

## Day 1 / 2025年カンボジア体験ボランティア始動

2025年08月18日(月)

テーマ：カンボジア体験ボランティア2025 >



## Day 1 / 2025年カンボジア体験ボランティア始動 🚀

毎年夏、地球規模の視野を持ったグローバル人材の育成を目的に、JHPが実施している海外ボランティアプログラム『カンボジア体験ボランティア』。

今年は8月17日（日）～25日（月）の8日間で行われています。  
高校生6名・大学生/院生11名・社会人2名の総勢19名の隊員たちが、海を越え、ついにカンボジアへ！

「現地の子どもたちに笑顔届けたい」  
「自分自身も成長したい」  
そんな熱い想いを胸に集まりました ✨

今年は、JHP支援校の小学校2校でスチール製のブランコを建設し、子どもたちとの交流会では一緒に身体を動かしながらのゲームや、浴衣の着付けや茶道、日本の遊びも体験してもらいます。さらに、アート創作活動や衛生ワークショップも予定。  
参加者が主体的に活動できる盛りだくさんのプログラムとなっています☆彡

現地での出会いや驚き、感動の瞬間を、メンバーたちの生の声とともにお届けしていきます。

## 成田空港から出国・カンボジア入国✦



写真) 成田空港にて。19名全員そろって一安心！

◆◆参加者の感想◆◆

『今回が初めてのカンボジアでした。飛行機での移動はやや疲れましたが、無事に入国ができ良かったです。到着して最も驚いたのは道路事情です。日本のように整備されておらず、車やバイクが入り乱れており、渋滞も頻繁に起こっていました。

特に印象的だったのは、バイクに子どもと一緒に乗っている光景で、時には3人乗りの場合もありました。ですが、簡単には解決できない問題であるのだと考えさせられました。

初日から日本との環境の差を体感し、これからの滞在でさらに多くの発見があるのではないかと感じています。これから約一週間、皆さんと協力しながら頑張りたいと思います！』

(高校生：遠山さん)



写真) カンボジア・プノンベン空港にて集合写真、夕食で乾杯!

第2日目以降の活動レポートもお楽しみに☆彡

\*\* JHP・学校をつくる会は、国境の壁、人種、民族の違いなどを超えて、地球的視野を持つ若者が育つことを願い、ボランティア活動を続けています\*\*

## Day 2 / 2025年カンボジア体験ボランティア ～カンボジアの歴史を学ぶ～

2025年08月20日(水)

テーマ：カンボジア体験ボランティア2025 >



## Day 2 / ～カンボジアの歴史を学ぶ～

今日からカンボジアでの活動が本格的にスタート ✨



写真) カンボジア・プノンベン事務所の前で集合写真

## Day2 ～Schedule～

- オリエンテーション（PP事務所スタッフによるカンボジア教育課題と活動事業の説明）
- 日本友好学園 創立者Kon Vorn氏とお孫さんKon Bunthy氏の講話
- トゥールスレーン虐殺博物館見学
- プレイベン州に移動

今日は、JHPプノンベン事務所のスタッフからの「カンボジアの教育事情」と「活動紹介」ののち、ポルポト政権下で約4年間の強制労働を経験されたコン・ヴォーンさん\*と、お孫さんのコン・ブンティーンさんをお招きし、ポルポト政権下での実体験について貴重なお話を伺いました。

その後は、その時代の収容所がそのまま残されている「トゥールスレーン虐殺博物館」を見学。

\*コン・ヴォーン（Kon Vorn）氏 略歴：

1970年代にカンボジアにおいて日本のメディアのために従事していましたが、クメール・ルージュ政権下で過酷な強制労働を経験。1981年に政治難民として日本に渡りました。1993年に「カンボジア教育支援基金」を立ち上げ、学校建設や日本語教育を推進。

1999年には、日本の教育制度を取り入れた「カンボジア日本友好中高等学校」を創立し、カンボジアにおける日本の教育制度への理解と信頼を大きく広げ、日カンボジアの相互交流にも貢献されています。



△写真左) JHP プノンペン事務所スタッフより、オリエンテーションとカンボジアの教育課題・活動事業紹介  
写真右) 日本友好学園 創立者Kon Vorn氏とお孫さんKon Bunthy氏の講話を真剣に聞く隊員たち



△写真) 講話後は、トゥールスレン虐殺博物館へ訪問し、当時の歴史と出来事を学びました

「カンボジアの負の歴史（虐殺）のことをほとんど知らなかった」——そんな参加者が現地で見、聴いて、感じたのは、心に広がった“表現しきれない感情”と、ただの“痛み”を超えた深い気づきでした。参加者が感じた生の感想をお届けします。

◇◆参加者の感想◇◆

『朝は散歩をしながらセントラルマーケットを訪れ、現地の雰囲気を感じ取ることができました。朝食後には講話を受け、その内容はクメール・ルーージュ政権下での強制労働や、トゥールスレン（S21）で行われた大量虐殺についてでした。

実は、カンボジアに来る前までは虐殺のことをほとんど知らず、事前勉強会で初めて知りました。しかし、言葉で説明を受けるだけでは、その重みを実感することは難しさがありました。

