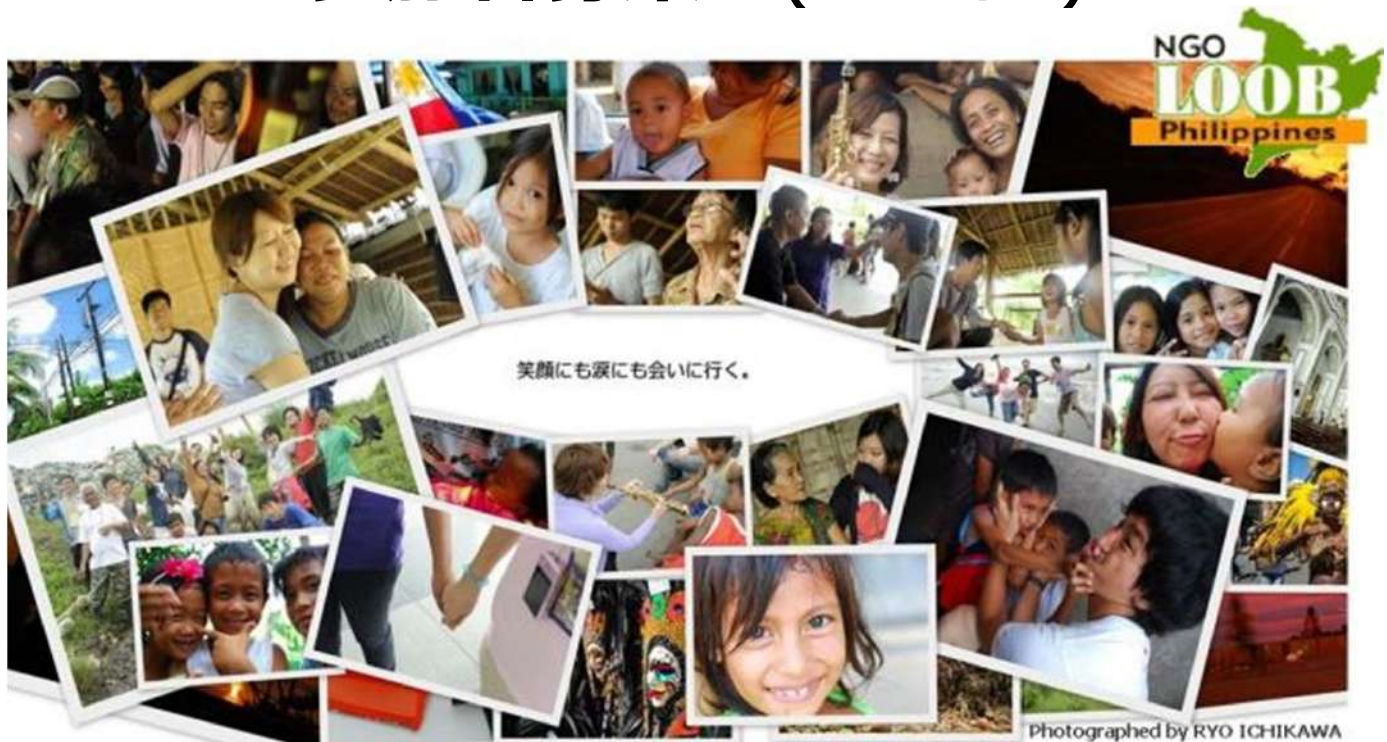


# 英語研修&ソーシャルアクション 参加者募集！(2019年版)



NPO法人LOOB JAPAN（現地法人名Love Our Own Brethren Inc.）は、  
“青少年が国を超えて友愛と奉仕の精神を育み、持続可能な未来の創造に寄与する”  
をビジョンにフィリピンで活動している団体です。

**募集日程は 下記ページをご確認ください**

[www.loobinc.com/eng01.html](http://www.loobinc.com/eng01.html)

