



出発の前に 出発前に知っておくべきこと

親しい友達や隣人が身近にいたとしても、外国での暮らしには慣れないことがたくさんあります。当然のことながら、オーストラリアでの生活は自国での生活とは大きく異なりますが、時が経つにつれて新しい環境に慣れ、オーストラリアでの新たな生活になじめるようになります。

留学生には、オーストラリアに入国する何週間も前から、アデレードの気候について調べておくことをお勧めしています。北半球と南半球では気候が正反対なので、到着時が10°Cの真冬の朝なのか、36°Cの真夏の日なのかを知っておく必要があります。

留学生へのサポート

オーストラリアでの暮らしは、自国での暮らしとは大きく異なることがあるので、学生は、自分なりに時間をかけてオーストラリアの生活様式を学んでいくことになります。

すべての学生は、新しい生活に順応するための期間を経験します。考え方方が柔軟で、新しいことに挑戦したいと思ってオーストラリアに来た学生は、比較的に容易に新しい国に慣れることができます。ホームステイの親も、当カレッジで学ぶ間ずっと、留学生をサポートしてくれます。

留学生は、アデレードに到着するとすぐに、学生福祉および宿泊先担当のコーディネーターである、Mrs Elizabeth Renfreyの電話番号をもらいます。問題が発生したら、24時間いつでも彼女に連絡をとることができます。

学生福祉および宿泊先担当のコーディネーターは、問題を解決するために、外国にいる家族、留学生、ホームステイの親、Mercedes Collegeに連絡を取ります。

オリエンテーション

各家族には、それぞれルールがあります。ホームステイの親は、留学生が自宅や近所の環境に慣れるように支援し、交通手段について分からぬことがあります。

オーストラリアの生活についてのオリエンテーションの一環として、留学生には、ホームステイ先のペアレンツと一緒に様々な活動に参加したり、外出したりすることが期待されます。このような経験を通じて、より早く新しい環境に慣れることができます。

到着後すぐに、学生は、学校生活、ホームステイ先、オーストラリアの生活様式についてのオリエンテーションを受けます。

ホームステイの親は、以下のことについて学生をサポートしてくれます。

- 交通に関するルール
- 通学の方法
- 電車やバスの切符の購入方法
- 銀行の利用方法
- 郵便の利用方法
- 家の決まりごとを含めた、家族との生活
 - 食事についての情報と食事の時間
 - 洗濯のルールと役割分担
 - 電気/インターネット/バスルームを使用する際のルール
 - 家と庭の防犯および安全

新しい生活に慣れるまでのプロセス

1. 自国を離れる - 嬉しさと悲しさが入り混じった気持ちです。
2. オーストラリアに到着する - アデレードとMercedes Collegeへの期待と不安が入り混じった気持ちです。
3. ホームステイ先の家族との生活に慣れる - 嬉しさと興奮で一杯ですが、戸惑いや疲労を感じるかもしれません。何もかもが新しいことばかりです。
4. カルチャーショック - 家族が恋しい、友達がいなくて寂しいと感じ、新しい学校を体験し、ホストファミリーで慣れない食べ物が出されることもあります。
5. 不安な気持ち - 「自分がしていることは間違っていないだろうか?自分は目標を達成できるのだろうか?」などと感じます。
6. 新しい生活に慣れる - 自信を持ち、アデレードで新しい友達を作り、Mercedes Collegeでの学生生活やホストファミリーとの生活を樂めるようになります。
7. 学習目標を達成する - Mercedes Collegeでの目標を達成し、希望を持って新たな未来へ踏み出します。
8. オーストラリアを去る - Mercedes Collegeの友人やホストファミリーとの別れに悲しい気持ちになります。新しい生活に不安を感じますが、家族や級友に会えるのは楽しみです。
9. 帰国する - 家族や友人と再び時間を過ごし、大学に進学し、自国での新しい生活に慣れていきます。あるいは、Mercedes Collegeでの生活がとても楽しかったので、オーストラリアの大学への進学を希望するかもしれません!



