

第4章

運航（船内及び訪問国活動）



日本



ベトナム



シンガポール



ミャンマー



マレーシア



ブルネイ



カンボジア



インドネシア



ラオス



フィリピン



タイ

1 運航日程・航路図

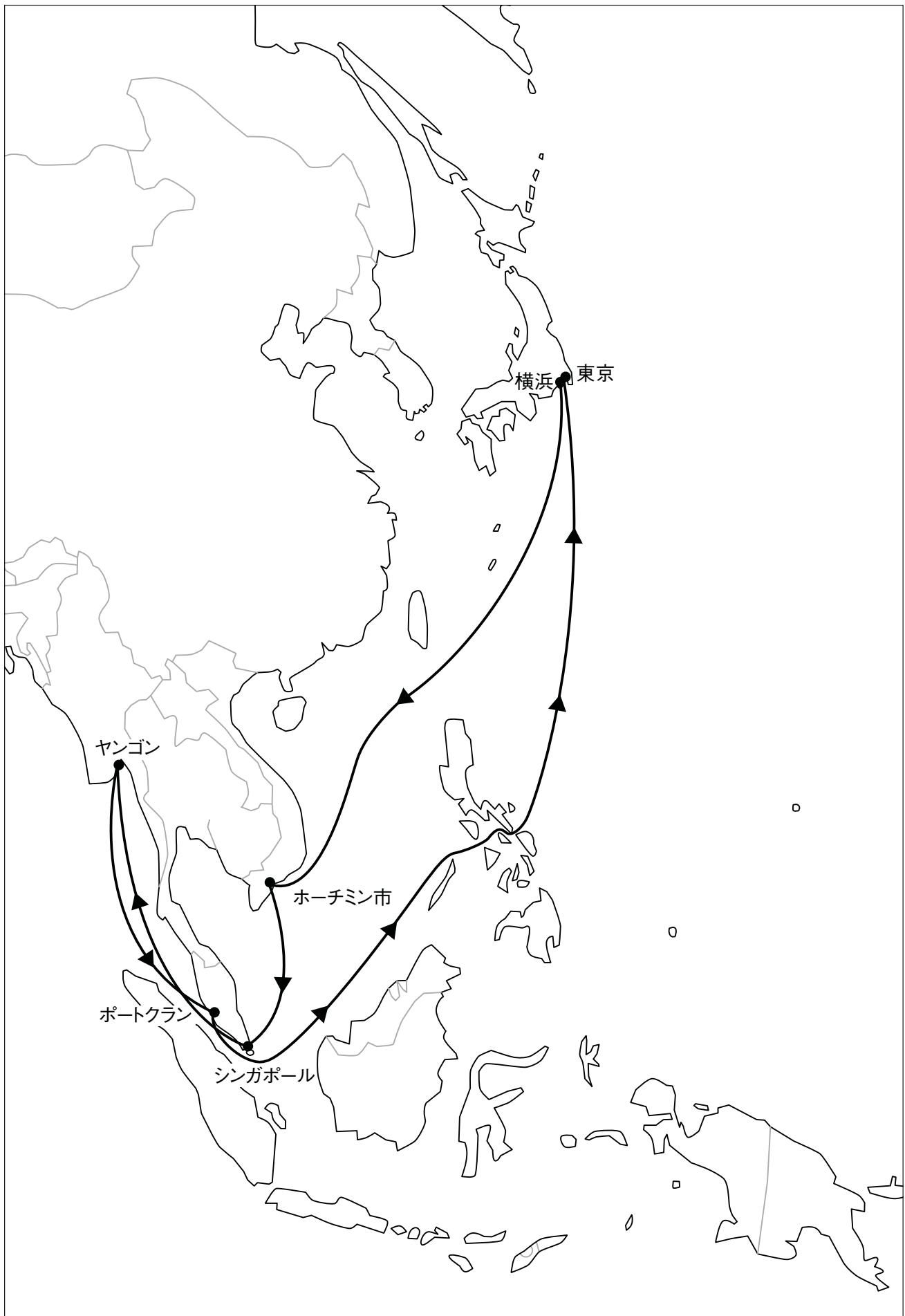
(1) 運航日程

	入港	出港
横浜 (日本)		11月3日
ホーチミン市 (ベトナム)	11月10日	11月13日
シンガポール	11月16日	11月19日
ヤンゴン (ミャンマー)	11月22日	11月25日
ポートクラン (マレーシア)	11月29日	12月2日
東京 (日本)	12月12日	

(注)

- ASEAN加盟国10か国のナショナル・リーダー (NL) 及び参加青年 (PY) は10月24日に来日し、翌25日に日本NL及びPYと合流、日本国内活動の後、11月2日に乗船。
- ファシリテーターは、10月28日に来日し、日本国内活動の後、11月2日に乗船。
- 事後活動組織代表者は、10月28日に来日し、日本国内活動の後、11月4日に帰国。
- ASEAN加盟国10か国のNL・PY及びファシリテーターは12月13日に下船、帰国。
- 日本NL及びPYは12月13日に下船、帰国後研修後、12月14日に解散。

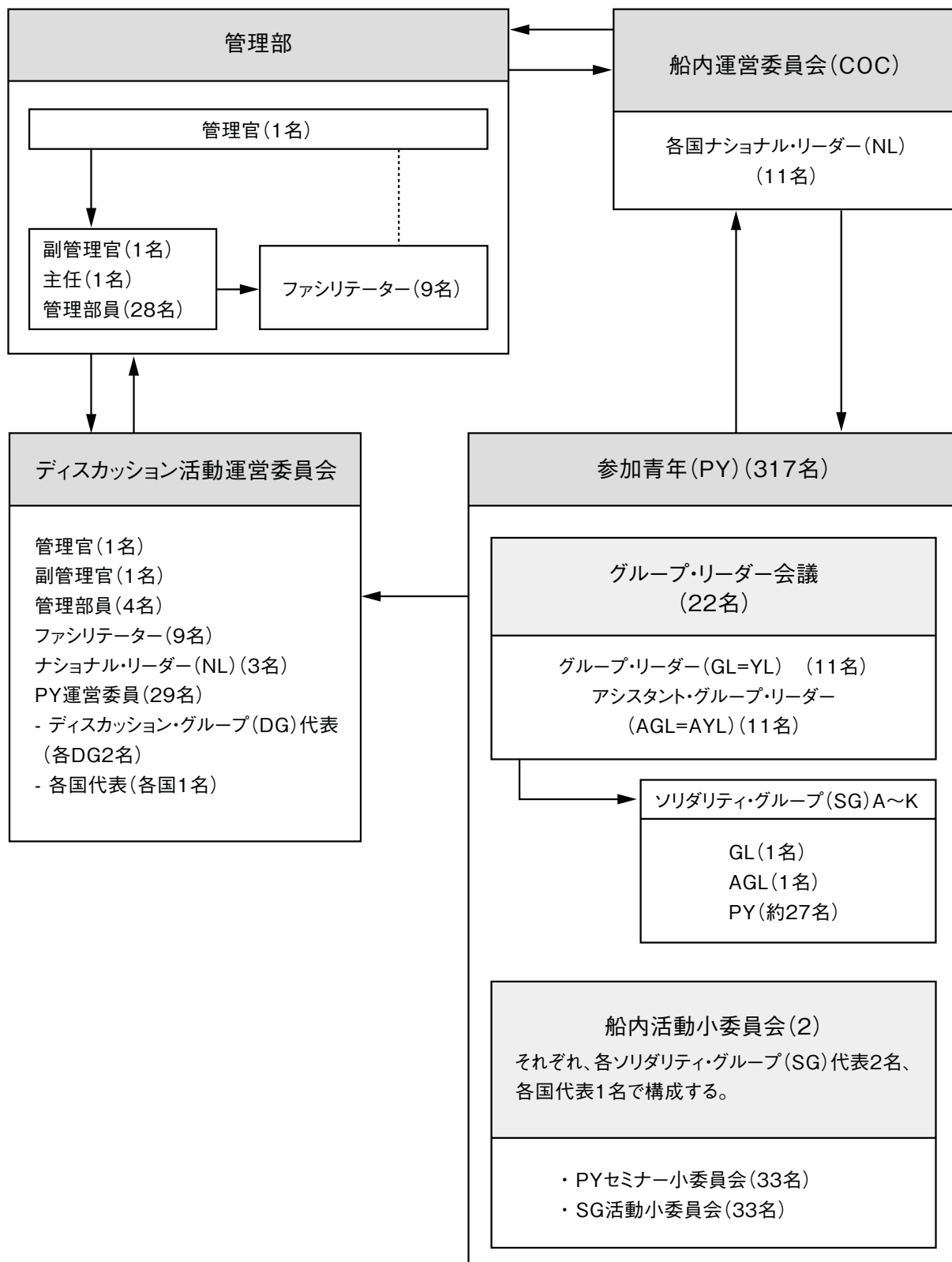
(2) 航路図



2 船内組織

(1) 船内組織図

第46回「東南アジア青年の船」事業の船内組織は、次のとおりである。



(2) 船内運営委員会（COC）

COCは、NL11名をもって構成し、船内における生活基準、船内活動等の基本的事項について、協議して決定する。また、グループ・リーダー会議、ディスカッション

活動運営委員会、各船内活動小委員会及びPYに対し、指導及び助言を行う。

なお、管理官は、COCに対し必要に応じて指導及び助言を行うことができる。

【NL 名簿】

国名	氏名	性別	担当会議・小委員会
日本		女	ディスカッション活動運営委員会
ベトナム		女	グループ・リーダー会議
シンガポール		男	グループ・リーダー会議
ミャンマー		女	ディスカッション活動運営委員会
マレーシア		男	SG活動小委員会
ブルネイ		男	ディスカッション活動運営委員会
カンボジア		女	グループ・リーダー会議
インドネシア		男	SG活動小委員会
ラオス		男	SG活動小委員会
フィリピン		男	PYセミナー小委員会
タイ		男	PYセミナー小委員会

(3) ソリダリティ・グループ（SG）

船内及び訪問国における活動の基礎単位として、各国PYほぼ同数の男女から成る約29名ずつのグループを組織した。これをソリダリティ・グループ（SG）と呼び、SG-AからSG-Kまで計11グループに編成した。

各SGには、それぞれグループ・リーダー（GL）及びアシスタント・グループ・リーダー（AGL）を置き、彼らがグループを統率した。GL及びAGLには、各国のユース・リーダー（YL）及びアシスタント・ユース・リーダー（AYL）を充て、かつ、同国のYLとAYLが同じSGに割り当てられないよう配慮して編成した。

また、各種活動・情報伝達を円滑に行うために、船内では、なるべく同じSGのメンバーが同室となるよう考

慮した。

(4) グループ・リーダー会議（GLミーティング）

グループ・リーダー会議は、それぞれ11名のGL及びAGLにより構成し、NL 3名（ベトナム、シンガポール、カンボジア）を顧問とし、必要に応じて船内活動等について協議し、COC等に対して意見を述べた。また、COC又は管理部からのPYに対する連絡事項の伝達やSG間の調整を行った。

PYから提案された様々な自主活動の企画については、必要に応じてグループ・リーダー会議を通して検討・調整し、実施した。

【GL・AGL 名簿】

SG	GL氏名	性別	国名	AGL氏名	性別	国名
A		男	シンガポール		女	フィリピン
B		女	インドネシア		男	タイ
C		女	ミャンマー		男	マレーシア
D		女	カンボジア		男	インドネシア
E		女	ラオス		男	ベトナム
F		女	マレーシア		男	ラオス

SG	GL氏名	性別	国名	AGL氏名	性別	国名
G		男	日本		女	ブルネイ
H		男	フィリピン		女	日本
I		女	ベトナム		男	ミャンマー
J		女	タイ		男	カンボジア
K		男	ブルネイ		女	シンガポール

(5) ディスカッション活動運営委員会

ディスカッション活動運営委員会は、ディスカッション活動の適切な運営を図るため、管理官、副管理官、管理部員（4名）、ファシリテーター（9名）、NL（3名）、

PY運営委員（29名）をもって構成した。

ファシリテーターは、管理官の命を受けて、本事業に係る事務のうちディスカッションに関するものを処理した。

【ディスカッション活動運営委員会名簿】 * 国名に下線付きは国代表 PY

	ディスカッション・グループ	氏名	性別	国名
管理官			男	
副管理官			男	
管理部員			女	
			女	
			女	
			女	
ファシリテーター	防災と復興		男	マレーシア
	多様性と社会的包摂		女	日本
	教育		男	インドネシア
	雇用とディーセント・ワーク		男	フィリピン
	環境と持続可能性		女	フィリピン
	健康とウェルビーイング		女	インドネシア
	情報とメディア		女	タイ
	ソフト・パワーと青年の外交		男	日本
	青年の起業		男	シンガポール
NL			女	日本
			女	ミャンマー
			男	ブルネイ

