

「JENESYS2019」中国高中生访日团（访问日程）

（对象国：中国、主题：志愿者）

1. 日程概要

由中国教育部派遣的中国高中生访日团一行100名成员，于6月11日至6月19日对日本进行了为期9天的访问（团长：翟密林 山西省教育厅基础教育处 副处长）。访日团分成3个分团，访问了东京都以及京都府、滋贺县、埼玉县、神奈川县、北海道、大阪府等地。在各地与日本高中生进行交流，加深了相互理解和彼此的友谊。此外，各分团还通过听取讲座及参观相关设施，对此次访日主题“志愿者”进行深入学习，并通过农家寄宿、酪农体验及参观日本的政治、经济、社会、历史、文化和自然等各方面的相关设施，亲身感受到了日本的魅力。中国高中生在此次访日过程中，不但与许多当地居民进行交流，接触日本人的思维方式，还从不同角度加深了对日本的理解，并通过SNS等发布了各自的所见所闻。除此之外，各分团代表还在报告会上发表了回国后的行动计划。

2. 日程

6月11日（周二）：东京都

抵达羽田机场

【参观】虹之下水道馆（第1、2分团）・江戸东京博物馆（第3分团）

【说明会】

6月12日（周三）：东京都・神奈川县

【讲座】主题「大学生×志愿者=? 未来所能预见的情况」

【主题考察（防灾志愿者模拟体验）】品川防灾体验馆（第1、2分团）
横浜市民防灾中心（第3分团）

【欢迎会】

6月13日（周四）～6月17日（周一）

分团行动，第1、2分团访问了京都府、滋贺县、埼玉县、东京都，第3分团访问了北海道、大阪府，活动结束后返回东京。

●第1、2分团：京都府/滋贺县/埼玉县/东京都

【学校交流】京都府立北嵯峨高中（第1分团）、埼玉县立越谷南高中（第1分团）
京都府立鸭沂高中（第2分团）、东京都立成瀬高中（第2分团）

【体验】农家寄宿（滋贺县日野町）

【参观】天龙寺、岚山、金阁寺、伏见稻荷大社、滋贺县立琵琶湖博物馆

●第3分团：北海道/大阪府

【学校交流】北海道札幌丘珠高中、大阪府立门真浪速高中

【体验】酪农体验（讲座、挤牛奶、制作黄油）、入住温泉旅馆

【参观】北海道龟甲万株式会社、札幌奥林匹克博物馆、札幌羊之丘展望台、北海道政府办公楼旧楼、野外博物馆北海道开拓村、ATC 忘年中心、咲洲 COSMO TOWER 瞭望台

6 月 18 日（周二）：东京都

【参观】皇居・二重桥、国会议事堂（第 1、2 分团）、尼康博物馆（第 1 分团）、精工博物馆（第 2 分团）

【欢送报告会】发表访日成果和回国后的行动计划

6 月 19 日（周三）

由羽田机场启程回国

3. 照片

<共同>	
	
6月12日【讲座】 「大学生×志愿者=? 未来所能预见的情况」	6月12日【讲座】 「大学生×志愿者=? 未来所能预见的情况」
	
6月12日【欢迎会】外务省亚洲大洋州局 中国蒙古第一课 井川原贤 地域调整官致辞	6月12日【欢迎会】中国高中生表演节目
<第1、2分团> (到访地区:东京都、京都府、滋贺县、埼玉县)	
	
6月14日【学校交流】京都府立北嵯峨高中 (第1分团)	6月17日【学校交流】埼玉县立越谷南高中 (第1分团)



6月14日【学校交流】京都府立鸭沂高中
(第2分团)



6月17日【学校交流】东京都立成瀬高中
(第2分团)



