

きっかけは タイ vol.31

タイから繋がるライフストーリー



西井さん(右)と訪問活動当時の園長先生

西井孝江さん ◆ クロントイ幼稚園
ボランティア

園児は訪問を

待っているのだと

引き止められて、

知った活動の意義。

——タイ、そしてボランティアとの
出会いはい？

語学留学した先のアメリカで、後
に結婚するタイ人の主人と出会い、
1989年にタイに来ました。

上の子が幼稚園のとき「縁があ
ってお世話になってるタイ社会
です。余力のある人は社会貢献し
ましょう」というお知らせを日本
人会の会報で見たのがボランティ
アのきっかけです。お受験社会の
タイでは小学校の入学試験に親の
面接もあって、何か社会貢献して
いますか？と尋ねられると園から
聞いていて、そんなときに目にし
たボランティア募集でした。

いくつか受け入れ先があったの
ですが、子どもが好きで何か作る
ことも好きなので、子どもたちと
工作をして遊ぶというクロントイ
幼稚園に行ってみようと思われま
した。2003年のことです。

——どんな幼稚園のですか？
クロントイ幼稚園は正式にはス

ーンパナレポリカーンクロ

ントイという名称で、タイ最大の
スラムと言われるクロントイスラ
ムにあります。出生届が出されて
いないために一般の学校に就学で
きない子どもたちのために、19
73年、タイ・キリスト教団によ
って設立されました。3歳から6
歳までが対象で、当時は約60名の
園児がいました。園の成り立ちや
日本人会との関わりを私は参加し
てから知ったのですが、日本人会
はすでに20年近く前から支援して
いたようです。

月に1回、事前準備をして子ど
もたちとリサイクル工作をするの
が活動で、新聞紙を筒状に丸めて輪
ゴムと割り箸をつけて鉄砲を作り、
トイレットペーパーの芯を飛ばす
紙鉄砲が、子どもたちにすごく人
気がありました。水ヨーヨーを目
本から買ってきた人がいて、それ
も大ウケでロイカトンの恒例の行
事になりました。

訪問は園児の「心の成長を
促す」と訴えた園長先生

私が参加したときにはボランテ
ィアは6人くらいで、人数が足り
ないので募集広告を出したその時
期に、強い思いで活動に取り組ん
できた3人が本帰国することにな
りました。状況を考慮して話し合
った結果、訪問はやめることにし
ました。1回訪問して工作して遊ぶ
さやかな活動を、幼稚園の先生た
ちがどう思っているのかもわから
なかった。それも判断の理由の一
つでした。

ボランティアの人数が集まらな
いし、訪問活動はやめます。でも
日本人会からの支援は続けるから
安心して、言葉の問題があるとき
には手伝いますからと伝えたとき
ろ、当時の園長先生が「それは大
変！」と必死な様子で5分くらい
しゃべり続けたのです。
「人数が減っても工作が出来なく



上：クロントイ幼稚園でのビーズのブアンマライ講習会



左：クロントイ幼稚園の仲間と日本人会バザーでボランティア(2005年)

Takae Nishii

1962年、東京生まれ。1989年からバンコク在住。日本人会の会報でクロントイ幼稚園ボランティアグループを知り2003年から参加。月に一度、幼稚園を訪問し、リサイクル工作などをして園児と遊び交流するほか、就労の機会を得ることが難しい園児の保護者らにビーズ細工の講習をし、製品の販売をサポート。ビーズのブアンマライ(タイの花輪)は人気商品に。昨年の日本人会チャリティーバザーでクロントイ幼稚園としてビーズのクリスマスツリー作りワークショップを開催し好評を博す。

でもいいから、毎月の訪問だけは
してほしい。自分たちは受け身の
立場だから、こうしてくれあし
てくれとは言えません。けれどお
願いだから毎月来てほしい」
「子どもたちにとってはここが初
めての社会で、スラムの子は外か
ら来た人が怖い。しかもボランテ
ィアたちは日本語を話しているか
らエイリアン。最初は近づかない
泣く子もいるけれど、上の子た
ちを見てみんな自分たちから遊ん
でと言うようになります。子ども
たちの心の成長がみられます。だ
からやめないでほしい」と。
そのときに初めて先生の思いを
知りました。そう言われたらやめ
られません。ボランティア仲間
に伝えたところ、みんな泣いてしま
って「じゃあ募集をかけよう」と
「ボランティア解散の危機です」
と訴えて、6、7人が入ってくれ
ました。

*現在の名称はスーン パンタキット クロントイ



出会いに 恵まれた国

Q あなたにとってタイとは？

ボランティアメンバーとクロントイ幼稚園で。2列目右端が西井さん(2012年)

— 伝わったんですね。

このことがあって初めて自分の存在意義に気づきました。私が幼稚園とボランティアの間にいないと伝わらないことがある。私はこういうことを伝えていく役目を担わなければと思いました。

園長先生は子どものことを深く考えている方で気が合いました。これをきっかけに幼稚園に頻繁に行くようになり、厳しい環境にある子どもや困窮しているスラムの家庭のことなど、いろいろな話を聞かせていただけるようになりました。今日のお米を買い取って園長先生のところに来た子も、両親が麻薬で捕まった子どももいました。母親は養育義務があるので執行猶予になったとことで先生たちと訪ねると、別の人と麻薬をやっているという状態。その子は孤児院にかけあって保護してもらいました。今は18歳になり地方の施設職員になっています。