	ディスカッション・グループ	氏名	性別	国名
PY運営委員	防災と復興		女	ベトナム
			女	<u>ミャンマー</u>
			男	インドネシア
	多様性と社会的包摂		女	日本
			男	ベトナム
			女	<u>シンガポール</u>
			女	マレーシア
			男	<u>カンボジア</u>
	教育		男	<u>マレーシア</u>
			女	インドネシア
			男	ラオス
	雇用とディーセント・ワーク		男	日本
			女	フィリピン
	環境と持続可能性		男	<u>ベトナム</u>
			女	インドネシア
			男	<u>ラオス</u>
			男	フィリピン
	健康とウェルビーイング		女	ベトナム
			女	マレーシア
	情報とメディア		男	日本
			女	インドネシア
	ソフト・パワーと青年の外交		女	<u>ブルネイ</u>
			男	カンボジア
			女	インドネシア
			男	<u>フィリピン</u>
			男	<u>タイ</u>
	青年の起業		男	マレーシア
			男	<u>インドネシア</u>
			女	インドネシア

(6) 船内活動小委員会

船内活動小委員会はPYで構成し、NLを顧問とし、各船内活動の実施の細目について協議して決定する機関である。

PYセミナー及びSG活動の各小委員会は、各SG代表

2名、各国代表1名で構成し、それぞれ計33名で構成した。PYセミナー小委員会の顧問をフィリピン、タイのNL2名が、SG活動小委員会の顧問をマレーシア、インドネシア、ラオスのNL3名が、それぞれ務めた。

【PY セミナー活動小委員会名簿】 * 国名に下線付きは国代表

SG	氏名	性別	国名
A		女	日本
		女	ミャンマー
		女	<u>インドネシア</u>
B		女	ベトナム
		女	<u>ベトナム</u>
		男	<u>ミャンマー</u>
		女	カンボジア
C		女	シンガポール
		男	カンボジア
D		男	日本
		男	ベトナム
		男	<u>ラオス</u>
E		女	<u>日本</u>
		男	<u>マレーシア</u>
		男	ブルネイ
		女	<u>ブルネイ</u>
		女	<u>フィリピン</u>
		女	タイ
F		女	日本
		男	マレーシア
G		女	日本
		男	インドネシア
		女	<u>タイ</u>
H		女	ベトナム
		女	シンガポール
		女	<u>カンボジア</u>
I		女	フィリピン
		男	タイ
J		男	シンガポール
		女	カンボジア
K		男	日本
		男	<u>シンガポール</u>
		女	カンボジア

【SG 活動小委員会名簿】 * 国名に下線付きは国代表 PY

SG	氏名	性別	国名
A		女	<u>ベトナム</u>
		男	フィリピン
		女	タイ
B		男	シンガポール
		男	<u>マレーシア</u>
		女	フィリピン
C		男	<u>ミャンマー</u>
		女	ラオス
		女	フィリピン
D		男	ベトナム
		男	<u>シンガポール</u>
		女	<u>ブルネイ</u>
		女	タイ
E		女	シンガポール
		男	<u>タイ</u>
		女	タイ
F		男	<u>日本</u>
		女	ブルネイ
		男	<u>カンボジア</u>
		男	インドネシア
G		女	ベトナム
		男	カンボジア
		男	<u>フィリピン</u>
H		男	カンボジア
		女	タイ
I		男	ブルネイ
		男	<u>インドネシア</u>
		女	インドネシア
J		女	インドネシア
		女	<u>ラオス</u>
		男	フィリピン
K		女	ラオス
		女	タイ

3 船内運営委員会（COC）

COCにおける協議事項は、次のとおり、生活規律・船内活動・訪問国活動など、広範多岐にわたった。第1回COCはNL会議の際に東京で、第2回以降は基本的に各訪問国活動最終日の出港後に開催した。

第1回COCの際に協議・決定した事項のうち、PYに周知・徹底すべきものについては「プログラム・ファイル」にまとめ、全参加者に配付した。

また、船内におけるPYへの連絡事項については、モーニング・アセンブリー、国別ミーティングや船内所定の掲示板を利用した。

【COC協議事項】

第1回（9月19日、内閣府）

「第2章6. ナショナル・リーダー会議」を参照。

第2回（11月3日、船内COCルーム）

1. 日本国内活動の振り返り
2. 船内活動及び船内生活について

第3回（11月13日、船内COCルーム）

1. ベトナムにおける訪問国活動の振り返り

第4回（11月19日、船内COCルーム）

1. シンガポールにおける訪問国活動の振り返り

第5回（11月25日、船内COCルーム）

1. ミャンマーにおける訪問国活動の振り返り
2. 船内活動及び船内生活について

第6回（12月2日、船内COCルーム）

1. マレーシアにおける訪問国活動の振り返り

4 船内活動

（1）船内生活

① 船内生活時間

航海中の船内生活時間は、訪問国における活動を除き、次のとおりである。

時間	活動内容
7:00	起床（モーニングコール）
7:30- 8:00	運動
8:00- 9:00	朝食
9:15- 9:45	モーニング・アセンブリー
10:00-12:45	活動
12:45-14:15	昼食
14:15-17:00	活動
17:00-18:00	自由
18:00-19:30	夕食
19:30-20:45	活動
20:45-23:00	自由
23:00	消灯（ナイトコール） ナイトパトロール

② 船内生活のあらまし

● モーニングコール、ナイトコール

モーニングコールは、毎朝7時に、PYが当番制（SG持ち回り）で、船内放送を使用して起床の呼びかけや音

楽を流す等、趣向を凝らして行った。

また、ナイトコールは、毎晩23時に、モーニングコールを担当したSGが同様にいった。

● 運動

毎朝7時30分から8時まで、ドルフィンホール又はスポーツデッキで、PYが当番制（SG持ち回り）で実施し、内容は音楽を使った体操やダンス等多彩であった。運動への参加は任意とした。

● モーニング・アセンブリー

毎朝9時15分から9時45分まで、ドルフィンホールにおいて、SGごとに整列し点呼及び健康確認を行い、その後、当番のNLが当日のスケジュール確認や連絡事項の伝達を行った。

● 活動

午前、午後及び夜の三つの活動時間帯に分けて行った（詳細は後述）。

午前及び午後の活動としては、ディスカッション活動、PYセミナー及びSG活動等を、夜の活動としてはナショナル・プレゼンテーション（NP）や自主活動を、それぞれ実施した。

● ナイトパトロール

ナイトコール終了後、NLが当番制で、船内各所を見回り、異常の有無を確認し、船内の安全確保に努めた。

(2) 船内活動構成

船内活動	時限	活動内容
ディスカッション活動 ・ グループ・ディスカッション ・ 事後活動の企画・実践への導入 ・ 事後活動の企画・実践に向けたワークショップ ・ まとめ ・ 成果報告会準備・DGごとのレポート作成 ・ 成果発表会 ・ 自己評価	24 (10) (2) (2) (2) (2) (4) (2)	共通テーマ「青年の社会活動への参加」の下、9つの異なるテーマが設定され、ファシリテーターの指導によりディスカッションを行った
事後活動セッション	4	事業終了後に行う社会貢献活動案の企画
PYセミナー ・ PYセミナー活動紹介 ・ PYセミナー	10 (2) (8)	PYセミナー小委員会が調整役となり、PYがこれまで勉強してきたこと又は経験してきたこと等について比較的少人数の仲間と共有又は議論する活動
SG活動	6	SG活動小委員会が調整役となり、各SGにおける参加青年相互の理解と友情を深めるための活動
ナショナル・プレゼンテーション	11	文化・伝統・歴史・国民性・現在の青年を取り巻く環境等を国ごとに紹介する活動
講話 ・ 管理官講話 ・ 船長講話	2 (1) (1)	
フリーデイ	14	公式な活動を行わず、体調管理や、自発的に自由に参加者同士の交流を深めるための時間
自主活動	22	明確な目標・目的を持った各種イベントやセミナーなどをPYが自由に企画・運営する活動
委員会	7	GLミーティング、ディスカッション活動運営委員会、船内活動小委員会、プレス担当者連絡会
国別ミーティング	6	船内活動及び訪問国活動の振り返り等
訪問国活動振り返り	6	訪問国活動における経験の共有と振り返りをSGごとに行う活動
管理部によるオリエンテーション	1	船内活動、カウンター受付、物品貸出、活動場所予約などの説明
海事・通関関係 ・ 船側オリエンテーション・避難訓練 ・ 船内見学・写真撮影 ・ 下船手続き説明 ・ 荷物移動	8 (1) (2) (1) (4)	船内設備説明・非常時を想定した避難訓練等 操舵室の見学、報告書用の写真撮影 入国・下船手続き、通関などの説明 荷物の移動、清掃等
フェアウェル・フェスティバル準備	2	
フェアウェル・フェスティバル	1	GLミーティングによる企画・運営のお別れ会
合計	124	

注) 「時限」の一部は四捨五入している場合がある。

(3) 船内活動実績

月 日	10:00～11:15	11:30～12:45	14:15 ～15:30	15:45～17:00	19:30～20:45
11月 2日(土)				乗船	荷物移動
3日(日)	避難訓練	出国手続	船内公開	出航式	国別 ミーティング
4日(月)	管理部オリエンテーション	GLミーティング／ディスカッション活動運営委員会／船内活動小委員会 ／プレス担当者連絡会			COCミーティング 自主活動
5日(火)	管理官講話	船長講話	写真撮影 (SGごと) ／船内見学		自主活動
6日(水)	ディスカッション活動 (グループ・ディスカッションI)		自主活動		ナショナル・プレゼンテーション (日本)
7日(木)	フリーデイ (半日)		訪問国活動振返り (SGごと) I		ナショナル・プレゼンテーション (ブルネイ)
8日(金)	ディスカッション活動 (グループ・ディスカッションII)		SG活動I		ナショナル・プレゼンテーション (カンボジア)
9日(土)	ディスカッション活動 (グループ・ディスカッションIII)		PYセミナー活動紹介		ナショナル・プレゼンテーション (ベトナム)
10日(日)	ベトナム訪問国活動				
11日(月)					
12日(火)					
13日(水)					
14日(木)	フリーデイ (半日)		GLミーティング／ディスカッション活動運営委員会／ 船内活動小委員会／プレス担当者連絡会		ナショナル・プレゼンテーション (インドネシア)
15日(金)	ディスカッション活動 (グループ・ディスカッションIV)		SG活動II		ナショナル・プレゼンテーション (シンガポール)
16日(土)	シンガポール訪問国活動				
17日(日)					
18日(月)					
19日(火)					
20日(水)	フリーデイ (半日)		訪問国活動振返り (SGごと) II		ナショナル・プレゼンテーション (ラオス)
21日(木)	ディスカッション活動 (グループ・ディスカッションV)		PYセミナー(1)	PYセミナー(2)	ナショナル・プレゼンテーション (ミャンマー)
22日(金)	自主活動		ミャンマー訪問国活動		
23日(土)					
24日(日)					
25日(月)					
26日(火)	フリーデイ (半日)		GLミーティング／ディスカッション活動運営委員会／ 船内活動小委員会／プレス担当者連絡会		ナショナル・プレゼンテーション (フィリピン)
27日(水)	ディスカッション活動 (事後活動の企画・実践への導入)		ディスカッション活動 (事後活動の企画・実践に向けたワークショップ)		ナショナル・プレゼンテーション (タイ)
28日(木)	ディスカッション活動 (まとめ)		PYセミナー(3)	PYセミナー(4)	ナショナル・プレゼンテーション (マレーシア)
29日(金)	マレーシア訪問国活動				
30日(土)					
12月 1日(日)					
2日(月)				国別 ミーティング	COCミーティング 自主活動
3日(火)	フリーデイ				自主活動
4日(水)	ディスカッション活動 (成果発表会の準備・DGごとのレポート作成)		PYセミナー(5)	PYセミナー(6)	自主活動

