

高校生の短期留学ホームステイ スウェーデン王国レクサンド市への旅

当別町では、昭和 62 年にスウェーデン王国レクサンド市と姉妹都市提携を結んで以来、長年にわたり相互交流を続けてきました。

このホームステイ研修は、未来を担う若者を育成するために創設された「当別町人材育成基金」を活用し、当別町の高校生を対象に、海外での生活体験や学校訪問、企業視察、現地の人々との交流を通じて、参加した高校生が視野を広げ、国際的な感性と豊かな人間性を育み、国際社会で活躍できる人材として成長することを目的としています。

今回は 11 月 10 日から 17 日までの 8 日間の研修での体験や交流を紹介します。

研修参加者



今回は以下の 4 名で研修へ行きました



研修生

- ・前川 輝 さん（写真左から 2）
- ・石田 梨緒 さん（写真右から 2）



引率者（企画部セールス戦略課）

- ・吉田 卓郎 係長（写真左）
- ・工藤 祥樹 主任（写真右）

令和 8 年度「高校生の短期留学海外姉妹都市ホームステイ 研修事業」参加者を募集します

研修事業の概略

滞 在 先

スウェーデン王国レクサンド市、ストックホルム

研 修 日 程

令和 8 年 9 月下旬の 8 日間程度（予定）

※学校を欠席していただく必要がありますのでご了承ください。

研 修 内 容

- ・現地での生活体験（ホームステイ）
- ・レクサンド高校での授業参加
- ・レクサンド市内、ストックホルム関係先訪問、視察

募集案内

対象者・人数

令和 8 年 4 月 1 日時点で当別町に 1 年以上在住する高校生 3 名

募 集 期 間

令和 8 年 2 月 2 日（月）～ 3 月 31 日（火）

提 出 書 類

申込書（写真添付）、作文（日本語と英語）など。
※申込書（様式）については、セールス戦略課窓口
に備え付けてある他、
町ホームページに掲載します。



選 考 方 法

- 1 次試験：書類選考
- 2 次試験：英会話等による面接試験

事前研修

本事業の参加が内定した方はスウェーデンに関する基礎知識を習得してもらうため、事前研修（2～3 回を予定）に参加していただきます。

問合せ・申込み先

セールス戦略課ふるさとプロモーション係

☎：0133-23-3042

✉：shinko@town.tobetsu.hokkaido.jp

研修タイムライン



17 時頃に役場を出発
車、航空機、鉄道を乗り継いで翌日 13 時頃に到着



自然科学、化学、英語、美術の授業に参加



ノーベル博物館、ストックホルム市庁舎見学、在スウェーデン日本国大使館訪問



アーランダ空港から羽田空港へ

1日目
11/10 レクサンド市へ

2日目
11/11 レクサンド市長を表敬訪問

3日目
11/12 レクサンド高校で授業参加

4日目
11/13 レクサンド高校で授業参加・市内見学

5日目
11/14 スtockホルムへ移動・市内見学

6日目
11/15 スtockホルム市内見学

7日目
11/16 羽田空港へ

8日目
11/17 当別町へ

キルナ
スウェーデン最北部にある主要な町で、北極圏内に位置。オーロラ観測や大自然、鉱山の町として有名。

ヨーテボリ
スウェーデン西海岸にある第二の都市。新鮮な海産物や、落ち着いた雰囲気、街並みが魅力。

マルメ
スウェーデン最南部の都市で、デンマークに近い場所に位置し、国際色豊か。

レクサンド
スウェーデン中部ダーラナ地方にある町。昭和 62 年に当別町と姉妹都市提携を結ぶ。

ストックホルム
スウェーデンの首都。東部のバルト海沿岸に広がる水の都で、歴史ある旧市街と現代的な都市機能が共存。



表敬訪問後、研修生はホストファミリー宅へ



英語の授業でプレゼン、日本庭園、トーモクヒュース、レクサンド文化会館、レクサンド教会を見学



旧市街ガムラスタンを散策

スウェーデンで感じた新しい学びと価値観

1週間という短い時間でしたが、教育制度や町の景観、文化や暮らし方、現地で活躍する日本人など、スウェーデンでこれまで知らなかった世界に触れることができました。この研修を通じて、自分の目で直接体験し、視野が広がり、国際社会への理解を深める貴重な機会となりました。