今回実際にトゥールスレン博物館を訪れ、拷問が行われた場所を目の当たりにし、音声ガイドを聞きながら歩くことで、当時の残酷さが頭の中に鮮明に浮かんできました。

その体験は、ただ「心が痛む」という一言では片づけられないほど重苦しくて複雑で、自分でも表現しきれない感情が胸に広がりました。

この博物館で見聞きしたことで、より当時の出来事を身近に感じ、いつ自分の身に起きるかもわからないのだなと思ったし、改めて同じことを繰り返さないために未来に繋げていくことは大事だなと思いました。自分の中でもすこく深く考えさせられる時間でした。

明日から体力面で相当きつくなるので、いっぱい休んで朝から精一杯頑張ります！』

（高校生：伊東さん）

◇◆参加者の感想◇◆

『今日はコン・ヴォーンさんとお孫さんのコン・ブンティーンさんの講話をお聴きました。ポル・ポトが実権を握ったとき、国民は同じカンボジア人ということで両手をあげて喜んだものの、その数時間後にはクメール・ルーージュによって、首都プノンペンから地方へ追い出されたこと、リアルな体験談は強烈でした。

4年間の過酷な強制労働時代、どんな質問をされてもどんなに疲れていても反抗的な態度をみせなかったことで生き延びたことは、特に印象に残ったことです。

希望を見失わないこと、いつか解放されることを信じるのは、言葉では簡単だと思います。

ヴォーンさんは、静かに耐え忍んだことで1日1日を生き抜いたことが言葉の節々から伝わってきました。

午後には、トゥールスレン博物館の見学に行きました。

日本語のオーディオガイドを借りたので、ポル・ポト政権下でS-21と呼ばれたこの場所で行われたことを深く理解することができました。

残虐な拷問をした若者たち、もはや若者というより子どもたちの顔写真は、一般市民と何ら変わりのない表情でした。彼らも最終的に、理由をこじつけられ、同じ収容所で命を落としたことに心が苦しくなりました。同じ人間同士で心があるはずなのに、ヒトはどこまでも冷酷になれることを理解しました。しかしながら、現代においても、正義感や価値観を一步間違えてしまえば、同じような行為が繰り返される可能性にも気づかされました。

過去の暗い歴史を聴いたり、負の遺跡を観たりすることは、正直、辛いことです。

それでも聴くこと、観ること、知ること、同じ過ちを未来で繰り返さないことが大切だと思います。極論はわかりやすく、ときに理想的なように感じてしましますが、世の中が一方的な方向に傾く前におかしいと感じたことは声を上げることが重要だと思いました。』

(大学生：須藤さん)

過去を知ることは、未来を守ること。

たくさんの気づきを得たメンバーたちは、明日いよいよJHPが支援する小学校を訪問し、カンボジアの“今”を生きる子どもたちに会いに行きます。

皆で力を合わせてのブランコ建設や交流会の様子をお楽しみに



写真) カンボジアの美しい空

\*\* JHP・学校をつくる会は、国境の壁、人種、民族の違いなどを超えて、地球的視野を持つ若者が育つことを願い、ボランティア活動を続けています\*\*

## ＼Day3／ 2025年カンボジア体験ボランティア ～小学校訪問&ブランコ建設スタート！～

2025年08月21日(木)

テーマ：カンボジア体験ボランティア2025 >



### ＼Day3／～小学校訪問&ブランコ建設スタート！～

今日から、身体を動かしてのボランティア活動開始！

訪問したのは、JHPが建設支援したプレイベン州 ポチバラン小学校。

小学校に通う子どもたちが遊べるよう、スチール製のブランコを建てていきます ✨



写真) ポチバラン小学校の子ども達と一緒に

### Day3 ～Schedule～

- プレイベン州 ポチバラン小学校でのブランコ設置作業



△写真) コンクリート造り、支柱用の穴掘り（深さ45cm、幅50cm×40cm）をしています



△写真) モルタルを敷き詰め、乾いたらブランコ本体を穴に入れて設置



△写真) 穴を塞ぐようにコンクリートを敷き詰めます



△写真) 昼食は関東給食会様からのご支援で、美味しいビーフカレーをいただきました。ありがとうございます！

日本ではなかなか経験できない体験を通して、たくさんの学びと気づきを得たメンバーたちの生の感想をご紹介します！

#### ◇◆参加者の感想◇◆

『今日はブランコ作りをメインに活動しました。想像以上にモルタルやコンクリートを混ぜるのに体力を使いました。

わざわざカンボジアへ行ってブランコをつくるの？と親に言われた時のことを思い出しました。せっかくの海外なのに、なんでそんな体力仕事をするのかと疑問に思ったそうです。

でも、今日実際にやってみて良かったと心から思ってます。

実際に訪れて子どもたちのキラキラした顔を見て、この子たちの為なら、ちょっとしたことでへこたれてる場合じゃないなと思ったし、今、日本で私たちが不自由なく教育を受けられているのも、こういった影での多くのサポートがあつてのことだと実感しました。

自分たちが良い環境にいると、それが当たり前と感じてしまうことがあります。

そうなると共感ではなく、同情しかできなくなってしまいます。自分は同情ではなく、相手の立場を理解して語らうこと、共感のできる人間でありたいなと思いました。』

(大学生：水野さん)