月 日	10:00～11:15	11:30～12:45	14:15～15:30	15:45～17:00	19:30～20:45
5日(木)	ディスカッション活動 (成果発表会)				自主活動
6日(金)	事後活動セッションIII (国別プロジェクト案議論・作成)		SG活動Ⅲ		自主活動
7日(土)	フリーデイ (半日)		PYセミナー(7)	PYセミナー(8)	自主活動
8日(日)	事後活動セッションIV (国別プロジェクト案完成・帰国報告会準備)		自主活動		自主活動
9日(月)	ディスカッション活動 (自己評価)		自主活動		自主活動
10日(火)	訪問国活動振返り (SGごと) Ⅲ		フェアウェルフェスティバル準備		フェアウェル フェスティバル
11日(水)	下船手続説明	国別ミーティング	荷物移動		
12日(木)	入国手続・荷物審査		帰国報告会準備	帰国報告会	解散式 解散交歓会
13日(金)	下船				

(4) ディスカッション活動・事後活動セッション

ディスカッション活動は、異なる背景を持つ各国PYが自由に意見交換を行うことによって相互理解を深めるとともに、集団の中での意見のやり取りをする能力の向上及び人前でのプレゼンテーション能力の向上を図ること等を目的として実施した。

事後活動セッションは、ディスカッション活動の成果を活かし、事後活動への積極的な参加の促進、事後活動組織のネットワーク強化等を目的として実施した。

詳しくは、第5章「ディスカッション活動・事後活動セッション」を参照。

(5) PYセミナー

PYセミナーは、PYがこれまで勉強してきたこと又は経験してきたこと等について比較的少人数の仲間と共有又は議論する活動として、次のことを目的として実施した。

[参加者]

- ・ PYがこれまで勉強してきたこと又は経験してきたこと等を仲間と共有することによりお互いのバックグラウンドをより深く知ること。
- ・ ワークショップ、講義やディスカッションの効果的な実施方法を主催者の運営方法から学ぶこと。
- ・ 評価及び価値のあるフィードバックができるようになること。

[主催者]

- ・ 自らの考えや経験等を仲間に伝えることによりプレゼンテーション能力を高めること。
- ・ セミナーの企画・立案から実施までの一連のプロセスを経験することによりプロジェクトの遂行能力を高めること。

また、PYセミナーの運営は、担当顧問であるNL 2名（フィリピン、タイ）の指導の下、PYセミナー小委員会が次の方針に沿って行った。

- ・ セミナーのテーマは「社会をより良くするための取組」を基本とし、知的な学びがある内容とすること。ただし、「東南アジア青年の船」事業の目的に沿った内容であれば、テーマは限定されない。
 - ・ セミナーの内容は、PYがこれまでに取り組んできた、また現在取り組んでいる研究や活動から得られた経験や知見のほか、PYの自国の活動報告で各国と共有する価値があるようなものでも良い。
 - ・ 主催者はセミナーのテーマ内容の専門家である必要はない。体験及び知識を共有するに当たり、学術的な内容に限らず日常生活に即した内容でも良い。その場合、主催者はセミナー内容を深めるに当たり、テーマ内容に関連する調査をし、研究すること。
 - ・ 各セミナーは、主催者が参加者と協力して運営する。
 - ・ PYセミナーの手法として、ワークショップ方式、講義方式、ディスカッション方式、その他、セミナーのテーマに適した効果的な方法で実施する。
 - ・ 主催者は、参加者の好奇心を刺激し、セミナーに参加する経験がより良いものとなるように、相互に交流や対話でき、クリエイティブなセミナー内容になるよう心掛けて計画すること。
 - ・ 原則として活動時間1コマ（75分）又は連続した2コマで一つのPYセミナーが完結するようにすること。
 - ・ 活動時間中の内容として、(1) 導入、(2) 活動、(3) 参加者からのフィードバック、(4) 片付けを含めること。
 - ・ 前号に掲げる「(3) 参加者からのフィードバック」では、主催者が参加者からセミナーの運営や内容、その他についてフィードバックを受けること。主に、主催者が何を継続、又は改善が必要かという観点からフィードバックを受ける。主催者は、参加者からのフィードバック用の時間を最低でも15分設けること。
- まず、11月9日に、PYセミナーを主催するPYが全PYに対して、各PYセミナーの活動内容を紹介した。

PYは、PYセミナー8セッションの全てに、主催者又は参加者として、それぞれ一つずつのPYセミナーに参加した。開催されたPYセミナーは次のとおりである。

PYセミナー一覧

* B: ブルネイ、C: カンボジア、I: インドネシア、J: 日本、L: ラオス、Ma: マレーシア、My: ミャンマー、P: フィリピン、S: シンガポール、T: タイ、V: ベトナム

セミナーID	セミナーの題名	主催者*	セミナーの目標	活動の詳細
S1	日本の食文化	J-06, J-07, J-10, J-13, J-54, J-55, J-68	日本の食文化を参加者に伝えること。また、参加者が自国の文化的な食事について再考すること。	味噌汁とお弁当の2つのワークショップを行った。 ・味噌汁 だしと味噌の歴史及びその作り方と使用方法を伝え、日本独自の味覚である「旨味」について説明した。参加者はだしのある味噌汁とだしのない味噌汁を飲み比べ、「旨味」の比較をした。 ・お弁当 おせちを紹介しその意味を説明した。栄養バランスや色合いなどを考え、自国の食材を使用したお弁当作りを行った。
S2	税関の仕事を知ろう	J-02, J-05, J-51, J-62, J-66, J-69	税関の多様な仕事や密輸の様々な事例、そしてテロとの戦いについて知ってもらい、世界の輸出入貿易に対する意識を高めてもらうこと。	税関職員の経験を共有し、麻薬の密輸を阻止する内容のクイズとロールプレイを行った。 ・税がかからずに持ち込めるお酒は何リットルまでか、などの税関クイズ ・麻薬を密入国する人を決め、税関職員が麻薬を見つけ出すロールプレイ(税関職員はどこに麻薬が隠されているか知らない状況で行った。)
S3	内なる自己への旅	Ma-01, Ma-04, Ma-18, Ma-64	メンタルヘルスの連続性についての意識を高め、精神疾患に対する偏見を減らすこと。助けを求める行動や精神的安定の実践を促進させること。個人への教育や自己コントロールを上手に行えるようにすることで、自殺を防止すること。	注意をひきつけ、自分自身の考えを再び中心におけるようになるために瞑想から熟考へと導いた。 ・瞑想のフィードバック:瞑想についてどう感じたか尋ね、今日の精神的な健康についてより深く考えてもらった。 ・芸術作品の提供:好きな色で作品に色付けするよう伝え、その後、心理学分野におけるメンタルヘルスに関連し、色付けするのに選んだ色を通して自分のメンタルヘルスの状態を理解した。 ・グループ活動:楽しいゲームを通して、参加者の心の内が明らかになるような心理学的ゲームを行った。
S4	マインドフルネス	S-06, S-59	マインドフルネスを参加者に伝え、感情をより上手にコントロールするためのいくつかのテクニックを参加者と共有すること。	・導入 ・マインドフル呼吸エクササイズ ・マインドフルネスの人文科学、体験共有 ・体験型学習(実践活動、多様なマインドフルネスに基づいたブース形式活動(エクササイズ、瞑想、絵描き、ゆっくり食べること))
S5	「ハラ・ピラ」フィリピンの民謡とダンスの祝祭	P-08, P-14, P-56, P-57, P-59, P-61	フィリピンの伝統的な歌と踊りを参加者に伝えること。フィリピンの文化を反映するこれらの歌と踊りを参加者が体験することで、参加者たちがフィリピンの文化に浸ること。	・導入とフィリピンの祭り、歌、ダンスに関する短い講義 ・デモンストレーションとワークショップ

セミナーID	セミナーの題名	主催者*	セミナーの目標	活動の詳細
S6	シンガポールの民謡をオカリナで奏でよう	S-09	いくつかの民謡を奏で、学ぶことで、オカリナを広めること。	・ 導入 ・ 基本的な曲作り ・ 楽曲の学び
S7	人形遣い養成特訓	I-06, I-07, I-09, I-13	・ 影絵芝居ワヤンとペダランガンの芸術を伝えること ・ 今は希少な存在であるダラン（人形遣い）の専門知識を広めるためにペダランガンの芸術を紹介すること ・ 参加者に、インドネシアで最も古い影絵芝居の一つであるワヤンの操り方法を教え、体験をしてもらうこと ・ 参加者にワヤンの操りを見せ、声も使って操る様子を紹介すること ・ 参加者に自分たち独自のワヤン操りを考案してもらい、その操り方法を向上できるように促すこと ・ 参加者たちの創造性と協調性を育み、参加者たちの類似する文化的根源へ互いに意識を向けること	・ ワヤンとペダランガンについて紹介 ・ ワヤンの操り方法を説明し、ワヤンを操る際の基本ルール、形、テクニックを習得 ・ 参加者のグループによるワヤンの操り
S8	ベトナムコーヒーの魅力	V-01, V-11, V-51, V-57, V-60	セミナーを通じて、ベトナムコーヒーを紹介すること。ベトナムコーヒーの根源やコーヒーの淹れ方だけでなく、その文化的価値やライフスタイルについてコーヒーを通じて知ってもらうこと。参加者が、農場から一杯のコーヒーになるまでのプロセスを理解し、日常生活の一部となっているコーヒーレシピが多様にあるということを学ぶこと。また、参加者が自分たちでコーヒーを一杯淹れ、コーヒーを味わい、素敵な時間をこのセミナーで過ごすことができること。	・ ベトナムコーヒーの歴史の簡単な説明 - いつ、誰によってベトナムにコーヒーがもたらされたのか - 異なるタイプのコーヒー豆とそのプロセス - ベトナムの様々なコーヒー ・ 「フィン」フィルターとは何か。「フィン」を使用したコーヒーの作り方紹介。ベトナムコーヒーの二つのレシピ紹介 - アイスミルクコーヒー:伝統的な美味しさ - ココナッツミルクコーヒー:流行の爽やかさ
S9	キキック(ブルネイ風)作り	B-04, B-08, B-10, B-11	キキック(ブルネイ風)を紹介し、その風に関する知識を共有すること	自分のキキック作り
S10	護身術とタイ武術	T-12, T-13, T-53, T-61, T-62	タイ武術を参加者に紹介すること	・ 参加者が考える護身術のイメージをブレインストーミング ・ 護身術の動きから道德上の責任についてのディスカッション ・ 予期せぬ動きに直面した時の人間の身体の反応を説明 ・ 護身術のマインドセットと意識レベルを説明 ・ 「予想と現実」の狭間や自己鍛錬の原理についてディスカッション

セミナーID	セミナーの題名	主催者*	セミナーの目標	活動の詳細
S11	レインボー社会	J-03, J-17, J-61, J-64, J-67, J-68	にっぽん丸船内や事業後に「レインボー社会」を創ること。レインボー社会とは、一人ひとりが自分の個性を安全に表現できる安心な環境のことである。	LGBTQの問題を強調し、ジェンダーとセクシュアリティに関連した主催者の体験を共有した。その後、全ての人が自分らしさを表現できる「レインボー社会」をいかに実現するかについて参加者同士でディスカッションした。
S12	カンボジア武術 ユッタクロム・コムで自分の闘志スピリットを目覚めさせよう	C-03, C-05, C-08, C-10, C-64	文化の保護・促進という観点から、クメール 古来の武術であるユッタクロム・コムを参加者に紹介すること。セミナーの後、ユッタクロム・コムの基本的な技術や歴史を理解できるようになること。	・ ユッタクロム・コムのテクニック紹介:クン・クルー ・ ユッタクロム・コムの歴史及び現状 ・ ユッタクロム・コムの練習 (小グループに分かれて、主催者の指導のもと動きや武器の使用を体験する)
S13	あなたの起業家精神:起業家精神への道	C-11, C-53, C-54, C-58, C-63	参加者が起業家精神を正しく理解し、自分たちの熱意や性格が起業家的であるのかそうでないのかということを発見できること。起業家的であることは社会の変化を促し、その変化があることで新しい製品やサービスの改善がもたらされ得る。そのため、青年は起業家精神にあふれるべきで、その起業家精神は経済に大きな影響を与えることができる。DG9「青年の起業」のメンバーでない参加者も企業家精神について発見すること。	・ リスクを負う活動 (グループ・ワーク) ・ グループ・ワークの振り返り ・ ビジネス経営のシミュレーション ・ フィードバック
S14	パティンの傘: 栄光と意義のふさと	My-02, My-05, My-12, My-51, My-54, My-58, My-61, My-62	ミャンマーの文化を参加者に紹介すること。ミャンマーの伝統的な傘を深く理解し、自分たちで傘に色付けすることで楽しい時間を過ごしてもらうこと。これにより、参加者はミャンマーの伝統的な傘の作成方法を知り、一般的な傘とミャンマーの傘がどう違うのかについて触れることができる。	・ パティンの傘の紹介 ・ パティンの傘の文化背景についてのプレゼンテーション ・ ビデオを視聴し、パティンの傘の作成、装飾、色付けについて説明 ・ 傘の色付け体験
S15	フィリピンの手工芸: ランタン作り	P-03, P-10, P-11, P-54, P-58	ランタン作りというフィリピンの文化を紹介すること。また同時に、リサイクル素材を利用し、リサイクルを通じて環境教育の概念に触れること。	全参加者にキットが与えられ、主催者のサポートのもと、グループごとにランタンの色づけと編み合わせを体験した。
S16	ベトナムの職人ストーリー	V-03, V-08, V-51, V-52, V-59, V-62	ベトナムの職人ストーリーとは、伝統的な玩具である竹製トンボやベトナム伝統の菅笠ノンラーなど、ベトナム人の伝統的な手細工を参加者に紹介するワークショップである。このワークショップでは、ベトナム文化の空間を作り出し、ベトナム文化に浸り、伝統的な手細工作りを通して、ベトナムの伝統的な手細工を生業としている村やベトナムそして参加者の文化製品に対する知識を深める。	・ ベトナムの伝統的な竹製トンボや菅笠ノンラーの簡単な紹介 ・ 職人や、ベトナムの手細工を生業としている村の話 ・ 竹製トンボや菅笠ノンラーの起源 ・ 竹製トンボや菅笠ノンラーの意味とその使用法 ・ 竹製トンボの装飾・組立て ・ 菅笠ノンラーの装飾

