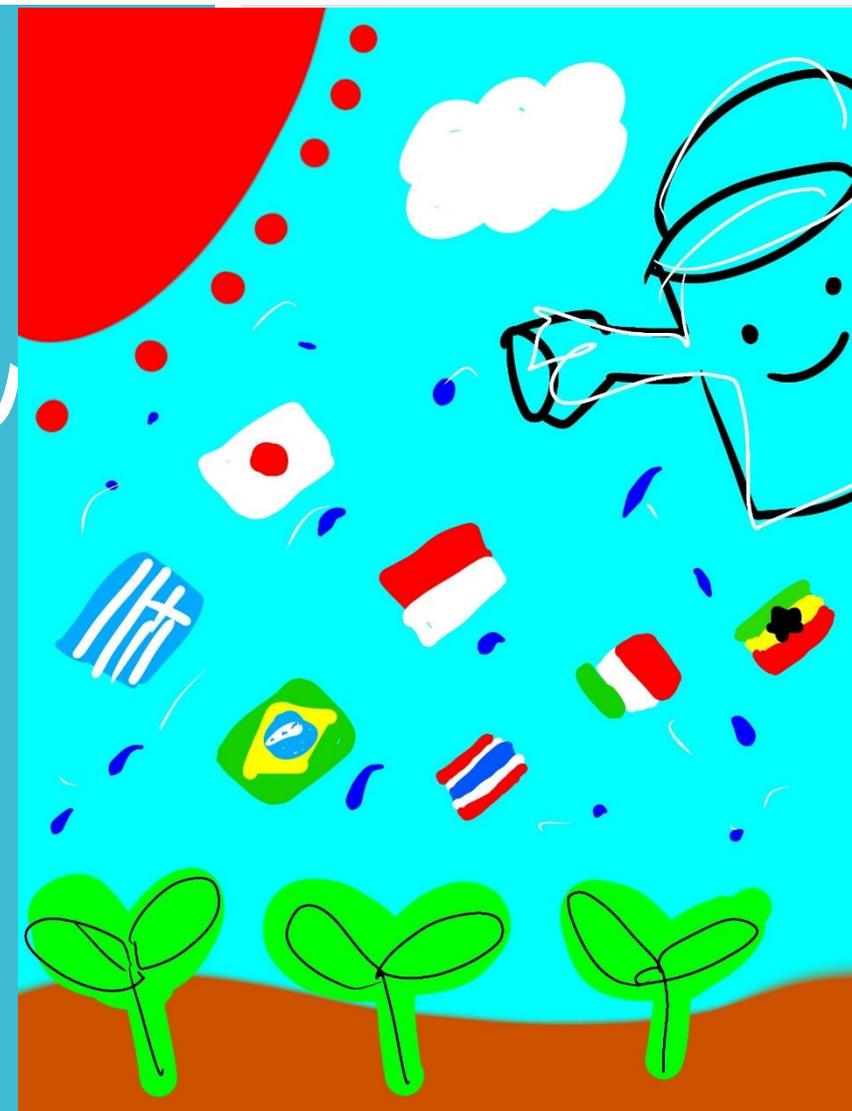


今日から私もバディさん

ワーキングブック

公益社団法人 트레이ディングケア
代表理事 新美 純子



この ワーキング ブック について

この教材は、外国の人たちのバディをしてみたいという方々のためワーキングブックです。7つのワークをしながら、バディは何かがわかりどうやってバディをしていくかのヒントにさせていただけることを考えて作成しました。

バディという言葉はまだまだ耳慣れないと思いますが、簡単にいうと、「相手の立場になり、自分ができるところをやる」ことです。厚生労働省では「わがこと」と表現しています。

バディは、外国人住民にだけでなく、地域に住む私たち日本人のためのものでもあります。学校、地域、会社で外国の人との共生を考えるツールとして、このワーキングブックを使っただけだと幸いです。

使い方

本教材は、JICA中部主催のバディセミナー(入門編)で使用したのになります。

ワーキングブックは、読みものとしては、まだ不十分ですが、セミナーを受講した方やバディに興味がある方に手に取っていただき、より多くの気づきに役立てていただけることを期待しています。

<本ワーキングブックの使い方>

①まずは「今日から私もバディさん」(パンフレット)をお読みください。

<https://www.jica.go.jp/chubu/topics/2020/ku57pq00000mbsyv-att/ku57pq00000mbszn.pdf>

②本書ワーキングブックを使ってみよう！

③次に「今日から私もバディさん 入門編」をお読みください。

ワーク①

あなたなら
どうして
ほしい？

あなたは知らない外国の市場に一人います。
野菜や魚、肉などいろいろなものを買いた
いのですが、買い方も値段もわかりません。
言葉も通じません。



ワーク①

あなたなら
どうして
ほしい？

あなたならどうしてほしいですか？

どんな風に声をかけてほしいですか？

どんな言葉をかけられたらうれしいですか？

どんな表情で声をかけられたい？

書き出してみましょう。



ワーク②

意識をしよう

この写真を
みてください。

何が見えますか??

