

第32回 外国人技能実習生・研修生
日本語作文コンクール

2024

優秀作品集

The Award-winning Essays Collection of Japanese essay contest for technical interns and trainees
Cuộc thi viết tiếng Nhật của Thực tập sinh- Tu nghiệp sinh người nước ngoài Tuyển tập những bài trúng giải
外国人技能実習生・研修生 日语作文竞演 优秀作品集



はじめに

平素より、当機構の事業に対するご支援をいただき、誠にありがとうございます。

私どもは、外国人技能実習生や特定技能外国人の受入れ等に関する総合支援機関として幅広い活動に取り組んで参りました。その中で「JITCO 外国人技能実習生・研修生日本語作文コンクール」は、全国の技能実習生及び研修生の日本語能力の向上に寄与したいとの思いから、1993年より毎年開催しており、おかげさまで今年で32回を数えました。

今年は1,277編の応募作品が寄せられ、厳正な審査の結果、最優秀賞4編、優秀賞5編、優良賞11編、佳作15編を選出いたしました。この「優秀作品集」には、これら35編を収めています。日本各地で活躍する技能実習生の熱意や監理団体及び実習実施者の皆様の日頃のご尽力が感じられる多くの作品をお寄せいただいたことについて、心より感謝申し上げます。

私どもの日本語作文コンクールが技能実習生・研修生の日本語学習の励みとなり、また、関係諸機関の皆様を始めとして、広く一般の方々におかれましても技能実習生・研修生に対する理解を深めていただく一助となることを心より祈念いたします。

2024年10月

公益財団法人 国際人材協力機構
理事長 八木 宏幸

目 次

応募状況と審査過程	1
講評	2

作品集 (35編)

入賞者一覧	7
-------------	---

最優秀賞 (4編)

レ ティ マイ LE THI MAI (ベトナム)	私に希望を与えてくれた場所	8
チャン トゥイ アン TRAN THUY AN (ベトナム)	挨拶に込められた思いとは	10
グエン ティ フイエン フィ NGUYEN THI HUYEN HUY (ベトナム)	私の先生	12
バーサンジャブ エルベグザヤ BAASANJAV ELBEGZAYA (モンゴル)	母の祈り～戦争のない世界を！～	14

優秀賞 (5編)

グエン ティ レー NGUYEN THI LE (ベトナム)	身近な気配り	16
オトゴンジャルガル アンギルマー OTGONJARGAL ANGIRMAA (モンゴル)	私のところは「ドキドキ」	18
リナ ドラムスレン RINA DULAMSUREN (モンゴル)	二十歳誕生日	20
ラティ メーカー LATHI MEKKHALA (タイ)	花火大会	22
ヌル アジザ NUR AZIZAH (インドネシア)	最高の教師	24

優良賞 (11編)

ダオ ティ ハー DAO THI HA (ベトナム)	祖母の思い出	26
ラムラン リアンシャー RAMLAN RIANSYAH (インドネシア)	日本が大好きになっている	27
呉 梦婷 WU MENGTING (中国)	講習センターでの思い出	28
グエン ティ ビン NGUYEN THI BINH (ベトナム)	掛け替えない人	29
孙 鹏华 SUN PENGHUA (中国)	勇者の旅	30
トゥムルトラグ オトゴントヤ TUMURTULGA OTGONTUYA (モンゴル)	幸せの「瞬間」を～お年寄りに～	31
バスト ジェセリー アベンドラ BASTO JECERIE AVENDULA (フィリピン)	サンパギータの約束	32
チャン ヴァン トゥアン サン TRAN VAN TUAN SANG (ベトナム)	日本でのおもしろい体験	33
サントソ SANTOSO (インドネシア)	サリム	34

曾 维莉 ZENG WEILI (中国)	日本語の美しさ ……	35
ピトゴ チャールス キム ランパウグ PITOGO CHARLES KIM LAMPAUG (フィリピン)	音楽 ……	36

佳作 (15編)

リア ヌルマラサリ RIA NURMALASARI (インドネシア)	鵜沼海岸 ……	37
グエン ティ ホン トゥオイ NGUYEN THI HONG TUOI (ベトナム)	夢のあきらめた結果 ……	37
エンダー ヌハミダー ENDAH NURHAMIDAH (インドネシア)	母の言葉 ……	38
ツェレンオチル ドゥーレンジャルガル TSEREN-OCHIR DUURENJARGAL (モンゴル)	今を大切に～いつの日かモンゴルのために～ ……	38
エンフトヤ デルゲルツェツェグ ENKHTUYA DELGERTSETSEG (モンゴル)	おばあちゃん～現在と未来の～ ……	39
ドルジスレン デルゲルツェツェグ DORJSUREN DELGERTSETSEG (モンゴル)	父と母の声～大草原から～ ……	39
ファム クイン ヌー PHAM QUYNH NHU (ベトナム)	心と心をつなぐ紐 ……	40
ウェイ テッ アウン WAI HTET AUNG (ミャンマー)	失われた未来 ……	40
ポーン マラー PHORN MARA (カンボジア)	私の夢の旅 ……	41
ガントルガ アマルサナー GANTULGA AMARSANAA (モンゴル)	忙しいお父さん ……	41
イスマ アジザ ISMA AZIZAH (インドネシア)	自分に出来ないことはない ……	42
ニョー リン NYO LIN (ミャンマー)	夢を叶える為に ……	42
グエン ティ タイン NGUYEN THI THANH (ベトナム)	一番大好きな人 ……	43
ファム トゥー ハン PHAM THU HANG (ベトナム)	かけがえのない存在 ……	43
ウィウイン ウィナルティ WIWIN WINARTI (インドネシア)	母が亡くなってから一年以上経ちましたが ……	44

応募状況と審査過程

1. 応募総数 1,277編

国籍別内訳

インドネシア	438編
ベトナム	369編
ミャンマー	169編
モンゴル	95編
中国	76編
タイ	51編
カンボジア	36編
フィリピン	36編
バングラデシュ	3編
インド	2編
ラオス	2編
合計	1,277編

2. 審査過程

審査は、例年どおり3段階で行いました。

◆第一次審査：

JITCO 職員が担当し、内容と日本語能力の観点から上位35編を選出しました。

◆第二次審査：

JITCO 役員5名による総合評価に基づき、最終審査に進む20編と佳作15編を選出しました。

◆最終審査：

外部有識者を含む5名の最終審査委員が審査に当たり、審査委員会における協議を経て、最優秀賞4編、優秀賞5編、優良賞11編を選出しました。

最終審査委員（敬称略）

委員長 戸田 佐和	公益社団法人国際日本語普及協会 理事長
委員 坪田 秀治	日本商工会議所 参与
委員 山田 佑	一般社団法人日本経済団体連合会 上席主幹
委員 八木 宏幸	公益財団法人国際人材協力機構 理事長
委員 杉浦 信平	公益財団法人国際人材協力機構 専務理事



講 評

審査委員長 戸 田 佐 和

来日した技能実習生のみなさまは、1月の能登半島地震発生に驚かれたことと思います。また、気候変動による猛暑、豪雨が各地に大きな被害をもたらしています。そうした中で、日頃から地域で人々が支え合う関係を築くことが大切であることにあらためて気づかされました。今では、言語文化の異なる人々が共に暮らすことが日常的になっていますが、まだまだお互いを知る機会は十分とは言えません。本作品集は、日本全国で技能を磨く実習生のみなさまが、どのような生活を送り、それを通じてどう感じているのかを知る貴重な場であると思います。

今年も大変多くの作品が届きました。母国を離れて来日し、新しい生活を通して出会った人たちとの交流の様子や、発見したことが細やかに綴られています。家族に対する感謝、平和への願い、実習先での日本語の先生や先輩、同僚、隣人との関わりによって学んだことや心の変化などがテーマとして取り上げられています。いずれも豊かな表現力で思いを伝えている作品ばかりであったと思います。

その中で審査員の心を特に動かし、最優秀賞に選ばれた4編をご紹介します。

レ ティ マイさん（ベトナム）「私に希望を与えてくれた場所」は、主張の素晴らしさが際立つ作品です。マイさんは、事故で片腕の半分を失いながら諦めずに努力する夫を、心から尊敬しています。しかしながら、自国では、まだまだ障害のある人への理解や支援が行き届いていない、そう強く感じていました。来日後のある日、スーパーで困っているマイさんは、右脚に障害をもつ方に助けられます。また、日本における障害のある人への政策について知り、希望をもちました。マイさんのだれもが互いを尊重し合う、公正で住みやすい社会を願う気持ちが、身近なエピソードと共に描かれています。

チャン トゥイ アンさん（ベトナム）「挨拶に込められた思いとは」は、介護施設で働く中で、初めは形式的に交わっていた日本語の挨拶に、入居者の方々の優しさ、感謝、祈りなどさまざまな気持ちが込められていることに気づきます。そして、アンさん自身も、気持ちのこもった挨拶をするようになります。挨拶をするときには、相手に対する敬意も必要であると述べています。母語と日本語との違いへの気づきなど、優れた感受性と洞察力を感じさせる作品です。あらためて、それぞれの挨拶のもつ意味を認識させられます。

グエン ティ フィエン フィさん（ベトナム）「私の先生」は、日本語教室の先生との出会いから突然の別れまでを、先生の人柄を中心に生き生きと描写しています。フィさん自身も教職に就いていたという視

点から、先生の献身的な姿勢に対する尊敬の念が十分に伝わってきました。読み手である私たちも、先生に拍手を送りたくなる作品です。願いは届かず辛い別れとなりましたが、先生に出会えたことの幸せを大切に、期待に込めてほしいと思います。

バーサンジャブ エルベグザヤさん（モンゴル）「母の祈り～戦争のない世界を！～」は、戦争のない世界への祈りを力強く訴えます。エルベグザヤさんは、介護施設で、軽い認知症がある97歳の女性と接し、戦争の記憶が何年経っても消えない様子を目の当たりにします。同じく自身の祖母も看護師として従軍し、戦争の恐怖が消えぬまま亡くなりました。視覚や聴覚に訴えかける豊かな筆致で、戦争の恐ろしさや平和の尊さが表現された作品です。

次に優秀賞に選ばれた5作品です。

グエン ティ レーさん（ベトナム）「身近な気配り」。寂しい思いをしていたとき、隣に住むおばあさんの優しさや人に対する気遣いに感動し、日本の景色が寂しい色から明るい色へと変わっていく心の変化をうまく表現しています。オトゴンジャルガル アンギルマーさん（モンゴル）「私のところはドキドキ」。臨場感に溢れていて、まるで私たちも教室にいて一緒に日本語の勉強をしているような気分になる作品です。リナ ドラムスレンさん「二十歳誕生日」。日本で迎えた二十歳の誕生日に、生活指導員の方が自分の娘のように誕生日を祝ってくださった感動を綴っています。ラティ メーカラさん（タイ）「花火大会」。花火を見たときの感動を、花火の歴史にも触れながらその感動を読者に伝えたいという気持ちが伝わってきます。ヌル アジザさん（インドネシア）「最高の教師」。母国の友人とは違う道を選び、強い信念と決意をもって来日したアジザさんの実習するうちに「経験は最高の教師である」ということわざを実感していく思いがしっかり書けています。

審査を終えた今、これだけの作品に出会えたことに審査員を代表して感謝いたします。

この思いの詰まった作品を、技能実習生を支えている周りの方々だけではなく、広くみなさまに読んでいただきたいと願っております。そして、みなさまが共に語り合い、より技能実習生に対する理解を深めていかれることを期待しています。

最後になりますが、来年も多くの作品が届くのを心から楽しみにしています。

作 品 集

※作品は、原則として原文のまま掲載しています。

「第32回外国人技能実習生・研修生日本語作文コンクール」入賞者一覧

◆最優秀賞◆

氏名	作品タイトル	国籍	職種	実習実施者	監理団体
レ ティ マイ	私に希望を与えてくれた場所	ベトナム	プラスチック成形	株式会社岩井化成	グローアップ協同組合
チャン トゥイ アン	挨拶に込められた思いとは	ベトナム	介護	株式会社ツクイ	協同組合企業交流センター
グエン ティ フィエン フィ	私の先生	ベトナム	そう菜製造業	株式会社サンデリカ	公益財団法人日中技能者交流センター
パーサンジャブ エルバグザヤ	母の祈り～戦争のない世界を！～	モンゴル	介護	社会福祉法人ハynesライフ	G T S 協同組合

◆優秀賞◆

氏名	作品タイトル	国籍	職種	実習実施者	監理団体
グエン ティ レー	身近な気配り	ベトナム	溶接	平本産業株式会社	デジタル共販事業協同組合
オトゴンジャルガル アンギルマー	私のここは「ドキドキ」	モンゴル	介護	社会福祉法人ハynesライフ	G T S 協同組合
リナ ドラムスレン	二十歳誕生日	モンゴル	介護	西予市野村介護老人保健施設つくし苑	公益財団法人国際労務管理財団
ラティ メーカラ	花火大会	タイ	耕種農業	株式会社赤塚植物園	協同組合亜細亜の橋
ヌル アジザ	最高の教師	インドネシア	パン製造	株式会社タカキベーカーリー	西日本海外業務支援協同組合

◆優良賞◆

氏名	作品タイトル	国籍	職種	実習実施者	監理団体
ダオ ティ ハー	祖母の思い出	ベトナム	パン製造	山崎製パン株式会社	すずらん協同組合
ラムラン リアンシャー	日本が大好きになっている	インドネシア	工場板金	檜工業株式会社	公益社団法人日本・インドネシア経済協力事業協会
吴 梦婷	講習センターでの思い出	中国	水産練り製品製造	株式会社紀文食品	すずらん協同組合
グエン ティ ビン	掛け替えない人	ベトナム	電子機器組立て	株式会社村田産業	G M T 協同組合
孙 鹏华	勇者の旅	中国	電子機器組立て	パナソニックエレクトリックワークス 紀南電工株式会社	E L C 事業協同組合
トゥムルトラグ オトゴントヤ	幸せの「瞬間」を～お年寄りに～	モンゴル	介護	医療法人ハynesライフ	G T S 協同組合
バスト ジェセリー アベンドラ	サンパギータの約束	フィリピン	ビルクリーニング	三井不動産ファシリティーズ株式会社	協同組合エム・ビー・エイ産業振興
チャン ヴァン トゥアン サン	日本でのおもしろい体験	ベトナム	そう菜製造業	株式会社崔さんのお店	U N I T Y 三重協同組合
サントソ	サリム	インドネシア	機械加工	株式会社ケイ・エム・ケイ	公益社団法人アジア産業技術交流協会
曾 维莉	日本語の美しさ	中国	内装仕上げ施工	株式会社アサヒレース	北陸対外事業協同組合
ビトゴ チャールス キム ランバウグ	音楽	フィリピン	塗装	株式会社アクティオ	—



私に希望を与えてくれた場所

レ ティ マイ
LE THI MAI

私たちは誰でも自分は運が悪いと思ったことがあるのではないのでしょうか。でも健康な体に生まれ、普通の人間として生きられることはとても幸せなことだと忘れてしまっているだけだと思います。世の中には不健康な体で生まれた子供や、何らかの事故などで正常な体を失った人がたくさんいます。私の夫も左腕の肘から先がありません。彼はベトナムでの仕事での事故で片腕の半分を失ってしまいました。だからといって彼が努力を諦めたわけではありません。通常の人より2倍も3倍も努力すること続けている彼は私の自慢の夫です。ですが、私の母国の一部の人たちの意識がまだまだ古すぎると感じる人が多いです。彼らは障がいのある人々を見下し、軽蔑します。そのため障がいのある人の生活はさらに困難になります。そのような人々と会うたびに将来に少しの不安も感じていないと言ったら嘘になります。

