

JENESYS 2018

21 世纪东亚青少年大交流计划

第四组

专题探究报告

日本和香港于环保回收政策之异同 及 其对生活质素的影响

指导老师: Mr CHEUNG Chun-lun, Alan



组员名单:

何浩贤	纺织学会美国商会胡汉辉中学
李佩榆	真光女书院
关子星	圣言中学
黄纪悠	仁济医院靚次伯纪念中学
任蕙翹	嘉诺撒圣心书院
梁贺壹	圣保罗书院
陈悦	基督教香港信义会元朗信义中学
刘紫婷	宣道会陈瑞芝纪念中学
余松蔚	港岛民生书院
邝芷晴	青松侯宝垣中学
米皓月	圣玛加利男女英文中小学

目录

1. 题目界定	p. 04～p. 05
2. 相关概念	p. 05
3. 深入解释议题	p. 06～p. 13
4. 总结	p. 14
5. 组员感想	p. 15～p. 19

1. 题目界定

研究背景

日本国民于十九至二十世纪面临极大的环境污染问题，例如明治维新后半渡良瀬川下游的居民饱受上游铜矿场重金属污水中毒的困扰，1954年汞污染所导致的水俣病爆发等等，均对日本人的健康和生活素质造成沉重负面影响。

日本国民在 1990 年代认识到垃圾减量化的必要性。当时，媒体大肆报导类戴奥辛物质（dioxin-like compounds）问题，政府也随之加强管制措施。

日本人的垃圾分类大概分为「不可燃垃圾」、「可燃垃圾」、「瓶、罐」、「家庭用小型电器」、「危险器物」等。

由于日本每个市町的回收系统不一，所以他们每次搬家，首要做的就是向邻居索取一份当市的垃圾分类指南。一个政策要成功推行，当然要社会上不同人的配合，例如市民、清洁工人、政府、生产商等等。由于日本人向来都很注重规矩，所以回收政策能推行顺利。

环保回收分类程序如下：

每个家庭都要根据垃圾分类指南，用不同的胶袋和标签将不同类型的垃圾分类。餐厨垃圾每天最早由清洁工人接收，其余的垃圾也于每周固定的时间接收。

如果分类错误，清洁工人会在垃圾袋上贴一张黄色的「分类错误注意纸条」，再用红笔标出到底什么东西分类错了。

研究动机

首先，全球暖化、冰川融化等等是现今备受关注的国际问题，能够解决这些问题的方法，就是透过我们在日常生活中减少废物和提高我们的环保意识，因此政府或组织都努力宣扬及教导相关概念。我们也希望借着这个专题研习，提高大家对环保的关注。

第二，日本的回收方法和科技闻名中外，也是日本的特色，我们希望透过研究，了解日本人的生活习惯、科技发展、文化和传统。

第三，我们希望能发掘日本环保回收措施的过人之处，再和香港作比较，找出香港的不足之处，提出改善方法，从而令措施容易推行之余，有更大的成效。

焦点问题

1. 日本在学校和家庭中如何推行环保回收政策？
2. 日本环保回收政策的成效如何？
3. 环保回收政策为日本国民生活质素带来怎样的影响？
4. 日本及香港在环保政策上有甚么不同的地方，以致两地的生活质素有异？

2. 相关概念

可持续发展

可持续发展是「既能满足当代的需要，而同时又不损及后代满足其本身需要的发展模式。」对香港而言，可持续发展的涵义就是：在追求经济富裕、生活改善的同时，减少整体污染和浪费；在满足我们自己各种需要与期望的同时，不损害子孙后代的福祉；以及减少对邻近区域造成环保负担，协力保护共同拥有的资源。

资源回收再利用

收集本来要废弃的或用过的产品，经加工后再制成新产品供使用或出售。

环保

环境保护 — 简称「环保」，是指人类为解决现实的或潜在的环境问题，协调人类与环境的关系，保障经济社会的持续发展而采取的各种行动的总称。



3. 深入解释议题

一. 日本在校园及家庭中如何实践环保回收的政策？

校园方面：

在访问学校的过程中，我们与当地的学生讨论了有关日本环保回收的政策，同时也注意到日本高中校园里一些特别的回收细节。如每间课室都会设有几个环保回收箱，贴有各式垃圾分类的标识，鼓励同学把垃圾扔进相关的回收箱中，养成垃圾分类的好习惯，提升了日本学生的环保回收意识。