タイに来ていた日本の大学生が参加したことがあり、その彼が私に尋ねたのです。「失礼ですが、これは望まれたボランティアなのですか？」と。やはり外から来た人が見ても、役に立っているのかと映るんだと思いがちで、よくぞ聞いてくれたと園長先生との話をしました。彼は聞いてよかったですと言っていました。1年くらいボランティアに来ていた大學生もいて、私たちが行く日は出席率が良いということは彼女から伝え聞きました。

**ビーズのプアンマライ(花輪)
作りでスラムの女性に収入を**

参加したての頃にビーズ細工が流行っていて、ビーズのプアンマライはお土産に人気でした。私も好きで趣味で作っておりメンバーにも広がりました。それで原価5バーツくらいで60〜80バーツで売れるからやりませんか？と園の先生に提案したら、今日食べるものに困っている人たちはいつ売れるかもしれないものを作ることはないという返事。それならとボランティアのメンバーが千個くらい注文をとってきたんです。それで幼稚園で希望者に講習して2週間くらいで作りました。そこから、こちらで材料を用意して、スラムの人たちが作った製品をバザーなどで販売するという支援が始まりました。

— 現在はどうな活動を？

クロントイ幼稚園はコロナ禍でいったん閉園になり、翌年に再開したのですが規模は小さくなりました。園長先生をはじめスタッフもかわりました。日本人会からの支援は続けていただいているので、コミユニケーションをとるお手伝いをしていますが、訪問などの活動は懸案事項です。昨年の日本人会チャリティーバザーで、現在の園長先生にも来ていただいてビーズのクリスマスツリーのワークショップをして盛況でした。これから何らかのかたちで関わり、伝え続けていけたらと思っています。

— 新規活動があるとか？

「古典音楽の会」というタイの伝統楽器を演奏する会を始めました。不定期ですが土曜日に日本人会本館でやっていますので遊びにいらしてください。



県内外から参加者が集まるイベント「日本語キャンプ」



授業で日本文化として書道を学ぶ



右から2人目が寿本明日美さん



カンチャナスクロ校と日本語の教室

特集♡日本語パートナーズ寿本明日美さんと生徒たちの活動から カンチャナブリーの魅力を発信！ 地元の高校生が日本語でパンフとマップを制作



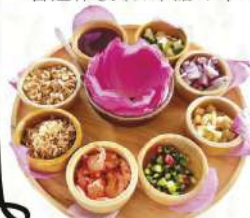
生徒たちの笑顔が一番の活力と寿本さん



7月7日に行われた日本イベントで



書道体験（日本語キャンプ）



ミヤンカム



インタバラム（デーツ）

日本語パートナーズ

＊

アジアの中学・高校に日本から「日本語パートナーズ」を派遣し日本語教育を支援する事業を、独立行政法人国際協力基金は2014年より行なっています。現地の日本語教師のアシストや日本文化の紹介等を行うのが日本語パートナーズの役割ですが、同時に日本語パートナーズ自身も任地の言語や文化についての学びを深め、アジアと日本の架け橋になることを目標としています。

タイで活動する日本語パートナーズは現在73名。13期生として2025年5月からカンチャナブリー県のカンチャナスクロ校で活躍する寿本明日美（すもと・あすみ）さんにお話を伺いました。

— タイ生活は二度目だそうですね？

大卒後すぐに就職したのがバンコクの日系幼稚園でした。大学の就職センターで知って応募し、タイという国を何も知らないまま、好奇心で飛び込んだのですが、タイの文化も人も好きになりました。8年間、教諭として勤務しました。その後コロナで先行きが不透明になり、家族が元気なうちに帰ろうと2020年に本帰国しました。

日本に帰ってからは中学で英語教師をしており、こちらもやりがいがありました。日本語パートナーズのことを友人から聞き志願しました。私という人間を育んでくれたタイの教育現場を知りたいという気持ちもありました。

バンコクでは日本語と英語でことたりていましたが、カンチャナブリーで

高校2年生
制作

カコザン いちば

たくさんのたべものが
ありますが、このふたつ
をれいにあげます。

まずはヨーグルトスムージー
です。とすす
ます。とすす
ます。とすす

そして、「カノム・プア」
にはあまいなかみと
しょりあつとおいしいタイの
おかしで、
いっことったのニパーツで、
とてもやすいです！

孫悟空様
ワットタムカオチャアンには、
ソン・ゴクウさま（孫悟空様）
のそうがあります。

そんごくうは、さいゆうきという おは
なしにでてくる、つよいかみさま
です。

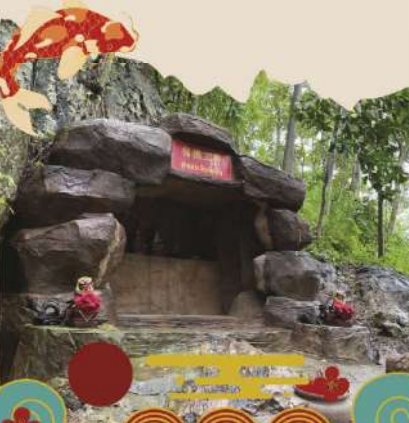
せんこうをさんぽん たてて、
ねがいごとをします。
(おもに、せいこう、おかね、
こううん、もんだいの かいけつ、
そして こんなんをのりこえる ことを
おねがいでいます。)




ホク・トク ジア・シン

ワットタムカオチャアンに
は、ホクトクジアシンびょ
うをさんぱいするしゅうか
んがあります。

せんこうをごほんたてて、
おいのりをします。
(おもに きんうん・さいさん・
はんえい・ちいきの しゅご
を ねがいます。)



