

「住民への意識啓発 ～となりの外国人とのおつきあい～」

NPO法人外国人女性の会パルヨン
代表理事 ハッカライネン・ニーナ

令和7年度
多文化共生の担い手連携促進研修会
11月26日



概要

- 1) 関心層への働きかけ
- 2) 無関心層へのアプローチ
- 3) 今後の展開



背景

- ◆ 外国人女性の会パルヨンは2007年に京都で設立された日本在住外国人女性の支援団体
- ◆ 外国人女性に生活情報やピアサポートと定期的な居場所を提供
- ◆ 年に千人以上の外国人女性をサポート
- ◆ 現在、京都、大阪、東京、川崎、オンラインで活動中



① 関心層への働きかけ

外国人向けの習慣、マナー、制度を 伝えるツールの作成

1) 💡先輩外国人の失敗話を活かした ガイドブック『上京区に住む

外国人のためのわかりやすい生活
ガイドブック「コトナin Kamigyo」』

やさしい日本語版、

やさしい英語版、中国語版

2) 「近所の人と仲良くなる方法」 動画シリーズ

3) 京都マナー、防災などの対面講座を開催





じょうほう
くわしい情報→



近ちかくすに住んでいる人と仲良ひとくなか暮らす

How to Keep Good Relations with Your Neighbours



ちか す ひと あ さき じぶん
近ちかくすに住んでいる人と会あうとき、先さきに自分じぶんからあいさつをしましょう

When you see your neighbours, say hello.

● にほんじん し ひと ひと おお
日本人は知らない人にあいさつをしない人が多いです。

さき がいこくじん じぶん なか
先さきに外国人が自分じぶんからあいさつをすると、仲良なかくなりやすいです。



1 ガイドブック作成（外国人向け）

■ 外国人の目線を生かした生活ガイドブック キーワード：外国人目線



おお おと だ き
大きな 音を 出さないように 気をつけましょう

Do not make too much noise.



- 家と家の 間が 狭いので、音が 聞こえやすいです。音を 気にする 人も 多いです。うるさかったと 思ってい
ないときでも、他の人は うるさいと思っているかもしれません。

「(こんにちは・こんばんは) いつも うるさくして すみません。」

“Hello! I'm sorry that I'm always noisy”と言いましょ



ともだち く となり ひと つた
友達が たくさん 来るとき、隣の人に 伝えましょう

When many friends are coming to visit you, please tell your neighbours.

- 伝え方の例：友達が 来る 前に

「すみませんが、今晚 友達が 来る ので、うるさい かもしれません。」

Friends will come to visit me tonight. I'm sorry but we may be noisy.



「自転車を 家の 前に 置きますが、邪魔 だったら 言ってください。」

Friends may park their bicycles in front of the house. If they are in your way, please tell us.



「(時間)〇〇時に 終わります。」

My friends will leave at (time).