另外，我们也发现在日本校内的公告板上会张贴各式各样与环保回收或处理垃圾相关的海报，借着这种宣传教育方式，培养同学们爱护环境的意识，令日本环保政策普及。



家庭方面：

通过对寄宿家庭的访问，我们发现日本家庭都各自拥有一张特别的日历表，提示回收各式垃圾的时间——他们需要在特定的日期弃置不同类型的垃圾。例如一个星期可回收两次可燃垃圾，日本家庭需要在平日把它们储存起来，并在回收日时把这些垃圾送至收集处。逾时的话，就必须把垃圾继续存放在家里，等下一个相同垃圾分类的回收日期到来，才可将垃圾处理。

与此同时，不按规矩分类垃圾的居民也会受到邻里街坊的谴责，这种相互督促的氛围帮助政府监管了违反政策的民众，并用让其心中生愧的方式达到惩罚的效果，无须罚款亦能让对方加以改正，大大增加了日本环保回收的成效。

我们更发现部分（主要位于郊区）日本家庭，会将自家厨余转化为肥料以供农业种植用途。这种自给自足的方式既减少了厨余垃圾，又有培植有机蔬菜的妙用，实在是一举两得。

二. 日本环保回收政策的成效如何？

哈佛商学院教授 Geoffrey Jones 在日经撰文指出¹，「日本跟众多亚洲城市一样，拥有拥挤的人口以及稀缺的资源，且日本不是天生就这么干净，这个国家也经历几十年经济成长的大量浪费与污染后，才意识到要采取行动。」日本在 1960 年开始允许焚烧垃圾，但到 1990 年代类戴奥辛物质污染达到历史最高水平后，非法倾倒垃圾现象就变得愈来愈多了。1993 年日本通过基本环境法，为新型废物管理系统提供一个总体框架，而把执行权留给地方政府。

环保回收为市民带来了更好的生活环境，日本的垃圾收集系统从收集生活垃圾开始，大城市的街道都有详细的垃圾收集路边标志、每周收集时间表和彩色图标规则。市政当局公布的废物处理指南长达 30 页。家庭和公司需把垃圾分成可以燃烧的物品(例如厨房废料和纸张)、不能燃烧的物品(如电池和电子设备)，以及可以回收的物品(如报纸)。这些垃圾是按时间表收集的，并带到不同地方处理。由于垃圾种类多，分类需时，且每种垃圾回收的时间不同，一般家庭会把垃圾分类表贴在冰箱或墙上，以免弄错。若错过了回收的时间，就只能等下一次的回收，家里就会囤积一大堆垃圾了。

在垃圾回收日，若家庭分类错误，清洁工人员会在垃圾袋上贴一张黄色的「分类错误注意纸」，再用红笔标出到底什么东西分类错了。然后该星期负责垃圾场清扫的社区家庭就必须带回清洁队没有收走的垃圾袋，自己分类后，再等下一次丢出²。每个社区家庭都要轮流负责回收场的清洁工作，若做不好分类，总有一天会轮到他们收拾，所以日本家庭通常不会不分类就乱丢。

日本环境部计算每年废物管理的总成本为每人 15,300 日圆，但日本的成功不只奠基在巨额支出，而是能定优先处理问题，并愿意将废弃物视为一种资源。如日本一千多个焚烧厂除发电外，亦会用所产生渣滓，与水泥混合后用于铺设道路。能够成功当然还要加上有效的地方执行及高水平的公民参与，譬如日本街头没有设置垃圾箱，是因为不乱扔垃圾已成为日本文化的一部分，大多数日本人都会把垃圾带回家，他们口袋都有塑胶袋用来收集垃圾。保持干净的概念已深入学校教育与公民生活，加上以感恩惜福的心情来看待自然万物的价值观(日语「勿体无」)，都是造就日本成为全球模范的基础。此外，学校四周都张贴了许多关于回收利用的海报，每个课室都有分类垃圾箱，从小培养他们的回收习惯。