目次：

- |                       |            |
|-----------------------|------------|
| P1 表紙                 | P6 研修費について |
| P2 ESAPのコンセプト         | P7 申込方法    |
| P3 1週間の流れ             | P8 持ち物表    |
| P4 1日の流れ（英語研修&ボランティア） | P9 参加者心得   |
| P5 1日の流れ（ホームステイ）      |            |

**連絡先 特定非営利活動法人LOOB JAPAN**

〒103-0014 東京都中央区日本橋蛸殻町1-21-6 ソーシャルビジネスラボ

Tel: 050-5899-2282

\*ご連絡は下記メールから。 [✉ info@loobinc.com](mailto:info@loobinc.com)

# English & Social Action Program (ESAP)



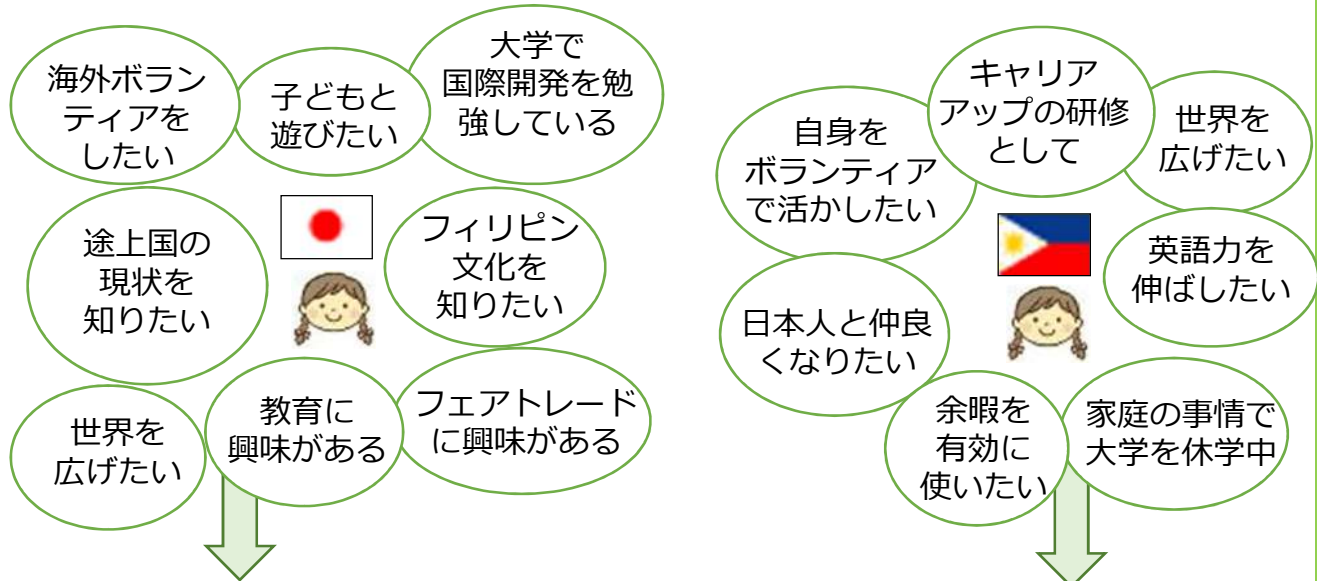
あなたは将来、国際協力やグローバルな現場で活動したいと思っ  
ていますか？

このプログラムでは、現地NGOによる英語+ボランティア+ホームステイを通して、自分のテーマを深めたり、社会の課題を体感します。座学とフィールドトリップで教育やフェアトレードについて考え、最終プレゼンで他者に発表する力を身に付けます。



