



2025年4月号

## 姉妹都市ペンドルトン市との交流

南相馬市の姉妹都市であるペンドルトン市は、アメリカ合衆国オレゴン州の北東部にあり、ネイティブアメリカンの伝統と西部開拓時代から続くカウボーイ文化が根付いた、歴史ある地方都市です。市街地には革製品の工房をはじめ、地域との繋がりが深い個性豊かなショップなどが並んでいます。

この地で毎年9月に開催される「ペンドルトン・ラウンドアップ」は、彼らの異なる伝統や文化が融合した、共生の象徴ともいえる祭りで、メイン会場を中心にロデオ大会や西部劇、パレード、屋外コンサートなどのイベントが、約1週間にわたり開かれます。1910年に始まって以来、住民人口の何倍もの観客が世界中から訪れ、街全体が大変な賑わいをみせます。ロデオやホースパレードからも分かる通り、この地の歴史は馬との関りが深く、それが縁となり本市との姉妹都市関係が築かれました。



日本からの主なアクセス方法は、オレゴン州最大の国際空港であるポートランド空港から約330 km、ワシントン州との境を流れる壮大なコロンビア川に沿って、東へ車で約3時間半。

小麦畑が地平線まで広がる丘陵地にあり、澄み渡る大空の下で乾いた空気に包まれながら、アメリカのスケールの大きさを体感できます。

## 高校生の相互派遣交流

両市の高校生は夏休み期間である7月から8月にかけて、約2週間ずつ互いの市を訪問し、文化的相互理解を深める交流を続けています。お互いの市でホームステイをしながら、市内各高校などの協力による生徒同士の交流や、歴史や自然に触れる活動プログラムに基づいて、異文化体験を重ねます。地理、自然、気候、言語、習慣など、すべてが異なる環境での生活は、それぞれの高校生にとって大きな刺激となり、その経験が一人ひとりの成長に繋がります。

交流に参加できるのは派遣生に限りません。両市各6名という限られた派遣人数のため、希望者全員の現地訪問は叶いませんが、南相馬市滞在中のペンドルトン市の高校生と出会い、直接言葉を交わすことや、プログラムに参加すること、ホストファミリーとして共に生活することなど、南相馬市にいながらも交流のチャンスはたくさんあります。

一人でも多くの市民の皆様が交流に関わることが、姉妹都市関係の継続と発展にとっても大切です。もっとペンドルトン市のことを知りたい、交流に関わってみたいなど、姉妹都市交流に関することは、いつでも SAKURA へお問い合わせください。



## ホストファミリー募集

ペンドルトン市の高校生が南相馬市に滞在中のホストファミリーを募集しています。

ホストファミリーは、原則として当該年度の派遣生がいる家庭にお願いしていますが、動物アレルギーの有無や引率者の受入など、定数以上のご協力が必要な場合があります。ホストファミリーの諸条件や申込方法は、左のQRコードからご確認ください。



# 南相馬市で活躍する外国人

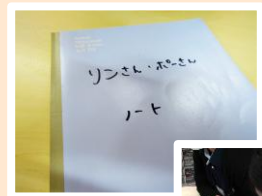
南相馬市で生活する外国人は年々増えています。その大半は、市内の事業所で働き、地域の産業を支えています。そして働く分野は、農業、建設業、製造業、サービス業など多岐にわたっています。

彼らはそれぞれが持つ在留資格によって、日本に滞在することができる期間や日本で従事できる業務内容が定められていることが多く、日本人と同じように職業や職場を自由に変えられるのは、限られた一部の在留資格を持つ方のみです。

今回は「特定技能1号」という在留資格を持ち、「介護」の現場で働く外国人にお話を伺いました。

自分が生まれ育った場所とは言葉も環境も異なる南相馬市での生活はどのようなものか？市民の皆様にもそれを知ってもらうことで、多文化共生の第一歩となる「相手に興味を持つ」きっかけに繋がりたいと思います。

※インタビューは今年の2月に、すべて日本語で行いました。



今回、ご協力いただいたのは、医療法人慈誠会様が運営する介護老人保健施設【ヨッシーランド】の皆さんです。



(向かって左)  
リンさん

(向かって右)  
ポーさん

ふたりはミャンマーから来ています。  
2024年9月から市内で生活しています。

## なぜ日本に？

ふたりとも日本に興味を持つきっかけがあったそうです。

- ・18歳のときに日本のドラマを見て「日本へ行きたい」と思いました。その後、貯金をして日本語の勉強を始めました。(リンさん)
- ・インターネットで日本の桜の映像を見て感動し、日本へ行きたくなりました。春になるのが楽しみです。(ポーさん)