Open Everydays
9:00 - 17:00

毎日営業しています
090-1270-1270

ワット・タム
カオチャアン

ワット・タム
カオチャアンは、
カンチャナブリー市に
あります。

しゅういはしずかで
もりにかまれています。





日本語専攻の高校2年生たちがパンフを作成



ガイドマップを作った日本語専攻の高校3年生

はそうはいかず、今、本当の意味での
タイ生活を体感しています。

＊
日本語の表現の幅を広げ
日本の日常・伝統文化を紹介する
＊

— カンチャナブリーの学校はどんな
ところですか？

カンチャナスクロ校という公立の中
高一貫校で、カンチャナブリー市の真
ん中にあります。全校生徒数が450
0名という大規模校で、各学年18クラ
スあります。生徒たちは第二外国語を
日本語・中国語・ミャンマー語・スペ
イン語・ドイツ語・フランス語から専
攻できて、私は各学年の日本語専攻の
授業を担当しています。

授業は基本的に学校のタイ人の日本
語教師とペアで行います。スモール
トークやゲームアクティビティなどを
通して日本語の表現の幅を広げたり、
日本の日常・伝統文化を紹介するのが私
の役割です。より楽しく学べる教材作
りをしたり、日本語を使う機会を設け
たり。日本文化として食事マナーを学
ぶ時間では、お箸を使い慣れていない
子が多かったので、チョコとグミをお
箸で運ぶゲームをしました。生徒たち
の笑顔が一番の活力です。

生徒にも気づいてほしかった
カンチャナブリーの「素敵」 ＊

— 授業で日本語パンフとガイドマッ
プを制作することにした経緯は？
カンチャナブリーは自然が豊かで
すし、日本と深い関わりのある泰緬鉄

高校2年生
制作

フォトスポット & リラックススペース

カフェにはフォトスポット
やすわるばしょがたくさん！
エアコンのあるへやでも、
きのしたのガーデンでも、
どちらもきもちいいです。
おにわはひろくて、ちいさい
たきやかわいいアヒルもい
て、さんばやしやしんに
ぴったり。



カフェについて

みどりにかこまれたひろいくうか
んで、こうばしいコーヒーとてづ
くりスイーツをたのしめます。
こどもがあんしんしてあそべるキ
ッズプレイスペースもあります。



メニュー

コーヒー、ノンコーヒー、スムー
ジ、フード、スイーツなど。
おとなもこどももたのしめるメ
ニューがそろっています。



キッズプレイグラウンド
こどもよしのプレイエリアが広がります。
すべりだいやおもちゃがたくさん。
パパとママはゆっくりコーヒータイム。
こどもはけん玉にあそびます。

“
しぜんとコーヒーとスガ
おがふれるばしょ。
かそくみんなが「ほっと」
できるカフェ。
カンチャナブリーにきたら、
ぜひみんなが「ほっと」
できるようにしてください！”

080-901-7900
25/10101 Road, Thiruvananthapuram,
Kochi, Kerala, India 695 001
080-901-7900
080-901-7900
080-901-7900

FEEL AT EASE
—FAMILY
CAFE & KIDS
PLAYGROUND

しぜんとスガおがふれるばしょ。かそくみんなが「ほっと」できるカフェ。
カンチャナブリーにきたら、ぜひみんなが「ほっと」できるようにしてください！”

夕暮れのトンカーンカフェと夕景(上・左上)
スカイウォーク通りのナイトマーケット。毎週土曜日に開催(左下)

道もあるのに、日本人にはあまり知られていないことに気づいたことからです。人気のナイトマーケットにも有名な観光地にも日本人は少ないのです。カンチャナブリーはおしゃれなカフェも多いし、クウェー川沿いの風光明媚なレストランもとても素敵で、特に夕景は一見の価値があります。ローカル料理も豊富で、地元の人たちが自慢するだけあって、くだものもとてもおいしいです。

日本の人たちに知ってほしいのがきつかけでしたが、もう一つの理由は、タイの生徒にカンチャナブリーの「素敵」に気づいてもらいたかったからです。生徒たちは自分たちの地元を、何もない田舎だと言うのです。

——制作はどのように？
パンフレット作りを高校2年生の雨季休みの宿題としました。グループごとに「カフェ」「寺院」「観光地」と振り分けて、行ったことのある場所で好きなところを1カ所選んで各自パンフを作るのが課題です。データ提出と言っていただいたのに、みんなアプリを使って作成し、印刷して折り畳んだ状態で提出してきたので本物みたいでした。現地の人だからこそその視点が感じられる点も興味深いです。

ガイドマップは、パンフレット作りを見た高校3年生のクラスから、カフェ・お寺・観光地を一つにまとめてマップにしたいと提案があつて、グループワークで作るようになりました。地元の生徒たちのおすすめマップです。カンチャナブリー歩きがさらに楽しめますよ。

——ありがとうございました。

カンチャナブリー

国立公園をいくつも有し、自然豊かな場所として有名な街カンチャナブリー。けれどその魅力は自然だけではない。この街に住むタイの学生たちが日本の方々におすすめするところのスポットをご紹介します。カンチャナブリーに観光する際には、是非街中まで訪れてほしい。
日本語パートナーズ:青木明日美



