

# キャリア実習 in Sri Lanka

An aerial photograph of a vast tea plantation in Sri Lanka. The hills are covered in neat, terraced rows of green tea bushes. A dirt road winds through the landscape, and a few tall, thin trees are scattered throughout. The sky is clear and blue.

|    |       |
|----|-------|
| 2年 | 蓮井菜乃花 |
| 2年 | 大柿心琴  |
| 3年 | 太田琉星  |
| 4年 | 立花ひまる |

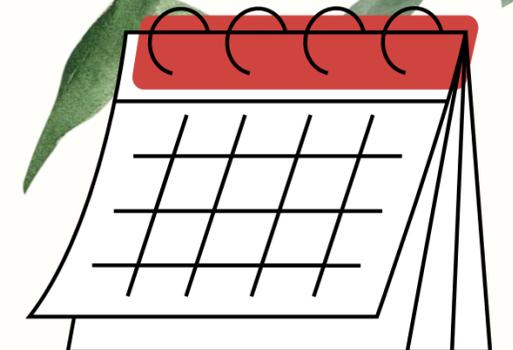
# 期間

実習期間は40時間以上（最低2週間が目安）

スリランカの場合、移動も含めると約3週間に

実習前後の日程は自分で調節できるので旅行も可能！

| 日      | 月  | 火      | 水            | 木  | 金            | 土      |
|--------|----|--------|--------------|----|--------------|--------|
|        |    |        |              | 羽田 | トランジット<br>など | スリランカ着 |
| 実習先に移動 | 実習 | 実習     | 実習           | 実習 | 実習           | 観光     |
| 観光     | 実習 | 実習     | 実習           | 実習 | 実習           | 観光     |
| 観光     | 観光 | 空港まで移動 | トランジット<br>など | 羽田 |              |        |



## 費用(円)

1円=2スリランカ・ルピー  
現地で計4万円を換金

- 往復航空券→95000
- 海外保険→16000
- 空港までの往復交通費→5000
- ESiM (無制限) →8500
- 狂犬病ワクチン (任意) →45000
- 前泊後泊ホテル→10000
- 現地での生活費+食事→20000
- 現地でのお土産、お菓子、観光など→30000

➡約23万

同窓会からの支援アリ！

抑えようと思えばもっと安く行けます

# 実習先：Sevalnk Foundation(セワランカ財団)

## スリランカ最大のNGOのひとつ



<https://www.sevalanka.org/uploads/6/6/1/2/66123167/published/title.png?1723194087>

宇都宮大学学生団体『UU-TEA』が関わっているJICA草の根技術協力事業  
「教育環境改善を通じたコミュニティー・リーダー育成事業」  
の現地パートナー組織



# Sevalanka × 宇都宮大学 UU-TEA × JICAプロジェクト:TEA-TIME

目的：

農園に住む青年層が地域住民をリードするコミュニティ・リーダーとなり、教育・社会・保健衛生などの分野で持続的な地域づくりを行う。

## 取組内容

- 青年指導員が、農園の青年層を研修・支援
- 各農園でのアフタースクール・プログラム実施（学童補習）
- 国際女性デーなどのイベント企画・運営
- 労働者住宅地区（ラインルーム）での資源の共同管理課題の解決

# 『UU-TEA』とは？



2018～ スリランカ中部で紅茶プランテーションのコミュニティを支援する学生団体

活動内容：JICAプロジェクトの企画・実施 SNSでの発信  
活動 学内外でのイベントなど



X



UU\_TEA\_SRILANKA

**幅広い学部・学年の学生が活動中！**

Mail address : [uu\\_tea\\_srilanka@yahoo.co.jp](mailto:uu_tea_srilanka@yahoo.co.jp)