6月11日【参观】虹之下水道馆



6月12日【主题考察】品川防灾体验馆



6月15日【参观】岚山・天龙寺



6月15日【参观】滋贺县立琵琶湖博物馆



6月15日【体験】
农家寄宿（滋贺县日野町）



6月18日【参观】尼康博物馆

<第3分团>（到访地区：北海道、大阪府）



6月14日【学校交流】北海道札幌丘珠高中



6月17日【学校交流】大阪府立门真浪速高中



6月12日【主题考察】横浜市民防灾中心



6月13日【参观】北海道龟甲万株式会社

	
6月13日【参观】札幌奥林匹克博物馆	6月15日【体验】酪农体验（村上牧场）
	
6月16日【参观】ATC 忘年中心	

5. 访日团成员感想（摘选）

中国高中生

第1分团（到访地区:京都府・滋贺县・埼玉县）

○在日本的学校，身体的素质是被人重视的一项。在学校体验体育课时的伙伴说，这里的体育课强度真的很大。而且，各学校中关于体育的各项奖杯无言地体现着这一点。相较下中国会显得不足，过度重视孩子们的文化课成绩，而安排过量的学习时间，导致高中生身体素质大不如前。这一点上中国学校要向日本学校学习，适度放宽课余时间，不要追求学生单方面突出。

在琵琶湖博物馆中，起初我不理解一片湖到底有怎样的价值来建成一个博物馆。但随着讲解老师的说明，我终于明白了：琵琶湖是日本最大的湖泊，是一个巨大的生态系统，在现代生物学中是重要的研究对象。日本人在这方面的智慧另我敬佩。

此外，日本人在礼节、守时两方面给我留下深刻印象，我会多加学习。

○首先谈谈对日本的印象。初到日本，我感触最深的是，日本人民非常有规则意识，时间观念强而且非常有礼貌。每个人都在尽职尽责地作好自己的本职工作，并且从来没有迟到等。进一步了解日本和日本人民的生活后，我想把我感触最深的东西总结为一个词：人文关怀。

访问北嵯峨高中，与我们进行小组交流的日本同学非常有活力、非常热情，为我们准备了有趣

的日本纸牌游戏、好吃的零食等等。使得不同语言、不同国家带来的障碍被轻松打破。他们很为别人着想，考虑别人的感受。

入住民宿，爷爷奶奶家到处都贴上我们的名字。他们都很爱笑，慈祥可亲。我们一起准备各种日式美餐，一起吃饭，通过肢体语言，翻译器等交谈，相处很愉快。他们还给我们准备了很多其他丰富充实的活动，对我们十分重视和关心。分别的时候，我和爷爷奶奶眼里都泛着泪花。

访问埼玉县立高中，上各种课程都有一位同学陪伴。他非常有耐心、热情，其他同学也非常友善。其实感受是需要亲身体验的，许多大大小小的事都能体现出日本的人文关怀。不光是对外来的我们友善。他们互相之间也充满了关怀。温暖和谐的社会氛围使得日本人民幸福感很高，大多数人都很爱笑，互相关心、互相尊重、互相理解的人文情怀的价值远高于物质。

○这次访问给我留下了十分深刻的印象，让我感受到日本之所以是发达国家的理由。首先，让我感到最明显的一点就是日本的街道、公共场所都比中国卫生，干净得多。街道上的垃圾箱几乎没有，这也有效减少了国民的垃圾产生量。在有垃圾箱的地方也进行了严格的垃圾分类。这使得日本对垃圾的回收利用率远远高于中国。这也是日本政府考虑到国家本身资源稀少，所采取的节约资源、保护环境的方式。

其次，我印象很深的还有日本的国民素质。在所有的活动场所鞠躬，“谢谢你”“不好意思”经常出现在人们的交谈与对话中。而且各个地方的服务员的素质也非常高，工作态度积极认真，做事细致，最重要的是十分有礼貌，给顾客十分上乘的体验。而且，从日本不论是公共场所还是人民家庭里的干净整洁程度来看就能看出日本人民的国民素质，的确确实是数一数二的。日本人民为他人着想，尽量不给人添麻烦的思想也深深触动到我。

最后，日本的灾后重建工作进行得十分快速且优质，建筑物都控制在一定的高度。而且对孩子的防灾教育工作也做得十分出色，即使出现很大的自然灾害，孩子们也能井然有序、快速高效地逃离现场，将伤亡人数最小化，这一点我认为中国需要向日本学习的。还有，日本学生在日常生活中也展现出独立、规范的形象，这是中国学生需要学习的地方。

○6月11日，我们抵达日本东京，面对这个我从小向往的国家，可说是十分期待了。

参观了虹之下水道馆，一系列的程序和技术让我十分惊叹！99%净水效率对于中国来说，还是望尘莫及，是咱们中国值得学习的地方。不仅国家政府出力，还得有着国民的集体力量，才能使这类程序很好发展下去。