カンマキカフェ
Kan machi café
日本風のカフェで、料理やスイーツはタイと日本のフュージョンです。抹茶やラーメンがとってもおいしいです。



ムアンマリカ
Millika City
ラーマ五世時代のタイの暮らしを体験できる、こじんまりした古い町です。タイ服を着て古い市場を散歩できます。



トンカンカフェ
Tongkan café
クウェー川のほとりにある有名なカフェです。料理も飲み物もおいしく、音楽もすてきです。



Z2 Café
海を感じるカフェで、カンチャナブリーにいらしたてもさわやかです。



グローイ カフェ
Gloi Café
ミニマルなカフェで、光がきれいです。写真やコーヒーにぴったりです。



キーリーマントラ
Keeree Mantra
山々に囲まれたカフェで、自然を感じながらとても美しい景色を楽しむことができます。



アープセーブ
Abasaab
この店の特徴は、辛いイサーン料理が安く食べられることです。店は郵便局のそばにあります。



ペー ナー ムアン
Phae Naa Mueng
パークンの特徴は自然に近いことです。クウェー川やスリナカリン湖で、山と風を感じながら過ごせます。素晴らしいアクティビティもたくさんあります。



ジョン ジャーロン
Jong Jareon
この店の特徴は、トーストとミルクが凍くおいしいことです。店の雰囲気はリラックスできて、質の良い材料を使っています。



サンソウル
Sunseouls
この店の特徴は、赤いテントを使っていて、韓国料理のレストランであることです。店はワサンカラム寺院の近くです。



シルキーチック ラーメン
Silkie chick ramen
この店の特徴は、日本食が安く食べられることです。店はパホンヨーティン病院の後ろにあります。



サイヨーク・ノイの滝
Sai Yok Noi Waterfall
中くらいの大きさの滝で、自然に囲まれています。休みの日にのんびり過ごすのにぴったり

ワット・タムスア

Wat Tham Suea

高さ60メートルの八角形のオレンジ色の「ケーケー・マハープラサート仏塔」が目を見せます。山の頂上には金色の仏像が輝いています



クウェー川鉄橋

River Kwai bridge

世界大戦のときに兵の捕虜が建てた橋です。今は有名な観光地で、「死の列車」の線路の近くにります。



スカイウォーク

skywalk

透けるガラスの展望台で、クウェー川のほとりにあり、カンチャナブリーの町と山を360度見渡せる。写真を撮るのに最高!



ヒンテーン・ラムパーチャー寺

Wat Hin Thean Lamphachi

青い広場の中に美しく輝く白い本堂が印象的です



デーワーサンカラム寺

Wat thewa sangkharam

美しい現代的な本堂と、前に大きな仏像があり静かで落ち着いた雰囲気、歴史の趣に包まれている



チャイヤチュンボン

チャナソングラム寺

Wat Chai Chumphon

Chana Songkhram

座壇席 ティッピャナーワー・アーチャナイの大きな 天使の船の像 がある、美しく歴史的に重要な場所



ターウォン ワラーラム寺

Wat Thawor Wararam

中国式の仏塔と 龍の模様が美しいお寺 静かで落ち着いた場所、参拝や写真に最適



作成: Kanchananukroh 学校のM6(高校3年生)の生徒達

Gloi Café Kan Machi Café Mallika City Silkie Chick Ramen Sunseouls Wat Chai Chumphon Chana Songkhram Wat Tham Suea Wat thewa sangkharam クウェー川鉄橋



Absaab

Joen Jareon

Keeree Mantra

Phae Naa Mueng

Skywalk

Tongkan café

Wat Hin Thean Lamphachi

Wat Thawor Wararam

Z2 Café

サイヨークノイの滝



【事業部】懇和会
日帰り旅行会
日時：8月3日(日)
場所：クrontムル
マングローブ保護センター
参加者：15名

活動報告

同好会、サークル、その他
日本人会の活動を写真で紹介

日高エンタープライズ社のご厚意で「マングローブ植樹と稚魚の放流」プロジェクト(1003名参加)という会社を挙げての大プロジェクトに参加させていただきました。

【青少年部】バレーボールサークル
MIKASA工場へ見学に
行ってきました！

日時：8月19日(火)
場所：MIKASA工場 in ラヨーン県
参加者：14名



一昨年、サークルにバレーボールやカゴなどを寄贈していただいたご縁で、今年もMIKASA様の工場にご招待いただきラヨーン県のMIKASAタイ工場へ見学に行ってきました！

【青少年部】
バレーボールサークル
練習試合

日時：9月6日(土)・7日(日)・
10月4日(土)