日本に来てからしばらくして、スーパーで買おうとするものを探すことに苦労していると、突然小さな声で「すみません、何を探しているのですか？手伝いましょう。」と言われ驚いて振り返りました。小柄な体型と人懐っこい笑顔の中年の女性が立っていました。自分の日本語能力に自信が無く、驚きもあり言葉が出ませんでした。私は彼女に携帯電話に保存していた写真を見せると、彼女は私を商品が置いてある場所へ直接連れて行ってくれました。彼女は右脚に障がいがあるにもかかわらず、とても歩く速

度が速く私は付いていくのが精いっぱいでした。家に帰ってからも無事に買い物が出来た事そのものよりその女性の姿が頭の中に浮かび続けました。

来日してから1年半経ちますが、この国は彼ら障がい者を公平に扱い、雇用と社会を創出する政策がある事が分かりました。彼らが社会に対して劣等感を感じないようにするための援助があることを知りました。そのことは私に新たな希望を与えてくれました。それはいつか私の国の障がいを持つ人々も政府と、特に周囲の人々から多くの治療と配慮、援助が与えられることが普通になる、日本やベトナムだけでなく世界中で平等に扱う日々が来ることを心から願っています。

障がいがあっても無くても私たちは社会の一部であり、他の人と同じように扱われる価値があると思います。共感し必要に応じて彼らを助け、愛され、評価されていると感じられる世の中になればと思います。誰も望んで不完全な体で生まれてきたわけではありません。誰もが美しく、才能があり、完璧である事を望んでいます。今私に出来ることは彼ら彼女らの努力や自信などを伝え続けていくことかもしれません。それが古い考えの人々を少しずつ変えていくことに繋がっていければと思います。私たちは平和な社会に住んでおり、誰もが自分の好きなように普通の生活を送る権利があるのですから。

受賞の喜び



レ ティ マイ

国 籍 ベトナム
職 種 プラスチック成形
実 習 実 施 者 株式会社岩井化成
監 理 団 体 グローアップ協同組合

この度は私の作文を最優秀賞に選んでいただき誠にありがとうございます。上司から受賞の知らせを聞いたときはとても驚き、本当に嬉しかったです。日本語にはまだまだ自信が無く、作文を書くなんて出来ないと思っていましたが、上司や岩井化成の従業員の方々からの励ましや指導のおかげで無事に書き上げることが出来ました。

今回選んだテーマは障がい者です。私の夫も障がいがあることから障がい者という言葉には特別な意味を持ちます。今までに彼と結婚したことを後悔したことはありませんがいつも一緒にいることの感謝と申し訳なさを私に伝えます。だからこそ彼のことを書いた作文が受賞したと夫に伝えたら恥ずかしそうに電話で喜んでくれたこともとても嬉しかったです。彼らにポジティブな気持ちを伝えると私たちも幸せになる、それは私が希望している世界です。

よい機会を与えてくださりとても感謝しています。次回も参加できることを望んでいます。

指導員のことば

コロナ禍で来日が約2年も延期になっても、ご主人との夢のために来日を諦めなかったマイさん。仕事も日本語の勉強についてもコツコツと真面目に取り組む姿勢には本当に頭が下がります。今回の作文コンクールでも何度も何度も書き直して、ご主人とのことをテーマに描くのだと頑張ってきた努力の結果が、このような賞をマイさんが受賞できたこと、心から嬉しく思います。

夫婦2人で取った受賞ですね。夢が実現すること、そしてその先も家族全員の幸せが続くことを願っています。

マイさん最優秀賞受賞本当におめでとうございます。

株式会社岩井化成 谷川 靖典



挨拶に込められた思いとは

チャン トウイ アン

TRAN THUY AN

私が日本語の勉強を始めた時、先生から最初に教わった言葉は挨拶でした。その時は先生の言われた通りに発声するだけで特別な思いなどありませんでした。日本で介護の仕事を始めた頃の挨拶も、先輩スタッフがお客様に言うのを聞いて真似をしていただけのものでした。しかし、今では私自身が様々な挨拶をする中で、それぞれの挨拶に色んな感情が込められているのを感じています。

私にとっての特別な挨拶は「行ってきます」「行ってらっしゃい」や「ただいま」「お帰りなさい」などです。毎日のお客様に対する介護業務を通じて、だんだんと自分の思いに変化が出て来たことに気づき始めました。

例えば、病気などでお客様が入院される時があると、「行ってらっしゃい」と言って見送るのですが、普通の挨拶のようでも私の心の中では“元気になって戻ってきて欲しい”と、願う気持ちが込められているように感じます。そして、お客様が退院されて出迎える時も「お帰りなさい」と笑顔で挨拶しますが、平凡な一言でも最近“あなたの帰りを待っていた”という思いがあるようになってきたのです。そして、お客様の「ただいま」という声と共に元気な姿を見て、私は安心した気持ちにもなります。また、休憩時間になると私は「行ってきます」と言って休憩に入るのですが、同僚に言ったつもりでも、なぜかお客様から「行ってらっしゃい」という言葉が返ってくるのです。何気ない一言でも忙しい仕事の合間に私の心がすごく温

まります。一方、私の国では家を出る前や家に帰った後に挨拶をする習慣はなく、両親にはどこに行くのか、何をしに行くのかを言うだけです。

日本に来るまでは挨拶に何の関心や感情もなかった私ですが、なぜ挨拶の中に色んな感情を持つようになったのでしょうか。それは私は介護を学ぶ実習生ということで、これまでお客様から多くの優しさや励ましを受けてきました。その思いに対する感謝の気持ちを挨拶という言葉で伝えたかったのかも知れません。他にもお客様や私も家族と離れて暮らしている寂しさからか、家族の存在を求めているような気がします。特にお客様は私が孫のような存在に見えるかもしれませんし、私自身もお客様と接することで何か家族のような温もりを感じ始めているのだと思います。

ところで、この4つの挨拶は対になっていて、片方が欠けても挨拶として成立しないと思います。それは「行ってきます」と挨拶して相手から何も返って来なければ、あなたはどうか感じるでしょうか。「ただいま」の後に「おかえりなさい」がなかったら、私ならがっかりするに違いありません。ですからこれらの挨拶は相手に対する敬意も必要だと思います。これはもしかすると日本語だけが持つ深い意味のある表現ではないでしょうか。

私はこれからもお客様や仲間を大切にしながら相手に対する思いを胸に秘めて、この素晴らしい挨拶をしていきたいと思っています。

受賞の喜び



チャン トゥイ アン

国 籍 ベトナム
職 種 介護
実 習 実 施 者 株式会社ツクイ
監 理 団 体 協同組合企業交流センター

この度は、最優秀賞をいただきありがとうございます。
受賞の知らせを聞いた時は、夢にも思わなかったので本当に驚きました。
皆さんからお祝いの言葉をいただき、心より感謝しております。
作文コンクールへの参加を勧められた時は、アイデアが何もなかったのですが、
先生のアドバイスがきっかけで、大切なことに気づくことができました。
この作文を書いて思ったのは、人生には小さな出来事でも面白いことだと気づけば、
新たな世界が広がるということです。
日本語の勉強を始めた頃は、時々自分には無理だと思ったこともありました。
しかし、先生たちが応援してくれたおかげで諦めずにここまで来ることができました。
今の自分があるのも周りの人が支えてくれたからです。
私は作文コンクールを通じて日本語をもっと努力する必要があると感じました。
もっと上手になるように上を目指します。
そして、挨拶を大切にこれからも立派な介護士になれるように頑張ります。

指導員のことば

アンさん、最優秀賞受賞おめでとうございます。
アンさんの作文を読んで感動しました。
いつもスタッフにお客様が来たら、笑顔で「こんにちは、いらっしゃいませ」、スタッフ同士では、「おはようございます」「お疲れ様」としっかり挨拶をしましょうとお願いをしています。
普段交わす挨拶の言葉の裏にアンさんは、こんなに深い思いを込めてコミュニケーションをとっていると感じ、嬉しかったです。
アンさんは、分からない言葉があると「これ何ですか」と質問をしてくれます。
「スマホで調べて良いですか」とも言われますね。
そんな勉強熱心なアンさんだからこそ、輝かしい受賞に繋がったのでしょう。
今後も益々の活躍を期待しています。

ツクイ・サンシャイン足立 玉村 雅子



私の先生

グエン ティ ファエン フィ
NGUYEN THI HUYEN HUY

夢の中で、大好きな先生に再会しました。夢の中の先生は相変わらず優しくフレンドリーでした。

3年前、私は外国人向けの無料日本語教室に行きました。ここで、85歳を越える松田先生に会いました。先生はいつも沢山本を持ち歩き、一時間前には教室に来て、生徒20人の宿題をコピーしていました。初めて先生に会った時、なぜそんなに年を取っているのに毎日無給で一生懸命に教師をしているのかと思いました。先生は熱意、前向きなエネルギー、そして温かく誠実な言葉で自己紹介をしました。先生は私に仕事や生活に有利な日本語検定のN2を取ることを目指すように言いました。先生の授業は日本語だけでなく沢山の知識も学びました。先生は人生や世界について多くのことを知っていて、10か国語を話せます。先生から日本語の本を沢山もらいましたので、86歳の誕生日に感謝の気持ちを込めて86枚の千円札を贈りました。でも先生はそれを返し、私の頭を撫で、受け取りたい一番の贈り物は、私の将来の成果だと言いました。それを聞いた時、私は心から感動しました。

そんなある日、先生が入院のため、日本語教室を休むと教室管理から発表がありました。私は先生の体調がとても心配で、何度もLINEで連絡しましたが、返事が来ず不安になりました。1か月後、先生から元気になったと返信が来て、私はとても嬉しかったです。

退院してから授業に来た先生は大きく変わっ

て、1か月で20キロも体重が減り、体はやつれているように見えました。私は先生に授業をしないでもっと休んで下さいと言いましたが、先生は授業することを決めてました。その日、雨でしたが私はレインコートを着てませんでした。その時に先生は「風邪をひく前に帰りなさい。」とレインコートを貸してくれました。帰る時に私は先生を見つめました、不安感がありました。寮に帰ってすぐにLINEで連絡しましたが、また返事がありませんでした。二日後、教室管理から先生が心臓発作で亡くなったと連絡がありました。私は先生に何もお返しできなかった自分を責めて大泣きました。私の心は誰かに引き裂かれたように痛みました。先生が生き返って永遠に暮らせる奇跡を祈るばかりでした。

今でも、先生の思い出と教えは私の中で永遠に生き続けています。私も以前は歴史の教師でした。教職や生徒たちを愛してましたが、先生の無給で教え、人生の終わりまで教え続けた献身的な姿勢を本当に尊敬しています。先生は日本人が自分の職業に心から情熱を注ぐというイメージを私の中に残しました。先生は私にとって常に見習うべき模範です。先生が私に期待した成果を達成できるようにもっと努力するつもりです。天国で先生が本当に安らかに過ごしていることを願っています。

大好きな松田先生は私の心の中に永遠に生きています。

受賞の喜び



国 籍 ベトナム
職 種 そう菜製造業
実 習 実 施 者 株式会社サンデリカ
監 理 団 体 公益財団法人日中技能者交流センター

グエン ティ フィエン フィ

今年の5月、JITCO主催の「第32回外国人技能実習生・研修生日本語作文コンクール」に果敢に参加しました。賞をいただけるとは思っておらず、交流と学びを目的に参加しました。なので、8月に最優秀賞受賞の知らせを聞いたときは本当に驚きましたし、とても嬉しかったです。もうすぐ9月誕生日の私にとって最高のバースデープレゼントです。

こんな素晴らしい賞をもらえるのは、皆様のおかげです。株式会社サンデリカ平塚事業所の方々、無料日本語教室や日中組合の先生達、先輩と後輩のいろんな支えがあってこそ受賞ができました。本当に皆様に感謝します。

そして、大切な家族にも感謝したいです。いつも温かく見守って、私を最後まで応援してくれてありがとう！特に、亡くなった先生が私に期待した成果は感謝に気持ちを込めています。

今回の受賞は私に大きなモチベーションを与え、日本語学ぶことにもっと興味を持ち、もっと努力するつもりで、諦めないようにという気持ちになりました。

最後に、この最優秀賞を授与して下さったJITCOの皆様に感謝いたします。本当に光栄の至りです。誠にありがとうございました。

指導員のことば

この度は、第32回日本語作文コンクールにて最優秀賞をご受賞されましたこと、誠におめでとうございます。

フィさんは平塚市が主催する日本語教室やオンライン授業に積極的に参加し、仕事が終わってからも日本語習得に努力を惜まず、誰よりも一生懸命に励んでおりました。

その努力が実を結び、日本語検定ではN1に合格、更に作文コンクールにて最優秀賞を受賞したことは、自分のことのように嬉しく思います。

この功績は後輩実習生たちにも良い刺激となっております。

忙しい日々が続きますが、持ち前の元気と明るさでこれからも活躍していただき、社内を一緒に盛り上げていきましょう。

株式会社サンデリカ平塚事業所 管理課 金塚 太陽



母の祈り～戦争のない世界を！～

バーサンジャブ エルベグザヤ
BAASANJAV ELBEGZAYA

人類はみな一つの空の下、地球の上で暮らしています。民族や宗教、肌の色や言葉が違って、同じ一つの太陽の下に生きています。同じ地球の上で、同じ時間を共有しています。それが人間です。私はみなさんと同じく、世界平和を心から祈っています。毎日太陽が東の空から昇り、鳥たちが楽しくさえずり、子供たちの笑い声が聞こえることを願います。本当に本当に残念です。私たちの願いはむなしく、この瞬間もウクライナで、パレスチナで戦争が続いています。罪のない子供たちがどうして犠牲になればいけないのですか？

私は軽度の認知障害が出始めている97歳のTさんのお世話をしています。認知障害は少しずつ深くなっていきます。今では家族のことが言えない日もあります。自分の出生地も分からない。しかし、完全に記憶を失ってはいない。若い時の嬉しかった思い出は口に出せます。いつもお世話している私には分かります。楽しかった思い出を思い出す時のTさんの目はキラキラ輝くからです。心の奥深くに残る嬉しい記憶はよみがえります。その逆が大問題です。それは太平洋戦争の記憶です。どんなにか辛く、苦しかったのでしょうか。心の奥底まで傷つけた戦争は、前認知症段階になっても、嫌でも思い出すのです。人間にとって、戦争ほどの悪はありません。

Tさんは今でも英語で1から10まで数えられます。生きていくために覚えたからです。認知

機能が低下してきても数は忘れません。悲しいことに、記憶を全て消し去る認知症でも、戦争の記憶は消えません。心と脳の奥深くにびっしりと染みついて離れないのです。いかに戦争とは悪で恐ろしいものか。

ウクライナ戦争の悲惨な映像を毎日目にします。血だらけの少女がやっと息をしながらお人形を握っている。ビルのかげで倒れています。両親を爆撃で失って、家の外にはい出てきたのです。こんな悲劇が地球上にあっていいのでしょうか？

1945年にソ連邦がモンゴルに攻めて来ました。この時、従軍看護師だった88歳で亡くなったおばあさんは、亡くなる最後まで軍用看護バッグを離さなかったそうです。戦争が終わって70年以上、戦争の恐怖は永遠に消えません。戦争とは悪そのものです。

Tさん、ウクライナの少女、老従軍元看護師。3人の女性にとって戦争の記憶は永遠に真っ黒な影として追いかけてきます。どんなに長い時間が経っても、心の奥深くを傷つけた戦争の記憶は残り続けます。私は4人の子の母として、今起こっている戦争がすぐに終わり、地球上で二度と戦争が起こらないよう毎朝、毎日、毎晩祈り続けています。