セミナーID	セミナーの題名	主催者*	セミナーの目標	活動の詳細
S17	ブルネイを体験しよう	B-01, B-09, B-12, B-56, B-57, B-58, B-60	参加者に伝統衣装を着てもらい伝統的な食べ物を試してもらうことで、ブルネイの伝統文化を体験すること	民族衣装を着用し、伝統的な食品を試食する。
S18	対人コミュニケーションにおけるボディメッセージ(エンブレム)	Ma-05, Ma-08, Ma-55, Ma-60	・ボディメッセージを通じた非言語コミュニケーションを構成している本質を説明すること ・非言語メッセージは身振りを通じて送られ、受け取られるというコミュニケーションの流れを説明すること ・送られたメッセージの意味を解読したり記号化したりすることにおいて、非言語メッセージを効果的に使用する方法	ジェスチャーゲームとディスカッション
S19	「サーバント・リーダーシップ」スキルではない人格の大切さ	P-04, P-05, P-07, P-13, P-62, P-63	・自己意識・コミュニティ意識、また、人格の成長という文脈において、サーバント・リーダーシップの概念を紹介すること ・参加者が、サービスという視点でリーダーシップの概念や価値を学ぶことを支援すること ・リーダーシップにおけるチームビルディング活動を推奨することで、東南アジアと日本の青年に対する理解及び仲間意識を促進させること ・参加者のリーダーシップ経験からも学びや洞察を得ること	・迷路ランナー 参加者は目隠しをされ、障害物（椅子）の暗室の迷路に入れられる。全員が迷路から脱出するか、制限時間となるまで続く。 ・「サーバント・リーダーシップ」についてディスカッション 自分が何に対して最も夢中になっているか、小グループでディスカッションをする。 ・ASEANサークル 参加者は、床に寝転び、再び起き上がって床に描かれた円の中に留まるように指示される。主催者は、参加者がお互いに助け合わなければならないことを伝えなが、参加者は自らそのことを見つけていく。 ・振り返り
S20	#I am a peace warrior (私は平和戦士)	J-03, J-17, J-56, J-58, J-62	平和についてのディスカッションを通して、新たな学びや新たな考え方を得ること	広島原爆投下について説明し、その後、「平和とは何か」、「平和を維持するために何ができるか」、といった問いかけを例としてグループ・ディスカッションを実施し、考えを共有した。
S21	もっと創造性を持つには	V-04, V-12, V-14, V-52, V-63	参加者が、私生活や仕事、もしくはその両方をより良いものにするために、創造性のあるアイデアを得ること	・導入: 創造性とは何か。創造性の例。なぜ創造性が必要か。 ・活動: 小グループに分かれて、利用可能な材料から革新的な靴を作るアイデアを練る。グループごとに、5分でアイデアを発表する。 ・深く掘り下げる: 創造性のプロセスとは何か、もっと創造性を持つにはどうすれば良いか、意見交換する。



[S2] 日本によるセミナー「税関の仕事を知ろう」



[S5] フィリピンによるセミナー「『ハラ・ピラ』フィリピンの民謡とダンスの祝祭」

セミナーID	セミナーの題名	主催者*	セミナーの目標	活動の詳細
S22	データ社会における人工知能	V-05, V-06, V-09, V-62, V-63	人工知能 (AI) はただの流行ではなく、利益を増加させ、オペレーションコストを最少に抑え、有力な経験を創出するためにAIは使用されている。どんな分野に従事する人も、新しい技術に置き換えられないために、また専門的な文脈においてAIを有効活用するために、AIの基本を理解する必要がある。このセミナーを通して、参加者に現実世界におけるAI適用の実用的な知識を与え、AIテクノロジーの否定的な側面及びデータ社会でいかにプライバシーを守るかについての知識を伝えることが目的である。	・ AI及びデータサイエンスの背景についての講義 ・ ディスカッション1: ビジネスにおけるAI ・ ディスカッション2: AIの倫理的側面 ・ ディスカッション内容の発表 ・ 質疑応答と主催者によるインプット
S23	ブランディングだけでないメディアとデザイン #FANAtalks	I-04, I-12, I-52, I-53	1. 効果的なコミュニケーションとブランディングへの理解を深めること 2. 写真を通して、記念となる最高の瞬間を作ること 3. 良いデザインとするために色と印刷術の組み合わせを正しく使用すること 4. プレスリリースを通じてイメージ・ブランディングについてそれぞれの正しい見方を表現すること	・ SNSコンテンツの最大限の活用について ・ 写真撮影術について ・ デザインについて: 印刷デザインと色の組み合わせ、秘訣とコツ ・ 露出を得るためのブランディングの重要性: 露出の量とイメージ・ブランディングの関連
S24	チャンパーの美	L-05, L-14, L-52, L-63	ラオスの国花チャンパーについて、またその造花の作り方を学び理解すること	ラオスの国花チャンパーの意味と形を紹介し、その造花の作り方を学んだ。
S25	「もったいない」日本の伝統文化	J-54, J-57, J-69, J-70	風呂敷をかばんにしたり、ちりめんのはぎれで日本の伝統的なヘア・アクセサリを作ったりすることで、日本の「もったいない」精神を知ってもらうこと。世の中に役に立たないものは一つもない。全てのものに価値がある。日本の着物文化はその例である。参加者と一緒に、生活をより良くしていくための日本の秘訣を共有する。	・ 風呂敷包みの習得 ・ 伝統的なヘア・アクセサリの作り方の習得
S26	布ナプキン: 環境にやさしい生理用品、その実物と使用方法	C-55, C-61, C-64	使い捨て生理用品の環境面・健康面の欠点について意識をしてもらうこと、また、布ナプキンや月経カップなど、環境に優しい代替品を紹介すること。参加者はまた、このような製品の使用方法や管理方法についての情報を得る。	・ プレゼンテーション (使い捨て生理用品によって引き起こされる環境へのダメージ、使い捨て生理用品の健康への害) ・ 布ナプキンとは何か、どう使用するのかについての実演 ・ 質疑応答 ・ 復習クイズ

セミナーID	セミナーの題名	主催者*	セミナーの目標	活動の詳細
S27	化学のマジック	V-02, V-07, V-14, V-52, V-55	・難しいと思われている化学の新たな洞察を参加者に与えること ・ワークショップを通して、参加者の科学への情熱を喚起させ、生活における化学の適用についての理解を促すこと ・規則的な原子配置の固体である結晶についての基本理解を共有し、結晶の作り方を教えること	・結晶と化学についての知識の共有 ・化学は習得が難しいか。なぜ難しいか。化学が使われていることを実生活で見ているのか。 ・大学入学試験の化学の成績を、1か月で6から9に上げた主催者の体験の共有。いかに成し遂げたのか。 ・結晶の理論:なぜ結晶の形と色は決まってい、物理の法則に反しているのか。結晶を創るコンデションについて。 ・結晶作りの実践(結晶を作るための具体的な手順、本物の結晶製作を体験)
S28	全てのPYのためのアート・セラピー	T-10, T-52, T-61, T-63	集中し、ストレスを減らすツールとしてのアート・セラピーについて参加者に紹介すること	・ストレスについて紹介(水彩絵の具がどのようにストレスを緩和するのか、水彩絵の具の使用方法) ・「心の中にあるもの」を実際に描く。参加者に時間を与え、自分たちの絵を生み出す。 ・シェアリング:「自分の気持ちを話してみよう」
S29	ボディランゲージを変えて結果を変えよう	L-04, L-07, L-10, L-53, L-56	私たちが研究したボディランゲージの知識を共有し、様々な状況下でのボディランゲージについて参加者に意識してもらうこと	様々な状況下でボディランゲージを共有し、ボディランゲージと潜在意識の関係性を探る。
S30	ミャンマーの伝統的なダンス「カビヤール・ルット」	My-03, My-04, My-09, My-13, My-52, My-59, My-61, My-64	ミャンマーのダンス「カビヤール・ルット」を参加者に紹介し教えることで、ミャンマーの古い文化である極めて貴重な時代を知ること	・ダンスの紹介 ・振り付けを説明したビデオ視聴 ・ダンス説明と練習 ・ダンス・チャレンジ
S31	ミャンマーの名前に隠されたユニークな秘密	My-14, My-56, My-57, My-63	ミャンマーの命名方法を理解すること	・ミャンマーの命名方法の背景を説明 ・主催者の名前を解説 ・ミャンマーの命名方法のプロセスを説明 ・小グループで名付けゲーム ・ベストネームに投票し、勝者が名前の意味を共有
S32	船内のパッションスタ(情熱をもった仲間たち)	T-54, T-55, T-62, T-64, T-65	参加者が自分の夢リスト(バケツ・リスト)を確認できるように促し、参加者の夢が叶うようにすること	・基盤(興味をひきつける法則)の紹介 ・夢のシート作成ワークショップ ・共有、持ち帰るメッセージ
S33	芸術の中の工芸作品	I-02, I-58, I-59, I-63	・新しい文化を共有し、簡単なプロセスを用いて布で実現する ・南スラウェシ州における伝統的な表記法(ブギス文字)を紹介すること	・意味、エッセンス、歴史を網羅したバティック・ジュンブタンの紹介 ・ブギス文字の23文字を書き、乾いた布にブギス文字で自分たちの名前を書いた。主催者も参加者も、古代のブギス文字を直接書くことで楽しんで学んだ。また、ブギス文字の歌を歌ったり、ブギス文字を使ったゲームをしたりした。