¹ <https://www.cup.com.hk/2018/09/13/waste-asia-pollution-japan/>

² <https://ifun01.com/BSV9ZFH.html>

日本媒体亦会给国人灌输「分类愈入微，愈环保」的思想。日本人注重规则，不遵守社会规则的人通常会被标签为「缺乏社会常识的人」，受到其他人鄙视。也因为这一种社会风气，使得日本顺利推行环保回收政策。³

但是，日本于产品包装方面与海外国家出现了很大的差异。一般旅客都可能会感觉到「不管什么东西，日本都包装过多，而且包装得很美」。实际上，日本的商品确实有过度包装的问题，尤其日本人对商品的要求非常严格，可以说是全世界要求最严格的一群消费者。虽然现在已经逐渐改善过度包装的问题，但是比起其他国家，仍有不足⁴。有些包装实在非常漂亮，让人舍不得拆开，可是，不拆开也不行，拆开的话，那些漂亮的包装就变成垃圾。日本一方面推行环保回收，但另一方面则因过度包装而制造了许多不必要的垃圾，实有自相矛盾之嫌。



三. 环保回收政策为日本国民在生活质素方面带来了怎样的影响？

首先，就经济方面而言，日本的环保回收政策给予市民实际的经济利益。众所周知，日本是一个岛国，山多地少。再加上处于四个板块的交界处，日本的矿产并不丰富，这导致日本的天然资源匮乏，人民无法如中国人般过自给自足的生活，他们也深明此理。⁵同时日本人有很强的国民身分认同，他们都希望可以减少对政府的负担，而在良好教育的推动下，培养了国民爱护环境珍惜资源的意识。住在较偏远郊区的居民们大多都拥有自己的田地，又用家中厨余作为肥料，以望能够尽量做到自给自足，既减少了垃圾又能享用有机食品，切切实实地提高了生活质素。另外，由于进口食物的成本和出售价格都比本地产品要高得多，许多日本国民都倾向使用本地生产的食品。一来可以减少购买食物的支出，二来可以降低日本整体进口食品的数量，促进了本地农产业的发展，同时也推动了国家的经济发展。⁶可见无论从微观层面或宏观视野来看，环保政策对日本经济有着十分正面的影响。

³ <https://m-miya.net/blog/japan-trash-out.html>

⁴ <https://m-miya.net/blog/japan-trash-out.html>

⁵ http://www1.geo.ntnu.edu.tw/~shensm/Course/CourseWork/AsiaPacific_Stu/Japan/%E7%94%A2%E6%A5%A4.html

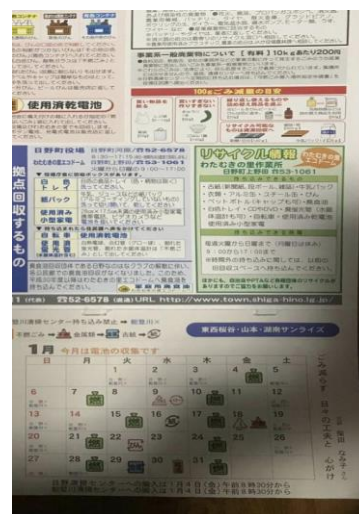
⁶ <https://kknews.cc/zh-mo/agriculture/g5e495e.html>

其次，日本战后经济复兴，在岩户景气后的1960年代，国民收入、生活水平的上升逐渐改变社会文化。美式生活兴起，一种「消费即美德」的价值观完完全全地体现在当年日本国民的消费模式和流行文化之中。那时候日本国内尚未发展出一套成熟完善的废物分类回收系统，垃圾随意丢弃的现象渐渐浮现。随着垃圾、环境污染等「公害」长期困扰日本政府和地方民众，废物分类回收政策得以引入，并对日本国民的生活产生长远影响。



