



FRIENDS

The Friendship Force of Saitama 会報 第 120 号 (2026/7)

<http://www.ffiisaitama.com/>

USA Minnesota Twin Cities と Iowa Des Moines 合同受け入れ
2026 年 3 月 27 日(金)～4 月 2 日(木)



初めての AHC

深澤美紀子

FF 埼玉に入会して3年。二年前にミネソタ訪問をしたご縁で、この度初めて AHC をお引き受けしました。運営のノウハウも裏側も知らないまま始めた大役に不安と戸惑いの連続でしたが、ベテランの先輩たちに聞きまくって、アドバイスを頂きながらなんとか無事に終わることができました。終わってみれば改めて交流の大変さと大切さを学ぶことができ、助けてくださった皆様には本当に感謝しています。

ところで、ちょっと印象深いエピソードがあります。アメリカとのやり取りで英作文の日々の中、何かの折に愛用のジーニアス英和辞典で Friendship という単語を調べた時のことです。そこには「Friendship Force」の項目があることを発見。「外国人を一般家庭に泊

める世話をする国際親善機関」とありました。

アイオワのACであるマイクさんがある日「私たちは観光が主な目的で来ているのではない」という趣旨の発言をされました。昨今日々のニュースを見るたびに「なんでアメリカ国民はこんな大統領を選んだのだろう」とつくづくいやになってしまうことしきりです。

でも今回一人一人のアンバサダーのお顔を拝見して、「友情から国際平和へ」というFFの理念をこれほど痛感したことはありませんでした。FFは認知度も高いとは言えず、どちらかと言えば地味で大変な交流ですが、FFはとても有効で大切な場なのだ気が付きしました。高齢化の進む中で課題も多いことと思いますが、一人でも多くの方にかかわっていただきたいと思います。

フリーデイの思い出

外山哲代



2日間のフリーデイを利用して一緒に楽しみながら交流を深めたいと思いました。

お二人は、日本が初めてとの事で一日目の東京では、浅草、銀座、歌舞伎座、日比谷、東京駅をめぐるしました。日比谷では、ミッドタウンビル6階のパークビューガーデンのテラスでソファに腰かけて、日没前のお濠をゆっくり眺めながらお喋りし、東京駅ではキッテビルからライトアップされた駅舎を眺めました。普段は、車の生活が多く、ご年齢などを考えると電車や地下鉄に乗っての東京観光は、かな

今回の受入れでは、Iowa から Ronda さん、Michael さんご夫妻を我が家に迎えました。2024 年の Minnesota、Iowa の渡航の際は、お二人とお話をする機会はありませんでしたが、

り疲れると思いましたが、東京を観たいとメールを頂いていましたので、それに応えたいと思いました。電車では、座席を譲って頂く機会が多く、日本人の優しさも経験された様子でした。

もう一日は、さいたま市のローカルな景色を眺めて頂きたく、日本一長いと言われる見沼用水沿いの東縁の桜並木を、大宮の膝子から東浦和の通船掘りまで、所々車を止めて歩くというドライブをしました。日本のピクニック気分も味わって頂こうと、おにぎりをこしらえることにしました。海苔や、中身にお魚を使ったものは好まない様子でしたので、塩むすびを黒コショウのきいたハムで巻き、さらに薄焼き卵で包んだ洋風おにぎりをとても喜んで召し上がって下さった事が私には良い思い出になりました。



春の受け入れを終えて

西村純枝



先ずは今回の受け入れも無事に終わりほっとしている。

これを書いている今、アンバサダー達は埼玉クラブステイが終わり、箱根から京都、大阪観光を経て郡山クラブへと向かっている頃かと思われる。近頃は1か所、2か所のクラブ交換とプラスチャーターバスや新幹線などで一週間程度の自分たちだけの旅を楽しむ傾向があるようだ。高齢の方の多い中、3週間を初めての日本での体験はどんな印象だったのだろうかと思う。

