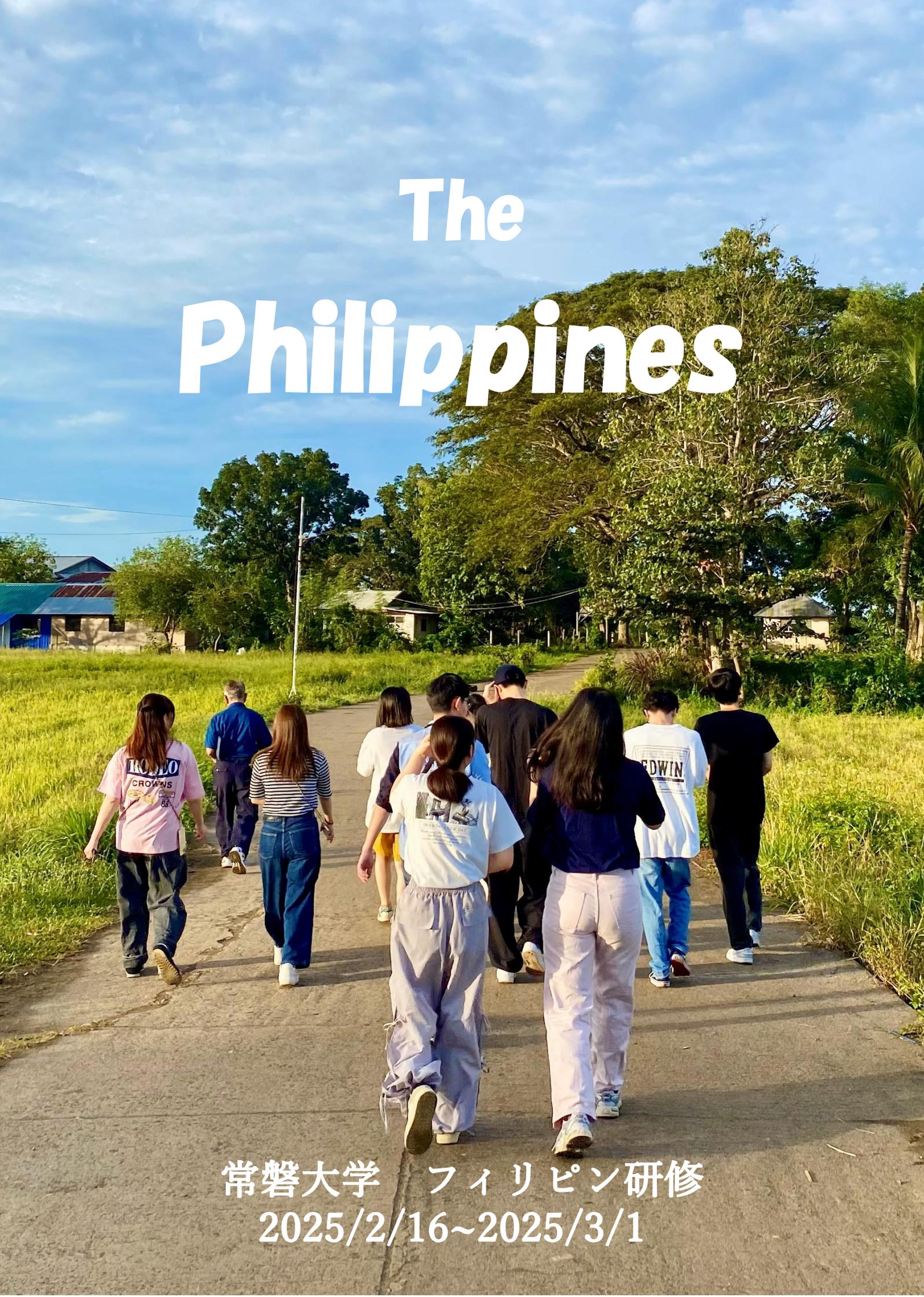


The Philippines

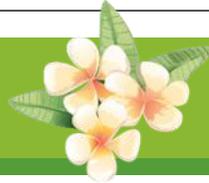
A group of approximately ten people, including students and a guide, are walking away from the camera on a paved path. The path is flanked by tall, golden-brown grass. In the background, there are several buildings, some with blue roofs, and large, leafy trees. The sky is bright blue with scattered white clouds. The overall scene is bright and sunny, suggesting a warm climate.

常磐大学 フィリピン研修
2025/2/16~2025/3/1

Table of Contents



English Class	1
Student Buddies	2-3
Japanese Culture Workshop	4
Sports Activity Workshop	5
Fair Trade Project	6
Plum Tree Dyeing & Kumihimo Project	7
Picture Book Project	8
Interaction with OISCA Members	9
Welcome Ceremony: "Bling-Bang-Bang-Born" Dance	10
Closing Ceremony & Final Presentation	11
Our Holidays	12
Final Comments	13-18



Schedule

<WEEK 1>

<WEEK 2>

Day	Date	Programs / Activities
1	2/16 (日)	(午前) 成田発 (夕方) バコロド着, バゴ市へ移動
2	2/17 (月)	(午前) オイスカでオリエンテーション アクティビティ (フェアトレードプロジェクト) (午後) ウェルカムパーティー/バゴティ大学 (夕方) 自由行動
3	2/18 (火)	(午前) 英語授業 1 (午後) 英語授業 2 (夕方) 自由行動
4	2/19 (水)	(午前) バゴ市生誕記念パレードに参加 (午後) ババイラン祭りの見学 (夕方) OISCA バゴ研修センター研修生との交流会
5	2/20 (木)	(午前) 英語授業 3 (午後) アクティビティ (日本文化交流プロジェクト、絵本プロジェクト) (夕方) 自由行動
6	2/21 (金)	(午前) 英語授業 4 (午後) バゴ市からマンブカルリゾートへ (夕方) グレイスランドリゾート泊
7	2/22 (土)	(午前) グレイスランドリゾートからバゴ市へ移動 (午後) バゴ市内自由時間 (夕方) 自由行動