毎日太陽が東の空から昇り、鳥たちが楽しくさえずり、子供たちの笑い声が、世界のすみからすみまで聞こえるように。平和で戦争のない世界を！

受賞の喜び



国 籍 モンゴル
職 種 介護
実 習 実 施 者 社会福祉法人ハynesライフ
監 理 団 体 GTS協同組合

バーサンジャブ エルベグザヤ

最優秀賞を受賞したと聞いて、とても驚き信じられない気持ちでした。サポートしていただいた方々とモンゴルの家族への大きな贈り物です。JITCO、GTS協同組合、オユンナ基金、ハynesライフのすべての皆様に感謝いたします。皆さまのサポートがあって初めて受賞できたのです。

初めての日本、たどたどしい日本語。不安いっぱい成田空港に降り立ったのは、もう2年以上前です。そこにはハynesライフの方が、大きな荷物を持って出迎えて下さいました。コロナ感染防止のマスクなど、入国後研修をスムーズにする品々がぎっしり。

施設での介護技能の研修、日本語指導は本当に親切で充実したものでした。こんな環境の中で、私たちはどんどんと力をつけることができました。これからもしっかりと学びながら施設のお年寄りのために一生懸命働いていきます。

最後にこの世界から戦争がなくなり、子供たちの明るい声がどこでも聞こえるようになることを祈ります。

指導員のことば

エルカ（愛称）さん。この度は技能実習生日本語作文コンクール「最優秀賞」の受賞、本当におめでとうございます。職員一同の大きな喜びとなりました。

エルカさんは利用者さんや職場の仲間たちに、いつもニコニコ笑顔で自分から話しかけてくれます。そのためエルカさんがいると施設内は、とても賑やかで明るい雰囲気になります。

たいへんな努力家です。日本語の勉強にはとても熱心に取り組んでいます。介護の技能は指導したことは、すぐに利用者さんのお世話に生かしてくれます。みんなとても頼りにしています。

これからも、たくさんの方の事を学び、活躍してくれることを期待します。

社会福祉法人ハynesライフ

朝日おんせんリハビリテーションセンター 技能実習指導員

小出 智博



身近な気配り

グエン ティ レー
NGUYEN THI LE

日本は春になると、一面に花が咲き、まるでピンクのじゅうたんを敷き詰めたようだと聞いていましたが、私は4月末に日本に来たので、桜の花びらはすっかり枯れていました。思っていたより寂しい風景だと感じました。コロナ禍での入国だったので、不安を抱えながら日本で新たな生活を始めたからでしょうか。

日本に来て間もない頃は、家族がそばにいないことがさみしく、よく一人で散歩し景色を眺めました。私が住んでいる場所はとても静かで美しい田園地帯です。山があって、川があって、広い野原があります。母国の景色に似ていますが、少し寂しさもありました。

そんな中、あるお婆さんに出会えたことはとても幸運でした。お婆さんは私が住んでいる寮の隣の人です。近所の大掃除をきっかけにお婆さんに会いました。お婆さんは熱心に掃除のやり方を教えてくれ、軍手と飲み物もくれました。お婆さんは、ボランティアの掃除を自分の家の掃除をするように考えています。掃除をする姿を見ると、心を込めて掃除をしているのが分かります。おしゃべりをしているときでも、道端の小さな雑草を見つけたら、小さな手で摘み取ります。みんなで拾ったゴミの中に空き缶があったら、他の袋に分けておきます。また、お婆さんはよくお菓子や果物や野菜をくれます。天ぷらにかけては、おそらくお婆さんが一番上手に作るでしょう。本当に美味しくて特別です。お婆さんはてんぷらを持ってきてくれる

時、必ず「多く作ってしまったけえ」と言います。どうしていつも多めに作るの？私は不思議でした。けれども、お婆さんと知り合って2年が過ぎて分かったことは、それは事実ではないということです。私に気を遣わせないためのお婆さんのやさしさだったと思います。

お婆さんとたくさん話がしたくて、私は日本語の勉強を頑張りました。そして、覚えたことをお婆さんに話しました。あまり上手に伝わらないことが多かったし、お婆さんの日本語は広島弁なので私もよくわからなかったけど、お婆さんの優しいジェスチャーや温かな笑顔だけで心は通じ合えたと思います。

今、私は寮を引っ越したので、なかなかお婆さんに会うことができません。でも休みの日には時々、春巻きを作ってお婆さんの家をたずねています。お婆さんと一緒に春巻きを食べながらたくさんおしゃべりをしたいので朝から張り切って春巻きを作ります。お婆さんに会って彼女が健康であることを知るたびに私はとても幸せになります。

今の私にとって日本はカラフルな国です。雪の白があって、木々の緑があって、桜の花びらのピンクがあります。そこに私の大好きなお婆さんの優しい色が加わることで、私にとっての日本の色が完成します。日本に来たばかりのころ寂しいと感じた古い石垣や青い松の木の香りも今では鮮やかないろどりを持っているように見えます。

受賞の喜び



グエン ティ レー

国 籍 ベトナム
職 種 溶接
実 習 実 施 者 平本産業株式会社
監 理 団 体 デジタル共販事業協同組合

今回、日本語作文コンクールを知り、そして幸運なことにこのような素晴らしい賞をいただくことができました。心から光栄に感じております。この受賞は、私にとってどんな言葉でも言い表せないほどの喜びです。

いつも寄り添い、サポートしてくださる方々、そして分からないことを教えてくださる皆様に、感謝と敬意を表します。特に、どんな時でも温かい励ましをくれる家族には、心から感謝しています。この賞を、家族への贈り物として届けたいと思います。子供たちには、勉強する意欲を持ってほしいですし、お婆さんには、これからも愛を込めて接していきたいです。その愛こそが、私がこの作文コンクールを完成させるためのインスピレーションとなりました。

この賞を受賞したことで、新たな挑戦を続けるための大きな励みになりました。これからも学びを続け、自分を磨き、努力してまいります。本当にありがとうございました。

指導員のことば

受賞者は、いつも真面目で、日本語の勉強に非常に熱心です。作文コンクールだけでなく、日本語弁論大会や日本語能力試験の受験にも積極的に挑戦し、努力を惜しみません。その成果は、彼女の着実な成長として現れています。また、周りの実習生にも優しく接し、リーダーシップを発揮して同僚達を支えています。これからも日本での技能実習を通じて、さらなる成長を遂げることを期待しています。彼女の未来がさらに輝かしいものになることを信じています。彼女のさらなる飛躍を心から応援しています。

デジタル共販事業協同組合 幸島 弘明



私のところは「ドキドキ」

オトゴンジャルガル アンギルマー
OTGONJARGAL ANGIRMAA

私は入国後研修の修了式の日、友達になったベトナムなどからの実習生たちと別れるのが寂しくて、長野に行くのが嫌でした。しかも、迎えに来た責任者はスーツにネクタイ姿。いかにも怖そうな感じです。長野までの3時間は、緊張して心臓が「ドキドキ」でした。

介護に一番大切なのは日本語能力。そのため私の施設で実習生は1年間、毎日1時間、仕事時間に日本語の授業を受けます。先生はモンゴル人女性で、分かりやすく日本語はどんどん上達しました。来日10ヵ月目、2月のN3級受験が決まると、あの怖い責任者が「試験対策の個別指導をする」と言いました。長野へ移動のあの緊張の3時間を思い出し「無理」と思いました。

責任者は「日本語教師ではない」と言います。でも教師以上のカリスマ・ヘッドコーチでした。毎日1時間の通常授業に加え、遅番前の早朝1時間、早番の日は居残って1時間、休みの日に2時間、特別訓練を受けました。「まず単語で区切って音読」「少し長く区切って音読」「センテンスごとに音読」「自然なスピードで読むので目で追いながら聴解」最後は「ノーマルスピードで黙読、問題に回答。」時には、難しい読解のテキストを、責任者自身がアナウンサー役になってシャドーイング。のどはカラカラ、息はゼーゼー。悪夢でした。でも責任者も私と同じだけ口を動かし、毎日4人も5人もトレーニングします。私は弱音なんか言えませ

ん。その結果、私は知らない間に耳に入った日本語を、そのまま正確に口に出せるようになりました。N3の聴解のスピードが遅いと感じました。文法や漢字は自然に身につきました。

怖かった責任者は、数日指導を受けただけで私の日本語への素敵なドアを開けてくれた恩人になりました。「怖い人」なんて、ごめんなさい。辞書やネット検索とは大違い。今日の前でライブを見ているような単語、文章、語法の解説は、もう私の楽しみです。

私は日本がどうしてアジアの中で一番発展した国になったのか少し分かりました。私が実習している山の中の特養の施設長や仲間も、同じように責任を果たし、誰でも分け隔てなく相談にのってくれます。誰も見ていないところで、アジアから来た若者に最大限の情熱を傾けて教えてくれる日本人がいます。日本にはこんな尊敬できる人々がたくさんいるから発展したのです。

N3合格後、すぐにN2受験の準備が始まりました。今年12月のJLPT試験2級合格を目指します。あのトレーニングが9ヵ月間続くのです。これからは日本語だけではなく、日本や世界のことなど、日本語学習を通じて幅広くヘッドコーチから直接学びます。「風の谷のナウシカ」をテキストに日本語を「深く」「広く」学ぶとのこと。どんな日本語ワールドが広がっているのでしょうか。今度は怖くて「ドキドキ」ではなく、楽しみで「ドキドキ」です。

受賞の喜び



国 籍 モンゴル
職 種 介護
実 習 実 施 者 社会福祉法人ハイネスライフ
監 理 団 体 GTS協同組合

オトゴンジャルガル アンギルマー

第32回外国人技能実習生日本語作文コンクールで優秀賞を受賞することができ、
ここから感謝いたします。はじめに、JITCO、GTS協同組合、オユンナ基金、
ハイネスライフの方々にお礼申し上げます。皆様のご支援があつてこそ、受賞でき
たものです。

私は日本の自然の美しさ、日本人の優しさに憧れて、日本に来ることを夢見てい
ました。夢が実現して、今は毎日職場の仲間や先生方から、いろいろなことを教わっ
ています。とくに日本語の勉強は楽しくて仕方ありません。もっと日本語が上手に
なって、日本を深く理解して、日本中を旅行してみたいです。そして忘れることの
できない思い出を作りたい。

介護技能の研修、充実した日本語教育など、ハイネスライフの理事長先生はじめ
各指導員・先生、全てのスタッフの皆様、ありがとうございました。優秀賞の受賞
でますます「やる気」になりました。応援して下さいている皆様、ここから感謝
いたします。

指導員のこたば

アンギ（愛称）さん。優秀賞受賞おめでとうございます。

初めて日本に来て入国後研修の中で知り合ったアジアの友達と名古屋でお別れしました。とても
不安な1年間だったと思います。

しかし、そんな不安な気持ちの中でも、施設の高齢者の方々やスタッフとかかわりながら、介護
の仕事を通じ、仕事以外の生活の中で、日本語を一生懸命学んできました。その成果が今回の優秀
賞受賞という結果をつかんだのだと思います。

これから出会うであろう高齢者のお話を丁寧に聞き、もっと日本の文化に深く触れながら、成
長していきましょう。明るくてしみやかな心の「ドキドキ」を一緒に感じていきましょう。

社会福祉法人ハイネスライフ
高山おんせん朝日ホーム 技能実習指導員 林 陽子



二十歳誕生日

リナ ドラムスレン
RINA DULAMSUREN

誰の人生にも決して忘れられない誕生日があると私は思います。

それは私の二十歳の誕生日でした。

モンゴルにいる時、私はいつも自分の誕生日を楽しみにして、誕生日までの残り日数を数えていましたが今回の二十歳の誕生日は特に楽しみにしていませんでした。

なぜなら家族や友達と離れて日本で過ごす初めての誕生日だったからです。また、モンゴルでは二十歳の誕生日は日本ほど特別なものではなくいつもの誕生日と同じですから。

私は日本に来て生活指導者の方と仲良くなったので彼女のことを「ママ」と呼んでいます。いつもママは私たち実習生のことを気にかけて悩みを聞いてくれたり、週末には一緒に買い物に連れて行ってくれます。私の誕生日の数日前いつものように買い物にいきました。しかしこの時はいつもと様子が違いました。この日はママとご主人それから従姉妹が一緒に来て素晴らしいサプライズを私にしてくれました。私が大好きなアニメの主人公が描かれた美味しいキャラケーキ、フライドチキンそしてプレゼントを用意してくれていました。その日、私は忘れられない思い出のパーティーをしていただき幸せと感謝の気持ちでいっぱいになりました。

誕生日のパーティーが終わってから帰り道私はママに「私達にいつも良くしてくれて甘えさせてもらっています。ママはなぜそんなに優し

くしてくれますか。」と尋ねました。

ママは「私にもあなた達と同じような息子がいます。息子は私達から遠く離れたところに住んでいます。あなた達を実の息子のように思います。私があな達を自分の息子のように接していれば誰かが私の息子にも良くして頂けると信じています。」と言いました。

ママの答えは私を驚かせました。この話を聞くまで、親から遠いところにいる私はいつも親の事を心配していましたが心配しすぎることを辞めました。

その代わりに、私もできるだけ周りの方々に心を込めて援助をしていれば私の親にも誰かが同じように良くしてくれるだろうと信じることにしました。

その日以来、私は見方が変わり、人としてより成長が出来だと思えます。出会った日本人にいつも啓発され、良くして頂きました。日本に来て働きながら日々成長が出来て幸せな毎日を過ごしていることにいつも感謝しています。

二十歳の誕生日に単なるプレゼントよりもさらに素晴らしいプレゼントを頂きました。私は日本での二十歳の誕生日を決して忘れることはないでしょう。そして誕生日の度にこの出来事を思い出し幸せな気持ちになると思えます。私も日本のママのように将来この素敵な考えを出会った人たちに伝えていければと思います。

受賞の喜び



リナ ドラムスレン

国 籍 モンゴル
職 種 介護
実 習 実 施 者 西予市野村介護老人保健施設つくし苑
監 理 団 体 公益財団法人国際労務管理財団

今回、日本語作文コンクールで優秀賞をいただき、本当に嬉しく思っています。
私は、初めてこの日本語作文コンクールに応募をしました。それが優秀賞をいただくとは夢にも思いませんでした。びっくりして信じられませんでした。

私にいろんな経験と思い出を作ってくれた職場の皆様に心より感謝の気持ちを伝えたいです。

この作文は、絶対に忘れない二十歳の誕生日の思い出について書きました。この思い出を作ってくれた、日本のママ、特別にありがとうございます。

日本での生活も、あと一年もないですが、日本語も仕事も頑張って、みなさんと一緒に良い思い出をもっともっと作りたいと思います。

このようなチャンスを作っていただいたJITCOの皆様に心から感謝します。ありがとうございました。

指導員のことば

ドラムさん、優秀賞受賞おめでとうございます。

実習開始間もない頃は、たどたどしかった日本語も、熱心な勉強で、瞬く間に上達されました。仕事の覚えも早く、今では高齢者の方との会話も、方言で楽しめるほどです。また日本の歌もたくさん歌えるようになり、みんなに「歌って！歌って！」とリクエストをされています。

日本語作文コンクールに応募する等、様々な事に挑戦し、前向きに取り組む姿に、職員一同元気をもらっています。

日本で学んだ介護技術や知識、経験が、今後のドラムさんの人生を豊かにしてくれることでしょう。更なる活躍を心から願っています。「ドラムさん、みんなで応援しよるけんね！」