通过“志愿者”的相关讲座，让我了解到作为国家的一员、社会的一员，我们得自觉自愿为社会国家出份力，只愿在帮助他人中提升自我。日本位于多地震带，自然少不了灾害防范措施的教育，对增强儿童老人等的防灾意识有着极大效果。

很难得可以感受日本民宿，感受最朴素的日本，感受到日本家人的热情和温暖。他们告诉我们，这是你的日本爷爷奶奶的家，是你的家。让我们感受到家的温暖。

我们拜访了两所高中，我们感受到的是同一种热情。课堂的体验，学习了古典，看了日文，觉得与汉语汉字是相通的。日本学生与中国学生不也应相通吗？日本与中国之间不也应相通吗？我了解到日本学生十分注重综合素质的培养，积极参加课外活动。他们团结、互相帮助、以长者为尊，欣赏的是助人为乐的人，这都是我们中国学生应该培养的。

在每一次都他们的挥手告别时，心里都是依依不舍的情。

或许，中日的友好关系，渐渐从此茁壮成长。

第2分团（到访地区：京都府·滋贺县·东京都）

○此次访问的第一所学校是京都鸭沂高中。这是一所历史底蕴深厚的高中，刚翻新过的校园充满了现代气息，但学校中的古迹被完好地保存了下来。这所学校以它浓郁的学习氛围和先进的教学理念深深吸引着我。在这里我第一次了解到日本的教学制度与中国的不同，也是第一次与日本同学如此近距离地接触。日本的教育较为轻松，学生们下午三点半便结束课程，开展丰富的课外活动，同学们也很热情地招待我们，我深切地体会到了来自异域的温暖。

第二所学校是东京的成瀬高中，与第一所高中大同小异，不过这次真正亲身体验了日本学生的学习生活，对于今后的学习确实有所帮助。我也会把日本学生的优良品质和专注的精神贯彻到实践中。

在日本，迷你而整洁、繁忙而有序的街道随处可见。日本的城市规划确实惊艳了我。在繁华的大都市中从未见到随地的垃圾，我们应该学习这一优秀的做法。日本文化中注重他人的想法，不给别人添麻烦是人生的准则。这一点我深切体会得到：来自陌生人的问候、店员的欢迎等，让我在日本的每一天都充满了希望。

总之，这次访日活动对我来说受益匪浅，我也会就中日关系和谐发展作出自己的努力。

○在访问学校时，我们是由同学进行接引交流的。虽然日本的同学不会汉语，但是他们用英语和动作使得我们之间拉近了距离，感受到了来自于日本学生的友好，不由得感叹到“真好”。正是他们才使得中日友谊得以长久持续的发展。我发现当日本学生在上课时会在交流思想，回答老师的问答的时候，会主动地把桌子拉在一起，一起讨论答案。交流相互之间的思想，这一点我认为需要我们学习的。我们可以借鉴他们的讨论学习的方式方法，进而能更好的促进学习。

日中的共同点在于都十分的友善，并且十分的热情好客。不同点在于中国注重于大的局面而日本则是看重于一些小的细节。可就是这些小小的细节却往往能让其起到十分大的效果。这次印象深刻的事有很多，其中比较典型的有2个：第一个就是日本人十分守时，并且都会提前准备，从来不会让我们等待太久，都是十分的准时；第二个便是日本的环境很美丽，并且大家都十分的环保，在民宿的时候我们去到了日野町的出口女士家里，她的家里有一只名为“小苏”的小狗，当我们出去散步时，出口女士使用塑料袋包着它的大便，带回家中才进行处理，十分的具有环保意识，所以他们的周边环境也都十分的干净优美。我认为这些环保意识都是十分的值得我去学习并进行广泛宣传的。

○1. 防灾急救领域：参观了品川防灾体验馆，学习了地震防护、火灾救援、照顾行动不便者及 AED 使用等内容。日本由于自身的特殊地理情况，在防灾方面充分考虑了各个人群的需求，充分体现了人性化、精细化与高效化。