日本人の参加者は  
男女比 3 : 7、平均年齢21歳  
大学生7割、社会人2割、高校生1割

こんな人が参加しています



日本人参加者は

フィリピンの文化や風習を英語で学び、現地の人々との交流を通じてグローバルな視点を養います。

収益はフィリピンの教育サポート基金に。LOOBは2006年からこのソーシャル事業を運営しています。

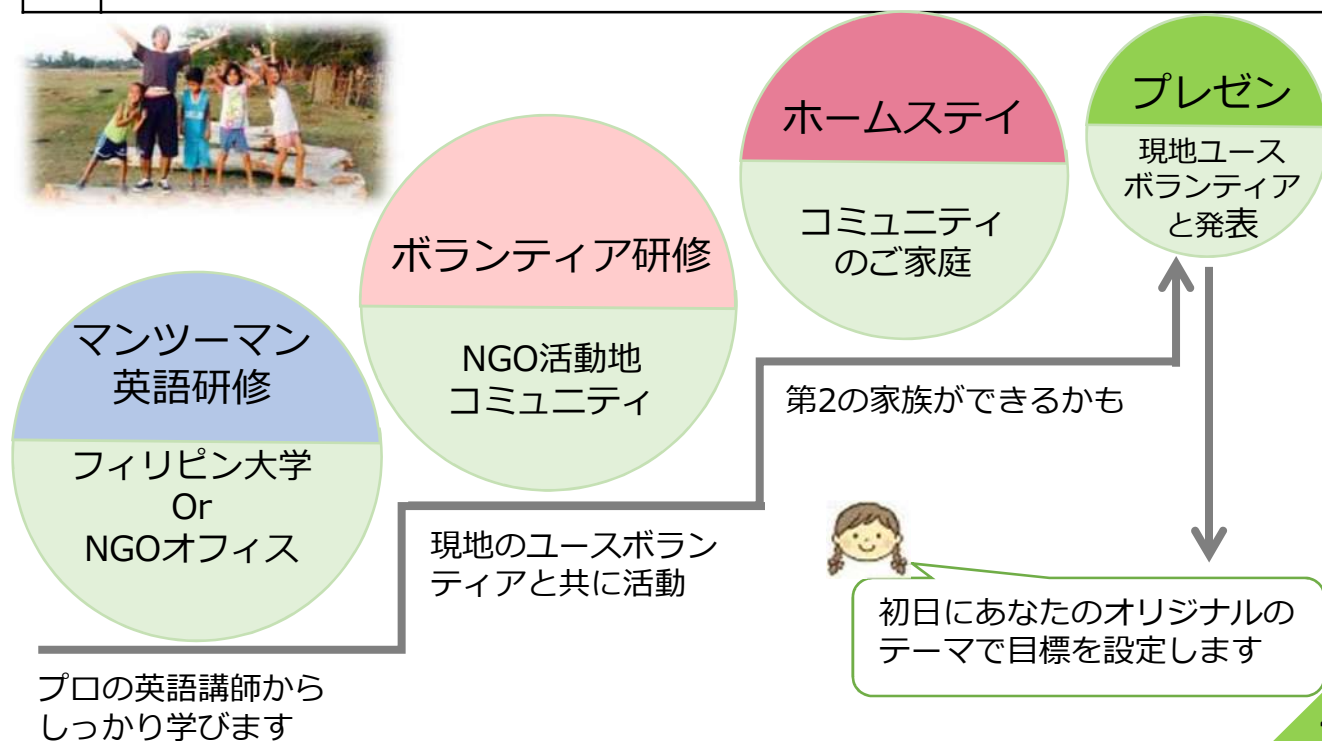
現地ユースボランティアは

日本人2名と一緒に活動し、フィリピンの国を客観的にとらえることで、リーダーシップを高めます。

# 1週間の流れ

## 参考スケジュール（9泊10日の場合）

	午前	午後	夜
土	午前便で日本→マニラ到着、夕方から夜にかけてイロイロへ到着		シェアハウス
日	オリエンテーション	観光&ショッピング	シェアハウス
月	マンツーマン英会話(3時間)	ごみ山コミュニティ訪問 (2.5時間)	ホームステイ1泊目
火	マンツーマン英会話(3時間)	教育活動(2.5時間)	ホームステイ2泊目
水	マンツーマン英会話(3時間)	週末ボランティア企画 (2.5時間)	ホームステイ3泊目
木	マンツーマン英会話(3時間)	先住民コミュニティ訪問 (2.5時間)	ホームステイ4泊目
金	プレゼン発表	フェアトレード活動 (2.5時間)	ホームステイ5泊目
土	ホストファミリーと過ごす	Wekeaの実施	シェアハウス
日	オープンタイム ギマラス島ビーチ&世界遺産等のオプションツアーあり		シェアハウス
月	午前イロイロ→マニラ、午後便マニラ→日本帰国		