2

外国人のための分かりやすい講座：防災、京都マナーなど



「外国人・外国人支援活動をしている方のためのわかりやすい京都マナー講座」、講師：「鳴橋庵」の鳴橋明美氏、

京都市上京区総合庁舎２０１８年１月２１日（パルヨン撮影）

3

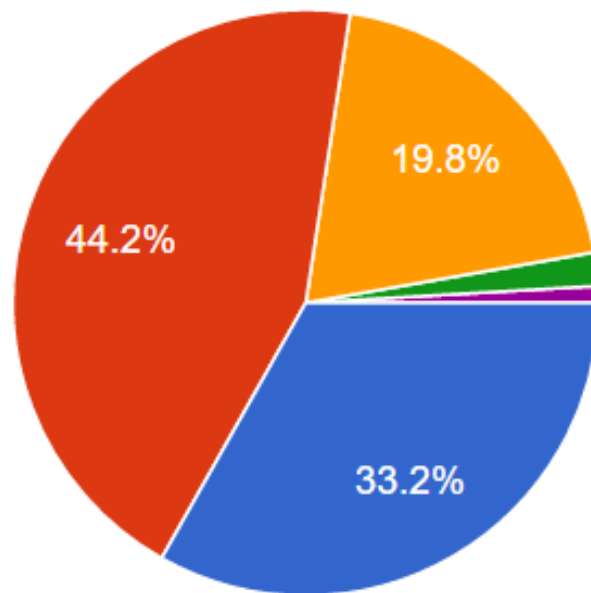
「近所の人と仲良くなる方法」 動画シリーズ

日本暮らし～ 近所の人と仲良くなる方
法 [3] ～ 昔からの変わった挨拶

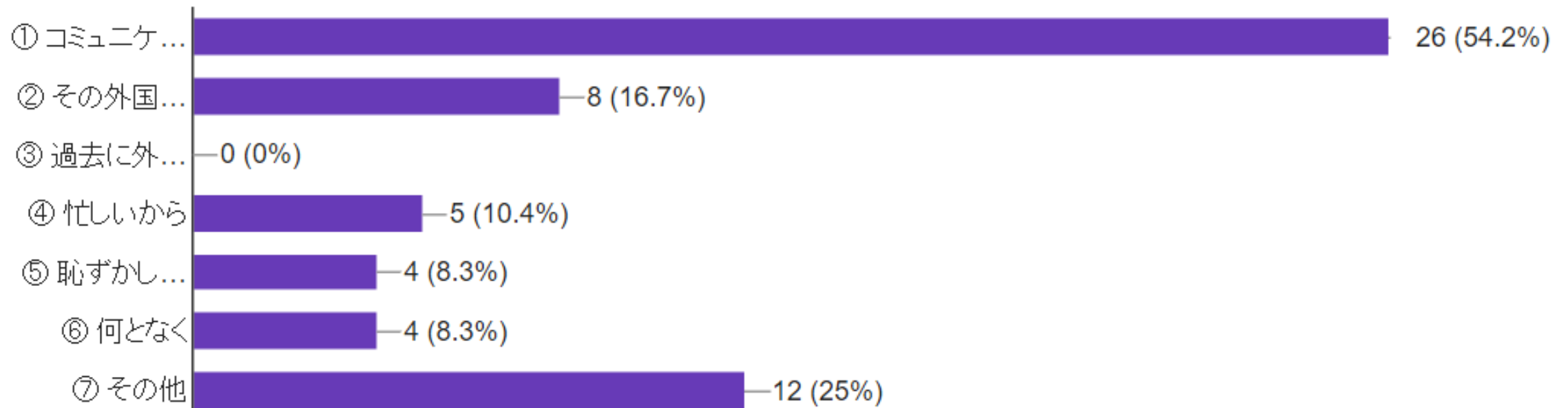


日本人にも外国人との付き合い方の コツを伝える必要がある

Q3 近所に外国の方が住んでいたら交流したいと思いますか。(217 件の回答)



- a. 積極的に交流したい
- b. どちらかといえば交流したい
- c. どちらとも言えない
- d. どちらかといえば交流に消極的だ
- e. 交流したくない



外国人との付き合いに 積極的でない理由

- ① コミュニケーションができるかどうか不安だから
- ② その外国人が日本の習慣を理解しているかどうか不安だから
- ③ 過去に外国人との間で良くない経験をしたから
- ④ 忙しいから
- ⑤ 恥ずかしいから ⑥ 何となく ⑦ その他

