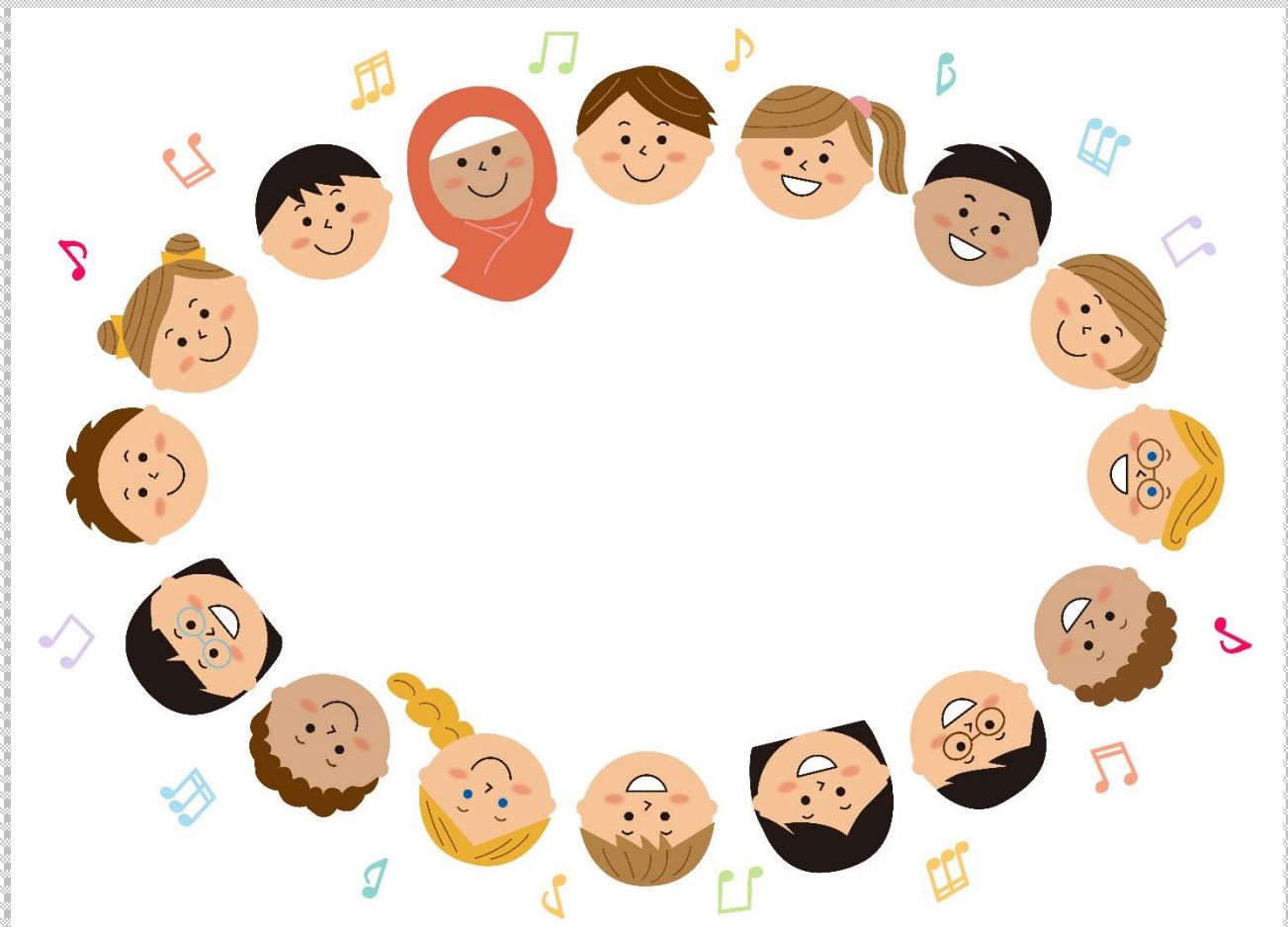
全国版（ぜんこくばん）

多文化共生（たぶんかきょうせい）プログラム



名前（なまえ）：

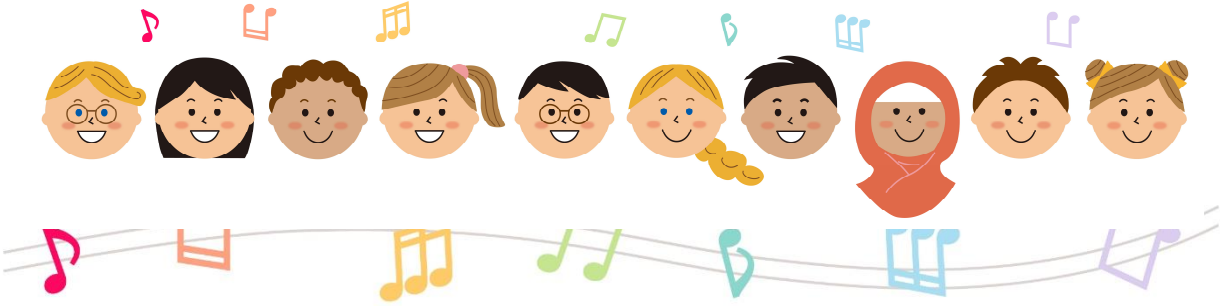
法務省矯正局（ほうむしょうきょうせいきょく）

はじめに

現在、日本には、様々な国籍の人や、様々な国とつながりのある人がたくさん暮らしています。そして、私たちはたくさんのちがう文化のなかで生活しています。

「文化」とは、民族や社会に受け継がれている考え方、価値観、生活様式などのことです。文化は、人と人とをつなぎ、社会の基礎となるものです。国だけではなく、地域（住んでいる場所）や家族（いっしょにいる人）によってもちがいます。

様々な文化があることは、私たちの人生を豊かにしてくれますが、「ちがい」は、時に誤解を生みトラブルにつながることもあります。また、自分の文化をすばらしいと思う気持ちが強すぎると、相手の文化を大切に思えないこともあります。皆さんも、もしかしたら悔しい思いをしたり悲しい気持ちになったり、逆に相手に嫌な思いをさせてしまったりしたことがあるかもしれません。



「ちがい」を感じたときに大切なことは、嫌だと思って拒否するのではなく、何がちがうのか、なぜちがうのか、相手の文化を知り、お互いに「分かろうとする」ことです。そのためには、まず、「自分のことを知ること」、「相手の意見をよく聞くこと」、そして、「自分が感じたことや考えたことを人に伝えること」が大切です。

このプログラムは、「国籍や民族などの異なる人々が、互いの文化的ちがいを認め合い、対等な関係を作りながら、共に生きていく」という**多文化共生**を目指すものです。

一緒にワークする仲間や先生と協力して、「ちがい」を知り、認め合うことに積極的に取り組んでみてください。きっと、これからの人生で、たくさんの人とつながるときに役に立つでしょう。みんなが安心できる社会を作るにはどうすればよいかを考えていきましょう！

もし、勉強していくときにわからない言葉があったら、
しるしをつけて辞書で調べたり、先生に聞いたりしてみよう！

もくじ

はじめに・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P.2 ～ P.3

単元0 事前ワーク①②・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P.5 ～ P.10

単元1 「自己紹介しよう」・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P.11 ～ P.18

単元2 「自分と人とのつながりを考えよう」・・・・・・・・・・・・・ P.19 ～ P.24

単元3 「自分とつながっている国のことを知ってもらおう」

・・・ P.25 ～ P.31

単元4 「ケースから考えよう①」・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P.32 ～ P.44

単元5 「ケースから考えよう②」・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P.45 ～ P.55

（自主学習 「息抜きに学んでみよう!」）・・・・・・・・・・・・・・・・・ P.56 ～ P.59

単元6 「ちがいを認め合うこと①」・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P.60 ～ P.67

単元7 「ちがいを認め合うこと②」・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P.68 ～ P.72

単元8 「ちがいを認め合い 共に生きるために」・・・・・・・・・ P.73 ～ P.78

単元9 「未来に向かって」・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P.79 ～ P.86

単元（たんげん）0

事前（じぜん）ワーク

このプログラムをはじめる前（まえ）に

２つのワークに取（と）り組（く）んでもらいます。

自分（じぶん）のことを知（し）るための

大切（たいせつ）なワークですのでよく考（かんが）えて取（と）り組（く）んでみてください。

事前ワーク①

「自分の心の中をのぞいてみよう！」

※ 次の質問について、当てはまるものに丸をつけてみましょう。

<例>

Q あなたが家族と会話するときの言語は?