Day	Date	Programs / Activities
8	2/23 (日)	(午前) バコロド市見学 (午後/夕方) バゴ市内自由時間
9	2/24 (月)	(午前) 英語授業 5 (午後) アクティビティ (スポーツ交流プロジェクト、日本文化交流プロジェクト、絵本プロジェクト) (夕方) 自由行動
10	2/25 (火)	(午前) 英語授業 6 (午後) アクティビティ (梅染め・組紐プロジェクト、フェアトレードプロジェクト) (夕方) 自由行動
11	2/26 (水)	(午前) 英語授業 7 (午後) アクティビティ (絵本プロジェクト) バゴ市観光 (フードツアー) (夕方) 自由行動
12	2/27 (木)	(午前) 英語授業 8 (午後) ファイナルプレゼン / 修了式 / 送別会 (バゴシティ大学) (夕方) 送別会 (オイスカバゴ研修センター)
13	2/28 (金)	(午前) バコロド観光 (午後) 買い物 (夕方) バゴ市長送別会
14	3/1 (土)	(午前) バコロド発成田へ (夕方) 成田着



English Class

どの授業も参加型で、プレゼンテーションやテーマに沿った実演などを行いました。バディが常に支えてくれたおかげで、難しさを感じながらも楽しく取り組むことができました。授業の後は、バディと一緒に宿題をしたりゲームをしたりして充実した時間を過ごしました。どんなときもバディのみんなが寄り添い丁寧に教えてくれたのも心強かったです。また、毎回の授業後には必ず写真を撮り、思い出をたくさん残すことができました。



English class では 7 回の授業で、1 授業 1 テーマでスピーキング重視の授業を行いました。協力することが多く、みんなの仲が深まる活動になりました。

Our English Teachers



(写真左から) Liezl 先生、Charry 先生、Nona 先生

計 7 回の英語の授業を、素晴らしい 3 人の先生方が担当してくださいました。どの授業も参加型で、体を動かしながら学んだり、バディと一緒に考えたりと、さまざまな工夫が凝らされていました。特に、グループワークや発表の機会が多く、自然と英語を使う環境が整っていました。バディからは、発音や表現のアドバイスをもらいながら学ぶことができ、自信を持って英語を話せるようになりました。また授業の雰囲気もとても明るく、先生方やバディたちが積極的にサポートしてくれたおかげで、緊張せずに挑戦できました。そのおかげで、楽しみながら学ぶことができ、すべての授業がとても有意義なものとなりました。

English Class Activities

バディと一緒に準備し、発表に臨みました



みんなで授業を受ける様子



どの授業にも毎回アクティビティがあり、バディたちとさまざまなシチュエーションを考えて実演したり、発表をしたりしました。みんなのアイデアは無限に広がり、毎回新しい発見がありました。発表の際には、バディからボディランゲージやジェスチャーのアドバイスをもらいながら取り組み、楽しく英語の知識を身につけることができました。その結果、全員の英語力が確実に向上したと感じています。



Student Buddies



Jolie & Shu

Jolie は元気で明るく面倒見が良い人です。彼女はいつも私のそばにいてくれて、どこかに行くときには名前を呼んで手を引いて連れていってくれました。英語の授業の際に前に出て発表をした後には必ず褒めてくれました。分からない英語があったときは、私に分かるまで違う表現を使ってゆっくり教えてくれました。

また、彼女はリーダーとしてみんなをまとめていて、とても頼りになりました。次に会うときには、もっとうまく話せるように英語の勉強を頑張りたいと思います。



Paula & Yamato

Paula はどんなときも笑顔で、私が授業やプロジェクトで困っているときにはすぐに助けてくれました。分からないことは丁寧にゆっくり教えてくれるなど、優しさや賢さを持ち合わせた人でした。一緒にいると自分も自然と笑顔になり、様々なことにチャレンジしようと思えるような人間になったと思います。

また、Paula は日本に行くのが夢だと言って、漢字を勉強するほど日本への愛がある人です。日本で再会したときはフィリピンでの恩返しができたらいいなと思っています。



Desiree & Raimu

Desiree は、親切で明るく、責任感が強い女性です。彼女は教え方がとても上手です。単語 1 つ 1 つの発音を丁寧に教えてくれました。そのおかげで私のスキルは上達し、2 週目の英語の授業でのプレゼンでは、バディのみんなが発音やジェスチャーが素晴らしかったと褒めてくれました。彼女からも「Excellent English Pronunciation」と言って、褒めてくれました。

また、Desiree は、日本のアニメが大好きなので、授業の合間などはアニメの話をしていました。Desiree が私のバディで本当に良かったです！



Jienel & Natsumi

Jienel は、とても元気いっぱい優しくかわいいい人です。自信がなく、授業で挙手できなかった私を、「Go, Natsumi!」とたくさん励ましてくれました。おかげで勇気がでて、笑顔も増えました。発表が終わるたびに褒めてくれたことも、とても嬉しかったです。私分からないことがあると、その都度理解しやすいように簡単に教えてくれました。Jienel は日本語の勉強も頑張っていて、私が教えることもありました。私たちの写真はお互い変顔をしているものばかりで、忘れられない楽しい思い出です。二人で過ごす時間はあっという間で、お別れは寂しかったけれどまたいつか会えることを信じています。



Elyssa & Nene

Elyssa はいつも明るく元気いっぱい素敵な人です。彼女はとてもまじめでいつも私に寄り添ってくれました。英語の授業では私にいつも「Don't be shy!」と言って勇気づけてくれました。授業の時だけではなくお出かけした時もいつもそばで一緒に笑ってくれました。どんな時も味方で優しい言葉をかけてくれる人です。アクセントをもっとできるようにするとき綺麗な英語になるとアドバイスをしてくれました。いつか彼女が日本に来た時は案内したいと思います。次会うときまでに英語力をあげてたくさん話せるようにしたいです。