△写真) カンボジアの子どもたちから、たくさんのパワーをもらいました！

◇◆参加者の感想◇◆

『カンボジア滞在、朝は水が止まってしまったところからのスタートでしたが、3日目を迎えてより慣れてきたところでいよいよ本格的に活動が始まりました。

正直なところ、これまで何か建物を作ることに興味がなく、ブランコ建設をすると聞いても、なんとなく楽しそうだな、と思っていただけのまま当日を迎えてしまいました。

使い慣れない道具を使って穴を掘ったり、コンクリートを作ったり、徐々に全身から汗が噴き出るような活動をしました。



△写真) コンクリートを注ぎ入れたり、ペンキを塗ったり。日本ではなかなかない体験です！

体の疲労度は高かったですが、少しずつ出来上がっていく過程が新鮮で、加えて子どもたちのきらきらした笑顔がかわいくて、疲れを忘れて1日を終わられました。

水を使って水平なところに印を付けるのは、これまで何気なく通っていた工事現場で見たことがあり、これから工事現場を通るときには少し興味が持てそうです。

また、実際に自分の体を使って作業をしたことによって、工事現場で働く人や機械の偉大さも、より強く感じる事ができそうです。

日本でただ暮らしていたら気がつけない、当たり前な偉大さと有り難みを既に強く感じています。同時に、多少不便でも、そこまで困らずに暮らせていける、という自信も少しずつ身につき、たくましくなったような少し嬉しい気持ちでもあります。明日のブランコ完成が待ち遠しいです。』(社会人：佐々木さん)



△写真) 形になってきたブランコ2基

皆で汗を流しながら挑んだブランコ作り。

それでも少しずつ完成していく過程と子どもたちの笑顔に励まされながら、無事に形になりました。明日は最後の仕上げのペンキ塗りをして、いよいよ贈呈です 〰



夕食時にはサプライズで、活動期間中にお誕生日を迎えたメンバーのお祝いも ✨

明日は贈呈式のほかにも、衛生ワークショップや子ども達との交流会も予定！

4日目の活動レポートもお楽しみに ✨

\*\* JHP・学校をつくる会は、国境の壁、人種、民族の違いなどを超えて、地球的視野を持つ若者が育つことを願い、ボランティア活動を続けています \*\*

## Day 4 / ~ブランコ完成！ & 子ども達との交流会~

2025年08月25日(月)

テーマ：カンボジア体験ボランティア2025 >



前日から作業をしてきたブランコも、いよいよ完成✨  
小学校での贈呈セレモニーを行いました！  
午後は小学校の子どもたちとの交流会や衛生ワークショップも実施。  
子どもたちの笑顔にたくさんのパワーをもらいました🌻



△写真) 完成したブランコの前で

## Day 4 ~Schedule~

- プレイベン州 ポチバラン小学校でのブランコ贈呈式、衛生ワークショップ、交流会



△写真) 最終仕上げのペンキ塗り。ブランコの椅子裏には自分のサインやメッセージを書き込みます



△写真) ブランコ椅子と記念プレートも取り付けます



△写真) 無事に完成したブランコ前で記念写真。小学校に贈呈しました！



△写真) お昼は関東給食会様よりご支援いただいたビーフシチューをいただきました！  
「食べ慣れた味でとても美味しくて、日本食を食べるだけで、こんなに安心感をもらえるとは思っていませんでした！」とのメンバーの感想もありました。

#### ◇◆参加者の感想◇◆

『今日はカンボジア4日目。ブランコ作りとポチバラン小学校の子どもたちとの交流を行った。

ブランコ作りは、主にペンキ塗りをを行った。初めてのペンキ塗り作業だったが、灰色だったブランコがJHPのTシャツと同じオレンジ色に染まっていくのを見て非常に達成感を感じた。

コンクリートを作ったり、穴を掘ったりする作業は多くの隊員にとって初めての作業だったと思う。2日間に渡る大きな作業だったが、安全に、全員で協力して完成させることができ本当に良かった。子どもたちがブランコで遊んでくれる日がとても楽しみだ。

午後は衛生ワークショップと子どもたちとの交流を行った。工夫の凝らされた人形劇と手洗いダンスは子どもたちの反応も良く、大成功だったと思う。ワークショップ後に、子どもたちが手洗い場で丁寧に手を洗っている姿を見て、ワークショップの成果を感じたとともに、今後もしっかりと手洗いをして健康に過ごしてもらいたいと思った。



△写真) 劇やダンス形式での衛生ワークショップ。たくさん子どもたちが関心を持ってくれました



△写真) JKA様よりご支援いただいた手洗い場で実際に手洗いレクチャーをしました

子どもたちとの交流は、ボール遊びや集団レク、おりがみやシャボン玉など色々なブースに分かれて実施された。子どもたちにとって初めて知る遊びも多く、ルール説明に苦戦したが、ジェスチャーを活用して何度も伝えようと努力したことで、最終的には子どもたちだけでも遊べるようになって非常に嬉しかった。



