

中高生向け

# 海外に行く？行かない？自分で考えるための11の質問

✦ 「自分で考えて納得する」ために、  
まずは気持ちを整理してみよう

 まずは自分の気持ちについて考えてみよう

- 新しい環境や国で生活することにワクワクしている
- 友達をつくるのはそんなに苦手じゃないと思う
- 言葉(英語など)が通いなくても、何とかやってみようと思える

 家族や学校生活についてどう思う？

- 家族とは一緒にいたい気持ちが強い
- 今の学校や友達との関係はとても大切だと思っている
- 海外の学校に少しでも興味がある(現地校やインターなど)

 勉強や将来のことも考えてみよう

- 勉強に関しては、自分である程度頑張れると思う
- 将来、日本での受験や進学も気になっている
- 海外での経験が、自分にとってプラスになりそうな気がする

 海外の学校に通うことのメリット・デメリットは理解してる？

- 完璧に理解している
- なんとなくわかる

✔ チェックの数で考えてみよう!

7個以上 → 海外に行くことを前向きに考えてみていいかも!

4~6個 → 不安もあるけど、話し合いながら決めていこう

3個以下 → 無理に行く必要はないかも

ほかの選択肢も考えてみてOK!

💡 どんな選択でも「間違え」じゃないよ  
大事なのは、「親が決めたから」じゃなく  
自分で考えて選ぶこと

行く・行かない、どっちを選んでも、  
家族はあなたの味方だから安心してね



🗨️ 親子で話すきっかけに!

一緒にこのチェックリストを見ながら、

感じたことを話してみよう

行く・行かないを今すぐ決めなくてもOK!

大事なのは、

話せること・考える時間があることです😊