Local Food Tour



Student Buddies



Daisy & Ayano

Daisy は明るくていつもそばで気にかけてくれる優しい人です。お互いコーヒーが好きで色々語り合えたのが嬉しく、思い出に残っています。授業では、わからない単語は例文を出しながら教えてくれたり発表できるときは手をあげるよう勧めてくれたり「ファイト！」いつも応援してくれたので、自信を持って発表することができました。Daisyのおかげで失敗を恐れず何事も挑戦しようと思えるようになりました。Daisyに出会えて、そして私のバディで本当に良かったです。



Precious & Miu

Precious はとても優しく、たくさんのことを私に教えてくれました。授業中、先生からの説明を受けた後、必ず理解できたかを確認してくれました。プレゼンテーションの前は何回も私のことを励ましてくれました。彼女は英語だけでなく、おいしい食べ物、フィリピンの言葉、その他の私が気になったもの等いろいろなこと、ものを教えてくれました。特に、PiayaとCassava Cakeが美味しかったです。沢山の大切な思い出と一緒に作り、最終日には手作りのアルバムをプレゼントしてくれました。Preciousが私のバディで本当に良かったです！



Brent & Akari

Brent はとても優しく、知的な人です。自分の気持ちを上手く英語で伝えられないとき、一生懸命聞いてくれて、頑張って理解してくれました。いつも私を気にかけてくれて、緊張しているときは、「That's all right!」「You can do it!」などの声掛けと一緒に笑ったりして、緊張をほぐしてくれました。お祭りの日にはお揃いのブレスレットを買ったり、最終日には手紙やお菓子などをプレゼントしてくれてとても嬉しかったです。Brentのおかげで、充実した楽しい日を過ごせました。ありがとう！また会おうね！！



Keyt & Haruto

Keytは笑顔が素敵な方です。英語の授業ではいつもサポートしてくれて、私自身の発表や英語の発音に自信をもって挑戦できました。発表の時、思うようにいかなかったときであったとしても「Very Good!」と笑顔で励ましてくれました。彼女のおかげで、私の英語力が向上したと感じています。私を呼ぶ時、日本語で「Haruto-san」とよく呼んでくれました。Keytの日本語がすごく上手だと思いました。今後も英語力をさらに高めて、英語を流暢に話せるように頑張りたいと思います！



Jeriza & Moegi

Jerizaは、可愛い笑顔が印象的なとても優しい人です。フィリピンに行く前、英語チュートリアルオンラインプログラムでJerizaは2回も私のチューターとして英語やフィリピンの文化を教えてくれたので、実際にフィリピンで会うことが出来てとても嬉しかったです。私の拙い英語でも、言いたいことを理解してくれて、いつも沢山のフィリピンの文化や分からない英語を分かりやすく説明してくれました。プレゼン課題も、忙しいのにも関わらず夜中まで手伝ってくれたことは忘れません。2週間Jerizaと一緒に素敵な思い出を作れて幸せでした。



Till we meet again !





Japanese Culture Workshop

日本文化プロジェクトでは日本のお祭りと相撲を紹介し、伝統的な遊びである射的と紙相撲を通して現地の人と日本の遊びを楽しみました。まず、お祭りや相撲に関する日本文化をプレゼンした後、割りばしでゴム鉄砲を作ってもらい、自分で作ったゴム鉄砲で射的を体験してもらいました。さらに、それぞれの紙人形を作ってもらい、トーナメント形式で紙相撲の試合を行い、遊びを通して日本文化に触れてもらいました。



Shateki (Shooting Game)



はじめのワークショップでは、みんなに割りばしでゴム鉄砲を作ってもらいました。その後、事前に準備した的を使って、グループごとに、自分で作ったゴム鉄砲で射的を体験してもらいました。射的は点数制にして、どのグループが一番的を倒せるか競ってもらい、優勝したグループには景品を渡しました。このプロジェクトで一番準備が大変で、前日の夜まで増えた人数に対応するために作業をしていましたが、みんなとてもゲームを楽しんでくれたのがよく分かりました。準備は大変でしたが、頑張った甲斐があったなと思いました。

Kamizumou (Paper Sumo)

射的の後は、それぞれに自分の紙人形を作ってもらい、紙相撲の試合を行いました。試合はトーナメント形式で行い、それぞれのグループの中で勝負をして一番強い紙人形を選出してもらい、グループの代表同士で戦い、トップ3の紙人形を決めました。試合は想像以上の盛り上がりを見せてくれて、決勝は全員が見守る中決まりました。日本人もフィリピン人もみんな楽しんでくれて、日本文化を通して楽しい思い出ができました。



Sport Activity Workshop



スポーツ交流では広場を借りてミニ運動会を行いました。3つのグループに分かれてリレー、二人三脚、大縄跳びといった日本になじみのある競技で競いました。常磐大学の学生とバゴシティ大学のバディに加えて、他の Tutor の人や先生たちも参加してくれました。

Rule Explanation



ゲームを始める前にバディに協力してもらいながらチーム分けとルール説明を行いました。チーム編成は常磐大学生、バディ、バディ以外の学生の数が均等になるように3チーム作りました。また、各種目ごとにルール説明を行いました。

Game Start!!



