

# 一人旅の招待状

## NPO法人ARBA ASIAエクスポートジャーツアーのご案内

～ベトナムとカンボジア、二つの国を巡り、国際支援の現実を感じる旅～

エクスポートジャーツアーの「旅」は、一人です

リーダーや引率者はいません。  
事前ミーティングや学習会はしません。  
名簿やプロフィール集もつくりません

**Exposure Tour**は、ベトナム・カンボジアでの教育支援活動に取り組むNPO法人ARBAが運営する体験ツアー。

ベトナムでは高校の日本語授業を、カンボジアでは小学校の学校行事の企画立案を、現地の学校とともに行っています。子どもたちが学校生活の中で記憶に刻む、楽しい思い出。その思い出が、学校を、街を、自分の人生を愛するきっかけになれば。自分たちの地域を自分たちで変えていくためのエネルギーになれば。それがARBAの活動に込められた願いです。

**Exposure Tour**は現地合流/解散というスタイルで運営します。ツアーはそれぞれの参加者がいつから、どこから参加するかを決めることから始まります。日程の途中から合流/帰国することも可能です。

また滞在期間中のプログラムはすべて自由参加です。大学のゼミや卒業旅行のような団体行動は一切ありません。また多くのNPO団体が実施しているスタディツアーとも違う旅です。

参加者が自由にアジアの子ども達の現状を感じてもらうために、できる限り自由な雰囲気の中で運営することを心がけています。またお預かりする参加費用は、現地での活動とそれに関わる滞在・移動費用に充てられ、ツアー終了後に参加者に対し収支報告をします。

### 参加方法・費用について

2つの参加方法～お選びください

途中参加/帰国可能です。御相談ください

#### ※日本からツアースタッフと同行

8月22日(月)9:30成田発  
成田空港からツアースタッフとともに出発～帰国します。海外旅行が初めての人や慣れない人でも安心して参加できます。

●参加費用 **129,910円**

(航空券費用64,910円+ツアー参加費用65,000円)

★ベトナム航空・成田空港利用の場合

2月24日成田空港出発～3月6日プノンペン解散。(オプションのアンコールワット訪問は別料金となります。6500円程度を予定しています。オプション参加の場合は3月8日帰国)

#### ※現地待ち合わせ

8月22日14:00 ベトナム・ホーチミンにて合流～ツアースタート

自分で航空券を購入するので、自由度の高い旅が可能です。ツアースタート前に現地入りしたり、終了後に他の国への渡航を計画している人向きです。

●参加費用 **65,000円**

2月24日ベトナム・ホーチミン空港でツアースタート～3月6日プノンペン解散(オプションのアンコールワット訪問は別料金となります。6500円程度を予定しています)

■参加申込は6/1受付開始、先着順で定員20人先着■ホームページ・携帯サイトから「問合せ・参加申込」を!

申込時の前受金やキャンセル料は一切不要です。お金はかかりません。

主催：特定非営利活動法人ARBA (アルバ) <http://arba.asia>

ツアー事務局 [tour@arba.asia](mailto:tour@arba.asia)

〒136-0076 江東区南砂2-3-1-920 03-5683-6121

📍今回はカンボジア・スラム街の子ども達との校外学習(遠足!)を計画しています。参加者の皆さんと協力し

てカンボジアの小学生との学校行事を実現しませんか?!

📌はじめての海外旅行、はじめてのアジアでも気軽に安心してご参加できるよう、これまでの経験を活かし、

ARBA事務局では航空券の紹介やアドバイスをします。専用フォームまたはメールで、航空券の予約がとりたく

い時期ですのでお早めの参加申込をお願いします。

📞お問合せはLINEでも! ID:npoarba



交流する小学校の子ども達:カンボジア・プノンペン

ベトナム・カンボジア国境:



## 宿泊について

宿泊先は一般的なホテル

ホテル：主に二人部屋、一人ベット1台、ホットシャワー

\* **食事**は基本的に付いていません

基本的に食事は各自で。個別にとりにくいタイニンや終日活動時など数回は全体で食事の用意あり。

## 旅のルート

成田→ホーチミン(空路)→ベトナムカンボジア  
国境の町タイニン→(陸路国境超え)→プノンベン  
→シェムリアプ→(陸路)→ホーチミン→成田  
(空路)



ホーチミン人民庁舎

国境の村



ベトナム/カンボジア国境

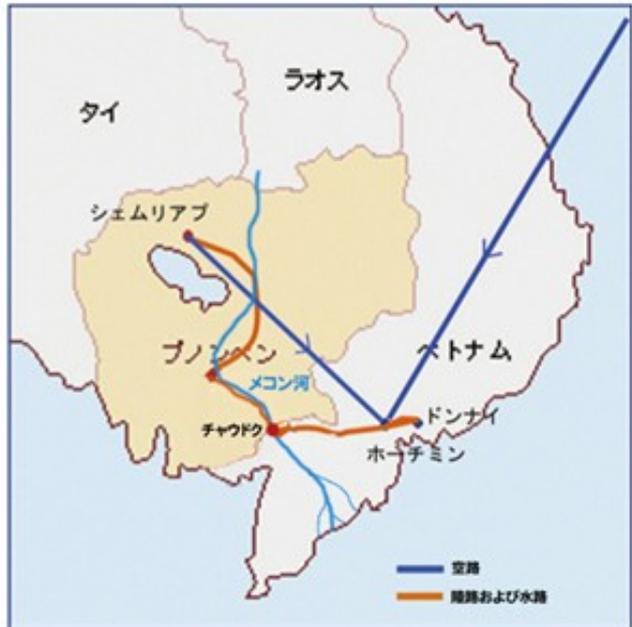


プノンベン・王宮



訪問するスラム街の小学校

アンコールワット(オプション)



## 2016春ASIAエクスポートツアー日程

変更の可能性があります

	プログラム内容（変更の可能性あります）	途中参加/ 帰国
8/22 (月)	14:00 ホーチミン・タンソニャット空港集合、ツアースタート (スタッフと同行する人は7：40 成田空港集合～ベトナム航空 VN301) 専用車でホーチミン市内ホテルへ移動、チェックイン	○
8/23 (火)	午前中エクスポートプログラムに基づく市内街歩き【アジアの街を歩いてみよう】 ベトナムで活動する日本人の支援プロジェクトなどを訪問 17：30～市内レクイドン高校日本語講座の生徒との交流授業	○
8/24 (水)	8：00 ドンナイへ 幼稚園訪問	×
8/25 (木)	国境の街退任へ移動/滞在～終日フリー 国境の街の雰囲気を感じてください。 夜参加者ミーティング等	×
8/26 (金)	陸路にてベトナム・カンボジア国境を越え午後カンボジアの首都プノンペン着 プノンペンのスラム街・スティングミアンチェイ地区のチャリティスクール VDTO 訪問	○
8/27 (土)	遠足事前学習に参加	○
8/28 (日)	遠足	○
8/29 (月)	遠足の事後学習参加	○
8/30 (火)	キリングフィールド・ツールすれん博物館訪問 午後フリー	○
8/31 (水)	終日フリー 夜ツアー総括夕食会	○
9/1 (木)	朝ホテルにてツアー終了～ オプションのアンコールワットツアー参加者は朝ツアーバスでシェムリアプへ移動	○
9/2 (金)	終日アンコールワット見学	○
9/3 (土)	夕方シェムリアプからホーチミン経由で帰国便搭乗	○
9/4 (日)	早朝成田空港着	

宿泊施設(変更の可能性あります)

ホーチミン	<b>Trade Union Hotel</b> 85 Cach Mang Thang8.st Dist.1 HCM TEL:(84)08-8395005 FAX:(84)08-8398272
タイニン	未定
プノンペン	<b>Smily Hotel</b> No.53, St. 113, Sangkat Boeung Pralet Khan 7Makara, Phnom Penh, Cambodia E-mail: info2@townviewhotel.com Tel: (855) 23 991 139, 023 991 129Fax: (855) 23 991 129
シェムリアプ	<b>Angkor Riverside Hotel</b> Add: Siem Reap River Road, Beong Dounpa Village, Slaar Kram Commune, Siem Reap TEL:(855) 063-390006 FAX:(855)063-760342または063-761226