# Field Work：ラインルーム訪問

ラインルームとは？

紅茶農園にある、労働者の集合住宅



ラインルームには様々な問題が、、、



ごみ



水



道路



教育



# インタビュー結果

## 印象に残った声と気づき

👧 子どもたちの世界がとても狭い

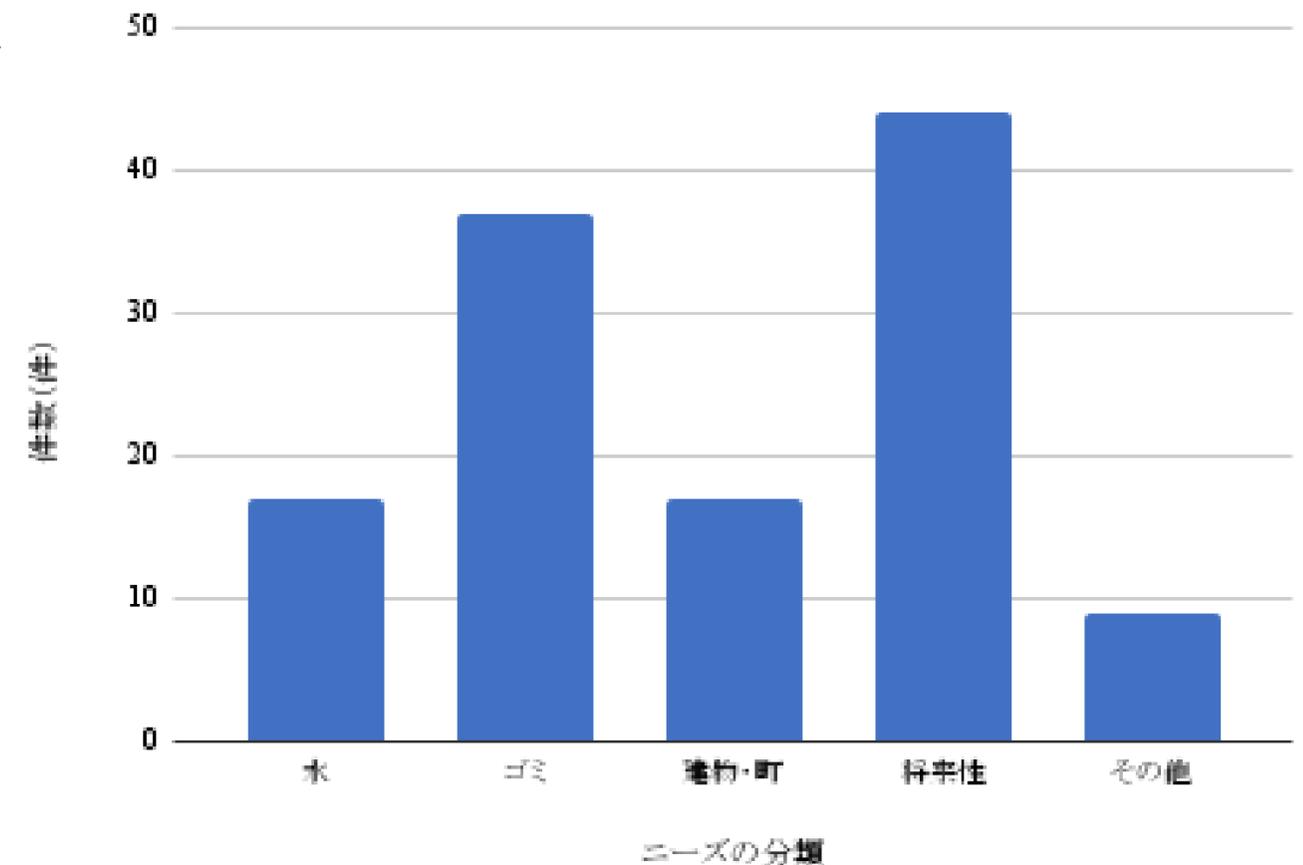
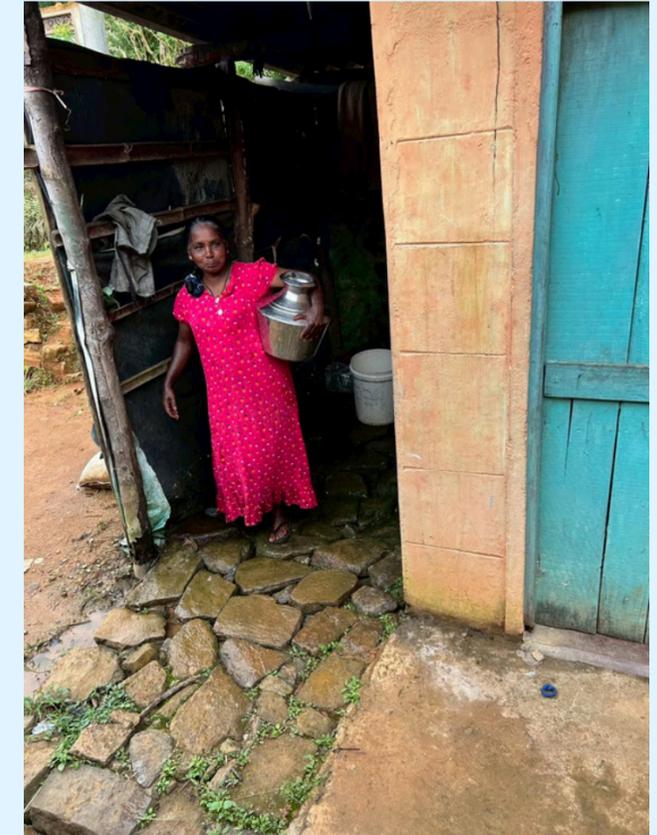
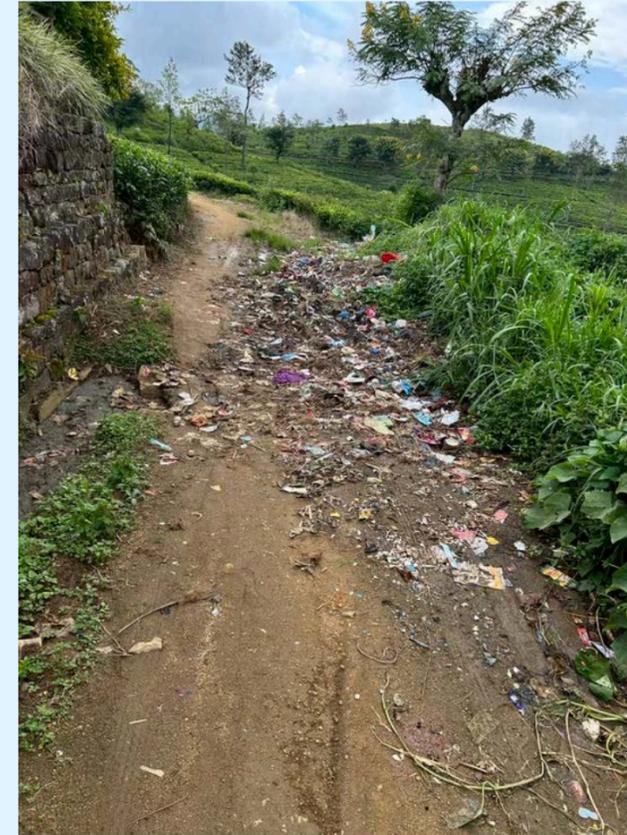
→ 家と農園の往復だけ。もっと「外の世界」に触れてほしいという声。