セミナーID	セミナーの題名	主催者*	セミナーの目標	活動の詳細
S34	世界を旅するための秘訣とコツ	C-14, C-57	旅するというのは、秘訣やコツがわかれば簡単であるということ、参加者に気付いてもらうこと。また、セミナーを通じてその秘訣やコツについて学ぶこと。	・ダイアログ:参加者は旅行したい場所を紙に描き、共有した。 ・訪れたい場所の視覚化:それぞれが行きたいと願う素晴らしい場所を心に思い浮かべた。 ・主催者が自分の海外での素晴らしい経験を共有し、何人かの参加者にも自分の話を共有してもらった。 ・流れ星ワークショップ:行きたい場所や一緒に行きたい人もあわせて、希望を紙に書き、その紙を星型に折り、ガラス瓶に入れた。
S35	50色調のヒジャブ	T-11, T-54, T-56, T-62, T-64	今までヒジャブを着用したことのない人にヒジャブを着用する機会を与え、日頃からヒジャブを着用している人にその着用のコツやテクニックを共有する機会となる開放的な空間をつくること	・ヒジャブとその着用方法を紹介 ・ムスリムでない参加者に、指導なしでのヒジャブ着用を試してもらう ・着用手順を実演し、指導する ・写真撮影 ・感想の共有 ・異なる文化による様々なヒジャブ・スタイル ・ヒジャブ・ファッションと社会的貢献
S36	美の感じ方	T-52, T-57, T-59	それぞれの国の美の認識を共有すること。世界に通用する絶対的な美というものではなく、美には異なる解釈があることを理解すること。	・それぞれの国の美の認識:インスタグラムやフェイスブックを用いて、各国の美を代表する理想的な「美しい」人を共有する(セッションの前にスクリーンショットをとる)。 ・美の秘訣:美の秘訣やその考えを他の参加者と意見交換する。 ・メイクアップとイメージチェンジ:参加者がペアになり、互いの国の美を象徴するメイクアップを体験し合う。 ・ファイナル・ショー:メイクアップを終えた参加者たちが互いに披露し合う。
S37	#DisasterReady: フィリピンの災害リスク軽減マネジメントシステム	P-51, P-53	フィリピンの災害リスクを軽減するためのマネジメントシステムについての基本的な情報を、楽しく相互作用のある方法で参加者に広めること	導入や講義、活動を通じて、(1) フィリピンの災害リスク軽減マネジメントに関する現存の法律やその修正プランを参加者に伝えた。(2) フィリピンの災害リスク軽減マネジメントの歴史を簡単に説明した。(3) フィリピンで過去に起きた大きな災害及びその災害から得た教訓について説明した。(4) 地震に備える対策を伝えた。
S38	飛んで、楽しんで、叫ぼう	B-01, B-55, B-59, I-04, I-07, I-10, I-61, My-04, My-52, My-53, My-60, My-63	伝統ゲームをいくつか紹介し、ゲームを通じて参加者の気持ちをリフレッシュさせ、参加者同士の結束を高めること。これらのゲームは、インドネシア、ブルネイ、ミャンマーの伝統価値についてもっと知ってもらうために行われる。	伝統ゲームを体験し、そのゲームの価値について学んだ。それぞれのゲームは楽しくかつ競技性を備えていた。3か国から9つのゲームを紹介した。

セミナーID	セミナーの題名	主催者*	セミナーの目標	活動の詳細
S39	クロマー:カンボジアの織物とその多様性	C-06, C-13, C-51, C-59	カンボジアの伝統衣類であるクロマーの歴史やその隠された恩恵、便利で正しい使用方法を理解すること。東南アジアの国々の多くは似たようなスカーフを作成し使用しているが、このセミナーでは、カンボジアの布と東南アジア各国で作られている布の違いや類似点を参加者が見分けることができるようになることを目的としている。	・プレゼンテーション(クロマーの歴史と作成プロセス) ・グループ活動(小グループごとにクロマーを渡し、クロマーの使用例について創造的に考える) ・クロマーの使用例について発表(実演やロールプレイなど) ・クロマー・ファッションショー
S40	偉大なるバガン	My-07, My-08, My-54, My-55, My-58, My-59	バガンのユニークさやミャンマー漆器を作るプロセスを共有し、自分の漆器を彫る体験を参加者にしてもらうこと	・バガンの紹介:ユネスコの世界遺産に登録されたばかりのバガンをルーツに持つミャンマー漆器の長い伝統について紹介した。 ・ミャンマーの漆器を作るプロセス:小さな漆器作りを行った。
S41	ベトナムの永久不滅の蓮の花	V-13, V-53, V-54, V-57, V-58, V-62	蓮の花作りという伝統的なベトナムの手細工を通じて、ベトナムの象徴である蓮の花を参加者に伝えること。また、蓮の花の裏に隠れたベトナムの文化的、精神的価値を説明すること。更に、紙の蓮の花を手作りで作成するという経験をしてもらうこと。	・ベトナム人の精神と文化に根づく蓮の花の意味と価値を紹介 ・紙で作った蓮の花の話を紹介 ・蓮の花を紙で作る方法を紹介 ・紙で蓮の花を実際に作成
S42	日本の農村地域	J-03, J-11, J-14	主催者と参加者が農村地域について理解すること	・3つの地域を紹介 (1) 北海道:雪と温泉でマンゴーが育つ (2) 鹿児島:火山とどうやって共存するのか (3) 新潟:自然とコミュニティの調和の中でどのように米作りをおこなっているのか ・一つか二つのケースを選んでディスカッション ・地図を使って参加者の自分の地域を共有
S43	持続可能なツーリズムのための若い起業家	T-06, T-09, T-63	持続可能なツーリズムや、起業家になるコツに関連した有益な情報を伝えるだけでなく、起業家になるために若者を鼓舞すること	・起業家精神について ・持続可能なツーリズムの概念及びビジネスのためのマーケティングのコツ ・ビジネスモデル・キャンバス(ブレインストーミング)及びビジネスを展開するコツやツール ・友人への売り込み
S44	自分の人生を豊かにするための5ディスコダンス・ステップ	S-05, S-51	楽しいダンスの動きや参加者同士の交流を通して、身体的、精神的なウェルビーイングを推奨すること	・ディスコ・ロックの紹介及びディスコ・ロックを取り上げる理由について ・ステップの説明 ・社交ダンス
S45	クラフト・ステーション	Ma-13, Ma-14, Ma-54, Ma-58	・クトゥパット(米から作った団子の包み)とワウ(マレー風)の作製を通して、マレーシア・クラフトの独自性を紹介すること ・クトゥパットとワウの背景を紹介し、参加者が自分でクトゥパットとワウを作製する経験をする	・クトゥパットを紹介し、その歴史的背景と発展について説明 ・ワウを紹介し、その歴史的背景と起源について説明 ・クトゥパットとワウを作製 ・参加者が自分の作品であるクトゥパットとワウについて、その独自性を披露した
S46	健康的なガイアへ向け向けた堆肥の道	S-07, S-58	食品廃棄についての意識を高めること及び食品を浪費している状態をどうすれば良い結末に持っていけるかについて考えること	・導入 ・有機酵素 ・ボカシ堆肥 ・ミズ堆肥

セミナーID	セミナーの題名	主催者*	セミナーの目標	活動の詳細
S47	生涯の旅路	B-13, B-14, B-52, B-58, B-59	自分たち個人のスタイルを知り、長い生涯という旅路の準備段階において他者とどのように付き合っていくかを理解すること	・導入及び性格テスト ・実力スキルを磨く活動
S48	「ピナス360」フィリピンのバーチャル・リアリティツアー	P-01, P-09, P-12, P-55, P-60	バーチャル・リアリティ(VR)の応用について伝えること	・VRについての導入 ・フィリピンの観光地を紹介するビデオ「ピナス360」の視聴 ・VRを参加者の文化やそれぞれの意見と融合させる活動 ・参加者の成果物を発表
S49	インドネシアの壮大な眺め	I-01, I-04, I-51, I-56	インドネシアに存在する文化的多様性の価値の理解を深めてもらい、文化的真意を紹介することで参加者に独特の印象をもってもらふこと	・インドネシアの5つの大きな島々(スマトラ、ジャワ、ボルネオ、スラウェシ、パプア)を代表する伝統衣装や装飾品をまといファッションショー ・チェンドラワシ(極楽島の装飾)の作り方を実演 ・小グループでファッションスタイルを創出し、そのスタイルにてファッションショー及びパレードを実施
S50	睡眠の科学: 睡眠とはどういうものでなぜ重要なのか	My-07, My-11, My-14, My-53, My-55	・十分な睡眠をとることが必要不可欠な理由を共有すること ・睡眠の科学、夢、身体的及び精神的健康やウェルビーイング、学習能力、生産性に影響する、隠れた良い影響を説明すること ・常に適切な睡眠を得ることの重要性を参加者が納得すること ・参加者自身の経験に基づいた睡眠習慣についてディスカッションを行うこと ・より質の高い睡眠を得るためのコツを共有しあふこと	・プレゼンテーション1:睡眠の科学(睡眠がどう行われ、なぜ重要でかつ多大な影響があるのか) ・参加者によるディスカッション(参加者や青年の一般的な睡眠習慣) ・参加者による意見交換(十分な睡眠をとるための秘訣や考え、経験を共有する) ・プレゼンテーション2:どうやってより良い睡眠をとることができるのか(良質な睡眠を確保する秘訣やコツ、デジタル時代の強迫観念においてどのように睡眠を得ることができるか)
S51	隠れた究極の美: シャン州の美しさを改めて考える	My-08, My-09, My-52	参加者がシャン州を旅する経験を共有し、シャン州を旅する際の秘訣やコツをいくつか学ぶこと	・シャン州の隠れた美(観光地)の紹介 ・シャン州を旅する際の秘訣 ・シャン語を学ぶ
S52	ラオスの食事にみられる特徴的な味	L-06, L-14, L-58, L-61	ラオス料理に広く使われている、バーデークと呼ばれる発酵魚を使った調味料を紹介し広めること。また、地元の料理の新しい工夫を紹介すること。	・発酵魚の紹介及び乾燥した発酵魚のキューブの作り方とその包装方法について説明 ・発酵魚のキューブを作り、包装を行い、食品の模擬体験を実施(マンゴーときゅうりのサラダのジェオ・ソバーデーク(バーデーク・ソース)添え)
S53	トゥノット(ヤシの木): ヤシ(パーム)の木をあなたの手のひら(パーム)へ	C-01, C-09, C-52	・トゥノット(ヤシの木とパーム・シュガー)について、事実や長所を理解すること ・カンボジアの企業コンフィレルを紹介すること	・トゥノットの幹の利点を発表 ・トゥノットの葉を使ったバッタ作り ・コンフィレルの製品であるパーム・シュガーを紹介
S54	ラオスの魅力的な挨拶儀式	L-03, L-12, L-51, L-57, L-59	ラオスの挨拶儀式について知ってもらうこと。また、その儀式を開催するに当たり重要なパクアンの作り方を理解すること。	・あらゆる儀式におけるパクアンの重要性とその原材料について紹介 ・パクアンの作り方を説明 ・バーシーの儀式の実演

セミナーID	セミナーの題名	主催者*	セミナーの目標	活動の詳細
S55	健康な生活、幸せな人生	S-53, S-57, S-64, T-55	家で実践できるような健康的な食事や簡単なエクササイズを参加者に紹介し、自らアクティブで健康的なライフスタイルを送れるようになること	・ダイエットやフィットネスに関するクイズ ・エクササイズ:様々な種類のエクササイズ(エアロビクス、体幹、バランス、柔軟性)とその効果を紹介し、ジムに行く前に知っておくべきフィットネスに関する用語を説明する ・HIIT(高強度インターバル・トレーニング)の実践:ウォームアップ5分、高強度インターバル・トレーニング20分、クールダウン・ストレッチ5分
S56	クナリ・バハサ・カタニ	B-09, B-14, B-60, B-57, B-61, B-62	参加者たちにブルネイのジャウィ(アラビア文字)の作品、言語、文化を体験できる機会を与えること。また、それぞれの参加者の幼少の記憶を呼び起こすこと。	ブルネイ・マレー語の表記法の一つであるジャウィの書き方を紹介することにより、伝統的な地域方言や言語を保存することに関する意識を高めるためのワークショップを実施した。
S57	ミナンカバウ族の12の素晴らしいエチケット	I-10, I-55, I-62, I-64	社会におけるミナンカバウ族女性の生活方法を伝えることで、ミナンカバウ族の文化を共有し理解すること	マナーの紹介をドラマ仕立てでエチケットについて紹介し実際に行った。 ・スノバン・ドダウアック(座る時) ・スノバン・タガック(立ち上がる時) ・スノバン・バジャラン(歩く時) ・スノバン・パカト(話す時) ・スノバン・マンチャリアック(誰かに会った時) ・スノバン・マカン(食べる時) ・スノバン・パカイ(ドレスアップする時) ・スノバン・カラジョ(働く時) ・スノバン・タニョ(質問する時) ・スノバン・ジャウエック(質問に答える時) ・スノバン・ガウア(友達を作る時) ・スノバン・クレナ(行動する時)
S58	若者の独立と伝統的な家族背景における衝突	V-09, V-51, V-56, V-57, V-64	ホフステードの文化的6次元の定義や学術用語の説明、家族という文脈の中でのその適用の仕方などといった文化的次元を紹介すること 参加者の家族の話だけでなくそれぞれの文化について共有する機会を創出すること	・考える衝突状況とその対応の仕方についてブレインストーミング ・ディスカッションと情報の提供 ・グループで振り返りと共有 ・ケーススタディと分析
S59	ミャンマーのシェロット(葉巻タバコ):精神的な酔い	My-04, My-05, My-06, My-08, My-11	伝統的なタバコ文化であるシェロットを紹介し、それにより参加者を結びつけ、意義ある時間を過ごすこと	・ミャンマーのシェロットについて:その歴史背景、作成方法、作成場所、その消費方法及びその最大の長所を簡単に説明 ・シェロットにまつわる主催者の経験を共有



