃，晚上還教我們玩花牌，很有趣很開心，他們也教我們玩百人一首，他們說那是日本過年必玩的遊戲，只是上面都是日文，我們都看不懂；在靜岡那天則是住在學校學生的家，他們也對我很好，一起看動漫看電視，一起吃飯聊天，我覺得能去 homestay 真的很棒，平常來到日本旅遊都不可能進到日本人的家裡，這次真的機會難得，也學到體驗到很多東西，住 homestay 就像住在自己的家一樣，很溫馨，害我們要離開的時候都很捨不得，很難過。





除了體驗日本學校生活和日本 homestay 外，我們還去參觀了日本知名的觀光景點，輕井澤和穿越小江戸的街道都很美很好看也很好逛，在那裡拍了很多照片吃了許多好吃的點心，住在輕井澤的那天早上還早起和導遊領隊和主任一起到飯店附近散步、慢跑、欣賞沿途的楓葉，這也是我第一次秋天的時候到日本，很難得可以看到美麗的楓樹，我們第四天坐纜車上山欣賞富士山的美景，雖然

上山之後富士山就被雲擋住，但一開始在山下時天氣很好，我們看到了很完整很漂亮的富士山，真的很幸運，晚上的時候我們參觀了小丸子博物館，雖然我沒有喜歡小丸子，可是還是逛得很開心，看到了很多很酷的東西。在日本的倒數第二天下午是東京自由行，這是大家很期待的行程，我們這組討論了很久後決定去其中五個站，涉谷、原宿、東京、秋葉原、上野，每一站都有許多很有趣很好逛的東西，我們拍了很多照片買了很多東西，就算很累腳很酸，還是要繼續逛，最後一天我們去早稻田參訪，是由一個現在在那裡讀書的曉明學姐帶我們參觀，很像我們國三畢業前去的大學之旅，很有趣。

這七天的時光真的過得很快，轉眼間我們就要坐飛機回來臺灣上學了，在日本的時候真的超級開心，領隊導遊人都很好很友善很幽默，回來的時候大家都捨不得，想要留在那裡，不想離開，希望未來有機會我還能再遇見同樣的導遊領隊、遇見我的學伴和朋友、遇見轟爸轟媽，這七天過得非常快樂、充實，真的很感謝學校安排這麼棒的活動，我一定會把這段美好的回憶好好記住，不會忘記的。



## 高一甲 洪婉庭

第一天：因為沒有任何行程，所以懷抱的只有緊張期待的心情，又加上我是第一次出國，在搭上飛機前的每個過程對我來說都是新奇的。於是就這樣懷著忐忑的情緒踏上了日本



第二天：我們來到了小江戸川越，看到的是日本傳統的建築，因為我本身玩遊戲的關係，對日本古代史特別的有興趣，所以當耀文跟我們介紹了日本古時火災的處理方式時，我真的覺得超級有趣的！竟然是用把房子拆掉的方式來滅火！在逛的同時，我們這組遇到了一個日本爺爺，他熱心的主動詢問要不要幫我們拍照，雖然他大概連拍了快 50 張，但我還是很感謝他，日本的爺爺真的都超級可愛的！再來我們去了輕井澤，最讓我驚訝的是「橫斷」的旗幟，為了實驗，我還特別拿了一個要準備過馬路，出乎意料的是，我一拿起旗幟，甚至還

沒有踏上馬路，原本疾駛的車輛竟然瞬間煞車，讓我過，當下我讚嘆的是日本人的禮儀，如果這個旗幟生在臺灣，臺灣人一定不會理會，因此為了紀念，我們這組拿了旗幟一起拍照。另外，我們也在果醬店試吃了非常多口味的果醬，那真的是人間美味。順道一提，晚上的飯店就像總統套房一樣，進去的當下，我們這組完全傻眼，真的超級大，晚上的溫泉泡湯也泡了大約快 1 小時，全程只能用舒服來形容。



第三天：我們來到了清泉學院，一開始我跟學伴有一點尷尬，因為我這個人還蠻會句點別人的，而且學伴講的英文我也聽不太懂，所以我很對不起他，一直跟他說「can you say it again」之後到了上課時間，我發現，我學伴的朋友超級多，他將他的朋友一一介紹給我，其中一個人我影響非常深刻，在上他們的國語課時，我的學伴和他一起合作，一個查單字，一個將課文翻譯成英文，我一開始以為那是他們的作業，但當他翻譯給我時，我真的非常的感動！而且他們的教材有唐詩，雖然「舉頭望明月」被翻成「拳頭什麼的」令我非常驚訝。最後的結束大揮手真的讓我感動的差點落淚。

晚上的 homestay 我們這組是住在太夫本爺爺家，一開始爺爺沒有在家，我們都以為奶奶獨居想說奶奶很孤單我們今天要好好陪她，但後來奶奶竟然說我老公等下會回來！我超驚訝的，我們先吃了超豪華的咖哩飯，奶奶還煮了小孩愛吃的東西，像是雞塊之類的，之後我們又一起去泡湯，日本的泡湯真的是超級的舒服！泡完後，奶奶給我們喝飲料，真是完全戳

中小孩的喜好！之後我們一起玩了牌，我一次都沒贏，而且還因為太緊張一直亂叫，雖然我覺得這樣氣氛有被炒熱，那個牌真的非常的好玩，我們一路玩到了 11 點，在跟爺奶一家道過晚安後，我們這組一起寫卡片到了快 12 點，所以原本跟爺奶約好 6 點一起去跟小狗散步，結果竟然睡過頭！爺奶可能看我們太累沒有叫我們起床，我們就這樣錯失了最後的相處時光！真的超級的可惜啊！而且還因為睡過頭，奶奶先幫我們盛好飯了，完全就是滿滿一坨，我吃的超撐，但又不能說吃不下，所以完全是用塞的。最後走的時候，我真的很感動，日本的爺爺奶奶真的都超級可愛的！

而且爺爺在 11 月的時候會來曉明，期待下次的見面！

(然後我發現字數竟然超過了！下次要建議主任不要設字數！才寫到第 3 天而已，傷心。)



在 2018 年 10 月 21 日這天，我們開始了這趟讓我畢生難忘的旅行。

從第二天的小江戶川越老街巡禮開始，就感受到了滿滿的日本風情，到了午餐時間，更是有著滿滿的日本料理。下午也逛了輕井澤舊銀座街道，在晚上住的輕井澤 1130 溫泉飯店，我們也體驗了日本傳統文化，學習「坦誠相見」。在這一天深刻的體會到了日本的文化。

第三天的清泉女子高校參訪更是令人永生難忘。一開始跟學伴交流真的超尷尬，她講的英文我都聽不懂，然後她還以為我聽不懂英文。老師叫我們跟他們換便當，可是我發現他的午餐是→甜甜圈加飯糰，而且還是超市賣的那種的，所以我就沒跟他換了(好可惜啊啊啊)。而且他們的學生都好漂亮♡，且有著多采多姿的校園生活。晚上是去住爺爺奶奶的 homestay。天啊轟爺轟奶都好可愛(♡▽♡)，飯也很好吃(奶奶一直叫我們多吃一點，快撐死)，晚上還玩了花牌、百人一首。而且那個奶奶還會講英文喔(但是爺爺不會還要用



Google 翻譯哈哈) 這天晚上我們也有去泡湯可是發現裡面都是老人家。。。。。。這個晚上，爺爺奶奶就把我們當家人對待一樣，我覺得很感動，充滿了溫度。(我們隔天早上本來要早起跟狗狗一起去晨跑的，但是我們睡過頭了啦嗚嗚嗚(ಥ\_ಥ))所以最後我們就抱著一點點的惋惜和對的爺爺奶奶的感謝離開了這個家。

第四天去看了「你的名字」中的諏訪湖，看到了超~級清楚的富士山，逛了小丸子博物館，還夾到了兩個模型！真是太爽啦！



第五天去參訪了雙葉女子高校，體驗他們的學校生活(我才不會說我的兩個學伴數學課都在睡覺)，也參訪了他們的社團活動(豎琴部的表演讓我如癡如醉，茶道部就是茶很好喝東西很好吃，可是腳好痠啊啊啊(#`Д´)/)然後！重頭戲來了！晚上的 homestay！學伴超美超可愛！家裡真是超有錢！(請讀者自行想像，我也不好說，嗯，無法言喻)總之，這是一個讓我享受有錢人滋味之晚(° ۖ °)。

第六天就是這趟旅行的精華—自！由！行！我們一小—芭樂蓮霧小隊，去了原宿(明治神宮)→涉谷(忠犬小八)→東京(車站一番街)→秋葉原(買買買，買週邊！)→上野(阿美橫町，買了超多零食)結束了這精彩的一天。卻也是待在日本的倒數第二天( ͡° ͜ʖ ͡°)。

然後最後一天早上我們去了早稻田大學(謝謝學姊的熱情接待♡( ͡° ͜ʖ ͡°) )以及去成田山新

勝寺(我抽籤抽到兇(°Д°)) 最後結束了在日本的最後時光，搭乘飛機返回臺灣。為這美好的旅行畫下了句點。

「我覺得我上輩子一定是做了什麼好事才能抽到日本教育旅行。」如果說要以一句話來代表我的感想，大概就是這句話吧。感謝(炫)耀文、米奇·漢克主任以及秉修老師這7天的一路陪伴，為我們帶來歡樂(也看到了老師們不為人知的一面(●w●)辛苦你們了！這七天六夜的時光，是七彩繽紛、不可思議，且閃閃發光。這些無可取代的回憶將永遠留在我們心中，留給我們細細回味。



## 高一甲 何芯瑜



從行前培訓到旅行結束轉眼間已經成為回憶，在高中生活中留下這樣子美好的回憶是我的榮幸吧，大概只有我們這三十六個同學能體會這其中的美好。這趟旅行中的每一個瞬間都值得為我們紀錄在回憶的本子裡，第一次到國外的學校交流，第一次 homestay，第一次和同學在國外逛街，各種第一次都難以忘懷。

在兩間學校體驗到的不太一樣，例如：和日本同學吃午餐就不太一樣，在靜岡是和學伴一起吃，我還跟他交換了午餐，他媽媽幫她準備的東西很多樣，有可樂餅、義大利麵、天婦羅、玉子燒、醃漬的配料等等的雖然看起來小小一個飯盒，但我吃得很飽，那些配料真的很好吃。

在雙葉高中吃午餐會有一群人圍著你，想跟你講話之類的但我很多都是聽到日文，根本聽不懂他們在說什麼但他們都很可愛很熱心。在清泉高中體驗社團活動的時候，我是分配到寫書法，我的學伴超會寫的，他還寫了我的名字送我。我也寫了他的名字櫻花給他！在雙葉的一天真的是讓我太印象深刻了，入班上課的課程是數學和化學！剛好我都聽得懂！尤其化學就是國中學的嘛，學伴都看我們寫很快露出很驚訝的眼神。社團體驗，日本的合唱團和豎琴社真的太厲害，聽得我都起雞皮疙瘩。

關於 homestay，長野的爺爺奶奶真的很暖，他們倆平時就有在接待外國人，因此有一本關於他們想問的問題翻譯成英文的筆記本，吃完晚餐時，阿嬤教我們摺紙鶴，他說我折的很好看(´▽`)她還準備了一人一小包禮物，有紙做的小豆豆龍、手鍊等等真的超可愛！在他們家我還第一次看到真的暖桌，整家人窩在那裡吃晚餐真的超暖的，還有晚上睡覺也有暖桌的陪伴！爺爺奶奶也帶我們去了鄉下的澡堂，早上帶我們去逛他們的小農場，那裡有一隻羊跟一隻小馬，超像卡通裡面會有的那種，超可愛！

靜岡的接待家庭也超熱情的！晚餐讓我們倆吃壽喜燒，那牛肉片真的油脂分佈均勻入口即化肉質超級嫩，他們家有一隻紅貴賓，超愛叫我摸牠，還會舔我的膝蓋，他很愛撒嬌也很愛吃。媽媽雖然不會講英文但我們聊得很開心，那個妹妹很會跳舞她晚上都在拉筋，日本人的作息跟臺灣人真的蠻不一樣的，爸媽都要我們作完功課再做別的事，他們則是功課留最後～

另外，我第一次去看富士山，結果搭纜車上去它就被遮住了(´Д`)超難過，還好東京自由那天逛的很開心，雖然很累，但和好朋友一起在國外逛街真的很不一樣，一起研究地圖，一起湊免稅，一起買好各自喜歡的東西，逛好逛滿的回憶真的很難忘(隔天手腳超痠！)

這次的日本教育旅行回憶滿滿，收穫也很多，真的要親自體驗才懂其中的好玩，這七天都過的很開心，回來的每一天總會在放空時想起那一段旅程，那一段很不一樣的旅行，大概這輩子只有這一次這樣的經驗吧。

## 高一甲 田容甄

這次的日教，讓我學習到了很多，而且我也有了很多的突破，在這幾天的旅程中，令我印象深刻的大概就是在輕井澤的那天、入校交流、城市探索和早稻田參訪吧！

在輕井澤，除了泡了很久的溫泉之外，我也有了一大突破，我敢吃抹茶了！！從小到大，我一直覺得抹茶是很可怕的食物，味道很奇怪，但是當我在輕井澤吃那個抹茶冰淇淋的時候我就徹底愛上了抹茶~我發現我帶回臺灣的很多食物都是抹茶口味的~~輕井澤早上的健走也是非常令人難以忘懷的，雖然是表定以外的行程，但是我喜歡這種驚喜感，那天的早晨很冷，但是那裡的美景早已遠遠勝過了寒冷，周圍滿滿的楓葉真的是美不勝收！當天有參加健走團的大概都跟我有同樣的心情吧！我到現在都還常常想起那天早上的情景呢~



第一間的交流學校是清泉女子高校，我的學伴超級可愛，中午一起吃飯的時候，我還跟她交換便當，也聊了很多關於他們學校的事，下午參觀書法社時，我們有練習寫，她在她的紙上寫了我的名字送給我，真的超感動的！！第一天下晚上的 homestay 也很棒~我們這組意外地住到了主辦人家，被熱情款待了一番，還記得那天一到家，轟媽就帶我們到小房間吃點心，轟爸還跟我們說從今天晚上到明天早上我們都是一家人，教我們把這裡當自己家，聽了真的超感動、超 sweet 的，真的有到了第二個家的感覺，那天的晚餐和隔

天的早餐也是被轟媽餵的飽飽的，轟媽煮得非常用心，整桌都是拿手菜，很像在吃吃到飽，吃到了很多道地的日本食物~也體會到了他們的愛心！！

第二次的學校交流，也認識到了很多日本的朋友，在那裡還體驗了日本當地的藝術：茶道，對於茶道我最喜歡的大概就是抹茶吧 XD 當天晚上 homestay 最不一樣的地方就是會直接由雙葉學校的學生接待我們回家，我的轟爸是中國人，所以完全無溝通障礙，晚餐去吃了日本和食，轟爸一直點餐，怕我們吃不飽似的，點了滿滿一桌都是，真的很能感受到他們對我們的熱情~在那裡我又有了新的突破，我敢吃了蚵仔、生魚片和鰻魚！



倒數第二天的城市探索也是非常讓人印象深的，我覺得這個行程讓我們學會如何規劃行程還有和組員們討論，因為如果大家沒有達成共識的話，不僅會沒辦法順利去想去的地方，還有可能大家鬧得不愉快，令人掃興，我想，這些都是無比寶貴的經驗吧！最後一天到早稻

107年國際教育旅行  
The International Education Tour

田大學參訪讓我非常的驚艷，他們的大學好美而且那裡的氛圍很舒服，參觀完後真的會有衝動想去那裡讀書!!!

最後當然還是感謝我的父母，謝謝他們讓我參加日本國際教育旅行，也感謝主任、所有日本國際教育旅行幕後的所有老師和導遊們，因為有你們，我們才能夠有這麼棒的旅程和回憶，謝謝你們用心的付出，也謝謝所有在日本的朋友還有 homestay 的家庭，謝謝你們讓我們體驗到了日本最道地的生活，也讓我們擁有珍貴的回憶，最後就是謝謝日本國際教育旅行所有的團員和日本國際教育旅行，謝謝你們讓我在這次旅行中成長、讓我學習！



高一甲 龔若云

日本國際教育旅行對我而言，是最讓我印象深刻的一次旅行。第一次跟同學出國，第一次玩的這麼無拘無束。這次的旅行在我的腦海中留下最絢麗的風景。

第一天一早，先到校搭車前往機場，飛行過程不算太短。以往坐飛機都做到很煩躁，但這次完全抱著愉快的心情結束飛航，下了飛機後就回飯店迎接明天的旅程了。

第二天先到了小川越，去逛了許多菓子店和吃冰淇淋！中午去吃了有很多食物可以自由選擇的烤肉吃到飽，不太喜歡吃肉的我意外吃了很多肉，我烤的很好吃哈哈，重點是吃完肉還有棉花糖！我最喜歡的棉花糖！下午我們到了輕井澤，輕井澤真的很冷，但街上的布丁是我吃過最好吃的布丁。而當我逛到老街末端，有一群人走過來跟我說布丁店的店員換成很帥的，我急忙趕下去卻發現……還好，有點失望。而晚上就是溫泉初體驗了，有很神奇的感覺。



第三天是重點交流日，早上的長野學校交流只有兩個字可以形容，「尷尬」。學伴問一句我答一句，總之就是絕對的尷尬，但是他們的合唱聲音很乾淨很好聽。到了晚上的 Home stay，阿嬤先帶我們去泡湯。泡湯文化超級舒服。泡完湯之後我們就回到了阿嬤家裡，阿嬤、阿公準備了大阪燒、阿公自己做的壽司和天婦羅拼盤。份量超級多，但每項都好吃

到我想永遠住在那裡，吃到後來阿公阿嬤一直跟我們說不用勉強，而且因為只剩我一個在吃他們一直看向我，但我真的沒有勉強啦！阿公阿嬤真的超級可愛的好想他們喔。



第四天是景觀路線，我們先去了諏訪湖，據說是「你的名字」的取景地，但我其實看不



太出來，所以我們只能學大媽觀光客比讚拍照然後就直接上車。接下來是前往富士山，在路途中我們看到超級清楚的富士山，但到了最接近富士山的地方，富士山卻被雲霧繚繞，只剩朦朧的山影，有點可惜。而晚上就是去購物商場沒什麼特別的。

第五天又是交流行程，靜岡的交流真的很開心。學伴都很開朗很可愛，他們人都很好，一開始他們就用超可愛的笑容迎接我，後來就和他的朋友一起吃飯，而下午的體育課真的超級操，上完真的很累，但很開心，很久沒有上過這麼充實的體育課了，

107年國際教育旅行  
The International Education Tour

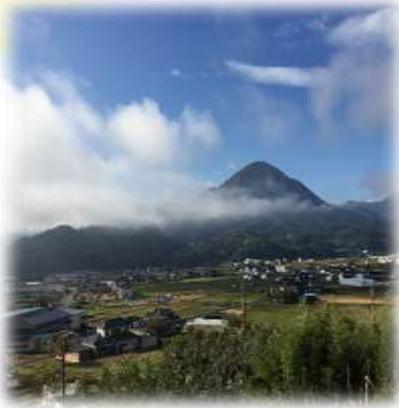
而接下來的數學課，他們上的好像是我們國二的課程哈哈。好想這天的學伴哦，他們真的很好很好，好喜歡他們。而晚上的 Home stay 也很好玩，我的學伴是個國三小妹妹，吃完晚飯後，我們去體驗了日本青春大頭貼，再一起聊天聊到他睡著。