2. 社会生活：参观虹之下水道馆，全生物处理污水的方式令人耳目一新。将污染降到最低，从小事做起，保护每一处环境。乘坐新干线，高效、整洁的车站展示着现代化带来的便捷。即使人流拥挤，但一切都井然有序。干净——是日本留给我的一个突出印象，街道虽然不宽敞但十分整洁，几乎所有建筑物、巴士的玻璃窗户都一尘不染，没有人会乱扔垃圾。且垃圾分类也做得很细致。东京的学校里，一个班有4个垃圾桶，分别装不同的垃圾，这一细节另人感叹。从学校就开始培养的好习惯，一旦扎根了骨子里，就会成为一种全民性的自发行为。全社会的良好风气，就会造就给人留下深刻印象的良好国民素质。

3. 学校生活：日本学制与中国大致相同，但学习内容更加丰富。课堂气氛活跃，师生互动频繁，小组讨论学习等，都是日本课堂的突出特点。课后社团活动时间长，专业性强，可较好培养学生的专业能力与领导组织能力。不仅学会倾听，也学会合作、自我表达与互相交流。更注重综合素质的

培养，良好习惯的养成。

4. 民宿体验：“不给别人添麻烦”是每个日本公民都牢记的一条原则。民宿家庭的爸爸妈妈在聊天中询问中国的饮食习惯，当我们说中国一般不用小碟分装食物而用大盘时，他们在下一餐用餐时就换了大盘，告诉我们让我们更习惯这里的生活。这样细致之处的感动还有很多。比如司机先生每天的问候，每一次分别时日方友人的长久挥手送别，每一个人真诚而又温暖的笑容，都向我们展示着这个国度的友好与魅力。

○访日途中我们一直被热情、友好地接待。我体会到了日本的社会和礼节。我发现了日本是一个礼貌大国，也非常注重细节，这些都让我感受到了，值得我们借鉴和学习。还有在日本这些天，我们一直过着日本式的快节奏生活，每天都争分夺秒，周边人员都非常守时，给我留下了深刻的印象。我在以后的生活中，也要这样安排好时间。

尽管有好多让我印象深刻，但最让我忘不了的还是体验了民宿家庭和成瀬高中，我永远不会忘却这种感觉。在民宿家庭中，我们的日本爸爸妈妈也是非常的热情、友好，我深深的体会到了日本爸爸妈妈对我们的爱，家庭的温馨。这种爱是发自内心的，是不加掩饰的，和我们真正的爸爸妈妈一样。虽然我们不是一个国家的，而且语言不通，但通过行动我发现，爱是没有隔阂的。我们体验了成瀬高中的课堂，老师讲课非常清晰，老师也特别温柔。还有上课期间同学们会迅速移动桌子，按组讨论。在中国我们的课堂是不一样的，回去后我会在我们的学校里积极宣传这种做法。因为这种做法可以知道每个学生的想法和意见，结合多个想法离正确答案就不远了。昨天访问学校时，就有三个日本小姐姐带着我，她们对我非常的好，细心照料我。在课堂上，因为文字不同我理解不了，她们就给我细心讲解。除了细心待人我还学到了他们的学习方法。总之，我们的学校访问和考察领域都让我受益匪浅。

第3分团（到访地区：神奈川县·北海道·大阪府）

○首先，能参加这次访日团，我感到十分荣幸。

在北海道札幌访问丘珠高中时，令我震撼的是他们师生们的礼仪、不卑不亢的态度，既待人友好，也非常自尊。其中，学校的茶道令我感触深刻。他们没有把茶道当成一门课，而是把它当成一种艺术、一种兴趣，以至于他们沏茶的动作能那么优雅。

然后是在本洲岛大阪访问的大阪府立门真浪速高中，尽管地僻，但那里的师生都热情好客，加上有不少华人那学习，更令我们的交流方便、亲切。社团中学生自己组织的乐团是一大亮点。虽然没有经过专业训练，但他们用乐器演奏的音乐和歌唱时的声音，已达到震撼人心的效果。作为高中生能有这样的表现，已经突显他们的热情和努力。

尽管在每个学校只有短短的半天时间，但在这短暂的交流中，我们已从中学到了很多。希望中日师生、中日两国、中日文化之间会有更进一步的发展和交流。

○在日访问过程中，我感触最深的是日本同学的友好与热情。原本我内心对与日本同学交流还有一点恐惧，害怕因语言不通而导致的沉默。但当我见到日本同学时，一切顾虑都打消了。他们脸上洋溢的微笑搭起了交流的桥梁，让我们即使语言不通也能心意相通。在交流过程中我也交到了不少日本朋友，希望这份情谊能够长久保存。