我が家にステイした Robin & Peter は、大らかで旅の達人であったので(ステイ前後6泊ほど東京へプラスの滞在)この交流を楽しむ術も身につけら

れていたと感謝している。我が家の部屋へ入るときは頭を2回ぶつけて血がでてしまった。

Robin は、魚介の入ったお好み焼きを(イカやカキは苦手と言っていたが)美味しく食べ、お皿洗いもちやかちゃかやってくださり、上野界限では、Peter はやってみたかったパチンコで商品をゲットし、屋台のイカ丸ごと焼きを買い食べ大喜び。地図にマークを入れ、東京のなんでも手が届く感覚が気に入ったようだ。Robin は箸置きを喜び、満員通勤電車の押しつ押されつリュックを前に、その状況が愉快だとばかり、一両に響き渡るような笑い声で、横の日本人女性も耐えられずつられ笑い。多くの初体験を楽しんだようだ。



ホームホストを終えて

井上和子

2024年9月、FFで初めての海外渡航としてアメリカのミネソタとデモインのクラブを訪れました。その際、デモインで私をホームホストが、Gene & Gail Lutch ご夫妻です。お二人は温かく迎



えてくださり、心に残る時間を過ごしました。その後、ミネソタ・デモインクラブの埼玉クラブ訪問が決まり、Lutch ご夫妻が来日

されると知った私は、ぜひ今度は私の家に滞在してほしいとお願いしました。そして今回、その再会が実現したのです。来日前のやり取りの中で、Gene から「せっかく初めて日本に行くので、東京にいる知人に会えたらうれしい」と聞きました。その知人は、彼が高校生の頃、わずか25人の学年に1年間留学していた日本人女性で、卒業式のプロムに誘った相手だということです。帰国後は会うことがなかったものの、SNSでつ

ながっているとのことで、私が連絡を取り、都内で再会の場を設けました。こうして Gene は、およそ



50年ぶりに彼女と再会を果たしました。当日、彼女は当時の写真を持参しており、私たちはそれを囲んで食事を楽しましました。写真を見ながら思い出を語り合う二人の姿はとても印象的で、Gail

が「彼女は Gene の初恋の人なのよ」と笑って話す場面もあり、和やかで温かな時間が流れていました。今回のアンバサダーには、私がアメリカ滞在中にデイホストやディナーホストとしてお世話になった方々も来日されており、再会を喜び合うことができました。遠く離れた地で出会った方々と、日本で再びこうして顔を合わせられる——その不思議さと喜びを実感するとともに、こうしたつながりを生み出す FF の素晴らしさを、改めて感じた機会となりました。

素敵な日々をありがとう

岩澤由美子



今回の受け入れでは Ambassador の Gail と Gene と一緒に、わたしも井上邸に一週間ホームステイをするという素晴らしい体験をさせて頂きました。一応手伝いという名目でしたが役に立ったのかなあ～？

Gail と Gene は私の印象では思慮深く穏やか、新しいことにも興味を持ち“I’ll try”とよく言っていた気がします。幸いなことに 桜の花がちょうど見ごろで、2人も満開の桜はもちろん風に踊る花びらをきれいと言で、しばらく見入っていた光景は嬉しかったです。Gail は何しろかわいい。小さな花を見つけて“これと一緒に写真を撮りたい”と言って

きたり “こんな素敵なのを見つけたのよ”ときれいな缶(紅茶が入っている)をみんなに見せてくれたり、板のような醤油の搾りかすを珍しそうに眺めたり触ったり等々、楽しんでくれている様子は私たちを安心させてくれました。

そして無理をす



道江さんアンバサダーと共に日光へ

る必要はないし、身構える必要もないし、余計な遠慮もいらないし、というそんな基本的な交流の姿を感じられた日々でした。FF さいたまの団結力・手際の良さも改めて感心しました。

皆さん本当にありがとうございました。ミネソタ、アイオワでの楽しかった日々をおもいだしながら、少しは恩返しになったらいいなあと思います。

2026 年度の Tom と Gelina を迎えて

高堂 綾



今年度のホストは、我が家で迎えたゲストの中では、最も若いお二人でした。笑顔の素敵なお二人

は、お迎えする前から私の気持ちを明るくしてくれる方たちでした。

初めての FF の渡航で日本に来るのも初めてのこと。すべての事柄に感動し、楽しんでいただき、気取らず、温かく、受け入れの私も2023年のシンシナティ受け入れで Milwaukee の Mimi さん、2024年の渡航で彼女の家に滞在、2026年今回のお二人は、Milwaukee からいらして、このように何回かの交換になりますと親しみと気持ちも余裕ができ自然体で迎えることが、素晴らしい交換になるということが、よくわかりました。