第六天的自助旅行就一直買買買沒什麼特別的，但時間太短了。

第七天也就是逛完一些景點就去搭飛機了。這次的日本教育旅行絕對的難忘，伴隨著愉快的心情走進了我的青春。



## 高一甲 邱意涵



這不是我第一次去日本，卻是我第一次參加赴日教育旅行、第一次進去日本學校、第一次住進日本人的家，也是第一次沒有家人的陪伴和同學出國。這次的教育旅行雖然只有短短七天，卻帶給我無數的收穫。即使已經回來臺灣一陣子了，但每當我回憶起這七天的點點滴滴，內心仍然激動不已。

我很討厭待在教室的感覺，所以當我在新生營聽到我還有機會可以參加一個利用上學時間到其他國家上課的赴日本教育旅行時，我便下定決心要去拿報名表。我知道這個活動

很熱門，所以當我得知我能夠參加時，我感到非常的開心。我明白既然這個活動叫日本教育旅行，那麼我們這次去日本就不只有玩樂，「教育」才是這活動的核心重點，所以即使在第一場行前會議中，我得知我們將用不少的午休時間培訓，我也不感到驚訝及反感。這當中的原因不只因為我午休常常睡不著，也是因為我們要去的地方是個非常注重禮儀的國家，而我們將在那裡進行一場國民外交。倘若我們沒有付出時間和心力，我們將使曉明女中甚至臺灣的顏面掃地。

踏上前往桃園機場的遊覽車的那一刻，我們的旅程便開始了。我在機場的登機室一邊看著離開臺灣前的最後一眼福爾摩沙的風景，一邊想著未來七天我可能發生什麼有趣的事。當我踏上日本土地的那刻，我便感受到了一股和臺灣不同的感覺：從他們在入境時的種種嚴謹檢查到離開機場，感受他們與臺灣不同的天氣、空氣品質，這一切的一切都讓我期待接下來七天的行程。第一天晚上，我和我朋友們促膝長談到凌晨兩點才睡，這使我們在第二天的拉車過程中睡了很久。或許是因為我們仍然太累，又或許是因為我們那天仍然太晚睡，總之我們這寢的四個人都沒有聽到鬧鐘，導致我們在第三天睡過頭。再前往清泉女子高校的途中，我們這次活動的非常風趣之花翎旅行社的導遊ㄉㄉㄉ—耀文，還在休息站四人買三明治。

到清泉參訪前，我感到非常的緊張，我怕我不知道能和我學伴說什麼，但事實上，我們只有吃飯時沒什麼在談話外，其餘的時間我都和他聊得頗愉快。入班上課的時候，我一直被他們的老師問問題，其中古代日文的老師甚至認為我說 konnichiwa 很可愛。茶道體驗雖然跪到我的腳很痲導致我的拖鞋一直掉下來，但如此珍貴的經驗讓我知道茶道喝茶的順序。那天晚上的 HOME STAY 雖然外面很冷，但 HOME 爺、HOME 奶的愛、關懷、暖桌，卻溫暖了我們的心及身體。我們雖然沒有血緣關係，但他們卻待



我們如他們的親人，讓身處異鄉的我們可以感受到家的溫暖。

第五天，我們到了靜岡雙葉女高校進行交流。聽老師們的描述，我本來以為他們的英文比清泉的好，但我的兩位學伴卻證實了我的猜測是錯的，他們大概是因為不敢說英文，導致他們和我講的話不超過十句。他們的化學和數學雖然很無聊，但是很簡單，簡單到我都想留在那裡上他們的課了。那天的 HOME STAY 給我的感受也和第三天的很不一樣，但即使如此，



他們都給了我家的溫暖及感受。我們那晚在外面待了一陣子才回到家，而 HOME 爸和 HOME 媽他們還對於我是跆拳道社的感到十分新奇，至於 HOME STAY 家的妹妹則有一個害我每次上樓梯都會被嚇到的韓星海報，而他也在一上車的時候就開始狂播 K-POP。

這幾天的行程中，我最不喜歡的就是搭乘回臺的飛機，因為國泰航空的服務態度讓人感到不愉快，而且我不想這麼快就回來面對一堆考試和作業。我在這短短的七天中學會了很多事，例如：要和日本學生交流至少要有喜歡的或了解 K-POP，否則有可能因此而句點他們。遺憾的是我忘了存和雙葉學伴拍的照片，而我還有點忘了他們的長相。希望未來，我還能再看到我的三位學伴及 HOME 爺、奶、爸、媽和那位妹妹。雖然行程已經結束，但我將永不忘這幾天的生活。

## 高一甲 王婕仔

段考後一周的星期日，耀眼的陽光，讓我從沉睡中甦醒，儘管是要出去玩，但我的心依舊徘徊在繁忙的課業之中，絲毫察覺不到接下來要迎接我的是一場無與倫比的經驗。在修女的祝福及與家人的道別後，我帶著既忐忑又期待的心踏上了我們的旅程。



第一天的行程與我想像中的一樣，沒做什麼事，卻有點疲累，在吃完豐富的晚餐之後，我就進入了香沉沉的睡眠。第二天去了穿越小江戶和輕井澤舊銀座通，在穿越小江戶吃了點點心後，就去吃了燒肉吃到飽，那裡有很多很好吃的肉，很讚，雖然晚上在輕井澤有點冷，我還吃了很好吃但會讓我超冷的冰淇淋，不過做為第二次去輕井澤，我還是對那裡的美食和清幽的氣氛保有很好的印象，晚餐在溫泉飯店吃完後，我意識到了每天豐盛的食物都

把我的胃占的滿滿的了。第三天早晨在善光寺，清新的空氣和莊嚴的寺廟讓我覺得很舒服，我在那裡還抽了籤，雖然不是大吉，但還是個不錯的吉，而且好像還滿準的。第四天的車程真的不短，從諏訪湖到河口湖再到小丸子博物館，可能因為玩到第四天太累了，所以我在車上都在睡覺，諏訪湖真的挺美的，我在那裡又吃了好吃的冰淇淋，中午在河口湖吃飯的時候，大家好像都吃不多，不過我覺得滿好吃的，那個生魚片很新鮮，去搭纜車的時候，雖然等到天荒地老，但是從高處看風景就是美啊！晚上的升級 buffet，讓我的心又不安了起來，如此豐盛的美食，但我卻無法一一品嚐，實在有點傷心，吃完飯後，我去買了一些小禮物，要送別人和自己的，回飯店後，雖然因為隔天交流的東西沒有很早睡，但是一躺下去就睡著了。第六天的海老名休息站和自由行就是在買東西啦，雖然這不是重頭戲但也是很重要的。

在去清泉高校之前，我們去了善光寺，從善光寺要走到學校的時候，真的很緊張，做為生平第一次和不同國家的人交流，我很怕沒辦法和他們好好相處，但是在開始吃午餐之後，



我的焦慮漸漸的散去了，儘管溝通還不是很順利，我的便當也沒有交換成功，但是我的學伴人很好，長的很可愛，英文也還行，所以我們聊天算是滿順利的，吃完飯後直接就是體育課了，我們是要打羽毛球，我們先練了一下之後就開始比賽了，因為才剛認識不久，所以我們的默契沒有很好，但我們還是贏了一些比賽，到最後的時候也配合的越來越好，第二堂數學課，她們的上課

方式跟我們差不多，只是她們的數學課本很小本很可愛，所以她們每個人都還有筆記本抄筆記，但是課程的編排順序有些不同，所以有些我們教過了，有些還沒，那個數學老師很可愛，他叫我們自我介紹，還叫其他的人都自我介紹，我們介紹的時候她們都會很有禮貌的回我們，社團時間我去的是書道，因為很久沒寫了，所以寫得不怎麼好看，最後我和學伴都寫了對方的名字互相留念。晚上去 HOMESTAY 的時候，我們受到了很好的待遇，吃得很飽，也和他們聊天聊得很開心，他們說下個月會來我們學校，希望能再次見到他們。



在靜岡雙葉的時候，因為有了第一次的經驗，感覺會交流的更好一些，雖然在見到學伴的時候，發現了有兩個，但是禮物只有準備一份，有點措手不及，在雙葉因為學伴和 HOMESTAY 的不一樣，所以相處的時間就覺得有點短，沒有好好的認識她們，我上了社會資訊和數學課，社會資訊就很像我們的電腦課，我們要畫四張圖來做一個動畫，一開始我不知道要畫什麼，所以想了很久，後來我會了一點，那個老師就來鼓勵我繼續畫，他雖然英文不太好但他好像很努力的要表達，數學課和清泉的差不多，不過她們有分班，社團時間的三個社團都讓我有了一些特別的經驗，茶道的點心很好吃，因為我沒有腳麻，所以我覺得是個很不錯的經驗，豎琴隊真的是讓我大開眼界，我從來沒想過會有那種小的豎琴，而且還可以有一個樂團，當他們結束表演時，我真的好想再繼續聽下去。晚上去 HOMESTAY 因為學伴的爸爸是中國人，而且學伴的英文很好，所以就大家都很愉悅的度過了一個晚上，我們去吃了一個日式餐廳，他們對我們很好，覺得我們愛吃的他們就再點了一份，我們也邀請他們如果有來臺中可以來找我們。

這次走進了日本人的學校和家裡，真的了解到了他們的生活方式，和他們做事的態度，這個機會真的很難得，我很幸運的可以和大家一起去這次特別的旅行，還有最後一天學姐介紹的早稻田大學也讓我有了很多新的想法，謝謝為這次旅行付出的每一個人，還有陪伴大家的大家，希望這個旅行可以繼續延續下去，越來越好，可以讓更多人體會到不一樣的經驗。

## 高一乙 蕭亦辰

段考後，希望給自己放鬆放鬆一下，但這次的旅行，並不是表面上的玩樂，而是對日本更深入的了解與文化的體會。

傍晚的東京萬里無雲，我們伴隨著夕陽和富士山降落於東京成田機場，好好休息一晚，準備明天行程。首先，我們先來到小江戸川越，真的就如同穿越時空，來到了日本江戸時代，我們還參觀了武士刀專賣店，更增添了歷史氣息，可惜店內禁止拍照。洋果子專賣店的日本阿嬤超級熱情，一直拿出商品給我們試吃，而且不管我們多麼努力的用英文和她們溝通，她們都會用很流利的日文回答我們，徹底改變我對日本的想像。只走過一天中一半的行程，就



已感到疲憊，在巴士上，一下就睡著了。忽然，覺得巴士似乎正開過蜿蜒的山路。睜開眼睛，往窗外一望，我們已被山巒包圍，前往輕井澤的路上。不同於臺灣的山區，樹林如同彩虹一般，海拔從低到高，由綠色漸層到綠色。晚上入住溫泉套房，體驗日本的泡湯文化，雖然一開始對坦誠相見心存芥蒂，大家在澡堂裡，總是最開心的時刻，大家一起聊天，一起唱歌。彷彿澡堂裡就只有我們。

早上五點半，大家約好一起晨跑。當時室外溫度竟然只有四度，但一看到一旁包圍著我們的楓樹林，一切都值得，況且跑過大阪馬拉松的耀文更只穿著短褲呢！接著，一路拉車來到了長野善光寺，在徒步欣賞街景走到清泉女學院。即使剛開始感覺一直被學伴句點，她講了一堆以為是日文的英文，但入班體驗後，大家都聊得來，每個同學都超熱情還一直找話題跟我聊天，儘管是用手寫或比手畫腳都可以溝通。當她們看到我送的小卡片中的 One

Direction，她們總是用超可愛的日本口音再重複一次，也表示她們也很喜歡。上了充滿盒狀圖與笑聲的數學課、只看得懂漢字的日本史（老師英文莫名其妙的）、以及終於有點成就感的書法課，交流時間也接近尾聲，我們依依不捨的說了再見，總覺得手不管揮了幾萬次都不夠，希望未來還有機會能夠見面。天色漸漸暗了下來，我們也抵達了寄宿家庭的地點。轟嬤以精湛的開車技術帶我們回到小木屋，也就是她溫暖的家，坐在前座我膽戰心驚，



彷彿車子永遠在逆向行駛（還是不習慣右駕）。她首先跟我們用谷歌大姊的翻譯與畫圖的方式和我們聊天，隨之轟狗（我看過最可愛的鬥牛犬）也來迎接我們，接著轟爺端上一盤一盤的

佳餚，品嚐到了日本當地的鄉村美食最後，大家一起坐在餐桌旁一起聊天。

早上，不想從溫暖的被窩裡爬起，但睜開雙眼的是迎接我們的早餐，這是人生中最幸福的時刻之一。在我們離開時，轟爺還特別提醒我們當天的降雨機率頗高的，但來到河口湖時，面對我們的可是整座的富士山。我曾聽聞看到未被白雲阻擋的富士山是難能可貴的，當見到此美景時，我們的心裡是如此的澎湃。乘著纜車，到達山頂，但富士山已成了富士臺地，再次體會那景色的可貴。晚餐獻上的正是又一餐的歐式自助餐，的確，從下飛機的那一刻起，從沒感到飢餓。

到達雙葉女子學院，發現迎接我們的是小我們一屆的學妹，超可愛的。一起吃午餐，上了英文（話說英文老師的口音也很日式），以及比我想像輕鬆許多的舞蹈課，但就由於太過於匆忙，以致於無緣和學伴們拍照。接著體驗了他們的社團課——豎琴、聖歌、與我上到腳都快斷了，抹茶快把我給苦死的茶道，但，是一個特別的體驗。——公布著寄宿的家庭，結果發現帶領我們的學伴和她的弟弟都超級可愛。首先到了她家，她泡了好喝的珍珠草莓牛奶。接著帶著我們去吃牛排，真的要肥死了啊。回到家再一起聊天、打牌等等，大家都對我們超好——轟爸超幽默、轟媽人很好、轟弟拍照超配合、轟姊不管哪一方面都很可愛。



隔天早上，超感謝轟媽。我手殘，一不小心把味噌湯打翻，轟媽急忙叫我換褲子，連早餐都還沒吃，就幫我洗衣服，還幫我燙好，一點痕跡也沒留下，日本人處事的態度是如此的謹慎，使我如此的感動。

望向東京鐵塔，我們抵達東京，大家迫不及待的要去購物。從原宿，嚐了日式可麗餅，內層不僅加了整顆完整的冰淇淋，還有一片南瓜蛋糕，以鮮奶油點綴，再走到涉谷，漫步在全日本最繁忙的十字路口。乘著電車來到東京車站。品嚐最道地的醬油拉麵（裡面竟然有餛飩）最後搶購零食、藥妝，在上野結束了我們的城市探索。望著東京的街頭，許下承諾，未來還要回來見她一面。

世界數一數二的大學——早稻田大學。聽著學姊細細的說明、參觀世界上最多電扶梯的學術大樓、看著柔道社認真的練習，還再回味教育旅行的種種，殊不知，我們已到達旅行中最後一個景點——成田寺，求個御守、抽個籤，我們又回到了起點。經過第一天駐足的機場飯店，坐上飛機，低頭俯瞰富士山，在耀文的歌聲中回到臺中。時間，能夠倒轉就好了。

我喜歡閱讀少女漫畫，總是對日本高校生活、課外活動、神社參拜充滿想像。這，是任何旅行無法取代的體驗。

高一乙 林盈杉

這次去日本，應該說很幸運的有了這個機會，因為在一大疊的申請書中抽中我的名字，真的非常感謝天主給我這個機會。

第一天，我們懷抱著雀躍的心情到達機場，雖然我常常去桃機，但每次都只有我一個人拖著行李等飛機，但這次跟曉明感到格外特別。坐了短程的飛機就到達日本了，我們呼吸著日本冰涼的空氣，在成田機場等待來接我們的遊覽車。剛開始大家都十分害羞陌生，誰也沒料到經過七天的相處，我們會變成最有默契、最棒的表演團隊。

川越小江戶，在巷弄間穿梭，像走過了時光的長廊，回到古代的日本。一路上的陽光普照，路上穿梭著穿著和服的東南亞旅客，一切都如此的慢，逛街的步調，像路旁抽著菸的日本老人一樣悠閒。這樣輕鬆愜意，而不是緊湊的蘸醬油行程，是我覺得曉明日本教育旅行給我們最好的享受。

到了輕井澤，我深深地被這裡的凜冽秋氣給吸引了，空氣是如此的乾冷冰涼、乾淨的。我第一次在公共澡堂洗澡，褪去身上衣物的剎那，我卻不感到羞澀，或許我已和日本文化連結在一起了吧！溫熱的泉水從我的肌膚流過，敞佯在霧氣含硫磺味建築而成的泉池中，旅程的疲累瞬間消失的無影無蹤。

兩間學校的交流非常的令人印象深刻，學伴和兩間學校準備的用心，讓我們深受感動，也和大家有很好的交流。擔任日文代表的我有些緊張，唸完開場後，台下日本同學盈滿讚美的眼神是我最好的回饋，讓這三個月努力練習的我感到被肯定的感覺，第一次在這麼多人面前講日文的我很是激動。

寄宿家庭是這趟旅程最值得回味的地方，也深深地讓我理解何謂日本人所謂的一期一會。像返家的感覺，寄宿家庭的家人盡力給我們準備最好、最周到的觀關懷，讓我們雖身處異地，卻享有家的溫暖。一晚的相處，我們卻像是經過了一甲子的朝夕，別離時分的離情依依，我們把握最後的眼角餘光，奮力的朝窗外揮手道別。在長野 home 家吃的大阪燒，應該就會成為我這輩子最難忘的大阪燒吧！

感謝為這趟旅程辛勤準備每一個細節的每一個人，讓日本教育旅行能夠這麼的完美順利。這趟旅程的回憶會緊緊的扣在我心中，成為高中在曉明最迷人的的記憶。

## 高一乙 劉曦

今年初秋，我參與了學務處舉辦的日本國際教育旅行。這絕對是趟一生難忘的旅程，旅程中有太多美好與驚艷，無論是美食，美景，還是最美的人情。但礙於字數和時間限制，我只能記錄下整趟旅程中，印象最深刻的學校交流之長野縣清泉女子高校。

第一間參訪的學校是位在長野縣的清泉女子高校，這是我的第一次國際交流體驗，一想到能當一日嚮往已久的女子高校生，我就超興奮又超緊張。我們大約在 11 點左右抵達，清泉高校和曉明一樣是天主教學校，剛走進校園就看見了熟悉的聖母像，有親切的熟悉感。清泉高校帶給我的第一個文化衝擊，是學校師長的穿著，那裡幾乎所有老師都穿著正式的西裝或套裝，和臺灣多數老師穿著輕鬆休閒的 T-shirt 的老師相差甚遠。接待我們的老師帶我們走進一棟建築物，映入眼簾的是一排又一排的鞋櫃，畫面和動漫裡呈現的一模一樣！我們和所有日本學生一樣換上了拖鞋，走進建築。我們被帶進了一間有著大片窗戶的大教室，清泉高校位在山坡上，透過那一大片窗戶，長野市的景色一覽無遺，非常漂亮。