西予市野村介護老人保健施設つくし苑 生活指導員 河野 昌子



花火大会

ラティ メーカー
LATHI MEKKHALA

誰もが最初に思い浮かべる日本の夏祭りは何ですか？私にとって、最初に思い浮かぶのは花火大会です。なぜ花火大会を日本で見るべきなのかを考えたことはありますか？この機会に花火の感想をお伝えしたいと思います。

私はタイからの技能実習生です。2022年6月1日に日本に入国しましたが、まだコロナウイルスの流行がありましたので花火を見ることができませんでした。その年、私は一度だけでも日本で花火を見られたらいいなと思っていました。2023年の7月に三重県内の花火大会に関する情報がさまざまなルートで発表され始めました。会社の社員がみんな「花火を見に行きたい」と言っていたので、それを聞いてとても興奮しました。2023年7月29日、私と技能実習生3名、タマサート大学生4名、仕事場の課長とともにその日が早く来るのを待つばかりでした。花火を見るために会場に入ると、浴衣を着た人がたくさんいました。屋台の店もありましたし、天気もとても暑かったので、とてもお腹が空いていました。でも人が多かったので何も買わず、座ってしばらく海辺で待ちました。しばらく待っていると、そのときがやって来て、花火が空に広がり始めました。その瞬間、私はすべての動きが止まり、目が花火に集中したように感じました。止まることなく形を変え続ける花火。さらに海の波の音と観客の拍手。花火師たちへの、言葉にならない賛辞、感謝、激励のような拍手は、とても心に温かく感じられ、

見た花火はとても美しく、空腹も暑さも忘れてしまいました。その日以来、私は花火大会の歴史を次のように勉強するようになりました。世界中の国で、新年が近づくと花火が見られるのが一般的な光景かもしれません。でも日本人にとっては花火といえば夏のイメージですね。一年を通して様々なお祭りが開催されますが、日本では花火大会は大人も子供も楽しめる夏祭りです。7月から8月にかけて、日本各地で花火大会が開催されます。各地で1万発以上の花火が夜空に打ち上げられます。花火の歴史は江戸時代にまで遡ります。元々は黒死病の死者を追悼する目的で始まった祭りだったそうです。また、日本の夏はとても暑くて湿気が多いですね。そのため、夏は夕涼みの文化として定着していると言われています。夜風に吹かれながら花火を鑑賞するのはとても良いですね。

花火について勉強した結果、私は日本の人々に共感しました。同じ価値観を持っているので、日本と日本人がさらに好きになりました。日本の一番好きな祭りを尋ねられたら、間違いなく私は夜空に美しく輝く大輪の花火が見られる花火大会だと答えるでしょう。日本の花火大会に行くことをお勧めします。夏には数千発の花火が夜空に打ち上げられます。目の前に現れる美しい光と花火の爆発音は、写真や動画で見るよりもずっと迫力があり、感動を味わえます。一度は自分の目で見に行くことをお勧めします。

受賞の喜び



ラティ メーカー

国 籍 タイ
職 種 耕種農業
実 習 実 施 者 株式会社赤塚植物園
監 理 団 体 協同組合亜細亜の橋

この度は、JITCOおよび委員会の皆様からの優秀賞受賞を心より感謝申し上げます。この賞を受賞できたのは、私一人の力ではなく、いつもご支援、ご指導を賜りました赤塚植物園の皆様のおかげです。私にとって素晴らしい活動であり、この名誉ある賞を受賞できるとは思っていませんでした。最初に上司からコンテストの結果を聞いたときは信じられませんでした。振り返って技能実習生仲間や上司からの祝福の表情や言葉を見て、言葉では言い表せない喜びを感じました。また、優秀賞を受賞したことは本当に思い出深いものであり、日本語の勉強がまた一歩前進したと思います。

指導員のことは

トゥックさん（タイ人のラティ メーカーさんのニックネーム）、優秀賞の受賞、おめでとうございます。

いつも真面目に日本語の勉強に取り組んでいましたね。

日本に来たとき、将来は農業の仕事をしたいという夢を語ってくれました。また、そのときには、日本で農業の知識や技術を学ぶだけでなく、日本語も学びたいと言っていました。

言語はお互いを理解できる芸術作品のようなものだと言っていましたね。

成功するために常に自分自身を成長させるという信念を持って、日々、実習に、勉学にと励んできました。

今回の受賞は、そんなトゥックさんの努力の成果の一つだと思います。

うれしいうれしい受賞、本当におめでとうございます。

株式会社赤塚植物園 生産部

脇葉 順



最高の教師

ヌル アジザ
NUR AZIZAH

時には、私たちが望んでいることがすべて実現するとは限りません。もしかすると私たちは、別のことのために本当に欲しいものをあきらめなければならないかもしれません。しかし実際はどうか分かりません。将来的には、それが私たちにとって良い結果になることもあります。そして真剣に努力すれば、いつか願いは必ず叶うと私はいつも信じています。

高校時代の友達が、「どこの大学に行きたいか、何専攻に進みたいか」と熱心に話していたことを今でもよく覚えています。私はただ黙って、「私も大学に行きたい」と自分に言い聞かせていました。しかし、家族は経済的に限界があり、弟たちが費用の心配をせず、安心して学校に通えるように、最終的に私は大学には行かないことにしました。「あなたは大学に行かなくても大丈夫ですか？本当に進学したいなら大丈夫です。学費は私が払いますから」母が話し終わる前に、私は即座に笑顔で答えました。「大丈夫ですよ。お母さんや弟たちを助けることができるから嬉しいです。それに、知識は教室だけで得られるものではありませんよね？知識は非常に幅広いでしょう？私はいつでもどこでも学べるんです。心配しないでください。お母さん、安心してください。」と自分に言い聞かせながら言いました。

私の強い信念と決意のおかげで、今私が桜の国にすることができるなんて、誰が想像したで

しょうか。行けるとは思っていなかった国。時間について非常に規律があります。四季もあります。以前はテレビでしか見ることはできませんでしたが、今では直接体験できるようになりました。桜が咲くとなんて美しいことか、夏に海に行くとなんて素敵なことか、秋の紅葉はなんと美しいことか、冬の雪はどれほど寒いことか。日本はすごいです。

「経験は最高の教師である」ということわがあります。「お母さん見て、私は大学に行けなかったけど、最高の先生に出会えたのよ。」私はここでたくさんの人に出会い、たくさんのことを学ぶことができます。自分の感情をうまくコントロールすること、自分の仕事に責任を持つことも学んでいます。また、最も楽しいことは、日本語を学ぶこと、さまざまな国の友達ができることです。

今では、学習とは理論だけではないことが分かりました。学習とは、その状況にどのように向き合うか、人生に起きる出来事をうまく受け入れ、モチベーションや将来の学習に変えることができるか、ということだと考えます。以前の私は、友達のように大学に行けなくてとても悲しかったでしょう。しかし、今は日本でさまざまな経験をすることができ、思っていた以上に良いものを手に入れました。どんな状況でも諦めずに、素直に受け入れることが大切です。

受賞の喜び



ヌル アジザ

国 籍 インドネシア
職 種 パン製造
実 習 実 施 者 株式会社タカキベーカリー
監 理 団 体 西日本海外業務支援協同組合

食堂で休憩をしていた時に受賞の知らせを聞いて、衝撃を受けました。会社から帰って寝る準備をしようとしても「私が受賞しましたか？本当ですか？」と、ずっと自分に問いかけていました。本当に受賞できるなんて思ってもみませんでした。

優秀賞を受賞する機会を与えてくださったJITCOの皆様に感謝しています。私にとってとても貴重な経験になりました。また、いつも私達を応援してくれる株式会社タカキベーカリー、西日本海外業務支援協同組合、そして良き友人たちに感謝しています。

私は日本に来て2年が経ち、ここでたくさんの新しい経験をしました。もちろん、故郷の両親の支えがなければ、すべてがスムーズに進むことはなかったでしょう。両親のおかげで、私はここで善良で偉大な人々に出会うことができました。彼らのおかげで、私はさらに成長し、活躍するための多くの知識と経験を得ることができました。皆さん、本当にありがとうございました。

指導員のことば

ジザさん、優秀賞受賞おめでとうございます。

作文コンクールの募集についてお知らせをしたとき、ジザさんは何を書くかモヤモヤしていましたが、素晴らしい作文を書くことができました。人生の宝物になると思います。

旅行が好きなジザさんは、いろんなところへ行っていろんなことを経験し、学ぶ機会がたくさんありましたね。それが、日本語力の上達につながったと思います。実習ぶりも先輩らしくなり、恥ずかしがり屋のジザさんがここまで成長できたのを嬉しく思います。

残りの実習期間も頑張ってください。今後の活躍を期待しています。また、素晴らしい話を聞かせてください。

西日本海外業務支援協同組合 管理指導員 アグン プディ ウィボウォ



祖母の思い出



国	籍	ベトナム
職	種	パン製造
実習実施者		山崎製パン株式会社
監理団体		すずらん協同組合

ダオ ティ ハー
DAO THI HA

私の人生で最も幸運だったことは、祖母の孫に生まれたことです。

私の祖母はとても尊敬できる、優しく強い人でした。祖母は私に決して忘れることのできない美しい思い出を残してくれました。

私は1990年に貧しい田舎で生まれました。父の仕事はお茶を売ることで、母の仕事は幼稚園の先生です。当時、母の給料は13キロの米と1キロの塩だけでした。私が生まれた後、生活は大変だったので、母は商売をするために仕事を辞めなければならませんでした。私が5歳の時、両親は遠方で仕事をしなければならなかったため、祖母のお世話になることになりました。祖母とは5年間暮らすことになりました。その間、祖母はたくさんの事を教えてくれました。人に助けてもらった時は感謝をすること。間違った事をした時は謝罪をすること。年長者に挨拶をすること。年下の子供たちを認めること。困難な状況でも協力し、気遣いを忘れない事を教えてくれました。

そして、毎晩寝る前に物語を話してくれ、歌を教えてくださいました。休みの日はよく祖母について行って野菜を植えたり、市場へ買物に行った

りしました。子供のころの私はよく病気になったので面倒を見ることは大変だったと思います。

私は幼いころ、自分の気持ちを表に出さずちょっと頑固なところもあったので、祖母が大好きだったけど、その気持ちを伝えたことはありませんでした。

ある時、私が外出をして帰りが遅くなり、祖母の教えを守らず連絡も入れなかったことがあります。その時初めて祖母に怒鳴られました。私は頑固だったので、祖母に謝りませんでした。後になって分かりましたが、あんなに怒っていたのは私のことを本気で心配していたからでした。

10歳の時、両親と一緒に住むことになったため、祖母に会う頻度は減りました。

祖母を訪れるたびに、物語を話してくれました。祖母が語った物語は子供のころによく聞いたおとぎ話ではなく、祖母の日常話でした。

時間を忘れるほど夢中になって聞いていました。

その後私が大人になってからは、祖母に会いに行く時間が無くなり、時折電話で話すのみとなりました。ある日突然祖母が末期の胃がんを患っていると聞き、とても心が痛みました。すぐに会いに行き、祖母を抱きしめて泣きました。祖母は6か月の治療後に亡くなりました。その時は大泣きし、あまり祖母の介護に時間を割けなかったことを後悔しました。

今、私は後悔のない人生を送れるような毎日を過ごしています。

祖母から教えてもらった沢山のことを守るために。



日本が大好きになっている



国籍	インドネシア
職種	工場板金
実習実施者	檜工業株式会社
監理団体	公益社団法人日本・インドネシア経済協力事業協会

ラムラン リアンシャー
RAMLAN RIANSYAH

私は日本に来たばかりの頃、日本人によく「リアンさん、なぜ日本に来たの。」と聞かれました。それは私にとって難しい質問でした。なぜなら、日本に興味が無かったので、日本に行きたいとは全く思わなかったからです。

高校時代、友人は日本のアニメについて話していましたが、私は関心がありませんでした。私は両親に、高校を卒業したら日本に実習に行くように勧められました。両親が日本行きを勧めたのは、当時兄も実習で日本に来ていたことと、インドネシアには多くの日本企業があるため、日本から帰国後、日本企業で働くことが容易になるという理由もあります。

私は自分の未来に対する計画が無かったので、両親のアドバイスに従って日本に来ました。日本に一年滞在したら、どうやら私は日本が大好きになったようです。日本は非常に魅力的な国です。日本が好きになった理由は主に二つあります。

一つ目は日本の季節です。私はインドネシア出身です。インドネシアは熱帯の国で、季節は三つしかなく、一年を通じて各季節の違いはわずかです。それに対して日本には四季があり、

季節ごとに独自の特徴があります。

春は桜が開花します。残念ながら桜が咲いている期間は短いですが、花びらが散ると周囲がピンク色になり美しい景色が広がります。夏は暑いですが、私の一番好きな季節です。多くの祭りが開催されるからです。祭りでは日本の文化が見られるし、露店では日本食もたくさん売られています。秋は日本を旅行するのに最適な季節だと思います。涼しくなり、木の葉が黄色に変わり美しい景色を楽しみながら旅行できます。冬は雪が降ります。私は寒さにあまり強くないですが、雪で遊ぶのはとても楽しいです。

二つ目はアニメです。最初は日本語を学ぶためにアニメを見始めました。見るうちに、どんどんアニメが好きになりました。中でも私は、スポーツをテーマにしたアニメが大好きです。バレーボールのルールやサッカーのルールは知識は無いのですが、アニメのキャラクターが情熱的に練習してプロになったり試合に勝ったりする様子を見ると、私も彼らの情熱を感じます。そして、それを自分の人生の夢を達成するためのモチベーションに活かすようにしています。

主な点はこの二つですが、実はそれ以外にもあります。一つは日本の文化の多様性です。日本には古くて伝統的な文化、そして現代的で先進的な技術が共存しています。これらの要素が組み合わさった日本の文化は魅力的で面白いです。また、美味しい食べ物、美しい自然、温かい人々も魅力の一つです。日本の魅力に、私は新しい発見や驚きを感じ取り、惹かれています。

今回は親の勧めで日本に来ましたが、実習が終わったら、自分自身の決断で再び日本に来ようと思っています。



講習センターでの思い出



国	籍	中国
職	種	水産練り製品製造
実習実施者		株式会社紀文食品
監理団体		すずらん協同組合

吴 梦婷
WU MENGTING

世界は広く、私の知らない多くの未知があると思います。しかし、自分の殻を破らず外に出ないと、そんなことはわかりません。

私は日本に来て丸一年になりますが、一年前に日本に行くことが決まった時から、言葉は大丈夫かな？日本に行って後悔しないかな？という不安の反面、楽しいことへの期待や初めて外国人の友達ができるワクワク感などがありました。こうして私は沢山の未知の世界への一歩を踏み出しました。

成田空港に到着した時の、初めての日本の景色を見て、慣れない言語を聞いて、とても緊張していました。到着出口で私たちを待っていたのは、面接したときに会った実習先の課長と中国人の先生でした。見たことのある顔を見て緊張が消えていきました。挨拶が済んだ後は、これから一ヶ月の間、日本のことを勉強する講習センターへ移動しました。異動途中の車の中のステレオから日本語の歌が流れていて、音楽を聴いているうちに、講習センターに到着しました。

そこには、沢山の外国の実習生が待っていました。実習生は私だけでなく、もっと良い将来のために頑張っている仲間が大勢いることに気

付きました。初めて教室に入ったときにとてもびっくりしました。そこにいる外国人の実習生が笑顔と大きな声で挨拶してくれて私たちを歓迎してくれました。これまで実際に見たことがない外国人の顔、肌、手、足など、全てが異なる外国の人とは全く接点のない私ですが、日本での実習生活を楽しみにしていることは同じだと感じました。

