

在住外国人支援の経験を 踏まえた多文化共生の在り方

特定非営利活動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

地域国際化連絡会議及び多文化共生地域会議（近畿ブロック）

令和7年7月23日

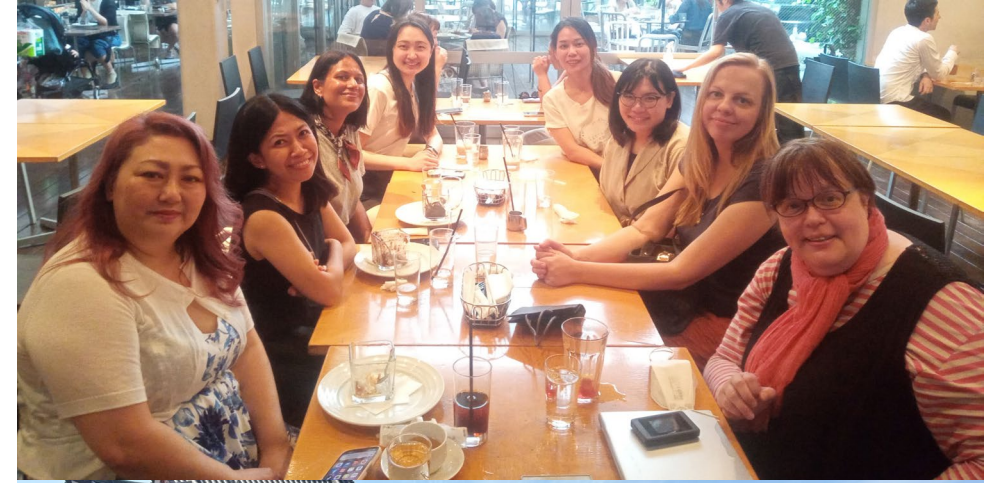
事例紹介

- ① コミュニティづくり
- ② 当事者による情報提供
- ③ 外国人と日本人の育成

① コミュニティづくり

外国人女性のための何でもしゃべれる会

- 月に6回開催、オンライン2回、京都、大阪、東京（新宿と板橋）、川崎
- 情報交換、友達づくり、ストレス発散の機会
- 日本人女性がアシスタント、ファシリテーター役
- ボランティア養成の重要性
- 日本人の参加制限



② 当事者による情報提供

- 後輩のために、失敗話を活かす
- 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 当事者による情報提供（つづく）

- 当事者による（日本人のアシスタント付き）
サポート電話・チャット
- 役所、国際交流協会の窓口のハードルが高い
- 役所、国際交流協会の窓口が対応していない
時間帯

しごと？ こども？ かぞく？ がっこう？ ことば？ ぶんかのちがい？
おっと？ となりのひと？

ひとりで悩まないでください。
あなたの話を聞きます。助けます。

さばーと <https://paruyon.com/support>



support@paruyon.com
080-4021-3005
<https://paruyon.com>



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よく暮らす

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



3

ガイドブック作成（外国人向け・日本人向け）

■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).

3

ガイドブック作成（外国人向け・日本人向け）

外国人の目線を生かした生活ガイドブック

かいらんばん
◎回覧板

neighbourhood news file

かいらんばん ちいき じょうほう はい となり いえ かいらんばん よ つぎ いえ も
回覧版には 地域の 情報が 入っています。隣の家から 回覧板を もらって、読んだら、次の家に 持っていきます。



かいらんばん
回覧版

③ 外国人と日本人の育成

外国人の育成

- 生活ガイドブックにマナー編を含める
- 「京都マナー講座」
- 動画「日本暮らし 近所の人と仲良くなる方法」

日本人の育成

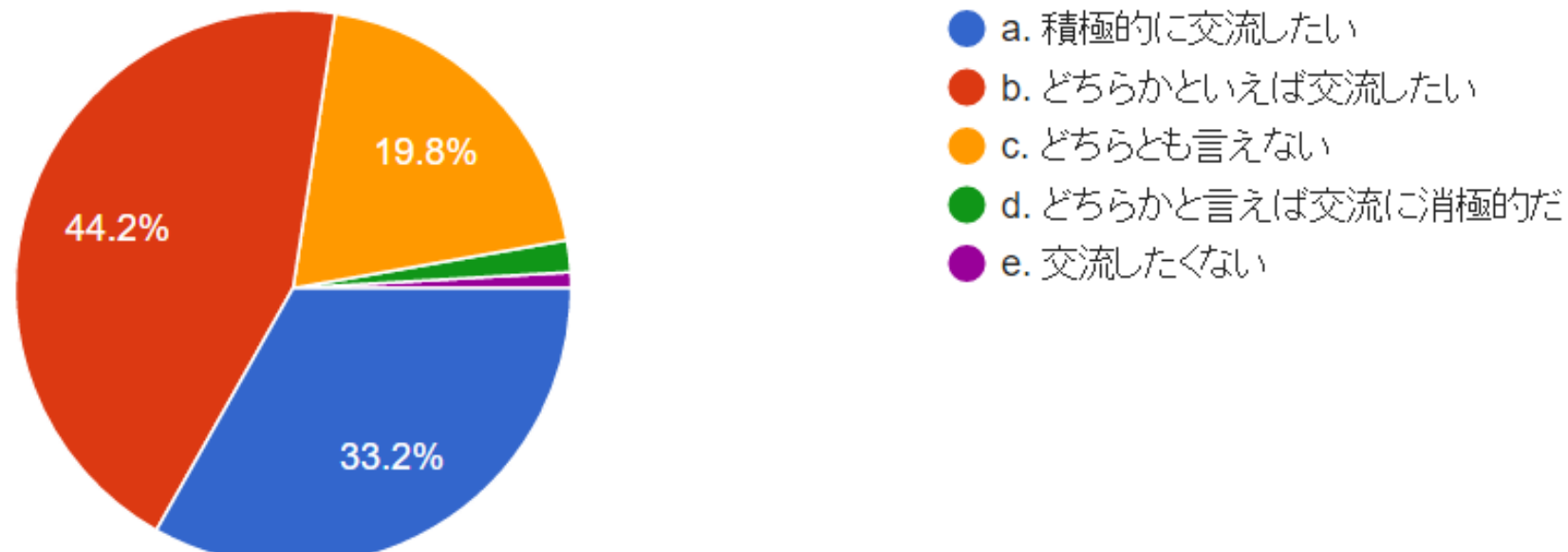
- 「となりの外国人とのおつきあい」ガイドブック
- ゴミの出し方、町内会、避難所の説明
- やさしい日本語、翻訳アプリの使い方



