

# 船内活動



プログラムの活動の中心である船内では、  
317人の青年が共同生活を送ります。  
参加青年たちは互いの国や文化への理解を深めるだけでなく、  
一人ひとりの人間として相手に向き合い、心が震える瞬間を共有します。

活動日程

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				乗船 船内オリエンテーション	荷物移動	
	3日	避難訓練/出国手続/船内公開/出航式/国別ミーティング				COCミーティング 自主活動	
	4日	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/広報・記録委員会			自主活動	
	5日	管理官講話	船長講話	写真撮影/船内見学<SG毎>		自主活動	
	6日	ディスカッション活動 (グループ・ディスカッション)		自主活動		日本 ナショナル・プレゼンテーション	
	7日	自由時間(半日)		訪問国活動振り返り<SG毎>		ブルネイ ナショナル・プレゼンテーション	
	8日	ディスカッション活動 (グループ・ディスカッション)		ソリダリティ・グループ活動		カンボジア ナショナル・プレゼンテーション	
	9日	ディスカッション活動 (グループ・ディスカッション)		PYセミナー活動紹介		ベトナム ナショナル・プレゼンテーション	
	10日	ベトナム訪問国活動					
	11日						
	12日						
	13日				国別ミーティング	COCミーティング 自主活動	
	14日	自由時間(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/広報・記録委員会		インドネシア ナショナル・プレゼンテーション	
	15日	ディスカッション活動 (グループ・ディスカッション)		ソリダリティ・グループ活動		シンガポール ナショナル・プレゼンテーション	
	16日	シンガポール訪問国活動					
	17日						
	18日						
	19日				国別ミーティング	COCミーティング 自主活動	
	20日	自由時間(半日)		訪問国活動振り返り<SG毎>		ラオス ナショナル・プレゼンテーション	
	21日	ディスカッション活動 (グループ・ディスカッション)		PYセミナー	PYセミナー	ミャンマー ナショナル・プレゼンテーション	
	22日	自主活動		ミャンマー訪問国活動			
	23日						
	24日						
	25日				国別ミーティング	COCミーティング 自主活動	
	26日	自由時間(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/広報・記録委員会		フィリピン ナショナル・プレゼンテーション	
	27日	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)		タイ ナショナル・プレゼンテーション	
	28日	ディスカッション活動 (まとめ)		PYセミナー	PYセミナー	マレーシア ナショナル・プレゼンテーション	
	29日	マレーシア訪問国活動					
	30日						
12月	1日						
	2日				国別ミーティング	COCミーティング 自主活動	
	3日	自由時間				自主活動	
	4日	ディスカッション活動 (成果発表会の準備・DG毎のレポート作成)		PYセミナー	PYセミナー	自主活動	
	5日	ディスカッション活動(成果発表会)				自主活動	
	6日	事後活動セッション (国別プロジェクト案議論・作成)		ソリダリティ・グループ活動		自主活動	
	7日	自由時間(半日)		PYセミナー	PYセミナー	自主活動	
	8日	事後活動セッション (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	ディスカッション活動 (自己評価)		自主活動		自主活動	
	10日	訪問国活動振り返り<SG毎>		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	下船手続説明	国別ミーティング			荷物移動	
	12日	入国手続・荷物検査		帰国報告会準備	帰国報告会/解散式/解散交歓会		
	13日	下船					

新しいことに挑戦しているとき、苦しいとき、楽しいときに支えてくれる仲間が沢山いることに気がきました。これらの仲間とともに、本事業で気づいた防災などの課題に取り組んでいきたいです。

# 木伏和覇 # 挑戦 # 仲間





# ディスカッション活動

～ 日本とASEAN加盟国が直面している課題について学ぶ～

## ディスカッション活動とは？

日本とASEAN加盟国10カ国の参加青年が、共通テーマ「青年の社会活動への参加」のもと、9つの異なるテーマに分かれ、ファシリテーターの指導により英語でのディスカッションを行います。

## 目的

各国における様々な分野での課題について理解を深めるとともに、参加青年間での意見交換を通じて相互理解を促進します。

また、ディスカッションやプレゼンテーションを通して、英語での発言力を高め、事業終了後に行う事後活動（事業後の社会活動）につなげていくことが目的です。

## ディスカッション活動運営委員会

各国及び各DGから選出された参加青年によって構成されます。ファシリテーターと共に、グループ毎の自主活動などを企画し、船内で行われる各DGによる成果発表会の運営も行います。



グループワークで理解を深める



人前で自分の意見を述べる機会が沢山



DGごとにディスカッションの成果を発表



ディスカッションの内容を展示



様々なことにチャレンジ出来る環境で51日間を過ごし、その中で「多様な価値観が溢れる」世界に身を置きたい自分を発見しました。将来は日本及びASEAN加盟国の発展に貢献できる人材になりたいです。

