

2024 年度 常磐大学 海外研修（タイ）報告書



~~~~~  
研修先：チェンマイ・ラパチャット大学  
**Chiang Mai Rajabhat University**  
研修期間：2024年2月16日～24日  
~~~~~

研修日程表

日次	月日	時間	行程	宿泊先
1	2024 2/16 (金)	<u>9:00</u> 11:45 17:05 19:05 20:25	<u>成田空港 第1ターミナル 南ウイング</u> <u>4階 Fカウンター前集合 (時間厳守)</u> 成田発 タイ航空 TG643 便にてバンコクへ バンコク着 バンコク発 タイ航空 TG2120 便にて チェンマイ着 ホテルへ 【チェンマイ泊】	ビアンブア マンション Viangbua Mansion
2~7	2/17 (土) ~2/22 (木)		■チェンマイ・ラチャパット大学での研修 ・オリエンテーション ・現地学生との交流 ・タイ語、タイ文化研修 ・農村ホームステイ 等 【チェンマイ泊】	ビアンブア マンション Viangbua Mansion
8	2/23 (金)	17:05 18:25 23:25	チェンマイ発 タイ航空 TG165 便にて バンコク着 バンコク発 タイ航空 TG642 便にて	
9	2/24 (土)	07:40	成田着 解散	

タイ研修

人間科学部 心理学科 1年

1. はじめに

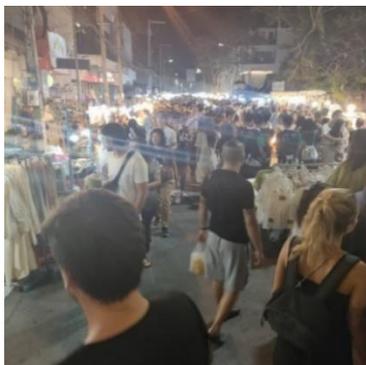
私がタイ研修に参加したきっかけは、海外に行ってみたい、海外での生活を送ってみたいという思いだった。初の海外が英語を使う国ではなく独自の言語（タイ語）を使う国で、最初はコミュニケーションがとれるのか不安だった。しかしタイ研修は一人ひとりにバディがつくことを知り、初の海外でも挑んでみようという考えになった。海外研修に行くに当たって一番気になったことは日本とタイの物価の違いについてだった。タイの物価は日本の四分の一というのを聞いていて実際に、安く、たくさんの物が買えるのか気になり調べたいと思った。

2. 事前研修の内容

事前研修では、タイは暑い時間帯が長かったり、外食文化（タイでは家にキッチンがないところも多々ある）、トイレに関してはウォーターガンというお尻を洗う物を使ったり、トイレットペーパーは流せないことなどを知ることができた。しかし物価については地元のマーケットに行って自分の目で確認しないと分からないこともたくさんあると思う。なので、タイに行ったらタイと日本でどのくらい物価の違いがあるかを見て調べたいと思った。

3. 研修中に調べたこと

実際にタイに行って感じたことは、物価は確かに安いということだ。水は日本だと100円以上かかるが、タイだと日本円で25円くらいになる。タイの友達に聞いてみてもやはり食べ物や物は安いと言っていた。またタイは外食文化のため屋台のお料理なども凄く安い。タイの人の日常生活に必要な物は大抵安かった。今回の研修で訪問したところはタイで2番目に大きい都市のチェンマイというところだったが、交通についても凄かった。タイでは普通の道路でも、すいている場合、どの車も80キロ前後のスピードで走っていた。横断歩道も日本ほど点在してなく、いかに道路を渡るのが危ないか分かった。しかし、多くのタイの人は主にバイクや車を使っているため、歩行者にあまり注意を払っていなかった。



←ナイトマーケット

タイのカーオコッカピ
という料理→



またチェンマイは第2の都市と聞いていただけあって大きい建物も多いのかなと思ったが、実際はそこまで多くはなかった。しかし外食文化なだけあって屋台の数は相当な物だった。日本ではお祭りの時にしか見ないような光景がタイでは日常であった。ナイトバザールというチェンマイ最大のナイトマーケットでは、多くの人が行き来し、夜になるほど人が増え、賑やかになる。改めて日本にはない光景だなと思った。