① 関心層へ働きかけ

日本人向けのわかりやすいツールの作成、 講座の開催

- 1) 小冊子 『となりの外国人とのつきあい』
- 2) 小冊子を活かした一般市民向けの
『やさしい日本語』講座

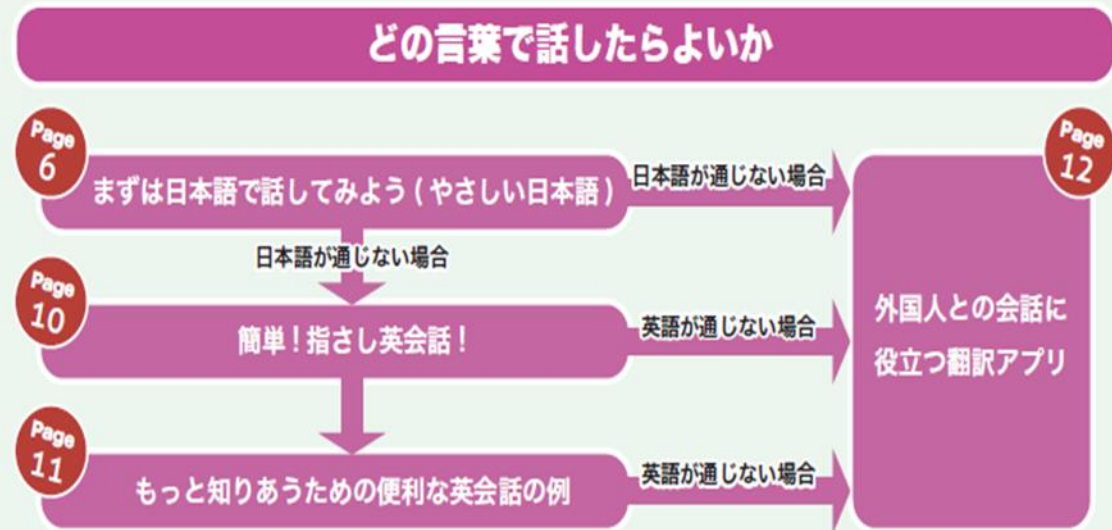


① 関心層へのアプローチ

言葉編

- 1) 「やさしい日本語」のルール
- 2) 在住外国人の場合、
英語より日本語
- 3) 翻訳アプリなどの使い方
- 4) イラスト、写真の利用

外国人とお付き合いする方法 早見表



このガイドブック「となりの外国人とのおつきあい」では英訳・英会話例を掲載していますが、下記のホームページには他の言語での訳文もあります。必要に応じてダウンロードしてご利用ください。<https://paruyon.jimdo.com/tonarinogaikokujin/>

① 関心層へのアプローチ

習慣編

- 1) ゴミの出し方
- 2) 避難所の教え方
- 3) 町内会の説明の仕方

習慣・マナー・情報をどのように伝えたらよいか		
ごみを出すルール	災害時の避難場所	町内会
役立つ例文 <small>Page 14</small> 手渡しシート <small>Page 22</small>	役立つ例文 <small>Page 19</small> 手渡しシート <small>Page 24</small>	入会をすすめる <small>Page 13</small> 役立つ例文 <small>Page 16</small> 手渡しシート <small>Page 25</small>
外国人が外国語で相談できる場所・病院		<small>Page 27</small>
来日間もない外国人がとまどいがちなこと		<small>Page 28</small>

① 関心層へのアプローチ

習慣編（つづく）

- 1) 記入できるフォーム
- 2) やさしい日本語、英語の事例文
- 3) 外国人にとって便利な情報、
パンフレットの事例
用意

⇒ 自治体、国際交流協会、多文化共生マネージャーなどから町内会への働きかけ

💡 外国人住民用のファイルを用意

💡 町内会リーダー、大家、管理会社、
不動産向けの研修

© 外国人女性の会パルコン http://parcon.com

このページはコピーしてお使いください。

町内会
The neighbourhood association
居委会

町名 The name of the neighbourhood association 町名		
年 4 月 ~ 年 3 月 April ~ March	年 4 月 到 年 3 月	
町会長 The leader of the neighbourhood association 居委会 会长	名前・name・姓名	
組長 The leader of the group	名前・name・姓名	
語がわかる人 a good speaker of	名前・name・姓名	
周辺懂得汉语的人	E-mail	
	Tel	
町内会について（イベントなど） About the neighbourhood association and its events 关于居委会（最近会举办的活动）	地図・Map・地图	
あなたの家・your house・您的住所		

何か聞きたいときはいつでも連絡してください。 If you have any questions, please ask any time.
有什么困扰请随时联系我们