場所：Wells International School
(OnNut)、チュラ大附属高校
参加者：U15男子7名・
U18男子7名、32名



【文化部】将棋同好会
日本人会将棋大会
日時：9月7日(日)
場所：日本人会本館
参加者：大人8名
子ども8名

子どもの部は総当たり戦、大人の部は4名ずつのリーグ戦でおおいに盛り上がりました。

【青少年部】バレーボールサークル
大阪ブルテオン・東レアローズ静岡の
コーチ/マネージャーによる
バレーボール教室に参加しました！

日時：9月11日(木) 場所：ニミブットスタジアム
参加者：34名



以前よりもチーム全体でバレーを楽しみながらプレーできていると感じます。練習試合を通して、さらに強く、そしてチームの絆も強くなったと思います。



レシーブやスパイクなど、一人一人にきめ細かくご指導いただき、参加した部員全員がいつも以上に集中して練習できました。

【事業部】

日本人会納骨堂 秋季法要

日時：9月24日(水)
場所：ワットリアップ内
日本人納骨堂
参加者：28名

タイ僧侶の読経の後、高野山真言宗の今川宗務総長、桐生教学部長、林教学課長、杉本師による読経が行われ、法要が営まれました。



団体の部、個人の部ともに、見守るスタッフたちが思わず声を上げるような白熱した対戦が随所で行われました。

【文化部】クルンテープかるた会
第5回タイ・オンライン
競技かるた大会

日時：9月6日(土) 参加者：64名



タイ生活を充実させよう!
毎週日本人会館にて定期レッスンを開催しています
日本人会館の施設設備等にご活用ください

09月 別館 タイ舞踊集中クラス
別館 HIITトレーニング

10月 別館 タイ舞踊クラス

11月 別館 ロイクラトンのクラトン(灯籠)作り体験
別館 タイ舞踊基礎クラス
別館 HIITトレーニング
別館 からだ整えストレッチ体験会

各4回コース

タイ舞踊集中クラス2244コース
本番日(9月21日(日)) 別館 ICONSIAM 7階 SURALAI HALL
※「タイ語基礎クラス」はオンラインでも開催(11月の第1~第4回開催)
※本番日(9月21日)は雨天決行

【企画推進部】定期レッスン

日時：9月1日(月)~18日(木)
本番：9月21日(日)
**チャリティーバザーの
ステージで踊ろう!**
タイ舞踊集中クラス 参加者：4名
場所：ICONSIAM 7階 SURALAI HALL

日時：10月2日(木)~30日(木)
タイ語基礎クラス 参加者：25名
*オンライン含む

日時：11月4日(火)
**ロイクラトンのクラトン(灯籠)
作り体験**
参加者：12名

日時：11月6日(木)~27日(木)
タイ舞踊基礎クラス 参加者：6名

日時：11月6日(木)~27日(木)
HIITトレーニング 参加者：22名

日時：11月18日(火)
からだ整えストレッチ体験会
参加者：24名

場所(表記のあるもの以外)：日本人会別館



【事業部】瀧川福祉基金共催

「敬老の日祝賀会」
「敬老の日の集い」

日時：9月27日(土)
場所：日本人会本館
参加者：38名

75歳になられた会員の皆様だけでなく、それよりさらに先輩の会員の方も多く参加され、皆様の若々しいパワーとエネルギーに圧倒されました。



【青少年部】茶道サークル
浴衣の着付け教室・
ハーバリウム作りお楽しみ会

日時：9月13日(土)
場所：日本人会別館

茶道の指導者のご指導の下、浴衣の着付け教室と、部員の親睦を図るためのお楽しみ会としてハーバリウム作りを行いました。

【青少年部】剣道サークル
サークル引き継ぎ式&
加藤先生送別会

日時：9月6日(土)
場所：えぞや本館

新キャプテンの力強い挨拶と、
“落ち武者”こと加藤先生の
竹刀アーチでの送り出し！
笑顔と涙があふれる感動のひとつとなりました。



【チャリティー基金】
ホワイトキャンパス・タイランドの
ワークショップを見学しました

日時：10月12日(日)
場所：バーン・メッター
青少年受入れセンター



この日のワークショップには、50名の子どもたちが参加しました。最初は戸惑いながらも、次第に想像力を膨らませ、それぞれの思いをキャンパスに表現していました。



【文化部】絵画同好会
第57回絵画同好会作品展

日時：10月18日(土)～23日(木)
場所：ギャラリー21
@ パーソネルコンサルタント
参加者：12名

2025年度の1年間、Dr. スチャートに学びながら描いた作品全80点を作品展で発表しました。開催中、200名を超える方にご来場いただきました。



【運動部】
バドミントン同好会
体験会

日時：10月9日・16日・
23日・30日(木)
場所：ラケットクラブ
参加者：12名

主にバドミントン初心者を対象に、ラケットの持ち方から説明して、バドミントンの動きを一通り経験していただき、最後はゲーム形式でバドミントンを楽しんでもらう体験会にしました。

【運動部】
第14回 ゴルフ東西対抗戦

日時：9月7日(日)
場所：Flora Ville Golf & Country Club
参加者：80名



今回も昨年に続き、東チームが勝利しました！ 皆様、来年も同時期に開催を予定しておりますので是非ご参加ください。

【青少年部】
バスケットボールサークル
練習試合

日時：10月4日(土)・18日(土)
場所：B-pro On Nut



U13男子とU15 mixチームの試合を行いました。個々の力がチームに与える影響を改めて感じる、貴重な試合となりました。



【青少年部】
演劇サークル
演劇ワークショップ

日時：10月18日(土)
場所：日本人会別館

通常教えていただいている指導者とは別の講師の方のレッスンで、即興的な演技練習を行いました。最初はみんな少し緊張している感じでしたが、とても楽しそうに活動できました。

※日付はすべて2025年です

活動報告の詳細は日本人会の
WEBサイトをご覧ください



～海外から日本に、あなたの一票を～

在外選挙の制度と手続きについて

在留届の
提出も
忘れずに！



在外投票のためには
在外選挙人証の取得が
必要です

在外選挙人名簿への登録資格

- 1 満18歳以上
- 2 日本国籍保有者
- 3 海外に3か月以上居住
(出国時登録申請※をした方を除く。)

※国外転出をする際に市区町村の窓口で行う申請

必要書類を準備し申請書に
記入、日本大使館・総領事館
等の領事窓口で登録申請

3か月の居住期間経過後に
日本大使館・総領事館等から
住所確認の連絡を受ける

在外選挙人証の受取
(郵送又は領事窓口)

用意するもの

- ・パスポート
- ・登録申請書
- ・居住していることを
証明できる書類
(在留届を提出済みの方は不要です。)