彼らが、何を望むのか、どんなことに興味を持つのか、何をしたいのか。英語力ではなく、気持ちを理解し、その余裕がこんなにもゲストを迎えるのに疲れず、彼らが私を称賛してくれて、是非とも Milwaukee の我が家にとお誘いされ、すっかり Milwaukee は身近になったように思います。

IOWA の方々も2025の渡航でお会いした方々でした。

今年の受け入れは、だれもが温かい気持ちになり楽しんだようで素敵な交換になったよ

うに思います。観光旅行では味わうことのできない FF の交換が、素敵な思いで作りになれるように皆さんで今後とも作り上げていきましょう。



2026 HOME HOST

郡山育子



まずは会員の皆様お疲れ様でした。お天気にも恵まれ無事行程を終え日常生活に戻られたことでしょう。私は久しぶりに全プログラムに参加出来、楽しんでしまいました。

この間私は情けない事に自分の携帯電話故障中でとても不自由と言うか痛手でありました。

また、Welcome パーティーが終了し、石橋さんと斉子ちゃんと着物のお片付けして、ホッとやれやれと御茶なんかしようと思っていたら、そんなことしてる場合では無くなりました。アンバサダーの一人はなんと彼女の携帯電話を失くしてしまったと言うではないですか。嫌だ、またカルタスに行くの？ 誰が？ 勿論、私しかいないでしょう。電車で行くの

も自転車で行くのも同じ様な物。憂さ晴らしには自転車だね。跳ばして我慢して行きました。かと思えば、家の鍵を紛失したり、障子に穴を空けてしまいでしたらいいの、とか。そんなことはどうでも良い。「立つ鳥跡を濁さず」と言うのではないか。電気、エアコンデショナーの付けっぱなし、そしてゴミ箱にはたっぷり詰めてこまめに、約束の時間は守るのが難しいのか毎回遅れる。何をどう考えているのか。サンクスカードもなければその後のメールも無し。私は改めて FF とは何かを FFI で再確認する事を呼び掛けて欲しい。

御免愚痴ばかり述べて。だけど本当に FF 会員の自覚を心して。



ミネソタ・デモイン受入れ

新井ミキエ

2026 年 3 月下旬。今年は丁度桜の 1 番美しいタイミングにぴったりと合い、ミネソタ・デモインクラブの交換中はあちらこちらでほぼ毎日満開の桜を楽しむことができました。



我が家にステイしたアンは地元のカレッジで長年英語の先生をされていましたが、昨年 10 月にリタイアした後は旅行三昧を楽しんでいらっしゃる猫も犬も居ない一人暮らしの方です。英語を教えていた学生の中には沢山のアジアの生徒がいたそうなので、私のつたない英語を理解してくれて、又、分かりやすい英語で話してくれたので楽しいステイでした。

那須温泉にもゲスト 5 人ホスト 3 人のグループで出かけました。アン以外の他のゲスト達ともゆっくりお話ししてお天気にも交通の運にも恵まれ楽しく

過ごしました。又、デイホストの川田さんと岩崎さんが招待してくれたデイナーでは打ち解けた雰囲気でお話が弾み嬉しかったです。アンは埼玉クラブとの交換が始まる前に来日していて、前日に川崎でもモーツアルトのコンサートに 1 人で行き、感動した話をしながらパンフレットも見せてくれました。モーツアルト好きな主人と早速 YouTube でモーツアルトの曲を聴いた後は 2 人で拍手をしながら笑っておりました。朝食にはアボカドトーストを作ってくれました。