4. タイでの交流

タイでは一人ひとりにバディがついたので私にもバディがいた。私についてくれたバディ（ドリームさん）は凄く面白く、頼もしい方で一緒に色々なところを巡ってとても楽しかった。日本では見かけないような芋虫やバツタなどを揚げたおやつを勧めてくれた。味の方は不味くはないが美味しくもない感じだった。ナイトマーケットなど観光スポットとなるところの店員さんは英語をしゃべる人も多かったがタイ語しか話さない店員さんとコミュニケーションをとるのは非常に難しかった。



←タイのカフェ

タイの外にある
フードコート→



またタイの学生と一緒に UNO をしたり、拳玉をしたり、好きな音楽について話したりと、バディ以外の友達もできた。海外の方々とコミュニケーションをとって友達になる。これだけでも凄く濃い経験になった。今も SNS を通して連絡をしているのでこれからもいい関係を続けていきたい。

5. まとめ

まず物価についてだが、やはりタイの方々が生活用品として使用したりする物は物価が四分の一の物が多かった。しかし観光客用の物などは高い物も多い。すべてが安いわけではなく、値段設定にメリハリがあるのだなと感じた。

またコミュニケーションをとる時に、日本人に対して対応が変わるなどもなく親切に話してくれた。私も少くくは英語やタイ語を話せばなと後悔したのと同時に、外国語を学びたいとも思った。海外に行き少しは意識に変化が出たのかもしれない。今回は物価について調べたが、もしまた海外行く機会があったら言語やコミュニケーションについて調べたいなと思った。とても充実した海外研修になった。

タイ研修報告書

人間科学部 教育学科 2年

1. はじめに

私がタイ研修に参加しようと思ったきっかけは、前年度のタイ研修に参加した友人の話聞いたことである。特に海外に興味も無く、一生を日本で過ごすだろうと思っていた私は、友人の話を3割ほど聞き流していた気がするが、今なら友人があればほど熱く語っていた気持ちがよくわかる。また、熱烈に研修について紹介された際に「まるでゲームの世界かのような場所があった!」と言われてしまったため、ゲームが好きな私に行くには十分すぎる理由ができてしまったのである。

研修に参加するにあたり、現在教員を目指していることもあり、タイの教育について調べたいと思うようになった。言語や文化はもちろんだが、国が違えば学校教育にも違いが出ると思ったからである。日本に留学しているタイの学生へのインタビュー調査の結果から、主に「どんな校則・決まりごとがあるのか」「どんな時間割なのか」「学費はどのくらいかかるのか」の3つを現地で調査しようと考えた。

2. 事前研修の内容

事前研修では、自分が調べたい物事について「どのようなこと知りたいか」「日本ではどうなっているのか」「どのように調べるのか」など細かい部分まで設定をし、現地で使用する自己紹介用のスライドの確認や調整を行った。また、近畿日本ツーリストの職員の方による海外生活での危機管理講座を受講し、研修に向けて準備を進めていった。さらに、タイからの留学生の協力もあり、わずかではあるが初級レベルのタイ語も学んだ。

3. 研修中に調べたこと

まず、タイの学校の基本的な情報についてだ。日本と似ている点は「学校の順番」「制服がある」「公立・私立の学校がある」「学校行事がある」などだ。日本と違うと思ったことが「小学校からお昼ご飯は食堂」「徴兵制度による授業の免除」「公立学校ではボーイスカウトが必修科目」などが挙げられる。タイでは日本と同じく、幼稚園→小学校→中学校→高校→大学の順番で教育を受けることができ、専門学校も存在するようだ。時間割も日本と似ており、月曜日から金曜日までが登校日であり、授業1コマ50~60分で、1日6~7コマ行うようだ。その他にも沢山紹介したいことがあるが、全てを書くことは難しいので、ここでは割愛する。



チェンマイ・ラチャパット大学



学食にあるタイヌードル屋さん

次にラチャパット大学の付属幼稚園（CMRU Demonstration school）を見学してわかったことについてだ。日本の幼稚園では、学校のカリキュラムによる遊びが主な活動であり、座学のような勉強はあまりしない印象があるのに対し、この幼稚園では国語(タイ語)や英語のワークや理科の実験などを行っており、遊びではなく勉強がメインだと感じた。日本の幼稚園ではまだあまり見かけない ICT 機器を活用した授業の様子を参観することもできた。日本では幼少期からの早期教育と、遊びを中心とした教育とで賛否があるので一概にどちらがよいとは言えないが、今回見学した幼稚園の特色を見られてよかったと思った。また、教員が園児に語りかける際に、優しくはっきりとした口調・大きな声で話すなど、子供たちとコミュニケーションをとる上で大切な方法は万国共通なのだと感じた。