环保回收的政策开始在日本推行，而基于羞耻心及公德心，国民于任何场所都严格遵从政策并仔细地将垃圾分类。加上泡沫经济爆破的历史背景，普通日本民众也一改以往「消费即美德」的社会文化。年轻一代不再热衷消费，兴起了极简生活主义，一种新的社会文化令日本国民摒弃一味地崇拜高消费的奢侈生活态度。

然而，日本商店会使用大量的包装纸及塑料袋，甚至每当旅客买很多东西时，他们都会帮旅客附上相应数量的塑料袋以方便送人之用。更甚者，日本人在买面包的时候，服务员也会附上相应数量的塑料袋子。他们一方面如此「慷慨」使用塑料袋，政府则一方面推行着回收政策，实在有背道而驰的意味。



不过，日本环保回收政策对于国民的生活素质还是有提升的。它减少了制造各种产品时的能源消耗，也改善了国内环境污染的问题。这一系列的政策强制国民把废物回收，从而循环再造各类物质。不少开采、制作新产品时使用的能源，及其带来的污染亦会降低。例如将近举行的2020年东京奥运，所需的多面奖牌，也是从国内的回收物料制作而成——科学家们发现从手机，电脑中回收黄金，比从矿穴中开采黄金效率更高，一吨的手机可以提炼150克的黄金，而世界上最优质的金矿，一吨的矿也只能提炼出50克左右的黄金。另外，提炼金属所排出的污染物其实非常难以处理，例如提炼黄金会产生水银。加上从矿穴提炼金属所耗用的大量能源，这里所有的能源开销皆可透过回收而减低，污染指数也是同理。这可以缓和空气以及水污染，并使国内的环境改善，提高了空气素质，保护了自然生态。可见，日本的环保回收政策为国民的生活环境带来了十分可观的正面影响，提升了国民的生活素质。

此外，环保回收政策还提供了适当的垃圾处理方法，以配合废物回收，日本政府非常着重垃圾分类，他们会安排垃圾车在指定日期收集指定种类的废物，又为每个地区编制并印刷废物回收月历。这有助国民有系统地处置家居废物。以我们寄宿家庭所在的日野町为例，居民需在每星期指定的两天扔弃可燃垃圾，在其他时间扔弃垃圾为非法行为。居民们会把垃圾妥善处理并在家中保存至下一个收集日期。故此，垃圾站中便不会出现赶不及收集处理废物的情况，而街道上的垃圾桶与废物的数量也得以大量减少，改善了街道的卫生。这套环保回收政策令日本国民所居住的社区环境变得更加清洁，街道干净畅通，亦确保了垃圾会被物尽其用，适当丢弃，从而提升了国民的生活素质。

四. 日本及香港在环保回收政策上有甚么不同的地方？

环保政策

	香港	日本
分类方法	- 塑胶 - 铁罐 - 纸张 - 电池 - 电器	- 不可燃垃圾 - 可燃垃圾 - 瓶、罐 - 家庭用小型电器 - 危险器物
家居垃圾分类方法	家居垃圾大部分都不会分类处理，住户会把所有垃圾放在同一个垃圾袋里面，清洁工人也不会把家居垃圾分类	- 清洁工人会在错误分类的垃圾袋上贴一张黄色的「分类错误注意纸条」，再用红笔标出到底什么东西分类错了 - 住户要带回清洁工人没有收走的垃圾袋，自己分类后，再于下一次丢出
回收时间	没有指定回收时间	- 「可燃垃圾」：一星期两次 - 宝特瓶：两星期一次（标签和瓶盖必须分类到「塑胶类」） - 「不可燃垃圾」 - 塑胶类：一星期两次 瓶、罐：两星期一次 - 锅炉、金属：两星期一次 - 「家庭用小型电器」：每月一次 - 「新闻、杂志、书籍、纸箱」：每月一次
垃圾收集时间	垃圾收集时间通常是晚上，但住户随时也能把垃圾丢到大厦的垃圾房	清洁队收集垃圾的时间是早上八时半到九时左右，赶不上的话，便得再等下一次
垃圾收集	- 街道和垃圾房有垃圾回收箱 - 没有回收商收集和處理家居回收垃圾	- 街道上垃圾桶数量少 - 垃圾分类指南里有「一年垃圾收集表」
利用垃圾促进科技发展	通常以堆填方式处理垃圾，暂未研发相关技术利用垃圾进行发电	善用能源：日本发电厂成功研发利用生活废物发电的技术，例如透过提炼厨余中的沼气以发电，此方法比传统焚化或堆填厨余的方式成本更低（省掉约3000万日圆）、更环保并减少能源消耗
回收条例	- 没有规定回收量 - 环保回收的工作源自市民的自发性	- 规定不同地方的回收量：日本有法例为不同群体制定垃圾回收量，例如超级市场需回收四成半的垃圾、餐厅需回收四成的垃圾、食物制造工厂需回收八成半的垃圾。回收量不足者会被罚款 - 基于条例的约束性，日本能实行源头减废，减少垃圾制造量