日本語以外	日本語以外が多い	半分日本語	日本語が多い	日本語
1	2	(3)	4	5

（日本語以外の言語: ポルトガル 語）

※「日本語以外の言語」が複数ある場合は、すべての言語を書いてください。

○ 言語について

Q1 あなたが家族と会話するときの言語は?

日本語以外	日本語以外が多い	半分日本語	日本語が多い	日本語
1	2	3	4	5

（日本語以外の言語: 語）

Q2 あなたが友達と会話するときの言語は?

日本語以外	日本語以外が多い	半分日本語	日本語が多い	日本語
1	2	3	4	5

（日本語以外の言語: 語）

Q3 あなたが勉強するときや考えているときの言語は?

日本語以外	日本語以外が多い	半分日本語	日本語が多い	日本語
1	2	3	4	5

（日本語以外の言語: 語）

○ あなたの気持ちについて

Q4 あなたが、それぞれについて好きだと思う気持ちはどれくらいですか？

日本	1 好きではない	2 あまり好きではない	3 どちらともいえない	4 まあまあ好きだ	5 とても好きだ
あなたにつながりのある国<国名>（　　）	1 好きではない	2 あまり好きではない	3 どちらともいえない	4 まあまあ好きだ	5 とても好きだ
日本人	1 好きではない	2 あまり好きではない	3 どちらともいえない	4 まあまあ好きだ	5 とても好きだ
あなたにつながりのある国の人々<国名>（　　）	1 好きではない	2 あまり好きではない	3 どちらともいえない	4 まあまあ好きだ	5 とても好きだ

Q5 あなたが、それぞれについて自分の居場所だと思う気持ちはどれくらいですか？

日本	1 全く思わない	2 あまり思わない	3 どちらともいえない	4 まあそう思う	5 とても思う
あなたにつながりのある国<国名>（　　）	1 全く思わない	2 あまり思わない	3 どちらともいえない	4 まあそう思う	5 とても思う

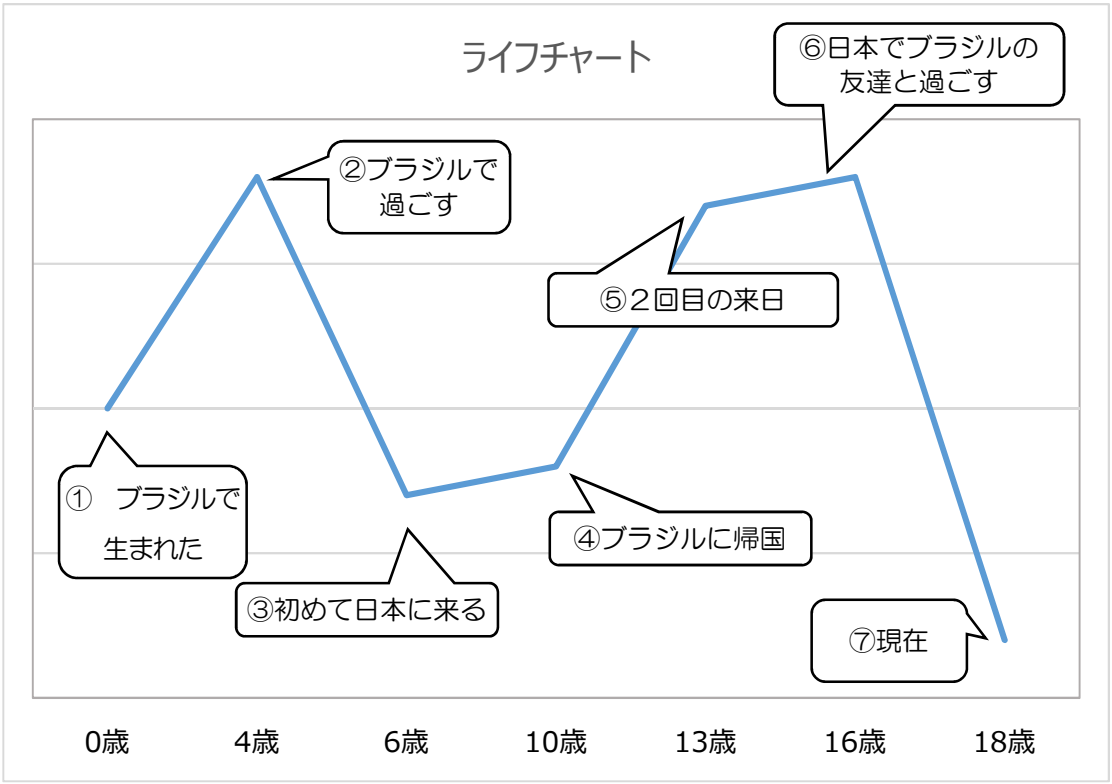
<メモ>

事前ワーク②

「ライフチャートを書いてみよう！」

あなたがこれまで、どんな人生を歩んできたのか、ライフチャートを書いてみよう。特に、日本に来た時や自分とつながりのある国に戻った時、その時の日本語能力や自分の気持ちを振り返ってみよう。

（例）



<これまでの人生の振り返り>

① あまり覚えていない。

② ブラジルで、友達とよくサッカーをして遊んでいた。とても楽しかった。

③ 6歳の時、日本に初めて来た。日本語が全然分からなくて、友達とも話せなくて小学校が楽しくなかった。

④ 10歳の時、親の都合でまたブラジルに戻った。会話は覚えていたけど、ポルトガル語の読み書きができなくて授業についていけなかった。

⑤ 13歳の時、また日本に戻って来たけど、授業が難しくてついていけなかった。

⑥ 日本人よりもブラジル人の友達といた方が、居心地よくて楽しい！でも、一緒に万引きなどしてしまった。

⑦ 逮捕されて、これまでの生活を後悔している。

事前ワーク②

「ライフチャートを書いてみよう！」

<これまでの人生の振り返り>

＜メモ＞

たんげん
単元１

じ　こ　しょうかい
自己紹介しよう

この単元では、皆さんに自己紹介をしてもらいます。

自己紹介は、お互いのことを知るための第一歩です。

これから、皆さんには、ワーク（P.14～）に取り組んでもらいます。「はじめに」にも書いてあるとおり、相手を理解するためには、まず自分のことを知ることが大切です。これまでの生活を振り返り、**自分自身の素直な考え**を書くようにしましょう。