ヒント⇒

いんげん畑の鳥たち
・・・気づきましたか?



一度、鳥が見えるとずっと見えるようになる。
意識しなければ、ずっと見えない。

ワーク②

意識をしよう

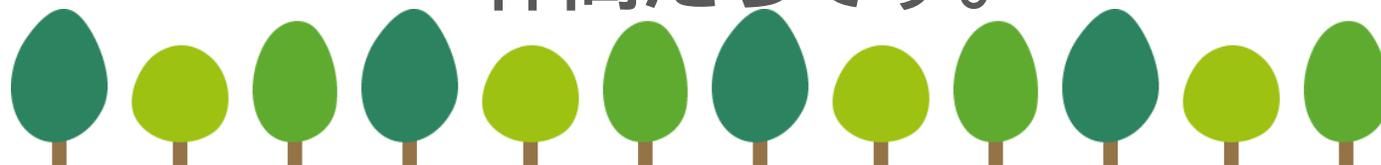
意識をすると
見えてくる



意識すること

「意識をすることで、見える世界が
変わってくる！」

毎日見る風景でも、意識をすることで
見えていないものが見えてきます。
日本には、たくさんの外国の人が暮らして
います。みなさんは、今までそんな彼らを
意識したことがあったでしょうか？
彼らも私たちと同じ日本に暮らす
仲間たちです。