环保回收政策如何影响两地生活质素

	香港	日本
社会	- 因堆填区和焚化炉的选址，引起各持份者的纷争，减慢处理垃圾政策的推行 - 市民的环保意识不足	- 因有完善的垃圾回收系统及政策，市民和商户早已视垃圾回收为生活习惯，甚至是社会规范，公民意识及教育成效优秀 - 市民十分主动，非常愿意为日本的国际形象和声誉出一分力，社会十分团结
经济	- 一些能循环再用或再造的物料遭弃置，浪费资源，而且城市发展策略未能于环保方面考虑周到，令垃圾回收未能惠及经济发展	- 能把环保和经济元素融合，如把焚化炉一带设立为旅游区 - 能好好善用回收物品，减少资源的浪费，以及有助科技的发展
环境	- 废物数量不断增加，政府只依赖堆填区和焚化炉去处理垃圾，令香港的空气污染越来越严重，堆填区附近的居民（例如将军澳）也受到影响	- 回收的垃圾经过处理和加工之后制成新的物品和商品，因此减少许多制造能源和生活用品的成本

「一年垃圾收集表」



「垃圾分类胶袋」



参考资料来源:

<https://m-miya.net/blog/japan-trash-out.html>

<http://www.liberalstudies.hk/video/programme.php?vid=thwel6-0006-seg01>

<http://www.epochtimes.com/b5/17/7/21/n9447939.htm>

<https://wiki.mbalib.com/zh-tw/环保>

<https://m.moneydj.com/fla.aspx?a=f53941da-2c2d-437d-b7aa-c7cadd446069>

<https://news.now.com/mobile/life/player?newsId=309841&refer=>

<https://www.bbc.com/zhongwen/trad/amp/sports-47195866#referrer=https%3A%2F%2Fwww.google.com&tf=From%20%251%24s>

<https://www.city.koto.lg.jp/skoto/kotocity/gomi.html>

总结

日本只花了很短的时间去培养国民的回收习惯并改善了环境，我们认为日本政府在提高日本人的环保和公民意识上担当着重要的角色。在日本，家居垃圾分类是必须的，如果未能把垃圾分类，回收商不会处理垃圾，并会把垃圾放回住户的门口。但在香港，回收是靠市民自发行动，未能令整个城市的人都配合。因此我们认为香港政府可以强制推行回收政策，令垃圾分类回收成为市民日常生活的一部分，习惯成自然，由强制回收，变成自愿自发的回收。

我们认为香港人环保意识不高和环保回收未能普及是由于以下因素：

1. 香港人对速度和便利的追求：我们为了方便自己和配合急速的生活，忽略了环保的重要性，例如买外卖的时候，我们不会自备餐具和食物盒，反而会用即弃的餐具和盒子。
2. 香港回收行业发展速度慢：香港回收的垃圾都是出口到其他地方（例如中国内地），再加工才能变成新的产品，因此回收商赚的钱不多。此外，香港也缺乏生产商把回收的垃圾循环再造，未能发展一条完整的生产线，加上政府对回收行业资金上的支持也不多，就算市民愿意把垃圾分类，本地回收行业发展亦未能配合。