日本ではない国につながりのある人は、もしかしたら、これまで、生活をする中で偏見や差別的な言葉・態度によって嫌な思いをしたり、寂しい気持ちになったりしたことがあるかもしれません。また、逆に自分も他の人に嫌な言葉を言ったり、態度を取ったりしていたかもしれません。思い出すのもつらいかもしれませんが、お互いを理解するため、できる限り、そのような気持ちも教えてください。

書き終えたら、ワークに書いた項目について順番に発表してもらいます。そのあと、事前ワークで取り組んでもらった「ライフチャート」について、ワークの仲間と共有してみましょう。

自己紹介を聞く人は、発言する人をしっかりと見て、理解する努力をしましょう。

自己紹介に対する質問がある人は、「自己紹介ありがとうございました。〇〇について、もう少し詳しく教えてもらえますか。」などと発言するようにしましょう。

それでは、ワークに取り組んでみましょう。

ワーク（日本ではない国につながりがある人用）

1 私は（国名：　　）につながりがあります。

2 周りの人からは、

他の人から見た自分：

と思われていますが、私は

自分の性格：

な人です。

3 日本（人）の好きなところは

です。

4 日本（人）の嫌い（苦手）なところは

です。

5 日本以外の国につながりがあって良かったなと思った出来事は

です。

6 日本以外の国につながりがあることでつらかった出来事は

です。

7 私は、ワークに参加する仲間に分かってほしいことは

です。

ワーク（日本人用）

1　私は外国につながりのある人をよく

で見かけます。

2　私は外国につながりのある人が日本で生活することに対して

と思っています。

3　外国につながりがある人に対していいなと思うのは

というところです。

4 外国につながりのある人が日本で生活する上で困ることは

だと思います。

5 私自身、日本（人）の好きなところは

です。

6 私が、ワークに参加する仲間として、学びたいことは

です。

自己紹介をしてみてどうでしたか？他の人の自己紹介を聞いてみてどうでしたか？

ワークに参加する仲間は、あなたの話を聞いてくれましたか。分かり合うためには、自分の考えや気持ちをしっかりと話すこと、そして、相手の話をしっかり聞くことがとても大切です。

最後に、声に出して「ありがとう」と、ワークに参加する仲間に伝えてみてください。そして、伝えたときに相手の表情を見てください。相手の表情から何を受けとりましたか。また、「ありがとう」をもらったとき、どんな気持ちになりましたか。

今日は参加し、ワークに取り組み、勇気を出して発言してくれて、どうもありがとう。次からも、一緒に良いワークにしていきましょう。

たんげん
単元２

じぶん　ひと
自分と人との
かんが
つながりを考えよう

単元Ⅰでは、自己紹介をして、自分が、日本のことや自分とつながりのある国のことなどをどのように考えているのかを整理しました。この単元では、自分の周りにいる人（家族や友達）について整理します。

気持ちや考えは、生まれた場所や生活してきた環境や、出会ってきた人々の影響を受けます。自分を知るために、自分がどのような環境で育ち、どんな人と付き合い、何を感じてきたのか思い出してみましょう。そして、その人たちに出会ったきっかけや、どうしてその人のことを大切に思っているのか、または、どうして苦手なのかなどを見つめ直してみてください。

本日のワークを書き終わったら、気付いたことを仲間と共有しましょう。

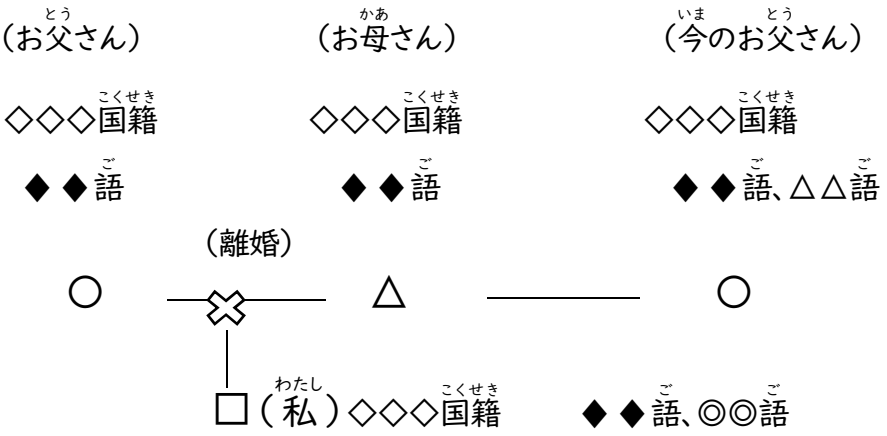
ワーク①

「家族のジェノグラム（家系図）を書いてみよう」

※ 家系図を書くことは、自分と家族とのつながりを理解する手掛かりになります。

※ お父さんやお母さんの「お父さん」や「お母さん」についても、分かる範囲で書いてみましょう。分からない人は、あとで面会や手紙で家族に聞いてみましょう。

（例）

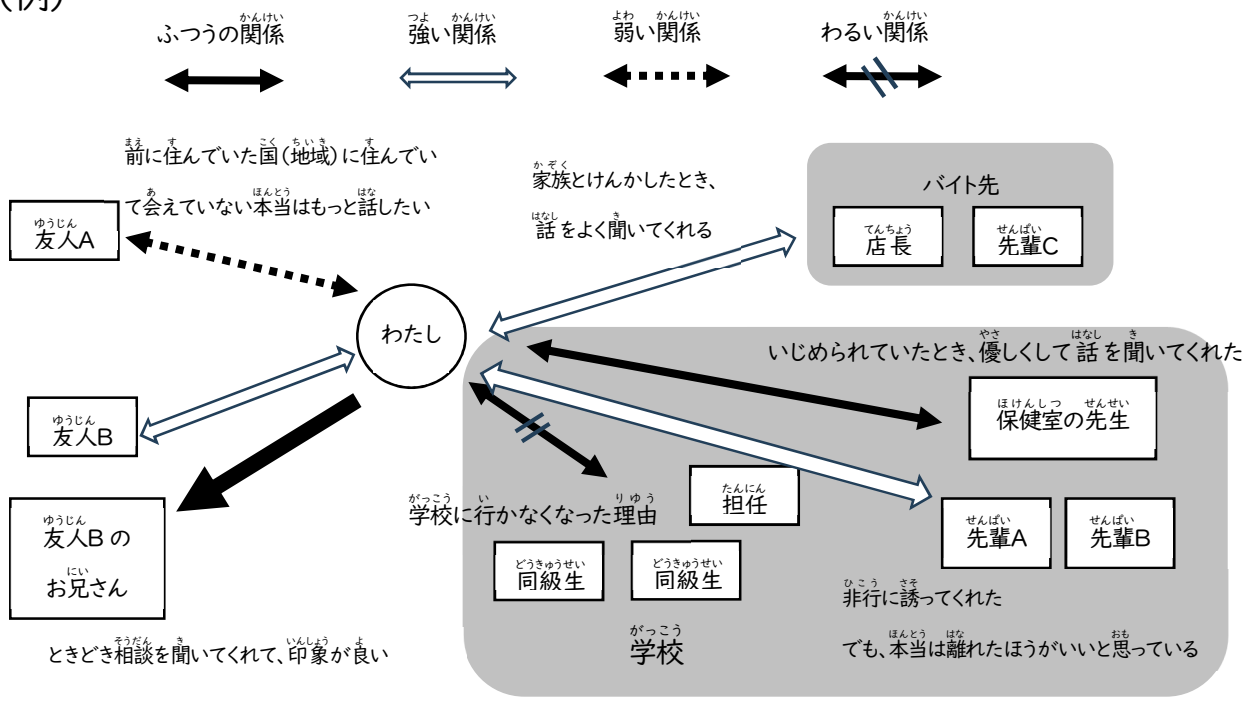


ワーク②

「自分の身近な人をジェノグラムのように表現しよう」

※ 自分が所属していたコミュニティを振り返ってみましょう。

（例）



今日の単元はどうでしたか。自分の周りの人のことを振り返り、自分がどんな人と付き合ってきたのか目に見えるかたちにすることで、どういう人から影響を強く受けているのかを整理し、自分が育ってきた環境を知ることができたのではないでしょうか。