ICT を活用した理科の実験



教室内の様子



時間割



目印のついた机と椅子



ワーク



教室にあった監視カメラ

最後に、現地で調べたことで特に興味深かったのが「制服」についてだ。タイでは幼稚園から大学まで制服がある。日本で制服といえば、幼稚園から高校までは馴染み深いと思

う。大学生といえば、普段は私服で、正装であればクルートスーツだろう。しかしタイの大学生は大学指定の制服を着用するという校則があるのだそうだ。これは、タイでは服装を大切にすることがあるからではないかと考察した。タイは寺院に参拝する際の服装にきまりがあり、古くから公の場では服装に気を使っていたのではないかと考えられる。このことから、これからもタイでは制服を着用するという文化は残っていくだろう。

4. 現地での交流活動

タイでの生活は、風の香りも食べ物も、街並みやお店も、聞えてくる言葉や鳥のさえずりも、何もかもが初めてで毎日が楽しく不思議な気分だった。実際に、「ゲームのような場所」と感じるところは私には無かったが、「異国感の溢れる場所」は沢山見ることができた。



セントラルフェスティバル ナイトマーケット屋台 メーカーポン村
(ショッピングモール)

帰国後、友人から「どこが楽しかった?」「何が良かった?」と言われるが、いつも答えに迷ってしまう。寺院やナイトマーケットなど、もちろん全て楽しかったが、バディの学生と過ごした時間が一番楽しかったと感じた。特に、初めは日本語でしか話せなかったが、だんだん簡単なタイ語の単語を織り交ぜて会話することができ、通じると私たちが嬉しいし、相手の学生たちの反応を見ても嬉しそうで、とても幸せな気持ちになった。文字数の関係もあり、この報告書では全てを伝えきれないことがとても残念だ。

5. まとめ

研修を通して、タイという国をととても身近な存在に感じる事ができた。どこか遠くの存在に感じていたが、日本企業の製品がたくさん店頭で並んでいたり、みんなが素直に日本のことが好きでいてくれて温かい気持ちになった。その中でも、特に日本のアニメなどをはじめとしたポップカルチャーは凄まじい人気であった。私もアニメや漫画が大好きなので、作品を知ってくれてとても嬉しかった。また、教育についてもタイと日本で似ているところ・異なることを知る事ができ、今後の学習に活かしていきたい。

タイ研修

人間科学部 コミュニケーション学科 2年

1. 初めに

私が今回のタイ研修に参加したきっかけは、海外に行く経験をしてみたいということと、英語を勉強している身であるため、海外で実際にどのくらい英語が使われているかが気になったということであった。また、日本との教育の違いについても知りたかったため、実際に海外に行き学習をしてみたいと思ったことが参加しようと思った大きな理由である。引率の先生も授業でお世話になっており、海外研修に参加しようという意志が強くなった。

2. 事前研修の内容

事前研修を複数回行ったが、研修を通して私が現地に実際に訪れた際に調べたいと思ったことは「タイでの英語の使われ方」や「日本との教育の違い」である。このテーマにしようと思った理由としては、研修に参加しようと思ったきっかけにもあるように私自身教職の授業を履修しているので、日本とどれだけ教育が違うのか、英語が街中でどの程度話されているのか気になったからである。事前研修では、留学生がお手伝いをしてくれ、簡単なタイ語や現地での注意点を伝えてくれた。また、海外渡航に関しての注意点、荷物に関しても詳しくご指導いただいたため、初めてのことであったが、準備なども問題なく行うことができた。今後自分自身で海外に行くことがあった際にも参考になるような事前研修の内容であったため、次年度もこのような研修の機会が設けられれば、よりよい研修になると思う。