# 藤森友寛 # チャレンジ # 価値観



**事後活動とは？**— 事後活動 Post Program Activity (PPA) とは、参加青年が事業で得た経験をもとに、事業終了後も継続して行う社会貢献活動のこと。本事業の既参加青年から構成されるOn Board Ship Conference (OBSC) のメンバー及びファシリテーターによる助言を受け、DGや参加国毎に計画・実行します。日本も、中古着物の生地を利用したミャンマーの伝統衣装・ロンジーの製作など複数のPPAを企画しており、現在実行に向け活動しています。

## 9つの ディスカッションテーマ



### 環境と持続可能性

日・ASEAN加盟国地域の環境の現状・課題を認識した上で、持続可能な社会の実現のためにどのような取組が必要か考えました。次世代を担う自分たちが国を超えて協調する大切さに気づかされました。

### 防災と復興

訪問国での視察等を通して、日本とASEAN加盟国の共通課題が人々の防災意識の低さであることを認識しました。課題解決や減災のために青年ができることを議論し多様な学びを得ました。

### 健康とウェルビーイング

主に青年のメンタルヘルスについて、日本及びASEAN加盟国の現状・課題を共有し、様々な視点からウェルビーイングの実現に向けて議論しました。物事を多角的に捉えることで、新たな発見や解決策が得られることを学びました。

### 多様性と社会的包摂

日本及びASEAN加盟国での障害者や少数民族など社会的に弱い立場にいる方について議論し、課題は多いものの青年にできることもたくさんあるため、一歩ずつ行動していこうと決意を新たにしました。

### 情報とメディア

日本及びASEAN加盟国におけるメディアや情報の在り方を学びながら、情報に対する態度について考えました。情報を発信・受容する上でメディアの特性に着目しなければならないという視点を得ました。

### 教育

学校に行けない子ども・女子教育・高等教育等における日本及びASEAN加盟国の現状・課題を共有し、解決策を模索しました。同一分野でも国によって多様な課題があることを学び、共に考えることで新たな視点が得られました。

### ソフト・パワーと青年の外交

外交的視点とは何かを学びました。特に、本事業が日本政府主導で行われる理由について各国青年と議論し、ソフト・パワーがどのように利用され、影響力を持つのかについて再考しました。

### 雇用とディーセントワーク

日本及びASEAN加盟国の雇用の現状・課題を共有し、ディーセント・ワーク（働きがいのある人間らしい仕事）とは何かを共に考え、雇用のあり方について様々な形があることを学びました。

### 青年の起業

コンサルタントで社会起業家でもあるファシリテーターから起業の心構えを学びました。既に起業している参加青年からも刺激を受け、起業をより身近に感じるようになりました。

最初は宗教や文化など何もかもが異なっていると感じ、戸惑いもありました。しかし、船の生活や様々な活動を通じて外国参加青年と同じ感情を共有できたことが嬉しかったです。ODAに携わり、ASEAN加盟国とより良い関係を築きたいと思います。

# 佐藤純綾 # 共同生活 # ASEAN加盟国の将来





# ソリダリティ・グループ活動 ~ 交流を通して、絆を深める ~

## ソリダリティ・グループ活動とは？

SGとは、船内及び訪問国における活動の基本となるグループです。日本とASEAN加盟国10カ国の参加青年で構成され、各グループ29人前後からなります。今年度はSG活動小委員会によって、このSG活動が全3回行われました。

## 目的

全3回のSG活動を通して、各SGに所属する参加青年の交流を促進し、絆を深めることが目的です。

## SG活動小委員会

各国及び各SGから選出された参加青年によって構成されます。SG活動の内容の企画運営を行います。



SG活動小委員会がSG活動を企画・運営



SGごとに出場したダンス大会



全員で集合写真



おそろいのTシャツを船内で製作



多くの自由時間をフィリピン参加青年と過ごしました。当初はフィリピンの文化に惹かれ、次第に1人1人の個性に惹かれました。異文化を心地よい空間にできたこの経験が、海外で生きていけるという自信に繋がりました。

# 福原英信 # 心地よい空間 # 枠を飛び出す

5歳くらいの男の子が、薄汚れた服を着て、ヤンゴンの道路の真ん中で花飾りを売っていました。「児童労働」の知識はありましたが、目の前にするとやるせない気持ちになりました。教員志望として、教育の在り方を考えていきたいです。

# 高橋周平 # キラキラだけじゃない # 現実もある



# PYセミナー ~ 参加青年の興味・関心を共有し学び合う ~

## PYセミナーとは？

参加青年-Participating Youth(以下PY)が主体となって、自らの興味に沿った内容のセミナーを開催し、他青年に学びを提供します。講義形式、ワークショップ形式、実演実習の形式など、自由なスタイルで行われます。

## 目的

参加青年が興味を抱く社会課題や文化等について学び、お互いの興味関心があることについて理解を深めることが目的です。国際的視野の拡大と意見交換を行い、参加青年間の交流を促進します

## PYセミナー小委員会

各国及び各SGから選出された参加青年によって構成されます。PYセミナーの開催スケジュール決めから、当日の運営補助までを行う、セミナー実施になくてはならない存在です。