もっと自分が育ってきた環境について知りたくなった場合は、来日の理由なども含めて、お父さんやお母さん、親戚に、面会や手紙などで聞いてみましょう。自分が育ってきた環境を、より深く理解できるかもしれません。

今日もおつかれさまでした。ありがとう。

事後ワーク

「身近な人に対する気持ちを振り返ってみよう」

※ あなたが所属しているコミュニティの人たちに対するあなたの気持ちと、
どうしてそのように感じていたのか振り返ってみましょう。

対象	あなたの気持ち	理由
家族		
自分とつながりのある国のコミュニティの人々		
学校や職場の人々		
日本の人々		
自分とつながりのある国の人々		
その他 （　　）		

単元（たんげん）３

自分（じぶん）とつながっている国（くに）の

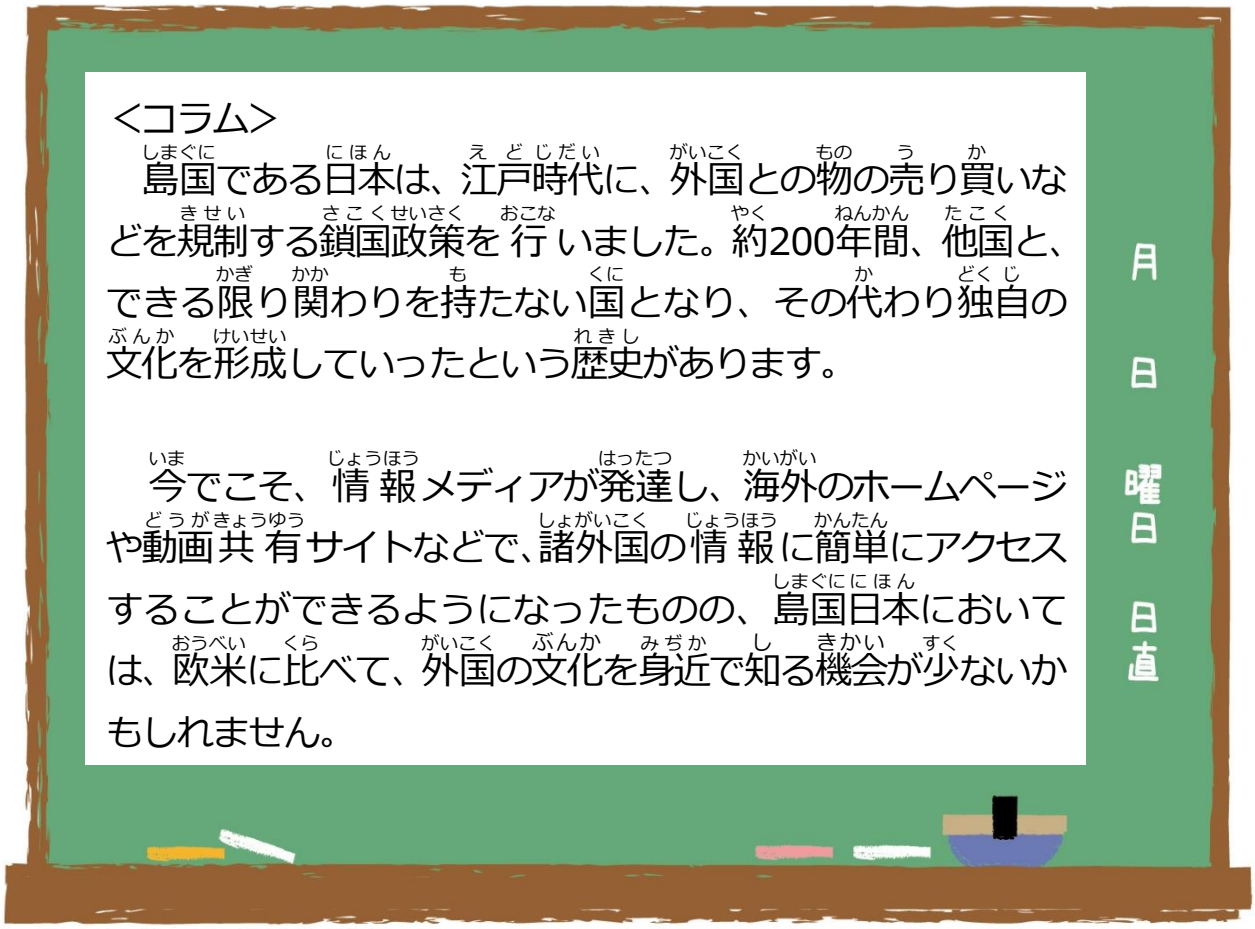
ことを知（し）ってもらおう

日本ではない国につながりのあるあなたが、初めて日本に来て（日本で生まれ育ち）、日本で生活する中で、日本の文化に戸惑ったこと、生活がうまくいかなかったことを思い出してみてください。

日本に来たばかりの頃は、常識や習慣が全然ちがっていてよくわからなかった。
先生や近所の人に注意されることが多かったな。

私が生まれ育った国では、1日に数回神様にお祈りをするけど、日本ではそういう文化がなくてびっくりしたよ。

そこで、この単元では、ワークに参加する仲間に「自分とつながっている国の話」を教えてあげてください。そして、自分とつながっている国の文化に少しでも慣れてもらいましょう。



<コラム>

島国である日本は、江戸時代に、外国との物の売り買いなどを規制する鎖国政策を行いました。約200年間、他国と、できる限り関わりを持たない国となり、その代わり独自の文化を形成していったという歴史があります。

今でこそ、情報メディアが発達し、海外のホームページや動画共有サイトなどで、諸外国の情報に簡単にアクセスすることができるようになったものの、島国日本においては、欧米に比べて、外国の文化を身近で知る機会が少ないかもしれません。

ここで一つ、お願いがあります。自分とつながりのある国を紹介するときには、良いことだけではなく、変わってほしいと思っていることも教えてください。ものの見方は一つではありません。日本で生活しているあなただからこそ、それぞれの国を比較することで気が付くことがあると思います。自分とつながっている国の変わってほしい面にも、目を向けてみましょう。

ワーク

「母国と日本のちがいについて考えてみよう！」

下の表について、どちらが良い悪い、あなたに合う合わないという基準からではなく、それぞれの分野ごとにちがいを書いてみてください。複数の国を知っているあなただからこそ分かることを、ワークに参加する仲間に教えてあげましょう。

	母国（つながりのある国）	日本
食事		
学校		
病院		
家族		

ワーク<つづき>

「母国(ぼこく)と日本のちがいについて考えてみよう！」

	母国(ぼこく)(つながりのある国(くに))	日本(にほん)
犯罪(はんざい) 警察(けいさつ)		
大人(おとな)		
国(くに)の運営(うんえい)		
ｺﾐｭﾆｹｰｼｮﾝ (挨拶(あいさつ))		
その他(た) (考(かんが)えてみよう)		