△写真) 屋外では、じゃんけん列車やサッカーなど身体を動かしながらの交流もしました！

休憩時間に授業の見学をさせていただいたのも非常に印象的だった。ノートを一生懸命取ってる子もいれば、全く話を聞いていない子もあり、授業の規律がそこまで厳しくないのかなと感じた。

明日は別の小学校での交流がある。学校の環境や子どもたちの様子にどのような特徴があるのか、今日訪れた学校とも比較しながらよく観察したいと思う。また、日本の文化について子どもたちに伝えられるよう、活動も頑張りたい。』

(大学院生：上條さん)

#### ◆◆参加者の感想◆◆

『ホテルの部屋から朝焼けを見ることができました。カンボジアでも日本でも、世界中どこでもひとつの太陽なのだより実感して、不思議な気持ちでした。

カンボジア滞在もそろそろ折り返し地点を迎え、今日はブランコを完成させることができました。ブランコ建設の作業はあまり得意だ感じていなかったのですが、ペンキを塗ると完成をより強く実感できてわくわくしました。いつか数年後、もしくは数十年後、このブランコを見にまたカンボジアへ行きたいと思っています。午後からは子どもたちと交流でした。どんな勉強が好きなの？好きな食べ物は？将来何になりたいの？などたくさん聞いてみたいことがありましたが、言葉でコミュニケーションを取れないもどかしさを感じました。でも、カンボジアの子どもたちがクメール語を教えてくれたり、身振り手振りで一緒に楽しく遊ぶことができたりと、言葉の壁は問題とならないことも同時に感じました。何より、笑顔は世界共通なのだ、と実感しました。



△写真) 折り紙 (左)、ウルトラじゃんけんゲーム (右) で交流するメンバーとカンボジアの子どもたち

明日はまた別の小学校を訪れる予定なので、昨日今日と訪れた小学校との共通点と相違点とを見出してみたいと思います。また、体調管理の重要性をここに来て改めて強く感じます。

明日も元気に、全身で感じるものを大事に、またカンボジアの子どもたちとお互いに心に残る時間を過ごしたいと思います。』

(社会人：佐々木さん)



ブランコ作りの達成感はもちろん、交流会では、子どもたちと、言語の壁を越えた温かな繋がりを感ずることができました。

明日は別の小学校を訪問し、今日とは違った内容での交流会を準備しています。

小学校ごとにどんな違いがあるのか、積極的に学びを深めようとするメンバーたちの感想も楽しみです！

5日目の活動レポートもお楽しみに✨

\*\* JHP・学校をつくる会は、国境の壁、人種、民族の違いなどを超えて、地球的視野を持つ若者が育つことを願い、ボランティア活動を続けています\*\*

## Day 5 / ～小学校訪問&JHPプロジェクト見学～

2025年08月26日(火)

テーマ：カンボジア体験ボランティア2025 >



今日は、2校の小学校へ<sup>🌟</sup>

午前は、昨日の公立小学校とは違う、私立の小学校を訪問。

子どもたちとの交流会では、メンバーたちの特技を活かしたパフォーマンスや、茶道や浴衣などの日本文化を体験してもらうコーナーも。

午後はプノンペンにある小学校へ訪問し、JHPが支援する音楽授業の様子を実際に見学。

昨日今日とそれぞれ異なる地域の小学校3校を訪問し、感じた違いとは…？

たくさんの笑顔と学びが溢れた1日になりました<sup>🌈</sup>



## Day 5～Schedule～

- 午前：ピームロー小学校訪問・交流会
- 午後：JHPプロジェクト見学（芸術教育）

### ◆◆参加者の感想◆◆

『今日は交流会2日目でした。学校が変わると子どもたちの雰囲気も変わるのが印象的でした。日本の学校と同じような整列や挨拶、また生演奏で日本語の「故郷」を歌ってくれました。

歓迎ムードに感動しました。』（大学生：須藤さん）

『午前中はピームロー小学校を訪問しました。昨日とは別の小学校でしたが、同じ州にあっても学校ごとに雰囲気が全く異なることに気づきました。』

昨日訪れたポチバラン小学校では、生徒たちが裸足で走り回り、とても元気いっぱいでした。中には私服で登校する子や、サンダルでバイクに乗って通う子もいました。

一方で、ピームロー小学校の生徒たちは規律をよく守っていて、列に並ぶときもきれいに整列し、全員が同じ制服を着ていました。同じカンボジアでも、学校によってこんなに違うのかと強く印象に残りました。』（大学生：中村さん）



学校訪問時の歓迎セレモニーの様子



『文化交流では、隊員のマウスピース演奏、フラダンス、空手、浴衣の着付けなど様々な文化を披露した。おそらく初めて見るものも多くあったと思うので、子どもたちの目が非常に輝いており、隊員の特技や日本の文化を存分に伝えることができたのではないかと感じる。

私はジャグリングを披露したのだが、何回も失敗した技が成功した際、子ども達から大きな歓声が上がったのがとても嬉しかった。

また、後半の交流では紙飛行機づくりに関わった。折り紙を折るのは苦戦していたが、完成して外で一斉に飛ばしている子どもたちの姿がとても生き生きとしており、達成感を感じた。』