3. 研修中に調べたこと

研修中に主に調べたこととしては、訪問先のチェンマイラチャバット大学にて学生にインタビューを行ったり、マーケットやデパートでの買い物時に、店員の方に英語で話して大丈夫かどうかを伺ったりした。特に効果的だったのが後者のデパートでの調査であった。タイのブランドものではなく、DIORやCHANELなど世界的なブランド店が多く、接客の際も英語が用いられていた。感じたこととしては観光地など外国人が多く訪れやすい場所では英語が通じやすいのかと感じた。インタビューの際にわかったこととしては、学校内でも英語専攻の学科があり、タイ国内の事情に応じて様々な学科があるということである。具体的には仕事として英語を話せるレベル、日常会話レベル、通訳レベルなど、学生の将来の目標に応じて学科のレベルもさまざまであるということを知ることができた。一方、教育の違いに関しては、今回は幼稚園に伺ったが、国はもちろん違うが、幼稚園の教育にとりしては思いもよらないことをしていて、大変驚いた。それは、理科の実験や英語、中国語、韓国語の授業があったことである。第二言語の学習に関して幼少

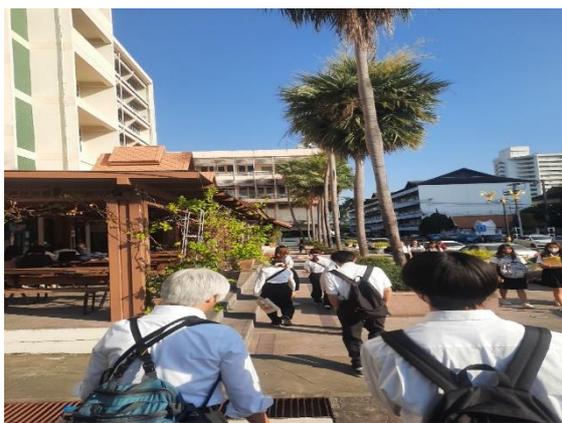
期から授業があることに驚き、教育段階も日本よりも早いことが感じられた。



左から学食、大学内、ショッピングの様子

4. 現地での交流活動

今回のタイ研修で最も印象に残り、そしてうれしかったことは、現地でタイの学生と交流をし、親睦を深めることであった。現地の学生が用意してくれた授業や、観光地の案内、施設見学など、学生の人の好きを深く感じた。もちろん私たちはタイ語を話すことができないため、お店での注文など私たちのためにいろいろとサポートをしてくれた。今回の研修では、学生の援助もあり、現地の文化に深く触れることができたと感じている。その中でも、一番印象に残っている思い出は、タイの自然に多く触れることができたことである。個人的な事情でもあるが、山や森、空などの自然情景が好きであるため、自然散策をし、ガイドさんが現地の案内を丁寧に行ってくれたことが心に残っている。現地学生のサポートのほかにも、現地のお店の方や先生方や大人の方たちの暖かさを感じ、とても充実した内容となった。



大学構内の写真

5. まとめ

研修のまとめとして、テーマとしていた「英語の使われ方」「教育の違い」の二つについて述べる。結果としては、英語は必要とされた場面でのみ使用され、日常的に話されているわけではないことが分かった。ここから私が考えたことは、日本の学校状況と同じで、英語を学習はするが、実際に日常や勉強以外で話すことがほとんどない状況と似ているということである。日本の学生も学校の授業で英語を勉強はするが、実際にそれを使っの日常会話や、ショッピングをするかと言われれば、している人は少ないだろう。さらに、そのような環境にないため、使われていないのだと感じる。タイでも同じように英語を使う環境があまりないため、そこまで使われていないのではないかと感じた。また、今回は小学校や中学校に訪問することはできなかったが、幼稚園にて私が受けてきた幼稚園教育との違いが見受けられた。幼稚園段階での第二言語の簡単な授業、理科の授業など小学校の予習ともいえるような内容を授業形式で行っていたため、教育のさわりの部分に関しては日本の幼稚園よりも早いのではないかと考えられる。私のタイ研修での大きなテーマについて、もっと深く調べるためにも他の海外の国に行ってみたいと思うきっかけにもなり、今後作成していく卒業論文のテーマの参考にもなった。今回の研修で得られた成果を無駄にしないように次年次以降の学習に生かせるような大学生活を送りたい。

タイ研修

人間科学部 健康栄養学科 1年

1. はじめに

私がタイ研修に参加するきっかけは好きなアイドルが育った国という理由だった。海外に行くことへの興味があったが、個人で行くことに抵抗があり、大学で行けるのだったら安心だという考えから参加を決断した。