＜メモ＞

今日書いたこと、考えたこと以外にも、それぞれの国のことを知っているからこそ、見えてくるちがいがたくさんあると思います。これから先の単元でも、その知識を、色々なところに生かしていきましょう。それは、ワークに参加する仲間の知識にもつながっていくことになります。

今日もありがとう。おつかれさまでした。

事後ワーク

「自分の心の中の国を、図形や色で描いてみよう！」

※ ここまでの単元を振り返って、あなたが思い浮かべる、自分とつながりのある国のイメージを自由に描いてみましょう。描く国は一つでなくてもかまいません。

※ どのような形でもどのような色を使ってもかまいません。

単元（たんげん）４

ケースから考（かんが）えよう①

この単元では、外国につながりのある人が、実際に遭遇しそうなケースを紹介します。ケースを見ながら、文化のちがいや、それによるコミュニケーションの難しさなどについて、一緒に考えていきます。

ケース①：「時間を守る」って、どういうこと？

下の文章を読んで、それぞれの登場人物が何を考えているのか想像してみましょう。

登場人物

● ケント：

家族のためにアルバイトを頑張っている高校生。休日もアルバイトばかりで、なかなか友達と遊ぶ時間がない。

● サイ：

ケントの高校の友達。外国から家族と一緒に来日してきた。親は日本語が苦手なので、ビザや役所での手続きのときに手伝いをすることが多い。

私はケントです。今日は、日曜日ですが、一ヶ月前から高校の友達（サイさん）と映画を観に行く約束をしていた日です。日曜日はいつもアルバイトですが、休みにしてもらいました。サイさんはアルバイトを頑張っている私のことを、いつも応援してくれている友達です。そして、いつも家族や学校、アルバイト先の悩みを聞いてくれる大切な存在です。そんなサイさんと久しぶりに遊ぶので、今日は頑張った自分へのプレゼントだと思ってワクワクしていました。

映画は 11時からだったので、10時半に駅の改札前で待ち合わせをしました。でも、サイさんが時間になっても来ません。待ち合わせの時間から15分経ってもまだ来ません。もしかすると サイさんが事故に遭ったのかもしれないと心配に思い、メッセージを送りました。すると、サイさんから「ごめん。遅れる！次の回の映画にしない？14時半に行くね。」と返信がありました。この返信を見た時、理由もなく遅れることを言われたので、私は本当に驚きました。「何かあったの？」と返信すると、「急に、家族と行政書士に会いに行くことになったんだよね…」と返ってきました。たしかに、サイさんのお母さんは日本語が得意ではないので、サイさんに通訳してもらうことがあると知っていました。でも、約束の時間の前に連絡ができたと思います。

結局、駅で 14時半過ぎになって、やっとサイさんが来ました。私は「連絡がなかったから、心配したよ。」と言いましたが、サイさんは「急に親が行くって言い出したから、しょうがなかったんだよね。」と、私にぐちぐち言い訳をしていました。謝罪もないし、自分の話ばかりで、とてもモヤモヤしましたが、「いいよ、気にしないで。」と言いました。いつも許していた私が悪いのでしょうか。いつも時間を守らないサイさんにとって、私は大切な友達ではないのかもしれません。

考えてみよう！

○　あなたの考えを書いてみましょう。

①　あなたがケントさんだったら、どんな気持ちになりますか？

② あなたがサイさんだったら、どんな気持ちで待ち合わせ場所に来たと思いますか？

③ このケースでは何が問題だったと思いますか？ケントさんとサイさんの立場で考えてみましょう。

ケントさん：

サイさん：

④ このケースと似たような経験をしたことがあなたはありますか？その時、どんな気持ちでしたか？

⑤ あなたがケントさんにこの話をされたら、どんなアドバイスをしますか？

仲間と共有してみよう！

＜ メ モ ＞

新しく知ったこと、感じたこと、気づいたこと、もっと知りたいと思ったことがあればメモをしておきしましょう。

ケース②：ゴミ出しのルールについて

下の文章を読んで、それぞれの登場人物が何を考えているのか想像してみましょう。

登場人物

● カイ：

一ヶ月前に外国から来日してきた。ゴミを捨てるときのルールに驚いている。

● 近所の人（知らない人）：

カイの家の近くに住んでいるが、しゃべったことはほとんどない。ゴミを捨てたときに注意してきた人。

私は、カイです。最近、日本に来ました。日本に来て驚いたことは、ゴミを捨てるときにルールがあることです。私のいた国では、どのゴミも同じ袋に入れて、ゴミ捨て場にいつでも置いておくことができました。

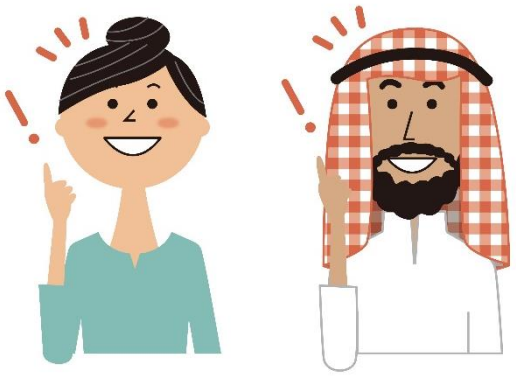
日本に来たら、「分別」をしなければならないと言われました。引っ越してきたときに、ゴミのルールが書かれた紙をもらいました。でも、日本語で

たくさん書いてあって、よくわかりません。紙をくれた人が火で燃やせるゴミは「燃えるゴミ」で火曜日と金曜日に出せる、燃やせないゴミは「プラゴミ」で水曜日と教えてくれました。

朝、ゴミを持っていってくれるので、プラゴミを火曜日の夜に捨てておきました。夜ご飯を家族と食べていると、チャイムが鳴りました。出てみると、知らない人がいました。その人は私が捨てたゴミ袋を持っていました。「どうしましたか？」と聞くと、「このゴミはあなたのですか？夜に捨てないでください。」と注意されてしまいました。夜に捨ててはいけないことを初めて知りました。

また、引っ越しをしてきたので、たくさんの段ボールを捨てなければいけませんでした。段ボールは紙だから「燃えるゴミ」なので、金曜日の朝に段ボールを捨てました。朝に捨てたので大丈夫だと思っていましたが、お昼にまたチャイムが鳴りました。火曜日に来た人と同じ人が立っていました。「どうしましたか？」と聞くと早口で「段ボールは今日じゃないよ！ルールを守って！」と怒られてしまいました。

私は、ルールを守ったつもりなのに、ゴミを捨てるたびに怒られてしまいます。私は日本に来たばかりで、日本語を勉強しはじめたところです。もう少し、わかりやすく教えて欲しいです。ゴミのルールを守るのは本当に大変で、面倒くさいなと思います。



かんが
考えてみよう！

○　あなたの考えを書いてみましょう。

① あなたがカイさんだったら、どんな気持ちになりますか？

② このケースと似たような経験をしたことがあなたはありますか？その時、どんな気持ちでしたか？

③ このケースでは何が問題だったと思いますか?カイさんの立場で考えてみましょう。

カイさん:

ゴミのルールの紙をくれた人:

ゴミのルールを教えてくれた人:

④ あなたの住んでいる地域でゴミのルールが分からなくて困っている人がいたらどうしますか?