我对日中的对比主要是在志愿者方面，具体而言是在服务对象、人员年龄与服务体制三个方面。在服务对象上，除救灾等特殊任务外，日本主要针对个人或较小群体。如前往家中进行服务；而中国志愿者则面向公众服务，我们会利用休息时间前往博物馆、科技馆等公众场所进行讲解。在人员

年龄上，讲座中听到日本志愿者主要是成年大学生；而中国的一些场馆则会招募小学生作为“小小讲说员”，并且从小学开始就有“每月捐出一元零花钱”的活动，让志愿者精神伴随一个人的成长。而在服务体制方面，中日的志愿者都有明显的分级与分工。总而言之，在志愿服务方面双方可以互相学习借鉴。

至于日本社会中值得中国借鉴的地方，我想主要有以下两点：

一是对传统文化的坚守。常常能看到日本高楼林立的街区之中保留着传统建筑，一些现代化建筑也仿古而建。日本人的日常生活中也保留这传统的餐饮习惯。这样能很好地使文化流传。

二是对细节的重视。我感触最深的是日本酒店房间浴室的镜子上有一小片区域涂有防雾材料，这使得即使洗澡后镜子也依然可以使用。这一个小举动在很大程度上方便了顾客。

○这段时间，我们去了许多有意义的地方。横滨市防灾中心、龟甲万酱油工厂、奥林匹克博物馆、北海道开拓村、道政府旧址、村上牧场、AGELESS 忘年中心等涉及专业领域的参观学习。

在龟甲万酱油工厂，我深入了解了日本的独特的生产，原料用的是小麦、大豆、水和盐。最让我感到震撼的是整个生产线只需要两个人，全部都是自动化的流程，每天生产的酱油最多可达三万瓶。让我今后也不禁想参与到这样自动化的生产中去，减少劳动力，创造更多价值。不断发展科学技术，作出品质高的产品。

在 ATC 忘年中心，通过各式各样的轮椅等辅助器械，让我们体验了一会老年人生活，他们的行动不便，多种生活活动受到限制，而日本人性化的设计，如马桶、浴盆、轮椅等，都体现了对老年人的关怀，这是解决社会老龄化的一种好的措施。我对这一点感触很深。我们每个人都会有老去的那一天，趁我们还年轻，就赶紧为我们的将来做些贡献吧！

日中共同点：两国的文化一脉相承，如书画、经史、文化习俗。

不同点：日本的饮食多为海鲜，以寿司著名，别有风味和特色。

○1. 关注每一个细节，让严谨成为习惯：所有的行程都是可以细化到分钟，连间隔时间与休息时间都考虑得很周到，充实有致的行程背后一定凝聚了工作人员的心血。每一顿饭都是数量正好的餐具，每一次分发东西都绝不会落下任何一个人，严格要求的背后是时间观念与严谨的态度。在忘年中心看到关于防止轮椅忘记刹车的自动刹车设计，上下坡轮椅的助力设计，以及为了防止压倒床下宠物而分两个步骤下降床体的设计。由此我发现日本人对细节十分关注，进而才有了人性化的设计。

2. 善待每一个人，将真诚传给他人：每一位工作人员不论是翻译女士、司机先生，还是酒店工作人员，以及每一位学校的师生。同他们相处，能感受到发自内心的真诚。清晨他们微笑问好；傍晚他们亲切地安抚我们疲惫的身躯，每一次关心与关注都能真切地感受到爱的传递。在丘珠高中，同学们用臂膀架成拱门，为我们遮挡阳光送行；在门真浪速高中，临行前同学们顶着烈日朝车中的我们挥手。每一门课程的安排都能感受到真诚的呈现与渴望地交流，让我们无时无刻不被善意包围。

3. 心怀社会与集体，做一个优秀的社会中的人。不给别人添麻烦是我在日本常听到的。小到处理一片垃圾，推好一个凳子，达到参与各种各样的志愿活动。当一个人真正将个人利益置于较低的位置时，才能在各方面成为一个富有社会责任感的人。虽然有很多同中国方向不一样的志愿活动——照顾婴幼儿、灾后重建工作等，但是我们都会有一个初衷——把你的美德于情谊留给与你生命有关联的人。这真的是上天赐给生命最本源的意义。