## このツアーの特徴～体験活動の新しい理論・エクスポージャープログラムについて

エクスポージャーとは、「Expose（露出する・さらけ出す）」を語源とする体験活動のあたらしい理論です。エクスポージャープログラムは

ただ見るだけでなく状況に接して見極め（Not only look but see）

ただ耳にするだけでなく聞き分け構造を理解し（Not only hear but listen）

知識を得るだけでなく状況を肌で感じ取り行動する（Not only know but feel）を特徴としています。

### エクスポージャープログラムってどんな活動ですか？

私たちは普段、さまざまな殻（パラダイム：既成概念）を基準にして判断し生活しています。

それは善悪で判断することや、「～べき論」や「一般的には～だ」といった考え方のことをさします。

エクスポージャープログラムは、まずこの殻を脱ぎ捨て、ありのままのアジアの現実や子ども達の実情をまずは全身で感じ取り、そのなかから自分にしかできない国際支援活動を見つけることをめざします。

**一人ひとりが自分にできることは何か**、を見つけ出す理論がエクスポージャーなのです。

### 一度聞いてみたかった！国際支援って私にもできますか？

国際支援は決して特別な能力や専門的な知識を必要とするものではありません。

参加する人すべてが「誰にでもできる」という気軽さと、「自分にしかできない」というかけがえのなさを同時に満たすような国際支援をみつけてほしい、そんな思いがエクスポージャー理論の根底にあります。

### 国際支援の現場で活かせるような経験も語学力もないんですが。。。

たとえば、ベトナム・ホーチミン市で行う日本語を学ぶ高校生との交流授業。

日本語教師の資格がないと授業はできないでしょうか？

言葉を学ぶ難しさ、間違ったときの恥ずかしさ、通じたときの喜び、話しかける勇氣、恐怖心が好奇心にまさる瞬間。

それぞれがもっている、学校での思い出や、外国語を学んだ経験から、異国で日々格闘する先生や生徒を目の前にして、

「私」にできることって何だろうと想像し考えること。それこそが「もうひとつの国際支援」のあり方です。

そして、カンボジアの小学校での遠足。日本人で遠足を経験したことがない人はいないでしょう。

私たちは、小さいころからお遊戯会や地域のお祭り、学校行事、班活動など、多くの教育実践に触れ、学び育ちました。

そんな家庭や地域、学校で過ごす中で、それぞれが自分の役割を見つけ、参加し協力すること、責任をもってやりとげることの大切さを知っています。誰もが体験し教育活動で身につけたこと、それこそが活かせる経験ではないでしょうか。

語学力もあるにこしたことはありません。しかしそれを心配しはじめたら、何もできなくなってしまいます。よく思い出すと、どうでしたか？良いお手本、時には悪いお手本もありますが、言葉ではなく態度で、**お互いの立ち振る舞いや姿から学びあえる**こともある。そして必要なときには、できる人に力を借りて助けてもらえばいいのです。

国際支援には、お金や時間、特別なスキルや専門知識、語学力が必要、そんな既成概念を脱ぎ捨てることが第一歩！です。

「誰にでもできる」「自分にしかできない」**国際支援の新しいカタチを見つけられる**ことを願っています。

この他にも、まだまだ、いろいろ、心配なこと、聞いてみたいことがあるのですが。

当会ホームページでは、ツアー専用ページにて、エクスポージャーについて、旅のルートマップ、よくある質問FAQ、旅の手引きなど閲覧できます。お問合せや申込は携帯からも可能です。説明会も随時実施予定です。

ホームページ：<http://arba.asia> メール：[tour@arba.asia](mailto:tour@arba.asia)

企画・運営：特定非営利活動法人 The Alternative Relations Bridge in Asia (ARBA)