雙方學校代表簡單致詞後，學校安排我們和學伴共進午餐，再一起到學伴的班級上課。我的學伴的名字是里奈子 (Rinako)，跟我一樣是高一。我們從一開始就很努力的想聊起來，無奈語言隔閡的影響比想像中大，我對她講的日式英文一知半解，她也聽不太懂我講的英文，即使如此，我們還是努力的以單字，我的超破日文，比手畫腳，還有寫漢字的方式溝通，沒過多久就聊開了。我和里奈子有交換便當的菜色，她的便當真的超級精緻可愛又超級好吃！我們平常吃的團膳完全無法與之相比。

日本的學校沒有午休，午餐後就直接開始第一堂課。我在清泉體驗到的兩堂課是數學和國文(日文)，本來以為自己能輕鬆的理解數學課的內容，沒想到清泉的進度已經教到了三角函數，完全沒概念的我什麼都聽不懂，下一堂國文課更是難以理解，我只能看著漢字旁邊的平假名，趁機多背幾個漢字讀音。即使如此，因為充滿了新鮮感，我還是非常開心。課間的下課，里奈子帶我認識班上的同學，可能是因為一群人一起特別容易帶起氣氛，短短十分鐘的下課，我交了很多朋友。

最後是社團體驗，我體驗的社團是茶道。我們在傳統的和室內正坐，茶道部的同學們將茶點和抹茶一一送上，穿著和服的社師教我們傳統品茶的禮儀規範。這次社團體驗的結論是：正坐真是個挑戰人體的動作，一開始我還能輕鬆的品嚐美味的茶點和抹茶，到後來，因為正坐帶來的痠痛完全占據了我的注意力，真的好佩服能正坐那麼久的日本人啊！

高一乙 林柏余

一開始就很嚮往日本的教育旅行，報名後知道自己一開始就被抽中也覺得很幸運。雖然會落後別人 7 天的課業，但我還是不後悔參加這次的教育旅行，因為這次旅行中學到的種種，真的是坐在教室裡上課也無法獲得的經驗。回首這如夢似幻的七天旅程，有太多溫暖跟高興難以言喻了，有些打從心裡的感動，真的要實際體驗，才能體會其中的美好。

其實我清泉的學伴在我還沒到日本就已經先找到我的 IG 了，所以我們還沒見到面就先開聊了！進到交流學校後，等日本學生進來真的很緊張，坐在椅子上都不敢動，但我跟她交換便當了，我還覺得她的便當很好吃！之後我跟她一起去班上上數學課，學伴是高二的在上微積分，她們上課的時候是兩個老師輪流教哦！最印象深刻的大概就是那雙真的很難駕馭的拖鞋，還有爆炸好玩的體育課，跟她們一起玩躲避球，球還是一次兩顆超級刺激，重點是她們班的人超可愛動作超滑稽，氣氛超嗨！還有可愛的花道老師！



長野的 homestay 有 home 爸媽跟他們的兒子，一到家 home 媽就讓我們體驗茶道，也讓我們自己刷抹茶，教我們折紙鶴跟陀螺。晚餐是人生吃過最好吃最多的咖哩炸豬排飯。他們真的都很親切，雖然英文沒有很好，但還是盡量的找話題跟我們聊天，還幫我們鋪好床真的是很感動！home 爸還把我們的合照洗出來，上面加上大家的名字，一人一張給我們做紀念，現在看到那張照片就好想好想他們。想到他們 11 月會來曉明就超級興奮，希望他們在臺灣也可以留下美好的回憶~



靜岡雙葉高校也很棒！他們唱歌真的很厲害，兩個學校的大家一起唱歌，感覺很溫暖！後來發現我們一個人有兩個學伴，而且是國三的妹妹，本來以為可能會有隔閡，但後來發現完全沒有，她們超可愛！午餐時間，大家圍在一起吃午餐，認識了很多新朋友，那個餐盒東西好多，我根本緊張到吃不完，她們還很開心的幫我全部吃下去哈哈~還有一個同學畫了一張可愛插圖版的我給我，旁邊還有我的名字，感動到眼淚快掉下來了。跟她們一起上英文課跟音樂課，還有腳麻到沒感覺的茶道體驗，連我隔壁示範的日本學姐自己都坐不住，趁老師轉過去偷偷坐到地上，結果被老師發現被瞪哈哈，最後是強到爆炸的豎琴，吉朴力動畫組曲真的超級厲害！



雙葉 homestay 的學伴是國三的，她還有一個大學的姐姐，home 媽一接到我們，就帶我們去百貨公司自己挑禮物，我選了一個狗狗的別針，她們還偷偷再幫我拿了很多也是狗狗圖案的小東西放進去，好感動！一個很溫馨的晚上，全家人一起坐在榻榻米上聊天話家常，沒有任何陌生的感覺，晚上還跟學伴一起睡覺！好喜歡日本人的家喔，小小的超可愛，希望可以再次看到他們！



謝謝老師和領隊們的用心準備，讓我有一個超級難忘的日本國際教育旅行，尤其是看到自己千心萬苦做出的微電影登上大螢幕的時候，心情興奮的難以言喻。最感動的莫過於，才剛剛認識的外國人，卻可以像對待老朋友般熱情的招待我們，希望我也可以把我在日本收穫的種種感動，散播給更多的人！



### 第一天

還沒有六點就興奮得睡不著覺，期待已久的日本教育旅行終於到來。我懷著既期待又緊張的心情來到學校，坐上遊覽車，看著爸媽揮手的身影，突然又有點捨不得離開了。

### 第二天

小江戶川越老街巡禮：看到日本古色古香的日式建築，拍照的聖地。正當班上同學在享用學校團膳時，我們正開心的烤著肉、吃著棉花糖及冰淇淋-燒肉吃到飽是今天最期待的行程。沿途的風景令人目不暇給。到了輕井澤，氣溫明顯偏低，走在道路上，寒風凜冽，冰凍了我的手。

### 第三天

在善光寺買完御守後，我們用走的到長野清泉女學院高等學校和她們進行交流。我的學伴超可愛的，一看到我就用英文跟我說嗨，看到別人在交換便當，她也想要跟我交換。在吃飯的時候，她一直找話題跟我聊天。知道我聽不懂日文，她就用英文幫我翻譯。數學課她們上的是統計的盒狀圖，除了計算的部分，我啥都看不懂，倒是她們的日本史，專有名詞幾乎都是用漢字，我反而比較看得懂。茶道體驗，在那裡跪



了將近半個小時，起來時腳完全沒有感覺。她們的合唱才不到十個人而已，卻唱得比我們二十幾個人還要大聲，非常的厲害。晚上的 Homestay 吃的是 home 媽現煮的壽喜燒、home 爸自己種的菜做成的沙拉。晚餐後，home 爸帶我們去 7-11，本來要走路去的，但走了一小段就開始下雨，所以就改開車帶我們去。回到家後，home 爸很細心的解釋日本人的習慣，協助我們鋪好床，並且幫我們弄好洗澡水，令我感到很溫馨。

### 第四天

坐車坐了好久，到了諏訪湖，據說是「你的名字」的取景地，買了主任推薦的冰淇淋，果然與眾不同。下午，坐河口湖的纜車到上面的觀景台，看到富士山的背脊，這次到日本值得了。傍晚，逛小丸子博物館，雖然我平常不會看小丸子，但還是拍了很多照片。晚上的飯店煙味很重，有點不習慣。



### 第五天

又是一次的學校交流，這次的學伴是國三的學生，而且有兩個，即便如此，我還是不聽

得懂她們的英文。下午社團體驗，覺得有點震驚，聖歌隊和豎琴部的表演是出乎意料的好，茶道體驗雖然跪的沒有上次久，但腳還是很麻。晚上的 homestay，用走的回家，先玩桌遊再吃飯，home 媽的手藝超棒，煮的很好吃，而 home 爸非常可愛，只要我們聽得懂他在講什麼，他就會高興的大聲說 Yes。

#### 第六天

最期待的城市探索終於到來，第一站到秋葉原就先去了藥妝店，事後超級後悔的，背了一大包的東西。接著，在東京車站迷路了很久，好不容易出去到了外面，繞了一圈拍了照又走進去，完蛋了，不知道怎麼走。第三站，涉谷吃一蘭拉麵，感受自閉的生活。在坐 JR 時，因為是下班時間，所以人非常多，站在我後面的人的包包很大，我於是就靠著他的包包。在要去「二木菓子店」的路上，看到了一家麻雀雖小五臟俱全的 7-11，買了一堆洗面乳，還因此結帳了很久呢。說到「二木菓子店」，可是傳說中的便宜又大碗，買了好幾樣喜歡吃的零食。筋疲力盡的我們，手上提著兩大袋戰利品，結束了這次的一日遊。



#### 第七天

早上參觀了早稻田大學，對它有了初步的認識。旅途到了尾聲，「我可不可以不要回臺灣」的聲音環繞著，我們拖著疲憊的身軀，帶著滿滿的回憶回到家，回歸正常的生活——面對現實。



## 高一丙 許萁琳



一開始我本來就很想參加日本教育旅行了，剛好有這個機會可以去，我超開心的。但是沒想到參加後是另一種開始，因為我是參加合唱的，所以之前禮拜五都要請免午去練習合唱，甚至禮拜三也要請免午練習。其實蠻辛苦的。但是去交流表演完也覺得是蠻值得的。雖然沒有說表演的很好，不過也不會很差。

這趟去日本看了很多風景、名勝、寺廟。但是令我最深刻的還是 HOMESTAY 跟學校交流，我其實原本就很期待學校交流了，因為我從來沒有跟日本人講過話，而且我有點緊張。因為我不太會說日語，我英文也不好，所以很怕無法溝通，但是事情比想像的還順利，雖然語言還是有點障礙，但是兩所學校的學伴都

很努力的解釋我不懂的詞彙，所以根本不用擔心語言不通的問題，而且學伴們都超可愛的，不管是行為還是長相。

學校交流完我們就要去 HOMESTAY，HOMESTAY 也是我去日本之前很期待的事，因為很難得可以去住日本人的家裡面，所以很想體驗。兩次的 HOMESTAY 讓我感覺很不一樣，一次是住長野鄉下，一次是住靜岡市中心，兩種 HOMESTAY 的回憶都很好。因為我們是晚上才到長野 HOMESTAY 的地方，那時很暗，沒什麼燈，但是早晨一起床看到房子外的景色就會知道這裡是多麼美的地方，跟晚上的感覺很不一樣，也跟我們平常住的都市很不一樣，外面一片綠油油的田，田的中間或旁邊有幾戶人家，就跟電



影裡的鄉下場景一樣美。晚上 HOME 爸、HOME 媽煮了好吃的烏龍麵還有自己養的羊作的起士，真的超好吃的！HOME 媽有教我們摺紙鶴。HOME 爸 HOME 媽還帶我們去泡溫泉，真的超讚的。靜岡的 HOMESTAY 也很好，因為學伴的爸爸出差不在家，所以只有我、同學、學伴跟她媽媽，雖然一開始有點尷尬，不過幸虧有 COCO(學伴家的貴賓狗)，讓我們不尷尬，一起吃晚餐時，學伴的媽媽一直問我們問題，雖然我們語言有點障礙，不過大致上都知道媽媽在問什麼，我們應該也有回答到問題。我們晚餐是學伴教我們包握壽司、還有學伴媽媽煮的壽喜燒，也是美味到了極點，我和同學都吃得津津有味。在我

們要離開的時候學伴還送我們一大包禮物，我真的很不好意思，去住人家的家打擾她，她還給我們禮物，雖然我們也有準備禮物，但還是說不太過去。

這趟的旅程真的既充實也有趣，雖然有一個禮拜的課要補，可是課補的回來，去日本交流、HOMESTAY 的經驗卻是無法怎麼補都補不到的阿！所以我很開心能參加日本國際教育旅行。



©fumira

## 高一丙 張絡晴

日本教育旅行帶來的回憶怎麼打也打不完.....才剛打到長野的 home 家，就已經超過一千個字。所以決定換一種形式來寫.....分享這次日本教育旅行比較特別或令我印象深刻的事吧！

第一天，我在川越老街看到一家在賣刀的店，裡面賣的刀具種類繁多，不只有菜刀，甚至還有許多製作十分精美的武士刀！因為我真的很喜歡武士刀，所以一直很想拿出手機拍幾張照片(畢竟也沒辦法買)後來我跑去問店家可不可以拍照，然後那位老爺爺聽了很久之後(因為我說英文)連續用日文、英文和中文跟我說「請不要拍照」。雖然覺得很可惜，不過我更替那位老爺爺感到難過。我想，也許他很常會遇到擅自拍照的旅客，所以才會把「請不要拍照」這句話練的如此熟練吧！希望以後大家去逛那種與手工藝有關的店的時候，都能更尊重店家，不要自己擅自拍照。



第二天在善光寺的時候，有一位日本人突然過來問我從哪裡來的？我回答他臺灣，然後他就很認真的用日文加肢體語言，對臺灣發生的普悠瑪事件致意(因為前幾天臺灣正好發生了普悠瑪事件)跟我說類似「臺灣加油」的話。雖然一開始我幾乎都聽不懂他在說什麼，不過他真的很有耐心的和我解釋了很久，我覺得很感動，畢竟我們完全不認識，他卻願意花時間過來對我們送上祝福和打氣。

第四天在靜岡雙葉的國三小學妹的家度過很愉快的一個晚上。最讓我感到訝異的是.....我的轟爸竟然是和尚！而且轟家旁邊就有一間寺廟(牛瀾寺)早上的時候，學伴還帶我去參觀(也順便參拜了一下)。日本的香大概只有臺灣的一半長度，拜完之後還要敲鐘喔！這個經驗真的很特別，如果我的轟爸不是和尚，我可能一輩子都不會進到日本的寺廟裡面、甚至參拜他們的神明吧(通常都只會在外面參觀)！

第五天東京自由行，我在涉谷迷路了。不過我覺得日本人真的很友善，雖然語言不通，不過我每次問路，每個路人都會很有耐心的告訴我們要怎麼走。後來要離開涉谷去搭電車的

時候，我們整組的人都不知道該從哪一個入口進去(十字路口的四邊都有入口)，所以就跑去找了兩位老奶奶問路，他們直接很熱情的跟我們說「一緒 ni」一起走吧！把我們帶到車站裡面，才跟我們揮手道別。讓我感到很溫暖，也真的很感激。

除了這些小事情以外，每一個景點、每一餐、每一場交流、每一個 home 家都帶給我無限的感動，礙於篇幅無法一一打出來，不過這趟旅程真的讓我見識到許多不一樣的東西，我會好好珍惜每一份回憶和在日本的朋友們的祝福，讓它們成為我面對未來的一份、最溫柔的勇氣。



## 高一丙 趙婕宇

### 希望 時間會停

### 才不會因為恐懼而逃避

那天，我們帶著無限雀躍登上飛機。7天後，我們依依不捨的走下飛機，願意花任何代價，只為重溫這趟旅程。短短7天，我認識了10位日本人，多了兩位お父さんとお母さん，拍下超過300張照片，得到過去16年來從未體驗過的經驗。

但也是因其如此短暫而美好，想念和不捨之心會更加濃厚。

我非常慶幸能參與這次的日本教育旅行，即便花再多時間補再多課業，要是再讓我選擇一次，我仍會堅毅地交出報名表。

### 三雙筷子 夾著回憶

10月23日，我們都是お父さんとお母さん最愛的孩子，那晚お母さん煮的壽喜燒、お父さん自製的沙拉、飯時的笑談聲、被無微不至地照顧的甜蜜滋味，完整的收藏在我心裡。お父さんとお母さん送給我們的禮物是一雙有生肖圖案的精美筷子，他們說，我們在臺灣吃飯的時候要用這雙筷子，這樣就會想到他們。隔天一早，お父さん便開車帶著我們繞村，沿途介紹路邊種的是什麼作物、那邊又是什麼山。我很喜歡這個小巧而美麗的村莊，可惜那天走的太急，沒來得及跟お父さん說村莊很漂亮。或許，永遠都無法再見到お父さん了，但他和整個村莊會一直留在我的回憶裡。

10月25日，本就熱鬧而溫馨的家庭，多了兩個妹妹。只因為我們喜歡吃壽司和拉麵，阿嬤親自包壽司、媽媽泡了拉麵口味的泡麵；只因為我們吃飽後不知道要做什麼，就帶我們去打保齡球。我和楊淳崑變成家裡最受疼愛的么妹，還和學伴姊姊拍了日本高中生最愛的大頭貼，大頭貼真的拍得很好笑哈哈哈哈哈，直至現在我看到那些照片還是會忍不住笑出來。靜岡homestay給我許多歡笑和驚喜，而他們準備給我們的禮物居然和長野一樣都是筷子，然後也說回臺灣之後要用他們的筷子吃飯，而且我在輕井澤的時候自己也買了一雙筷子，但我總不能吃個飯用三雙筷子吧(笑)。

### 一萬五千步的宅宅行程

完全就是佛系一日遊的我們，一邊吃午餐才一邊查要去哪裡逛，但還是去了很多地方。順帶一提，午餐也是臨時查的，但因為太餓，走到半路就直接在便利商店解決了，意外的發現日本的便利商店實力完全媲美臺灣的日式餐廳，甚至有超過餐廳的傾向！甜點更不用說了，臺灣便利商店完全比不上啊！

吃飽飯後，我們半信半疑地跟著導航尋找頗具盛名的扭蛋專店，走了數十分鐘居然真的讓我們找到了，它隱身在一條小巷子裡，但即便如此還是有許多人朝聖。店內一點空間都不浪費，從地板到天花半排了三層扭蛋機，在眾多扭蛋機中，我們各自相中自己的目標。我扭

了可以掛在杯子旁邊的杯緣柴柴 4 隻、第七彈柴犬 5 隻、邊緣貓咪 1 隻、有點雷的軟軟動物指環 1 只，因為一次扭蛋只要 300 円，很容易就花了一兩千塊，而且我對這種類似遊戲的東西特別沒吸引力，像我在最後一天抽的角落生物一番賞，本來預計抽一個嘗鮮就好，結果最後抽了 3 個，真的不能高估我的自制力阿。

扭完扭蛋、買好公仔後，我們搭車前往原宿，在車上拍下身高超過 190 公分的男子完成米奇交代的任務(笑)。原宿的可麗餅是我們那天的晚餐，我吃香蕉巧克力口味，我本來以為是很多巧克力加一點點香蕉，結果是滿滿的香蕉和滿滿的巧克力，口感也是和臺灣不能比的美味到飛天！我們在原宿逛了藥妝店和卡通周邊店（又轉了很多扭蛋哈哈）最可惜的是沒有買到前幾天在靜岡的百貨公司看到的水龍大娃娃，一直很懊悔當時應該先買，但仔細想想買了好像也沒地方塞了(笑)。

### **真的好愛你們**

回來之後，洗澡的時候總會覺得有些孤單，因為沒有小帽在旁邊一起洗；睡覺的時候有些寂寞，因為你們不在身邊；看到可愛的人的時候，轉身想告訴白白卻發現你不在那裡。白天上課時也不常遇到你們，就算晚上有群組可以大肆聊天，但那感覺和 24 小時在一起還是不一樣的。