（大学院生：上條さん）



メンバーによる特技を活かしたパフォーマンス





日本の茶道披露と抹茶体験



『私は浴衣の着付け体験と折り紙を担当しました。浴衣はピンク色の桜模様でしたが、男の子のリアンくんが着用してくれました。非常に気に入ったようで、ハイタッチをしました。このカンボジアでの生活で子ども達とのボディランゲージにも慣れてきました。

折り紙は紙飛行機をレクチャーしました。紙飛行機を折ることも飛ばすこともどちらも楽しんでくれたようで、満面の笑みでした。カンボジアに来て、初めてのスクールにより、突然のお別れとなってしまいましたが、短い時間で楽しんでくれました。』（大学生：須藤さん）



浴衣の着付け体験



『午後は、小学校で音楽とダンスの授業を体験しました。特に心に残ったのは、日本の授業と比べて、カンボジアの生徒たちがより楽しそうに授業に参加していたことです。音楽の授業もダンスの授業も、生徒が夢中になれる工夫がされていて、私自身も一緒に体験してみて本当に楽しく、時間があっという間に過ぎました。

この訪問を通じて、教育の在り方や子どもたちの学びに向かう姿勢には、国ごとの文化やそこに暮らす住民の雰囲気などが大きく表れるのだと実感しました。そして何よりも、きらきらとした子どもたちの笑顔が心に深く残り、忘れられない思い出になりました。』

（大学生：中村さん）



JHPプロジェクト見学：小学校で音楽授業の体験



『午後は別の小学校でJHPの芸術授業体験を行った。歌と踊りの授業を体験したのだが、子どもたちが楽しそうに授業を受けている姿が非常に印象的だった。

また、2人の先生の授業スタイルの違いも強く印象に残った。ベテランの歌の先生は、子どもたちを巻き込んだ活動を多くしており、さらに、ユーモアあふれる説明や仕草で子どもたちも夢中になっていたように思える。芸術の授業は、子どもたちが楽しみながら主体的に学ぶことが重要であることを改めて感じさせられた。

昨日と今日で3つの小学校を見学したことにより、学校ごとの特色を感じることができた。学校の地理的な特徴や両親の経済状況、学校の先生の数や設備の違いによって、こんなにも大きな差が生まれることが非常に驚きだった。日本の公立学校は、課題はあるものどこでも同じ質の教育が受けられるという点で非常に優れていると言えるのではないかと感じた。

明日はCCHでのアート活動がある。子どもたちが楽しんで活動に参加できるよう、全力を尽くしたい。』（大学院生：上條さん）

カンボジアの小学校3校へ訪問し、子どもたちとの交流で受けた"感動"や"気づき"は、現地ならではの貴重な実体験ですね✨



明日は、カンボジアで活動される団体訪問・講話や、CCHでのアート創作活動も予定！  
6日目の活動レポートもお楽しみに✨

\*\* JHP・学校をつくる会は、国境の壁、人種、民族の違いなどを超えて、地球的視野を持つ若者が育つことを願い、ボランティア活動を続けています\*\*

## Day 6 / ～『アート×創造力』を学ぶ～

2025年09月02日(火)

テーマ：カンボジア体験ボランティア2025 >



今日のテーマは『アート×創造力』。

午前中は、カンボジアで活動しているクリエイティブ集団『Social Compass』の中村代表をお招きしての貴重なお話と「オリジナルキャラクターづくり」のワークショップに参加✨

午後は、CCH学校で行われているアート活動『CCH Art Project』とのコラボ企画、「ペットボトルカーづくり」を行いました！

子どもたちとアートで心を通わせることができました🌻



### Day 6 ~Schedule~

- 午前：Social Compass\*の中村代表による講話
- 午後：CCH学校に通う子どもたちとの交流会



中村代表による講話とオリジナルキャラクターを考えるワークショップ



\* Social Compass :

2014年にカンボジアで設立された、アートとデザインのかで社会課題の解決を目指すクリエイティブ集団。

「共に創る」を理念に、単なる作品制作にとどまらず、「伝える・届ける・巻き込む」という一連のプロセスを通じて、より良い社会の実現に取り組んでいる。

アンコールワットをモチーフにしたキャラクターワッティーは、JICAや日本財団、民間NGO、カンボジア教育省などと連携し、数多くの啓発アニメーションに登場。

ポイ捨てや交通マナーといった身近な課題から、教育支援、防災、農業・林業に至るまで、複雑な社会問題を“オモシロく”、そして視覚的にわかりやすく伝えることを大切に活動している。(HP抜粋：[About | SocialCompass](#))

◇◆参加者の感想◇◆

『カンボジア滞在も6日目。

さまざまな活動に日々取り組み、人生初の刺激を受け続けて、体力的には疲労も感じているのですが、もうすぐ終わりが近づいてきているとは信じられない気持ちです。

今日は午前中にSocial Compassの中村英誉さんのお話を聞きました。

中村さんがどのような人生を経て、今カンボジアでデザインアートと国際協力とを組み合わせた活動を展開しているか、想像以上に興味深いお話ばかりでした。

特に、“カンボジアは何をやってもパイオニアになれる国”というお言葉は、物事には二面性があるということの現れだと感じました。カンボジアは悲しい歴史を持つ国ですが、これから益々発展していけるという可能性を持つ国なのだと感じました。