# 1日の流れ (月~木)

午前

7~9時 起床・シャワー・朝食  
9~12時 **マンツーマン英語研修**



外部の英語講師から  
フィリピン文化を学びます



国立フィリピン大学ランゲージセンターまたは  
NGOのオフィスで3時間のマンツーマン。フィ  
リピンの国民性や価値観など20のテーマから選  
び、日本と比較するユニークな教材を用います。

テーマ例) ○家族形態 ○食文化 ○信仰  
○ホスピタリティ ○付き合い方 ○結婚 ○子育  
て ○仕事&キャリア ○友情 ○美意識 ○タ  
ブーなどなどフィリピン文化を知れます。

午後

12~1時 昼食  
2~5時 **ボランティア研修**



NGOスタッフと現地  
ユースボランティアが  
一緒に活動します



17年の支援実績があるNGOの活動やレクチャー  
&ワークショップを通して、ボランティアやコ  
ミュニティについて考えます。

2~3時：現地ユースボランティアと日本語や現  
地語を教え合ったり、英語のワーク  
ショップをします。

3~5時：NGO LOOBが活動する  
・スモーキーマウンテン  
・少数民族のコミュニティ  
に出かけ、教育とフェアトレードなど  
を柱に住民の方々にインタビュー。

## NGO活動を知る



ごみ山の訪問



学童や学校訪問



フェアトレード製作体験 中高生リーダーと交流



## フィリピン文化を知る

- ダウンタウンツアー
- コミュニティ地図作りツアー
- 歴史や戦跡を巡るツアー
- 教会に行ってみよう
- インタビュー企画  
etc.etc.

# 1日の流れ (月～木)

夜

## 6時 シェアハウス&ホームステイ 7時 夕食



現地ユースボランティア  
と一緒に行動します



シェアハウスは、LOOBのスタッフやボランティアが共同生活する男女別のドミトリー。現地スタッフが作ってくれる美味しい食事をかこみながら、共同生活をします。

シェアハウスの生活に慣れたら、いよいよホームステイです！日本では体験できないことがぎっしりの5泊となります。食事やお風呂などフィリピンライフを体験して、新しい世界を見てみましょう！



\*ファミリーは、LOOBの支援エリアで基本的に保護者とお子様がいるご家庭となります。具体的な人数などは現地で発表されます。

### 金曜日

10～12時 企画・準備・リハーサル  
12～1時 昼食  
2～4時 **プレゼン発表**

フィリピンでの体験を英語でアウトプットするプレゼンタイム。ペアになる現地ユースボランティアと一緒に、オリジナルのテーマで発表します。



### 土曜日

10～12時 企画・準備・リハーサル  
12～1時 昼食  
2～4時 **WeKEA**

LOOBのWeekend Kids English Activity (WeKEA)に参加。フィリピン子ども達が英語を通して、表現力・社会性を伸ばす活動をサポートして下さい。



## 研修費について

\*3ターム以上フィリピン大学ランゲージセンター利用となります。



1ターム <b>お勧め!</b> 9泊10日	72,000円	文化研修 (15時間) NGO活動 (15時間)	シェアハウス4泊 ホームステイ5泊
2ターム 15泊16日	92,000円	文化研修 (30時間) NGO活動 (30時間)	シェアハウス10泊 ホームステイ5泊
3ターム* 21泊22日	113,000円 SSP13,000円	文化研修 (45時間) NGO活動 (30時間)	シェアハウス16泊 ホームステイ5泊