仲間と共有してみよう！

＜ メ モ ＞

新しく知ったこと、感じたこと、気づいたこと、もっと知りたいと思ったことがあればメモをしておきしましょう。

時間があったらやってみよう！

★ミニワーク★

○　ゴミ出しのルールのチラシを作るなら、どんなデザインにしますか？

○　どんなチラシなら、わかりやすいと思いますか？

たんげん
単元５

ケースから考(かんが)えよう②

この単元でも、外国につながりのある人が、実際に遭遇しそうなケースを見ながら、文化のちがいや、それによるコミュニケーションの難しさについて、一緒に考えていきましょう。

ケース③：「頭を下げる」って、どういうこと？

下の文章を読んで、それぞれの登場人物が何を考えているのか想像してみましょう。

登場人物

● ヨウ ：

小学2年生の時に外国から来日してきた。前に住んでいた国と日本では文化がちがうことに驚いている。日本語で話そうとがんばっているが、まだうまく伝えられないこともある。

● 先生 ：

学校の担任の先生。いつもは勉強をやさしく教えてくれるが、悪いことをしてしまったときに早口で怒ることが多いので少しこわい。

私はヨウです。小学2年生の時に日本に来ました。日本に来て一番驚いたのは、「頭を下げる」ことです。

私は、「頭を下げる」ことは「ダサい」くて「弱い人」がするイメージがあります。あいさつをするときに頭を下げている人を見て、とても驚きました。学校では、授業が始まるときに「礼!」と言ってみんなが頭を下げます。電車に乗るときに、知らない人に「すみません。」と言いながら頭を下げて歩いている人もいました。買い物に行くと、お店の人が「ありがとうございました。」と言って頭を下げます。

ある日、学校で先生に呼び出されました。掃除の時間にサボっていたことがバレて、怒られてしまいました。掃除をサボったことは悪いことだとわかっていましたので、「ごめんなさい」と先生に謝りました。でも、先生は「頭を下げて謝りなさい」と言ってきました。頭を下げてしまうと、自分を「弱い人」にしてしまうので、やりたくありませんでした。でも、先生が怒っているのでしかたなく頭を下げました。謝るのが嫌なわけではないのですが、「何をやっているんだろう?」と複雑な気持ちになりました。

考えてみよう！

○　あなたの考えを書いてみましょう。

①　あなたは「頭を下げる」ことに対してどのようなイメージがありますか？

②　あなたがヨウさんだったら、どんな気持ちになりますか？

③　あなたがヨウさんの先生だったら、どんな気持ちでヨウさんを怒ったと思いますか？

④ このケースと似たような経験をしたことがあなたはありますか？その時、どんな気持ちでしたか？

＜ メ モ ＞

新しく知ったこと、感じたこと、気づいたこと、もっと知りたいと思ったことがあればメモをしておきしましょう。

ケース④：自分の症状を伝えよう

下の文章を読んで、それぞれの登場人物が何を考えているのか想像してみましょう。

登場人物

○ タン ：

10才の時に外国から来日してきた。今は、18才。頭がいたいため、病院に行って相談してみることにした。

◆ 病院の先生 ：

外国人の患者さんはあまり来ないので、日本語で対応をしている。やさしい声だけど、話すスピードが少し早い。

● 看護師さん ：

いつも笑顔でやさしい。話すスピードを少しゆっくりにしてくれている。

私はタンです。最近、頭がいたくなることが多いので病院に行ってみることにしました。いつも行く病院の先生は、話すスピードが速くてわからないときもあるのですが、お姉ちゃんがいたのでなんとかなっていました。今回、はじめて一人で病院に行くので、とても不安です。

――― 病院 ―――

●看護師：こんにちは。今日はどうしましたか？

○タン：頭がいたくて・・・。

●看護師：頭がいたいのですね。わかりました。受付をするので、この問診票を書いてください。そして、熱をはかってください。

○タン：わかりました。

問診票はすべて日本語で、何回か書いたことがありますが、わからない言葉があったので、看護師さんに聞きました。

問診票

名前：　　体温：　　度

生年月日：

住所：

電話番号：

どのような症状で受診されましたか。

（　　）

症状はいつ頃からありますか。

（　　）

現在、治療中の病気はありますか。

□なし　□あり（　　）

：

：

○タン：すみません。これは何ですか？

●看護師：なんで病院に来たかを書いてください。【あたまがいたい】でいいですよ。

○タン：わかりました。ありがとうございます。

●看護師：熱は、何度でしたか。

○タン：36.8 です。いつもと同じです。

●看護師：平熱ですね。ここに書いておきますね。では、呼ばれるまでもう少し待っていてください。

――― 10分後 ―――

●看護師：タンさん。お待たせしました。1番のお部屋に入ってください。

○タン：はい。ありがとうございます。

◆医者：タンさん、こんにちは。
今日はどうしましたか？

○タン：頭がいたくて。

◆医者：いつからですか？

○タン：今日の朝からです。でも、前も頭がいたいことがありました。

◆医者：何回もあったんですね。大変でしたね。頭がいたいのはどのようにいたいですか？

○タン：えーっと。とてもいたいです。

◆医者：ズキズキしますか？

○タン：わかりません。

◆医者：ガンガンしますか？

○タン：すみません、わかりません。

◆医者：そうですか・・・。頭のどこがいたいですか？

○タン：ここがいたいです。

◆医者：ここですね。肩はいたいですか？

○タン：大丈夫です。

◆医者：頭がいたいとき、きもち悪くなることはありますか？

○タン：今日は大丈夫ですけど、この前はきもち悪かったです。

◆医者：そのときは、寝ることはできましたか？

○タン：寝れませんでした。

・

・

・

病院でお医者さんが色々聞いてくれましたが、頭がいたいのをうまく伝えられなくてとても悔しい気持ちになりました。これが、モヤモヤするということなのかなと思いました。

お医者さんが「ズキズキ」と言っていましたが、「ズキズキ」がわかりませんでした。学校で少し教えてもらったけど、そのときは大事だと思っていませんでしたが、自分のことを伝えるためには、オノマトペ（擬声語）をもっと知っておいたほうがいいと思いました。

考えてみよう！

他の人や先生とあなたの考えを共有してみましょう。

①あなたは病院に行くとき、不安になることはありますか？不安になる人は、なぜ不安になりますか？

② あなたは、自分の気持ちを伝えられなかった経験をしたことがありますか？その時、どんな気持ちでしたか？

＜ メ モ ＞

新しく知ったこと、感じたこと、気づいたこと、もっと知りたいと思ったことがあればメモをしておきしましょう。

自主学習用

息抜きに

学んでみよう！

オノマトペ（擬声語）

オノマトペ（擬声語）には二つの種類があります。

一つ目は、聞こえてきた音を表した言葉です。例えば、犬の鳴き声の「わんわん」や車が走る音の「ブーン」なのです。これは国や言語によって聞こえ方がちがうと言われています。

二つ目は、実際に音が聞こえるわけではなく、見たり触ったりして感覚的に音で表した言葉です。例えば怒っている様子の「いらいら」や柔らかいもの様子の「ふにゃふにゃ」などです。読んだ文章にも「モヤモヤ」や「ワクワク」が登場しました。

オノマトペは自分の気持ちを伝えるときによく使います。病院で症状を伝えるときや、誰かに自分の気持ちを相談するときに効果的です。実はみなさんもよく見ていると思います。例えば、音を表現しにくい漫画やメッセージアプリのスタンプなどでよく使われています。

タスク１：

さっき読んだ文章の中にオノマトペがあります。

オノマトペを見つけて、線を引きましょう。

タスク２：

線を引いたオノマトペはどんなときに使うと

思いますか？顔の表情を書いてみましょう。

(例)