🗑️ ゴミの問題が深刻

→ ごみ収集は来ず、埋めるか燃やすしかない。  
→ 道端に捨てるのが“普通”になっており、悪臭や衛生問題が発生。

🚶♀️ 病院・学校まで遠く、移動が大変

→ 病院まではトゥクトゥクで約30分。  
→ 道が悪く、バスが近くまで来ない。町までは険しい道を歩くしかない。



# 青年指導員（Youth Facilitator）向け学習セッション

| テーマ       | 内容・ねらい                                    |
|-----------|---|
| 行動経済学     | 行動経済学の考え方を説明し、ゴミ問題などラインルームの課題解決への応用を紹介。   |
| Instagram | 投稿方法などの基本操作を共有。活動発信ツールとしての活用を提案。          |
| ChatGPT   | AIによる検索・文章作成の活用法を紹介。英語学習や授業準備にも役立つ可能性。    |
| プレゼンの方法   | 聞き手に伝わる話し方・構成のコツを紹介。子どもへの指導や活動報告で活用できる内容。 |
| Excel     | 表計算やデータ整理の基本を紹介。理解度が高く、「もっと学びたい」との声が多数。   |



# Opening ceremony

- 課外で子どもたちの教育支援を行うAfter-school-programが行われる各小学校で、実施前に行われた開会式
- 宇大生の他に、生徒、保護者、青年指導員、Sevelankaスタッフ、栗原先生、糸井川先生、JICAスタッフ
- 火を灯す儀式や、プログラムの説明等が行われた



# ● 青年指導員との文化交流



## ① 青年指導員が作った教材の展示

- After-school-programで使用する、青年指導員手作りの算数の教材
- クオリティが高く、実際に使用することで早い理解や理解の促進



## ②日本の文化を体験

- 日本のお菓子とお茶に挑戦してもらった
- じゃんけんに挑戦、勝った人には扇子をプレゼント
- その後もお互いに歌を披露しあうなど交流



# Food



朝：パン(バター、ジャム)、バナナ

昼：カレー(野菜、肉、魚、豆など様々な種類のカレーを自分で取り分ける)

夜：カレー or 麺

- ほぼSevelankaのスタッフさんが作ってくれたが、ホストファミリーが夕食を振舞ってくれたり紅茶を用意してくれることもあった。
  - ほとんどの料理にスパイスが入っている
- 辛さが苦手な人は現地の人に伝えたり、日本からインスタント食品等を持参したり対策が必要

# 実習に参加した感想

- ・ 途上国で生活することで、教育の実態、ライフラインや衛生面などの困難さを経験  
→それを支援する姿勢、豊かさ・幸せとは何なのか考えさせられた
- ・ ドロップアウト率の高さに自分が今まで当然だと思っていたことが当然ではないとわかった。日本の文化や私たちのプレゼンテーションにユースファシリテーターの方が興味を示してくれたことが嬉しかった。



**Thank you for listening!**

**ご清聴いただきありがとうございました！**