感想

宜道会陈瑞芝纪念中学 刘紫婷

真的很高兴有幸成为JENESYS代表团的成员之一，这几天的经历令我获益良多，亦扩阔了自己的眼界，实在要对安排活动的全体人员表示衷心谢意。自己最深刻的经历莫过于在日本学校的考察。出发前，以为自己慢热的性格会很难跟日本学生相处，更何况在语言不通的情况下，但很快我就已经被日本学生的热情所感染。他们的热情好客令我十分感动。我了解到日本学生都只专注于一个社团活动，而且几乎每天都有练习。他们认真的态度，令我反思到自己是否也应该全心全意发展某一专业范畴，从而得到更高的成就，当然那份态度是更值得学习的！除了日本的朋友之外，我亦有机会认识到来自不同学校的香港学生。一连串的训练和连续九天日日夜夜的相处，令我对他们有更深的了解，成为了好朋友，深信这份友谊是无可取缔的。今次交流，是我人生中一个很难忘的回忆，希望日后都有机会参与更多类似的活动，扩阔眼界。

纺织学会美国商会胡汉辉中学 何浩贤

经过这次交流团，我们得以了解日本对环保回收、教育等方面的重视。民众的自我约束性很高，他们会主动减少制造垃圾和把垃圾分类。在寄宿家庭时，我们除了和所属家庭闲话家常外，还谈论香港和日本在环保政策上的不同，亦看见他们会主动把不同垃圾分类，可见他们十分重视环保。当地学生也会在校内积极进行回收工作。在探访当地学校时，我们发现每间课室都会设有几个环保回收箱，同学更会设计一些画作来鼓励其他学生进行垃圾分类和回收，这反映日本学生除了重视社团活动和学业外，亦着重环保。反观香港，主要由政府做主导，例如宣传、讲座等。大部分市民为了追求方便，不太理会环保工作，只有少数市民会主动把垃圾分类回收。学生主要把时间和精力投放到学习或课外活动，鲜有主动参与环保方面的活动。即使有老师、专业人士的宣传，亦难以引起同学对环保的关注，所以我们的环保意识都较日本的学生为低。其次，香港的环保回收政策亦不及日本的完善，例如垃圾分类、回收方法等等。由此，我觉得这次的交流团除了增加对日本环保回收方面的认识外，亦能反省香港回收不足的因素，希望可参考日本的做法，制定更合适香港的环保政策。

真光女书院 李佩榆

转眼间，一个有意义的活动就此告一段落，实在感触良多。我性格内向，本以为自己无法融入交流团活动，但很感激各位组员的包容和帮助，使我能够充分投入，并认识了很多朋友，包括香港的组员和日本的学生。我很感恩能够有一个善解人意的同房组员，亦有一个风趣幽默的张老师会在到达某些景点时详细讲解。感激在学校交流中那些亲切友善的日本同学。更感激在短短的一天中，让我感受到家人般爱和温暖的寄宿家庭。

这次活动让我大开眼界，除了看到日本购物和美食天堂的一面外，亦看到日本平民生活的一面。日本的环境干净，并不是魔术所变成的，而是日本国民不断以行动来维持。我不禁反思，自己在日常生活中，是否真的有为环保出一分力？我能够做些什么呢？

嘉诺撒圣心书院 任蕙翘

光阴似箭，是次交流一眨眼就过去了，很感恩这次遇到的人：来自香港的、澳门的，还有日本的朋友们。这次日本交流团的经历让我亲身体验到平时只能在电脑屏幕上看到的不同日本文化，这次旅程带给我非凡的感觉，不但感受到当地的生活习俗，还有风土人情，令我获益良多，例如了解当地的教育制度、环保回收的方法和政策。组员间互相包容，一起努力完成专题研习，训练了我与人合作的能力，也给予我向大家学习的机会，改善自己，让自己变得更加成熟。在日本交流时，我和日本朋友有着语言的障碍；做专题研习寻找资料时也遇到难题，例如未能好好的和寄宿家庭的爸爸妈妈沟通，未能找到最合适的资料，但是我学会了从错误中学习，懂得了反思，让自己不会再重蹈覆辙。这次交流绝对是生命旅途中最难忘的里程碑，有缘遇到这群好同伴绝对是一个令我毕生难忘的经历。