① 関心層への働きかけ

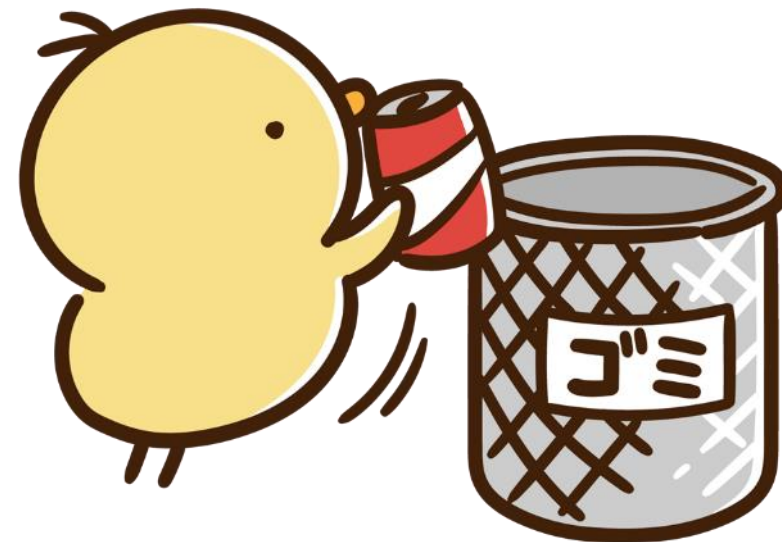
事例

4) 国際交流イベントでの
「やさしい日本語」クイズのブース
(公益財団法人大津市国際
親善協会、大津市役所ご協力)

外国人ボランティア 4 名がスタッフ、回答した方
に大津市のクズをプレゼント

💡 **プレゼントの用意**

ほかしてください
⇒捨ててください



②無関心層へのアプローチ

事例

外国人を支援すると、**日本人参加者のメリットにつながる**
⇒関心がわいてくる

1) 職種別の「やさしい日本語」講座（小売り・飲食店）

「やさしい日本語」が使えるようになると、**地域に住んでいる外国人客が増える**（京都市上京区役所ご協力）

2) 防災訓練での「やさしい日本語クイズ」

「やさしい日本語」で避難指示ができれば、震災のが起きたとき助かる（**京都府上京警察署ご協力**、回答した方へ警察署の💡**グッズをプレゼント**）



②無関心層へのアプローチ

事例（つづく）

3）地域の担い手向け研修

（各地域の見守りコーディネーター、連合振興町会の会長、社協の職員、**大阪市西区社会福祉協議会**ご協力）

- 💡 防災は良い入口
- 💡 多文化共生に関心を持つ職員と知り合えば、
その方の移動先で改めて研修を行う



②無関心層へのアプローチ

事例（つづく）

4）民生委員研修（大阪市西区社協ご協力）

成功体験をさせて、自信がついてから、研修に参加してもらう 例えば、外国人からの相談事例を紹介し、グループでそれに対する回答を考える、ガイドブックから応えを探す

- 💡 運営側は失敗を恐れない
- 💡 参加者に成功体験をたくさん用意する
- 💡 講師は参加者から学ぶ姿勢を見せる
- 💡 外国人講師の重要な役割：「外国人が日本人から学びたい」という意欲を示す



かいらんばん
回覧版

②無関心層へのアプローチ

事例（つづく）

5）大学生向けの授業（同志社大学、同志社女子大学ご協力）

留学生や日本人学生が同じグループに入って、異文化体験について話し合う。日本人学生が異文化体験がなかったら、留学生の体験談を聞いて、新しい発見について話してもらう。

⇒外国人や日本人が困っていることが同じ、好きなことも意外に同じ

⇒**共通点**をみつけてもらう



②無関心層へのアプローチ

事例（つづく）

5）学校向けの教材

滋賀県国際協会（非識字体験ゲーム）

対象：小学3年生以上

言葉の通じない国で、
指示された買い物をすませて、
無事にゴールの病院まで
たどりつけるかな？

国際教育研究会 Glocal net Shiga 開発教材 第3弾

✦ 非識字体験ゲーム ✦

1セット
1,500円（税込）
（滋賀県国際協会会員価格
1,000円）

「ここは、何色？」
「はじめてのお見舞い」



③ 今後の展開～無関心をなくすためできること

外国人への働きかけ メリット

- ◆ 地域の活動に参加することによって、外国人に対するイメージがアップ
- ◆ 日本人の知り合いが増え、新しい相談相手ができる
- ◆ 日本人の知り合いが増えたと、就職しやすくなる可能性がある



③ 今後の展開

日本人への働きかけ

メリット

日本の若者が減少、その分、外国人の若者にお願いする
⇒地域活性化

- 💡 日本人と外国人が一緒に地域をよくする
ための活動に参加する、公園の掃除など
⇒ 外国人が雇われている企業のイメージアップ
- 💡 国際課、国際交流協会、支援団体などは
大切な仲介役、外国人と日本人をつなげる役