[S19]フィリピンによるセミナー「『サーバント・リーダーシップ』スキルではない人格の大切さ」



[S31] ミャンマーによるセミナー「ミャンマーの名前に隠されたユニークな秘密」

セミナーID	セミナーの題名	主催者*	セミナーの目標	活動の詳細
S60	ジャウィを学ぼう	Ma-06, Ma-09, Ma-14, Ma-53, Ma-63	・マレー語の伝統的な表記法ジャウィ(アラビア文字)を参加者に紹介すること。アルファベットによる表記法が普及したことにより、ジャウィは衰退してきており、学校の教科書ではわずか数ページに縮小されている。しかし、ジャウィは時を経て現在もクランタン州で広く使用されている。 ・参加者にマレーシアの文化、遺産、そして歴史を相互に関わる方法で伝えること ・参加者にジャウィの芸術的な書体のもつ美しさを紹介すること	・ジャウィの簡単な説明:その起源と地域による使用方法の違い。また、ジャウィの歴史と現在における使用方法についてもプレゼンテーションを行った。 ・ジャウィの文字についての簡単な説明:コーランにみられる文字のバリエーション ・ジャウィの発音とその書き方の習得
S61	インフラと友達になろう	J-59, J-60, J-71	参加者にインフラを身近に感じてもらうこと	・インフラについて説明 ・伝統的あるいは最新の方法で安全な水を作り出す方法を説明 1. 私たちが飲み水を得るその流れを説明することで水の基本情報を紹介 2. 水の浄化システムを簡単に紹介 3. 最新の水浄化技術「信大クリスタル」及び古いが再び人気となっている伝統的な方法を提示 ・日本の技術により確立された電車を紹介
S62	中国笛を通じて文化を理解	S-09	中国笛の音楽を通じて文化を理解すること	・導入 ・画像を用いて様々な中国笛を簡単に紹介 ・楽曲の紹介とパフォーマンス
S63	自分自身に親切であれ	B-03, B-53, B-54, B-58, B-59	セルフケアを推奨するリラクゼーション活動として「アート・ヒーリング」の概念を紹介すること	・講義:自己尊厳とは何か、なぜ大切なのか ・感情やからだを癒す際に使用されるアートである「アート・ヒーリング」と呼ばれる活動の紹介 ・他者を優しく元気づける言葉の共有
S64	ラオスの人々のケーン音楽	L-02, L-07, L-08, L-13, L-53	ラオスの伝統楽器の一つであるケーンに特化し、ラオスの文化を共有すること	・ケーンの紹介(ケーン音楽の歴史とその起源、ケーンの意味、ラオスの人々にとってのケーン音楽、ユネスコ世界遺産) ・ケーン奏者の動き(ケーンについての学習:ケーン音楽の楽譜、ケーンの奏法指導)
S65	心肺蘇生法を行い命を救おう	Ma-10, Ma-11, Ma-52, Ma-62	基本的な心肺蘇生法の知識を伝えること。定義、その重要性、手技について説明すること。	心肺蘇生法の理論を共有し、マネキンを使って心肺蘇生法を実践した。
S66	自分の思い出をペイントしよう	C-02, C-04, C-11	画用紙に水彩絵の具で描くことを通じて思い出を作ること。最後のPYセミナーの時間に行うことで、描くことでリラックスするだけでなく互いの思い出を共有しその価値を多感に感じてもらうこと。	・色の理論 ・色付けの実際 ・グループ活動:お土産作り
S67	考え過ぎずに世界の大地で踊ろう	L-12, L-54, L-60, L-61, L-62	ラオスの伝統ダンスであるバサロップを習得すること	バサロップについて学び、オリジナル・テンポ(バサロップ・テンポ)とサオ・シエンクワーン・テンポでの踊り方を習得した。

セミナーID	セミナーの題名	主催者*	セミナーの目標	活動の詳細
S68	SSEAYP サロン	J-04, J-18, J-53, J-59	難民について理解し、難民になる とはどういうことなのか参加者に 体感してもらうこと	・ 自国の「少数派」について学び、ディスカッション ・ アウトプット:自国における「少数派の人々」とは誰を指すのか、その少数派の人々はどんな状況に苦しんでいるか、どこにいるか、多様な文化が共存する社会を作るにはどうすれば良いか ・ 発表と結論



[S55] シンガポールによるセミナー「健康な生活、幸せな人生」



[S57] インドネシアによるセミナー「ミナンカバウ族の12の素晴らしいエチケット」

(6) ソリダリティー・グループ (SG) 活動

SG活動は、PY相互の理解と友情を深めることを目的とした活動であり、主にSG対抗や全員参加形式のレクリエーションを行った。この活動の運営は、担当顧問であるNL3名（マレーシア、インドネシア、ラオス）の指導の下、SG活動小委員会が行った。

SG活動小委員会は、SG内の団結力や連帯感を高めると同時に、活動を通してPYが心身ともにリフレッシュできるよう多彩な企画を立てた。こうしたSG活動を通して、SG内の結束だけでなくPY全体の一体感も高められた。

＜SG活動の日程・内容＞

SG活動Ⅰ（11月8日）

- ・ ファン・ダンス
- ・ 名前ゲーム
- ・ SGチア
- ・ シークレット・ガーディアン・エンジェル



SG活動（11月8日）

- ・ スピード・デート
- ・ バケツ・リスト

SG活動Ⅱ（11月15日）

- ・ SG混合ゲーム・ラリー（11か国のゲーム）

SG活動Ⅲ（12月6日）

- ・ 人間ドミノ
- ・ キャビンメイトとの「以心伝心」セッション
- ・ 「ラブスタグラム」（皆でお互いにメッセージを書き合う）
- ・ シークレット・ガーディアン・エンジェル
- ・ バケツ・リスト

(7) ナショナル・プレゼンテーション

ナショナル・プレゼンテーション（NP）は、PYが音楽・舞踊・劇・説明・ビデオ等を用いて、自国の文化・伝統・歴史・国民性・現在の青年を取り巻く環境等を紹介することにより、参加各国についての理解を深めること等を目的としている。

準備に当たっては、他の船内活動に支障をきたさないように配慮した。企画・準備から司会進行、パフォーマンス、音響・照明、ステージの飾りつけに至るまで、全てPYが役割を分担して行った。PYたちは、各国の文化の差異を再認識するとともに日本と東南アジア文化圏の中での多様性や類似性について実感した。

また、各国の食文化に対する理解を促進することを目的として、各国NPが行われる日の昼食には、当該国の代表的な料理が二品提供された。

【各国NPの概要】

日本	テーマ「未来に繋ぐ」 日本の良い面だけでなく社会課題なども紹介し、各国PYに多面的に日本を知ってもらった上で日本を好きになってもらうこと目標に、NPを作成した。更に、テーマを「未来に繋ぐ」として、日本PYと共に、本事業を通じてできた友人たちがリーダーシップを発揮していくという決意、メッセージを込めた。 NPを大きく5つのパートに分け、日本各地の地理・歴史、ポップ・カルチャー、伝統文化、日本の社会課題及び日本PYのメッセージを伝えた。私たちは、日本の各地域（北海道、東北、京都、広島、鹿児島）の紹介、日本の漫画・アニメの紹介、アイドルパフォーマンス、少林寺拳法、剣道、箏、夏祭り及びソーラン節を披露した。そして、最後のパートでは、日本PYとして、SSEAYPで得た経験を活かし、国際社会でリーダーシップ発揮できる人材になるという思いを伝えた。
ベトナム	テーマ「分断からつながりへ」 ベトナムのNPは、現代の夫婦のストーリーとして構成した。夫婦は携帯電話にくぎ付けの時間が多く、結婚後の生活はうまくいっていなかった。ある日、夫婦が妻の古い日記を見つけると、そこには、高校時代に初めて出会ってから結婚するまでの二人の愛の物語が綴られていて、その日記を読んで夫婦は二人の愛を再確認した。NPでは、二人の旅を通じて、ベトナムの各地を象徴する様々な文化的特徴を紹介した。 1. 北部：現代的なダンスを通して、デルタ地域のベトナム女性の美しさや、山岳地域の少数民族の独特な文化を伝える。 2. 中部：ノンラー（ベトナム伝統の菅笠）や歌を取り入れた伝統的なダンスを通して、古い宮殿の美しさや漁村の生活などを伝える。 3. 南部：現代風ダンスを通して、ホーチミン市の忙しい生活を象徴する。 最後に、ベトナムの自然と人々の美しさを伝えるべく、今年のベトナムPYによる「親愛なるベトナム」という歌をグランド・フィナーレとして締めくくった。
シンガポール	テーマ「リコネクト」 シンガポールのNPは、3人のシンガポール青年の人生を追う構成からなる。世界で有名になりたいと思っている青年ネイザンは、ガールフレンドのアリッサと共に、ペースの速い成長都市が生み出す課題に立ち向かわなければならない。そこに、変化を遂げるシンガポールを見ようと、留学先からシンガポールに帰国したメーガンが合流した。NPでは、シンガポールMRT（電車）の走る音を使いながら、シンガポールを象徴する様々な場所を紹介した。ストンプのリズムに合わせて、社交ダンス（ユーラシアン）、ディケ・バラット（マレー系）、ポリウッド・ダンス（インド系）、龍舞（中華系）などを紹介しながら、各地の人気料理を紹介し、シンガポールの文化的多様性を伝えた。シンガポール青年たちの希望や志、また青年たちの心を鼓動させる特別な場所であるシンガポールの再発見を、物語とパフォーマンスを通じて伝えた。最後はシンガポールPYによるグランド・フィナーレ・ダンスで幕を閉じた。
ミャンマー	テーマ「一つの国家、多様な文化」 ミャンマーのNPは、最初のミャンマー王朝の偉大さを象徴するバガン・ダンスで幕を開けた。続けて、伝統的なオペラダンスでありミャンマー劇に新たな展望を与えてくれるナー・パー・トゥワー・デュエット・ダンス、カチン族の陽気な性格をうかがわせるジンポー・ダンス、シャン族のダンスを紹介した。そして、ハイライトとなる伝統的なミャンマーの結婚式の寸劇を行い、ミャンマーの操り人形劇の繊細な美しさを紹介した。ターワラ・ティット・サーというダンスは、多様な民族がミャンマーでどのように平和に共に暮らしているかを表現している。シュエヨーおじさんとモウお婆さんのダンスは、少し滑稽なところもあるが、意義深く、観る者の賞賛を得た。NPはミャンマー新年の祭りとして知られる水かけ祭りダジャンの重要性を描写するダンスで幕を閉じた。
マレーシア	テーマ「民族ダンス」 マレーシアのNPでは、マレーシア各地の多様な民族の踊りを紹介した。トレンガヌ州、サバ州、サラワク州、ヌグリ・スンビラン州などの、また、マレー系、中華系、インド系、イバン族、カダザン族など、異なる民族の15のダンスを通じて、マレーシアは多様であり、どれほど伝統と文化が豊かであるかを表現した。ダンスだけでなく、イラマ・トラディショナルから、マレーシアの美しい人々を表現するいくつかの歌を紹介した。また、ジョホール州で保存対象となっているダンスの一つである、タリアン・ランピアン（ザビン・パット・リパット）も紹介した。これらを通じて、マレーシアは将来の世代に文化を継承しているということを伝えた。最後に、壮大なマレーシアとその独自性を表現する「マレーシア、本物のアジア」という美しい歌を歌い、2020年マレーシア観光年に皆さんを招待した。この歌は、マレーシア国民を一つにし、国民間の絆を強めている。