後半のキャラクター作りのワークショップは、イメージしていたよりどんどんアイデアが湧いてきて、同じワークショップを別な場所でもやってみたくて思いました。

“キャラクターを作れ”と言われても無理、と思って固まってしまうのですが、

“まずはマルを描いてみよう”“上手い・下手は関係がない”“真似をしめることはできないから、どんどん隣の人を真似して良い”といったお言葉が、難しそう、という気持ちをほぐして、発想をどんどん膨らませてくれて、魔法のようでした。

日本に帰ってから色々な場面で使いたい、大事にしたい言葉です。

明日からは子どもたちと直接関わる活動ではなくなりますが、最後まで見て聞いて感じて、

カンボジアを可能な限り味わい尽くしたいと思います。』(社会人：佐々木さん)



『今日の講演はとても聴いて良かったと思う内容で、世界で日本人が活躍されている事を知り、もっと自分のキャリア選択の幅が広がりました。

海外という選択肢は私にとって憧れであった一方不安もあったのですが、アートでこんなにたくさんの人達の心を動かす活動をされていて、またSDGsにも貢献しているところが魅力的でした。もう一度自分の進路を見つめ直し、たくさんの方にチャレンジしたいです。』

(大学生：小島さん)



CCH訪問：ペットボトルカーづくり





CCH訪問：身体を動かしての子どもたちとの交流会



#### ◇◆参加者の感想◇◆

『午後のCCHでは、子どもたちと一緒にペットボトルカーを作りました。しかし、子どもたちの英語にはクメール語の訛りがあり、なかなか聞き取ることができなかつたです。

ここにきて改めて「言葉の壁」を実感した場面でもありました。ただ、自分から積極的に「この言葉はクメール語で何ていうの?」と尋ねたり、工夫してコミュニケーションをとることを意識した結果、最後には子どもたちとも打ち解けることができました。特にたくさん話した子からはぬいぐるみをもらい、今日は本当に頑張ったよかつたと心から思えました。

少しずつカンボジアのこの経験も終わりに近づいていますが最後まで頑張ります。』

(高校生：伊東さん)

『午後はCCHでのアート活動があつた。私はアート活動の運営メンバーであつたため少し心配があつたが、スムーズに運営することができたのではないかと感じる。

準備段階では、なんとなく子どもたちは作るのに時間がかかるのではないかと考えていたが、

子どもたちが思いの外早く作り方を理解し、土台を完成させている姿には驚かされた。

また、折り紙やシール、マスキングテープなどの様々な装飾を用意していたのだが、そのおかげで子どもたちは色々な材料を駆使してオリジナルの魅力的なペットボトルカーを作ることができていたので、子どもたちの豊かな発想を引き出す準備ができたことに達成感を感じた。

午前中の講話のキャラクター作りワークショップと午後のCCHでのアート活動では、総じて参加者の豊かな発想に驚かされた。一人ひとり好きなことや考え方はそれぞれ違うため、その良さを引き出せるような活動を行うことが重要であることを改めて感じた。』

(大学院生：上條さん)

明日も、カンボジア国内で活躍されている他団体へ伺い、学びを深めたり、カンボジア芸術鑑賞や体験を行う予定です！

第7日目の活動レポートもお楽しみに✨

\*\*\*JHP・学校をつくる会は、国境の壁、人種、民族の違いなどを超えて、地球的視野を持つ若者が育つことを願い、ボランティア活動を続けています\*\*\*

## Day 7 / ～学びと体験の一日～

2025年09月08日(月)

テーマ：カンボジア体験ボランティア2025 >



第7日目は、日本人が代表を務める NGO Udon House様に訪問させていただき、カンボジアの衛生教育の現状や取り組みについて深く学ぶことができました。また、午後には、カンボジアの伝統文化を体験するワークショップにも参加しました。

参加者の生の声とともに、活動の様子をお届けします！ 



## Day 7 ～Schedule～

- 午前：Udon House\*訪問
- 午後：カンボジア芸術鑑賞及び体験、マーケットで買い物

カンボジア体験ボランティアのプログラムでは、毎年他団体の国際NGOを訪問させていただいています。前日の続く2つ目の訪問先として、「Udon House」様にご協力をいただき、カンボジアの衛生教育の現状や支援についてお話いただきました。



写真) Udon House様訪問

\* NGO Udon Houseでは、カンボジアの子どもたちの健康を守るため、母親や大人への衛生教育や栄養指導、救急措置などの指導活動を行っています。

代表 楠川さんは、看護師定年後にJICAシニア海外ボランティアとして、プノンペンの国立小児病院で4年半医療支援活動に従事された際、子どもたちの生存権や教育権が保護されておらず、衛生に関する教育もされていない状況に衝撃を受けたことをきっかけに、カンボジアへ移住、2015年に団体を設立。

カンダール州カンダラン郡のすべての小学校32校に保健室を作り、現在も、保健情報提供や子ども達への健康の大切さを教え広められています。団体名称は、代表の楠川さんが「うどん県」と称される香川県出身であることや、活動を支えて下さっている地元香川県の方々とともに支援をしているという意味が込められています。