いつも交換ではアッシー君専門の主人でしたが、今回は一緒に楽しめたステイだったのではないかと思います。

短い滞在でしたが温かな思い出が残りました。

フリーデイには那須温泉に

私たちと Cindy

堀切京子

私はこれまで何度かホストの受け入れを経験する中で、ホスピタリティとは何かを少しずつ理解できるようになってきた気がします。気負わず、ありのままの自然体でお迎えすることこそが、より良いおもてなしなのではないかと思うようになりました。

アンバサダーの Cindy は、小川さんと深澤さんが訪れたミネソタでホストを務めてくださった方です。どんな方なのかお二人にそれとなく伺ったところ、「マイペースで、とても話好きな方」とのことでした。私自身、気楽に接することができそうだと思い我が家にお迎えしました。

実際にお会いすると、まさに想像どおりで本当によくお話しされる方でした。ただ、話すスピードがとても速く、半分ほどしか聞き取れず、自分の英語力の未熟さを痛感しました。本当は

もっとたくさん、さまざまな話をしたかったのではないと思っています。時には少しもどかしい場面もありましたが、それでも終始リラックスした気持ちで接することができたのは嬉しい経験でした。

最後に強く感じたのは、我が埼玉クラブのメンバーのホスピタリティの素晴らしさです。皆が心をひとつにしておもてなしをしたことに、感激でいっぱいになりました。



大山さんから五百羅漢の説明を受ける Cindy

改めて、皆さんに心から感謝申し上げます。

キャロルさんを受け入れて

三浦由紀子

今回初めての受け入れでした。お迎えしたキャロルさんは元英語・フランス語の高校教師で82歳。年齢的に体力面を心配していましたが、その不安は初日に吹っ飛びました。自宅で一息ついた後、「今日の歩数が目標の1万歩に足りないから歩きたい!」と、氷川神社参道を一緒に散策。Seekというスマホアプリで初めて見る植物の写真を撮り名前を調べてコレクションする彼女。スマホも色々使いこなしています! 旅行好きでBeenというアプリにはこれまで62か国訪問したことが記録されていました。

日本文化にも興味津々、さいたまクラブのプログラムはどれもとても楽しかったようです。

自宅では友人親子を招いてポットラックパーティを開き、キャロルさん持参のSkyjoというカードゲームで大いに盛り上がりました! 世代を問わず



楽しめるゲームで、友人も私もAmazonで即購入しました。

フェアウェルパーティ前の自由時間には彼女の希望で上野公園へ。雷門、上野公園の桜と東照宮、公園内のカフェで一休み後、国立博物館の

日本文化展示を一回りして、谷中へ。上野公園から一歩出るだけで静かで趣のあるエリアが広がることに、キャロルさんもびっくり。古民家カフェの卵サンドも喜んでもらえました。

1週間あっという間、多くの方々のご協力のおかげで、刺激的で楽しい受け入れとなりました。心より感謝申し上げます。また受け入れをできたらいいな、と思っています。



メアリーさんをお迎えして

中島正子



今年は加藤さんと一緒にメアリーさんをお引き受けし、歓迎会での黒留袖着付けに始まり、お好み焼き体験、川越

ツアーではお菓子横丁も希望されご案内。また帰りは大宮でお仲間と一緒にカラオケに参加して、ビートルズやPPMの懐かしいフォークソングを青春時代に帰って楽しく歌いました。

今回も来日前に何度もメールでやり取りし、メアリーさんが無呼吸症候群持病がある事を知ったので、安心して泊まりいただけるように配慮して、我家は免疫住宅で、トイレの水までハーバード大学の教授達が以前東京の国際フォーラムで発表された、三重県津市にある赤塚株式会社のFFCテクノロジーを用いた「命を育む水」活水器が付いて

いる事を伝え、更に数本蒸留水のペットボトルを用意した事は、ホストとして初めて!

また我が家でのご馳走は、お花好きのメアリーさんにとって写真の如く、市民の森の桜から始まり、風車の周りに広がる菜の花畑の美しさです!メアリーさんも感激して何枚も写真撮りまくり、更に見沼



用水路に沿ってあちこち桜並木をドライブしながら目のご馳走満喫!今度は美味しいお蕎麦屋さんにお連れし、盛りだくさんの天麩羅蕎麦をご馳走し、彼女の

要望大満足でした。無事に全ての日程終え送別会...そしてお見送りは一番寂しくなる時...でも毎年思いますね、FFならではの異文化交流と心と思いやりの交流は何と素晴らしい事であるかと!