### 【●研修費に含まれるもの】

- ・イロイロ空港出迎え
- ・現地オリエンテーション
- ・マンツーマン英語研修または文化研修
- ・シェアハウス&ホームステイ
- ・食事 (日曜日以外の朝夕2食)
- ・ボランティア活動にかかる諸経費
- ・申込金 (10,000円)
- ・LOOB賛助会員費 (3,000円)

### 【●研修費に含まれないもの】

- ・日本~マニラ~イロイロ往復航空券 (フィリピン航空で7万円前後)
- ・海外旅行保険 (4,000円前後。必ず加入して下さい)

### 【●現地で必要なお金】

- ・交通費 (1日約50円)
  - ・昼食代 (1日約300円)
  - ・オプション旅行 (2,000円前後、自由参加)
- (30日以内の滞在はビザ必要なし)

## パスポート・ビザ・渡航について

- パスポート** 帰国日までに有効な旅券が必要です。
  - ビザ** 滞在が29日以内なら必要なし。30日以上はイロイロ市の入国管理局でビザを取得できます。ただし30日以内の帰国チケットが必要です。
  - 渡航について** イロイロ現地集合。ESAP前後に渡航する方はお知らせ下さい。
  - 航空券** LOOBで推奨する日本⇄マニラ⇄イロイロの往復航空券を各自手配して下さい。それ以外を利用したい方はご相談下さい。フィリピンへの入国には必ず復路のチケットが必要ですので、ご注意下さい。
- (不慣れな方にはLOOBがアシスト可能です。ご相談下さいませ)



### キャンセル・ポリシー

正式な申込後のキャンセルの場合、13,000円以外の全額を返金いたします。現地に入ってから日程を短縮される場合、参加費はご返金はできません。

### トビタテ留学JAPAN!での参加を検討している方へ



高校生の"アカデミックテイクオフ"、"プロフェッショナル"、"国際ボランティア"の枠で参加される方は、午後や週末の時間を「アンバサダー活動および自主活動」に充てることができます。活動内容はLOOB事務局と調整して下さい。

### ESAP後にLOOBインターン生になりたい方へ



現地ボランティア  
スタッフ募集!

1タームに参加した後、NGOのインターン生になることも可能です。詳しくは下記をご覧ください。

<http://www.loobinc.com/volstaff01.html>

# ESAPプログラム申込み方法



## STEP 1 案内書

← 今ここ！

## STEP 2 申込み

ESAPページにあるフォームからお申込み下さい  
[http://www.loobinc.com/form\\_esap.html](http://www.loobinc.com/form_esap.html)

### 申込み切は？

第1次切：開始日の2カ月前

第2次切：開始日の1カ月前

\*ただし、定員になり次第、締め切ります。定員に達しない場合は、チケットが取れる限り、受付けます。



## STEP 3 申込金

約1週間後に申込金13,000円をお振込みいただいて、正式な申込みとなります。

### 振込先は？

ゆうちょ銀行

口座番号：(記号) 10100 (番号) 78764681

口座名義：トクヒ) ロオブ ジャパン

ゆうちょ銀行

店名 〇一八 店 (ゼロイチハチ店)