#### ◇◆参加者の感想◇◆

『午前中は楠川さんの講話を受けました。楠川さんはカンボジア国内の学校に保健室を設置し、歯磨きや健康診断などの衛生教育を月に一度行っているということを知りました。

特に印象に残ったのは、その教育を子どもだけに行うのではなく、親にも実際に体験してもらうという点でした。子どもだけに教えてもいづれやらなくなってしまうが、身近な大人が続いていると自然と子どもも習慣化するという話を聞き、とても自分の中で納得しました。

また、先進国と比べてカンボジアでは子どもの死亡率が高く、技術以前の問題として「救える命が救えない」という現状があるということも知りました。そのため、技術を教える前に「命の重さ」を伝えることを大切にしているという言葉が心に残りました。私自身、いくら技術があっても優しさや人を思う心がなければ看護は成り立たないと考えていたので、この活動を続ける楠川さんは自分にとって大きな憧れです。』（高校生：伊東さん）

『今日はまずうどんハウスに伺い、楠川さんの講話を聞きました。

この研修でカンボジアで活躍されている人々の話を聞く中で、日本で一般企業に就職することだけを考え始めていた自分がとても小さく感じました。元々はやりたいという気持ちがあったがこの大学にも入ったのに現実を色々見る中で、自分のやりたいことよりもお金や収入にどうしても目が向いてしまうようになっていました。

でも、カンボジアで活躍されている人たちは自分のビジョンや軸を持って活動されていました。地球上でたった1人の人であっても自分が何かアクションを起こすことによって変化させることはできないのかを常に考えていて、それはとても重要なことだと痛感させられました。

現実を見ることも大切だけどそれ以上に自分にとって大切なものだったり、夢中になれるものを大事にしたいと感じました。』（大学生：水野さん）

『うどんハウスの楠川さんは、カンボジアの衛生、医療のためにご高齢ながら様々な活動をしており非常に感銘を受けた。講話の中で、「当たり前が当たり前ではない」という言葉や、「言語の壁はあるものの、世界の共通言語は笑顔だ」という言葉が強く印象に残った。

カンボジアに来て、日本とは異なる文化に驚かされることが多々あったが、街中の人に笑顔向けると笑顔を返してくれる場面が多くあった。言葉は通じなくても、表情やジェスチャーで気持ちを伝えようと努力することの大切さを改めて感じた。

また、楠川さんのお話を聞いて、勇気と覚悟を持って自分の進みたい道に進むことの重要性に気付かされた。これから先、道に迷った時は楠川さんの前向きな姿勢と実行力を思い出してポジティブに将来について考えていきたいと思う。』（大学院生：上條さん）

午後の時間は、カンボジアの文化体験をテーマに、Champrey Academyにて、カンボジア芸術鑑賞と体験をしました。



『午後はカンボジアの芸術鑑賞及び体験をしました。子どもたちが踊っている姿は上品で特に手先の動きが美しかったです。男の子のみが踊ったお猿さんの踊りは仕草が本当にお猿さんのようでよく観察しているなと思いました。他にも美術と楽器演奏体験をすることができ、面白かったです。狭い部屋でも黙々と絵を描く姿は印象的でした。』



写真) マーケットでは人生はじめての値切りに挑戦した人も！

昼と夜に別のマーケットに行きました。昼のローカルなマーケットと夜の賑やかなマーケットをそれぞれ楽しむことができました！特に夜のセントラルマーケットでは人の多さに驚きました。ついに明日は最終日です！カンボジアを味わい尽くしたいと思います。』

(大学生：須藤さん)

カンボジアならではの文化にふれ、新たなカンボジアの魅力を知ることができた1日でした！  
次回、早くも最終日のレポートです。最後までお楽しみに☆彡

＊＊JHP・学校をつくる会は、国境の壁、人種、民族の違いなどを超えて、地球的視野を持つ若者が育つことを願い、ボランティア活動を続けています＊＊

## Day 8 / ～活動最終日に感じたこととは…？～

2025年09月08日(月)

テーマ：カンボジア体験ボランティア2025 >



いよいよ、活動最終日を迎えたカンボジア体験ボランティア！



最終日は、カンボジアのお土産を買いに、セントラルマーケットやモールへ。  
そして、胡椒の栽培・販売を行う「KURATA PEPPER」にも訪問。  
創業者の倉田さんから、直接お話を伺いました！

気になる最終日の活動レポートをお届けします ✨

### Day 8 ～Schedule～

- 観光（博物館見学）＆買い物
- クラタペッパー見学
- 帰国



写真) 最終日の観光&食事の一場面。メンバー同士支え合い、密度の濃い1週間になりました！

1997年より胡椒を自社農園で生産、販売されているクラタペッパー様\*へ訪問。創業者の倉田浩伸さん\*から、ご自身で学びを深められた、あまり語られないカンボジアの歴史や魅力について、お話をいただきました。

『一方だけの事実や感情などだけを調査、理解するという事は勉強ではなく、色々な角度からそのテーマについて知ることが勉強だというお話を聞いて、ただネットで検索して理解できた、は全然ダメだなとすごく感じ、もっと色々な国のことについて、さまざまな視点から詳しく理解していきたいなと強く感じました(大学生：船木さん)』という感想も。