青松侯宝垣中学 邝芷晴

时间犹如白驹过隙，眨眼间九天的旅程便结束了。这次的日本之旅我学到很多，了解到日本的文化和习俗，还学习了团体合作。透过参观不同的地方，我开阔了眼界。另外，我很感谢我亲爱的队员和老师，在整个旅程中，我们都能够做到互相扶持、帮助及体谅，无论发生什么事，队员都第一时间出现在身边陪伴我，支持我。而在做研习的过程中，我们渐渐培养出默契，每次讨论时大家都热烈投入。此外，还很感谢张sir一路以来的付出与陪伴，他总为我们着紧，也总在旁边提点我们，才能使我们的研习做得如此顺利。我很感恩能有此机会参加这个日本交流团。

圣保罗书院 梁贺壹

时钟缓缓地走着，时间悄悄地溜走，时光总是不留人。回望那九天既美满又梦幻的旅程，到现在却要匆匆忙忙着准备期中考试，感觉好不真实。很感激，有幸参加这别具意义的旅程。由第一次大家面面相觑的训练，到旅程中大家每天吃喝玩乐，每晚力困筋乏的练舞并开研讨会，再到离别时那难舍难离的场景，现在也历历在目。过程中，有着道不尽的得着及感想，而当中让我体会最深，应该是人与人之间的关系。相识，总是奇妙的。怎样由素不相识到萍水相逢，再发展到友好甚至亲密的关系，是一种学问。在此旅程中，我们有无数机会结识不同的人，而日本人总是能带给我们宾至如归的感觉。不论是活泼好动的高中生，到朴素简单的家庭，他们也与香港人十分不同。在香港，我们有着急速的步伐，冷淡的待人接物态度，渐渐也失去了从前那同舟共济、守望相助的精神，变得冷漠，只讲求结果及效率，而成功的定义也变得一样，大家也仿佛为了于社会求存而随波逐流、迎合主流，自己也失去了原有的特质。相反，于日本中，从那轻松愉快的校园环境及做事认真的寄宿家庭，可见日本人亲切的态度。这次旅程给我很多反思的机会，其完善的环保政策、发达的科技、历史文物的保存、文化的保留及传承，都令人赞叹不已，而关键就是那认真的处事态度，十分值得我们借鉴。最后，非常感激陪伴着我的组员们、老师们、帮忙安排这次旅程的工作人员、以及沿途中遇到的每一位。感谢你们让此旅程变得充实、难忘及深刻。

基督教香港信义会元朗信义中学 陈悦

在我报名参与是次计划时，我本把它当作学校的普通活动。我对日本认识和兴趣本来就没有特别多，加上在暑假期间才到过日本旅游，听到要整整「走堂」五天，我心里没有半分兴奋。然而，团员们全都非常友善和亲切，我们很快便混熟。组员积极的态度，例如为专题报告热烈讨论，主动了解日本的社会环境，叫我十分欣赏和佩服，非常感恩认识到这群好友。和澳门学生及日本学生的交流，同样令我大开眼界。我切身地认识到，香港学生与邻近地区同龄学生的差别。就如日本学生对社团活动的重视，是在别的交流团中难以体验到，却又值得借镜。感谢有关机构的仔细安排，使我们在短短九天里从多方面体验到不同的日本文化，单单是饮食方面，我们便尝试过会席料理、校园便当、相朴火锅等。经过这一个多星期的旅程，我不但对日本的文化有了更深入的认识，更对日本这个与香港在不同方面也息息相关的邻近国家产生了浓厚的兴趣。我觉得，这次交流团，除了是增广见闻、开阔眼界、丰富阅历外，更是一个毕生难忘、引起反思、值得珍惜的经历。盼望来年参与此计划的同学也能好好把握这难得机会，从中获益。