初めて自己紹介した時のことを思い出します。恥ずかしがり屋の私が、自分の番を待っている時に緊張しすぎて頭が真っ白になり、以前から練習していた自己紹介の内容が全て飛んでいきました。その様子を見ていた先生達や他の実習生は皆笑っていましたが、皆は「ムテイ、大丈夫だよ、最初は、初めまして！でしょ、せーの」というように優しく応援してくれました。そのおかげで自己紹介ができ、沢山の友達ができました。講習センターで毎日勉強が終わると皆は教室で丸く輪になって座り、皆でゲームをしたり歌を歌ったりギターを弾いたりして自分の趣味を披露する人もいて、とても面白かったです。この交流は本当に印象深く、今思い出しても非常に懐かしい思い出です。

講習センターでの一ヶ月の教育が終わりました。出会いがあれば別れもあります。センターの先生や、他の国の実習生たちとの別れを思い出します。私は今も元気に実習していますが、あのとき出会った彼らは元気になっているのかな、と思う時があります。

一ヶ月という短い期間でしたが、講習センターでの思い出は、先生が厳しくも優しい、勉強は難しくも楽しい、時間が過ぎるのが早く充実していたなど、貴重な思い出ができた一ヶ月でした。この経験は、生涯忘れることはないと思います。



掛け替えない人



国籍 ベトナム
職種 電子機器組立て
実習実施者 株式会社村田産業
監理団体 GMT協同組合

グエン ティ ビン
NGUYEN THI BINH

令和6年、ちょうど家族が集まって新年を迎えていた元旦に、能登半島に大きな地震と津波が突然起こりました。その災害をテレビを見て、本当に心が痛みました。そして、何と人のいのちは短いことだろうと、目頭を熱くしながら、喪失感を味わいました。

私は、3年前に労働者として日本に来ました。日本へ来た第一の理由は、家族の経済を助けることでした。第二の理由は、小さい頃からよく耳にしたことは、日本人の忠実さと謙虚さのことです。それで、これは良いチャンスだと思い、日本へ行くことを決めました。

日本で一人暮らしをして、家族の存在の大きさに初めて気づきました。私の人生に行き詰まった時に、生きる意味を気づかせてくれた人を思い出し、頭を下げたいと思います。私をこの世に送り、一生懸命育ててくれた両親はもちろん、私の心に刻まれた掛け替えのないもう一人は私の祖母であり、私の二番目の母でもあります。

両親は、私たちを養うために毎日畑の仕事で忙しく、子育てには手が回らないほど時間がなかったことが記憶に残っています。それで母に

代わって家事をし、私たちの面倒を見てくれたのは祖母でした。食べることから服や寝ることまで全部祖母の手でしました。祖母の愛のおかげで、私たちは今日ここにいると感じています。さらに私がいつも誇りに思い、尊敬している祖母の特別なことは、私の人生のあらゆる出来事において、いつも支えてくださったことです。

人間はこの世に生まれ、普通は目が2つ、手も2本、足も2本あります。しかし、祖母は私たちと同じように2つの目は見えませんでした。なぜなのかそれは分かりませんでした。また兄弟たちを背負っていたため、祖母の背中丸く曲がってしまいました。しかし祖母からは苦情や文句などを聞いたことがありませんでした。とても不思議に思っていました。祖母の顔には、常に微笑みと喜び、内なる平和が輝いていると深く感じていました。祖母が左の目を失った出来事は、お茶を摘みに行った際、滑って枯れ枝が左目に刺さってしまったのです。右の目は、網膜の手術の後遺症により徐々に衰えて、見えなくなったと両親から聞きました。

祖母は生涯をかけて私の世話をし、育ててくれましたが、祖母の最期の人生の時、私は家族の元に帰り祖母を抱きしめ、祖母に心から「ありがとう、大好きですよ」と言いたかったのですが、もう間に合いませんでした。私の願いは、永遠に実行することが出来なくなりました。2023年12月3日に祖母がこの世を去り、祖父の傍の天国へと戻りました。

愛する祖母を亡くしてから、この世に生きている間に、大切な家族を大事にしたいと決心し、これから人生において頑張りたいと思います。



勇者の旅



国	籍	中国
職	種	電子機器組立て
実習実施者		パナソニックエレクトリック ワークス紀南電工株式会社
監理団体		E L C事業協同組合

孙 鹏华
SUN PENGHUA

今年のお正月休み、私は一人で北海道まで旅行に行きました。飛行機が雲の中に飛び出して、晴れた青空の下には雪山が続いていました。目の前の景色を記憶に残したいです。誰かに写真を撮ってもらいたのですが、言い間違えたり、断られたりしないか心配です。

私は周りの人を見て、頭の中で考えました。ついに、勇気を出して、小さな声で一人の乗務員に呼びかけました。「すみません、写真を撮っていただけますか。」彼女の目はとてもきれいで、笑顔で私の携帯電話を受け取りました。私の緊張していた心も落ち着きました。写真の中で笑っている自分を見て、髪につけているリボン後ろの白い山脈とよく似合っています。せっかくの雪山を見逃さずにいてくれたことに感謝しつつ、私も自分に「すてき！」とそっと言いました。

飛行機が新千歳空港に着陸した後、私は乗務員と写真を撮りました。私も笑って彼女に「良いお年を！」と言いました。

ロマンチックな北海道、参りました！

大雪が降ったり、晴れたりして、雑踏を横切って、私は北海道の大通りや路地を歩きました。

た。大晦日の夜十時に街中で食べ物を探し、また、一人で二度も観覧車にのりました。白い恋人公園で出会ったカップルと写真も撮りました。

毎日、違う見知らぬ人と物語が交錯していて、日本語は慣れていませんが、幸いにも、みんな善意でいっぱいです。

ショッピングセンターで会計する時、財布の中のコインをばらまいてしまいました。周りの人がお金を拾ってくれた時、再び、日本人の親切さに感動しました。北海道大学で私と同名の子犬に偶然出会いました。こんな不思議なことが本当に私の身に起ころうとは思いませんでした。私はこれらを「勇者の旅」と呼びます。

人生にそんなに多くの観客がいないようにです。大胆にしてもいいと思います。好きな服を全部着て、憧れの風景を見に行って、ストレスを発散したい時に大きな声を出してください。何でも恐れると、素敵なことをたくさん見逃してしまいます。

最後に、ここ数日会った人たちに感謝します。二度と会うことはないだろうが、一人で「勇敢」を探していた時、彼らがくれた温かさ、包容力、支えは、一生忘れません。その善意の行動は私に勇気と正のエネルギーを与えてくれました。彼らと同じように、その温もりを、次の「勇者」に伝える機会が訪れてほしいです。



幸せの「瞬間」を～お年寄りに～



国	籍	モンゴル
職	種	介護
実習実施者		医療法人ハynes ライフ
監理団体		GTS協同組合

トゥムルトラグ オトゴントヤ TUMURTULGA OTGONTUYA

私たち人間は、人生の中で、いつも幸せだとは限りません。でも、幸せの「瞬間」は必ずあります。「たとえ人生の中に困難な時があっても、それを乗り越えて幸せな瞬間を作るのは自分だ。」私は、そう父に教わりました。父は優秀なエンジニアで、ユーモアのある人でした。子供の時、私が着ていた洋服にあきると、父はデザインを変更して、私が気に入る洋服に作り直しました。エンジニアらしい行動です。無限に優しい父は、給料日に決って2m幅の服地を買ってきます。母が7歳の時に買ってもらった、古ぼけたミシンがあります。父のプレゼントは母がすぐに素敵なお子服にしてくれます。

私は父がプレゼントして母が縫ってくれたスカートを履いて、モデルさんのように、ファッションショーをします。観客は二人だけです。父はニコニコするだけ。いつもの様に何も言いません。私の人生の幸せの「瞬間」です。

ある日、黒い布でズボンを縫ってもらいました。ところが、サイズの計算が間違っていて、足が入りません。「大丈夫。もう一度、新しい布を買ってあげよう。もう一回作ればいいんだ」と父は言いました。優し過ぎる父の言葉

が、心から嬉しかった。これも幸せの「瞬間」です。

ある日、父はワルツのダンスを教えると言うのです。毎晩ダンスの練習です。父はいつものように黙って見ているだけ。本当は、踊る娘を見ていたかっただけなのかも知れません。これも父がくれた人生の幸せの「瞬間」です。父からどれだけたくさんの幸せの「瞬間」をもらったのか、計り知れません。

今、私は日本に来て9ヵ月になります。世界で最も平均寿命の長い日本に来て、長生きのお年寄りのお世話をしています。お話しする時、私は何か有名人になった気がします。それは、世界に誇る安全な社会、豊かな経済、親切な人々、今の素敵なお日本を作った高齢のヒーロー、ヒロインと毎日お話ししているからです。

いつも食事介助する女性のAさん。Aさんも、今の日本を作ったヒロインの一人です。他の職員が食事介助している時、私が近くを通るとAさんは、必ず微笑みます。私も微笑みを返します。モンゴル人の私と日本人のヒロインは、もう一つになっています。首をふりふりボディランゲージで話すと、目を大きく開いて笑顔で応える男性のBさん。Bさんは、私が1日施設を離れただけで、「どこへ行ってたの？写真見せて」とすぐ声をかけてきます。今の私の日本語はとても下手です。優しい職場の先輩たちとお年寄りに支えられて介護の仕事をする私は幸せです。ちょっぴり日本語が上手になった気がします。私はもっと日本語を勉強して、父に教えてもらったように、幸せの「瞬間」をお年寄りたちに、たくさん届けようと思います。



サンパギータの約束



国	籍	フィリピン
職	種	ビルクリーニング
実習実施者		三井不動産ファシリティーズ株式会社
監理団体		協同組合エム・ビー・エイ産業振興

バスト ジェセリー アベンドラ BASTO JECERIE AVENDULA

私は今、日本での生活二年目を送っています。私の好きな季節は春です。春は寒くも無く暑くも無く、いろいろな花が咲く季節です。そして、最も待ち遠しいのは、桜の木の下にたくさんの人が集まってお花見をすることです。桜は美しさと無邪気な喜びを表し、開花期間が短いため、愛する人たちと共有する短い時間を大切にすることも教えてくれます。

フィリピンには、桜に似た花があることをご存じですか？それはサンパギータといいます。しかし、桜は春に短期間で咲きますが、サンパギータは一年中咲きます。

サンパギータはフィリピンの国花で、甘い香りと可れんな花で人気があります。花言葉は「伝説や伝統で果たす役割」です。私たちの文化では、サンパギータの花輪は宗教的な像や祭壇に飾られ、訪問者に贈られ、時には卒業生に名誉を与える手段として使われます。また車の中にぶら下げて天然のカーリフレッシュナーとしても使用されており、多くの薬用用途もあります。

桜の花を見るとサンパギータの花を思い出し、子供の頃の記憶がよみがえます。私の両親

は私がまだ小さかった時別れたので私たち兄弟は親戚をたらい回しされたり貧困のため路上でサンパギータを売って食べ物を買っていました。サンパギータは私にとって単なる花ではなく希望と回復の象徴となりました。

私は夢を抱きビルクリーニングの技能実習生として日本に来ました。しかし仲間との小さな誤解からコミュニケーションがうまくとれず、一人孤立してしまうという困難に直面し心が折れそうな時もありました。ミーティングを何でも行いお互いの考え方をそん重するという事で解決しました。

私は技能実習生となり基本的な技術、安全で正確な作業、お客様との接し方、あいさつの大切さそして互いを認め合いそん重しあう事の大切さを学びました。これまでの苦労した経験が今の私を支え強くしてくれました。私は私自身がサンパギータだと思っています。サンパギータは嵐の中でもじっと立っていることができます。何が起こっても、今日がどんなに悪く見えても、人生は続いていき、明日はもっと良くなると信じて、私は美しい花になりたい。

サンパギータには「約束する」という意味もあり、タガログ語では「スンパキタ」といいます。私はこの言葉を決して忘れません。

「約束します！」かつての自分のような悲しい思いを私の子供たちにさせないように、よりよい未来を与えるために頑張っていきたいと思っています。



日本での面白い体験



国	籍	ベトナム
職	種	そう菜製造業
実習実施者		株式会社崔さんのお店
監理団体		UNITY三重協同組合

チャン ヴァン トウアン サン
TRAN VAN TUAN SANG

日本は先進国で、おいしい食べ物や、安全で便利な交通機関があることを知っていたので、高校卒業後、働く場所として日本を選びました。

2022年4月16日に実習生として宮城県で働きはじめました。冬が来ると非常に寒く、雪がたくさん降ります。生まれてはじめて真っ白に積もった雪を見た時は、とてもきれいで感動しました。大雪が降った時は、会社まで自転車に乗れず、歩いて通勤します。靴の中に雪が入ってきて、靴下も靴もぬれてとても冷たかったですが、日本人でもあまり体験できないことを体験できました。

私は麺工場で働いていて、たくさんの麺があることを知りました。ラーメンが一番好きですが、お気に入りのは冷麺です。夏の暑い日に冷やし麺を食べるとおいしくて、涼しくなります。週に3、4回食べても飽きず、食べれば食べるのほど、もっともっと好きになります。ベトナムは1年中暑い国なので、冷麺のような食べ物があると、私のように好きになる人がたくさんいると思います。

その後、宮城県の会社では実習生が不要なくなったため、2023年10月から大阪で働きはじめ

ました。大阪の家は、駅まで近く出かけたいところがたくさんあります。宮城県では道に迷うのが怖くて一人で電車に乗ったことがありませんでしたが、大阪ではじめて電車に乗って出かけることに挑戦しました。駅は日本語だらけで、どの電車に乗るのかを確認することが難しく、とても緊張しました。今まで4回電車に乗りましたが、3回乗り間違えてしまいました。でも、出かけたいところがたくさんあるので、乗り間違えないように日本語を勉強します。日本語がわかると電車はとても安全で便利です。

日本で生活する上で一番の困難は、やはり日本語を理解することです。日本に来たばかりの頃は、聞き取ることか、理解することができず慣れるまで2～3カ月かかりました。大阪に来て、また理解できない日本語がたくさんありました。例えば「あかん」、「かまへん」、「ほんま」などです。「あかん」はだめ、「かまへん」は大丈夫、「ほんま」は本当という意味です。最初聞いた時は、全く意味がわかりませんでした。現在は大阪弁に慣れてきました。

日本語は本当に難しいですが、2022年12月にN4、2023年12月にN3合格しました。今年の12月にN2を受験しようと思っています。目標はN1合格です。N1合格は難しいですが、不可能ではありません。学ぶことに終わりはありません。一生懸命努力すれば、目標は達成できます。

これからも、日本に長く住んで働き、たくさんの体験をしたいと思っています。そしていつか母を日本に迎えて、母にもベトナムではできない体験をしてもらいたいです。それは私にとって何事にも代えられない幸せです。



サリム



国	籍	インドネシア
職	種	機械加工
実習実施者		株式会社ケイ・エム・ケイ
監理団体		公益社団法人アジア産業技術交流協会

サントソ SANTOSO

世界には、国や地域ごとにさまざまな挨拶の仕方があります。日本におじぎがあるように、インドネシア人が年上の人にどのように挨拶するかについて説明します。名前はサリムですが、サリムは何ですか、サリムの意味は何ですか？