好想再一起出去玩、一起瘋，跟你們一起的時候什麼形象都沒有了，很輕鬆也很開心，遇到什麼障礙只要往群組丟，我們就可以一起解決，一個人解決不了的事，三個人一起就可以！

### **希望 時間暫停**

#### **你們的表情將永遠住在我心底**

最後的幾天晚上都不想睡覺，因為每次醒來就又更接近回臺灣的時間一點了，好像只要不睡覺，就能多體會待在日本的美好一點。終於，我們啟程返家，在最後一個景點，我們用盡全身去感受一切。來到機場，我和同學們討論接下來要面對的考試以及有多麼不想離開。登機門開了，我們巴在一旁的桌子上不肯起身排隊登機，就算只是多一秒也想留著。經過幾個小時後我們降落在桃園，遊覽車上感動的兩次 I will sing、耀文的藍色眼睛、我們浮誇的笑聲，全部的全部，我都會一直記得。

最後還是非常謝謝 Hank 主任、秉修老師、Mickey 和炫耀文，如果沒有 F4，我們的日本國際教育旅行就不是這樣的日本國際教育旅行了。F4 超棒，謝謝你們！

## 高一丁 陳柔安

大概有三年之久沒踏上日本的淨土，而特別的是這次以教育旅行的名義前往日本。其實我對教育旅行沒什麼概念，當初看到有 homestay 這個環節就手刀報名。

這七天，可以說是有史以來收穫最多、體驗最深刻的一趟旅行。我想，我會永遠記得身穿一身豬肝紅校服，走進一個充滿文化差異學校時的緊張感，還有第一次獨自進到一個陌生家庭體驗他們日常，有一種難以形容的奇妙感覺。

第一間交流學校是清泉高校，那天看到 F4 每個都西裝筆挺，加上主任在車上不間斷的叮嚀，這個交流比我想像中隆重，我開始緊張，拿出手冊一路狂念裡面的日文，很怕不知道要跟學伴講什麼.....直到進入校園，他們的老師很有禮貌地遞拖鞋給我們，此時我的緊張感已被好奇心淹沒。第一次入日本學校，看到的所有東西都感覺特別新奇，像是他們有專屬的鞋櫃，在學校裡都是穿著特殊的布鞋，到室外則換上華麗的皮鞋，這是在臺灣的學生完全無法體會的。

我人生的第一個學伴體型有些壯碩，但個性害羞，我就先送個小禮物並自我介紹來破冰，而她的英文似乎沒有很好，講話又輕聲細語，大部分時候都不知道她在說什麼，但我們有個莫名的默契，就是當不懂對方意思時，微笑就對了。午餐我們兩個是一起分享兩份便當，一開始她不動筷我也不敢直接夾，而她看到我還沒開始吃她也不敢開動，我們兩個僵在那裡一段時間，超級好笑。入班學習的科目分別時數學和國文，我是覺得跟臺灣的上課方式大同小異。



揮手告別清泉的師生們，接著就前往與 home 爺相約的地方，那時的天色有些黑了，只見一位面容慈祥的爺爺舉著牌子上頭印著我們的名字，興高采烈的繞了一圈，尋找他接待的學生，我們趕緊靠過去跟他相認，而他二話不說拿出相機主動請米奇幫我們拍三張照，在回家的路上他都是跟我們說日文，我們每個人心裡想著都是：「慘了！沒人聽得懂...我們今晚可能會很難熬」

一進門 home 奶跟他們的兒子就在鞋櫃旁歡迎我們，他們先帶我們熟悉家裡的環境，儘管聽

不懂但還是假裝了解狂點頭，接著我們被叫到客廳，他們邊泡茶邊自我介紹，home 奶很努力的想要用英文跟我們對話，而我們則輪流用英文回答他們的問題，簡直像在開家庭會議啊！我們學了如何泡抹茶、喝茶的禮儀，還有摺紙，摺紙似乎是日本人很愛的休閒活動，我們大概有花到一小時在摺兩隻紙鶴、一個陀螺。home 爺、奶人都超好，在吃飯時幫我們放好熱水；在我們洗澡時就幫我們把床鋪好了！一早 home 奶就是我們的 morning call，起床也就有豐盛的早餐等著我們。我們出門時，他們還摘了幾顆蘋果要我們帶走，根本不想與他們道別，是什麼樣的緣分才能遇到如此用心的接待家庭。

在第二次的學校交流活動已經沒有在清泉那樣的緊張，而是放心的將自己融入他們。我很驚訝雙葉會安排兩個學伴給我們，我和學伴邊聊天邊走回班上，一切是這麼的自然，而教室在一片混亂中將所有桌子併成三大長桌，準備午餐，我納悶的是，相較於清泉一人一個便當盒，為甚麼雙葉學生的午餐大部分都是像吐司麵包配豆奶這樣的輕食？在他們班導的催促下，我們快速的解決手邊三明治準備第一堂英文課，他們的英文老師很漂亮，還特意安排了遊戲迎接我們的到來，我很喜歡這個班上課的氣氛，輕鬆但不隨便。接下來是他們的社團課，最令我難忘莫過於茶道了，真的跪得妥妥的，腳都不是自己的了，另外還有豎琴社，他們在撥弦的時候好帥氣，我本來期待會讓我們試彈的說.....

總之，他們的社團也是很多元豐富，完全不輸曉明！



## 高一丁 陳芳淳

很高興能有機會參加這次活動，其實從國中的時候知道有這個活動就一直很想參加，一聽到有消息也是馬上去拿報名表，後來也很幸運的備取入選了。

這次旅行中我印象最深刻的莫過於入校交流了，對於日本的校園生活，我往往只能從動畫裡或電視上了解，真正深入了解之後發現跟自己想像的其實沒有太大的落差。剛開始面對面雖然很尷尬，但我的學伴很熱情的想要我教她說中文，由於發音不是很標準，我跟她就相視而笑，結果聊天聊太久到最後飯都是用塞的，我還努力吃了我不是很喜歡吃的食物。之後進到班上過沒多久就開始上課，我覺得課程內容都還滿有趣的，再接下來的社團活動體驗也是，不過茶道真的好累，我覺得我都快站不起來了，唯一的好處就是點心很好吃了。最後要送別的時候看到一些人在哭我差點都要哭出來了，雖然只有半天不到，但內心的感動與開心是一時半刻說不出來的。還有寄宿家庭也是，只過了一個晚上，卻也能讓我們在離開的時候因為不捨而流淚，我去的寄宿家庭，一進去他們就很熱情的招待我們，還有表演唱歌跟樂器，弟弟妹妹表演了被我們看穿的魔術表演，我們也用唱歌來回饋他們，雖然那天真的很冷，但他們的用心讓我們都感到溫暖不已。他們做的每件事都很小、很平常，但建立在只會見到一次的基礎上，他們全心全力的完成每件事，我們都感受的到。

另外，也是我這次旅行最期待的事，東京城市探索。雖然沒有去到我一直很想去的地方，不過我還是玩的很開心，很謝謝我們組原本的其他人願意讓和另外兩個人加入。可是在這半天花了好多錢，買給同學的啊，自己的，很多很多。要在一個陌生的城市靠著地圖完成半天的旅行，我覺得是很困難的，因為我都看不懂地圖，還好同組的其他人不像我一樣，而且我們還把去之前規劃好的地點幾乎都去到了，我覺得很神奇，也是一個很奇妙的半天。在要從上野回去的時候，我們在集合的地方遇到了兩個在路邊唱歌的女生，他們走過來發他們組合的傳單，上面有一些聯絡方式以及他們即將要開一場小演唱會，我們一拿到就二話不說的追蹤他們，要離開的時候我們還對著他們揮手說再見，他們也回應了我們，我覺得這是將前幾天在不管是在學伴還是寄宿家庭得到的大大的愛，做一個小小的回報吧！

日本教育旅行真的是一個很好很好的活動，雖然使用到了上課時間，回來要補一堆作業，但這個驚艷的經驗我想錯過了應該就很難再遇到了。



## 高一丁 柯惠瑄

經過緊張刺激的抽籤和漫長的等待之後，讓我興奮讓我日日盼望的日本教育旅行終於來了。雖然說第一天沒有任何行程，就只是單純的移動日，但是對當時滿腔熱血的我來說，可以跟同學一起搭遊覽車到機場，一起出關、一起搭飛機、一起到日本的飯店，每一項細節都讓我覺得好新鮮、好有趣，就連飯店的晚餐吃起來也格外的美味。

到了第二天，可以說是整個日本教育旅行的開始，川越小江戶的鐘樓、古色古香的星巴克和古老風味的建築物，真的是一個很好拍照的地方，有別於東京都的高樓林立，在這裡可以感受到較復古的日本。中午的燒肉吃到飽也非常有趣，食材真的多到不行，不只是肉的部分，熟食、炸物、烏龍麵、壽司、棉花糖，根本就是想要什麼就有什麼，順帶一提，跟我同一桌的其中一位同學她在做棉花糖的樣子實在是有夠爆笑，好像在作法一樣，她以很激動的方式不停的繞圈圈，然後又笑得有點恐怖，當下看真的會笑到肚子痛。下午則是到日本著名的渡假勝地輕井澤，輕井澤算是在山區，一下車就可以感受到驟降的溫度，但其實蠻舒服的。經由導遊的推薦我們到「澤屋」買了些果醬，那裏的果醬真是應有盡有，各種想的到想不到的口味都有，看得我好想把每一種口味都買回去。雖然價錢有點高，但是吃起來真的跟一般的不太一樣，像是草莓果醬就是用整顆草莓下去做，超級好吃的。因為第二天住的是溫泉飯店，房間超大超舒適的，四人房裡面還分成兩小房，再加上一個客廳，怪不得每層樓的走廊都長得不像話，好像永遠走不到盡頭似的。

第三天是這次活動的重點，到長野清泉女子高校參訪和交流，不得不說要去交流前我真的很緊張，畢竟要跟一個不同國家、不同語言的學生聊天，感覺一定會冷場.....一開始進去我整個人很拘謹，連坐在椅子上都不太敢亂動，到了相認學伴的時候，我還是緊張到不行，都不知道要聊什麼，再加上我的學伴英文好像不太好，我講的她聽不懂，她講的我聽不懂，有很長一段時間都沈默不語，後來我主動跟她說要交換便當，但是她好像不是很了解我在講什麼，弄了很長一段時間我們才交換過來，說實在的，不好吃，真的不合我的口味，但是基於禮貌我還是把它吃完，而且吃的超乾淨的！！下午我上的是歷史和英文課，兩個老師都為了我們特地上特別的課程，歷史老師在教各種錢幣，連臺灣的一百元紙鈔都有，還拿放大鏡讓我們觀察 1000、5000、10000 元的日幣上的小細節，而且這些細節連日本學生都不知道耶！英文老師讓我們四個臺灣學生上去教日本人中文，還有比手畫腳讓他們猜。其實上完這兩堂課我有一個很大的發現，原來日本人上課也蠻吵的，我還以為日本的學生上課都會正襟危坐，沒想到老師在上面上課，她們在台下也聊的挺開心的，完全出乎我的意料。後來的社團活動我是去花道，嗯.....其實我真的無理解法插花的美，花道老師在說什麼莖要有長有短才好看，我真的完全感覺不出來，對我來講有剪跟沒剪其實差不多啦！雖然說第一天的交流對我來講有點莫名其妙，還沒搞清楚在做什麼就結束了，但是在要分別的時候還是感到很不捨，僅僅

幾個小時的時間她們就能展現出熱情，把我們當好朋友一樣，真的很令人感動。

這次的 homestay 我們這組臨時換家庭，難免感到有點錯愕和失望，而且我們居然只有 home 媽一個人，說實在蠻冷清的，再加上語言非常不通，home 媽覺得很無助，我們也不知道怎麼辦，手機翻譯起來又怪怪的，大家就只能一直苦笑.....喔對 home 媽給我們的房間超大間的，有一個客廳和一間睡覺的地方，活動空間真的很大，而且日本人好注重隱私，從我們待在房間開始，home 媽就沒有踏進房裡一步，連要拿點心給我們都只是站在門口讓我們自己端。還有一件奇怪的事情，我們住的房子裡面有一扇門，似乎是通到另外一間房子，裡面一直傳出嬉鬧的聲音，而且晚上等我們都洗完澡的時候 home 媽好像還叫裡面的那些人出來洗澡，還會時不時傳出很大的腳步聲，感覺很恐怖.....。

隔天早上 home 媽很準時的叫我們起床，而且她連叫我們的時候都沒有踏進房間門，也太注重隱私了！！早餐超多吃超飽的，home 媽好像有得過跟煮菜有關的獎，牆壁上還有貼她得獎的報紙，雖然說我還是比較喜歡台味一點的飯菜啦.....。

經過一番十八相送後，我們前往諏訪湖休息區，這就是傳說中的「君の名は。」的那個湖啊啊啊！我超級愛這部電影的，自然也超想親眼看看這個湖，其實我一開始一直弄不懂「諏」要怎麼念，基於太愛這部電影，去查了教育部國語辭典才知道唸「ㄖㄨ」，嗯.....其實蠻不好聽的。啊還有，經由主任的推薦，我們有買號稱全日本最好吃的冰淇淋來吃，真的好好吃～～牛奶的味道好濃，它的甜筒跟白色戀人的餅乾吃起來一樣，超讚的！吃飽飯後去河口湖搭纜車，為了搭這個纜車，我們排了隊排一個多小時，我原本以為這是跟日月潭的纜車一樣4-6個人一台，沒想到現實跟想像落差蠻大的，搭上去好像在擠電車一樣，而且路線就只是一條短短的直線，老實說有點失望，不過搭到上面的風景是真的蠻漂亮的，可以看到富士山和富士急樂園。接著是去心跳夢廣場的小丸子博物館，我對小丸子並沒有特別的偏好，甚至連裡面的人物名字都搞不清楚，所以原本以為很快就會逛完了，沒想到裡面超好拍照的！雖然我不認識那些人，但是看到那個場景就讓我很想拍照，結果我們就變成最後出去博物館的三個人。晚餐吃「很多肉」的 buffet，光聞那個味道我就餓到不行了，當我拿好盤子在排隊的時候發現這是「牛肉」，於是這一切的肉食料理就跟我無緣了，盛完飯後我覺得這一餐好像在吃素食.....

第五天也是交流日，而且是去比較都市的靜岡縣雙葉女子高校，這間學校跟清泉的感覺完全不同，雙葉感覺起來真的比較都市（好啦也可能是我心理作用）因為光是表演的禮堂就很氣派，當我們站在台上唱歌的時候我都感受到那種感動了，後來他們跟我們一起唱 If you're happy and you know it. 的時候也很有趣，我完全沒料到他們會邀我們一起唱歌，超特別的經驗。雙葉吃午飯是到班上一起吃，不知道是不是為了要歡迎我們，他們吃飯的位置是一群人的桌椅靠在一起，我邊吃他們邊問我問題，非常熱鬧，而且他們超可愛的，要問我問題還

先討論要怎麼講，其實討論的蠻大聲的我都已經聽到內容了（因為是講英文啦）下午我上了一堂非常激烈非常震撼的課——國語，他們好像「剛好」在教魯迅的〈故鄉〉，然後老師就給了我一份 A4 的故鄉中文版，總共有六頁，學伴的課本好像有.....嗯.....很多頁，多到數不出來的那種，接著國文老師就很霸氣的唸完整篇課文.....中途完全沒停下來，超神，念了大概半小時吧，而且，注意，是日文，我還很用功的一句一句對照，從頭到尾都沒恍神，有時候不小心落掉還要對照一下學伴課本上的漢字，我真的覺得我在臺灣都沒有那麼認真，由此，我可以深深的體會到大雄上課為什麼會睡著了。我們的社團體驗先從茶道開始，從我跪下去那一刻就快受不了了，大概是腳背那裏的筋太硬的關係吧，於是我就採用偷懶的跪法，但還是很痛！！而且那個茶道老師一直對著我們講日語，我又聽不懂.....只是增加腳上的負擔而已，不過茶道真的是很棒的體驗，能夠親自試試卡通裡喝茶前轉三圈的禮儀，算是我的夢想之一吧，後來又去了聖歌部和豎琴部，豎琴超好聽的，他們彈了宮崎駿和迪士尼的歌曲，很有那種 fu，豎琴也算是在臺灣比較少見的樂器，真的令我意猶未盡。接著又經過一番十八相送後（我差點沒跟我學伴說再見，那時候還以為只是暫時分開一下而已，但還好他們臉上露出一副超級捨不得的表情，我才意識到要分開了，趕快拿手機拍照！）我們準備前往 homestay。

我算蠻幸運的，homestay 的學伴剛好跟我同班，所以入班交流的時候他有先來認我，所以我算是很早就認識他了。回家後我們先玩桌遊，他有一個妹妹，所以我們四個人玩剛剛好的，玩益智遊戲的桌遊，沒想到兩次都她妹妹贏。等她爸爸回來後就準備吃飯了，home 媽準備超多的~~一大鍋的關東煮、天婦羅、蒸蛋、香菇飯、很多瓶的飲料和 Häagen-Dazs，而且超級好吃！！雖然很飽但還是通通吃光了（那一大鍋的關東煮當然沒有吃光啦）原本他們還要帶我們去星巴克，但礙於實在太飽了只好跟他們說不喝咖啡。吃飯的時候聊天聊到拉麵，他們先是很驚訝臺灣也有拉麵，接著我說日本的拉麵比臺灣的鹹，他們就震驚到不行，原來.....日本人不知道自己的拉麵很鹹。雖然 home 爸 home 媽不太會說英文，但是他們還是很熱情的想跟我們溝通，用比手畫腳或手機翻譯，有時候我看出來 home 爸在比什麼他還會很高興地大喊 Yes！！然後得意地看著其他人，超可愛的。

隔天早上也是吃豪華特餐，這次真的飽到我吃不下了，只好剩下一盤沙拉沒吃，差不多 7 點左右 home 爸要去上班，他要去之前還跟我們握手，跟我們說歡迎再來日本也歡迎我們再到他們家，真的超級感動！！接著換學伴的妹妹要去小學上課，他背的書包就跟卡通裡的一模一樣，而且還綁雙辮子，超可愛的！！等到東西收拾完以後，學伴和 home 媽就帶著我們走去學校，嗯對，我們來回都用走的，雖然說提著行李走路挺累人的，但因為這樣，我可以觀察到日本晚上和早上的街道，早上很多學生走在街道或是騎著腳踏車，真的跟電視裡蠻像的，好像大多都是自己走路上學，而且我學伴都 8 點 15 分才到學校，整整晚了我一個小

時，真是幸福。到了集合地點，學伴要先去學校上課，真的超級捨不得的，我們拍了很多張照片才終於分開，後來跟 home 媽揮手也揮超久才停下來。

接著我們展開的是另一項讓我期待已久的自由行，我們這組算是一個採購團，逛超多地方買超多東西的，先是在秋葉原的藥妝店買了一堆藥妝，秋葉原真的很像.....宅男的天堂，男生比女生多很多很多，然後到東京，喔對，我們在東京車站裡面迷路，找了好久才找到出口，然後發現沒什麼好逛的，又花了很長的時間才回到山手線的月台，有點累人，接著到澀谷吃一蘭拉麵，等超級久，等了大概半個小時，結果後來從裡面走出來的是另外一組，還真是巧，然後又逛了 LOFT，不愧是文具天堂，超多可愛的小東西超好買的，之後回到車站準備前往上野，就遇到傳說中的「日本上班族沙丁魚」，一個個穿西裝的上班族在車站裡移動的畫面非常嚇人，可以說有點噁心，擠到電車上更可怕，卡通裡畫的還真的不誇張，就是一種呼吸困難的狀態，然後我像是被點到笑穴一樣，不知道為什麼看到這種場景突然很想笑，結果笑了超久的。我覺得自由行這一天我們這組時間控制得很剛好，想去的地方通通都去了，想買的也全都買到了，而且還是第一個回到集合地點的，雖然說腳跟手都快斷了，回到飯店後發現手都快瘀青了（提太多東西的下場）。