圣玛加利男女英文中小学 米皓月

这次日本之行与以往不同，我和一群互不相识的同龄学生一同踏上了旅程，而在飞机到达日本之前，我们仍几乎记不清彼此的名字。

我是个内向的人，一般而言绝不敢发表什么意见，也因此很难融入一个群体。这就是一开始我认定这会是一次极难熬的旅行——它大概会因为我全程连一个朋友都没有而以失落告终。然而大家给予我的包容和友善却是我始料未及的。千言万语汇聚在心头不知从何谈起，百番斟酌之后只剩下一句：你们真的很好，真的谢谢你们。

希望组员们不要怪责我的词汇贫乏，再加上我打从出生以来第一次这么快地被一个群体所接纳，这种感情实在除了一再重复「真的」之外，难以找出更准确的言语来表达我所言的无限真挚。

在JENESYS这样一个短暂却温馨的大家庭里，你永远不用担心被孤立或被抛在哪里无人问津，你会被善良与温暖簇拥着。你甚至不会感受到日本凛冬的严寒，因为你的身边开满鲜花。

谢谢日中友好会馆，谢谢香港教育局的各位，谢谢所有为了这次活动能圆满落幕而献出一分力的朋友们，更谢谢第四组的带队老师张老师及我所有的组长组员们。能够参与这次计划是我的荣幸，感谢你们让我在异国他乡感受到了这份爱和美好，时光易逝，友谊长存！

仁济医院靚次伯纪念中学 黄纪悠

这是我第一次去日本，并且是与一班来自不同学校的同学一起去，起初我很担心会与他们相处不来，但没想到在见面的第一天就混熟了。8日的旅程说完就完了，与组员们和日本同学的相处还历历在目，寄宿家庭和日本学校让我重新认识了日本文化，亲身体验到他们的学习以及生活环境。最难能可贵的是认识到了一班异国朋友。在这段时间里，组员之间的互相包容体谅，互帮互助，使我们建立了深厚的友情，从陌生到熟悉，从不了解到了解，每一刻都是那么难忘。谢谢在旅程中帮助我的所有同学和老师，令我有一个这么难忘的旅程，也希望我们的友情长存。

圣言中学 关子星

参与2018年度JENESYS计划给予我第一次出国的经历，目的地是东洋岛国日本。作为亚洲第一个发达国家，日本给予我先进、富裕、文明、安全的印象。东京洁净的街道、幅员辽阔的都会区、高昂的消费物价；途径千叶县、静冈县、爱知县，留意到大量工业设施；滋贺县农村完善有序的基础建设、中产的生活水平，京都保育良好的古建筑。这一切无一不向我展现日本称霸亚洲百年的底气以及国力的强盛。从刚的工业能力、经济发展程度，到柔的教育水平、文化输出等，日本带给我的不是单纯的震撼，更包含新奇、赞叹、崇拜甚至恐惧。

研究日本的发展历程，于我国政府而言可以借鉴，加快现代化建设同时警惕泡沫经济等发展陷阱。这次考察日本更深远启发了我，眼见的强大、幸福生活都是靠经年累月双手和大脑的劳动拼搏回来的。感谢香港教育局、日本政府及日中友好会馆等日方接待单位，为这次交流的平安顺利作出努力。

港岛民生书院 余松蔚

在这次访问行程中，日本给我极好的印象：其国民性、科技、文化及历史都为香港做了一个榜样。香港现正就固体废物和环保等议题闹得沸沸扬扬，我们可以参考日本，找到香港的出路。在寄宿家庭里，我们亲眼目睹他们的废物处理、回收与其中的意识。对于不同的可回收物料，他们详细地划分和订立回收的时间表等等，充分体现了其对大自然友善的国民概念；而香港讨论如此之久亦未见其明，相比之下就有所逊色。但是，我相信JENESYS计划的目的之一就是要我们以香港人身份，向日本这个发达文明国家学习；而我在社会上立身处世之时，亦无忘要将今次旅程所得发挥和应用在社会上。