サリムは両親が出かけるときも帰宅するときも、両親の手にキスをしている。最初は自分の環境の習慣に従っていただけだったので、サリムが何を意味するのかわかりませんでした。しかし、年齢を重ねるにつれて、この疑問が頭の中に浮かぶことがよくあります。人に聞いてみましたが、彼らも知りませんでした。私と同じように、彼らも既存の伝統を継承しているだけです。そこで先輩に聞いてみことにしました。最後に私は祖父に尋ねました、私が17歳のときに祖父に尋ねました。「どうして両親の手にキスしなければいけないの？」その答えを聞いたとき、私が毎日のようにしている手キスには深い意味が隠されていることにとても驚きました。手にキスするのはただの習慣ではないと祖父が言うと、祖父は「お父さんの手にキスすると何を見るの？」と尋ねました。急いでやった

ので何も見えなかったと答えました。

それから祖父は、サリムのときは両親の手を見ることになることを説明しました。彼の手を見てください、傷だらけでしわが寄ってきています。これはすべて、彼があなたを世話し、育てるのに苦労した証拠です。サリムは将来の敵は他人ではなく時間であることを思い出させてくれます。生前の介護で両手に傷だらけの両親を幸せにすることができますか？

私はそれを聞いてショックを受けました。両親が高齢になり、病気になり始めていることに、目が開かれたように感じました。すみません、今知りました。しかし、私は両親の苦労に報いるために最善を尽くすつもりです。

両親をもっと早く幸せにするために、私はついに夢の実現を加速するために日本に行くことに決めました。しかし残念なことに、私が日本に出発する2か月前に父が亡くなりました。私がまだ語学学校で日本語を勉強していたときに父が亡くなりました。私が最後に父の手にキスしたのは、父が棺の中にいるときで、父の手は冷たかったので、それが私が父の手にキスした最後でした。

「そうですね、あなたの息子さんはもう日本にいます、パパを喜ばせるのが遅くなってごめんなさい、愛しています。」



日本語の美しさ



国籍	中国
職種	内装仕上施工 株式会社 アサヒレース
実習実施者	北陸対外事業 協同組合
監理団体	

曾 维莉
ZENG WEILI

日本で2年間生活してきて、日本語の肯定と否定の表現方式の独特さを深く感じました。この表現方式は言語環境表情、身振りと言語環境表情、身振りと緊密に関連しています。次に、自分の日本での買い物時の経験を通して、詳細に説明します。

ある日、私は日本人の友達と服を買いに行った時、「これどうですか?」と聞くと、友達は「いいよ」と答えました、別の服でまた同じ質問をすると、答えは「いいんじゃない? いいね。」だけです。本当にいいのはどれですか? 結局、私が一番いい服を買いました。その時、私は中国で友達が日本人は嘘が上手です、日本に意見を聞くとほとんどのいい答えしか返ってきませんよ、でもこれを100%信じないでね。といったことを思いました、文法や単語は本やネットで検索したらすぐわかりますが、日本人との会話になると途端に難しくなります、どういう意味なのか、どうすればいいのかがよくわからず、しばしば誤解をしてしまうこともありましたが、日本に来たばかりの頃は、このように日本語のニュアンスが理解できませんでした、しばらくすると表現や言葉の使い方などが分かるようになりました。

日本人は「はいや、いいえ」率直な気持ちははっきり言いません、それはなぜなのでしょう?

日本にはお互い尊重するという決まりのようなものがある気がします。相手の気持ちを優先する、あまり率直に物事を言わないようです。相手を傷つけないよう、言葉を選んで話すので、結果、このように曖昧な表現になるということが分かりました、世界中のどの言葉にも特徴があります、例えば、インドネシア語は時間を表す文法がありません、フランス語には物によって性別があります、そして、日本語の特徴はこの曖昧さ及びニュアンスです。

また、友達と服を買いに行った時、私は本当にいいと思っていたのに、いえ良くなですとはっきり言われたら、私は気分が悪くなるかもしれませんが、これらの曖昧さは日本語にしかないものです。

日本語は曖昧さがあるからこそ、誘いや依頼など断っても相手を傷つけません、これこそ日本語の美しさです。

要するに、日本でのこの2年間で、私は肯定と否定の表現方式に対するより深い理解を得ました。この独特な表現方式は、日本文化のやささ、婉曲さ、含蓄さに反映されています。学び続けて適応することで、私たちは日本人とコミュニケーションをよりよくし、日本のショッピング体験を楽しむことができます。

最後に、日本人は嘘が上手なのではなく、相手大切にすることが上手なだと思います。



音楽



国	籍	フィリピン
職	種	塗装
実習実施者		株式会社アクティオ
監理団体		—

ピトゴ チャールス キム ランパウグ
PITOGO CHARLES KIM LAMPAUG

私は音楽を聴くのが大好きです。音楽を聴くたびにリラックスできます。私はどこに行くにも必ずイヤホンを持って音楽を聴きます。音楽を聴くのが大好きなので、高価なイヤホンを買いました。購入したイヤホンにはノイズキャンセリング機能が付いているので、音楽を聴いていると外の騒音は聞こえません。まるで別世界にいるような気分になります。高価なイヤホンを買ったことを後悔していませんでした。

さまざまなジャンルの音楽を聴きます。最近では日本の音楽を聴いています。歌詞が分からなくても、聴いています。私が日本の音楽を聴く理由は、日本の歌を歌いたいからです。私はカラオケをするのが好きです。もう一つの理由は日本語を勉強したいから、日本曲を聴けば勉強にもなると思います。

幸せなときは、明るい音楽を聴きます。明るい曲を聴くともっと幸せになります。明るい曲を聴くと踊りたくなります。人生最高の日のようだ。でも悲しいときは悲しい曲を聴きます。なぜだろう？ちょっとおかしいよね？もう悲しいのに、悲しい曲を聴くとさらに悲しくなってしまういませんか？悲しいときは悲しい曲ではなく

明るい曲を聴くべきではないか？

ネットで調べて悲しいときに悲しい曲を聴くと懐かしさや安心感、優しい気持ちを感じることができ、自分の心境や精神に近い曲を聴くと精神が安定するそうです。確かに、悲しいときに明るい音楽を聴くのは似合わないと思います。どんなに明るい曲でも、自分が困難な状況にあると、その曲を聴くのは辛いだけになると思います。曲が悲しくなればなるほど、悲しみから癒されると思います。

ビールを飲むことと悲しい曲を聴くことはほぼ同じです。苦しい世界で苦いビールを飲む。どんどん飲んでビールが更に美味しくなる。気分が変わっていく。前を向いて生き続ける。これを書いている間、音楽を聴いています。今は幸せだから、今のプレイリストは明るい曲です。皆さんも私と同じように明るい音楽を聴いていること願っています。

佳作 鵠沼海岸



リア ヌルマラサリ
RIA NURMALASARI
国 籍 インドネシア
職 種 介護
実習実施者 株式会社朝日ケアコンサルタント
監理団体 医療介護ネットワーク協同組合

私は子供の頃から自然の景色を見るのが大好きです。山や川や滝などの景色が特に好きです。海の景色も好きなのですがちょっと海の砂が苦手です。実は海の砂にアレルギーがあるので触ることができません。考えてみれば砂アレルギーとは不思議ですね。インドネシアの海で何度か遊んだ時も砂に触るといつも痒くなってしまいました。おそらく10年間は海に行っていないです。インドネシアと日本の海はとても違います。インドネシアの海岸に入るためにお金を払います。日本の海岸は無料です。羨ましいなと思いました。インドネシアでは海から遠いところに住んでいる人は一年に2回しか行けないからです。また近くの海岸に気があるに行く習慣がありません。藤沢に来て1年半になります。職場は海まで歩いて5分のところにあります。去年の夏は本当に暑くて大変でした。休日にはどこへも行きませんでした。部屋で映画など見ていました。本当に寂しかったです。スタッフや入居者様に「夏休みはどこに行くのが一番いいですか?」と聞くと、「夏は海よ」と教えてくれました。ある日館長が「じゃ、江ノ島キャンドルはどうですか? 高いところから海の自然を見ましようよ。あそこにお店も

いっぱいありますよ、いろいろな食べ物もあるよ。じゃ、17時にホームに来て」と言われました。そして、17時に館長と私の友達と待ち合せをして江ノ島キャンドルに行きました。「ほら海の景色綺麗でしょう、自然がいいね。ここから見てみると砂に触らないでいいですからね、ただ江ノ島の上まで行くにはエスカーに乗らないといけない」と言われました、エスカーには料金がかかるけど上り坂も階段も苦手なのでのりました、高いところからの夕焼けは本当に綺麗でした。暗くなると島全体にキャンドルが灯り美しかったです。ある入居者様が「ね、リアちゃん、ここに来て1年になったよね、一度海に行ってみて。あなたにはアレルギーあるから長くて厚い靴下を履いて行くいいですよ。花火大会はとても綺麗ですよ。疲れていてホームシックになったら、午後に海に行って来なさい。夕焼けの景色は本当に素晴らしいよ、amazing 英語でね」と笑顔で話してくれました。それを聞いて、ズボン2枚と靴下を履き、一人で海に行こうと思っていたら、ちょうどその日は19時から花火大会が予定されていました。夕焼けも見えたかったので少し早めに行きました。夕焼けは本当に綺麗でした。こんな空の景色を見るのは久しぶり、素晴らしいかったです。ちょうど19時に始まりました、たった3分だったけどすごく形が美しかったです。それから海でよく遊ぶようになりました。ここ海は綺麗だし、カッコいいサーファーがたくさんいます。人々と知り合いになることができます。時間がある時は夕方海でおやつを食べながら景色を見るだけで心が満たれます。アレルギーは治っていませんが夕焼けの海が好きです、なんて美しい海、その場所は鵠沼海岸です。

佳作 夢のあきらめた結果



グエン ティ ホン トウオイ
NGUYEN THI HONG TUOI
国 籍 ベトナム
職 種 機械加工
実習実施者 株式会社ナショナルツール
監理団体 西日本海外業務支援協同組合

日本へ行くのは自分の選択した道ではありません。それはお父さんが選んだのです。

高校の時に憧れていた大学に入れるように勉強してきた私は日本に行くなんて一切思わなかったのです。

田舎で経済的には普通の家庭で育ちました。お父さんが大工で小さな工場があります。母は主婦です。私は長女で二つ下の妹と四つ下の弟がいます。普段の生活は贅沢なまでもないですが他人に負けないぐらいの条件で養育してくれます。しかし、ある日の事件から家族の経済を厳しくさせてしまいました。

父が盆栽に興味があり、どんどん本を買ってきました。ミニサイズをはじめ、2メートルの高さの古木にも買いました。最初は買ったり売ったりして、順調ですが、その状態が維持出来ず、急に盆栽がほとんど売れなくなりました。売っても赤字になっちゃうと聞きました。

その影響は家族の経済面に及んでしまったのです。高校を卒業した日、「大学の代わりに日本に行かせようと思っている」と父が言い出しました。そのことを聞いて、落ち込め私は大学に進学したいとすぐ反発しまし

た。厳しい状況で大学に行けるわけがないと分かってても自分の夢を捨てることは自分自身心が痛いです。その日から、いろいろ考えたあげく、お父さんが選んだ道を歩んで、今日本で働いているわけです。

最初からあまり気に入らないとしも、いざ日本に来て生活してから好きになりました。

日本は空気がきれいだし、食べ物も美味しいし、絶好な景色がどこでも見られます。その上、日本の礼儀も学びやり甲斐もあります。

スーパーまたはバス乗り場でもいつも列に並んでルールを守ります。仕事では日本語がまだまだですが、何かわからないことがあれば日本人の先輩がやさしく、そして丁寧に教えてくれます。もっとここでの生活が溶け込めるように日本語を一生懸命勉強し、将来母国に帰ってもベトナムにある日系企業に勤めたい夢を抱き始めました。毎日充実して過ごすことができています。

誰の人生でも夢がたくさんあり、叶う夢があれば、叶わない夢もあります。ただ、自分がどのように立ちまわかっていくかのことです。どんな道でも、特別なことが前に待ってくれるので楽しんでいきましょう。

佳作 母の言葉



エンダー ヌハミダー
ENDAH NURHAMIDAH
国 籍 インドネシア
職 種 介護
実習実施者 社会福祉法人神通福祉会
監理団体 サイハン富山協同組合

二年前に、インドネシアから介護士の仕事をするために日本にきました。日本での生活や全く経験のない介護現場でのコミュニケーションはとても不安でした。友達からは「介護の仕事は大変だよ。」「海外だし、夜勤もあり厳しいよ。」と言われ悩みました。でも、母からは「介護の仕事は大変だけど、いつも心を込めて皆を介護し、思いやりと愛情を持って接すれば、相手も喜んで答えてくれる。」と言われました。母はいつも私を理解し支えてくれる存在です。母の言葉が私に勇気を与えてくれて日本へ行く決心することができました。

私の母は80歳で元気です。インドネシアでは80代で元気な人は多くいません。でも、私のいる施設では90歳以上の元気な人が多くて驚いています。時々、母に電話をします。いつも「元気、ご飯を食べたの。」と聞かれます。私は「はい」と答えるだけの会話ですが、少し元気になって、もっと頑張ろうと言う気持ちになります。母も安心していていると思います。

施設で、利用者様への私の挨拶は「お元気ですか、ご飯をいっぱい食べましたか。」です。「はい、元気だよ。ご飯は美味しかったよ。」と言われると嬉しくなります。

また、食事で嫌いな物を残していたら、「これ、美味しいよ。食べましょうか。」と声を掛けます。そして、食べてくれるととても嬉しいです。子供ころ、野菜が嫌いだった私に母がよく言ってくれた言葉です。母の気持ちがよく分かります。

夜勤の時に、利用者様に「それじゃ、おやすみなさい。」と言うと、「ありがとう。おやすみなさい。明日もまた頼むね。」と私の手を握りながら利用者様が答えてくれました。短い会話でしたが、とても感動しました。子供のころ、寝る時に母が私の手を握りながらいつも「今日、いい子になってありがとう。今から寝て、明日元気に起きなさい。じゃ、おやすみなさい。」と言った時の母の手の温もりを思い出しました。

母の言った通り、心を込めて介護し思いやりと愛情を持って接すれば相手も返してくれると実感しています。母の言う事を信じて、日本に来てよかったと思っています。母の言葉や励ましがなかったら、今のようにはなれなかったかもしれません。母の言葉は私の心の支えであり、今も心の中で生き続けています。

遠く離れた母を思いながら利用者様に心を込めて接しています。私は母に感じている温かさ利用様が私に感じてもらえたら良いなと思っています。私が、少しでも利用者様に楽しんでもらえるよう、これからも頑張っておこうと思います。

日本での生活、介護の仕事は不安でしたが、今では利用者様との関係が生活の中心になっています。皆様との出会いは、私にとって大切なものです。これからも大切にしていきたいと思っています。

佳作 今を大切に~いつの日かモンゴルのために~



ツェレンオチル ドゥーレンジャルガル
TSEREN-UCHIR DUURENJARGAL
国 籍 モンゴル
職 種 介護
実習実施者 社会福祉法人ハインスライフ
監理団体 GTS協同組合

赤いほっぺの田舎の女の子は、運よく大学に合格できました。初めて大都会ウランバートルに来た時、何もが新しく、大学生活への期待の一方、分からないことばかりでした。モンゴルはすごい学歴社会です。親は女の子を大学に行かせるがります。モンゴル女子の4年生大学への進学率は日本よりずっと高いのです。でも、大学生のいる家庭は大変です。

私が入学した時、家には3人の大学生がいました。両親は死に物狂いで働きました。しかし、いくら頑張っても、食べ物を十分買えない日もありました。-40度になるモンゴルの冬、ストーブの燃料が買えないこともありました。それでも両親のおかげで3人は大学を卒業できました。