（目が）ぐるぐる ⇒

＿＿＿＿＿＿ ⇒

＿＿＿＿＿＿ ⇒

タスク３：

次のオノマトペは知っていますか？

どんなときに使うオノマトペなのか考えてみよう。

知っているオノマトペには✔をつけてみよう。

☐ きらきら	☐ ごろごろ	☐ うっかり
☐ げらげら	☐ がんがん	☐ すっきり
☐ じろじろ	☐ ぐるぐる	☐ さっぱり
☐ どきどき	☐ ふらふら	☐ どっと
☐ ぶるぶる	☐ うんざり	☐ ほっと

タスク４：

オノマトペを使って今の自分の気持ちを表現してみよう。

たんげん
単元６

ちがいを

認め合うこと①

単元4・5では、ケースを見ながら、外国につながりのある人が日本社会で生活する上での苦労や気付きについて、いろいろと学んでもらいました。

今回からは、実際にあなたがこれまで経験したことや、その時に感じたことを整理し、ワークの仲間に伝えるとともに、ワークに参加する仲間の発言を聞き、仲間のことを理解する単元です。

外国につながりがあることによって、日本人から無視や差別をされたり、心無いことを言われたりして「傷つけられた経験」や、逆に、どうせ日本人は分かってくれないという思いから、人を「傷つけてしまった経験」はないでしょうか。今回は、このようなあなたの経験について教えてもらいます。

ぼくも、事例と同じように、時間のことでモヤモヤしたことがあるよ。

私は、日本生まれ日本育ちだけど、見た目のせいで差別されることもあって、つらかったな。

どうせ分かってくれないと思って、自分が傷つく前に、相手に嫌なことを言っちゃったことがあるよ。

そういえば、中学校の時に
フィリピンから来日した子が
いたけど、英語が話せない
日本人のぼくは、無意識に
距離を置いていたな・・・

それでは、本日のワークに取り組んでいきましょう。ワークは2つあります。ワークに参加する仲間と経験を共有し、より良い解決策を考えてもらいます。

2つの質問に答えてからワークをやってみましょう。

（どちらかに〇をつけてください。）

1. 誰かから心を傷つけられる言葉を言われたことがありますか。

はい、あります。　／　いいえ、ありません。

2. 誰かに対して心を傷つける言葉を言ったことがありますか。

はい、あります。　／　いいえ、ありません。

ワーク①

あなたが傷ついた経験

外国につながりがあることや、自分が周りとちがうことによって、傷ついた経験を振り返りましょう。（精神的・身体的、どちらでも構いません。）

(1) あなたに対し、誰が何をしましたか？	
(2) その時、あなたはどんな気持ちになりましたか？	
(3) 相手は、なぜそのようなことをしたと思いますか？	
(4) 相手の行動・言葉に対するあなたの反応はどうでしたか？	
(5) どうすればお互いに嫌な気持ちにならずに済んだか、解決策を考えてみよう。	<相手にしてほしかったこと>
	<今のあなたからのアドバイス>

ワーク②

あなたが人を傷つけてしまった経験

外国につながりがあることや、自分が周りとちがうことによって、人を傷つけてしまった経験を振り返りましょう。（精神的・身体的、どちらでも構いません。）

(1) あなたは、誰に何をしましたか？	
(2) なぜそのようなことをしたのですか？	
(3) その時、あなたはどんな気持ちになりましたか？	
(4) あなたの行動・発言に対する相手の反応はどうでしたか？	
(5) 今のあなたから、そのときの自分に対してどのようなアドバイスをしますか？	

＜ メ モ ＞

今日のように、自分の経験を整理してワークに参加する仲間に話したり、仲間の話を聞いたりすることで、新たに気付くことがあったのではないでしょうか。

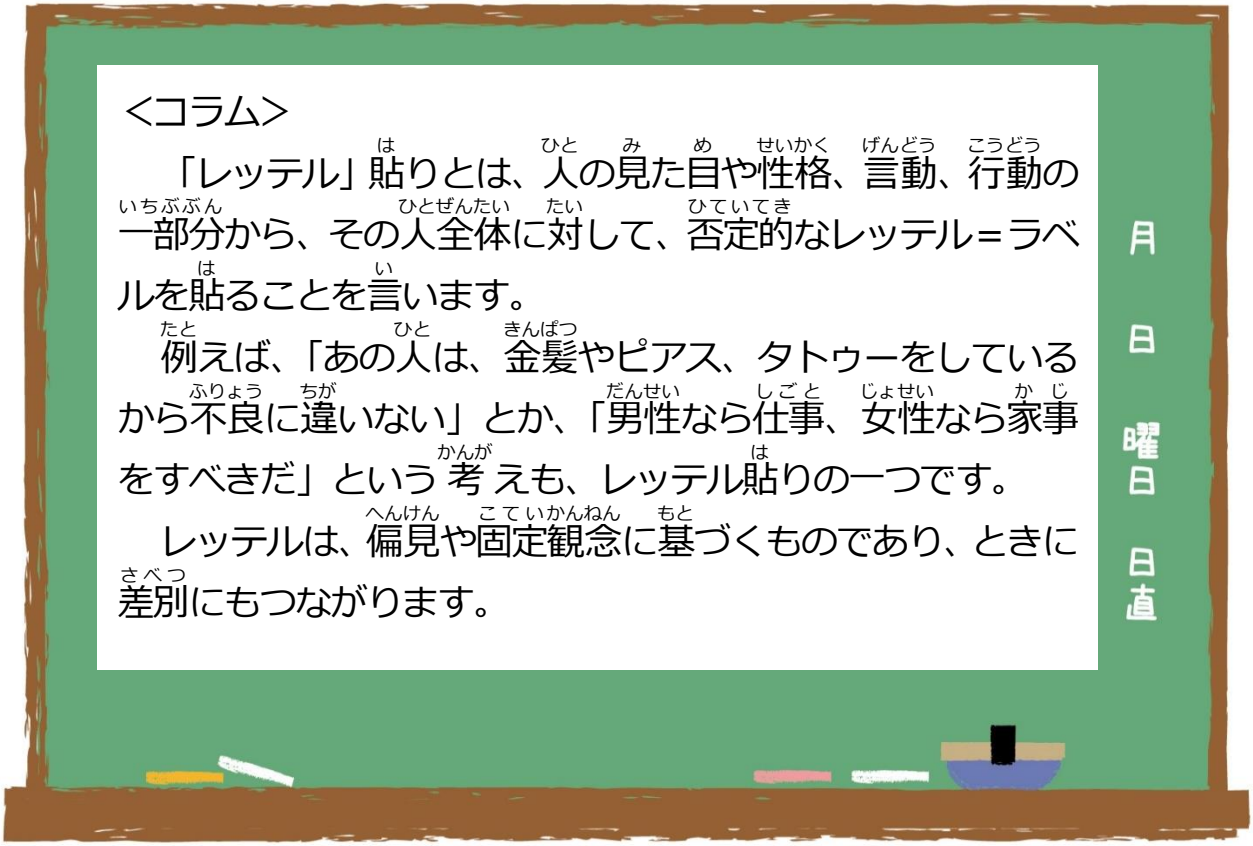
外国につながりがあることや、自分が周囲とちがうことで、あなたが感じてきた生きづらさ・辛かった経験と向き合い、自分につながりがある国に対する思いや、日本に対する思いを整理できたかもしれません。

逆に、外国につながりがあることや、自分が周りとちがうことによって、自分とは異なるものに「レッテル」を貼って安心したり、優劣を付けたりしてしまった経験があるかもしれません（※ コラムあり）。