風呂敷バッグを紹介



ベトナムコーヒーを紹介



リーダーシップやチームビルディングを紹介



日本食文化(だしとみそ・お弁当)を紹介

社会課題に対して当事者意識を持って取り組んでいる多くの外国参加青年と出会い、今までの自分の受け身の姿勢を反省しました。今後は自分が社会にどのように貢献できるのかを考え、自ら行動していきたいです。

# 関戸陽美 # 当事者意識 # 行動



沢山の夢を持った若者との対話から若者には世界を変える力があると気づくことができました。世界中の若者が平等に旅ができる仕組みづくり。これが私の夢だと大きな声で宣言することにします。

# 今城万緒 # 夢を持つ # 旅





# ナショナル・プレゼンテーション

～ 75分間で自国の魅力と実情を伝える～

## ナショナル・プレゼンテーションとは？

音楽・演劇・ダンス等を通して、様々な角度から自国の社会や歴史、文化や青年の実情を紹介する活動です。11カ国それぞれが趣向を凝らした演目を用意しており、船内活動において参加青年が、他国の社会や文化、歴史を学ぶと共に、自国の文化や歴史などの素晴らしさを再認識することができる機会です。

## 目的

11の参加国の文化、伝統、歴史、国民性、現在の青年を取り巻く環境などを国ごとに紹介し、学びあい、相互理解を深めることが目的です。



未来をテーマに日本社会の光と影を表現した（日本）



若者の現状をミュージカルで伝えた（フィリピン）



伝統舞踊を披露（ミャンマー）



伝統的なカサを使ったダンス（ベトナム）

私はNPのリーダーを務めました。準備期間中は多くの困難がありましたが、当日は大成功を収めることができました。今回、リーダーとして経験した成功と失敗を活かし、今後は国際社会でリーダーシップを発揮できる人材を目指します。

#尾上智哉 #ナショナル・プレゼンテーション #リーダーシップ



多文化共生、人々のつながりなど日本とは異なる東南アジアの良さを、多くの人との出会いを通じて知ることの意義を学びました。人との出会いを大切に、東南アジアと関わりの深い自身の業務に取り組んでいきたいです。

#松本莉加子 #出会い #つながり



# 自主活動

～ 青年が各自で企画し体験する～

## 自主活動とは？

参加青年が自由にイベントやセミナーを企画運営し、国の垣根を超えて、共通の興味や関心に沿った活動を行います。自国の協賛品を提供する企画や、コンテストを行い、その練習や当日の発表を通して、参加青年間の交流を一層深める企画などがあります。

## 目的

青年自ら企画運営することで、自分で考え、発信する力をつけることが目的です。また、参加者は、自主活動に参加することで新たな友人の輪を広げることができます。



朝日と共にソーラン節を踊る



各国代表による伝統衣装のミス・ミスターコンテスト



リサイクルファッションショー



茶道体験で和を感じる



リーダーシップとは何かという疑問を抱えて船に乗りました。船の上では、常にチームをゴールに導く多くの青年がいました。自分、そして多くの日本人に足りない力を持っていました。理想のリーダー像が見えました。

# 森川怜 # リーダーシップ # リーダー像

協賛企業様の日本食やお酒の発信を通してモノづくり大国日本の真髓を知りました。その誇りを胸に日本の良さをこれから更に外国に伝えていこうと思いました。

# 森優 # 地方創生 # 日本食





# 船内での生活

～1日のスケジュール例を紹介～

7:00  
モーニングコール  
各SGが持ち回りで、  
毎朝起床の放送をします。

8:00 朝食

9:15  
モーニング・アセンブリー  
全参加青年の出欠確認と  
体温チェック、連絡事項の  
伝達が行われます。



12:45 昼食



7:00

8:00

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

7:30  
フラッグホイスティングセレモニー

主に寄港地に到着する日に執り行われる  
国旗掲揚式。自らが各国の代表である  
ということを、国旗を掲げることで  
再認識できる場です。



10:00  
ディスカッション活動

各テーマに分かれて、グループワークや  
発表を行います。



青年たちとの交流を通して、同じ国の出身であっても人それぞれ様々な考えや習慣を持っているということに改めて感じました。今後も出身国にとらわれず、一人ひとりと丁寧に接して豊かな文化交流をしていきたいです。

#後藤奏 #個性 #文化交流

14:15

### ソリダリティー・グループ活動

SG対抗のゲーム等を通して、仲間との絆を深めます。



21:00

### フリータイム

入浴をしたり友人達と語り合ったりする時間。星空鑑賞会が開催されることもあります。



23:00 就寝

14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00 22:00 23:00

18:00 夕食

食事は、朝食から夕食まで全てビュッフェ形式。毎日新しい友達ができます。



19:30

### ナショナル・プレゼンテーション

各国趣向を凝らした演目で、学びの機会を与えてくれます。様々な国の伝統衣装を貸し借りして着たり、お気に入りの服を着て、友人たちと鑑賞します。



私は土木の力で東南アジアをサポートしたいと考えていました。しかし、各国でホームステイを経験し、インフラを整えることが必ずしも幸せに繋がるというわけではないのかもしれないと感じました。この業界で何をすべきか自分なりに考えていこうと思いました。

# 山本みお # 現実を知った # 未来がちょっと近くなった