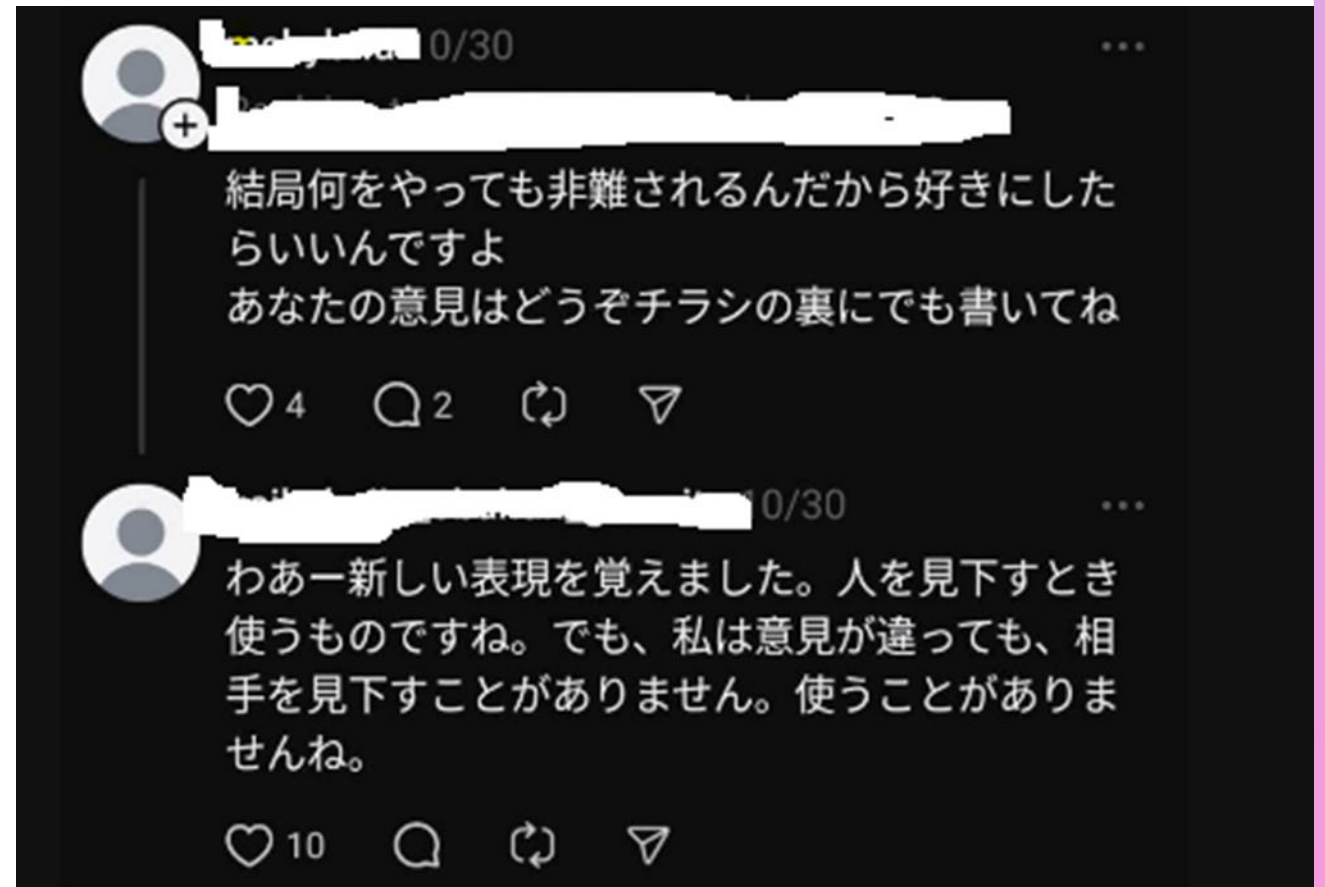
③ 今後の展開

パルヨンがしたいこと

対話術ワークショップ

- ◆ お互いの多様性をみつける
- ◆ 共通点を見つめる
- ◆ 意見が異なっても、
尊敬しあう

協力者を募集中です



③ 今後の展開～無関心をなくすためできること

パルヨンがしたいこと

2) 海外に長く住んでいる 日本人の体験談講演会 ＋ワークショップ

INSPIRING WORKSHOP FOR FOREIGN WOMEN "LIVING IN JAPAN"

QR CODE

PLEASE SIGN UP HERE

11:00AM - 12:30PM (JAPAN TIME)

Sunday, November 16th

FREE WORKSHOP IN ENGLISH

"YOU ARE UNLIMITED: HOW TO OVERCOME SETBACKS AND EXPAND NEW POSSIBILITIES."