大縄跳び

リレー、二人三脚ではどのチームも接戦で、とても盛り上がりました。大縄跳びでは、練習時間を設けました。各チームで飛び方の作戦を考えたり、一生懸命練習している姿がみられました。みんなが分からないところは質問してくれたおかげで、スムーズにスポーツ交流を行うことができました。とても楽しいゲームになって良かったです。



リレー



Awards-Ceremony



最後に表彰式を行いました。各チームに賞状を渡して、MVP には賞状とメダル、バタメンをプレゼントしました。参加賞として、バディと他のフィリピンの学生たちにお菓子をプレゼントし、みんな喜んでくれました。今回のスポーツ交流を通して、より一層みんなとの仲が深まりとても楽しい時間を過ごすことができました。





Fair Trade Project

OISCA バゴトレーニングセンターでは蚕の飼育や絹糸の製糸、絹製品の制作などを行っています。今回はフェアトレード商品制作の過程を見学させていただきました。また、制作している様子を動画に収め、渡辺所長や職人の方たちにインタビューさせていただきました。商品制作している様子やインタビューをしている様子は、日本の消費者に伝えます。

職人さんへのインタビュー



職人さんにインタビューしている様子

OISCA バゴトレーニングセンターでは絹糸の製糸の様子を見学させていただきました。職人さんたち私たちにも笑顔で接してくださり、優しい人柄を感じました。職人のみなさんに商品づくりについて尋ねたところ、「私たちが作っている絹製品はとても素敵なものばかりです」「絹製品の品質に自信をもっています」と教えてくださいました。手作りした一つひとつの商品に対して、愛情と誇りを持っていることがよく分かりました。

絹製品への加工過程

工場で製糸された糸は現地の植物や薬品によって染め上げられます。その糸を OISCA の職人さん達がはた織り機を使って絹糸の布にしていきます。はた織り機を使った作業は丁寧かつ素早いものであり、OISCA の職人さんたちの技術は素晴らしいものでした。そこで作られたものをショールームやスカーフ、スリッパなどに加工し絹製品が出来上がります。また、繭を加工し花のコサージュや猫の置物といったコクーンクラフトも作成していました。

渡辺所長へのインタビュー



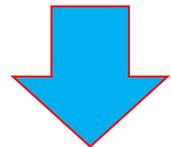
渡辺所長にインタビューしている様子

OISCA の渡辺所長や OISCA の職人の皆さんにインタビューを行いました。渡辺所長や職人の方から直接商品を実際に制作しようと思ったきっかけや作業のやりがいについて聞くことができ、OISCA で作られる絹製品について改めて深く理解することができました。また、日本の消費者に向けてのメッセージを動画上で語っていただきました。

絹製品を作っている様子



実際に購入した商品



ティッシュケース



ランチンマット



Plum Tree Dyeing & Kumihimo Project

梅染め・組紐プロジェクトでは、水戸市の梅で染めた絹糸とフィリピンで染めた絹糸を用いて組紐を製作すること、日本の伝統文化である「組紐」を フィリピンの方たちに伝えることを目指しています。今回は OISCA の職人さんに「True lover's Knot」の製作過程をレクチャーしてきました。

OISCA でのプレゼンテーション

OISCA バゴ・トレーニングセンターの職人さんたちに、日本での活動や日本で実施した組紐商品に関するアンケート結果について発表しました。皆さん、プレゼンテーションを真剣に聞いてくださいました。日本のイベントで販売した組紐商品が人気であったことを職人さんたちに伝えることができ嬉しかったです！今年度もたくさんの人に組紐商品を手にとって貰えるように頑張ろうと感じました！



英語でプレゼンテーション様子

組紐ブレスレットの製作

OISCA バゴ・トレーニングセンターの職人さんたちと「True lover's Knot」の作り方をレクチャーしてきました。今年度は色のバリエーションを増やすことをテーマとして設定したため、組み方と金具付けに加え、どの色とどの色が合うかをグループごとにディスカッションしました。英語でディスカッションすることにとっても苦戦しましたが、職人さんが丁寧に話を聞いてくれました。



組紐づくり



色の組み合わせを検討中



染めてもらった糸

今年度は新たな色として、チークの葉で染めた赤色、ひまわりの種で染めた紫色、パイナップルで染めた水色、アボカドで染めた白色の4色を染めてもらいました。どの色も素敵でした。また、アンケート調査では色のバリエーションを増やすことは適切かどうか尋ねたところ、職人さん全員から肯定的な意見をいただくことが出来ました。新たな組紐の商品を制作することが楽しみです！



今回製作した作品

Picture Book Project



絵本プロジェクトでは、OISCA バゴトレーニングセンターやバゴシティ大学で日本語を勉強している学生に日本で使われなくなった絵本を教材として届ける活動を行いました。常磐大学や西部図書館、常磐小学校や見川小学校に協力してもらい、OISCA には 63 冊、バゴシティ大学には 62 冊の絵本を提供することができました。

Work shop



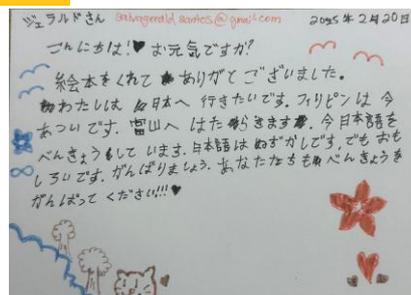
絵本を読んでいる様子



ワークショップでは読みたい絵本を選んでもらい、常磐大学の学生とペアになり絵本の読み聞かせを行いました。

ワークショップで使用した絵本は、日本の四季や文化について描かれているものを中心に選定しました。読んでいる表情や知っている文化を見つけたときの笑顔が印象に残りました。

Making Message Cards



私たちは単に絵本を届けるだけでなく、絵本を寄付してくれた方に、絵本の思い出や日本語を学んでいるフィリピンの学生へのメッセージをもらいました。

今回のワークショップでは、フィリピンの学生にも絵本の感想や提供してくれた方へのメッセージを書いていただきました。メッセージカードには、絵本を寄付してくれたことへの感謝の気持ちがたくさん書かれており、日本語でのメッセージもあったのが嬉しかったです。