2. 事前研修の内容

現在、大学で栄養について学んでいるため、調味料の違い、タイの人々の味の好み、給食などを比較したいと思った。実際の研究方法としてはマーケットやフードコートに行き調味料の調査、実際に食べて味の観察、お世話になる大学の先生や学生の方にアンケートを実施した。

3. 研修中に調べたこと

実際にマーケットやフードコートを調査した結果は、テーブルの上にはナンピックナンプラー（唐辛子とナンプラー、砂糖、ライム汁が混ざっていて、塩辛い味をしている）、砂糖、ピックノン（唐辛子を酢で漬けて、酸っぱくて辛い）がある。



日本にあるご飯屋に似ている部分があると思う。日本では七味や醤油、ソースなどがテーブルにあるがタイは漬物や砂糖、ナンプラーなどが置いてある。

タイのマーケットでは、惣菜として虫の揚げ物や魚の揚げ物が売られている。日本とは違い、ラップなどで虫から守ることはないので衛生面はよくないと感じた。

タイ人の味の好みを知るためにアンケートを男子16人、女15人に実施した。

アンケートの実施内容は、「1好きな料理は何か」、「2給食で好きな料理は何か」、「3タイで必要な料理は何か」、「4おすすめのタイ料理を教えて」の4項目について尋ねた。質問の1番と4番の回答の1位はガパオラスだった。ガパオライスとは日本でも広く知られている食べ物でタイでも人気であると思った。質問の1番の回答の中で興味深かったものは、ピータンであった。灰の中に粘土を入れて、アヒルの卵を2か月発酵する食べ物である。2番の質問では1位は、ヌードルが10人で多かった。また、2位はガパオラスとなった。タイには給食がなく、学食のメニューを自分で選ぶことができる。麺類には様々な種類があるため、自分の好きな味を頼めるようになっている。タイの麺はそうめんみたいな白い麺で細く食べやすいため、みんな好きなのだと思った。3番の質問の回答の、1位はロスディー（味の素）の12人で、炒め物や煮物、フライドなどなんでも使えて便利であるという回答があった。2位はナンプラーの8人で、塩辛だけでなく料理の香りや美味さを引き出すことができ、いろんな食べ物を本格的な味にすることができる。3位はMSG（砂糖）の6人で味の調節ができる。3位の唐辛子は、6人でもっと辛くすることができおいしくなる。以上の理由から、ロスディーはタイの中では一番使いやすい調味料であり、何にでも使えると思った。日本でいうとほんだしの役割になっていると考えられる。ナンプラーも大体の料理に入っているが、さらに追加することでもっと味が濃くなりおいしくなると思った。4番の回答で、特に興味深かったものは、ラープであり、チェンマイの郷土料理でミンチ肉とハーブが混ざっているものである。チェンマイの郷土料理ということから食べて見たいと思った。

また、プログラムの一環で調理実習をする場面があった。トムヤムクンとカオチャイ、クルア Ibiza チーを作った。日本にもある食材を使うが、玉ねぎやキノコは違う形をしていた。タイではレモングラスは、食べるわけではないが食材の香り漬けのために使われるため、スープなどはきれいに完食する必要はないと感じた。カオチャイはタイの卵焼きであり、油の中に卵を入れる料理である。クルア Ibiza チーはココナッツミルクにバナナというシンプルな味付けでデザートだった。



4. 現地での交流活動について

お世話になったチェンマイラチャパット大学の日本語学科の学生たちがバディとなり7日間、プログラムや観光などの手伝いをしてくれた。日本では体験できない、象に餌をあげたり、象を洗ったり、間近で象に触れ合ったりなど象の飼育体験ができた。ナイトマーケットやサタデーマーケットでは、手作りの物や手作りの料理が売られていた。バディの助けを

借りて「これください」をタイ語で挑戦することにした。タイ語で喋られてもバディが話してくれるので安心できる環境であった。チェンマイの歴史の博物館に行きチェンマイの歴史について学び、チェンマイがどのように発展してきたかを知ることができた。バディが隣で説明してくれるので、タイ語が読めなくても大丈夫だった。