時間真的過超~~~快，一下子就第七天了（打到這裡我都有一種捨不得的感覺），在學姊的介紹下我們參觀完早稻田大學，接著到成田山新勝寺走走，然後就要回臺灣了！！！（好想哭喔）回來的路上就是希望一切都慢一點，飛機慢一點，遊覽車慢一點，最後還是在 9 點 30 分抵達曉明，帶著意猶未盡的心回家去。

現在回想起日本教育旅行，真的，好像一場夢，太美好的回憶了，這是用再多文字也寫不出來的，好想念在日本的一切，好想念大家一起在日本的遊覽車上，謝謝 F4 的主任、秉修老師、米奇和耀文，用心的規畫這次的行程讓我們有這麼棒的機會到日本教育旅行，我想這次的教育旅行一定會讓我永生難忘。



高一丁 蔡宜芳



終於到了日本教育旅行出發的日子了，為了這趟旅程，之前準備了許久，今天，我們真的要出發了。第一天在學校集合時，大家都比預定集合時間早到，嚇得我以為我遲到了。出發時也都沒有透露出捨不得爸媽的表情，每個人臉上都很興奮，我想爸爸媽媽應該都很傻眼☺。到了機場，我們又比預定時間早到很多，也不知道要幹嘛，只好跟留在家裡念書的同學們視訊，好像有點過分 XD

飛機起飛了，那時已經接近兩點，肚子早就咕嚕咕嚕叫個不停，我一直看著空姐們什麼時候送餐。飛到日本真的很快，我沒看幾部影片就到了，到了飯店又開始吃。這間機場飯店比想像中的好，床也蠻舒服，備品也都很齊全；同時也讓我感受到真正的日本飯店，浴室真的非常小非常小間！

第二天，也是開始有行程的一天，首先到了川越小江戶，那邊的建築都是兩層樓以下的木造平房，很日式，很有 fu，我們也在那邊拍了很多照片。還記得我們這組走走晃晃到了一間周遭都沒有人神社吧，沒有人幫我們拍照，我們還很克難的把自拍棒用書包夾著，自己按倒數然後表情超猙獰。上車前還去全家買了一盒很有奶味的冰淇淋，是這趟旅程第一支冰淇淋哦～中午吃了燒肉吃到飽，他們的烤爐跟臺灣不一樣。臺灣的烤網跟炭火間還有點距離，不會那麼容易燒焦，但這間餐廳的烤網是幾乎黏在木炭上的，一不小心就燒焦了，而且我們也不知道可以按服務鈴換烤網，所以到最後才換了一次，我覺得有點不健康☺。但這間的肉真的很好吃、還有豆皮壽司！（超愛豆皮壽司）甜點也不錯，那天晚上我也沒有拉肚子，表示我們應該都有烤熟啦哈哈。下午到了輕井澤，感受到明顯的涼意，不過大家在那邊抖抖抖的樣子也蠻好笑的。路上的楓樹逐漸轉紅，隱隱約約有幾棵樹已經完全準備好了，搭配著燈光真的很漂亮。同時，我們又在拍家族照談笑風生。我相信那裡現在應該早已變成楓樹大道了，好想衝回去啊！晚上入住的溫泉旅館令大家非常滿意，除了房間非常大，有一間客廳、兩間房間、一個大浴室，廁所跟浴室還是分離的！當天晚上我們也有去泡湯，說真的，要去泡裸湯我和彥彥猶豫了一整個晚上，後來我們還是鼓起勇氣進去，畢竟都來了嘛，而且我們也算運氣很好，那時候進去沒有遇到認識的，起來沖澡時，那邊也都沒有人，進到裡面換衣服的地方也依舊沒



有人，自在了許多哈哈，浴場也準備了很多保養品，我們還在那邊一罐一罐擦，全部都抹來用用看。

隔天重頭戲來了，我們到了第一間學校，清泉女子高校。一進去，大家都非常戰戰兢兢怕失了禮貌，心裡也很焦慮怕會做錯了什麼，還有啊，除了學生之外的人都穿著西裝出席讓我感受到他們對正式場合的重視。雖然只參與了他們的兩堂課，卻讓我感受到他們班上的氣氛是非常良好的，大家相處的很融洽，也因為每班人數少，彼此的感情好像都很好，雖然我遇到的學伴不太會講英文，但他很努力問了他同學要怎麼說，但其實我都在他問別人的時候聽到他要跟我講什麼，他還是再跟我講了一次，超可愛的。還有，大家都說我跟他長得有幾分相似叫我們雙胞胎。社團的花道，老實說，我覺得沒什麼技巧，就拿著葉子亂插，可能我們沒慧根吧。要離開學校時，他們還衝到校門口跟我們說再見，超感動的~到了 homestay，我們這戶只有 home 媽一個人，他不會講英文我們不會日文，吃晚餐的時候我們只能靠著翻譯器溝通，一句話翻譯了 20 分鐘，我相信那個畫面看起來一定非常逗趣。home 媽還說她到過臺灣三次！後來我們自己待在他準備給我們的小客廳休息，可能 home 媽年紀也大了需要休息，也有可能跟我們溝通太累了。我們就待在裡面跟學伴聊天。也因為鄉下入夜太冷，我們早早就鑽進被窩睡覺了。隔天早上依然很冷，我們費了許久才鼓起勇氣爬出被窩。到了離開 home 媽家的時間了，我們盡力的從手冊找了很多感謝的話，home 媽也終於懂我們在說什麼了☺這次住在他們傳統房屋裡，裝潢就是印象裡那種一整間的榻榻米，然後很多個門很多個房間可以穿梭來穿梭去的，超神秘超酷！

再來我們到了富士山，來了日本這麼多次，卻是第一次來看富士山，但卻非常幸運的在山底就看到了完整的山，我也趕緊把握機會多拍了幾張照跟我爸爸炫耀 XD（因為他跟我打賭我一定看不到）不過在我們吃完午餐搭纜車上到觀景台後，山頂卻被雲遮住了，好可惜。下午趕到靜岡，晚餐依舊吃吃到飽，有很多牛肉，各種部位隨便夾，真爽！晚上的旅館也有湯可以泡，我跟彥彥泡上癮，一聽到耀文說可以泡湯，我們東西收一收就趕緊跑下去！結果裡面一個人都沒有，超開心的哈哈哈哈哈，我們包場了~雖然裡面看起來很像游泳池(畢竟是人工湯)但泡一泡心情還是好好。那邊還有體重計，我量了一下，居然比在輕井澤泡完湯量的時候還輕了快一公斤，太神奇了吧。

第五天又是緊張的一天，因為又要進學校交流了。表演的時候，大概是從我們第一次練習到現在聲音最大、最完美的一次，當下真的好想哭，我們終於做到了！下午社團果然最好玩的是茶道，雖然結束時超級痛超級麻超級不舒服，但是他們發的點心好好吃喔天哪！而且中途，F4 進來，本來只是來看看，卻被茶道老師留下來，跟著我們一起跪，不得不說，我們跪的比 F4 好多了。結束社團體驗，便是分配寄宿家庭的時間(也是經典名言みなさん こんにちは出現的時間☺) 特別的是，在分配的時候，到我們這組為止，我們是唯一 home 爸來載

我們的，而且他很帥哦！他們一家人感情很好，家裡雖然不大但卻很溫馨的感覺，那天晚上我們還是被載去吃吃到飽(我的天)，晚餐後還載我們去前一天小丸子博物館那裡搭摩天輪，但太晚去了，摩天輪已經關了，改去後面一個海邊打水漂，回家的路上，大家睡得東倒西歪，學伴的弟弟直接躺平，到底有多累(๖\_๖) home 媽隔天早上也親自包了豆皮壽司給我們當早餐(耶！豆皮壽司！！)，我很興奮，而且超級美味的，跟在日本料理吃到的一模一樣。吃完早餐便依依不捨的離開，雖然相處時間不長，但很謝謝他們願意接待我們，嗚，想他們了~

離開靜岡，那天中午便是這次來日本最期待的部分了—自由行。我們這組決定把涉谷逛好逛滿，幾乎沒去其他站，午餐也終於品嚐到一蘭，體驗邊緣人的午餐，很新奇也真的很好吃，果然是排隊名店。吃完又接著繼續逛，我們這組總共買了7雙鞋子，太誇張了，幾乎整個下午都在試鞋。晚餐最後決定買日本的麥當勞回飯店吃，還去超市買了冰淇淋跟布丁，試鞋子很耗體力的。

日本的最後一天去了早稻田大學，學姐雖然才大二，但是看起來氣場卻很強大，非常有自信的帶著我們逛然後介紹校園給我們聽。其中印象最深刻應該是路過空手道館，裡面一堆肌肉男正在換衣服，還面對玻璃窗外換！他們根本是故意的，絕對不是我們愛看腹肌哦☺離開早稻田大學，去吃了這次日本行最後一次的午餐，也順便逛了旁邊的老街，大家還衝上神社抽籤看看自己最近運勢如何。還記得粘抽到凶的時候非常害怕，一直問會不會發生什麼事。那時我們也衝去買了這趟旅行的最後一支冰淇淋，下一次在一起吃冰淇淋也不知道是什麼時候了ㄟ\_ㄟ。

前往機場的路上，經過了第一晚住的機場飯店，米奇還問我們說想不想從頭再來過一遍啊？一邊問一邊播我們唱的I will sing，不知不覺就好想流眼淚。當然想啊，這次來日本雖然一切已經夠完美了，但還是有好多覺得後悔的地方，為什麼自己不勇敢一點，闖一闖瘋狂的事。不過現在後悔也沒有用了，剩下的就好好留在心裡。這趟旅程很驚奇也很有趣，一切到現在依舊覺得不可思議，感謝老天爺讓我在第一階段就抽中了，老早安心，更感謝老天爺讓我的同伴們也都有抽到。其中當然也謝謝主任很努力的讓我們準備到最好的狀態，才沒丟了臉，秉修老師也在旅程中一直默默的關心我們。我當然也還記得第二天的時候耀文跟米奇叫我們可以high一點不然他們很害怕我們不喜歡他，不過我們還是到最後一天才開始大吵大鬧☺，雖然不知道還有沒有機會再見面或有沒有機會讓他們看到這本書，但我想說，謝謝你們這七天的熱情，讓我們一直保持著笑容，我們沒有反應，可是內心很澎湃喔！也都有專心的聽F4講話。我們絕對沒有討厭你們哦！！

最後，謝謝爸爸媽媽再一次的放心讓我參加學校辦的海外旅行，相信我可以自己照顧好自己，這次真的差一點點就可以在日本過生日了.....日本國際教育旅行看似平凡簡單，沒有參

107年國際教育旅行  
The International Education Tour

加的同學也覺得不就是個日本嗎，又不是第一次去，其中的小細節也有可能會被忘記，但這整趟的氣氛、遇到的人事物都讓我到現在依舊非常想念，小小的一臺遊覽車帶著我們認識了彼此，也載著40個人勇闖了7天不平凡的日子，人生偶爾就該像這樣瘋狂一次！登愣！回不去了.....。



107年國際教育旅行  
The International Education Tour



期待很久的日本教育旅行中，整段旅程和一般旅行團最不一樣的就是去學校交流，和晚上的homestay了！在長野交流時和學伴一開始見面的時候還蠻尷尬的，自我介紹後她就很熱情的和我聊天，她開啟的第一個話題是我有沒有家人在普悠瑪的車上，沒想到日本有報導臺灣普悠瑪的事件，令人感到意外又貼心。後來我成功的和她換到便當，她還很擔心我吃不習慣冷飯，但是她媽媽真的做的超級好吃！吃完飯後我介紹了禮物中臺灣的零食給他，沒想到還被記者採訪。



後來我們一起上了體育課，其實她們和曉明的氣質超像的，一開始感覺很優雅，熟了之後體育課根本奔放到不行，打羽毛球打到在地上滾，還有笑到前撲後仰的，什麼遮嘴笑真的是假象。下一節數學課，他們上了絕對值，學伴還很得意的說他們現在高一，可是上高二的數學，雖然她們只是在學我們國一的絕對值，但為了不打擊到她們的自尊心，我還是很認真的表現我覺得她們很厲害。

最後要走的時候果然上演了米奇口中的十八相送，學伴還一路揮手到遊覽車離開，這時候我才驚訝的發現日本遊覽車的窗戶可以開。晚上homestay，我們住在爺爺奶奶家，可能因為是鄉下吧，家裡其實還滿亂的，但是轟爺親手做了滿桌的料理，轟奶則是很努力突破語言障礙和我們聊天，吃晚飯後我們一起幫忙洗碗，然後送禮，雖然溝通困難重重，住起來也不像飯店舒適，但他們的用心準備還有熱情，真的很令人感動。

而在靜岡交流時，很意外的有兩個高一學伴，顏質真的超高，我一整個下午都像個變態在欣賞她們的臉，雖然上的是英會課，但她們幾乎都是在寫閱讀測驗，原本想說都市的學校



英文應該比較好，可是其實和長野的差不多。老師讓我討論學校間的差異，所以我們就拿出彼此的課表互相介紹，沒想到她們有些課和我們本質上是一樣的！

之後我們上了數學課，她們能力分班分成四班，正好他們在教斜率，但是日文叫做傾角之類的吧，老師還為了我們整堂課板書都改寫成斜率。之後做練習題，竟然是我們國二數學，所以一下子就解出來了，她們還在讚嘆好厲害，真是提升自信心的好地方阿。

晚上去 homestay，我的學伴國三，晚餐去吃了牛排，份量多到像是在餵豬，回到家轟媽又拿出蛋糕和茶點，真的差點吐在餐桌上。轟爸正好是數學老師，所以還借走我從臺灣帶去但都沒空寫的數學講義，每頁拍起來研究，看了我的數學筆記還說我們教超難的。之後和學伴一起玩了日本的桌遊黑白棋，她知道我喜歡看柯南後就一起看了最新的動畫。

晚上她們準備了單獨的房間給我，傳統的日式床墊，還要自己鋪床，躺下後才發現床頭貼著歡迎的紙條，上面還印著臺日的國旗！隔天早餐又是豐盛到不行，轟媽自己也說了他們平時不會吃那麼多。學伴是網球隊的，早上先去學校練習了，轟爸載我到集合地點後，還陪我們直到遊覽車遠去，真的很感動。

這次體驗真的發現日本人雖然感覺很拘謹又壓抑，但也以他們的方式熱情歡迎我的來到，真的很高興有參加日本國際教育旅行，能有這麼與眾不同的回憶。



## 高一戊 廖雅亭

對於能參加這次的教育旅行，我感到非常快樂，它不只讓我的收穫好的超乎想像，還讓我體會了在臺灣一般體會不到的生活。

從到達機場開始我就非常興奮，我在自由活動時間瘋狂的打電話給認識的人以分享我的喜悅，因為這是我第一次出國，所以我既期待又怕受傷害，我在上飛機前把遺言都想好了，不過後來我們成功降落了，真是可喜可賀，還體驗了傳說中的直接從洗手台喝水。

我最喜歡的行程就是第二天了，感覺整個行程都很日本，結合了長野冷冷的天氣和日式建築，晚上的輕井澤也很優美，飯店也是我見過最豪華的，根本就是個公寓，唯一美中不足的就是在泡溫泉的外面差點被大陸人搭訕問你哪裡來？

我個人覺得長野的學校給人一種很乾淨的感覺，不管是校風還是學生給人的感覺都是。我在遇到我學伴的當下就問了她要不要跟我換便當，然後隱隱約約聽到她用日語跟她朋友說他今天難得帶好吃的便當來有點捨不得，所以後來就只用了一根薯條跟她換了一顆番茄，這樣我覺得至少我還算是有吃到她的便當。其實她很可愛，我在她們班上課老師講笑話她都用英文幫我翻譯，我覺得她很貼心，然後她們班上電腦課時要做一個關於鴻門之宴的報告，我原本想說我會中文我可以幫忙，我後來尷尬的發現我啥都不會，所以只能安靜的坐在旁邊。然後後來在要離開的路上我們分別對臺灣的水居然不能直接喝以及天哪她們學校盡然蓋在墳墓旁邊而感到震驚。我後來就去寄宿家庭了，話說其實到這裡我還沒有一點想哭的感覺，直



到 home 爸拿出行程計畫表，上面寫著不同時間要做些什麼，都被他規畫得好好的，我當下眼淚就快噴出來了，怎麼會有這麼用心的家庭，而且他們還準備音樂給我們聽，小孩子們也很可愛，菜也很好吃我吃了許多，所以我隔天要離開的時候我看到 home 媽的臉我就想到昨天那張計畫書，於是我眼淚就噴出來，然後我還跟米奇說我過敏希望他會相信。

我也很喜歡第四天，我記得我去了夢幻廣場跟令人感到驚悚的小丸子跟小玉拍照，然後我的朋友不知道為什麼就突然變

成大野的粉絲，還有我原本要幫在臺灣的朋友夾隻娃娃帶回去當禮物，我還在旁邊錄影想說來記念我從出生以來第一次夾到娃娃的瞬間，然後她的禮物就從娃娃變成搞笑影片了。

我在靜岡的 homestay 去拍了她們很有特色的大頭貼，我覺得很可怕所有人的臉跟眼睛不



知道為什麼就突然變超大超粉，不過還是一次很美好的回憶，我也很喜歡他們家的感覺又大又溫馨，他們還跟我們聊天我真的覺得他們很親切。

我第六天過得很開心。

在最後一天時我們搭飛機時遇到亂流了。我其實很緊張但我都在假裝鎮定所以都沒有在看到我選的電影，後來亂流沒了才再很狼狽的倒轉回去再看一遍。我很感謝上帝讓我們所有人都平安的回家，而且一路上我也交了很多新的朋友，我希望我在這趟旅行中遇到的人都能愈來愈好。



## 高一戊 陳乃嘉

在國三下的時候看到日本國際教育旅行行程表跟報名資訊，那時候就已經讓我看了很心動了，但是那時候還不確定高中會不會考回曉明，後來一考回來之後就很快地去拿了報名表回來寫，可是在交報名表之前又小小了猶豫了一下，因為我去日本大概有快十次了吧，而且在會考完之後五月底才去過東京自由行而已，就有蠻多行程是有重複到的，可是因為我就是太喜歡去日本了吧，所以到最後還是把報名表交了出去了。交出去之後就開始日日夜夜地期待又緊張，期待的是我能被抽中能夠參加這個活動，緊張的是擔心自己沒辦法被抽到，還好最後我是有被抽到！也是到正取名單出來之後才知道國中跟我同班的人都沒有一起，就有一點點的小難過，還好我有義無反顧地參加了日本國際教育旅行，才能體會到這麼多自己去日本體會不到的事情。

暑輔的時候名單就已經出來，然後就開始一連串的開會準備，剛開始還覺得為什麼要這麼早就開始，甚至覺得有點累有點麻煩，然後是到了快出發的時候才發現提早準備的重要。雖然在準備的時候也有遇到一些小問題，還有因為我在安排分房那一次的開會請假，所以最後分到的房間就不是喜歡的，只不過在日本的那麼多天晚上我在那個房間的時間也是挺少的，因為都進到房間放完行李就跑到別人的房間裡串門子到很晚，所以好像也沒什麼太大的差別。