みんな一緒に記念写真

Interaction with OISCA People



2週間お世話になった OISCA では、みんなで話をしたり、様々な人と出会えたり、かけがえのない時間を過ごすことができました。また、OISCA の皆さんは、とても優しく暖かいです。ご飯を食べる際など、みんな会う度に「おはようございます」や「こんにちは」、「こんばんは」と日本語で挨拶してくれます。そんな OISCA の方たちとの楽しかった生活の一部をご紹介します。

Enjoy Talking Time



みんなで集まってお喋りしました

毎食 OISCA のスタッフが作っていただきました。OISCA の料理は日本人好みの味付けになってとても美味しかったです。英語の授業やプロジェクトなどで毎日大変でしたが、OISCA のご飯を楽しみに研修生活を送ることができました。



食堂まで歩いて向かいます

Memories at OISCA



一緒にカラオケをしました



OISCA の皆さんは積極的に話しかけてくれて、たくさんお話をすることができました。英語がうまく話せなくても、頑張って日本語で話してくれたり、わかりやすい表現にしてくれたりして楽しくお話をすることができました。日本のアニメを知っていてその話で盛り上がりました。また、一緒にカラオケもしました。フィリピンの歌は分からなかったのですが、みんな楽しそうに歌ったり踊ったりしてこちらも楽しい気持ちになりました。フィリピン研修が楽しく終わったのも OISCA の皆さんに助けてもらったからだと思います。本当にありがとうございました。



Welcome Party: "Bling-Bang-Bang-Born"

バゴシティ大学の学生が私たちのためにウェルカムパーティーを開いてくれました。歌やキレのあるダンスで歓迎してくれました。私たちは、学生たちに見守られながら、自己紹介と *Creepy Nuts* の「*Bling-Bang-Bang-Born*」の曲に合わせてダンスを披露しました。そのあと一緒に食事をしながらパディや学生たちとお話をする時間もあり、とても楽しいウェルカムパーティーでした。

Songs & Dance



バゴシティ大学に着くと、学生のみんは笑顔で温かく出迎えてくれました。また、一人ひとりに手作りのガーランドをプレゼントしてもらいました。そのあと、歌とダンスで私たちが歓迎してくれました。また、話したり交流したりする時間もあり、最初は緊張で戸惑ってしまったけれど、学生たちのフレンドリーさと優しさで次第に緊張がほぐれていきました！

Self-introduction & Dance



自己紹介とダンスの様子

バゴシティ大学の学生が見守る中、一人ひとり自己紹介をしました。学生たちは、頷いたりアクションしたりと場を盛り上げながら聞いてくれました。そのおかげで堂々と笑顔で話すことができました。そのあと、みんなで「*Bling-Bang-Bang-Born*」のダンスを披露しました。一緒に歌ったり踊ったりしてくれて、最後まで楽しんで踊ることができました。ウェルカムパーティーで、こんなに早く打ち解けることができとても嬉しかったです！

Closing Ceremony & Final Presentation



Closing Ceremony では、修了証をいただいたり、多くの学生たちの前で最終プレゼンテーションを行いました。その後、私たちは 感謝の気持ちを込めて「旅立ちの日に」を歌わせてもらいました。また、フィリピンの学生も歌やダンスを披露してくれました。式が終了した後も、一緒に写真を撮ったりフィリピンのお土産を沢山もらいました。

Closing Ceremony

Final Presentation

修了証を受け取りました！



多くの学生の前で、私たちはフィリピンでの 2 週間を振り返る「英語プレゼンテーション」を行いました。パティがいつもそばで練習に 付き合ってくれたり、声援をくれたおかげで自信を持って笑顔で最終プレゼンテーションに挑むことができました。

～感謝の気持ちを込めて合唱～♪



ダンスも披露してくれました！



フィリピンの方たちは本当に温かく、お別れするのは寂しかったけれど「日本に帰っても連絡しようね！」と言ってくれたことがとても嬉しく、またいつか会える日を楽しみに頑張ろうと思いました。フィリピンで過ごした 2 週間を私たちは生涯忘れることはないでしょう。皆さんに出会えたことに感謝しています。本当にありがとうございました!!



Our Holidays

バゴ市の市制記念日には、ババイランフェスティバルをみせていただいたり、常磐大学としてシビックパレードに参加させていただいたりしました。また週末には、グレースランドリゾートでゆったりと時間を過ごしたり、バコロド市でショッピングを楽しんだりしました。

Babaylan Festival



みんなで鑑賞



お揃いのプレスレット!

素敵な衣装と素晴らしいダンスのショーを鑑賞しました。熱気のあるパフォーマンスには圧倒されました。鑑賞後は Bantayan Park での自由時間があり、食べ歩きや買い物をバディたちと楽しみました。名前入りのお揃いのプレスレットを購入したり一緒に写真を撮ったりしてバディとの関係を深めることができました。

バゴ市生誕パレードでは、みんなで Bantayan Park まで歩きました。道中沢山の方に手を振っていただき、一緒に写真を撮ったメンバーもいました。しかも、バゴ市長からも手を振っていただきました。ゴール地点では常磐大学を紹介していただき、すごい歓声でとても楽しかったです。バゴ市民の皆さんの温かさを肌で感じられる体験となりました。

Civic Parade



バディと一緒にパレードに参加

Graceland Resort



貸し切りプール

グレースランドリゾートでは、マッサージを受けたり、きれいな景色を眺めたりして1週間の疲れを癒しました。写真映えのする貸し切りのプールでは沢山写真を撮りました。すぐ近くにある公園で遊んだり、部屋でのんびりくつろいだり、みんなそれぞれの過ごし方でのびのびとした休暇を過ごしました。

リゾートでの夕食



モールでショッピング



Jollibee (ファストフード店)





Final Comments



酒井 明梨

看護学部 看護学科 2年

フィリピン研修での 2 週間はとても楽しいもので、自分にとって忘れられない素敵な思い出となりました。研修を通して、人の温かさや優しさに触れることができ、改めて人との繋がり大切さを実感しました。フィリピンの人は、常に笑顔で明るく親切に接してくれ、言葉の壁を感じることなく楽しい日々を過ごすことができました。