日本大使館・
総領事館等



在外選挙人証



同居家族による代理申請もできます

申請者の署名入り登録申請書及び申出書※、申請者及び代理の方のパスポート等をご用意ください。

※登録申請書及び申出書は、領事窓口又は総務省のホームページから入手できます。

在外投票は次の3つの方法で行うことができます

在外公館等投票



直接日本大使館・総領事館等に
出向いて投票する方法

郵便等投票



投票用紙等を事前に請求して
記載の上、登録先の選挙管理委員会へ
郵送する方法

日本国内における投票



一時帰国した方や、帰国直後で
転入届を提出して3か月未満の方が、
日本国内で投票する方法

詳しくは 在タイ日本国大使館

TEL : +66-2207-8501

Mail : senkyo@bg.mofa.go.jp

又は

外務省 在外選挙

検索

まで



餅麴で醸す「食べる点滴」タイの甘酒

カオマーク

煉炭の掘りごたつを出すと、明治生まれの祖母は時折、甘酒を仕込みました。米麴と柔らかいご飯を入れた壺を、タオルでくるんでこたつの隅に置くのです。小一日くらいだつたでしょうか。発酵した特有の匂いが充満すると完成間近です。煉炭ごたつなので適温（55〜60度未満とか）を保てなかったのか、

酸味のある甘酒だったこともありました。味の記憶は曖昧ですが、着物の祖母がこたつがけをめくり膝について壺を出し入れする姿は、私にとって冬の風物詩です。

甘酒は、江戸時代には夏バテを防ぐ養生食だったそうです。ブドウ糖、ビタミンB群、必須アミノ酸などを含み栄養価が高く、周知

のように「飲む点滴」と称されています。とすれば常夏のタイでは好適な栄養食では。



タイの餅麴(手前)と日本の米麴(乾燥ばら麴)

中国圏や韓国、東南アジア地域でも甘酒は作られており、タイの甘酒はカオマークです。地域にもよりますがコンビニでも買える身近な存在です。液体より米のつぶつぶが多くスプーンで食べるので、飲むというより「食べる点滴」でしょうか。

日本のものと香りや旨味・甘味にそれほど違いはありませんが、異なるのは材料。日本ではたいてい炊いたうるち米で作られ、タイでは蒸した餅米を用います。さらにもう一つ異なるのが麴。日本の米麴は蒸した米に麹菌ニホンコウジカビを繁殖させたものですが、米の一粒一粒に孢子が生えた状態です。一方、タイをはじめ他の国では、米などを粉にして練りかためたものに菌を植えつけた餅麴で、菌の種類はクモノスカビなどだそうです。

日本の国花は桜と菊、国鳥はキジですが、驚いたことに菌にも国の代表がありました。甘酒などの元になるこの麹菌ニホンコウジカビが、日本醸造学会により20年ほど前に「国菌」と認定されています。門外漢にはピンときませんがアスペルギルス属のカビだそうです。ちなみにタイの国花はゴールデンシャワー、国鳥はキジ科のシマハッカセン(タイ名:ガイファア・ランカオ)。国菌の有無は不詳です。

タイのお菓子は二度おいしい

連載97



カオマークข้าวหมากは日本の甘酒より米粒が多めで液体が少ないのでスプーンで食べる

別館一般図書館

図書ボランティア 私的推薦本 オススXの6冊

図書ボランティアの皆さんが「推し本」を紹介する特別編です！

新たに49冊が別館一般図書館に入荷しました！ 小説だけでなく、雑誌や生活に役立つ書籍なども多数所蔵しています。「ご家族向けおすすめコーナー」にはご家族で楽しめる本や小学生に大人気の歴史・科学漫画シリーズなども取り揃えています。

【開館時間】月～土曜日 9:00～17:00（第一土曜を除く）

【貸出期間】2週間 【貸出冊数】5冊まで



ルワンダでタイ料理屋をひらく 唐渡千紗=著

外国に住むと言葉の問題やお国柄の違いで順風満帆どころか逆風満帆。しかしシングルマザーで有名企業を辞めてルワンダに移住、子どもは現地校へ。作り方も知らなかったタイ料理の店を一から始めた作者の苦労や、大虐殺を生き延びたルワンダの人たちのことを思えば自分の苦労なんてまだまだ大したことないと励まされます。

【紹介：エンドウスミエさん】



メシが食える大人になる！ よのなかルールブック 高濱正伸=監

この本には、これから生きる子どもたちに向けて「メシが食える大人になる」ためのメッセージが、50のルールとして書かれています。子ども向けの本ですが、大人が読んでも自分を振り返るきっかけになるかも…。ご自身の経験談などをお話ししながら、ぜひお子さんと一緒に読んでいただきたい一冊です。

【紹介：田村亜希子さん】



ババヤガの夜 王谷 晶=著

暴力で生を感じる依子が「お嬢さん」と呼ばれる大学生を護衛することから物語は始まります。登場する人物は皆どこか生きることに不安を抱えています、不器用ながらも少しずつ心を通わせていきます。激流のように展開する物語に心を奪われました。寺田克也さんの力強いタッチの表紙も、この物語にピッタリです。

【紹介：中島さゆりさん】



十戒 夕木春央=著

ミステリー界を席捲した衝撃作『方舟』の作者、夕木春央の最新作。やはり、今回の作品も震えるほど面白かった。ラストのシーンを読み終わった後、多くの読者が2周目を読むことになるだろう。全く同じ文章なのに、違った小説になるとは、本当に底の知れない恐ろしさを感じた。『方舟』をまだ体験していないかたは、あわせてどうぞ。