4. 接待方感想

日本高中生

○这次交流很开心，对我来说是个非常宝贵的经验。开始上课前，因不知道来参加的是些什么样的人，所以有些担心。但见面后，觉得大家都很有友好。我们是主人原本应该招呼客人，却有一种被款待的感觉。对我来说是第一次和外国人进行正式交谈，我的英语词汇量不多口语能力也不好，但对方一直在认真倾听，极力听取我想说的内容，我感到很高兴。只是，有很多话题不能完全表达，不得已只好请翻译帮忙，所以觉得很遗憾也很焦躁。我也在反省：到现在为止，究竟是否在为交流学习英语。

另一方面，说起“剑道”被问到“这是什么？”时，我挥动竹刀大喊一声“YA!”，原本满脸疑惑的人都笑容满面地表扬我“NICE!”。虽然完全没用英语表达，但在那个空间就感觉到大家的心是相通的。我觉得只要有意想表达的话就能将意思传达给对方。

好高兴能有这样一个平时体验不到的经验，期待下次能有同样的机会。

○我对国际交流非常感兴趣。听说中国的高中生要来访时我马上就报名参加向导候选。之后，我一直在学简单的汉语会话，也一直在想该做些什么能让对方高兴。我负责的是一个非常开朗的女生，她很主动地和我交谈。交谈时基本上用英语，籍此让我重新认识到自己的英语能力有限：既听不懂对方的英语，又无法表达自己想说的内容。因平时没有机会和外国人交谈，这次让我深切地感受到语言上的障碍。

即使如此，在用蹩脚的英语传达成功时，我感到特别高兴，觉得交流是很愉快的。同组的女生在临走前给我写了一封信，还给了我一份礼物。这么短的时间也能给对方留下良好的印象，对方还对我说“往后我们互相联系吧”，我真的很高兴。我一直希望能交上外国朋友，但又一直没有机会，也无法付诸于实现。终于，我抓住这次难得的机会，得到了宝贵的经验。将来我打算向语言方面发展，希望能到世界各国与更多的人进行交流。这次经历是我实现梦想的第一步。今天的交流对我来说是一个很好的鼓励，今后我会更积极地参加国际交流活动，接触异国文化，开拓自己的价值观和视野。

○在这次活动中，我第一次和中国人交谈。说实话，通过今天的交流，我对中国人和中国的看法有了很大的改变。以前，我只有一个大概的印象，觉得中国人口众多，国家正在发展。但通过实际接触，得知教育方面比日本更超前，让我很吃惊。几乎每个学生都会说英语，尽管我们的英语说得不好，也耐心地倾听。除了学习，绘画也很拿手，对 K-POP 也很感兴趣，所掌握的知识要比我们多得多。而且让我觉得意外的是，校园环境非常好，面积大得像大学一样，还配备了电脑等设备，有许多和日本不同的地方。看得出来，他们的学习量和学习环境足以应对未来的国际化发展。来访学生都非常积极、开朗，我们觉得他们对日本文化都非常感兴趣。通过交流，让我感到应尽量扩大自己的兴趣范围。这是一次非常好的机会，让我了解到即使语言不同，只要自己有意要传达，对方也就能理解，还能了解彼此共通的、不同的文化。

○访日团来访时，我负责担任向导和欢迎仪式的主持。和我同组的中国女生给我讲了许多有趣的话题。其中印象最深刻的是，在中国的高中用的是圆珠笔而不是自动铅笔。还有许多关于中国教育水平的话题，让我了解到他们的教育水平非常高，而且，我们虽是同在亚洲的邻国，但在许多方面都有很大的不同。在欢迎仪式上，访日团成员用流利的英语介绍了学校概要。最让我吃惊的是学校的规模。不但有好几栋校舍，还有图书馆和运动设施等，设备完善。还听说不同民族的学生聚集在一起上课，让我重新认识到中国——是个规模庞大而且具文化多样性的

国家。结束一天的交流，觉得能与许多平时生活中没有机会接触的异国同龄人交流，受益良多。能和同组的女生结为好友也是一个美好的回忆。很高兴这次能作为向导和主持人积极参与活动，希望下次还能有这样的机会。