今回の研修を通して得た経験を、今後の学びや将来に活かしたいです。今回の機会をくださった町の皆さん、現地でお世話になった方々、家族には心から感謝しています。



前川 輝さん



期待を胸にレクサンド市へ

初めの2日間は移動が中心でした。以前から北欧に興味を持っていたため、スウェーデンへ向かう飛行機の中ではとてもワクワクしていました。ストックホルム市のアーランダ空港へ到着し、当別町国際交流連絡員の津金さんに迎えていただきました。その後、列車でレクサンド市へ向かっている最中、窓から見える景色はスウェーデンヒルズを見ているようでした。

レクサンド市到着後は、市庁舎やレストランを訪れたり街を散策したりしました。美しく統一された街並みが印象的で感銘を受けました。

個性を活かす教育と海外で働く日本人

3、4日目は、今回の研修で最も興味を惹かれることができました。

まず、レクサンド高校での授業です。日本の高校と違って、スウェーデンの高校では、自分の興味に合わせて科目を選び、自分の進路に合わせてカリキュラムを組むという仕組みです。大学のような自由度があり、個性を尊重する教育が魅力的だと感じました。

また、英語の授業では、当別町について英語でプレゼンを行いました。普段から学校でプレゼンやディベートの練習をしているので、自身を持って発表できたと思います。

最後に、日本にスウェーデンハウスの建築材料を輸出しているトーモクヒュース社を訪れました。社長をはじめ、日本人の方が現地で活躍している姿を直接見ることができ、スウェーデンのように遠い国でも、日本人が活躍していることに誇らしい気持ちになりました。



日本との違いを実感

5日目は、ストックホルム市へ移動し、旧市街ガムラスタンの散策をした後、ノーベル博物館のガイドツアーに参加。その後、在スウェーデン日本国大使館を訪問し、スウェーデンに来てからの経験や日本との文化の違いなどについて職員の方へ伝えました。

6日目には、ストックホルム市庁舎を見学。日本では見ない荘厳な雰囲気建物で圧倒されました。

建物や景観から日本とスウェーデンの違いを大いに感じることでできた2日間でした。



スウェーデンの街の 美しさと人の温かさ



石田 梨緒さん

今回の研修を通じて、私は自分のコミュニケーション能力が向上したと感じています。「話せなくても伝えられる」「伝えようとする気持ちが大事」といったことを実体験から学びました。

初めてのことが多かったこの研修では、異文化に触れる体験を通して、日本の良さにも多く気づくことができました。

この貴重な経験を、今後の高校生活や自己成長に活かしていきたいです。

レクサンド市の魅力を体感

最初に訪問したのはレクサンド市庁舎です。職員の方からレクサンド市の歴史や文化、教育について教えていただきました。

また、街全体の景観や雰囲気はスウェーデンヒルズに似ていることもあって、とても身近に感じられました。中心部に必要なものが集まっていて、無駄がなく整った街で、外観もとても綺麗で素敵な街だと思いました。人と人の距離感も当別町に似ていたので過ごしやすかったです。



スウェーデンの学校生活

レクサンド高校で授業を体験した2日間では、たくさんの驚きがありました。生徒同士が話し合いながら進める授業のスタイルや遅刻してきた生徒を「Welcome!」と温かく迎え入れる先生、授業中にお菓子を食べながら学んでいる生徒たちなど、日本とは全く違う雰囲気に驚かされました。

また、生徒が将来の目標に合わせて科目を選べる仕組みが整っていて、自立した学びができる環境もとても印象的でした。

そして、スウェーデンの高校生が完璧に英語を話せることにも驚きました。同じように小学校から英語を勉強しているはずなのに、こんなにもレベルの差があるのかと衝撃を受けました。



ホストファミリーの温かさ

私がお世話になったホストファミリーは本当に優しく親切で、最初は不安だったホームステイも楽しい時間へと変わりました。家族みんな日本のことが大好きで、日本から持っていった抹茶のキットカットが大人気でした。トラブルもありましたが、それも含めて良い思い出で、楽しく充実したレクサンド市での4日間でした。

ストックホルム市では、津金さんのアテンドで様々な場所を訪れ、中でも旧市街はクリスマス仕様になっていたこともあり、歩いているだけでも楽しかったです。