写真) クラタペッパー訪問、創業者 倉田さんからお話を伺いました

\*倉田浩伸さん

1992年8月より、JHP・学校をつくる会の前身であるNGO「JIRAC」に参加し、カンボジアを訪れる。1994年にプノンペンで調査事務所を設立。

「世界一おいしい」と言われていたにも関わらず、内戦後消滅してしまったカンボジアの胡椒を復活させるため、1997年より自社農園で栽培を開始。カンボジアの胡椒栽培の産業を日本や世界各国に広めることを目的に、「KURATA PEPPER」をオープン、輸出販売を行っている。

この「カンボジア体験ボランティア」8日間全体を通しての感想の一部をご紹介します！

#### ◆◆参加者の感想◆◆

『今回のカンボジア研修を通して、たくさんの学びと気づきを得ることができました。現地の方々の体験談からは「希望を捨てないこと」の大切さを強く実感し、自分が日常で抱える悩みがいかに小さいものなのかを考えさせられました。

また、ブランコ作りやうちわ作りを通して子供たちの笑顔に触れる中で、相手を思いやる行動や一緒に楽しむ姿勢こそが国境を越えた交流に繋がるのだと感じました。

そして、現地で活躍されている方々の話を聞くことで、自分の軸を持ち続けることの大切さを学びました。将来について迷うこともありますが、自分にとって本当に大切なものを見失わず、夢中になれることを追いかけていきたいと思えます。

今回の経験は、自分にとって「平和」や「教育」について深く考える貴重な機会となりました。この学びを日本に戻ってからも忘れずに、これからの行動に繋げていきたいです。』

(大学生：水野さん)

#### ◆◆参加者の感想◆◆

『とても今日で最後とは思えず、現地スタッフの皆さんには感謝してもしきれません！

自分としては本当にここまでみんなと仲良くなれたのが不思議なほど8日間ずっと楽しい旅で、終わったことが今でも信じられません！！この8日間の出来事はずっと私の心に残り続けると思います。

長くなりましたが、百聞は一見にしかず。知識だけでなく、実際に現地を見て考えを持つことが一番だと思います。またどこか世界に行つて自分の知らないことを知つてみたい。

そう思えるようになったのはこのボランティアのおかげだと思います。またいつかこの19人で集まつてこの日の思い出を振り返りたいです。8日間本当にありがとうございました！！』

(高校生：後野さん)

#### ◇◆参加者の感想◇◆

『1週間にわたるカンボジアでのボランティア活動と生活を終えて、飛行機でプノンペンを離れるときに、感謝の念が湧いてきました。空港での手続きも不慣れでよく分からないままカンボジアにやつて来て、気候、食事、トイレ、入浴、街の景色、人々の言葉、交通、全てが日本にはないもので、一瞬一瞬から刺激と、当たり前が覆されていく興奮を覚えました。

それだけではなく、現地の小学生や奮闘する先生方、激動のカンボジアを生き延びてきた方、カンボジアで活躍する日本人など、多岐に渡る交流をすることができ、たった1週間の間とは思えない密度の濃い日々でした。こんなに濃い1週間は人生の中でそう訪れないと思います。

最終日には特に、KURATA PEPPERの倉田さんの語る日本とカンボジアの歴史のお話が興味深かったです。色々な角度から歴史を見るとということ、何かひとつの考え方を盲信しないということ、胸に刻みたいと思います。

日本は設備や教育が普通にあることが当たり前で、特段の感謝をすることも無いと思いますが、満たされているが故に気が付けなことも多く存在しているように感じました。

また、自分の知らない世界が本当にたくさんあることを心から実感しました。すでに20代半ばを過ぎていますが、これから自分の足で国内・国外問わず新しい色々な場所へ行き、自分の目で見て耳で聞いて感じるもの、そして考えることを大事にしていきたいと思います。

ここまで安全・安心な活動を支えてくださったJHPの皆様、そしてお会いできたすべての皆様に心から感謝いたします。この活動が今後も長く続くことを願つて、自分にできることをしたいと思います。そして、必ずまたカンボジアを訪れたいと思います。』(社会人：佐々木さん)



写真) メンバーからプノンペン事務所スタッフと通訳の方へ、感謝の寄せ書きTシャツのプレゼントが贈られるサプライズ場面！

## ■全員が無事に帰国しました！



写真) 最後に記念写真

25日早朝には、2025年8月隊の19名全員が成田空港に到着、無事に帰国しました！

約8日間のカンボジア体験ボランティアを通じて、全員が普段経験することのできない、沢山の人生の学びがあったようです。

ぜひ今回の体験ボランティアでの実体験、そして「カンボジアの今」を多くの人に伝え、今後の糧にしていましょ

う！

秋には、8月隊メンバーたちによる活動報告会\*を行います。

今回での経験を活かし、それぞれの環境でさらに成長した姿で会えることを楽しみにしたいと思います。

\*活動報告会には、どなたも参加できます。日程が決まりましたら、当会のHPやSNSでお知らせします。