私はあまり英語が得意ではないのですが、フィリピンのみんなが一生懸命に話を聞いてくれたり、私の言いたいことを汲み取って言い直してくれたりなど、真剣に向き合ってくれたおかげで、英語に対する不安がなくなり会話をすることがとても楽しくなりました。みんなの前で英語でのプレゼンする機会があり、私はとても緊張していました。しかし、みんな応援してくれたり、バディが寄り添ってくれたり、自信がつくまで発表の練習に付き合ってくれたおかげで、無事プレゼンを乗り越えることができました。

フィリピンの人たちはとても明るく、何事にも一生懸命で、常に前向きでした。その姿は私の原動力となり、私もこれから頑張ろうという意欲がわきました。もっと英語の勉強をして、自分の言いたいことを伝えられるように頑張ろうと思いました。みんなのおかげで前向きな自分になったと思います。

フィリピンでの 2 週間はあっという間に過ぎて、自分にとって全てが新しい世界でした。みんなとお別れするのがとても名残惜しく、まだまだ日本に帰りたくなく、もっとみんなと過ごしたいと思えるほど充実した研修でした。このような素晴らしい経験ができる機会を頂きとても感謝しています。本当にありがとうございました！



伊藤 大和

総合政策学部 総合政策学科 3年

私は 2 年生のゼミ面談で小関先生にフィリピン研修について話を聞いて、この研修に参加したいと思い参加を決めました。事前研修を重ねるたびに、この話を聞いた時の楽しみより不安が強くなっていきました。しかし現地で関わる全ての人が温かく、不安がワクワクに変わり、充実した 2 週間を過ごすことができました。

私は行動を起こす前に考えすぎてしまい、周りの人に背中を押してもらってから行動するなど自分の意志で物事を決断することができませんでした。それは失敗したときのことを考えてしまい、自然と消極的な行動になってしまっていました。しかし、授業などで発表の度にバディたちに励まされ、大事なことは成功することではなくチャレンジすることだと気づかされました。最初は周りの反応を見て手を挙げていた自分でしたが、研修が後半になるにつれて迷わずに自分から積極的に手を挙げて最初に発表できるようになっていきました。

2 週間という短い時間でしたが国籍関係なく関わった全ての人と最高の思い出をつくることができました。日本で生活しているだけでは感じられない感覚を経験し、濃密な時間を過ごすことができました。毎日が新しく、かけがいのない経験ができると思うので、海外への興味がある人や自分を変えたいと考えている人はぜひ参加してほしいです。

最後に、小野瀬さんをはじめとした OISCA や常磐大学の方々、貴重な体験をさせていただき本当にありがとうございました！

Final Comments



島崎 寧々

人間科学部 現代社会学科 1年

フィリピン研修に参加したきっかけは、英語力を向上させたいという思いからでした。研修では日常生活の中でたくさん英語を使う機会があり、英語に触れる時間がとても多く自分の英語力を試すいい機会になりました。

ただ、海外が初めてということもあり、最初はとても不安でした。しかし、バディたちがたくさん話しかけて、励ましてくれたり、サポートしてくれたりしたおかげで安心して研修を楽しむことができました。特に英語の授業では、人前に出て発表することが多く、もともと発表が苦手な私は毎回緊張していましたが、バディが寄り添って励ましてくれたおかげで何とか乗り越えることができました。

ワークショップやプロジェクトも最初はとても不安でしたが周りとの協力しながら準備を進めることで楽しく取り組むことができました。特に日本文化ワークショップではフィリピンの人たちがとても楽しんでくれているのが伝わり、本当にうれしかったです。フィリピンの人たちはとても明るくいつも笑顔で接してくれていたため、一緒にいるだけで元気をもらえました。

この研修は私にとって充実した 2 週間となりました。一緒に行ったメンバーとも深く関わることができ、これからも仲良くしていきたいと思っています。また、今回の経験を生かして、今後も英語の勉強を続け、将来、お世話になったフィリピンの人たちに 1 人でも会いに行けるように頑張りたいです。もし研修に行くことを迷っている方がいたら、フィリピン研修にぜひ参加してみてください。必ず良い経験になります。



福田 来夢

総合政策学部 総合政策学科 3年

私がフィリピン研修に申し込んだ理由は、1年次に受講した上級英語の授業で小関先生からフィリピン研修についての話を聞いたことでした。初めての海外であったことに加え、研修で担当していた組紐プロジェクトの準備が思ったように進まなかったこともあり、とても不安な状態で出発しました。でも、現地では、バゴ市の方々の優しい対応のおかげで不安はいつの間にかなくなっていました。

英語の授業では、毎回みんなの前で発表があり、最初はとても緊張していましたが、バディの Desiree がアドバイスをくれたおかげで楽しく授業を受けることができ、人前で話すことの抵抗感が少なくなりました。2週目の授業での発表では、バディのみんなや先生にも褒められるようになり、成長を感じることができました。

また、組紐のワークショップでは、「True Lover's Knot」という組紐の商品を職人さんと一緒に制作しました。職人さんはとても器用で理解も早く、ワークショップはスムーズに進みました。True Lover's Knot は、すでに現地での商品化が決定しており、国際貢献ができたのではないかと感じています。

バディや OISCA の方々のおかげで、毎日が新鮮で充実した 2 週間を過ごすことができました。

海外研修に参加するか迷っている方、ぜひフィリピン研修に参加してみてください！フィリピンはとても素晴らしく、自分自身を大きく成長させることができるはずです！

Final Comments



加藤 美結

人間科学部 心理学科 2年

このフィリピンでの2週間は本当に濃厚な時間だったと思います。今回の研修は私にとって初めての海外だったので、とても楽しみな反面、食べ物や生活していけるかについて不安がありました。

