

共生グローバルジャーナル

October 2026

入国後講習の合間に、京都や大阪天満宮を訪れ、日本の歴史や文化にふれました。
実際に街を歩きながら、教室では学べない日本を身近に感じ、仲間と楽しい時間を過ごしました。

産寧坂（三年坂）の石段

石段の坂道が続く産寧坂周辺では、瓦屋根の町家が立ち並ぶ昔ながらの街並みに、思わず足を止めて記念撮影。歴史を感じる風景を眺めながら、日本らしい町並みを楽しみました。

仲間と一緒に写真を撮ったり、街を歩いたり、笑顔の絶えないひとときに。写真からも、日本の文化や歴史にふれ、「もっと知りたい」という気持ちが伝わってきます。



八坂神社の楼門前

入国後講習期間中の京都観光、はじめに向かったのは八坂神社。鮮やかな朱色の西楼門を背景に、全員の笑顔がそろった一枚となりました。

まだ来日して日が浅いにもかかわらず、メンバー同士はすっかり打ち解け、教本の中だけで出会っていた日本の文化が目の中の景色として広がるたびに、「大きい!」「きれい!」と声が強まりました。

日本での新たな生活のはじまりにふさわしく、大きな「門」の前での一枚です。



初めてのお祭り — 天神祭

天神祭りの会場は、浴衣姿の見物客でにぎわっていました。人混みの中で肩を寄せ合い、笑顔で記念撮影。

フィリピンとは違う夏に、みんなワクワクした表情でした。夕暮れの空には入道雲。その日の盛り上がりがそのまま写り込んだ一枚になりました。

初めての伝統行事に目を丸くする姿もあり、楽しかった様子が写真からも分かります。



「自転車事故を乗り越え、大好きな高知で頑張る」

医療法人さくらの里 だいいちリハビリテーション病院 給食担当
コルタビスタ・トリシアメイさん

土佐弁にビックリしました(笑)

一朝4時に起きて、5時30分には厨房に立つ。
フィリピン出身のトリシアさんは、技能実習生として高知にや
ってきて、病院の給食の仕事に励んでいます。
朝4時に起き、早番の日は5時30分には厨房に立つ毎日です。
日本に興味を持ったきっかけは、大好きなガンダム。
最初は土佐弁に驚いたそうですが、今では「高知が大好き」と
話してくれます。
入社してすぐの自転車事故、日本語能力試験N4への挑戦など、
この1年の歩みを聞きました。



朝4時起き、病院の台所を支える

——まず、仕事の内容を教えてください。

だいいちリハビリテーション病院で、給食の仕事をしています。
材料の準備、レシピを見ながらの調理、盛り付け、後片付けまでが仕事です。
早番の日は朝5時30分に出勤して午後2時まで、遅番は朝9時から午後5時半まで。
ただ、夜7時ごろまで残ることもあります。

——何時に起きていますか。通勤はどれくらいかかりますか。

朝4時に起きています。自転車で10分ほどです。

——仕事はどうですか。

覚えることが多くて大変です。
でも、職場の皆さんがとても優しく教えてくださるので、
新しい仕事ももっと覚えたいと思っています。

——料理は上手になりましたか。

ほうれん草や菜の花のあえ物が得意です。

ガンダムから始まった日本への憧れ

——どうして日本で働こうと思いましたか。

アニメが好きで、特にガンダムです。
そこから日本に興味を持ち、働きたいと思うようになりました。

——日本に来たときの印象は？

電車もバスもカードで乗れることに驚きました。食べ物ではカレーが大好きです。
とてもおいしいです。



共生支援センターでの1か月

——研修はどうでしたか。

とても楽しかったです。たくさんの人に出会えましたし、ベトナムの人たちと一緒に勉強できたのも、うれしかったです。

特に思い出に残っているのは、高橋諭吉先生に連れて行ってもらった箕面の滝と、自分たちだけで電車に乗って行った奈良です。

高知は静かで、食べ物もお酒もおいしい

——高知に来て、どう思いましたか。

静かで暮らしやすい町です。町の雰囲気はシンプルで、食べ物もお酒もおいしいです。最初は土佐弁がまったくわからなくて、「これは日本語なの?」と思ったほど(笑)。でも、少しずつ慣れてきました。春に見た高知城の桜は、本当にきれいでした。



——東京にも行ったそうですね。

共生支援センターと一緒に勉強したエルさん、ユリさんと行きました。東京タワー、スカイツリー、富士急ハイランドと、とても楽しかったです。

入社1週間、坂道で起きた事故

——よかったら、自転車事故の経験を後輩に伝えてください。

入社して1週間ほどの朝のことです。慣れない自転車で病院へ向かう途中、坂道でブレーキをうまく操作できず、止まっていた自動車にぶつかってしまいました。

私に怪我はありませんでしたが、自動車を修理することになりました。就職したばかりで不安でしたが、病院の皆さんがいろいろな手続きをしてくださり、安心して仕事ができるようになりました。本当に感謝しています。

フィリピンでは自転車に乗る機会がありません。後輩の皆さんは、日本に来たら、ゆっくり運転してください。



N4合格、次はN3へ

——優秀な成績でN4に合格したと聞きました。

6月に配属されて、仕事も生活も落ち着かないうちに12月の試験を受けましたが、合格できました。次はN3を目指します。

——今後の目標を教えてください。

仕事では、煮つけや炒め物をできるようにになりたいです。そして目標はN3合格。大好きな高知で長く働きたいです。

——後輩に伝えたいことはありますか。

仕事は大変ですが、絶対にあきらめないこと。そして、わからないことは、必ず上司や先輩に聞いてください。



インタビュー：共生支援センター 小牧代表理事

介護のしごとをしたい外国人のみなさんへ
日本人のみなさんも大歓迎！

第 2 回

2027年

1/14~2/15

介護職員初任者研修

始まりました！

月曜日～金曜日

9:00-16:00または17:00

土日祝休み



- ✓ 教材費込み
- ✓ 就職サポートあり
- ✓ 受講料 80,000円
(教材費込み)

しかし！



就職サポート制度で

受講料 0円 無料

就職サポート制度って？



これから介護の仕事をしたい 人のための制度です。

研修が終わるまでに、私たちが紹介する介護施設などで働くことが決まり、すぐに仕事を始める場合は、受講料は無料です！研修終了まで仕事が決まらない場合は、80,000円が必要です。

編集後記



今号は、技能実習生のトリシアさんを紹介しました。

フィリピンから来日し、共生支援センターで1か月、私たちと一緒に日本語を勉強した生徒です。

今は朝4時に起きて病院の給食をつくり、同時に日本語の勉強も続けています。

自転車事故に遭った際には、病院の皆さんの支えの大きさを感じたそうです。

次はN3合格を目指すトリシアさん、これからも応援しています。

編集者：李奈々



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】 平日9:00 - 17:00

【お問い合わせ】 06-6348-8585

【HP】 <https://kyosei-shien.com/>

【所在地】 〒530-0001 大阪市北区梅田1-2-2-1000