バスルーム

ホームステイの親は、留学生にバスルームの使い方や水温を調節する方法について教えてくれます。

バスルームは、通常、家族全員で共用するので、以下のことについて十分に配慮してください。

- ・ シャワーは短時間ですませること
- ・ 滑って転倒しないようにするため、シャワースペースや浴室以外の場所を水で濡らさないようにすること

水の使用方法

水と電気は貴重な資源であることを理解してください。照明や暖房を切り、水道を止めることは、環境の面でも、経済面でも望ましいことです。オーストラリアは、夏が長く雨が少ない国なので、水は非常に貴重な資源です。オーストラリアでは水の過剰使用は奨励されておらず、水や電力を過剰に使用した学生には、超過料金が課されることがあります。

気候の調整

アデレードは寒い季節が短く、暑い季節が長いので、オーストラリアの家の多くは、家の外の暑さを遮断し、涼しくなるように設計されています。ほとんどの家には、長い夏季のために適切な冷房設備が備わっていますが、冬季のセントラルヒーティングはありません。

多くの家では、リビングに暖房はありますが、寝室には暖房がないことがあります。寒い季節には、屋内ではより暖かい服を着て過ごします。短い冬の朝晩には冷えることがあります。

一部のアデレードの家庭では、夕方早くに食事をとりますが、サマータイム中には、食事は屋外で、遅い時間にとることが多くなります。このような違いも、文化が異なる外国の暮らしを経験することの一部です。

銀行口座

Mercedes Collegeに在籍するすべての留学生は、オーストラリアの銀行に口座を開設する必要があります。あらゆる商業施設でATMを利用できるので、オーストラリアの銀行に口座を開設すれば、容易にお金を引き出すことができます。ホームステイの親は、銀行口座の開設を手伝い、ATMの操作方法を教えてくれるでしょう。

日光から身を守る

アデレードでは、春や夏の季節の日照時間は最長10時間あります。アデレードは、他の多くの国より日差しが強く、夏には、日差しから身を守る衣服を着用し、日焼け止めを塗る習慣があります。多くの人は、歩行途中に日陰で頻繁に休息します。

太陽の光や暖かい気候は楽しむべきですが、日焼け止めを塗り、水をたくさん飲むようにというホストファミリーや学校の職員からのアドバイスには必ず耳を傾けてください。日焼けは痛みを伴い、日焼け止めを使用しないとすぐに日焼けてしまいます。学校のオリエンテーションで、日光から身を守る方法について詳しく説明されます。

水の事故から身を守る

アデレードの家の多くは、敷地内にプールがあるか、ビーチや公共のプールが近くにあります。暖かい季節になると、家族でビーチやその他のウォーターレクリエーションが楽しめる地域に出かけます。水上スポーツを楽しんだり、プールやビーチで過ごしたりすることは、オーストラリアの文化の大半な一部です。

学生の皆さんは、ホストファミリーからの水の安全に関するアドバイスに必ず耳を傾けてください。ビーチで泳ぐ際は、特に安全に注意が必要で、勤務中のサーフライフセーバーの指示に従い、指定されたエリアでのみ泳ぐことが求められます。水の安全については、学校のオリエンテーションで詳しく説明されます。

門限

日曜日～木曜日 | 学生は、安全な環境で友人に会うことができますが、午後6時までに帰宅しなければなりません。

金曜日と土曜日 | 学生は、安全な環境で友人に会うことができますが、以下の時刻までに帰宅しなければなりません。

- ・ 14歳、午後8時
- ・ 15歳、午後9時
- ・ 16 - 17歳、午後9時半
- ・ 18歳以上、午後10時

これらの門限は、学生の安全を確保するために設けられており、一般的なオーストラリアの家庭や学校の寮で設定される門限と同じです。