ある日、友人がアルバイトしていると知りました。私とも思いましたが、見つかりません。やっと日本食レストランのホール係が見つかりました。ここでは日本人に接することも多く、日本についての知識が少しずつ増えていきました。時間マネジメント、日本式サービスなど、日本人からしか習えないことを学びました。大学の4年間はあっという間でした。いつの日かアジアで最も発展

した日本で働きたい、学びたい。この気持ちは強くなるばかりでした。日本はもう私の「夢」になりました。

でも、どうすれば行けるの？私は全然分かりません。日本通のモンゴルの方から、信頼できる受入れ先のある介護技能実習生で行くのがいい。こんなアドバイスをもらいました。幸い難関だと評判の介護施設の面接試験に合格できました。

日本に来てすぐ「お盆」がありました。モンゴルも仏様の国。お盆の意味は分かります。施設の高齢のおじいさんがお盆を迎える姿を見て、私の不安は消えました。亡くなった人を大切に思い、心からお参りする。私がお世話する80歳90歳100歳の老人になった日本人が協力して今の日本をつくったから、日本は発展したのです。

実際、日本に来てみると、身の回りや家族のためばかりでなく、地域や国のために働く尊敬できる日本人がたくさんいます。いつの日か日本で学んだことを、モンゴルに伝えたい。今、長野の高齢者施設で介護技術を中心に、日本語や日本の文化、職場でのマナー、チームワークの作り方、報告・連絡・相談など、全てを学んでいます。私は心の奥底から思います。私の子供はもちろん、世界中の全ての子供が安全に暮らせる世の中になって欲しい。その第一歩は、今私に与えられている介護の仕事で、しっかりすることです。

「全ての道は一步から。」私は一步を踏み出す準備をしています。日本の高齢者の介護、それを支える日本語能力を高めます。いつの日か、モンゴルが日本のような素敵な国に発展するための「先生」になれるよう、一日一日を大切に、しっかり学んでいきます。

佳作 おばあちゃん～現在と未来の～



エンフトヤ デルゲルツェツェグ
ENKHTUYA DELGERTSETSEG
国 籍 モンゴル
職 種 介護
実習実施者 社会福祉法人ハynesライフ
監理団体 GTS協同組合

私は介護技能実習生として2年前に日本にきました。コロナで飛行機が飛ばず、2年以上待ちました。あきらめようと何度も思いました。でもモンゴルの家族や先生に頑張ると励まされ、日本に行く日を待ちました。

所属する法人は、実習生を大切にしてくれます。そのため介護技術も日本語もどんどん上手になりました。高齢者介護で一番大切なことは、たくさんお話すること。まず、名前を覚えることです。漢字に慣れないモンゴル人には簡単ではありません。お年寄りを名前で呼ぶと、私の名前を覚えてくれます。すると、「大丈夫。日本語分かるよ」と言ってくれます。私はとても嬉しくなります。

女性のKさんは、お風呂に入りながら歌うのが大好きです。お気に入りには「靴が鳴る」です。「♪お手でつないで…晴れたみ空に靴が鳴る♪」と一言も間違いません。私は歌っているKさんの可愛い顔が好きです。もう一つあります。子育ての思い出話をするお母さん顔も好きです。Kさんも私もお母さん同士ですから、よく気持ちが分かります。ある日、Kさんは靴が鳴るの歌詞を少しだけ書いてくれました。私はネットで音声を探し

て、何回も歌いました。どうしてこの歌が好きなのか分かりました。優しい歌だからです。私は全部覚えてしまいました。次の入浴の時、私が全部歌うと、太陽のようなニコニコ顔になりました。私は日本の優しい歌をいっぱい覚えて、お年寄りに歌ってあげようと思います。

男性のLさんは毎日新聞を読むインテリです。私も一緒に読む時があります。私の日本語が下手なのを知っているLさんは、短くて読みやすいものを選びます。私が知らない漢字は何度も大きな声で読んでくれます。「大丈夫。日本語は難しくない！」と励まします。周りの利用者さんは、L先生のモンゴル人への授業風景を見てニコニコです。私の下手な日本語を「上手ですね」とやさしい『うそ』を言います。施設のお年寄りは、みんな私の大切な大切な日本語の先生です。

モンゴルには高齢者介護という考え方はありません。老人療養施設は少しあります。お年寄りの少ないモンゴルと、あふれる日本の違いでしょう。今は若い私たちも、いつか必ず高齢者になります。今お世話している高齢者は、若くて元気なころ、次の世代のためにいっしょうけんめい働きました。長野の農村にあるこの施設には、小さな農家だった方が多いのです。施設の外は、りんご畑とぶどう畑。今は春の花盛りです。山に生まれ育ったお年寄りは、果樹の花が咲きほこる中で、穏やかに暮らしています。

私は介護の仕事が大好きです。お年寄りには、いつまでも安心して長生きして欲しい。誰かが疲れ、困っている時には、みんなで助ける。私は高齢者を全力で助けます。いつか私もおばあちゃんになって、助けてもらうことになるのですから。

佳作 父と母の声～大草原から～



ドルジスレン デルゲルツェツェグ
DORJSUREN DELGERTSETSEG
国 籍 モンゴル
職 種 介護
実習実施者 医療法人ハynesライフ
監理団体 GTS協同組合

介護の仕事をする上で、一番心配することは、認知症のお年寄りとうちコミュニケーションをとるかです。私は子供の時、母の医院によく連れていかれました。精神科医の母は、一般社会では暮らせない精神病患者を、自分の医院で預かっていました。その様子は昨日のこのように覚えています。母はいつも精神病患者を自分の子供のように扱おうと、優しく面倒をみていました。睡眠薬がないと眠れない患者には、自分の子供に歌うのと同じ子守歌を歌っていました。不思議にも、精神病患者は母の歌を聴くと落ち着いて、よく眠るのです。

私は今、長野市の療養病床のある病院に務めています。寝つきの悪い患者には、母に教えてもらった子守歌を歌ってあげます。モンゴル語は全く分からないのに、落ち着いた様子で眠りに落ちます。今では、私の声を聞くだけで笑顔になり、中には涙を流す人もいます。日中、介護士3人がかりで、やっとおむつ交換ができる動きの激しい患者がいます。ところが、私が夜勤の時、小さな声でモンゴルの子守歌を歌うと、おとなしくなって、一人でもおむつ交換ができてしまいます。

私がながの病院に来た時に、可愛いおばあちゃんが

いました。おつきあいは、もう2年です。Aさんはほとんど話せません。私とのコミュニケーションは目でした。私は目で「今は寝る時間です。寝ましょう。休みましょう」と合図します。モンゴルのメロディーに合わせて日本語で歌うと、すぐ眠りにつきます。ある日のことです。いつも通りAさんに、子守歌を歌っていると、隣のベッドのおじいさん（Bさん）が「私にも歌ってくれ」と言うのです。日本語にできるところは日本語で、できないところはモンゴル語で歌いました。笑顔で聞いてくれました。

翌朝Bさんは「あなたの夢はなに？」と聞くのです。私は「ここの病院のような療養ベッドのある施設をモンゴルに作りたい」と答えました。モンゴルには、まだ、日本のような介護技術や施設がありません。いずれ日本のような進んだ介護が必要になります。Bさんは「あなたの心はモンゴルの子守唄のようにやさしい。夢は必ず叶います。」嬉しかったです。「帰国の時、今の気持ちを持ち帰って下さい」と励ましてくれました。

父が馬に乗りながら歌うモンゴルらしい草原の歌、母が歌う優しい子守歌。「どんな時も、どんな人にも優しく」と父の口癖が私の耳に、「父の声」で聞こえました。「子育てが下手な動物でも、優しく子守歌を歌えば、生まれたばかりの子にたっぷり乳を飲ませるの」と今度は「母の声」が聞こえました。

休み明けの日、Bさんは旅立っていました。優しかったBさんは、家族と遠く離れて一人で暮らす私に、父母の声を天国から届けてくれたのでしょうか。有難うございました。ゆっくりお休み下さい。いつかモンゴルで夢を叶えるため、長野で頑張ります。

佳作 心と心をつなぐ紐



ファム クイン ヌー
PHAM QUYNH NHU
国 籍 ベトナム
職 種 介護
実習実施者 社会医療法人芳越会
監理団体 ICS 協同組合

こぼれ桜が見えるときには初めて日本に来た瞬間でした。3年間、日本で働いている介護実習生です。時間がたつのは早いものです。

「介護は心だ」という人がいます。そのとおりなのですが、私には少し「違うな」という気持ちがあります。それを一言で言うと「つながり」です。「利用者さんの心から、私の心までの見えない紐でのつながり」となります。利用者さんにとっても私にとっても精神的な薬のようなものです。

人が生活するには苦勞は避けられません。日本のことわざには「若いときの苦勞は買ってませよ」というものがあるそうです。特に日本語が片言から足らない経験まで介護実習生には難しいです。この体は私のものではないと感じるほど、ゆううつになり、まるで、出口のない森に迷っているような気持ちになったこともあります。でも、そのとき、利用者さんの心と、私の心をつないでいる見えない紐で、もう一方の端を持っている利用者さんから、正しい出口の方向に引っ張ってもらいました。その瞬間、「見えない紐でのつながり」が薬の効果のように、私を回復させてくれました。この紐はお互い助け

合える効果を持っています。「利用者さんが幸せになれば私も幸せになる」という効果です。

人は年とともに健康がだんだん弱くなっていくものです。でも利用者さんが毎日元気でいて、好きな食べ物を食べ、簡単な挨拶を交わす。そのような様子を見ると、すこしでも改善したことに安心を感じ、これからも頑張ろうと思う気持ちになります。老人ホームは高齢者に最高の介護を提供する場所です。しかし、故郷と呼ばれるように、どんなに頑張っても100%には至りません。なぜかということ、そこには家族はいないからです。利用者さんには認知症になっていても、家族を切り離して考えることはできません。それで親しい友人でもあるように努めています。相手の話を聞いたり、利用者さんの明るい笑顔を見ることができて、お年寄りが幸せそうにしているのを見ると、私の介護の仕事の概念である「利用者さんの心から、私の心までの見えない紐でのつながり」という現在の価値観を大切にしていきたいです。

最後に、この文章を通じて、家族や周りの人から愛されているすべての人に心からの言葉を送りたいと思います。生きている各瞬間を大事にしましょう。時は過ぎていきますが、お互いに共に過ごした時間の笑顔や会話は心の中に残り続けます。「認知症」という病に罹っていても、心が愛でつながっていれば、必ず愛が返ってくる。年齢、国籍、肌の色もなく、ただ心と心をつないで、お互いに誠意を持って、理解し合えばいいのです。そうすれば、あなたの人生は幸せで価値のあるものになるでしょう。私たち一人一人は大木の枝のように、この世界で大切な役割を担えます。心と心をつなぐ見えない紐は響き渡る楽しい旋律を運ぶ弦のようなものになります。

佳作 失われた未来



ウェイ テツ アウン
WAI HTET AUNG
国 籍 ミャンマー
職 種 工場板金
実習実施者 有限会社紀の川ステンレス
監理団体 国際ビジネス情報協同組合

だれにでも未来があります。人は生まれてから死ぬまで良い未来と幸せな人生を送るために毎日努力しています。自分の生きたい未来に挑戦して成功した人もいるし挑戦して失敗した人もいます。実際はだれにも自由に生きて自由に自分の未来に向けて努力する権利を持っています。わが国の若者にとってこのような素晴らしい機会を得るのは難しい状況です。わが国の若者の生活は困難で非常に悲惨です。若者は夢や未来に向かってどんなに努力しても成功するのは難しいものです。これは国の情勢悪化にも関係しています。国の経済は発展の欠如により悪化しています。親は子供の未来をサポートすることより家族の生計を心配しています。そのため子供たちの未来を十分にサポートすることができません。裕福な家庭に生まれた子供たちは人生の旅路について心配する必要はありませんが、わが国には十分なお金を持っていない底辺階級の人々がたくさんいます。一日働いて得た収入はすべて家族の衣食のためだけに費やされてしまい他のことに費やすのに十分ではありません。これらは子供たちの教育にとって大きな障害です。このような子供たちは勉強すべき時に勉強する

代わりに家族の衣食のために手当たり次第の仕事をして一所懸命に家族を養っています。この子供たちは若くて家族としての責任を担うことができるのに一方では彼らの生活を非常に悪い状況に陥っていることでもあります。彼らは学べる年齢になっても学ぶことができなかったのも善悪の区別が正しくできません。だから彼らはお金を得るために何でもしています。お金のために窃盗や強盗をする人もいれば麻薬の餌食になる人もいます。こうして彼らの未来は失われてしまいました。またわが国では大都市と田舎の間の生活水準の差は非常に大きいです。大都市では様々な講座に参加して知識を増やすことができるのに田舎ではそのような機会がありません。田舎で生まれた人々のほとんどは教育より家族の伝統的な家業に従事して日々の生活を維持することで精一杯の状況です。そのため田舎で生まれた多くの人は知識も乏しくて人生に大きな目標がありません。若者の努力を妨げるものがわが国には多すぎます。だからわが国の若者はどんなに頑張っても目標を達成するのは難しく得られる収入も非常に低いです。そのため若者たちは祖国を離れて自分の生活を向上するために海外へ出て行ってしまいます。これは国にとって良くないことです。国にとって重要なものは貴重な宝石や鉱物ではありません。本当に大切なのは人材です。若者は国の未来です。国の力です。若者の未来が失われれば国の未来も失われます。今この瞬間でも内戦のせいで若者の命が失われています。若者の人生はとても悲惨です。私たちは自由に生きて若者の自由を楽しむ機会を持つべきです。失われた若者の未来が再び見つかりますように。

佳作 私の夢の旅



ボーン マラー
PHORN MARA
国 籍 カンボジア
職 種 そう菜製造業
実習実施者 石川製麺株式会社
監理団体 富濟国際事業協同組合

私の名前はボーンマラーと申します。今年で22歳になります。独身です。家族は8人です。兄弟は5人います。兄が1人と妹が2人と弟が2人です。私は2番目の子供です。私の趣味はテニスをする事です。カンボジアのプレイヴィン県から来ました。今は日本の会社で働いています。

誰でも夢を持っていると思います。私も夢を持っています。子供の時先生になりたいと思っていました。でも私の家族の生活はあまり良くないので、私は中学校を途中でやめました。家族の生活を手伝うためです。その時、カンボジアの会社で働きました。でも給料は少しだけしかもらえません。それでは家族の生活を手助けすることができません。私は考えました。もし他の国で働いたらたくさんの給料をもらえるかもしれないと。その後両親に相談しました。「ママ、パパ、私は日本に働きに行きたいと思っていますが、二人はどう思いますか。」母は私に「どうして日本に働きに行きたいの？日本は遠い国で家族に会えなくて寂しくなったら耐えられるの？」私は笑顔で答えました。「大丈夫。家族の為に我慢できる

よ。」父は母の言う通りに2023年1月6日にKIZUNA学校で日本語の勉強をさせてくれました。初めて日本語の勉強するとき、難しいと思いました。でも2カ月経つと日本語の勉強が好きになりました。2023年4月28日面接に合格しました。その時はとても嬉しかったです。毎日頑張って勉強しています。N4の試験に合格したいです。日本語の勉強をすればするほど大好きになります。私は次第に別の夢を持つようになりました。クメール語から日本語への通訳者になる夢です。もし通訳者になれば家族を助けることができ、自分の好きな仕事にもつくれるので叶えられるよう頑張りたいです。2023年11月15日に日本に来ました。日本に来た時は夢のようでした。日本の町はきれいで、交通も便利で、ゴミもありません。日本の季節は4つあり、私は春が一番好きです。春になると桜が咲き、暖かくなるのでいろんな花も咲きます。そして鳥の声が聞こえます。春の景色はとてもきれいです。