ブルネイ	テーマ「ブジュアン・レストリ」 ブルネイのNPは、歓迎のオープニング、寸劇によるメイン、グランド・フィナーレの、三つのパートから成る。これらを通して、ブルネイの伝統、特に、景観、生活、伝統的なゲーム、結婚式などを紹介する。寸劇の主人公であるマティーンという青年は、長い間母国を離れ、英国で留学生活を送っていた。ある日、マティーンのいとこから連絡があり、マティーンの両親からの小包が届いた。驚いたことに、この小包の中身は、全て最初からマティーンが心の中に持っているものだったのだ。この小包は特別な贈り物で、マティーンを過去の母国の記憶、文化遺産、そして最も大切な家族へと導いてくれたのだった。
カンボジア	テーマ「カンプチア〜クメール文学」 カンボジアのNPは、ソブ・セツとその妻の前世と現在の人生を描いたクメール文学、『ソブ・セツ』に発想を得ている。前世で、ソブ・セツと妻は幸せな結婚をし、2人のかわいい子供に恵まれた。しかし、ソブ・セツの不注意により、子供たちは不運の死を遂げる。夫に対する耐えがたい感情喪失と落胆から、妻は、来世以降男性との交流を断つことを誓い、自殺をしてしまう。何年もの時が流れ、ソブ・セツは農民の息子として生まれ変わり、妻は美しい王女として生まれ変わった。前世で誓ったように、王女は男性と決して会話をせず、父親である王とも口をきかなかった。そのため、王は家来に命じ、王女の口を開くことができる男性の候補者を王国全土から探し出させた。長く充実した旅を経て、3名の候補者が選ばれたが、彼らが何をして、王女が口を開くことはなかった。王が望みを失いかけた時、ソブ・セツが突然姿を現し詠んだ二人の前世を結びつけるような愛の詩を聞いて、王女がついに口を開く。そして王は二人の結婚を認めたのだった。NPは、今年のカンボジアPYによる「ナイト・オブ・メモリーズ」を全員で歌い、幕を閉じた。 物語の中で、すりこぎダンス、チャイヤイム・ダンス、ポーサット州の孔雀ダンス、ネリー・チア・チュオ・ダンスなどの人気のある伝統ダンスや、カンボジア武術であるユッタクロム・コムなどを紹介した。
インドネシア	テーマ「炎の輪」 インドネシアでは最近自然災害が多く発生し、その被害状況は大きく、ASEAN各国と日本にとって「炎の輪」は長年の問題となっている。インドネシアのNPでは、レジリエントなコミュニティ参画における若者の意識を高めることを重視している。「炎の輪」というテーマによって、スマトラ、ジャワ、カリマンタン、スラウェシ、パプアというインドネシアの5つの島を代表する青年たちを、レジリエントなコミュニティ作りに誘う。 最初に、バリ州のケチャ・ダンスによって愛情あふれるインドネシアを紹介し、南スマトラ州のカーニバル衣装を紹介した。NPは、プロローグ、メイン、エピローグの三つのパートから成り、各パートの間には、操り人形や動画を使用した。 プロローグでは、パンテン州や西ジャワ州の杵太鼓ゲンジュリンを使ったダンスや、火山の噴火を表現する演劇風のパフォーマンス、詩の暗唱を伴うイブ・ブルティウィの歌を通じて、人々はあまり災害への備えがないが、災害はいつでも起こり得るもので、災害の前後でどう状況が変化するかを表現した。炎のトーチをシンボルとして立てることで、インドネシアの国民精神を現代の踊りを通して表現した。 メインでは、西ジャワ州のゴンデワ・ダンスや北スラウェシ州のカバサラン・ダンス、東カリマンタン州・中部カリマンタン州のエンガン・ダダス・ダンス、パプア州のウォンダマ湾の受入れダンス、リアウ州のソンデ・ダンスなど、異なる地域の伝統舞踊を通じて、インドネシアにおけるレジリエントなコミュニティ作りに、それぞれの地域はどう参加していくのかを示した。それぞれのダンスの終盤に、ダンサーが炎のトーチを一つとすることで、その地域がレジリエントなコミュニティ作りのために努力をしたことを表現した。 エピローグでは、「炎の輪」に意識を向け、レジリエントなコミュニティを作っていくインドネシアを表現した。もたらされた炎のトーチは、東ジャワ州のレヨグ・ダンスを通じて一つの実体としてのインドネシアを目覚めさせた。その後、目覚めたインドネシアの青年は、ア・ミリオン・ドリームズとアナック・ガルーダを歌い、レジリエントなインドネシアであることの誇りを示した。

ラオス	テーマ「ケーンの音の形」 ラオスのNPの主な目的は、社会の重要な構成要素である家族制度を紹介することである。家族の中で青年は育てられ、青年はラオス人民革命党の右腕となり、国の主力となる。また、カイソーン・ボムウィハーン元国家主席の言葉にあるように、青年は大きな嵐が来るのを決して恐れない鷲のようであり、時代の英雄「シンサイ」である。 NPでは、また、伝統楽器であるケーン音楽が重要な位置を占める。ケーン音楽は、全国北から南まで、ラオスの人々の生活と常に共にある。2017年12月7日、ユネスコの世界無形文化遺産としてラオ族のケーン音楽が登録されたことは、ラオスの誇りである。ケーン音楽は、以下のような詩としても表現されている。 ケーン音楽はラオスの人々の起源を伝える。 歴史に伝わるように、ラオスの国は一つである。 もち米を食し、ラオス様式の家に住んで、我々は一つになる。 ケーン音楽を大きく奏でよう、これこそが真のラオスである。 加えて、ラオスの伝統ダンスは、ラオスの多民族の生活様式や多くの山々、川、緑の大地などの自然資源の美しさを表現しており、党や政府はこういった自然資源がエコツーリズムやアグロツーリズムとして外国人旅行者を魅了する長所となることに価値を置いている。シエンクワーン県ジャール平原の巨大石壺遺跡群もまた、2019年7月6日に世界遺産として登録された。
フィリピン	テーマ「ジープ：フィリピンの旅」 フィリピンのNPは、ルソン、ビサヤ、ミンダナオという主要な島々を通して、7,641のフィリピンの島々をめぐる旅である。異なる地域でそれぞれ大切にされてきた現存の多様な踊りと歌を紹介した。ハイライトはその祭りや文化だけでなく、国が直面する社会課題である。NPを通して、毎日12時間労働で公平な補償もなくいまだに借金返済に苦しんでいる現状、お腹がすいた状態で学校に行っている現状、学習に必要なかばんも鉛筆もない現状、インターネットで閲覧される偽の情報に導かれている現状、そしてさらには勢力の強い台風の被害を受けている現状などを紹介した。フィリピンPYは、人々はこういった状況には非常に慣れているが、「オーケー・ラン・サ・アミン（大丈夫）」とただ言うだけでは良くない、ということを伝え、観客に自分たちだけでなくコミュニティのための生活や努力、夢についてじっくり考えるためのメッセージを残した。もがいても希望をもつこと、違いに関わらず愛すること、そして困難を乗り越え夢をもつことを伝えた。 旅はフィリピンの美しさだけでなくその背景にあるものについて巡った。フィリピンの強さと深さについてのNPとした。
タイ	テーマ「ミュージカル・パフォーマンス」 タイのNPは、アラジンの「ア・ホール・ニュー・ワールド」を題材として、ジャスミン姫の愛の障壁についての物語を表現した。砂漠のとある国の王女であるジャスミンは、他国の王子との結婚を強いられているが、どの王子をも愛することができない。更にジャスミンは、国の王位を狙っているジャファーに、くしゃみをする記憶を失ってしまう呪いをかけられてしまう。ある日、タイの王子であるアラジンは、ジャスミンのもとを訪れ、結婚の申込みをするが、ジャスミンは自分の呪いのためにアラジンの申し出を断る。幸運なことにアラジンは願いを叶えることができる魔法のランプの精である相棒のジーニーの助けを得て、ジャスミンがくしゃみをしないように魔法の杖で願いをかけ、ジャスミンに魔法の絨毯に乗ってタイに行くことを提案した。ジャスミンはアラジンと魔法の杖を信じ、アラジンの提案を受けタイに行く。アラジンはジャスミンをタイ全土に連れて行き、二人はその美しい国の伝統、文化、そして人々のライフスタイルに触れて楽しんだ。 タイの北部では、多様な種類の伝統的な傘の踊りや伝統的な北部の武術であるムエタイ（タイ・ボクシング）、ロイクラトン祭り（川の神へ礼拝する祭り）を楽しみ、東北部では地元の踊りや現代ダンスを、南部では影操り人形、ノーラ（鳥の踊り）、ライクフル（タイのムスリムの踊り）を楽しんだ。最後に訪れた中部では、子供たちのゲームを楽しんだ。伝統的なパフォーマンスだけでなくソクラン祭り（伝統的な新年の祭り）を楽しみ、首都バンコクのカラフルなナイトライフを満喫した。最後に、アラジンはジャスミンに結婚を申込む。しかし不運なことに、ジャスミンはくしゃみをしてしまう。アラジンはジャスミンの記憶が全て飛んでしまったと思い呆然とし悲しんだが、タイで過ごしたこれらの記憶はジャスミンの心の奥深くに刻まれている。どんな残酷な呪いをかけられても、心に刻まれた貴重な記憶の数々は忘れられることがなかったのだ。物語の最後に、二人は結婚し末永く幸せに過ごした。

(8) 自主活動

自主活動は、PY個人又は数名のグループにより、自らが行いたいと思う活動を自由に企画し、参加者を募り、実践する活動である。これによりPYは自らの考えや思いを発信、企画、実践する力を養うことができ、国やSG、DGの枠を超えて活発に交流することができた。

＜自主活動の例＞

- ・ 映画鑑賞会
- ・ ディーパバリ
- ・ ベトナムの生活紹介
- ・ ミャンマーの生活・文化紹介（タナカ、食べ物等）
- ・ タイマッサージ・ワークショップ
- ・ 平和を考える千羽鶴作り
- ・ ボードゲーム
- ・ ライブ・ラウンジ
- ・ 学生時代に戻ろう
- ・ リサイクル・ファッション・ナイト
- ・ ミスター&ミス「アポン・ラーオ」コンテスト
- ・ SSEAYPタレント・ショー
- ・ SG対抗ダンス・コンテスト
- ・ スピーチ・コンテスト
- ・ 愛の言語
- ・ HIV101（世界エイズデーを記念して）
- ・ 日本酒・日本食紹介
- ・ 日本の茶道と箏
- ・ 和紙を使ったポストカード作り
- ・ 日本書道
- ・ ベトナム書道
- ・ メンタルヘルスを考える「何もしない」セッション
- ・ 名刺交換会
- ・ カラオケ・コンテスト
- ・ プレゼンテーション・スキル向上のための司会ワークショップ
- ・ 音楽ナイト
- ・ 礼拝ナイト
- ・ コーラン紹介
- ・ ボランティア活動について
- ・ 怪談セッション
- ・ ソーラン節
- ・ メイクアップの基本
- ・ 「椅子の全て」（椅子を使ったエアロビクス、人間椅子、音楽椅子、椅子ダンス）
- ・ 社会起業に関するディスカッション
- ・ SSEAYPバザー（不用品の交換会）

(9) 訪問国活動振り返り

訪問国における活動や経験を振り返り、SGごとに共有した。活動や経験を他のメンバーに伝え、コメントをもらうこと等を通じて、一人ひとりの経験等を異なる観点から見直すことができた。

(10) フリーデイ

船内及び訪問国での密度の濃い活動をこなす中、PYの体調管理のための時間を確保するため、公式な活動を行わない半日フリーデイを5回、全日フリーデイを1回設けた。また、フリーデイは、PYが自発的に自由に参加者同士の交流を深める機会でもあった。フリーデイとした日はモーニングコールや運動を行わず、モーニング・アセンブリーは通常よりも時間を遅らせ、12時から12時30分の間に行った。

(11) その他の活動**① 避難訓練（11月3日）**

ドルフィンホールでにっぽん丸乗組員から説明を受けた後、各自室に戻り、船内放送と非常ベルを合図に、各自救命胴衣を着用し、指定の避難場所に迅速に集合し、担当の乗組員から緊急事態発生時の対応方法について説明を受けた。

② 船内見学（11月5日）

SGごとに操舵室の見学を開催した。備えられている最新の機器やその操作方法等について乗組員から説明を受けた。

③ 管理官講話（11月5日）

山本茂樹管理官がPYに講話を行った。日本・ASEAN関係の歴史的経緯、船での交流活動の意義などを述べ、本事業が多くの関係者に支えられているものであることを常に意識し、自身の成長を通して支えてくれた人々に報いてほしいと激励した。

④ 船長講話（11月5日）

にっぽん丸の仙田晶一船長が船の設備や航海に必要な専門知識について説明し、PYの船及び航海に対する認識を高めた。

5 訪問国活動

訪問国における活動は、各国政府及び各国受入委員会が計画し、実施した。各国受入委員会には各国事後活動組織のメンバーも含まれており、バスへの添乗など訪問国活動の実施に当たっては、既参加青年が中心的な役割を担った。