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

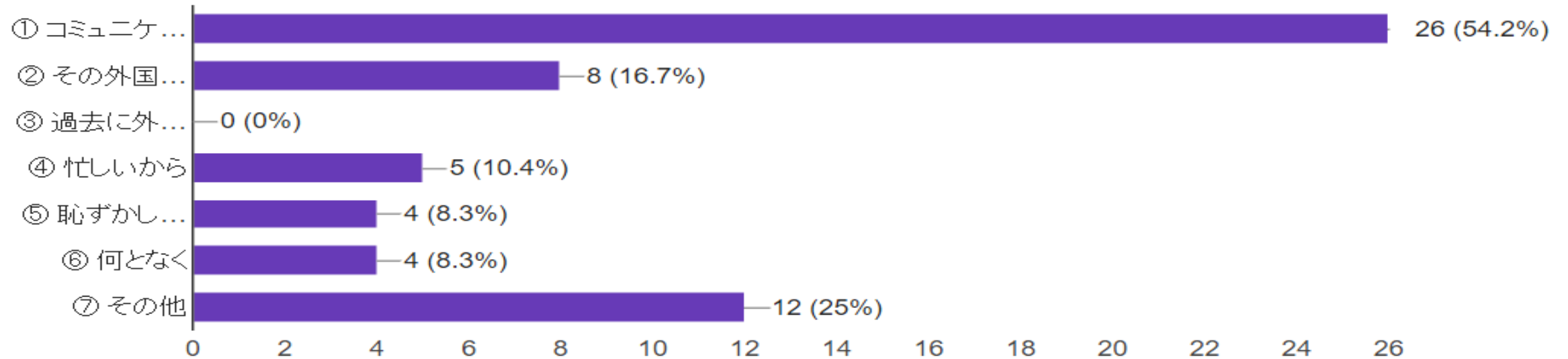
『となりの外国人とのおつきあい』事前アンケート調査

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)



外国人との付き合いに積極的でない理由

Q3 c,d,eを選んだ方、その理由をお聞かせください。（48件の回答）



- 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

ガイドブック作成（日本人向け）

■ 日本人向けのガイドブック「となりの外国人とのおつきあい」

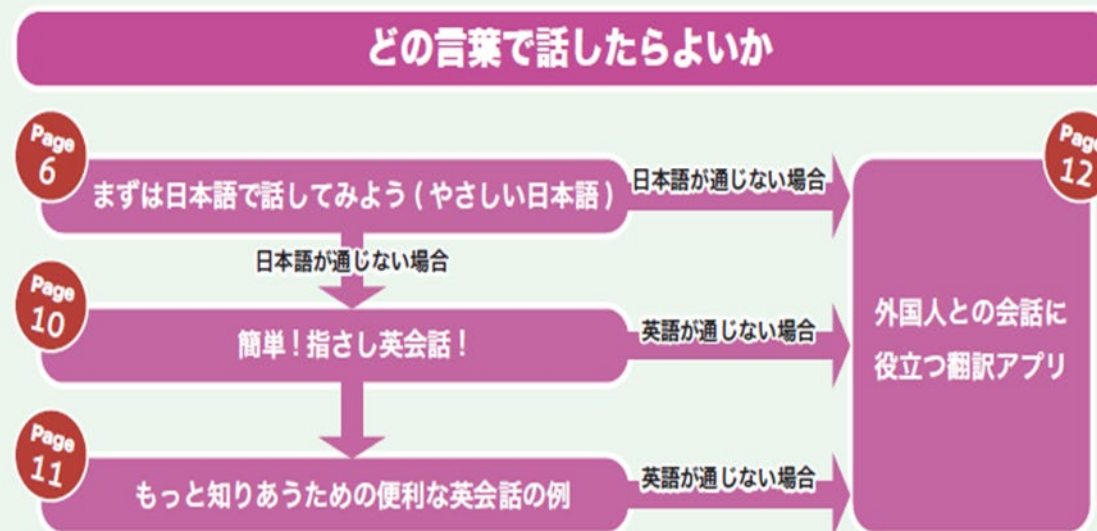
キーワード：多文化共生が楽しい、ちょっとした工夫で誰でもできる

となりの外国人との おつきあい

保存版



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/>



にほん ぐ

日本暮らし

きんじょ

ひと

なかよ

ほうほう

近所の人と仲良くなる方法

多文化共生の在り方： 外国人が主役へ

外国人スタッフの育成

- 外国人管理職
- 外国人ソーシャルワーカー

外国人コミュニティリーダーの育成

- 養成講座（NPO法人の設立方法、助成金の申請、パブリックコメントなどについて学ぶ機会）



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

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

ホームページ

<https://paruyon.com/>



Instagram

@paruyongenki



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