ミネソタ・アイオワ 受け入れ

道江幸江



Cristine は IOWA city より1人で参加されました。日本は初めてとの事です。とても気さくでフレンドリーで楽しい方でした。大柄な割には小食でしたが、和菓子、寿司、天ぷら、そば、と食べてました。お箸も器用に使いこなしていました。私たち夫婦のホストだった Luchth 夫妻と一緒にグループでしたのでフリーデイの日光はとても楽しかったそうです。電車で毎日乗り通学生や通勤客、車窓の景色が珍しかったようです。とても良い体験と言っていました。最後の日は埼玉古墳と博物館へ行き古代のお勉強をしました。今回の受け入れは良く準備され連絡網も機能し、全体として、とても良い受け入れだったと思います。



印象に残る出来事

道江邦利

5. 6年ぶりにゲストの受け入れをしました。時間がだいぶ空いてしまったので、部屋や外回りを整理整頓、清掃するのが少々大変でした。部屋の外側に目隠しを日曜大工で増やしたりしました。正に Spring cleaning です。

それよりもプレシャーだったのは、フリーデイに日光に井上さんのゲストと一泊する計画があり旅館予約が取れないので、男性2名で一部屋、女性は5名(Christine、Gail)との事。旅館と温泉と日本料理は初めてだと聞きました。温泉の入り方？部屋で



何を話す？など気になっていました。

さて、当日 Gene と私は温泉に入りました。二人は全く同じ行動をしました。湯船に入る時間、露天風呂しかり。思い付きで日頃しないのに彼の背中を洗ってあげました。その後、広い和室で暫く沈黙がありましたが、彼の娘さんの結婚式、車のこと、温泉の湯治効用など短い会話が出来ました。良い思い出です。翌日、朝から喉が痛く風邪を引いたようです。昨日の湯治の話は何だったのか？

初めての受け入れを体験して

宮崎裕子

今回ウェルカムパーティーと盆栽美術館ツアーにアテンドし、初めて FF 受け入れを体験しました。これらのプログラムを通して感銘を受けたことがいくつかあります。

まずウェルカムパーティーですが、受け入れ側の皆さまが無駄なく、テキパキと動いていらっしやったことです。指示がなくともご自分の役目をわかっていらっしやる。そんな印象を強く受けました。



大宮盆栽美術館にて

また、生花、書道、着物の着付けというさまざまな日本文化の紹介もプロフェッショナルで素晴らしかったです。アンバサダーの方々もかけがえのない体験をされたことと思います。盆栽美術館ツアーもそうなのですが、アンバサダーの方々の日本文化を知りたい、経験したい、そして我々と交流したいという積極的な姿勢が強く印象に残りました。今回アンバサダーの方々はアメリカからいらっしやいました。アメリカも世界も今非常に混沌としています。今回のアンバサダーの方々と交流し、多文化共生や相互理解も難しいことではないと希望を抱くことができたのは FF 受け入れ体験のいちばんの収穫でした。



アンバサダーAnn 稲垣洋子

新井ミキエさんホストの後を引き継ぎ
Ann をホストしました。

ちょうど開かれていた写楽展にも行
き、活動的な Ann は何にでも興味を示
し、一緒に楽しむことができました。



写楽展に

毎日プログラムに参加し、スナップ写真を撮ってくれた丸山由喜雄さん、ありがとうございました。



日本文化体験



大宮盆栽美術館にて

川越散策



フェアウエルパーティ



パフォーマンスの交換

今後の予定

7月18日(土)10:00～	会員交流「ミニコンサートと食事会」	シーノ大宮 8F 音楽室
10月24.25日	FF 日本大会 FF 長崎クラブ主催	ANA クラウンプラザホテル長崎

発行：ザ・フレンドシップ・フォース・オブ・埼玉

広報部：浜 堀切 石橋 浜島 川田 田中 原田史 HP 担当:堀切

発行日 7月10日