店番 018 普通預金

口座番号：7876468

口座名義：トクヒ) ロオブ ジャパン



残額は、参加費から13,000円を引いた金額を、現地オリエンテーションで日本円でおつりのないようお支払いください。

\*1タームの場合：73,000円－申込金13,000円＝現地で60,000円

## STEP 4 航空券

日本～マニラ or セブ～イロイロの往復チケットを手配下さい。  
LOOBが推奨する便はメールでご案内します。

## STEP 5 渡航準備

渡航案内書&持ち物表をメールします。参加者決定者でLINEグループも作成しますので積極的に事前交流して頂けます。

# LOOBプログラム参加者 持ち物チェック表

			チェック
カバン		預ける荷物は____キロ以内に、手荷物は____キロ以内に。 (航空会社の重量制限をご確認下さい)	
貴重品	1. パスポート	パスポートはコピーを1枚、ご持参下さい。	
	2. 国際航空券	1～5は貴重品袋に入れて、一つにまとめてください。	
	3. 財布 (現金)	シェアハウスのロッカーをご利用頂けます。	
	4. 海外旅行保険証	(持参するお金は、1万円札1枚より、1,000円10枚のほうが両替の融通がききます)	
	5. 携帯電話など		
	ロッカーの鍵	忘れた方はLOOBで100円程度でレンタル可能です。	
洗面具	洗顔/お風呂セット	シャンプーや石鹸は現地でもすぐ買えます。	
衣類	バスタオル/タオル	大1、小2くらい	
	帽子	暑さ対策に、帽子を必ずお持ち下さい。	
	Tシャツ 長ズボン/短パン	ジーンズや短パンのラフな格好でOKです。ESAP参加者にイロイロTシャツを800円で販売中♪	
	寝る服	パジャマより、部屋着などリラックスできる服。	
	長袖	飛行機内は激寒です (><)。パーカーや薄めの長袖服。	
	クロックスやサンダル	学校もホームステイ中もクロックスやサンダルが便利です。	
	折り畳み傘 /レインコート	6~12月の雨季は、折り畳み傘を必須でお願いします。 3~5月は乾季で日差しが強いので傘があると便利です。	
	水着	プールに行くチャンスがあるかも? 海ならTシャツでOK。	
	サングラス	日差しが強いのであると便利。	
その他 & あと 便利 グッズ	日焼け止め、虫除け	虫除けスプレーやかゆみ止めクリームなど。	
	お土産/日本食/ネタ	先生やファミリー、現地ボランティアに記念になる小さなものがあると喜ばれます。大人数に少しずつ配れるものがお勧め。	
	カメラ/iPhodなど	電子機器は、110~240Vと書いてあれば変圧器なしでOK!	
	携帯用トイレ トイレット ペーパー	公共の場がないので持ち歩きましょう。ホームステイ先に1ロール支給しますが、ご自分で随時買い足して下さい。	
	ビニール袋	濡れた服などを入れるのに、数枚あると便利。	
	ハンガー & 洗濯ばさみ	ハンガー数本、下着も干せる洗濯ばさみ付きハンガーが便利☆	
	海で遊べるもの	海に行く機会があれば、水中眼鏡やスノーケル?	
ノートパソコン	Wifiがある場所も増えてきたので、使えます。		





## ソーシャルアクションを成功させる参加者心得

Join us now &  
Let's Take Action!



### STEP① 渡航前： 強いモチベーションを持つ

「英語を伸ばしたい!」「フィリピンを知りたい!」「日本で経験できないことがしたい!」このような能動的な気持ちで研修に参加してください。ESAPは参加者の率先した行動と強いモチベーションによって成功します。

### STEP② 現地で： 学びたい気持ちを実行に移す

開かれた心で様々な年齢、様々なバックグラウンドの人々と積極的に交流しましょう。特にホームステイではお風呂や食べ物や交流の仕方など、フィリピンでの生活は日本ではありえない、新鮮なことばかりです。文化の違いや新しいことを積極的に学びましょう。

### STEP③ 帰国後： 伝えようとする積極性を持つ

回りの人に自分が見聞きしたことを伝えていってください。異国での体験や感動を、人に話していくのは簡単な作業ではありません。自分の経験をさらに深めていく手段として、現地での体験を家族やお友達に話していきましょう。

【よくあるご質問】 <http://www.loobinc.com/faq.html>

【参加者の声】 <http://www.loobinc.com/eng03.html>

【Twitterで毎日投稿しています】 <https://twitter.com/loobinc>

【FBで現地の活動をチェック!】  
<https://www.facebook.com/pages/NGO-LOOB-Official/289830787698314>