

2025 年度 国際健康福祉実習（インドネシア）

留学報告書

提出日： 2026 年 3 月 18 日

《目次》

1. プログラム全体を通じた感想
2. 初回参加時の目標と達成度
3. 今回どのような点が不十分だったか、今後どのようにそれを実現するか

同プログラムへ参加を検討している学生へのアドバイス

- ① 出発までに自身で行った留学準備について
- ② 日本から持参、準備した方が良いもの
- ③ 日本から持参した外貨額
- ④ 留学中の総支出
- ⑤ お金の管理方法について
- ⑥ Wi-Fi と SIM について
- ⑦ 普段の食事と洗濯はどのようにされていましたか？
- ⑧ プログラム参加を検討している学生へメッセージ

学籍番号	● ● ●
氏名	● ● ●

- これは報告書であり、アンケートではありません。文体や言葉遣いには十分注意してください。
- 各項目に設定されている目安の字数を確認したうえで文章を作成してください。明らかに設定字数に満たないものは再提出を求めます。
- この報告書は個人情報伏せの形で、今後本プログラムへの参加を希望する学生への貴重な情報源としても活用させていただきます。小さなことでも参加を検討する学生にとって有益な情報ですので、できる限り詳細に記入してください。

参加学生の基本情報

参加したプログラム名	国際健康福祉実習（インドネシア）
地域（国）	バリ（インドネシア）
渡航期間	2026年冬休み (2026年2月26日～2026年3月12日)
関西大学での学部・研究科/学科	人間健康学部
留学時の年次	(1) 年次

1. プログラム全体を通じた感想（400～500字程度）

今回のプログラムを通して、世界には様々な貧困の理由があることや、今暮らしている日常がとても幸せなことを実感しました。

子どもたちの中には貧困を理由に将来の夢をあきらめている子が多くいました。日本では学校を卒業したら就職することが当たり前の認識ですが、インドネシアでは児童婚や人身売買、児童労働が深刻で、日々を生きることがとても大変なことなのだと理解することが出来ました。

マンディー場の掃除では、洗剤を買う資金がないため水で薄めて使っていました。結局洗剤が足りず水のみで磨くことになってしまったり、床のタイルがはがれて地面が出てき、磨くときより汚くなったり課題が多くありました。

ほかにも、髪の毛を洗う際にシャンプーがもったいないから少ししか使わず、泡立たずに十分に髪の毛を洗っていない子がいました。これらはすべて資源と資金の問題です。

施設に到着した初日から子どもたちがたくさん駆け寄ってくれました。しかし、様々な理由で施設に来ていることを知り、笑顔の裏には我慢や悩みがたくさんあるのだと感じました。最終日のお別れのとき、一人の子どもに「泣いたらダメ！笑顔でお別れだよ」と言われました。13歳の子からできたこの言葉に私はとても尊敬しましたが、我慢や別れに慣れているからこのような言葉が出てくるのかと考え、複雑な気持ちになりました。

知識がない私にはまだどのような支援が必要か考えることは難しいです。しかし今回の経験をできるだけ多くの人に、目の届かないところではこんなことが起こっているのだと広め続けていくことが実際に見て感じた私にしかできないことだと思います。また、今後大学の授業で次にどうつなげていくかを考えながら受講していこうと考えました。

2. 初回参加時の目標と達成度（400～500字程度）

インドネシアの児童養護施設がどのようなものなのか知りたい、将来のためになるかもしれないというのが私のプログラムの参加理由でした。私は子ども関連の仕事に就きたいと思いこの学部に来ましたが、大学生活の中で本当に私は子どもと関わっていきたいのか、児童福祉に進む道は正解なのかわからなくなることが多くありました。その正解を見つけたいということも理由の一部でした。

実際にこのプログラムに参加して、この子たちと同じような環境の子どもを救いたい、日本だけでなく世界のことを知って自分ができることをしたいという新たな目標ができ、改めて児童福祉関連について学ぶことは