これまで、日本語で自分の気持ちをうまく表現できないことや、日本の文化や価値観を知らないことで、他の人とうまくいかなかったことがたくさんあったと思います。しかし、これからの生活では、少しの工夫で相手に伝わり、分かり合える場合もあることを覚えておきましょう。そして、自分の気持ちや考えをしっかりと伝えられるようにしていきましょう。

今日もおつかれさまでした。次回は、今日の課題をロールプレイで取り組んでもらいます。

今日も勇気を出して、いろいろと発言してくれてありがとう。



＜コラム＞

「レッテル」貼りとは、人の見た目や性格、言動、行動の一部分から、その人全体に対して、否定的なレッテル＝ラベルを貼ることを言います。

例えば、「あの人は、金髪やピアス、タトゥーをしているから不良に違いない」とか、「男性なら仕事、女性なら家事をすべきだ」という考えも、レッテル貼りの一つです。

レッテルは、偏見や固定観念に基づくものであり、ときに差別にもつながります。

たんげん
単元７

ちがいを

認め合うこと②

今回は、前回のワークで書いてもらったケースの解決策を、ワークに参加する仲間でまとめ、ロールプレイを行ってもらいます。

そして、ロールプレイを行うことにより気付いたことをワークに参加する仲間で情報を共有し、より良い解決策を提案しましょう。その内容をまとめてから、もう一度ロールプレイを行い、普段の生活でも生かせるようにしましょう。

ロールプレイを行う場合は、姿勢、態度、表情、声の大きさ、口調などに注意しましょう。

まずは、取り組むケースを話し合って1つにしぼり、それぞれ自分の考えをまとめた上で、ロールプレイを行います。ロールプレイが終わったら、気付いたことを仲間と共有しましょう。

ロールプレイ

◆ ケースの内容

｛　　｝

という場面

◆ 役割設定

○ あなた ……

○ 仲間 ……

◆ 対応する上でポイントだと思うこと

----------（以下、ロールプレイ実施後に記載）----------

◆ ロールプレイで気付いたこと

◆ ワークに参加する仲間の意見

＜メモ＞

このプログラムを学ぶことで、国籍や文化によって考え方や価値観のちがいがあるだけではなく、ワークに参加する仲間の間でも考え方や価値観のちがいがあることがわかったと思います。

自分自身に考えや常識があるように、他の人にも考えや常識があって、それらは必ずしも同じではありません。

大切なことは、相手の意見を尊重しつつ、自分の意見も述べることでちがいを認め合い、お互いに納得できるかたちで問題を解決していくことです。

これから先、あなたが生きていく中で、自分は相手のことを尊重して意見を述べているのに、相手はなかなか分かってくれないということもあると思います。そのような場合は、相談しながら解決をしていく方法もあります。

今日も前向きに取り組んでくれてありがとう。

たんげん
単元８

ちがいを認め合い

共に生きるために

このプログラムもいよいよ終わりが近づいてきました。

このプログラムでは、「国籍や民族などの異なる人々が、互いの文化的ちがいを認め合い、対等な関係を作りながら、共に生きていく」という多文化共生を目指して取り組んできました。

さて、今回の単元では、あなたにとって、また、みんなにとって、お互いのちがいを認め合い、安心して生活できる社会とはどのようなものか、一緒に考えましょう。

まずは、あなた自身の考えをまとめ、その次に、ワークに参加する仲間の意見も聞いてから、安心できる社会について考えていきましょう。

ワーク①

あなたが安心できる場所ってどんなところ？

あなたにとって、安心できて居心地のよい場所とは、どんな場所ですか？

3パターンに分けて、考えてみましょう。

	家族	友達	学校・職場
あなたの考え			
ワークに参加する仲間の考え			
まとめ			

ワーク②

みんなが安心できる社会を作るために、あなたに何ができる？

みんなが安心できて居心地の良い社会を作るために、あなたは何ができるでしょうか？

あなたの考え	
ワークに参加する仲間の考え	
まとめ	

＜ メ モ ＞

ワークに参加する仲間たちと単元8まで一緒に取り組むことで、あなたが異文化の中でうまくいかずに悩んできたように、他の仲間も（もちろん日本人の仲間も）、傷つき、悩んできたことが分かったのではないでしょうか。

人間関係には壁がつきものです。しかし、自分や相手から、その壁を作ってしまうともったいないです。

あなたが今後、日本に住むか、自分とつながりのある国に住むか、あるいは別の国に住むかは分かりませんが、どこに住むことになったとしても、この先も多くの異文化の人たちと出会うことになると思います。そこで大切なことは、お互いのちがいを理解し、認め合い、尊重することです。

自分から心を閉ざしてしまったら、その時点で出会いはなく、仲良くなることもありません。まずは、自分から心を開き、人と向き合うようにしましょう。その先には、良い出会いも待っているはずです。

お互いのちがいを理解し、認め合い、尊重することで、みんなが安心できる社会を作りましょう。

今日も積極的に参加してくれてありがとう。

次回でこのプログラムも最後となります。

たんげん
単元９

未来に向かって

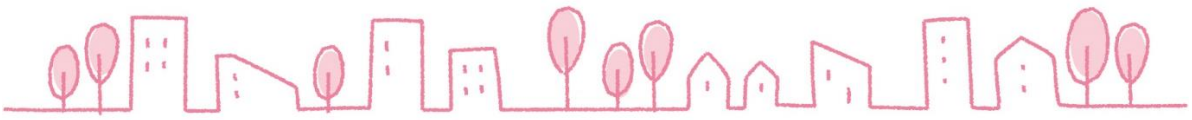
いよいよこのプログラムも最終回です。

これまで、様々なワークに取り組み、ワークに参加する仲間と意見交換して、いろいろと気付いたことや変化したことがあったのではないでしょうか。このプログラムが終わってしまうことが寂しい、悲しいなどと思う気持ちがあるのであれば、それは自分の中に変化があったという証です。

ワークに参加する仲間に対しては、自分の中の変化を教えてあげましょう。ワークに参加する仲間も、あなたの国のことや、あなたのことをこのプログラムを通して教えてもらって、成長しているはずです。あなたの話が、ワークに参加する仲間にどれだけ価値があったのかを振り返ってもらい、自信を持ちましょう。

このプログラムでは、「ありがとう」をいう気持ちを大切にし、各単元の終わりに、必ず「ありがとう」と伝えてきました。

最後の単元でも、素直に「ありがとう」という言葉が出てくるように、ワークに取り組んでいきましょう。



ワーク①

「今の自分の心の中の国を、図形や色で表現しよう」

ワーク②

「仲間にインタビューをしてみよう」

ワークに参加する仲間に、聞き取りをして書いてみましょう。

私の絵の感想を教えてください。

あなたが、印象に残った単元はどれですか？

その単元の、どこが印象に残りましたか？

みんなの考え方で、参考になる・取り入れたい

と思ったことはありますか？

＊　日本人の仲間に聞いてみよう　＊

このプログラムを通して、外国につながりがある人

との関わりに対する意識に変化がありましたか？

プログラムに取り組む前と取り組んだ後で、自分の変化を感じられましたか？

今回でプログラムは終了となります。お互いのちがいを認め合い、尊重することができる多文化共生に向けて、これからも皆で努力しましょう。

これまで、本当におつかれさまでした。ありがとう。

事後ワーク

「これからプログラムを受ける人・あなたと同じ悩みを抱えているかもしれない人に、メッセージを書こう。」

作成：法務省矯正局（令和7年2月）

監修 ： 早稲田大学大学院 日本語教育研究科　宮崎 里司 教授

山下 千聖 助手