写真 ムーガタの帰り道



タイの寺院には日本でいうおみくじがあった。また、生まれた曜日にろうそくをかけることで幸運に恵まれそうだ。デパートは比較的発展しているようで、映画館やフードコート、ゲームセンター、雑貨屋、洋服屋など日本にあるデパートの内容と比較的似ていると感じた。ダイソーや無印良品、かつやなど日本企業も沢山入っており、タイにおける日本企業の重要性を深く感じる事ができた。

プログラムの一環として大学でフルーツカービング体験をもした。野菜やフルーツを専用のナイフで切り、花の形などを作った。センスが問われるもので、私はセンスがなく、先生とバディに手伝ってもらい何とか完成することができた。

さらに、大学付属の幼稚園を見学することができた。理科の影の勉強、算数の計算、卵に塩を入れ、どのタイミングで浮くかなど、日本では9～12歳が学修するであろうことをタイでは3～5歳の幼児が学んでいて、日本よりも教育の幅が広く、幼いころから勉強ができる環境にあることが驚きだった。

プログラムの後半では、山岳地方のメーカムボン村を訪問した。村は自然に溢れている場所だった。元々はコーヒー農園だけで村を支えていたが、それだけではダメだと村長さんは民泊をすることを決断した。日本の村からアイデアを頂き、今が成り立っていると日本との関係性を教えてもらった。夜はみんなでお菓子パーティーをしていろんな話をした。朝の散歩でジャングルのような道にコーヒーの実やバナナが普通に生えていることに衝撃を受けた。ガイドさんからの解説で分かったのだが、薬草や食材となる葉も多く、驚いた。

5. まとめ

マーケットやメーカムボン村を見て、自給自足の生活をしているということを強く感じた。海外に行き自分の知らない世界を見ることができ、とても勉強になった。また今回の研修中は予定通りいかない日もあり、それが当たり前ということを学んだ。タイダンスの先生が来なかったり、チョコレート工場の見学ができなかったり、トラブルでバディが男の子だったりなど色々な予定が変わった。私は柔軟性がなく頭が硬い方であるが、今回の経験を通

して「そうゆう日もある、大丈夫」というのが私の日常生活における言葉になってきた。私は考えすぎてしまう性格だが、この前アルバイト先でガラスを割ってしまった時「そうゆう日もある、大丈夫」と心の中で唱えその後、動揺することなくお客様に接客をすることができた。私は今まで日本しか知らず、日本の中で生活していたが、海外に行くことで自分が今まで感じていた生活や友達とのかかわりに関する価値観が変わった。一緒に行った日本の学生の子は、今まで自分が出会ったことがない子たちであり、今まで人と目を合わせて喋らないでいたが、しっかりと相手の目を見るようになった。また、自分から話しかけて聞きたいことやわからないことを質問するなど、今まではそのことが失礼に当たるかなど考えすぎてしまっていたが案外そんなこともなくということを学んだ。タイの学生ともコミュニケーションをとるために、わかりやすい日本語を使うことで、いままで友達同士の連絡は多少の間違いなどを打ち直しなどしなかったが、友達と連絡するときも文字の打ち間違いに気を付けようと感じた。この研修が私の最初で最後の海外だと思っていたが、これからもいろんな国に行き様々な世界を知りたいと強く感じた。

1. はじめに

私が、タイ研修に参加した理由は、海外に元々興味があり、私自身が所属しているゼミナールで海外研修に参加した。先輩たちの経験談を聞いたことで、より海外研修に興味を持ったからであった。また、最初はフィリピン研修に応募したが選考に落ちてしまったが、同時期にタイ研修があったため参加した。

2. 事前研修の内容

事前研修では、常磐大学に滞在しているタイからの留学生を交えて簡単な日常で使うタイ語の勉強を学んだ。また、チェンマイを訪れるため、チェンマイの魅力や美味しい食べ物、観光地の紹介などをしてもらった。さらに、研修中に現地で日本とタイの違いについて各自で調査したいことを決め、それについて先生たちと情報交換をした。後半では、持ち物の確認や機内持ち込み・キャリーケースの中身のルール確認を旅行会社の方に来てもらい説明を受けた。