這一次去日本對我來說其實有太多跟以往不同的地方，如果撇除很多地方都有去過這點的話啦！像是去到日本的學校裡跟他們的學生一起上課，才知道其實日本的學生生活真的跟哆啦 A 夢、櫻桃小丸子這些卡通裡的很像，雖然他們那邊學生的英文沒有到超級好，可是要溝通也是很可以的。除了進班交流之外，我也有在第一個學校跟我的學伴交換便當成功，日本媽媽的便當真的是很棒，然後真的都很喜歡用大創裡面會賣的那種可愛小牙籤、小紙盒，比起我們中午吃的團膳餵……，他們能夠有好吃又可愛的便當可以吃真的是棒太多了。日本學校還是有太多跟我們不一樣的地方，講三天三夜都講不完吧！



還有 home stay！這真的是沒參加日本國際教育旅行就根本沒機會體驗到的事情，長野 home stay 的小朋友都超可愛，雖然沒什麼講到話，但倒是跟他們一起玩了很久。靜岡 home stay 又更不一樣了，直接跟著學伴回家，就在回家的路上去吃了扭蛋迴轉壽司，然後學伴他家真的是超遠的，坐車坐超久。原本期待學伴跟我們聊天玩耍之類的，可是後來他就自己不見了，可能跑回房間唸書嗎？還是覺得突然有兩個比她大的外國人住到他家很奇怪哈哈。

107年國際教育旅行  
The International Education Tour



其他沒進學校交流的時間去了很多地方，最喜歡的當然就是第六天在東京搭著地鐵跑來跑去，因為一起晃來晃去的都是同學們，沒有大人緊緊跟著的感覺真的是超愉悅，可是美好的時光就是過得特別的快，很快就到了晚上回飯店收行李隔天要去機場的日子了。

真的超級不想離開日本的，如果留在那邊了話，應該可以當那邊的天才學生吧哈哈！雖然過程中也是有很多覺得遺憾的事情，但是好的回憶遠遠蓋過那些遺憾的難過

了。真的超級想再去一次日本國際教育旅行的啦！直接體會到一堆從沒體會過的事情，這些經驗也很難再重來一次了，以後再去到同樣的地方也不會是跟日本國際教育旅行的大家了呢！



## 高一戊 粘耕寧

對於這次的交流活動感到很滿意很滿意，各方面來說都很喜歡日本國際教育旅行！其實在行前就一直很期待這次去日本教育旅行，也許是因為之前幸運地參加過各種交流活動吧，對於要跟學伴聊天這件事有了滿滿的期待而並沒有想像中的那麼緊張，還有其他參觀的活動也很好玩很好玩！



其中我真的很喜歡很喜歡第一所參訪的學校，我的學伴超級無敵可愛的超喜歡她！行前主任就有跟我們說過日本人其實都聽得懂只是不一定敢講，所以我一開始就很努力地想先找好一些話題，雖然他的英文好像沒有想像中好，常常要一直問別人是什麼意思，然後討論很久後才看起來興高采烈又有點緊張的跑來跟我說，導致我常常在旁邊自己不知道要幹嘛，可是真的跟她聊得很開心很可愛！他們好像還有自備問題小抄，在不知道要說什麼的時候就會拿起來用，超有心的欸。而且他有送我很多日本零食，都是那種在臺灣買不到也很少有人知道（至少我以前都沒聽過那是什麼）的零食，全部都超好吃超喜歡。雖然我學伴上

課的時候很認真讓我沒事做，連全班都在睡覺的護理課也聽得很專心（真的是全班都在睡的那種沒誇張），可是他旁邊的同學就一直跟我聊天，還問我是不是很無聊想睡覺哈哈有夠可愛。然後生物課的時候，他們老師就有自備翻譯設備，一直跟我們聊天，雖然有些問題我超不懂翻譯超爛，可是大部分的時候都很順利，最後那一節課他好像也只上了不到五分鐘，一直在關心我們，他還問我們喜不喜歡TWICE，超會的哈哈。我學伴還說那個老師平常上課很兇，因為我們去上課所以突然變得很有趣超反差哈哈。最後最後要離開的時候瞬間體會到學姊為什麼要哭，那時候我們原本以為他們只能送我們到樓梯所以我跟學伴在樓梯抱了好久才走，結果我走去大門的時候走到一半，突然一大群日本人衝過來，我學伴也是，直接跑過來挽我的手，邊笑邊陪我走到大門，那時候真的超感動超不捨。



在靜岡雙葉的時候，他們學校的方案是兩個日本學生配一個學伴，然後我被分到的學伴是國三的。他們超青澀、就是可以感受到他們很緊張。一開始去的時候就直接到班上吃午餐，

一次被一大群年紀比自己小的學生包圍，大家都超認真的在想話題，不過不知道是不是因為他們才國三，所以英文真的不是很好，每個人手裡都拿著電子辭典哈哈，一邊翻譯一邊聊天。不過可能因為他們要一直查字典吧，我們的對話就斷斷續續的。但他們真的都好可愛哈哈，超真誠在跟我交流！

在長野的 homestay 大概是我在日本過的最難受的一個晚上，因為接待我們的阿嬤他不會講英文，真的一句都不會的那種，所以一整個晚上我們都拿著手機翻譯，常常一句話要花半個小時在了解、還不一定會懂。不過因為是住鄉下所以是很傳統的那種日式房屋，晚上就睡榻榻米上，吃的也是很傳統的定食，完全就很有體驗到日本鄉下生活的感覺，很酷很有趣啦哈哈。在靜岡的 homestay 我超喜歡！因為是學伴家裡所以年紀沒有差很多也比較好聊！接待我們的是國二的學生，但我跟蔡宜芳都一直覺得他應該上高中了，看起來超成熟，重點是他的英文講的超級無敵好，完全沒有日本人的口音也不會怕講英文，所以聊天起來就很順利很暢快。他的家人也很可愛也都會一點點英文，還有一隻大狗！在去日本前其實我一直很怕狗，但是去他們家就直接克服了恐懼玩的超開心哈哈。真的很喜歡他們家！

這次去日本教育旅行最開心的當然是跟朋友一起出去玩！雖然坐車坐了很久很久，實際上去的景點真的沒有多少，但是跟朋友出去就是有夠開心，還有米奇跟耀文跟老師們啦，大家都很好笑很可愛。真的要謝謝我們鄉巴佬蜈蚣團，超級喜歡你們，不管到哪裡都很開心很開心！



## 高一戊 羅珮芝

我並不是一開始就很幸運的被抽中，甚至是在很後面才突然有人放棄，我原本以為沒希望了，卻在開學當天被告知有人臨時放棄了，當下我真的很開心能參與這次的活動。

在整個旅行中，最讓我感到印象深刻的是學校交流和寄宿家庭，這也是一般旅行體驗不到的。在清泉我上的是數學和體育。其中數學課有兩個老師，老師會事先安排學生寫題目，課堂上請他們上臺寫在黑板上再講解，跟我們不太一樣。體育課前換衣服時她們是直接在教室裡面換，沒有拉窗簾或關門，這是讓我比較驚訝的地方，我們是到一間室內體育場打躲避球，而且是兩顆球一起打，很可怕，但讓我學到要顧及全部，如果只注重一方面，往往會讓其他處暴露在危險之中。那天的寄宿家庭在長野，是一對年輕的夫妻和兩個可愛的弟弟妹妹，他們很用心，還把要做的事列在紙上，我們一起玩了抽鬼牌和花牌，他們家還很多才多藝，弟弟會變魔術，全家還一起演奏了兩首歌，用吉他、喇叭、手風琴等，那天晚上很冷，在客廳有壁爐，是丟木頭進去的那種，還有很舒服的暖桌，他們說以後有機會的話想來臺灣！



在雙葉我上的是宗教和英文，宗教就是我們的生命教育課。英文課時他們的英文老師準備了很多關於臺灣的事，有的甚至是我們都不知道的，像是101的高度，讓他們的學生和我們都更了解臺灣。社團體驗有三個，茶道坐的腳很麻，但點心很好吃茶也很好喝，也了解到茶道是一門很深的學問，連怎麼坐下和起立都很講究。聖歌隊我們到一間很豪華的聖堂聽他們唱歌，有一首歌還用管風琴當伴奏，很高級。豎琴社則是演奏兩首歌，每個人都專注在自己的部分，讓整個表演得以完美，他們想必練了很久吧。那天的寄宿家庭是跟國二的學生回她家，體驗日本學生的生活。離開學校後他先帶我們去購物，帶我們去便利商店而且幫我們



們付錢，還送了我們很多禮物，隔天還把前一天拍的照片印出來給我們，雖然我們可能一生只會見一次面，但仍對我們視如己出。

除了學校交流，還拜訪了很多的風景名勝，古色古香的川越老街、莊嚴慎重的善光寺、著名卡通櫻桃小丸子的博物館、「你的名字」取景地諏訪湖、全靠自己的自由行。。。。。。很開心能夠看到富士山，非常壯觀。

因為日本很注重禮貌和每個小細節，這次在寄宿家

庭中也學到很多日本當地的禮儀，像是在每次吃飯前跟吃完飯都要說我要開動了和我吃飽了，了解到臺灣和日本的文化差異，也對兩國有更深的認識。他們很熱情的招待我們，即使我們沒有任何血緣關係，也不一定再相見，這令我很感動。

七天一下就過去了，在最後回到臺中的路上時，很捨不得，在遊覽車上最後一次唱 I will sing 時，內心百感交集，那些事前認真準備的畫面和這幾天發生的點點滴滴，不斷的出現在我的腦海裡，久久揮之不去，辛苦和疲憊早已化為烏有，留在我心中的，只剩下美好回憶。

這次教育旅行讓我成長最多的應該是更獨立和更勇敢吧，這是我第一次自己離開家那麼久而且還是出國，很多事都必須自己處理，護照和錢等重要物品也要學著自己保管自己負責，尤其是城市探索那一天，迷路也要自己想辦法，所以我們花了很多時間找路。因為是在一個不會講中文的地方，唯一的溝通方式就是英文，因此即使再怎麼不敢講都必須鼓起勇氣用英文溝通，在這個大家都認真準備的旅途中，我真的獲益良多，雖然回到臺灣有很多作業要補，但我覺得是值得的，也很開心能有這個難得的機會。



## 高一戊 袁霓妮

來過很多次的日本，這是第一次能實際體驗日本人生活作息的一個旅程，第一次跟二小鄉巴佬蜈蚣團一起踏上日本這塊地！☐謝謝你們給了我這麼美好的記憶，在每個景點留下我們一起走過的回憶。時間過得很快，而跟你們相處的時間過得更快，一個禮拜一下就過了。從行前培訓到出國再到回國，彷彿就在一轉眼間而已。整天穿超標準制服還穿了兩天，去 home stay 吃到飽到懷疑人生，坐電車擠到人生跑馬燈都跑出來了還是覺得跟你們一起去哪都很開心！

☐ 喔！對我的學伴安靜到爆，兩間學校的都是。。。雖然他們三個都超級可愛可愛到爆，但每次講話都被句點哈哈。。。。其中一個學伴就是帶我們晚上回家的其中一個，他跟他妹都超可愛而且都是運動健將。。。超羨慕整個家庭都是學霸跟超高顏值。。。而且他們家要什麼有什麼，超扯的從撲克牌到 UNO 到 WII 扯到爆，雖然感覺都是我們在耽誤他的唸書時間哈哈...哦！對那天晚上吃壽喜燒肉多到我吃到想吐，超級好吃，學伴媽媽超會煮 ☹\_☹ 早餐也是超級好吃的，長野的 home stay 也是超會煮的，地瓜很好吃、咖喱也是，我超想再吃一次的，而且轟爺轟奶說十一月會來曉明看我們欸，超級期待的他們超可愛而且超懂拍！而且都要三連拍哈哈...哦！對我們折了 3 個小時的紙哈哈...初體驗欸超酷！

好的！最後當然就是咱們帥氣的領隊耀文，他很帥很可愛又很暖又很好笑，才第一天回國就想死他了 ☹\_☹ 他長得很像坤達欸，很後悔沒對他好一點，多拍點照，希望下次有機會能再被他帶到。。。還有 Hank！☐因為我以前沒被教過所以根本不熟，是這次去完日本才整個大改觀欸，Hank 也超酷懂講又懂我們哈哈哈哈哈...這次的旅行辛苦你們了，F4 希望以後能有機會再一起出去玩吧！☐



高一戊 吳彥蓁

自從知道自己錄取日本教育旅行之後就很期待，因為我一直以來就很喜歡日本！不同於以前的日本自助旅行，教育旅行有許多從來沒體驗過的行程，讓我既興奮又期待，前一天晚上還因為開心過度而睡不著覺呢。

我們去了很多很漂亮的景點，像是小江戶川越、輕井澤等等。我們第二小組根本就拍照團，每個地方都可以拍個 200 張左右。小江戶川越和輕井澤的溫差真的很大，我早上只穿了襯衫加外套，下午差點凍僵在輕井澤。其中令我印象最深刻的就是電影《你的名字》的取景地點——諏訪湖！因為之前就有看過《你的名字》，所以一看到那片湖就覺得很有共鳴，超級喜歡那裡！我們還去了很多寺廟，我在其中一間還有去抽智慧籤喔！第六天的城市探索真的讓我大大的意外，原本以為只是單純吃飯逛街拍照的一天，沒想到居然可以弄到回到飯店直接累慘.....，除了排行程、時間的限制以外，還要很仔細的安排金錢的使用，最讓我們感到頭痛的，是巔峰時刻的電車，我們在電車裡像罐頭裡沙丁魚一樣被擠來擠去，就算不拉吊環、不扶欄杆也不會跌倒。我們第二小組除了我其他都是採買團（我只花日幣三千），日教團買最多沒在誇張，回飯店時是雙手提著大包小包的。

最棒也最新奇的體驗，莫過於學校與學校之間的交流了！長野的清泉女子高校是我們第一所交流的學校，一開始很緊張，後來在學伴熱情的招待下我們就聊開了！儘管語言有些不通，我們仍樂此不疲的運用肢體語言和雙方都有點破的英文溝通，互相了解彼此的興趣、文化及學校。我在長野被分配到的課程是兩堂國文課，真的完全聽不懂，但兩位老師很努力地想用英文跟我們互動、交流，真的很感動！其中一堂國文課是教古典文學，裡面提到有關項羽及劉邦的〈四面楚歌〉和〈鴻門宴〉，老師一得知我們在臺灣也有學過，還叫我們站起來用中文念課文呢！雖然以前就有在許多日本卡通看過，但這次交流是第一次看到，當日本的考卷上打著「圈」，代表該題答對了；而當考卷上打著「勾」，則代表該題答錯，跟我們臺灣完全相反，真的很新鮮！第二間交流的學校是靜岡的雙葉女子高校，中午的時候我、學伴和學伴的朋友們把桌子圍一圈一起吃飯，他們真的都很熱情很可愛，不斷的問我問題和找話題跟我聊天，我們也交換了彼此的聯絡方式，雖然最後我以為社團活動結束後還會在遇到她們而錯失良機一起合影，真的很難過，但我相信我們都成為彼此的回憶了！

另外一個很棒的體驗是 Homestay ~ 第一次住在陌生人家裡！

## 107年國際教育旅行 The International Education Tour



高一戊 吳昀芸

日本教育旅行真的是我從國中開始就一直想著，覺得非來不可的旅行。一方面是喜歡日本的文化，另一方面是因為主任不停地用超級誠懇的眼神稱讚日本教育旅行的好。去了之後的感想是真的很好，跟主任形容的有過之而無不及。

日本教育旅行和其他旅行不一樣的兩個重點就是入校交流和寄宿家庭。

入校交流的時候真的非常緊張，想到要跟陌生人講話就覺得焦慮。但是真正和學伴相處之後就安心下來了。都是善良又可愛的女生，又會一直照顧你。

在班上體會到了日本的上課方式，其實跟臺灣是差不多的樣子。也都有有趣的老師跟不有趣的老師，認真的同學跟睡覺的同學。

第一天住宿是在青木村和爺爺奶奶一起住在鄉間的房子裡，四周都是田。比較高的山頭都被秋天染黃了，爺爺說再過一個星期就會變成漂亮的紅色。這是平常看不見的，屬於秋日的顏色。

第二天住宿是在靜岡雙葉學校的同學家裡。接待我們的姐姐很可愛，教了我拍大頭貼的方法，還跟我一起唱了日文歌。

住宿家庭都很親切，食物也非常豐盛，像是把一天的三餐加點心宵夜全部都集中在一餐吃了。就像青木村的爺爺說的，把他們當做家人一樣，在寄宿家庭裡，真的有種溫馨的感覺。說到日本就不得不提富士山。我們很幸運地看見了整個富士山，雪白的山峰像是處在相反的季節。陽光灑在山腳的湖面上，被水波搖盪開來，像星星的碎片一閃一閃。像是畫一般的美景，一下子就感受到了聖山的威嚴。

在旅行中我最有印象的行程，是倒數第二天的 JR 電車東京探索。因為我從來沒有在日本自己旅行過，雖然只有半天，但是要自己規劃景點還有查路線也是不太容易的一件事。有人帶領的旅途一般都不太會記得走過的路，只是緊跟著眼前的背影向前著。自己尋找目的地的旅程卻很不一樣，找路真的是複雜的任務。但是因為要找到正確的路線，自然就會很仔細地觀察周遭的環境，會隱約記得街角那家商店的模樣，路邊樹幹生長的姿態，招牌排列的順序。等到回程的路上一看見同樣的景象，記憶裡的顏色就會鮮明起來。

下電車出了每一站的站口，雖然只是短短幾分鐘的車程，也同樣都是繁忙的都市，卻有

著截然不同的氣息，讓我讚嘆著這樣多彩的樣貌。

在我們忙於穿梭在東京的街頭時，夜幕已在不知不覺間悄悄地降下了。我站在涉谷的人群中，抬頭望，點綴夜色的是一點一點白色、暖黃相間的燈光。東京的天空雖然看不見星星，但是街上川流不息的人潮，點亮夜晚的商城，從不間斷的歡聲笑語，造就了這座城市。

東京注定是這個秋夜裡最閃亮的一顆星。

出發前主任說大部分同學都是最期待這一天，但是最後都會覺得有其他更有趣的部分。不同的是我一開始沒有太大的興趣。因為沒有特別一定要做的事，也沒有特定的目標。想著就跟著組員們到處走走看看，說不定會發現有興趣的事物。

但是真正踏在東京的街道上時，我才感受到它的魅力。

到處都是新奇可愛的事物，逛過一間又一間商店，感覺沒有過多久，時間卻已經過了一大半了。雖然也沒有買太多東西，但是隨心所欲地逛街真的是第一次，很新鮮的感覺。事後回想，在我沒有發現的時候、也有可能是相遇的第一眼，我就被東京這個有著鮮明個性的繁華城市深深地吸引了。

七天說長不長，說短不短，就剛剛好只是讓我們窺見了一點日本的模樣的時間。雖然還有沒有買到的東西、來不及看的景點和沒有機會做的體驗，但是這樣的不完美才讓旅行如此珍貴吧。