各訪問国には、それぞれ4日間滞在し、一般家庭での

ホームステイ、政府要人への表敬訪問、地元青年との交流などを行った。ベトナムの訪問国活動においては、ディスカッション活動の9つのグループ・テーマに因んだ内容の課題別視察を行った。

各国における訪問国活動日程を訪問国順に次に掲げる。

(1) ベトナム

月日	時間	活動内容
11月10日 (日)	7:30-8:00 8:00 9:00-11:00 13:30-14:15 14:15-14:45 15:00-16:00 18:00-19:15 19:30-20:45	ベトナム国旗掲揚式(於 ドルフィンホール) 入港(ホーチミン市、タンカン・ヒエップフオック港) ベトナムにおける活動についての受入委員会によるブリーフィング(対COC) 記者会見(於 ラウンジ「海」) 受入委員会によるオリエンテーション(対PY、於 ドルフィンホール) 到着歓迎式(於 タンカン・ヒエップフオック港) ・ PYによるフラッグ・チアー ・ Mr. Nguyen Ngoc Luongベトナム国家青少年委員会常任副議長・ホーチミン共産青年同盟書記長挨拶 ・ 山本茂樹管理官挨拶 歓迎夕食会(於 ホーチミン市ミーティングホール) ・ Mr. Vo Van Hoanホーチミン市党委員会委員・ホーチミン市人民委員会副委員長挨拶 文化交流(於 ホーチミン市ミーティングホール) ・ 地元青年によるパフォーマンス ・ PYによるパフォーマンス
11月11日 (月)	7:15-7:45 9:30-12:00 14:30-16:00 18:00-20:00	ホームステイ説明(対PY、於 ドルフィンホール) 課題別視察(DG別) DG1: ベトナム国家大学ホーチミン市校工科大学 DG2: ベトナム国家大学ホーチミン市校人文社会科学大学 DG3: ホーチミン市師範大学 DG4: 青年雇用サービスセンター(YESセンター) DG5: ベトナム国家大学ホーチミン市校科学大学 DG6: ファムゴックタック医科大学 DG7: ホーチミン市新聞センター DG8: ホーチミン市経済金融大学 DG9: サイゴン・イノベーションHUB ホームステイ・マッチング(於 ホーチミン市ミーティングホール) ＜管理官、NL＞ Mr. Pham Hong Sonホーチミン共産青年同盟ホーチミン市委員会書記長主催夕食会 ・ 記念品交換
11月12日 (火)	 9:00-9:30 18:00-21:00	＜PY＞ ～終日ホームステイ～ ＜管理官、NL＞ ホーチミン市党委員会副委員長表敬訪問 ・ Mr. Vo Thi Dungホーチミン市党委員会副委員長挨拶 ・ 記念品交換 既参加青年のつどい(於 ドルフィンホール及びダイニングルーム)

月日	時間	活動内容
11月13日 (水)	12:30-13:30 14:00-15:00 15:45-16:30 17:00	PYホームステイから帰船 船内公開 出港式（於 タンカン・ヒエップフオック港） ・ Ms. Phan Thi Thanh Phuongホーチミン共産青年同盟ホーチミン市委員会副書記長・ホーチミン市青年パイオニア協会会長挨拶 ・ PY代表（フィリピンYL）挨拶 出港

(2) シンガポール

月日	時間	活動内容
11月16日 (土)	7:00 7:00-7:30 7:30-9:30 9:30-10:00 12:00-12:30 12:50-14:40	入港（シンガポール・クルーズセンターCC02） シンガポール国旗掲揚式（於 ドルフィンホール） シンガポールにおける活動についての受入委員会によるブリーフィング（対COC） 受入委員会によるオリエンテーション、ホームステイ説明（対PY、於 ドルフィンホール） 交通省・文化社会青年省政務官表敬訪問（於 リゾート・ワールド・セントーサ） 歓迎昼食会及びホームステイ・マッチング（於 リゾート・ワールド・セントーサ） ・ 山本茂樹管理官挨拶 ・ Mr. Baey Yam Keng交通省・文化社会青年省政務官挨拶 ・ 記念品交換 ・ 記念撮影 ・ 地元青年によるパフォーマンス
	18:30-21:00	<管理官、NL> 既参加青年のつどい（於 ダイニングルーム）
11月17日 (日)		<PY> ～終日ホームステイ～
11月18日 (月)	9:00-10:00 11:00-13:45 15:00-17:45 18:30-20:30	PYホームステイから帰着 地元青年との交流（SG別） SG-A：ホーム・チーム・アカデミー SG-B：シンガポール・シティ・ギャラリー（URA） SG-C：住宅開発庁（HDB）マイ・ナイス・ホーム・ギャラリー SG-D：技術教育高等専門学校（ITE）ウェスト校 SG-E：国立芸術評議会（NAC）グッドマン・アーツ・センター SG-F：公益事業庁（PUB）マリーナ・バラージ SG-G：シンガポール・メンタルヘルス協会（SAMH）クリエイティブSAY!センター SG-H：ナショナル・デザイン・センター SG-I：国立図書館 SG-J：人民協会（PA）アウア・タンピネス・ハブ SG-K：ローンチパッド@ワン・ノース（ACE） カラン・ヘリテージ・トレイル チャンギ国際空港JEWEL視察
11月19日 (火)	9:00-10:30 12:00-13:00 13:30-14:30 15:00	シンガポール海運ギャラリー視察 船内公開 出港式（於 シンガポール・クルーズセンターCC01） ・ PYによるフラッグ・チアー ・ Mr. Darryl Davidアン・モ・キオ集団選挙区選出国会議員挨拶 ・ PY代表（タイYL）挨拶 ・ 記念品交換 出港

(3) ミャンマー

月日	時間	活動内容
11月22日 (金)	7:30-8:00 13:00 14:00-16:00 16:00-17:00 17:00-17:30 18:30-21:00	ミャンマー国旗掲揚式 (於 ドルフィンホール) 入港 (ヤンゴン港) ミャンマーにおける活動についての受入委員会によるブリーフィング (対COC) 記者会見 (於 ラウンジ「海」) 受入委員会によるオリエンテーション (対PY、於 ドルフィンホール) 歓迎夕食会 (於 スーレー・シャングリラ・ヤンゴン) ・ Dr. Myo Kywel国家教育政策委員会議長挨拶 ・ 丸山市郎駐ミャンマー連邦共和国日本国特命全権大使挨拶 ・ Mr. Khin Maung Yi SSEAYPインターナショナル・ミャンマー会長挨拶 ・ 記念品交換 ・ 記念撮影 ・ 地元学生によるパフォーマンス ・ PYによるパフォーマンス
11月23日 (土)	9:00-9:30 10:00-11:00 12:00-15:30 16:30-17:30	ホームステイ説明 (対PY、於 ドルフィンホール) 到着歓迎式 (於 ヤンゴン港) ・ PYによるフラッグ・チアー ・ Dr. Thein Win教育省高等教育局長挨拶 ・ 山本茂樹管理官挨拶 地元青年との交流 (SG別) SG-A,B: ヤンゴン大学 SG-C: ヤンゴン国立芸術大学 SG-D: ヤンゴン教育大学 SG-E: 国立経営大学 SG-F,G: ヤンゴン工科大学 SG-H: ヤンゴン第一医科大学 SG-I: ヤンゴン情報技術大学 SG-J: ヤンゴン外国語大学 SG-K: ヤンゴン経済大学 ホームステイ・マッチング (於 ダイヤモンド・ジュビリー・ホール) ・ Dr. Tin Maung Tun西ヤンゴン大学総長挨拶
11月24日 (日)		<PY> ～終日ホームステイ～
	10:00-10:30 18:00-21:00	<管理官、NL> ヤンゴン地域U Han Tun農林エネルギー大臣、Col. Aung Soe Moe公安大臣、Daw Nilar Kyaw産業交通コミュニケーション大臣、U Maung Maung Soe内政大臣、U Naing Ngan Lin社会問題大臣、Naw Pan Thinzar Myoカイン族担当大臣、U Zaw Aye Maungラカイン族担当大臣、Daw Moe Moe Su Kyi人的資源大臣表敬訪問 (於 ヤンゴン地域政府庁舎) ・ 記念品交換 既参加青年の集い (於 ドルフィンホール及びダイニングルーム)
11月25日 (月)	9:30-10:30 11:00-12:00 12:45-13:15 13:30	PYホームステイから帰船 船内公開 出港式 (於 ドルフィンホール) ・ Dr. Kyi Shwinヤンゴン外国語大学総長挨拶 ・ PY代表 (日本YL) 挨拶 出港

(4) マレーシア

月日	時間	活動内容
11月29日 (金)	7:30-8:00 8:00 9:00-11:00 11:00-12:00 13:15-13:45 14:00-14:45 14:45-15:45 19:00-21:00	マレーシア国旗掲揚式（於 ドルフィンホール） 入港（ポートクラン港） マレーシアにおける活動についての受入委員会によるブリーフィング（対COC） 入国手続（於 ブーステッド・クルーズセンター） 受入委員会によるオリエンテーション（対PY、於 ドルフィンホール） 到着歓迎式及びマレーシア青年スポーツ大臣表敬訪問（於 ドルフィンホール） ・ 岡浩駐マレーシア日本国特命全権大使挨拶 ・ Mr. Syed Saddiq Bin Syed Abdul Rahmanマレーシア青年スポーツ大臣挨拶 ・ 記念品交換 記者会見（於 ラウンジ「海」） 歓迎夕食会（於 ジュブリ・ペラック・ホール） ・ 記念撮影 ・ PY代表（ベトナムYL）挨拶 ・ 山本茂樹管理官挨拶 ・ Mr. Mohd Azhari Bin Mohammadマレーシア青年スポーツ省スポーツ育成課次長挨拶 ・ 記念品交換 ・ PYによるパフォーマンス
11月30日 (土)	8:00-8:30 10:00-12:00 15:30-16:30	・ 地元青年によるパフォーマンス ホームステイ説明（対PY、於 ドルフィンホール） 地元青年との交流（SG別） SG-A: EPICホームズ SG-B: ネーション・ビルディング・スクール SG-C: 国際青年センター（IYC） SG-D: マレーシア農業研究開発研究所（MARDI） SG-E: マレーシア・ツーリズム・センター（MaTiC） SG-F: マレーシア森林研究所（FRIM） SG-G: マーメリ文化村 SG-H: クラフト・コンプレックス SG-I: ロイヤル・スランゴール SG-J: チョコレート博物館 SG-K: マレーシア航空管理会社（MAHB） ホームステイ・マッチング（於 ジュブリ・ペラック・ホール）
12月1日 (日)		<PY> ～終日ホームステイ～
	18:00-21:00	<管理官、NL> 既参加青年の集い（於 ドルフィンホール及びダイニングルーム）
12月2日 (月)	11:30-12:30 13:00-14:00 15:30-16:30 17:00	PYホームステイから帰船 船内公開 出港式（於 ブーステッド・クルーズセンター） ・ PY代表（シンガポールYL）挨拶 ・ Mr. Mohd Azhari Bin Mohammadマレーシア青年スポーツ省スポーツ育成課次長挨拶 ・ PYによるフラッグ・チアー 出港

6 解散式・解散交歓会

12月12日18時から、にっぽん丸船内ドルフィンホールにて解散式を行った。

始めに、福田正信内閣府青年国際交流担当室長から各国NLに感謝状を授与した。続いてPYの代表として各国のYLに修了証を授与した。その後、福田室長から挨拶があり、続いてPY代表としてミャンマーYLが挨拶

をした。

続いて、18時45分から、ダイニングルームで解散交歓会を開催した。衛藤晟一内閣府特命担当大臣からの挨拶の後、PY代表としてマレーシアYLが挨拶をし、続いて長末辰也日本青年国際交流機構副会長が乾杯挨拶をした。

7 下船・帰国

12月11日9時15分から、NL、PYに対して、下船手続きの説明を行った。次に、国別ミーティングの後、国別に設定した荷物置場に各自の荷物を移動した。

12月13日6時から、日本以外のPYは国別に順次ダイニングルームに集合した後、それぞれバスで成田空港又は羽田空港に向かい、帰国した。

8 日本参加青年の帰国後研修

日本参加青年39名に対し、12月13日～14日の2日間、東京都渋谷区の国立オリンピック記念青少年総合センターにおいて帰国後研修を行った。日本参加青年は事

業の振り返りを行うとともに、事業報告会の準備を進めた。また、船内で話し合い、帰国報告会で発表した事後活動プロジェクトについて、更に議論を深めた。