3. 研修中に調べたこと

私が研修中に調べたことは、タイと日本の音楽や髪型などの流行の違いについてである。タイのラチャパット大学の学生やバディー達に流行っている音楽、髪型、言葉について聞き取り調査を行い、日本とはどのように違うのかを調査した。結果として、タイと日本では流行っているものに差はないことがわかった。タイでは、タイの音楽やKPOPの他にJPOPをよく聴いていること、髪型も日本人の流行りと変化がなかった。言葉は、「退屈だな、最高だね」など何気なく普段から出る言葉が多いことがわかった。そこから、タイ人は日本に興味を持っているため、日本の音楽や髪型に影響を受けているのではないかと考えたが、言葉に関しては、ジョークの内容は国の文化に影響するとは思いますが、何気なく出る言葉は影響せず日本語と共通して深い意味はないと考えた。

4. 現地の交流活動について

研修初日には、ラチャパット大学で初級レベルのタイ語を学び、昼食は、大学内の食堂にて初めてのタイ料理を食べた。とても辛かったけど、美味しく食べることができた。午後のプログラムでは、ゾウの飼育施設を訪問した。そこではゾウに餌をあげ、体を掃

除し、施設の人からゾウについての話を聞くなどゾウの触れ合い体験をした。夕方には、ナイトマーケットに行き、食べ物や多くのお土産を見て現地の物ならではの物を購入することができた。

二日目には、赤い中型のバスに乗って朝早くにチェンマイで有名なドイ・ステーブという寺院を観光した。そこには、金色で造作された仏像がたくさんあり、おみくじを引いたり、みんなで写真を撮ったりすることができた。その後、ターニン市場で昼食を食べ、市場内の服屋やコスメショップ、お菓子売り場など多くのお店を見学することができた。その後、チェンマイ市歴史館を訪問し、タイの昔の暮らしを知ることができた。夕方には、ターペー門の近くのサンデーナイトマーケットに行き、バディ達と買い物しながら夕食を食べた。この頃になるとバディとも打ち明けなんでも話せるようになっていた。

三日目には、別の大学の方に行き調理実習でトムヤムクン、オムレツ、ココナッツのデザートを作り、フルーツカービングも行なった。この日は食に特化した日程になっていて、タイの食についてとても理解が深まった。

四日目には、セントラルフェスティバルという大きいショッピングモールに行きバディ達と最高の時間を過ごすことができた。

五日目には、付属幼稚園を訪問し避難訓練や授業の様子を見学したり、一緒に遊んだりして、子ども達と触れ合うことができた。そこから、学食で昼食をとった後にメーカーン村という少し離れた村を訪問（1泊2日）した。夕食後は村長さんから村の歴史や村を発展させるまでの経緯などの貴重なお話を聞くことができた。夜は、全員でお菓子パーティーを開きみんなでたくさんのお話をすることができ最高の時間となった。

六日目には、メーカーン村のガイドさんと共に森の中を探検し、珍しい植物や生活源となっている水源などを見た後、オシャレなカフェにて昼食を食べた（ここで出しているコーヒーはメーカーン村で生産されている）。その後、夕食としてタイの焼肉に行きバディたちとの最後の夜を過ごした。

そして最終日には、大学で調べ学習の発表とバディー達によるスピーチを聞いた。その後は、バディー達が日本語センターで開いてくれたフェアウェルパーティーでお昼ご飯を食べながら日本語学科のたくさんのお学生達と後悔することなくたくさんのお話を広げることができた。そこで、公開する為のタイダンスをみんなで踊った。



5. まとめ

このタイ研修を通して、私の中で今までの人生で一番と言ってもいいほど大きな経験となり、海外や一緒に研修に行った友達、思い出など多くの宝物を得ることができた。旅行とは違い、研修でしか経験することのできない体験学修や現地の人たちとの関わり、バディとの日々の会話によってその国の文化を学ぶことができた。また、文化の違いだけではなく、何気ない会話から日常生活の中での新しい発見をすることがたくさんあり、それが私の中でより海外への興味を引き立たせるきっかけとなった。

そして、私の中で海外研修は人生の中で大きな事を成し遂げた経験であったため、海外だけではなく、日常生活でもこれから「このような事をしてみたい」と思うことが増

えた。

最後に、ここで語りたくても語りきれないような経験が多くできたため、少しでも海外に興味がある人、新しい経験がしてみたい人、これから研修に参加する人、みなさんに直接味わってたくさんの思い出を作ってきて欲しいと強く思う。