## 介護の仕事は？

食事や入浴、排泄などの介助に携わり、知識や技術の習得に日々励んでいます。

- ・日本語も仕事の内容も分からないことがまだまだ多く大変ですが、介護の仕事が好きなので、頑張っています。(リンさん)
- ・腰に負担がかかる「移乗」が特に大変だと感じています。専門用語などは職員の皆さんが丁寧に教えてくれるので、安心できます。(ポーさん)

## 勤務日のスケジュール

- 6:30 起床アラームが鳴ります  
寒くて起きるのが辛い・・・
- 8:00 自転車で出勤  
行きは10分、帰りは5分  
(途中に坂道があります)
- 8:30 勤務開始  
忙しいけど充実しています  
朝に作ったお弁当で昼休み
- 17:30 退勤、夕食、余暇  
3食ともお米を食べます  
家族と電話で話したり、  
好きな動画を見たりします
- 23:00 就寝

## 休みの日は？

勤務シフトにより一緒に休むことは減り、誰かと過ごせる機会は少ないようです。

- ・仕事は忙しく頭も体も疲れるので、しっかり休みます。好きな料理を作って食べるのも楽しみです。日本のラーメンも大好きです。(リンさん)
- ・私もしっかり休むこと、しっかり食べることを大事にしています。K-POPが好きで、大阪のライブに行けたらいいと思っています。(ポーさん)



## 将来は？

20代のふたりにはそれぞれ目標があります。

- ・日本で長く働きたいです。特定技能1号では5年の就労期限があるので、(期限がない在留資格取得のために)介護福祉士の取得を目指します。(リンさん)
- ・貯金をして、大学で勉強をしたいと思っています。(ポーさん)

## 共に働くスタッフさんの声 庄司様

当施設には入所と通所、どちらの利用者様もいらっしゃいますが、ふたりは入所者様のケアをしています。

来日前、最も不安だったのは言葉の壁でしたが、思ったより日本語力が高く、比較的早い段階でスムーズなコミュニケーションを取れるようになりました。業務に関しては言葉での説明に加えて、実際の動きをやって見せること・やってみること・やってもらうことを通して、利用者様側の感覚も理解できるように工夫しています。「リンさん・ポーさんノート」を作って、指導内容をスタッフ間で共有したり、専門用語の勉強に役立てたりしています。当初は緊張感のあった利用者様も、正しい日本語を教えてくれたり可愛がってくれたり、和やかな雰囲気を感じられるようになりました。ふたりの仕事ぶり、成長ぶりは素晴らしく「来てくれてありがとう」という思いです。

## 「特定技能」制度とは？

日本国内の労働力確保を目的として2019年に創設されました。技能実習修了または技能検定合格が就労条件の一つであり、一定レベルの技術や知識を身に付けてから就労するため、事業所においては即戦力となり得る在留資格です。

1号と2号があり、1号は最大で5年間、2号は無期限での就労が可能です。2号を取得するための条件は厳しいですが、指導・管理的業務を任せられることができるなど、その責務の重要性も増します。

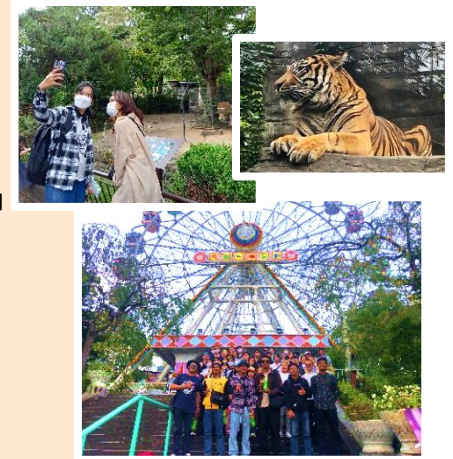


## バスツアー 9月29日

訪れたのは宮城県仙台市。南相馬市の生活圏であり、外国人の皆さんにとっても電車などで行きやすい、身近な“都会”です。

普段は仕事で頑張っている分、休日のお出かけでリフレッシュしてもらうため、「八木山ベニーランド」と「八木山動物公園」を訪れました。午前中はベニーランドに滞在。ジェットコースターや観覧車など、それぞれ好きなアトラクションを楽しみ、お昼ごはんのお弁当と一緒に食べました。午後は隣接する動物公園へ。ゾウやライオン、キリン、シマウマ、カバなど動物公園ならではの動物たちに癒され、そして、賑やかなフクロテナガザルの声(叫び?)に大笑い。お土産屋さんでは自分用だけでなく、職場へのお菓子を買う様子を見て、良好な人間関係が築かれているのを感じました。

車窓から見えたアジア系食材店を見て「買いたい～！」との声、寄れなくてすみません



## ハロウィン 10月27日

2024年のSAKURAハロウィンもたくさんの方々に参加しました。まずはハロウィンモチーフのビーズを使ってオリジナルのプレスレットを作りました。最後の仕上げで紐が切れ、ビーズが散らばるハプニングに見舞われる方も何人かいました。その後はゲーム。紙コップを使ったタワー作り、足つぼマットリレー、そしてお待ちかねのお菓子釣り。お子さんの参加もあり、シンプルなゲームでも皆が頑張っていて盛り上がりました。足つぼマットには予想したほど痛がらず、猛然とダッシュしていました。健康ですね。最後には参加者全員に新米をプレゼント。秋の収穫もお祝い出来ました。