帶著一些眷戀、一絲遺憾回去的話，就要用心地生活，期待和嚮往的場景重逢的那天。



## 高一戊 王靖雅

這次日本教育旅行絕對會成為我高中最美好的回憶之一，真的覺得只有七天太短了啦，超不想回臺灣……這是我出生到現在第一次來日本，也很剛好的10月23日是我的生日，我真的很高興生日能在第一次來日本度過。

第一天的行程大概就是都在搭飛機。第二天我們去川越老街以及輕井澤，川越老街完全就是充斥著標準日式建築的地方啊！超級好拍的！第三天，也就是我的生日，我們早上先去善光寺，下午則去長野清泉女子中學交流。我的學伴英文沒有很好，所以我跟他講話的次數



不多。我的第一堂課是體育，他們體育課在打羽毛球，他們在室內的籃球場上課。第二堂課是數學。上完兩堂課後是社團體驗，我被分配到的是花道，這是我第一次插花，插完花整個就是成就感滿滿。當天晚上我們住 homestay，home 爸跟 home 媽英文超級好的而且他們也超級可愛，我們一到 home 家，home 媽就請我們坐在榻榻米上面然後進行茶道體驗，體驗完他們就教我們折紙鶴，之後就吃飯，他們煮超級多也超級好吃，主菜是豬排咖哩飯，吃完飯 home 爸繼續教我們折

紙。Home 爸超級酷的，他都會自己準備相機然後捕捉我們每一個的鏡頭，吃飯前他還架腳架拍我們全部人的大合照，在停車場第一次見面以及離別時他都拍超多照片，原本我還想說要請他用臉書傳給我們，結果我們沒說他都自己發文！真的超級可愛超級酷的啦！晚上我們睡覺是打地鋪，真的就是像電視上那種日式睡法！分離的時候我真的超級捨不得，雖然才一個晚上但我覺得 home 爸跟 home 媽根本就是把我當自己女兒對待，這大概會是我這輩子最難忘的生日！





第四天我們去諏訪湖及河口湖搭纜

車，其實我覺得諏訪湖跟「你的名字」電影中的湖不太像，在去河口湖的路上我們路過富士山，這是我第一次見到富士山真的超級美的！第五天我們去靜岡雙葉學園交流，每個人有兩個學伴，我比較喜歡這次的學伴，他們才國三，他們英文也不好但他們超級活潑一直想話題跟我聊，兩堂課結束後我們去社團體驗，要跟學伴分離的時候其中一個學伴用英文跟我說：「不知道以後還有沒有機會能再見面。」

當時我聽到這句話真的快哭出來，還好他們都有 Instagram 我們還能聯絡。關於茶道體驗，我跪完整個腳超麻幾乎沒知覺，最後是完全站不起來的，接著豎琴社及合唱團我發自內心由衷崇拜真的都超級好聽的！當天我們住在雙葉的學生家裡，那天晚上寄宿學伴的媽媽煮壽喜燒給我們吃，超級好吃！吃飯前及飯後她一直想娛樂活動跟我們玩，打撲克牌、玩 UNO、玩英文畫圖接龍還有玩 Wii。接著第六天東京城市探索，我們二小只去了澀谷，全部都是走購物行程，買了一大堆鞋子跟衣服，我們這組大概是全團買最多的吧，走到腳超痠，我們午餐吃一蘭拉麵，這是我第一次吃，我覺得超級好吃，點餐的方式也超級酷的啦，下次我來日本一定要再吃一次！最後一天，早上我們去參觀了早稻田大學，中午去了一個神社，下午就搭飛機回臺灣了。

日本教育旅行是任何旅行社都沒辦法體驗到的，謝謝主任、秉修老師、耀文、米奇這七天來對我們的照顧，包容我們各種任性的行為，也謝謝二小所有人，我覺得我們應該是全團感情最好的一組吧！這七天除了交流日不管去哪我們都一起行動，每次住飯店我們大家一定都會去其中一人的房間聊天，買食物的時候還會想到其他人的份，我生日前一天大家還一起幫我慶生，我真的很喜歡二小，以後或許我還有機會再來日本，但應該沒辦法再跟二小一起了，謝謝你們在我第一次來日本的每一天都快快樂樂的，能跟你們同組真的很幸福！我愛你們！也愛 F4！這次旅行不只是會是我高中最美好的回憶，也會是我人生最最最難忘的回憶！

望著玻璃的倒影，我下定決心要給自己一次不一樣的旅行。

推開玻璃窗，推開上課用的筆，推開以往城市的喧囂，推開習以為常的居住地—臺灣；走向旖旎鄉，走向清澈如玻璃般的諏訪湖，走向日出之鄉，走入交流校大門—教育旅行。它是這樣開始的。



緊貼玻璃，不想錯過窗外美景，我瞪大雙眼看著：日本富有建築美的都市風景，東京鐵塔高高聳立，縱橫交錯的交流道不停疊加，是窗外的幾何畫；日本充滿鄉村氣息的田野，遠處高山的層巒疊障，連每株楓樹都有它獨一無二的紅，是窗外的農莊景。我遠眺山間，高大的富士山頂著透亮的白雪，「我見青

山多嫵媚，料青山見我亦是！」日本，它的塔廟鐘樓，它的悠然林野，悄然波動我興奮不已的心弦，我竟能這般與如詩畫的美景交疊！

然而，除了放眼山間，日子中也有另一幅異鄉風景：窗內，整潔的公車不在話下，看著廁所的玻璃，多的是几淨，日本人的謹慎仔細不容我們忽視；門外，巷弄小店裡的店員笑臉相迎，多了份細膩，日本人的用心讓作客的我們暖在心裡；遙望車窗外的遠方，是平常課本圖片放的數百倍大，它的熱情、它的樸實，如此真實烙印在我們心中。我們各似具極大好奇心的孩子般伸頭縮腦，這裡看、那裡瞧，觀察得津津有味，極力想抓取這片夢想之地的吉光片羽。

快轉到所謂教育旅行的重點—學校交流。參觀完善光寺，我們戴上名牌，活力地踏入清泉的校門，遠方善光寺鐘聲敲響每顆期待的心。等到雙方致詞完畢，出現在我左邊的學伴，出乎意料之外，竟是位金髮碧眼的國際交換生！她向我說明，她是來日本交換的學生，老家在泰國，長野是她祖父母家。好不容易記下簡短日文介紹的我，撞見她流利的英文，有些不知所措，但在我嘗試開口的霎那，尷尬瞬間溶解，我們快速搭起了友誼的橋，我甚至以逗趣的方式向她介紹，



臺灣的「珍珠奶茶」，以及從「勤奮」一詞，聯想到用破英文解釋王羲之廢寢忘食，拿饅頭沾了墨汁的故事。看到她呵呵大笑的樣子，滿滿的快樂也溢上我的嘴角，這是在異鄉「嘗試」出來的快樂故事，第一次的學校交流，也在夕陽餘暉下畫下句點。

那第二個故事呢？是靜岡的寄宿家庭。扛起行李，我們便入境隨俗般，跟著他們一起回家，我的學伴(給我們家住的)是就讀雙葉的高二生，家裡有個小學的弟弟，一家四口和樂融融。一進門，上次費盡唇舌介紹的珍珠奶茶竟又再次「粉墨登場」，我偷偷地在異鄉喝起懷念的珍珠奶茶，彈牙的珍珠緊黏著我那無比的快樂。吃著晚餐，我再次使用破英文，這回講解的是學校帶高二去打靶的課程，她聽到了簡直無法置信，直說好神奇！在深夜裡，我們打起撲克牌，笑聲迴盪在寄宿家庭中，也迴盪在對方的耳中、心中，異鄉的旋律，便是如此輕快及愉悅！

開始日本教育旅行的心情，如第一天縮於桌角的味島香鬆，漸漸地，化為溶於輕井澤楓樹下的草莓果醬，漸漸地，起伏如嗆辣的芥末、火熱更似燒肉吃到飽，漸漸地，轉為碗裡柔細的蕎麥麵，最終，擴散在心間如恬淡的一杯抹茶。在旅程中，我們的所見所聞，並未隨著時間消失，而是如一面反射夢想的玻璃，記下我們傳說般的旅行，之後悄然在未來浮現，那時我定會轉身擦亮那面名為夢想的玻璃，並使這次精彩的學習之旅迴盪心中。



## 高一己 許庭瑋

老實說 10/21 出團前的那個晚上，我對於這次教育旅行充滿了不確定與不安。關於學校的煩惱和其他來自各方面的壓力一直壓迫著自己，導致對於旅日無法感到太大的開心。當晚，我心想我可能沒辦法好好享受這七天了，但誰也沒想到，在踏離臺灣後，原先的煩憂逐漸被一個個驚喜與感動給取代，到最後只留下了那些最甜蜜最溫暖的回憶！

再次回憶起這比夢還更美好的七天，我記得好多事，多到講一整天可能也講不完。想起出發的第一天，第一次套上只屬於我們的團服、拉著沉甸甸的行李箱和一群起初互不認識的人搭上了前往機場的遊覽車。就是從那一刻起，車上的 36+4 個身影開始了只有我們才能體悟的故事：) 在行程中，我曾對別人說過：「這趟教育旅行到底要讓我大哭幾次啊?!」確實，那些在途中會面的人們、看見的景物，全部都太值得我們流淚了。其中讓我哭最久的，就是我在長野遇見的學伴美海及青木村轟爸了吧！還記得那天入校參訪時，美海和我從一開始的尷尬，到後來緊緊的把手牽在一起，兩個人用不完美的英文和日文大聊特聊，真的是人生中再無第二次的珍貴回憶。離開她們班上時，我為了班上的同學哭了第一次。離開學校時，我抱著美海又大哭特哭一次。真的很謝謝那麼溫柔的她，直到現在我還想念著那一天在清泉高校發生的一切。而當天晚上的青木村 homestay，又是一段永遠忘不了的經歷。我們的轟爸是一位留著短鬍子的慈祥爺爺，晚餐吃著他和奶奶自己栽種的蔬菜沙拉和壽喜燒，再泡進他們放好熱水的浴缸裡洗暖烘烘的澡，這一晚我們只感受到無上的幸福。向轟爸告別的那個早上，他特地載著我們四個去村子周圍兜風，青木村的遠山和雲霧風景依舊深深烙在我眼底，或許那裡不是世界上最美的地方，但有了那份人情與溫暖，好像再怎麼華麗的景點都比不上這個小村莊了。上遊覽車時，我們的眼淚再一次潰堤，記得大家回頭一次又一次的喊著「お父さん(喔豆桑)！」、「要健康喔！」每個人的臉都差不多哭花了。我不知道在這一生中還有沒有機會再見轟爸一面，若有這個緣分，我一定要再對著他，大聲的叫最後一次「お父さん」。其實，除了他們以外，這趟旅行中還有好多好多對我們溫柔的人物，即使沒辦法一一用文字紀錄下來，他們的臉孔也會長久的被我們記在心底。一期一會，日本有一句話是這麼說的，也許一輩子就只能見到這些人這一面了。我很慶幸自己沒有辜負這難能可貴的緣分，在有限的時間內盡情地享受與他們相處的時光。

當然，令人動容的不只是那裡的人們，還有和團員們一起經歷的事物、以及只屬於我們的記憶。在這七天裡，我們 40 人就像個大家庭一樣，每天都少不了說不完的梗與笑聲。首先我要真心的謝謝漢克主任、秉修老師、米奇、耀文組成的 F4，因為你們四個，才讓這趟旅行充滿了歡笑與感動，也謝謝你們用心的策劃行程、無時無刻照顧著我們七天的食衣住行。還有旅行團的大家！能和你們一起擁有這特別的回憶好幸福，有些事情只有我們彼此之間才能心領神會的。直到現在還是很懷念那台遊覽車上發生的所有事，那些在日本的點滴時光是

再珍貴不過的記憶了。我又回想起返回臺灣的那一天，大家拼命的把握住留在那塊土地上的最後時間，哪怕只是多那一分一秒也想再停留久一些。但時間終究不饒人，我們仍舊回到了這兒。在返校車程裡的 I will sing 大合唱中，40 人的故事也在此畫下了最後的句點。

回來之後差不多過了一個禮拜，那些熱血的不捨的情緒也慢慢回歸平靜了。但回憶都還留在那裡，那七天發生的所有事都還完完整整的被收藏著。若是哪天時間倒退了，我一定還是會再次將我的名字毅然決然填進報名表中。

致那些再也見不到面的人也好，還留在身邊的也好：

謝謝你們，謝謝那七天以來的一切！

如果未來有一天，這一團人能再次聚在一起大笑、談天就好了。：)



## 高一己 楊淳崑

讓我再選擇一次，我依然會參與這次的教育旅行。主任曾說，這將會是一趟不一樣的旅程，從一開始的不相信，到後來的捨不得，中間的過程，也許就像主任說的：「只有自己體會過，才能懂那種感覺，沒有參與的人，即使聽了我們生動的分享，終究無法明白我們的心情。」就像是同學們至今還不明白為甚麼我們剛回來的時候那麼難過。



搭了三小時的飛機，終於到達了目的地。第一次交流的前一晚，我的興奮指數異常的高，但也特別的緊張，深怕與學伴從頭尷尬到尾。但後來我發現，他們真的都很友善，不管是學伴還是學伴的同學都超熱情的，而他們的微笑讓我感到十分的安心，即使一開始我們都很害羞，也有點小尷尬，但是後來不知道為甚麼就越聊越起勁了，雖然有時候會有些溝通障礙，但這些都不是什麼大問題！入班之後被一群人包圍

的那種感受真是讓我超感動的，竟然能在有生之年被日本學生包圍還能和他們一起聊天，就在那瞬間，我覺得我交到了好多朋友，即使很快就要面臨分離，但依然是值得的。

第二次的交流讓我感到十分的意外。這一次有兩個學伴，而且是國三生。一開始很擔心說我們之間會不會有代溝，但是竟然沒有！從他們蹦蹦跳跳地跑來迎接我們時，我就感受到他們的熱情了。而且他們兩個都格外的開朗，跟臺灣的國三生不一樣，感覺沒有任何的壓力，這讓我感到十分的驚訝。令我更意外的是，其中一個學伴的媽媽是臺灣人！當學伴說出中文的那一瞬間，真的是被嚇到了，突然覺得十分感動，感覺他們是準備過後才來迎接我的。後來我們也聊的越來越起勁，就好像我們是同個年級的。他們的笑容也讓我原本上揚的嘴角更上揚了，一開始的壓力也逐漸的消失。雖然不知道這樣形容對不對，但是我真的覺得他們很可愛！！



在兩次的寄宿家庭中，我有了不同的體驗，但他們都帶給我了一種感覺，一種溫暖且歡迎的感覺。第一個家的爺爺奶奶，帶給我們的是種簡單的幸福，光是吃飯就花了很長一段時間，原因是我們聊了好多事，從日本到臺灣到他以前接待過的學生，無所不聊，還親自煮飯給們吃，幫我們放洗澡水，這些舉動真的令人很感動啊！在最後要離開時，他送了我們筷子，還告訴我們在用這副筷子的時候要想起他們哦，眼淚差一點就要流出來了。也許，這是我們

的第一次見面也是最後一次，但他們的身影已深深地烙印在我的心裡了。第二個家帶給我們的一種可愛的幸福，原本就已經很熱鬧的家庭(有轟爸、轟媽、轟爺、轟奶和學伴)，再加上我和另一個同學後就變得更加的熱鬧了呢！一下課後就帶著我們去買蛋糕和零食，也和學伴拍了很酷的大頭貼照，拍一種貌似在臺灣不會拍的大頭照，這大概是我在日本遇到最大的文化衝擊吧(笑)。回到家之後，晚餐已經準備好了，吃飽飯後，就開始聊天了，聊著聊著就開始玩遊戲了，玩著玩著就去保齡球館打保齡球了，沒想到我人生中的保齡球館初體驗竟然是在日本！在這個家裡，發生了很多很好玩又好笑的事！大概從進家門後嘴角都是持續上揚的吧！隔天早上，我終於看到我從以前就很期待看到的畫面了，就是轟爺坐在地板上看報紙！在我們要出門的時候，轟爺和轟奶超賣力的在落地窗那邊跟我們揮手，就好像我們是她的孫子，然後要出遠門時的場景，他們真的很可愛啊！

除了交流和 homestay 以外，最喜歡的景點就是輕井澤了，真的很喜歡那裏的每一樣事物，雖然真的很冷，但還是無法阻止我隨意的亂走，因為那邊真的不管怎麼看都很順眼，尤其到了晚上的時候，街燈亮起，又是另外一種不同的感覺了。而倒數第二天的東京一日遊也真的很特別，第一次在逛街的時候注意有沒有人穿拖鞋，注意別人有沒有化妝，注意有沒有超過 190 公分的人，如果不是領隊和導遊特意的讓我們去觀察，我想我一輩子都不會去注意到這裡的特色和文化吧。



對我來說，這次的旅行，除了上述感動以外，似乎也讓我和朋友們的感情越來越好了，真的很感謝他們陪我度過了七天，這七天我們留下了很多美好的回憶。從一開始的不熟悉，到後來的一起說好要報名日本教育旅行，到最後一起來到了日本，真的很希望有朝一日我們大家能再一次的一起去日本呢。最後的最後，真的很

感謝 Hank 主任、秉修老師、米奇和耀文，雖然一開始覺得沒有半個女老師來帶我們真的有點奇怪，但後來我發現這個組合就是最好組合，在枯燥乏味的坐車時間帶給我們歡笑，在走路排隊的時候陪我們聊天，因為有你們，這個旅程變得更加感和深刻。

多想重新回到第一天，但是，也許就是因為如此的短暫，讓我們更加的珍惜，更用心地去體會，讓這次的旅程充滿了溫度。

## 高一己 廖紫涵

在我到日本的旅遊中，這次的日本教育旅行無疑是最令我印象深刻的一次旅行。從事前的表演練習、行前確認，到出發當天、學校交流的時候，每一天我都記的一清二楚。



這趟旅程中讓我印象深刻的是長野、靜岡的學校交流和 Homestay。這是我第一次能夠進到國外的高中體驗他們的日常生活。在清泉高校裡和他們的學生面對面互相打量彼此現在回想起來也覺得挺有趣的。中午的時候我與我的學伴在羞澀當中成功交換了便當。這對我來說是十分特別的體驗，縱然她的便當看起來並沒有像之前的幾餐那麼豪華，但換來了那幾片吐司之後，我感覺我與她之間的距離似乎漸漸縮小了。在課堂之間的下課中，我們互相分享彼此的學校的不同。當她們知道我們有午睡時間的時後，羨慕的眼神隨即從她們的臉上表現出來。她還跟我說道因為她們沒有午休時間，所以只能在上課的時候睡呢！而平時在我的國文課本裡常常見

到的唐詩竟然也出現在她們的日語課上，在這之前，我都不知道她們竟然也會學習中國的詩文！

在帶著依依不捨的心情離開學校之後，隨即到了與轟爺轟奶的相見歡。這趟旅程我吃的最飽的一餐就是在那天晚上。抵達他們家之後，轟奶先端了十分香純的抹茶和羊羹作為點心。接下來等轟爺回到家之後，我們即開始了餵豬時間。那一天的晚餐主餐是咖哩飯，但除了咖哩飯之外，轟奶還做了炸雞、可麗餅、生菜沙拉和其它的菜。結束晚餐與飯後水果之後，我原本以為今天大概不會再吃東西了。殊不知，待我們到公共澡堂泡完澡回到家之後，轟奶又十分熱情的端出糰子、一人一顆柿子還有飲料。晚上的時候，我們和轟爺轟奶玩了日式傳統遊戲，雖然有些遊戲對我們來說是有些許難度的，但即使如此，我們仍十分享受和他們度過的這個夜晚。但是快樂的時間總是過得特別快，雖然我只與它們相處了一天，但他們溫暖的笑容至今仍在我的腦海之中，令我難以忘記。