実際に行ってみると、初日から数時間の停電、水のシャワー等普段の生活とは少し変わった経験をする事になりました。しかし、最初こそ戸惑ったもののすぐに慣れることができ、その後は何も問題なく2週間を過ごすことができました。人間の環境に適応する能力ってすごいなと改めて感じました。また、現地で食べたものはどれも本当に美味しかったです！

英語の授業では、バディたちのアイデアの引き出しの多さにとても驚かされました。授業では毎回発表があり、最初こそ不安でしたが、バディのサポートのおかげで楽しく行うことができました。おかげで、前よりもプレゼンや英語で話すことへの抵抗を感じなくなりました。

研修中は多くの人と交流を深めることができました。バゴシティ大学と OISCA のみんなはとてもフレンドリーでたくさん話しかけてくれました。みんなとってもノリがよくて、プロジェクトとワークショップは本当に楽しんでくれました。暖かくて愉快でエネルギーで、本当に素敵な方たちと出会えたことに感謝しています。

多くの初めての経験をし、人の優しさに触れ、フィリピンの方々の強さを知り、自分の新たな一面を見つけ、本当に濃厚で素敵な2週間を過ごすことができました。参加を迷っているそのあなた、絶対後悔しないので思い切ってフィリピンに行ってみましょう！！



大好 柊

総合政策学部 総合政策学科 3年

私は今回のフィリピン研修に参加し、2週間で一生忘れることのない貴重な経験をする事ができました。人生で初めての海外だったため、現地で自分の英語がどれほど通じるのか不安や緊張がありました。しかし、実際にフィリピンへ行ってみると、人々の優しさや温かさを感じる事ができ、安心して過ごす事ができました。

日本での生活とは大きく異なり、新しい文化や価値観に触れる事ができたことは、とても良い経験になりました。私が担当したスポーツ交流や梅染め・組紐プロジェクトを成功させる事ができたことは、大きな達成感につながりました。現地の方々にも喜んでもらったことが嬉しく、準備をしてきて本当に良かったと感じました。

また、この研修を通して、もっと英語を勉強したいという気持ちが強くなりました。現地での英語の授業はとても発言しやすい雰囲気があり、私自身も積極的に手を挙げて発言する事ができました。これまで英語を使うことに対して消極的だった部分がありましたが、自信を持って話す事ができたと感じます。

この2週間はとても充実しており、本当に研修に参加してよかったと心から思います。この研修で関わった人たちは素晴らしい人ばかりで、とても楽しく有意義な時間を過ごす事ができました。この研修で得た経験を今後の成長につなげていきたいと思います。

必ず充実した2週間を過ごすことができます！
少しでも気になっている人は参加してみてください！！



Final Comments



浅川 夏美

人間科学部 健康栄養学科 3年

私がフィリピン研修に参加したきっかけは、説明会を聞いて楽しそうだと感じ、現地でのかけがえのない経験をしたかったからです。渡航前は、プロジェクトやワークショップの準備に追われると同時に、現地で英語を使って活動することに不安を感じていました。また、たくさん交流したい気持ちはありましたが、英語力に自信がなく、うまく会話ができるか心配でした。

フィリピンに到着すると、現地の皆さんが温かく迎えてくれました。緊張していましたが、皆さんが優しくサポートしてくださり楽しく過ごすことができました。特に不安だった日本文化ワークショップは、想像以上に盛り上がり、楽しんでいる姿を見ることができて、とてもよかったです。準備した甲斐があったと達成感を覚えました。

英語の授業では、聞き取りだけでなく、文章を読んだり例文を作って発表したりするなど楽しく英語を学びました。私は普段、授業で前に出ることを避けてきました。なかなか挙手できなかった私を、バディである Jienel が励ましてくれたおかげで、勇気を出して発表できるようになりました。発表のたびにバディが褒めてくれ、回数を重ねるごとに少しずつ自信がつかしました。

今回の研修で、フィリピンの人々の温かさや優しさを深く感じました。その優しさに触れ、私も人の不安を和らげ、思いやりを持てる人になりたいと思いました。また、もっと英語を学び、より多くの人と交流したいという新たな目標もできました。この 2 週間、多くの貴重な経験をし、とても充実した研修となりました。



山内 陽登

総合政策学部 総合政策学科 3年

私がフィリピン研修に参加しようと決心したきっかけは、私が所属している小関ゼミナールでの活動や、自分自身の成長に繋がる第一歩であると考えたことでした。ゼミナールを通じて、小関先生からフィリピン研修についてお話を伺いました。小関先生からのお話を通じて、フィリピンの魅力に気づくことができましたと感じています。その一方、私はフィリピン研修に参加する前、実際に海外へ出かけることそのものを想像していませんでした。そのため、フィリピンへ実際に行く直前までは、海外に行くこと自体に不安や緊張を感じていました。

実際にフィリピンへ行ってみると、私の英語力で話し相手に伝わっていました。また、フィリピンネグロス島の人たちはみんな優しく、笑顔を大切にされていることを強く実感しました。現地の方の笑顔を見ると、私の海外への強い不安が解消され、現地の方とのコミュニケーションがとても楽しく、そして充実したものとなりました。

また、バゴシティ大学での英語授業では 1 人 1 人にバディが付き、たくさんのサポートをいただきました。バゴシティ大学の英語授業は、アクティビティが中心のものであるほか、毎回の授業で様々なアクティビティを準備していただいたおかげで、充実したものとなりました。様々な経験を積み、かけがえのない充実した 2 週間となりました。ありがとうございました！