## 防犯・交通安全講習会 12月22日

日常生活を安心して過ごすため、そしてクリスマスの夜間イベントを安全に楽しむため、クリスマスイベントに合わせて防犯・交通安全講習会を実施しました。南相馬警察署のご協力により、日本の交通ルールや、犯罪に巻き込まれないための注意点、在留カードの常時携帯など、毎日の生活で気を付けるべきことについて学びました。

夜間の外出時に役立つ反射タスキも頂戴しました。自身の安全のため活用しましょう。



## クリスマス 12月22日

年末を温かい気持ちで過ごすクリスマスサロンを開催しました。

ケーキと温かい飲み物を頂いた後、電車に乗って小高区へ移動し「あかりのファンタジーイルミネーション」を見ました。当日は日中から気温が上がらず、雪もちらつく寒さの中でしたが、いつもと変わらず明るい笑顔で写真を撮り合い、職場や国籍も超えて楽しんでいました。おしゃれをしつつ、警察署から頂いた反射タスキもしっかりと身に付けていましたね。

帰りの電車もスムーズに乗ることが出来、「また来年～」「おやすみ～」と声を掛け合って帰宅しました。皆さんの毎日が、穏やかでありますように。

## 新年会 1月26日

「ひがし生涯学習センター」をお借りして、SAKURA 新年会を開催しました。

今年はベトナムの焼きそば「ブントゥロン」、インドネシアの唐揚げ「アヤムゴレン」や野菜たっぷりの「カレドック」、日本の「稲庭うどん」を、現地の味そのままに作って皆で味わいました。また、日本の伝統的な遊びとして「福笑い」「だるま落とし」「羽根つき」をはじめ、「卓球」や「カラオケ」「書初め」なども楽しんでいました。ビンゴゲームでは、景品を当てようと大いに盛り上がっていました。当たらなくて残念だった方も、これから先、きっと良いことがあるでしょう。

50人を超える参加者は国籍も年代もそれぞれでしたが、交流が盛んに行われ、とても賑やかで明るく、新年にふさわしい活気あふれる時間を過ごすことができました。

ボランティアの皆様も、ご協力ありがとうございました。



～SAKURA 日本語教室に関するお知らせ～  
 にほんご べんきょう  
**SAKURA で日本語を勉強しましょう**

SAKURA では、市内の外国人等向けに日本語教室を開催しています。会話などの練習のほか、JLPT のための勉強もできます。南相馬市に住んでいる方または南相馬市で働いている方であれば、受講料は無料です。

にほんご べんきょう ひと う ひと れんらく  
**日本語を勉強したい人・JLPTを受ける人は、SAKURAに連絡します。**

**JLPT 受験会場までの送迎について**  
 (南相馬市在住者または就労者限定)

南相馬市在住者または就労者を対象に、試験会場(郡山市や福島市)までの送迎を SAKURA がサポートします。SAKURA の送迎を利用する受験希望者は、試験の申し込み後すぐに SAKURA へお知らせください。

今年の JLPT はレベルごとに時間が異なります。試験開催時間の変更により、これまでより多くの車両手配が必要になります。外国人雇用事業者の皆様も、JLPT受験者の送迎希望についてお早めに SAKURA へご連絡くださいますよう、ご協力をお願いいたします。

※JLPTの受験申込は、JLPTのウェブサイトから個人で行います。  
 7月6日の受験申込期限は、4月8日(火)17時までです。

**ボランティア  
募集中**

SAKURA 日本語教室は、高校生からベテランの方まで、たくさんのボランティアの皆様のご協力によって運営されています。

経験や資格は不問です。日本語による外国人との交流に興味のある方は、SAKURA へお問い合わせください。

**日本語教室／サロンイベント予定表** ～2025 年度前期～

予定は変更する場合がありますので最新の情報は SAKURA ホームページ等で確認をお願いします

4月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

6日 お花見

5月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

25日 野馬追観覧

6月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

29日 SAKURAまつり

7月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

6日 JLPT 試験日

16～29日 姉妹都市交流(受入)

8月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

5～19日 姉妹都市交流(派遣)

9月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

28日 バスツアー

【日本語教室】

■ 10:00～12:00

■ 10:00～12:00／12:30～14:30

■ 18:00～20:00

■ JLPT試験日

日曜日 通常コース

日曜日 通常・JLPT対策コース

水曜日 JLPT対策コース

※JLPT: 日本語能力試験(Japanese-Language Proficiency Test)