○前几天，通过一个难得的机会，积累了宝贵的经验，是我人生中重要的一天。因为我不会说汉语，所以一直担心交流能否顺利进行。但是，开始交谈后觉得中国高中生们都非常友善，我们交流得非常开心。即使我的英语和汉语说得不好，他们都会努力捕捉我所说的只言片语，再用翻译软件等方法和我交谈，我很高兴他们应对得这么周到。

他们还和我们一起合影，表演了魔术。多亏这些热身环节，打消了我交流前忐忑不安的心情。在小组交流时，我和茶道体验时结识的女生们组成一组。让我吃惊的是自我介绍时我只能用简单的英语，而中国高中生们都能说一口流利的英语，年龄比我小的女生也和大家一样流利，我希望将来能说得像他们一样流利。自我介绍完后，他们还利用空余时间为我介绍了中国的歌曲。优美的歌声至今仍留在我的脑海里。虽然小组交流的时间很快就过去了，但是我们过得非常充实。

通过这次交流，我感受到即使汉语和英语说得不好，只要怀着友好的情谊就能共同度过愉快的时光。而且，我有了要更加了解中国的文化和语言的想法，希望将来有机会到中国去。

这次交流已经成为我人生中宝贵的回忆。谢谢。

○6月17日我们和山西省的高中生共同举办了交流会。我负责购买欢迎会所需的饮料和零食，还装饰了会场。

在交流会上，首先让我吃惊的是中国高中生们非常积极和我们交谈。能积极与使用不同语言的人交谈，正是我要学习的地方。在赠送礼物和拍照留念过程中，我们之间的隔阂逐渐消除，气氛变得融洽轻松，我感到非常高兴。刚开始因为紧张觉得提不起劲，但这样的心情很快就烟消云散，我们交流得很开心。我还给大家示范了剑玉。平时经常练习都没问题，可能是太紧张的缘故失败了几次，但恢复原来的状态后大家好像都对剑玉挺感兴趣似的，我就开始教大家玩剑玉。虽然不知道我所说的大家是否都能理解，但演练成功时大家都和我击掌庆贺，我真的很高兴。

通过这次交流会的活动，让我明白了很多道理：积极交谈能渐渐与对方沟通、刚开始听不懂也能逐渐理解、用外语交流非常有趣等。如果下次还有机会的话，我会积极主动地享受交谈的乐趣。

6. 访日团成员发布的信息

 第三天，参观了世界闻名的京都府，金阁寺很壮观，岚山也让人流连忘返。更重要的是，日料很美味哦！	 今天的学校交流，交了新的朋友也了解了中日学生之间的共同点与不同点，明白了纵使语言不通，但是心灵却是想通的😊 日本茶艺历史悠久，今天通过学习茶艺明白了其中的礼仪与历史，让我受益匪浅😄
 SASIKI 今天和同学们度过了美好的一天，民宿体验招待我们的爷爷奶奶很友好热情，为我们做了木头项链，我们一起做了晚餐，也为我们介绍了许多他的事，房屋，自己的爱好和作品等，今天很开心😊	环境超好 身心愉悦 日本人民都很友好和善 窗外就是日本的东京塔 难忘📷 
 又是一天高中体验 数学课称霸 体育课累死 美术课尴尬 交流课好玩 还收到了一个让我回了中国才能打开的礼物 捏着像是一包纸 好吧我已经打开了 被玥姐说中了，真是手帕😂😂😂	超幸运🍀 天气预报说会下暴雨 不但没有下还看见了彩虹 田园生活🌿 和民宿的爸爸妈妈一起做饭🍲 三文鱼豆腐 鸡蛋灌饼 凉拌小菜 等 一起玩传统小游戏🎲 送礼物给民宿的爸爸妈妈 介绍自己的家乡🌍 家里超温馨 桌布 厕所装饰 碗碟 茶杯 拖鞋 等等都非常精致 



7. 在报告会上发表回国后的行动计划



- 在学校或班级，开展主题班会，分享访日的所见所闻和心里感受。
- 就日本的志愿服务方式与同学们进行讨论，吸取日本值得我们借鉴的地方，如把个人服务也列入服务列表之中。
- 看更多动漫，与时俱进，开始学习日语，在这次交流学习中学到了许多日常用语，真的很有兴趣去学习更多。
- 通过邮箱，Wechat 等继续同日本友人保持联系。
- 在校内开展大扫除，捡拾垃圾等活动，逐步让同学们养成保护校园环境的习惯，进而提高同学们的环保意识。