靜岡的學校與清泉相比起來比較熱情。在我進到她們的教室之後，隨即有幾個人和我併起桌來吃飯。我們用了英文和一些肢體語言來互相對話。在教室裡最令我印象深刻的是，在

我與我的學伴的同學發現有喜歡相同的偶像之後，她很熱情的拿下教室後方公佈欄上的相片，朝我衝過來，送給我當禮物。在上數學課的時候，我的學伴也很認真的查了許多數學專有名詞的英文，還很努力的教我，雖然她自己也不太會算。在發生這幾件事之後，我才發現日本人意外的也有熱情的一面。

這次的旅程不僅跟我已往參加過的日本團不一樣，除了到一些旅遊景點走走之外，還帶給我十分不一樣的體驗。縱使我以後大概還會到日本旅遊，但我相信絕對沒有一次會再讓我有那麼特別的體驗，那麼不一樣的美好回憶。



## 高一己 莊雅筑

快樂的時光總是過得特別快，日本教育旅行為期七天的旅程一下就結束了，這是我第一次參加教育旅行，也是我第一次與曉明的同學、老師一同出遠門，雖然日本這個地方我也不是第一次去，而且我在今年八月與家人已經走過了差不多的行程，但跟著不同的人一起旅遊，也會有不同的感受。

最初聽到日本教育旅行的消息是在新生營時，同小隊的同學聽到我喜歡日本文化，紛紛推薦我去報名參加這次的教育旅行，我一聽到會和當地的高中生交流，就去拿了報名表，記得當時，N3 的成績要等到八月才會公佈，我之前又只考了 N5，我還因為擔心無法入選而緊張不已哩！

出發前，一次一次午休及假日的集訓、開會，都告訴著我這次的教育旅行是多麼的意義重大，同時也因為我的英文程度跟大家比起來實在差了不少，迷茫了一段時間，害怕自己沒有資格參加，但後來我想，既然都已經確定錄取，費用也都繳交完畢，就相信自己不會丟學校的臉，安心出發吧！畢竟去的地方是日本，就算我的英語不通，我還能夠講日文呀！

轉眼間，就到了出發當天，因為當天是移動日，飛機上與我鄰座的同學還開玩笑的說：「明明一直在做飛機，但是感覺好累哇！」當飛機著陸，我和她打開機外攝影機的畫面，激動的指著螢幕說：「這是日本的地！是日本的人！日本的車！」迫不及待的想衝下飛機，吸一口日本的空氣。

這次教育旅行的重點，莫過於與兩間學校的交流和 homestay 的體驗，而我更是對清泉高校的交流有深刻的印象。

前往長野清泉高校交流的前一天，我緊張得不得了，而當我們真的站在清泉高校的校門，我更是走一步路都得抖一下；我和我的學伴面對面時，我用日文向她打招呼，她發現我會說日文，我也向她道我的英文不是很好，她就很開心的說：「我的英文也不好！」於是我們達成共識，當天的交流一句英文也沒說（笑），她還一直向她的同學誇我講得一口好日文呢！她的名字叫愛梨（Airi），儘管我們平時興趣的區塊沒有交集，我們還是聊得很開心，而到了入班上課體驗時，她和鄰座的同學還不斷的跟我介紹和我興趣圈相仿的同學，讓我跟班上更多人交流，讓我過了十分充足的一天。在我們回到臺灣後，還發生一件令人感動的事：我在入班體驗時，和鄰座的同學聊到我的生日，而就在我生日當天，我收到了來自她的祝福，我當時嚇了一大跳，她居然記住了我的生日呢！

除了清泉的交流，我還有好多說不完的、寫不下的感動，像是第一次夾到日本的娃娃、萬里無雲的富士山和反射金光的湖面、和同學在泡溫泉時一起唱的歌.....等等，希望我能夠好好溫存日本給我的這份感動，把它傳給之後要來校參訪的筑紫高校的學生心裡。

## 高一己 許瑋家

直接從交流開始吧~我在長野的學伴叫做 Moe 她是一個很可愛的女生，她一看到我就說她有來過臺灣而且很喜歡九份！我們的英文發音不太一樣，一開始都聽不太懂對方在講什麼，所以有點小尷尬。但是回到教室後她拿出翻譯機，我們就可以聊起來了。第一堂是歷史課，他們的課本有點像小說，厚厚的但是很小本，而且他們上課的筆記不會寫在課本上，所以課本都很乾淨。第二堂是國語課，應該是類似我們的文化課吧，都是漢字，老師看到我們就很興奮的寫了一堆簡體跟繁體字混雜在一起的東西給我們看，還叫我們念中文給他們聽。他們聽到跟日文類似的音的時候就會“哇~”的叫，我覺得日本的老師上課應該很有成就感，因為學生上課都很有反應。我們



還上了孟浩然的《春曉》，知道日本人也會上唐詩的時候我覺得很驚奇。社團活動我體驗的是茶道，抹茶雖然沒加糖，但是也不會苦苦的，點心是包著豆沙有點像麻糬的東西，不會太甜很好吃。但是實在是跪坐太久了.....站起來的時候腳都麻掉了，走路的時候拖鞋都快飛出去了...要走的時候本來還想說應該不會像 MICKEY 說的那麼難過吧，畢竟才相處半天不到而已。結果要走的時候真的超難過的，很難得可以交到一個外國的朋友，結果還不能好好相處就要分開了，還好我們還有留對方的聯絡方式，現在我們也還有在聊天。

接著就到晚上的 home stay 啦~他們家雖然很鄉下，甚至連訊號都沒有，但是家裡的電燈、馬桶等電器都是自動的。而且應該是因為冬天很冷的關係，到處都是毛毯，看起來就很溫暖，讓人想窩在上面動也不動。我們到家後先吃阿嬤自己做的蛋糕，然後自我介紹讓阿公阿嬤認識我們。接著因為沒有熱水的關係，阿嬤帶我們去泡溫泉，回來之後阿公就包好壽司在家裡等著我們了！阿嬤還用機器教我們自己做大阪燒，先倒麵糊再加高麗菜、豬肉、魷魚，翻面後加上美乃滋、海苔粉和柴魚片就好了啦！還有阿公阿嬤種的野菜天婦羅，我們吃的超~飽~的~而且還很擔心沒吃完他們會不會難過，所以還是很努力的塞，吃到快 10 點還沒吃完。接著阿公找了卡拉 OK 給我們唱，我們自己找中文歌來唱，阿公也當一個稱職觀眾給我們掌聲和回應。第二天早上的早餐還是一樣的豐盛，而且我還吃了平常不敢吃的牛蒡和胡蘿蔔，不過味道還不錯。要上車的時候有小小哭了一下，阿公阿嬤對我們很好，要跟他們分開很捨不得，不過阿嬤說她會來臺灣的！希望還有可以再見面的那一天。

靜岡的學伴有兩個，但是我跟他們都有一點溝通的障礙，所以都是用比手畫腳和 google 翻譯來勉強了解對方要講什麼。還好班上有一個小時候在美國住的同學，我跟他就比較好溝通了，不然我真的是聽不懂我的學伴的英文阿.....我們先上體育課，我覺得很有趣的是他們竟

## 107年國際教育旅行 The International Education Tour

然在教跨欄！而且還會用平板錄影，再慢動作來看自己的動作，讓我感到超佩服的。數學課是在上二元一次方程式的斜率，大概是我們國二的時候上過的吧。他們的課本都好像擺飾一樣也不會看，就放在桌上，都是老師把例題寫在黑板上讓學生抄，在筆記本上算，跟我們很不一樣。最特別的是豎琴社！他們演奏的都是我們耳熟能詳的宮崎駿電影和迪士尼的配樂，很容易讓我們投入其中。

最後，謝謝 F4，你們總是很努力的替我們著想，陪著我們去做很多事情，也教我們很多道理。在我們有問題的時候也是很有耐心的幫我們處理，還會講很多有趣的事情讓我們笑。



## 高一己 曾文慈

等了好久的日本教育旅行終於出發了！那時候我好期待，而且我收行李的時候根本不知道要帶什麼哈哈（一整個心超虛，想到什麼就帶什麼）在飛機上我根本就睡不著，超興奮的！然後我那天的褲子很鬆，一直掉，過海關的時候還要把皮帶抽出來，超麻煩，搞到最後只能兩手拎著褲子走路…所以我學到一個教訓，就是過海關不要繫皮帶！

因為純粹只在飛機上度過，所以當天還蠻輕鬆的，晚上到飯店的晚餐很好吃！飯店還很好的幫我們把食物裝盤，可惜沒吃到五花肉，哇哈哈而且我們還吃了日本的野菜啦！簡單來說就是燙青菜啦，嗯怎麼形容它嘞……就是好吃然後可能加上心裡作用所以覺得很健康。還有鬆餅！站在機器前面被香味一直薰很幸福，烏龍麵也很好吃！！（我好像吃了三碗）總之晚餐真的讓我很開心哈哈，然後就是用很飽的肚子結束第一天。我還記得晚上房間的樑柱快跟我一樣高了ㄟ’，而且我差一點就要把浴衣帶回家了喔對了我覺得我穿浴衣超美呵呵

第二天去川越小江戶我買了一支蜂蜜冰淇淋，是說很好吃啦但就是有點……貴。街道四處都充滿古舊情懷讓我好想穿和服走來走去，可是就是不知道該買什麼好。然後中午的燒肉吃到飽超讚（好吃又好玩！）但其實我都在吃烏龍麵還有幫別人捲棉花糖（棉花糖沾冰淇淋是個不錯的選擇），然後我真的覺得我們那桌的人都超讚的！很好笑哈哈哈哈哈。下午去輕井澤（很冷喔記得穿外套）那裡的果醬很好吃，牛奶口味的就好像是一整罐的煉乳，草莓牛奶就是草莓加一整罐的煉乳哈哈。晚上的飯店出乎我意料的大欸！我覺得我走到快迷路了，跟沒有盡頭一樣。喔對了我還有去泡溫泉，舒服！



第三天我們早上去了善光寺，那裡的陽光拍起來很美很好看，害我不小心買了太多御守。接著我們步行去長野清泉女子高校，她們每個人都有一個櫃子欸！跟卡通一模一樣。之前我就超期待可以跟不同國家的人交朋友，所以去學校交流都讓我非常興奮！直到我看到我的學伴，她、超、熱、情！我都還沒坐下來他就開始自我介紹，然後我就很慌張的找要送給她的禮物，而且她的英文還不錯，所以我們溝通沒什麼問題。其實我原本還以為她是吃素的，因為我跟她提出交換便當的時候，她說了一些我聽不懂的英文又面有難色（說什麼 myself 之類的。還是會不會她也聽不懂我在說什麼）後來我只好指別人的動作給她看才成功。她們家的便當很可愛，番茄上都插了可愛叉子，整體來說真的很好吃，尤其是白飯，然後我學伴吃超快的（我猜她是不是吃膩了她媽做的便當）但我吃得超飽欸，她真的吃得超快的！我把學校給的臺灣吊飾送給她，她馬上把那個吊飾掛在她的鉛筆盒上然後

跟我說她都會把去過的國家吊在上面，但是！我真的覺得她的鉛筆盒這樣下去會破掉，她掛了五個在上面啦！之後是入班上課，第一節是日本現代文學，授課老師長得很可愛，憨憨的哈哈，他還很驕傲的我們展示了他喜歡的女子團體（好像是怪盜少女吧）反差超大！下節課是古代文學，有點像我們的歷史文章，整篇都漢字，那篇是在說項莊的故事，兩個老師都有特別跟我們互動，還問我們項羽的中文怎麼說，後來就聊到臺灣美食了哈哈。喔對了他們好像沒有「班長」這個東西，每次上課下課喊的人都不一樣。後來我們就去體驗她們的社團，我體驗的是花道，就是把莖剪一剪再插上去，一個自由發揮的概念哈哈。總結，我應該算是蠻幸運的配到一個很熱情的學伴，我們那天聊了很多。離開學校時看到他們都站出來揮手，心裡也暖暖的。

晚上的 home stay 臨時換人，可惜最終還是沒看到敏夫……而且只有 home 奶一個人，晚上吃完晚餐她堅決不讓我們洗碗，從門縫中看她瘦小的背影突然覺得有點淒涼。而且我們在餐桌上花了超多時間在跟 home 奶溝通，心得是，不要太相信翻譯軟體！（真的！我都覺得我們快變成測試人員了！）不過那天的晚餐其實不錯吃！呃除了被 home 奶稱為「茄子包肉末」的那道菜，ㄟ我真的無法但香菇米飯超好吃，礙於實在太飽，不然我絕對會再吃第二碗！晚上我們的宵夜是很多柿子跟一瓶蘋果汁，但房間有點冷（整個房子大概就廚房最溫暖）我們一個人晚上蓋了三件超厚大棉被。然後那個房子一進去的左手邊還有一個門，晚上我們洗完澡，奶奶就對著門喊了幾句話，過一下下，就有小孩咚咚咚跑下樓的聲音，超神秘。然後我們度過了一個舒服的夜晚，但早上要從溫暖的被窩爬起，走去半室外的廁所真的有點痛苦（超冷）接著又是一個早餐吃得很豐富的早晨～到了集合點，雖然我們好像沒有太多的交流，但 home 奶的用心還真讓我有點捨不得，最後一群老人揮手的場景真的讓我覺得很窩心。



第四天印象最深刻的就是我們在車上說笑話的時候啊，米奇就問大家說你們還要玩什麼，然後林盈杉就說要玩土味情話，米奇就很可愛的說：「土味琪？土味琪出來喔！土味琪是誰？」哇哈哈哈哈哈不覺得超級好笑嗎，但好像沒有人聽到，只有我跟我隔壁那個笑到快並軌☺啊還有纜車！站在裡面跟在電車裡一樣擠。。。。。。在諏訪湖休息站我還買了一隻主任推薦的冰淇淋，是真的很好吃（有眼光！）而且它的外皮很特別，是白色戀人餅乾的口感喔！

第五天是第二次的學校交流，走進去的時候被熱絡的歡迎有點小害羞…練了這麼久的合唱我覺得就這一次最好聽，唱完之後突然心裡很澎湃又激動。而且這次有兩個學伴喔，呃但這次的學伴……不太好聊呵呵……後來是社團體驗，有兩個高三的姐姐帶（超有氣質）茶道的

老奶奶一開始一直說話……我的腳超痛欸她還一直說話！都跪到起不來了……結束之後就這樣一邊跛腳一邊走去了他們類似聖堂的地方可以好好坐下來聽他們唱歌。下一個是去「看」她們豎琴表演，因為我一直以為聽了幾首歌曲後就可以自己親自去撥撥看那個弦，後來就沒有啊，讓我有點失望。



晚上終於到了我最期待的 home stay · home stay 的學伴家裡有一點距離，大概要一個小時，而且她媽媽當天是特地開車來接我，因為一個小時真的太長，雖然我們有聊了一些天（她說他們家目前只有三個人，就他奶奶、他媽，還有他，因為他爸爸在其他大學當教授）但也沉默了不久☺，而且車上沒有開窗戶，也沒有開冷氣，所以我在車上的時候狂流汗。到家之後，我先上樓放行李，驚訝的是，我一進去就看見桌上擺了四大袋禮物，最大袋的那個是他奶奶親手織的袋子還有很可愛的布製品，而且我的房間其實蠻大的欸，原本我還以為會是榻榻米，或是跟學伴睡☺晚餐後，我拿出給他們的伴手禮，但因為 home 爸不在，home 媽還特地打電話讓我跟他說話，真是受寵若驚啊哈哈，然後我們又坐在客廳聊了一下，我問她說明天早上可不可以看看她家的寵物然後去她家庭院散步（她家超大的！）他就跟我說好那我們就 5:50 起床吧，老實說我答應得超心虛因為我根本就不知道我起不來的來☺隔天早上我還是非常刻苦的從超好睡的床爬起來了，問題是他們準備的早餐超～豐～盛，加上是早上我實在是沒有什麼胃口，但因為要有禮貌所以我還是很認真的把早餐吃掉（我很久沒有吃這麼飽了）然後他們早上又給我一袋禮物，裡面放的是奶奶自己織的圍巾跟亮色小披風☺喔對了我要說那個奶奶長的超可愛，她一直用很慈祥的笑容跟我說話，home 媽也是。而且我原本想說送完 home stay 的禮物我的行李袋終於可以「消風」沒想到回來的袋子比去之前還大！因為在單子上面寫她們家有養青鱒魚，我還以為是那種養在水族箱的的跟手掌差不多大條的魚，沒想到它只有跟我的手指一樣，這反差有點大……最後我真的覺得我的交流家庭很棒（雖然沒有爸爸哈哈）感覺她們都很用心的準備，每一頓都很豐盛又很好吃，然後人也很好。我覺得一個人住的好處就是，他們會全心全力的照顧你，而且因為沒有人可以跟你說中文，才能真正的去跟他們交流、體會他們的生活。

倒數第二天是東京自由行！！買東西都來不及了，才沒時間坐下來好好吃頓日本料理！（好啦我們還是有吃一蘭）但到後面就超後悔沒有跟 F4 先去吃午餐……第一站秋葉原，我們

應該算沒有事先規劃好要買什麼，一到那裡看到藥妝店就直接殺進去，呃因為買的有點多，看到收銀機上顯示一直不斷攀升的數字心都在淌血，直接把我當天帶的錢砍了一半啊啊啊啊啊☹超崩潰……不過幸好我的包包很大，可以把那整袋藥妝裝進去，不然整天都要提著那袋我想我會更崩潰。結果我們買完藥妝，找了扭蛋店找了快 30 分鐘，還是沒找到，後來就直接放棄前往下一站。在車站看起來都是長的一模一樣西裝筆挺的男子，每一個人走路都很快，擠電車的時候真的很擠，空氣中都是人的味道，而且我們在電車上狂聽到耀文的聲音！然後我們還會一直跟別人對到眼☺很想笑但又不肯笑出來。我們那組只要出了車站，回去搭都會走錯路……最後一站是上野，手上拿一個籃子，看到什麼想要就丟進去的感覺真的很快樂哈哈。那天晚上回到飯店，我覺得我的腳跟手都快沒知覺了，行李箱也塞爆了…

(要不是現在已經快要 12 點，我絕對還會再多打一些…)

最後一天！喔我真的好不想回臺灣，早上去早稻田大學參訪真希望時間能慢一點，多聞一聞日本的空氣也好，到了機場，腦中突然浮現我們第一天要從臺灣搭飛機時的模樣，時間真的過的很快啊啊啊啊啊啊……下次過海關我一定會注意！

最後謝謝一路在背後付出努力的老師、辛苦練習的同學，還有耐心等我們嗨起來的導遊。

發行人：劉瑞瓊 校長

總編輯：黃建華 主任

出版者：天主教曉明女子高級中學

404 台中市北區中清路一段 606 號

04-22921175

<http://www.smgsh.tc.edu.tw/>

設計承印：花翎國際旅行社有限公司

出版日期：2019.01