間違っていなかったのだと気づかされました。

自分の生活と現地の生活を比べて文化の違いを理解し、いらない支援を強要することは逆に失礼なのだと考えるようになりました。

村の活動で、自分で考えて人のために行動すること、人との接し方、有効な時間の使い方など様々な点において視野を広げることが出来ました。

そして、初回目標であった施設の仕組み、自分の将来を見つけることを達成でき、多くのことを学びました。

3. 今回のような点が不十分だったか、今後どのようにそれを実現するか（400～500字程度）

私は衛生担当で歯磨きの大切さを紙芝居で伝え、子どもたちに実践してもらいながら教えました。しかし、子どもたちに実践してもらうには学生たちの協力と、どのように動くかの説明が十分に必要でした。イメージがつかめておらず、直前まで説明がうまくできず混乱させてしまった点が準備不足で、反省点です。

協力が必要な出し物のときは出発の前に構成を図を書いて全員の前で説明し、メンバー全員が把握できている状況にしておく準備が重要だと思いました。

また、私がこのプログラムに参加した理由がただインドネシアの子どもたちと遊びたい、様々なことを学びたいことしか考えていませんでした。出発する前になぜ子供たちが施設に入ることになったのかを少しでも知っておいたり、簡単な単語を何個か覚えて行くと子どもたちとの関わり方やコミュニケーションをよりよいものにしてきたのではないかと思いました。

今回の反省点を踏まえ、今後実習先やボランティア先で情報共有や連携をとり、支援する人への背景に関心を持ちより深くコミュニケーションを取ろうと考えました。

同プログラムへ参加を検討している学生へのアドバイス

① 出発までに自身で行った留学準備について 例：語学力向上のためにしたこと、留学先の情報収集等
・事前学習で勉強したインドネシア語を覚えて行く ・文化について調べて理解する
② 日本から持参、準備した方が良いもの（グッズや服装について）
・自分の好きなお茶 ・日本のふりかけ
③ 日本から持参した外貨額（両替した金額）
2万円
④ 留学中の総支出（食費、交際費など項目ごとのおおよその支出を記入してください）
食費：2400円 交際費：約1万円

<p>⑤ お金の管理方法について（複数回答可） （持参したクレジットカードの枚数や、現地で支払う際の現金 or クレジットカードの割合など）</p>
<p><input type="checkbox"/> クレジットカードを利用（持参した枚数： 枚）</p> <p><input type="checkbox"/> 海外でも使えるキャッシュカードを利用</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 全て現金で支払い</p>
<p>⑥ Wi-Fi と SIM について（複数回答可）</p>
<p><input type="checkbox"/> 日本で Wi-Fi をレンタルした</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 日本で SIM カードを購入した</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 現地で SIM カードを購入した</p> <p><input type="checkbox"/> 不要だった</p> <p><input type="checkbox"/> その他（ ）</p>
<p>⑦ 普段の食事と洗濯はどのようにされていましたか？ 例：食事…ほとんど外食、自炊は週〇回 など 洗濯…週〇回</p>
<p>洗濯：週 4 回</p> <p>食事：ほとんど支給されるか、施設のスタッフが作ってくれていた、最後の観光のみ各自で取った</p>
<p>⑧ プログラム参加を検討している学生へメッセージ</p>
<p>学生のうちに海外の児童養護施設で過ごす機会は貴重な体験だと思います。日本とは全く異なる環境で育っている子どもを近くで見ることができ、考えの視野が広がるからです。</p> <p>行こうか迷っているひとはぜひ行ってください。私も行く前は初の海外で不安でしたが、本当に行けてよかった、子どもたちと関わってよかったと心から思っています。</p> <p>現状を知れたからこそ今後の時間の使い方や人との関わり方の大切さ、自分のやりたいことがきっと見つかるはずです。</p>

以上