Special Thanks

OISCA 茨城 事務局長 小野瀬武康 氏 / OISCA バゴ・トレーニングセンター 所長 渡辺重美 氏

Final Comments



廣木 彩乃

人間科学部 健康栄養学科 1年

私は、英語力を高めたいという理由でフィリピン研修に参加しました。初めての海外ということもあり、フィリピンに行くまでは楽しみより不安が大きかったです。しかし、着いてからはフィリピンの方たちはとてもフレンドリーで沢山話しかけてくれて、本当に優しさで溢れていました。私が最初に驚いたのは、一人ひとりの自己紹介の時に聞いてくれているフィリピンの方たちが声に出してリアクションしてくれたことです。そのおかげであまり緊張せずに話すことができ嬉しかったです。

英語の授業では、最初は英語を聞き取ることも話すこともできませんでした。しかし、私についてくれたバディの Daisy がゆっくりと話してくれたり、私の拙い英語を最後まで真剣に聞いてくれたりしたので毎回の授業を楽しく受けることができました。また、私の英語の発表の時には何度も練習につきあってくれて、自信ができました。さらに、自分から手を挙げて発表することへの抵抗も少なくなりました。フィリピンでは、日本で体験できない様々な経験をさせてもらい、とても充実した2週間を過ごすことができました。そして「もう一度フィリピンに行きたい」と思えるほど楽しくて素敵な場所でした。

この研修をきっかけに、もっと色々な国に行ってみたく感じたので、英語の勉強を頑張ります。これからフィリピン研修に参加しようか迷っている方や英語力を高めたい方は是非参加して欲しいです。本当に毎日が学びとワクワクで最高の思い出になるはずです。



浅野 萌樹

人間科学部 教育学科 3年

私は、昨年アメリカ研修に参加して、アメリカだけでなく他の国も見たいと強く感じました。また、バゴシティ大学とのオンラインチュートリアルプログラムに参加した時のチューターだった友達にフィリピンで会いたいと思いがあり、この研修に参加しました。

このフィリピン研修では、現地の人の陽気さや温かさがとても印象に残りました。私は人見知りでシャイな性格ですが、現地の学生はとても優しく、こんな私でも受け入れてもらえるという安心感の中で2週間を過ごすことが出来ました。いつも元気でにこやかな現地の人たちと過ごしていくうちに、自分も現地の人たちの陽気さが段々と移っていくように、自分のシャイな性格を少しずつ克服できているように感じました。また、現地の人たちとお別れの際に、「どんなことがあっても、いつもハッピーでいてね」と言ってくれて、私はこの言葉に感銘を受けました。このポジティブな考え方がフィリピン人の陽気さや温かさに繋がっているのだろうと感じ、この研修で、私の中の価値観は大きく変わり、かけがいのない経験になりました。

人見知りの私が、たった2週間でこんなにも現地の学生に心を開いて、仲良くなれてことに今でも驚いています。これもすべて現地の学生のおかげです。2週間とても充実した、楽しい日々を過ごすことができました。将来再び絶対にフィリピンに行き、現地の人たちに会いたいと思います。少しでも興味がある人は、素敵な人達との出会いやよい経験が待っているので、ぜひ参加してみてください。

Final Comments



小関 一也

総合政策学部総合政策学科 准教授



フィリピンを訪問する度に感じるのは、ネグロスの人たちの純粋さと、包みこむような温かさです。どうして、海外からやってきた私たちを、まるで愛する家族のように、あそこまで優しく温かく迎えてくれるのか、正直今でもその理由は分かりません。でも、彼らの純真で大きな笑顔と、あきれほどの優しさに触れたら、どんな人でも魅了されてしまうのです。

今回参加した学生たちも、ネグロスの人たちに感化され、生涯忘れない体験をしてきました。突然の停電で電気もエアコンもない夜を過ごしたこと、歓迎会の途中で誕生日の学生に急きよバースデーケーキが用意されたこと、音楽とダンスを心から楽しむ現地の若者たちと熱狂的な時間を過ごしたこと。そして何よりも、フィリピンのパティたちがいつもそばにいて一歩前に踏み出す勇気を与えてくれたこと、修了式ではこみ上げる感情を抑えきれず涙があふれて止まらなかったこと…。そうした1つひとつの思い出が心に深く刻まれているはず。ここでの体験や出会いが、君たちの心の奥に静かに根を下ろし、これからの人生で素敵な花を咲かせてくれますように、その花が新しい出会いや希望の種になりますように、心から願っています。

最後になりましたが、オイスカ茨城の小野瀬さんをはじめ、バゴ・トレーニングセンターの渡辺所長、バゴシティ大学の教職員のみなさん、バゴ市のユーロ市長ご夫妻、そして本学の国際交流語学センターのスタッフのみなさん、この海外研修をサポートしてくださったすべての方に、心から感謝申し上げます。ありがとうございました。



桑原 秀則

総合政策学部経営学科 准教授



私は初めてフィリピン研修の担当となったため現地への引率はせず、主に学内で実施される事前・事後研修に参加し、学生のサポートを行いました。事前・事後研修は、研修の前後に10回ほど行われました。事前研修中の学生たちの印象はごく普通の日本の学生という感じでした。

研修で実施するプロジェクトの準備では、学生たちは苦労していましたが、何とか準備を終えて送り出すことができました。研修中の学生の様子は現地から送られてくる写真を見る程度だったので、詳しいことはわかりませんでした。しかし、帰国後の事後研修で、学生たちから話を聞いたり、できあがった報告書を読んだりすると、2週間の研修が学生たちにとつともなく大きな影響を与えたことが分かりました。ある学生は将来の夢を熱く語り、また別な学生は学修への主体的な参加の重要性や人間関係の大切さを話していて、事前研修時とは別人のようでした。バゴシティ大学の学生を含むネグロスの人たちとの交流で得た経験が、ここまで学生たちに影響を及ぼしたことに驚くと同時に、ネグロスの人たちのパワーやフィリピン研修の意義について考えさせられました。

最後になりますが、このような素晴らしい研修を考え、そして実施していただいた OISCA バゴトレーニングセンター、バゴシティ大学の皆様に感謝申し上げます。