ONLINE WORKSHOP WITH BROADWAY PERFORMER MINAMI YUSUI

Minami Yusui, a renowned Broadway performer, author, and the founder of the YU-project, will share her personal journey as a foreign woman on Broadway.

Minami Yusui will guide participants through overcoming cultural barriers, staying confident, and unlocking their true potential.

Streaming Live on Zoom from New York to Japan

Paruyon

③ 今後の展開

パルヨンがしたいこと

3) ヘイトスピーチへの対抗方法 途中成果

💡 落ち込んでいるとき、読まない

💡 無関心層に対する理解を

深める、対話する、怖がらず、
丁寧に、真剣に接する

💡 ファクトチェック、メディアリテラシーの重要性

💡 SNSを通して、日本人の多様性を知り、
味方を見つける

まずは事実を見てみよう! 「外国人優遇」デマあれこれ

外国人が土地を買うから
日本人が住めなくなる?

海外の人が土地を買っても、当然日本の法律が適用されます。外国人の不動産投資は、政府の進めてきた規制緩和やアベノミクスによる円安が招いた結果。土地を買う人の国籍ではなく、そもそも投機目的の購入を規制すべきです。

日本人より生活保護を
受けてる?

この10年間で在日外国人は約1.7倍に増加。しかし生活保護利用は約1万人減少しています。生活保護利用者のなかで「世帯主が外国籍者」であるケースは2.9%にすぎず、外国籍と言っても実際に利用できるのは、定住者・永住者等に限られます。

外国人の
犯罪が増加?

実際には外国人の検挙件数は2005年をピークに減少しています。刑法犯の起訴率も全体36.9%より高い41.1%となっています。

健康保険に
タダ乗り?

保険料を支払う被保険者のうち外国人の割合は2023年度で4%。一方、外国人の医療費は総医療費の1.39%にとどまっています。保険料を納めていても使わない外国人の方が多いです。

留学生を
特別扱い?

文科省の博士課程・支援制度「返済不要の1千万円」の約6割は日本人が受給。日本に滞在している留学生(33万人超)のうち97%が公的支援なしに仕送りとアルバイトでやりくりしています。

あなたができること

署名に参加する
国会議員はデマ・差別を止め、人権と憲法を守る義務を果たしてください!
<https://chng.it/fmV9D92tRn>

このフライヤーを
SNSでシェア
身近なひとにも話してみよう!

いろいろな
街頭宣伝に参加
さまざまな活動がおこなわれています!

この書籍も
おすすめ!
「差別はたいい悪意のない人がする」
キム・ジヘ(著) 尹怡熙(翻訳)

#大阪 NO HATE 街宣 | 大阪から差別に抗う市民有志

告知
ウクライナ避難民を支援している教育機関、自治体、支援団体など向けの
ウクライナ出身の心理士との
無料相談実施中（日本語）

**ウクライナ避難民を
支援する皆さまへ**

ウクライナ人心理士による
無料オンライン相談

子どもの学校適応サポート
文化の違いによる戸惑い対応ス
タッフへの助言・日本語
・ウクライナ語対応

学校・企業・支援団体・
自治体など、
避難民と関わる現場での

「どう接すればいい？」

「心のケアは？」

などのお悩みに、
ウクライナ出身の専門家
が寄り添います。

**約1時間・無料
オンライン対応**

（日本語・ウクライナ語・英語）

申込みフォーム



NPO法人外国人女性の会パルヨン

Foreign Women's Association Paruyon

2007年から日本に住んでいる
外国人女性をサポートしています。



INSTAGRAM



WEB SITE



Supported by
日本財団
THE NIPPON
FOUNDATION

ホームページ
<https://paruyon.com/>



インスタグラム
[@paruyongenki](https://www.instagram.com/paruyongenki)



フェイスブック <https://www.facebook.com/paruyon>



ご清聴
ありがとうございました。

NPO法人外国人女性の会パルヨン

Email: office@paruyon.com

TEL: 080-4021-3005