【紹介：遠山聖実さん】



問題。以下の文章を読んで、 家族の幸せの形を答えなさい 早見和真=著

中学受験と人間関係に悩み、心を荒ませた主人公・十和は、ある日親元を離れるという大きな決断をする。深い愛と葛藤を抱え、娘の選択を見守る両親。親でさえときには、大切な子の心を傷つけ、道を誤ることがあるという不完全さ。そんな親子の本音が語られるとき、家族の絆は生まれるのか。家族の幸せの形を考える一冊です。

【紹介：川口沙恵さん】



ユニクロ 杉本貴司=著

山口県宇部市から世界へ。小さな紳士服店から始まったユニクロが世界的企業へと成長するまでの軌跡を、柳井正と仲間たちの苦闘に焦点をあてて描くノンフィクションです。「変わらなければ生き残れない」その信念のもと、徹底した改革と挑戦を重ねる姿が迫力ある筆致で語られた一冊です。

【紹介：宮倉友貴さん】

【リクエスト本はQRコードからでも応募いただけます！】

一般図書館では、年に4回、会員の皆様からのリクエストをもとに新刊図書を購入しています。これまで申し込み用紙で受け付けていたリクエスト本応募フォームを電子化しました。別館一般図書館内と図書館の入口にもQRコードを掲示しています。購入希望の本があればぜひリクエストしてください！



希望図書申込フォーム

子ども図書館 ニュース



バンコク子ども図書館

バンコク子ども図書館は1995年に設立されたボランティア団体です。蔵書数は約1万冊。毎月新刊本が配架され、また利用者からのリクエストも随時承っています。心の栄養、心の自由のために選ばれた良書を取り揃えていますので、ぜひ親子でお気に入りの本を見つけてください。



新着本をピックアップ！



つるかめ つるかめ

どきどきするとき、こわくなるとき、昔の人はいろいろなおまじないを唱えました。リズムも楽しく、大人にもやさしく言葉をかけてくれる絵本です。

中脇初枝・文 あずみ虫・絵
分類：赤ちゃん絵本
蔵書背表紙シール【赤なか】



せかいのくにで おめでとう！

日本では、初詣をしてお餅を食べる、お正月。他の国々ではどんなふうを迎えるのでしょうか？ タイでおなじみの風景も登場しますよ。

作者：野村たかあき
分類：図鑑（黄色シール）
蔵書背表紙シール【ず黄色1】



雨の日は好きない

母の再婚で家族のかたちが変わった、小学6年の七海。幸せとは何なのか？を考えさせられる物語です。小学校高学年、中学生におすすめです。

作者：佐藤まどか
分類：物語
蔵書背表紙シール【もさと】

おはなし会

- ★「1月のおはなし会」1月17日(土) 11:00～
- ★「2月のおはなし会」2月14日(土) 11:00～
- ★「大人のためのおはなし会」3月9日(月) 12:00～
- ★「3月のおはなし会」3月14日(土) 11:00～

※「おはなし会」は事前申し込み不要
日本人会ファミリー会員限定
※「大人のためのおはなし会」は要事前申し込み



大人のためのおはなし会

おはなし会

詳細はSNSで
お見逃しなく！



ボランティア 大募集

空き時間に、バンコク子ども図書館のボランティアスタッフをしてみませんか？

ボランティア説明会

毎月第3月曜日(3月/8月を除く)

・10:00～(1時間程度)

・日本人会別館 バンコク子ども図書館内

※日時が変更となる場合もございます。
詳細は毎月10日前後にSNSにてお知らせいたします。



ご利用案内

【開館日時】火・水・金・土 09:30-16:00

* 第一土曜日は休館 * ペストコントロール時は午後休館

【貸出期間】原則2週間【貸出冊数】12冊まで

【貸出券購入】1枚につき200パーツ【有効期間】365日

* 貸出券1枚につき12冊まで貸出可能です

* 貸出券は日本人会事務局窓口で購入できます

* 貸出券購入代金はすべて図書の購入や維持に使用されます



ご存知ですか？

**タイにお住まいの皆さま、
旅行中の皆さまへ**



NHKのニュース・情報番組の同時配信と見逃し配信が、無料で視聴可能！

*視聴可能は毎日5時間程度

海外にいる日本人のみなさまの安全・安心のため、ニュース・情報番組は、NHKのウェブサイトで、無料で同時配信と見逃し配信を行っています。

特に見逃し配信は、海外でも時差を気にせず、NHKニュースをご覧ください。

*日本国内では視聴することができません。



5時間の
無料視聴はこちら



**タイにお住まいの方には
暮らしに役立つ様々な
コンテンツが有料で視聴可能に！**



NHKワールド・プレミアムでは、大河ドラマや大相撲中継、おかあさんといっしょ、紅白歌合戦など、娯楽番組の入った有料チャンネルもお楽しみいただけます。

NHKワールド・プレミアム(有料)の視聴は、タイの放送事業者True Visionsへお問い合わせください：02-725-2525

すくすく会 通信 Vol.42

すくすく会はタイで子育てをする皆さんを応援するグループです。
【わんぱくミーティング】【キッズルーム】【出産準備教室】の3団体が、妊娠中から出産後、子育て中まで、あらゆるときの「困った!」をサポートします。

すくすく会わんぱくミーティング制作の冊子



『離乳食情報2024版』

離乳食の進め方だけでなく、レトルト離乳食、牛乳や豆腐、ヨーグルト等の食レポから始まり、食材が手に入るお店やデリバリー情報なども掲載! スーパーや食品販売店の地図もあります。



『幼稚園案内 2025-26版』

日本人が多く通う日系幼稚園・ナースリーを中心に掲載しています。インター併設園も多いので、英語を学ばせたい方も必読です。地図も掲載されているので園選びに大活躍の一冊です!



