

共生 グローバルジャーナル

～外国人実習生の「はじめの一步」を支える私たちの取り組み～

日本での暮らしが、笑顔で始まるように

「せっかく日本に来たのだから、楽しく、安心して毎日を過ごしてほしい。」

そんな想いを胸に、私たち一般財団法人 共生支援センターは、外国人技能実習生の「入国後講習」を行っています。実習生の皆さんが日本に到着してから、職場に配属されるまでのおよそ1か月。

その間に日本語や生活習慣を身につける大切な時間を、一緒に過ごしています。



学びは教室の中だけじゃない！

実習生の皆さんが「日本での生活って楽しい！」と感じられるように、授業だけでなく体験を通した学びも大切にしています。

春にはお花見、地域の神社やお寺への参拝、そして大阪城や道頓堀、スカイビル、伏見稻荷大社など、人気の観光地を訪れる校外学習も実施。その道中では、電車の乗り方や飲食のマナー、観光中のルールなど「日本で暮らすためのコツ」を、現場で楽しく学んでもらっています。



「日本の文化を肌で感じ、自信を持って
一步を踏み出せるように」

そんな願いを込めたサポートを行っています。



「ともに生きる」を、日々の支援に

日本での暮らしのスタートラインに立つその瞬間。言葉も文化も違うなか、不安を抱える実習生たちが、笑顔で新しい一步を踏み出せるように。私たちはこれからも「まごころ」をもってサポートを続けてまいります。

一般財団法人 共生支援センター
代表理事 小牧 義昭

「私は、外国人ではなく“仲間”です」

技能実習生インタビュー | ラヴィニアルベンさん



夢を抱いて、日本へ

「日本の技術は素晴らしい。
だから、どうしても日本で働きたかった。」

そう語るのは、フィリピン出身のラヴィニアルベンさん。母国ではコールセンターや配達の仕事を経験しながら、2023年に日本語を学び始め、2024年12月、一般財団法人共生支援センターでの入国後講習を経て、2025年1月、「タイヤサービス福知山」に入社しました。今回は、日本で働きながら技術や知識を学び、母国の未来を切り開こうと努力を重ねる技能実習生たちのひとりであるベンさんに、日本での生活や仕事、そして夢について語っていただきました。異国の地で奮闘する姿からは、たくさんの勇気と希望が伝わってきます。

INTERVIEW

ジョージ：

ベンさんが日本で働こうと思ったきっかけは、何だったんですか？

ベンさん：

日本の技術は本当に素晴らしいので、絶対に日本で働きたいとずっと思っていました。

ジョージ：

日本に来てすぐ、寮での一人暮らしはどうでしたか？

ベンさん：

最初はとてもさびしかったです。話す相手がまったくいなくて・・・寮の近くに来るカラスに毎朝、日本語で話しかけていました（笑）当時の友だちは、カラスだけでした。



ジョージ：

え！カラスが友だちだったんですか（笑）

入国後講習では、ベトナムの方たちと一緒にだったと聞きました。どうでしたか？

ベンさん：

ベトナム出身の女性2人と一緒でした。とてもやさしくしてくれて、助けられました。

共通の言葉は日本語だったので、毎日たくさん会話をして、そのおかげで日本語がとても上達したと思います。

ジョージ：

芦田社長、ベンさんの仕事ぶりはいかがですか？

芦田社長：

入社してまだ4か月ほどですが、すでに立派な戦力です。

毎日しっかり勉強して、タイヤ交換のテストにも合格しました。今はオイル交換もできるようになって、着実にレベルアップしています。

それに、仕事を“先読み”して動ける力があるんです。とても真面目で、日本の若い人たちよりも頼れる存在ですよ。

これからは私と一緒に出張に行く予定もあります。同業者から「ベンさんがほしい」と言われるほど、評価も高いです。



ジョージ：

生活態度や、職場・地域との関係についてはどうでしょうか？

芦田社長：

生活面でも申し分ありません。毎日自分でごはんを作って、お弁当も持ってきます。部屋もいつもきれいにしていますよ。

会社の中でも、先輩たちとうまくやっていて、最近は冗談も言えるようになってきました。

地域でも、回覧板を届けるなど、きちんと交流しています。

それから、6月に入社予定の後輩のために、自分の休みを返上して出勤したいと言ってくれました。本当にやさしい心を持っています。

ベンさん：

掃除については、母がとても厳しかったんです。子どものころは怖かったですが、今は母に感謝しています。

そして——「私は、外国人ではなく、“仲間”です。」

まもなく入社されるフィリピン人の後輩のエリックさんとは、すでに連絡を取り合っていて、これから一緒に頑張っていきたいそうです。

そして、この面談のあと、実際にベンさんがエリックさんに「日本語で」仕事を教えている姿を見た社長が、改めてその指導ぶりに感心されたそうです。

お役立ち情報

第2回

「その“やさしさ”が、こわかった」 ～ 不安の中にあっただ、たった一つの安心～

— ある外国人女性の体験から —

日本に来てしばらく経ったころ、ある女性が不思議な経験をしました。
ある日、仕事から帰ると、自宅の玄関の前に手作り風のお弁当がそっと置かれていたのです。
名前もメモもありません。

「誰が置いたんだろう？どうして…？」

最初は気のせいかと思っていたその出来事が、何度も続き、誰かが家を見ているのかもしれない、何が入っているかも分からない、と、だんだんと怖くなり不安を抱えるようになりました。
そんなとき、彼女は、N.T.トータルケア（現 共生支援センター）を思い出しました。

入国後講習のときに「困ったときは、どんな小さなことでも、私たちに連絡してください。」
思い切って電話すると、スタッフはとても親切に話を聞いてくれました。

そして、警察にも相談する方法を教えてくれ、「相手を刺激しないように優しい表現で張り紙をしましょう」とアドバイスをくれました。

彼女はそのアドバイスどおり、やわらかい言葉でお弁当を断る紙を玄関に貼りました。

「ご親切なお気持ちには感謝しますが、知らない方からの食べ物を受け取ることはできません。
どうか今後は置かないようお願いいたします。」

すると、それ以来、お弁当が置かれることはなくなりました。

今、彼女はこう話します。

「あのとき、本当に怖かった。でも、N.T.トータルケア（現 共生支援センター）に連絡してよかった。ひとりじゃないって分かっただけで、すごく安心できた。」

あなたも、もし何か困ったことや不安なことがあったら、
一人で悩まず、まずは共生支援センターに相談してください。
私たちは、いつでもあなたの“味方”です。



大阪の技能実習の入国後講習なら

一般財団法人共生支援センター

[営業時間] 9:00 - 17:00 [定休日] 土日祝

☎ 06-6348-8585 🌐 <https://pad-station.com/>

📍 〒530-0001 大阪市北区梅田1-2-2-1000
大阪駅前第2ビル10階