最後に日本在留中に日本語があまり上達できなくても日本語の勉強を続けるつもりです。日本語は難しいですが、諦めずに続けるつもりです。どんなことがあっても夢をあきらめません。家族と自分のために一生懸命頑張ります。

佳作 忙しいお父さん



ガントルガ アマルサナー
GANTULGA AMARSANAA
国 籍 モンゴル
職 種 建設機械施工
実習実施者 山藤工業株式会社
監理団体 九州ネット協同組合

私は来日して半年が経ちました。

私には美しい妻と二人の可愛い息子がいますが、家族のために日本で働きながら生活しています。

これから書く事は日本に来る前の出来事です。

モンゴルで私は忙しい毎日でした。

なぜなら仕事に時間働いても十分なお金がえられません。

妻へ十分なお金をわたされれば、仕事が終わったあと一緒に遊べるねと言いました。

息子たちに「父は働かなければあなたたちの好きなものを買えないし、一緒にこうえんへ行くことができません」と言いました。妻は私のしごとをよく知っています。

しかし息子たちは父が何のために働いているのかまだよくわかりません。

当時、私はくやみました。

息子たちは毎日お父さんと一緒に遊びたい、おいしいもの食べたいと言っているのに、この小さな願いをその時には叶えてあげられなかったからです。

ある日、息子たちは「お父さんと遊びたい、一緒にこ

うえんへ行きたい」と言わなくなりました。

それはとても心が痛くなりました。息子たちは父と一緒にいてくれる事だけを望んでいたのです。

私も息子たちの気持ちを知っていましたが、翌日「家族で遊びに行きましょう」と言いました。

その時、私には何の計画も十分なお金も全ありませんでしたが、私たちは家族の時間をのんびり楽しむ事が出来ました。

今は家族が遠くはなれているのでとても寂しく毎日失恋したような気持ちになっていますが、目的がありますからがんばっています。

一番大切なものは「家族」です。2番目はありません。家族のだいこくばしらとして今出来る事をこれからがんばっていくつもりです。

多分、私が気書いた事は誰にも起きた事が無く、これからは起きないかも知れません。

人生はそれぞれ異なるからです。

しかしもし私があなたに「良い親」になれるかと問いかけたら「はい」と自信を持って言えるでしょうか誰もそう答えな到着思います。

良い親になれるかは時間が教えてくれるでしょう。

しかし私は世界中のお父さんと同じように良い親である事遠目指しています。

最後に皆さんに伝えたい事は、家族の為に時間を作る事が何よりも大切だと言う事です。

佳作 自分に出来ないことはない



イスマ アジザ
ISMA AZIZAH
国 籍 インドネシア
職 種 介護
実習実施者 社会福祉法人ポプラ会
監理団体 協同組合ケアサポート瑞穂

インドネシア出身のイスマと申します。私は母国での看護の経験を活かし、日本での介護の道を目指し、2023年5月に来日しました。

幼い頃の私は、教師や料理人など様々な職業に興味はありましたが、あなりたい、こうなりたいという漠然としたイメージしかなく、自分のなりたい姿がまたピンときませんでした。しかし、ある出来事をきっかけに、私は看護学校に進むことを決意しました。それは、ある日、交通事故の現場を通りかかった時に、救急車からけがした人に駆けつけて現場を見ても怖がることもなく素早く助けに向う看護師の勇氣ある姿を見て感動し、それ以来、私は人々を助けられる人間になりたいと看護学校を目指しインドネシアの看護学校へ進学することになりました。

看護学校にいた時に、先に日本に介護の勉強をしに行った友人から色々な事を聞きました。母国では、介護はまだ一般的なことではないことを知り、日本に学びに行こうと思いました。そして、帰国したら、介護の貴重な知識と経験を母国で活かしたいと思っています。介護

のことだけではなく、日本に行って自分の目でさくらの美しさを見てみたり、富士山に登ったり、母国では得られない日本ならではの体験を色々やってみたいと思っています。

日本語が出来なかった私は、まず日本語の勉強を始め、N3試験に合格して日本へ行く夢をかなえることが出来ました。私は今、特別養護老人ホームミモザ荘で技能実習生として日々、学ばせて頂いています。私の職場の施設では、100才のおじいさんがいらっしゃいます。まだ頑張っているおじいさんの姿は印象に残っていて、私はおじいさんを尊敬しています。しかし、ある日私が夜勤のときに同僚の職員に呼ばれ部屋に行くと、おじいさんは、亡くなっていると説明を受け、それから、私は生きる意味を考え自分の人生のみらず、利用者様との時間、出会いを一つひとつ大切にしながら、心を込めて仕事をしながら、生きていこうと思いました。

私は「自分に出来ないことはない」という言葉を胸に刻み、日々の介護の仕事と日本語の学習に挑んでいます。日本語が上達しないと、次の夢を実現することが難しいので、日本語の勉強を日々、努力しています。3年間の技能実習を終えた後、私は介護福祉士の国家資格にチャレンジし、ゆくゆくはグローバルに活躍できる国際看護師を目指したいと思います。最後にインドネシアから日本へ送り出してくれた家族や友人、先生、施設の職員や私は支えてくれる人達に感謝しながら頑張っていきたいです。

佳作 夢を叶える為に



ニョー リン
NYO LIN
国 籍 ミャンマー
職 種 工業包装
実習実施者 株式会社大門
監理団体 物流ロジック協同組合

私には、叶えたい夢があります。それは日本語の学校の先生になることです。

この夢をもったきっかけは、子供の頃から人に教えるのが好きだったからです。人に教えるという事は、簡単ではありません。自分が理解してないと教えられません、つまり自分の成長にもつながるし、教えた人が日々成長していく姿を見ると自分も嬉しくなります。これを仕事に出来たら素敵だなと思ったのが、この夢を追いかけるきっかけでした。夢を叶えるために、文化も言語も違う、母国と遠く離れた国日本に行く事にしました。

だけど、私が来日した時は、コロナの感染が広がって、コロナに対する不安、文化も違う日本での仕事の不安、仕事と勉強の両立は難かしく本当に続けていけるのかという様々な不安の中でスタートでした。そんな不安を乗り越える事が出来たのは、私一人ではなかったからです。それは、私の夢を応援してくれる家族や、仕事の手だけではなく、日本語や日本の事いろいろな事を教えてくれた会社の上司の人たちと仕事の仲間たちのおかげです。仕事の事や守らないといけない事があれば厳しく、時には優しく教えてくれたり、そして、私が困ったり悩

んだりした時に、私を励ましてくれた仕事の仲間と上司たちのおかげで、様々な不安や苦勞を乗り越える事が出来ました。そして勉強や仕事だけではなく、自分の成長にもつながったと思います。

成長だけではなく、私は日本に来て多くの大切な事も学びました。それは、一生けん命に努力すれば、きっと良い結果にあり、誰かがその姿を見ていてくれるという事です。それには、国や文化や性別などの違いは関係はないという当たり前だけど、とても大切な事を学びました。人生は本当に、山あり谷ありいろいろあります。でも諦めずに、継続したらきっと良い結果になります。もし失敗しても、失敗は成功のもとです。なので失敗から学んだことがあるなら、将来必ずその失敗が役に立つと思います。

私の夢はまだ始まったばかりです。これから今までよりももっと大きな試練があり、挫折することもあるかもしれませんが、今の私にはどんなに苦しい試練でも乗り越えていける自信があります。日本で得た事や学んだ事があるのと日本で生活して仕事と勉強を毎日両立して私自身大きく成長できたからです。いつかこの夢を叶えられた時生徒に日本語の勉強だけではなく私が日本で得た事や学んだ事を教えられたらと思います。私が今まで多くの人に支えられてここまで出来ました。今度は私が誰かを支えられるようにこれからたくさん勉強してもっと成長をしていきたいと思っています。それは私を支えてくれた家族や会社の上司の人達への恩返しになると思うからです。

最後に、私は必ず自分の夢を叶えて、そして、誰かの支えになれるように、これからも努力を怠らず日々を過ごしていきたいです。

佳作 一番大好きな人



グエン ティ タイン
NGUYEN THI THANH
国 籍 ベトナム
職 種 パン製造
実習実施者 山崎製パン株式会社
監理団体 すずらん協同組合

「一番大好きな人はだれですか？」という質問をされたことがありますか？私は最近よく聞かれます。他の人はすぐ答えられるかもしれませんが、私は一日考えても答が見つかりませんでした。両親なのか、大好きなおばあちゃんなのか、大事な友達なのか、それともまだ出会ってない結婚相手？これから出会う大事な人との子供なのでしょうか。。。

何度も自分自身で深く考えたのですが、答えははっきり見つかりませんでした。私にとって大事な人が多すぎるからです。

あらためて「大事な人」の事を考えたときに一つの事実に気づきました。自分が産まれたときから一命が終わるまで、必ずずっと一緒にいる人は一人しかいません。

それは自分自身です。

少し自己中心的と思われるかもしれませんが、自分自身の事を大事だと思えなければ、他の人を大事にすること出来ないと思います。自分自身の事に責任をもてなければ、他の人に優しくすることもできません。

ですから、自分自身に対して伝えたいです。ティンがや

りたいことを全部やってください。人生は長くはありません。時間を無駄に浪費せず、人生を楽しみつくしてください。

そして、家族とたくさん思い出を作りましょう。旅行に行ったり、好きな服を買ったり。。それらを行うためには、一生懸命勉強したり、仕事を行わないといけないですね。

今、私は日本で一生懸命に日本語とパン製造の技術を学んでいます。自分自身をもっと愛することができるようになるためです。

健康にもとても気を付けています。しっかりと栄養バランスの取れた食品と適度な運動を心がけています。ティンがもっと人に対して優しくなるように、自分の体にとって優しいことを意識しています。

自分自身に伝えたいです。いつも頑張っていて偉いね。

私は私を愛しています。

佳作 かけがえのない存在



ファム トウー ハン
PHAM THU HANG
国 籍 ベトナム
職 種 電子機器組立て
実習実施者 テクノセンター株式会社
監理団体 モノづくり事業協同組合

あなたにとってかけがえのない存在だと思う人はいますか。今日は私にとってかけがえのない存在、私の母について話します。

母は手がガサガサで、肌が日焼けをしていてきれいとは言えませんが、その中には大きな犠牲が隠れています。父が亡くなってから母は父の役目を担っています。その中でも農業の仕事は朝早くから夜遅くまで、厳しい天候とも向き合っています。凶作のときは家族の世話や出費に深刻な悩みを抱えていました。気づくと以前のサラサラな母の髪は白髪になっていました。私が子どもの頃、母は超能力を持っていると思っていました。どんなに苦しいことがあっても、病気にかかっても母は我慢して一生懸命仕事や家事をやっていました。私が大きくなるにつれて母にそんな力はなく家族のためにどんな困難も乗り越えてきたことがわかりました。

母はお金持ちじゃありませんが、学費や食事はいつも十分に準備してくれました。母は私が自分のような苦勞な生活をしないために私にちゃんと勉強をさせたかったのです。母はよく「頑張りすぎないように」と励まして

くれますが、私が失敗をするときとても厳しく注意され、そのときは母を嫌いました。私は社会人になった今、母の厳しさの意味を理解できるようになりました。

母は時々うそをつきます。母は「食べたくない」と言っていて私に美味しいものを譲ってくれます。疲れていても「大丈夫だよ」と言います。母になにか買ってあげるたびに母はすごく喜びますが「高いでしょ、ハンちゃんは大変な中お金を稼いでいるから自分に使って」と言います。母はいつも自分のことを犠牲にして温かい愛情で家族のことを想ってくれています。母の願いは私が元気で暮らして、良い人に出会うことです。遠く離れていても母は私をいつも見守ってくれています。

私の人生で一番の幸せなことは母の娘に生まれたことです。母の犠牲に代えて毎日コツコツ働いて、日本語の勉強をしています。近々母と日本に旅行に行きたいと思っています。桜並木を見に、着物との写真を撮りに、活気がある東京に母を連れて行きます。

私は母に「愛しています」と言ったことはありませんが、心の底から母を尊敬しています。母から教わってきたことはとても貴重でそのおかげで成長ができ、感謝の気持ちでいっぱいです。「素晴らしいお母さん、本当にありがとうございます」と伝えたいです。

佳作 母が亡くなってから一年以上経ちましたが



ウィウィン ウィナルティ
WIWIN WINARTI
国 籍 インドネシア
職 種 電子機器組立て
実習実施者 テクノセンター株式会社
監理団体 モノづくり事業協同組合

昨年、私は母親を亡くしてどれほど悲しいかを話しました。母が亡くなったのは2022年10月17日で、それから1年半が経ちました。この物語では、母を亡くした後の私と家族の家庭での状況についてお話をします。

母は40歳で亡くなり、当時私が22さいになるまで付き添ってくれました。でも、私が18さいになるとマレーシアで働くことになったので、一緒に住んだのは18さいになるまでだけでした。私は18歳から22歳までで両親からはなれていました。私はマレーシアで4年間働いていますが、両親からはなれていました。私はマレーシアで4年間働いていますが、両親から遠くはなれて暮らしているため、両親と過ごす時間、特に母親と過ごす時間が少なくなります。

2022年3月にマレーシアからきこくしました。初めて両親や弟たちと再会した時の思い出は今でもよく覚えています。4年ぶりに再会できてとてもうれしくて泣きました。私は父と母と喜んでだき合い、りょうしんにさいかいできたことにとてもかんしゃしました。それから私は家にかえり、すうにちかんかでりょうしんと私は一緒に食事をしたり、いっしょにりょうこうしたり、いっしょに

あそんだり、その他にもたくさんのかを家族といっしょにすごしました。

マレーシアからきこくご。母に会うと、なぜかいつもだきしめたくなるのです。そんな時も私は母親に甘えることがたえませんでした。マレーシアからきこくして2か月ご、日本語をまなぶためにがっこうにかよいはじめました。そして週に2日は実家にかえります。がっこうがいそがしかったとき、がっこうにしゅうちゅうすることに焦っていたので、母と十分なじかんがとれなかったことがこうかいの一つです。マレーシアからかえってきたとき、母は以前とちがって少し痩せていたように見えました。母がめったに食べないからだと思っていたが、そのときすでに母は病気のせいで体調を崩してることが分かりました。母がどんな病気を患っていたのか知らなかったの、とてもかなしくて申し訳ありません。また母といっしょにもっとじかんをすごすことができないことにざいあくかんをかんじています。すうかげつご、母が亡くなり、私も仕事で日本へ出発したのち、ラマダンの月がやって来ました。そしてさくねん、せいかくに言う、母のいないラマダンのさいしょの月でした。すべてが明らかにちがうようにかんじます。母がいなくなったとき、家はしづかでしづかに見えました。私は父に同情しました、父は母のしをかなしみつづけました。何か月もたち、1年たっても母がいなくなったことがまだしんじられませんでした。そして、私は今、父とおとうといっしょにすんでいないので、ざいあくかんもかんじています。しかし、私はまたかていでかぞくの経済をたすけるためにねっしんにはたらきつづけねばなりません。

2024年外国人技能実習生・研修生日本語作文コンクール優秀作品集

2024年10月発行

非売品

編集・発行 公益財団法人 国際人材協力機構
〒108-0023
東京都港区芝浦2-11-5 五十嵐ビルディング11階
電話 03-4306-1100（代表）
FAX 03-4306-1112
ホームページ <https://www.jitco.or.jp/>

JITCO