すくすく会
Instagram



https://www.instagram.com/sukusukukai_bkk/



タイ国日本人会
出産準備教室
ウェブサイト

<https://syussanmeeting.wixsite.com/syussanbkk>



ボランティア 大募集

まずは見学に来てみてね!

人気イベントにアテンド
(参加)できます♪



編集人 井上 敬三

発行人 タイ国日本人会

印刷製本 KOKUSHIN (THAILAND) CO., LTD.

発行所 Japanese Association in Thailand

1st Fl. Sathorn Thani Bldg.II

92/2 North Sathorn Rd., Bangrak, Bangkok

10500 Thailand

Tel. 0-2236-1201

Fax. 0-2236-1131

E-mail : info@jat.or.th

www.jat.or.th

編集協力 Plant Planet Co., Ltd.

レイアウト OT Promotion Co., Ltd.

<非売品>

落丁・乱丁の場合、事務局にてお取替えます。

禁 無断転載

【編集後記】
日本人会のご縁で、支援活動の現場をいくつか訪れる機会がありました。静かにキャンパスに向かい、それぞれのペースで絵を描く子どもたちの姿や、災害から立ち直ろうとする子どもたちの生活、そして困難を抱えながら学び続ける生徒たち。それぞれの背景に触れるたび、同じ子どもでありながら環境によって進む道が大きく変わってしまう現実に胸が締めつけられます。私は大きなことはできませんし、日々現場で尽力されている方々には到底及びません。それでも、子どもたちに寄り添う多くの方の姿に深い敬意を抱きました。この経験を心に留め、微力ながら関わりを大切にしていきたいと思います。

(K-K)

／ タイ在住の皆さま ／



毎日運航中。大阪行くならPeach!

バンコク（スワンナプーム）－ 大阪（関西）線

スムーズに！

大阪へ到着、復路は
夜発でスケジュールが
立てやすい。

おトクに！

燃油サーチャージ不要。
出張や一時帰国にも
利用しやすい運賃。

ゆったりと！

AIRBUS A321LRで
足元ゆったり。
快適な空の旅を。

便利に！

国内線ネットワークが
充実。大阪から各地への
移動もPeachで。

運航スケジュール（2026年3月28日まで）

バンコク（スワンナプーム）－ 大阪（関西）

便名	MM092	出発	1:10	▶	到着	8:45	毎日運航
----	-------	----	------	---	----	------	------

大阪（関西）－ バンコク（スワンナプーム）

便名	MM091	出発	19:10	▶	到着	23:55	毎日運航
----	-------	----	-------	---	----	-------	------

運 賃

THB **3,590**～
(片道)

上記運賃は片道1席あたりのミニマム運賃です。運賃のほかに発券手数料、空港使用料等が別途必要となります。燃油サーチャージ（燃油特別付加運賃）はいただいておりません。手荷物のお預け、座席指定には別途料金がかかります。ファストエリアは指定できません。コンタクトセンター/空港カウンターで予約の場合、別途予約手数料がかかります。運賃/利用条件は予告なく変更および追加設定する場合がございます。関係当局の申請 / 認可を前提としています。 2025年12月1日現在

機内での過ごし方



Peachがバンコク（スワンナプーム）－ 大阪（関西）線に導入しているA321LRのシートピッチはフルサービス航空会社と同等レベルの最大32インチ（約81cm）。さらに、座席にはUSB端子が設置されているため、バッテリー残量を気にすることなくフライトをゆったりと快適にお過ごしいただくことができます。



*写真の盛り付けはイメージです。

機内ではあたたかいお食事をはじめ、スナックやお飲み物をご注文いただけます。一部メニューは事前購入も可能。Peachこだわりのメニューで、おいしい空の上のひとときをお楽しみください。

機内食メニューは期間により異なります。詳しくはPeachウェブサイトをご確認ください。

peach

SNSで情報発信中！
Facebook（タイ語）
Instagram（日本語）



ウェブサイトは
こちら



バムルンラード病院



創立以来45年以上にわたり提供し続けてきた
安心・安全そして信用・信頼を
これからも世界にお届けします。



Bumrungrad
International
HOSPITAL



VITALLIFE



esperance

安心の日本語対応・日本語で直接医師に相談



一般内科・予防医学専門で、
タイでも数少ない日本人医
師の百武加恵先生

月・水・金	8:00-15:00
木	8:00-12:00
火・土	6:30-15:00

(健康診断センター)



一般内科・内分泌・
糖尿病を専門とする米
国認定医のジュン先生

月・火・水	9:00-12:00 13:00-16:30
木	9:00-12:00 13:00-20:00
日	9:00-12:00 12:30-16:00



一般内科・
脳神経内科専門の
国際派ケン先生

火	8:00-16:00 17:00-20:00
水	8:00-16:00
金	8:00-20:00
土	8:00-16:00



一般内科・アレルギー科、
また子どものアレルギー
も診察する米国認定医の
ヒロシ先生

火・水	17:00-20:00
木	16:00-20:00
土	8:00-15:00



千葉大卒で経験豊富な
泌尿器科専門医の
アビチャート先生

月・水・金	10:30-14:00
火	13:00-16:00
土	9:00-12:00

@bumrungradjp

日本語でのお問い合わせ

バムルンラード病院A棟10階 日本語カウンター：7:00-18:00 (年中無休)

LINEでのお問い合わせ：7:00-18:00 (年中無休)

☎ 24時間対応日本語コールセンター：02-011-3388