周りにいる人
を見てみよう。
外国の人たち
を意識しよう

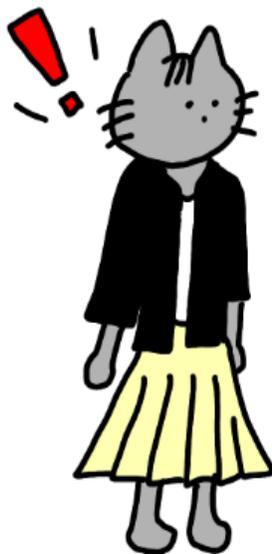


ボディは「□□の立場になり、〇〇ができることをする」こと

ワーク③

ボディの
反対語は？

考えて
みましょう

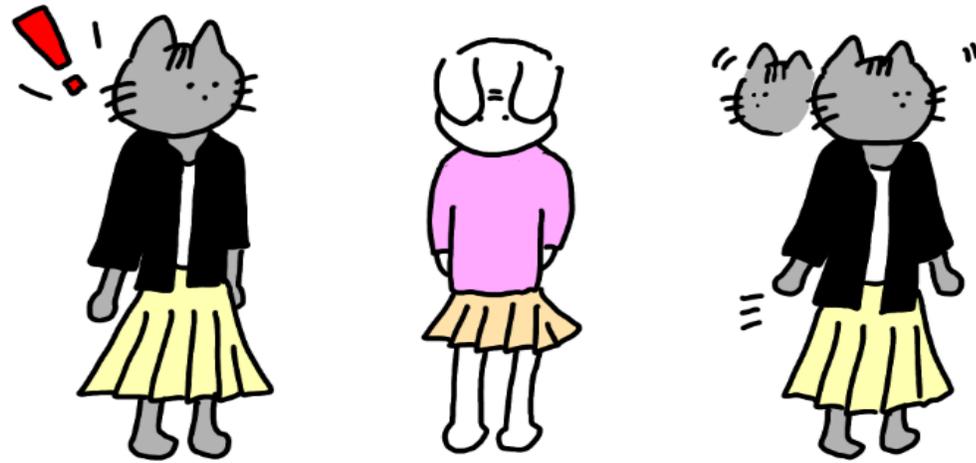


ボディは「相手の立場になり、自分ができるところをすること」

無視 知らんぷり ないがしろ 見て見ぬふり
無関心 興味がない 関係ない 我関せず

ワーク③

ボディの
反対語は？



こんな世の中はさみしいですね。
孤独・孤立が増えた一員は、これではないでしょうか。

バディは
相手を
思いやる
ところ

この事例は一意見です。
でも私はハッとしました

外国籍の友人Aくん
「ごめんね、僕の感じることをいうよと前置きをして」

「日本人は自分や
家族のことだけ」

希薄した社会、
忙しい社会の中で
忘れているところ、マインドが
「バディ」



ワーク④

ボディをしよう

まずは最初に、

1. 相手を〇〇する

意識

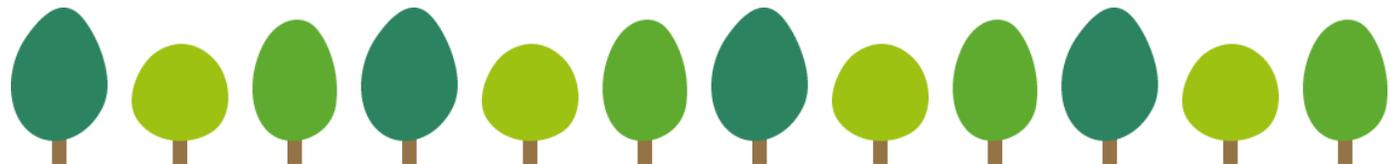
2. 〇〇をもつ

興味

3. 〇〇〇〇をする

あいさつ

さて… 次はどうしましょうか？



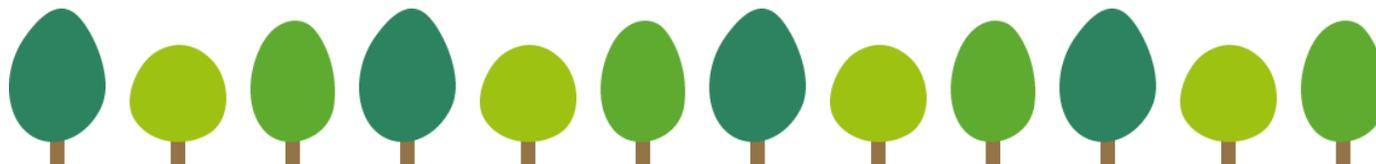
ワーク④

ボディをしよう

次に何をやる？

1. 意識をする
2. 興味をもつ
3. あいさつをする

私は「名前」を聞きます。
そして、次からはかならず
「名前」を
呼ぶようにしています。



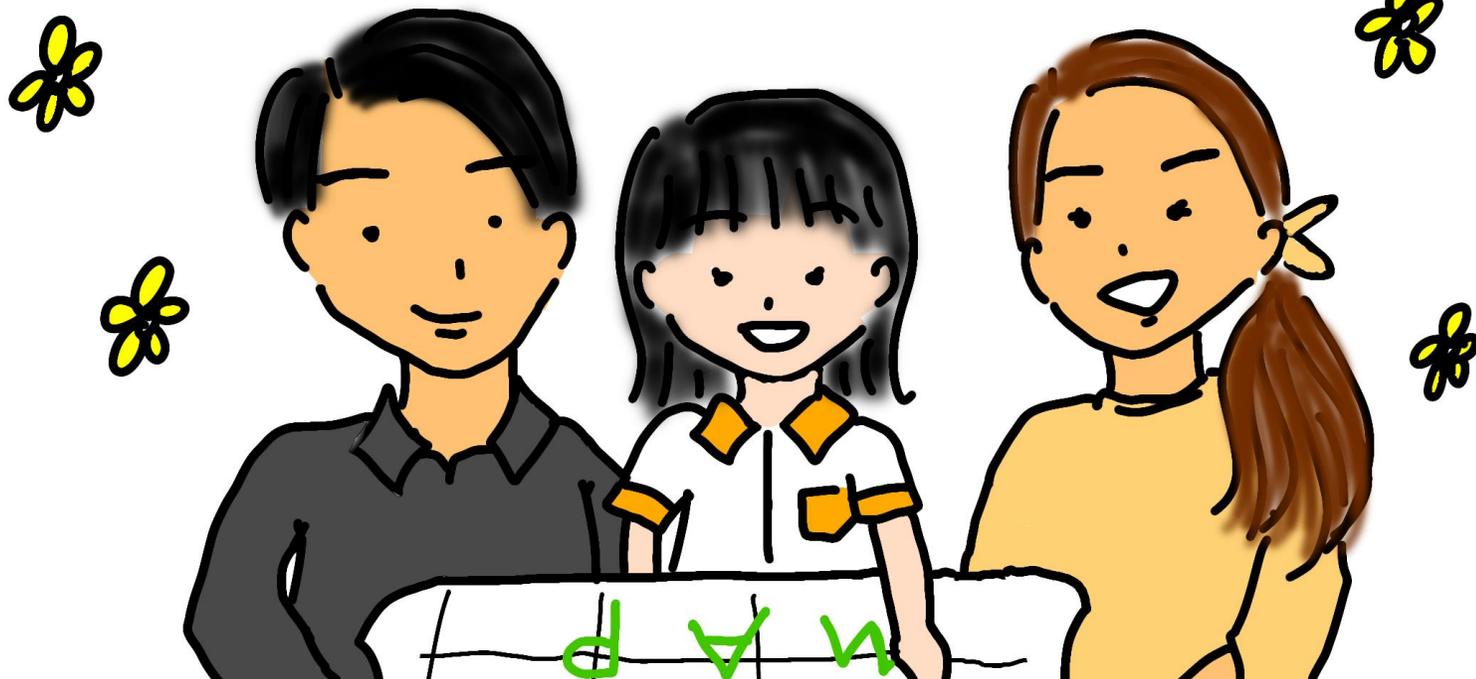
名前を覚えよう！

- ★メモをとる
- ★何度も呼んでみる
- ★特徴で覚える

グエンさん

みさきさん

タレニさん



ラウラさん



みよこさん



タンさん



テイさん

ワーク⑤

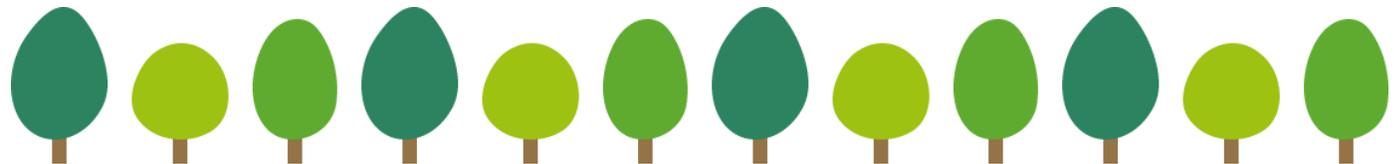
次のうち
あなたが呼ばれ
たいのはどれ？

A. ねえねえ

B. その外国人
(がいじん)

C. おい、おまえ

D. ○○さん、
○○ちゃん、
○○くん



ワーク⑤

A.B.C
のわけがない！
と思いますね。

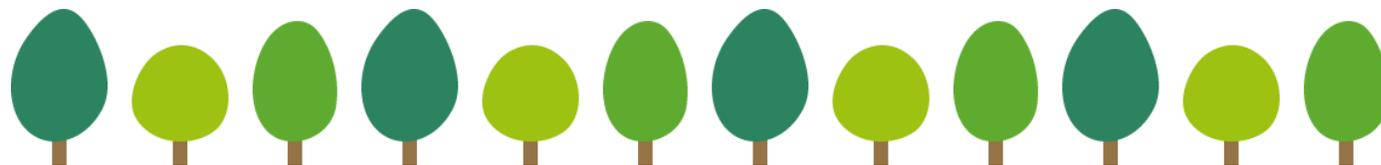
でもそう呼ばれ
ている現状もあ
るのです。

A. ねえ ねえ

B. てい（外人
（がじん）

C. おい おまえ

D. ○○さん、
○○ちゃん、
○○くん



ワーク⑥

相手の国の
言葉で
あいさつを
してみよう。

相手の国の言葉
を調べてみよう！



Halo. sehat?
Apakah Anda
orang Jepang?

コンニチハ!
オゲンキ?
ニホンジン?

外国に行って、片言でも日本語で声をかけて
もらったらとってもうれしいですね。

ワーク⑦

ボディをする 人の国のこと を知ろう！

あなたの周りには
どんな外国の人た
ちがいるかな？

住んでいる地域、会社や学校にいる外国の人たちを
調べてみましょう！

①あなたの住んでいる市の人口

人

②あなたの住んでいる市の外国人住民の数

人

③あなたの住んでいる市の外国人住民の
比率

%

④どこの国から来ているかな？

あなたのまちに多く住む外国の人の国籍や国旗を書いてみましょう

ワーク⑦

バディをする
人の国のこと
を知ろう！

もっと
聞いてみよう
調べてみよう

「あなた国の素敵などころを教えてください」



私たちが聞かれてうれしいことは、相手もうれしい。
興味を持って聞いてみてください。
興味を持って調べてみてください。

さあ、

無理なく
始めてみよう

そして
ゆるやかに
つながろう

これがボディの
コツ

「強制」は「共生」ではない

「日本のルールはこうなの！」
「こんなにしてあげたのに！」
「私の時間を使ったのに！」

自分を押し付ける
恩を着せる

これでは長続きしない。

自分の好きなことを、好きなだけ、無理なく



2022年4月1日 発行

著者 公益社団法人 트레이ディングケア

代表理事 新美 純子

内容問い合わせ先

公益社団法人 트레이ディングケア

愛知県高浜市青木町4丁目5番地26 2F

☎0566-57-7700

発行 独立行政法人国際協力機構 中部センター