

## マザーテレサ施設でのボランティア活動プログラム

### インド・コルカタホームステイ

初めてでも大丈夫？

不安だけどインドでボランティア活動に参加したい・・・毎年多くの方からお問い合わせいただけます。CECでは2003年から海外ボランティア活動先の一つとして、マザーテレサの施設(インドのコルカタ)を始めました。現地で安心していただけるサポートプログラムに、およそ1300人の方々が参加していただいております。



### インドでの1週間滞在の場合のサンプルスケジュール

1日目	日本出発 & インド・コルカタへ日本出発、バンコク経由ーインド・コルカタ着(深夜着)→コーディネーターが到着ゲートでお待ちし、専用車にて、ホームステイ先へ。到着はほとんどが深夜便が多いので、その日はゆっくりお休みください。
2日目	マザーテレサボランティア登録【朝・夕食】午前:ホームステイ先で、ごゆっくりとお過ごし下さい。 午後:「マザーテレサ施設」へ。マザーハウスボランティア活動の登録を行います。施設でボランティアするためには、この登録作業をしなければいけません。このボランティア登録は月、水、金曜日の午後にマザーテレサ修道会の本部の近くにある孤児院で行われます。夕刻に文化活動としてベンガル語を学びましょう。
3日目	コルカタ観光【朝・昼・夕食】この日はマザーテレサ施設でのボランティア活動はお休みなので、その機会を利用して半日コルカタ観光&オリエンテーション。両替所などにもご案内します。
4-7日目	マザーテレサボランティア活動【朝・夕食】全日:マザーテレサ施設でボランティア活動。午前中だけ活動することも、午前、そして午後活動することも可能です。ボランティア以外にもインドクッキングや、ヨガ体験など、インドならではの体験ができる機会を現地コーディネーターがご案内します。
8日目	最終日、帰国の途へコルカタ発→帰国の途へ

#### インド・コルカタの特徴

インドがイギリスの影響を受けていた時代の首都として栄えた都市で、人口1300万人とされています。バス、地下鉄、タクシーなどの交通網がしっかりと整っています。1970年代に東パキスタンがバングラデッシュとなった時に多くの難民がコルカタに逃れてきたために、多くの路上生活者で溢れました。いまでも、多くの人達はその生活を余儀なくされています。近年、都市整備も行なわれ、滞在しやすくなってきています。マクドナルドや、スターバックス風のCAFEも多くあります。日本の都市とは違う環境ですので、柔軟に受入れる気持ちを持って滞在するように心がけてください。コルカタの空気はよくないので、日本人の方はよくマスクを持って行かれます。(現地の人にはしていません)

マザーテレサの活動 日本人が参加しやすい活動先

<p>ニルマルヒルダイ、 通称カーリーガート、死を待つ人の家</p> 	<p>男女各50名程度の病弱な人たちを受け入れるホスピスのような施設です。</p> <p>活動は食事介助と入浴介護、洗濯が主なものです。この施設はマザーテレサの活動を大きく世界に知らしめた場所として有名で、世界から多くの人たちがこの施設でボランティアをしています。医療関係者も一番多いのがここです。ただし、どのような病人が運び込まれているかわからず、マスクや手袋、消毒などの用意が必要です。男女参加可能です。</p> <p>マザーテレサがインドで活動し始めたのはいまからおよそ60年前からです。17年前にマザーテレサは亡くなりましたが、そのマザーの教えを受けたシスターがいまも世界中で活動しています。そのシスターと一緒に活動します。</p>
<p>ダヤダン</p> 	<p>1階と2階が軽度の脳障害や、身体障害の男の子たちが居ます。3階は障害をもった女の子がいます。朝8時くらいから食事、沐浴、エクササイズ(リハビリ)そしてまた食事で午前中が終了です。訪問したときはボランティアのみなさんのチームワークが良く、メキシコやイギリス、オーストラリア、韓国などいろんな国からのボランティアの皆さんが参加しています。男女参加可能です。</p>
<p>プレムダン</p> 	<p>プレムダン(Prem Dan)いろいろな病気に罹っている人たちを収容している施設。カーリーガート(死を待つ人の家)の患者に比べるとみなさん元気です。ボランティアの活動派、掃除、シーツ交換、髭剃り、散髪、食事の配膳、食器回収と洗い、患者へのマッサージ排泄処理など。男女参加可能です。</p>
<p>シュシュババン</p> 	<p>孤児院です。マザーハウスのすぐ近くにあります。この施設でのボランティアを希望する人が多く、4週間以上滞在する人のみボランティアを受け入れるなどの制限がある場合もあります。ここの孤児の中にはヨーロッパなどに養子としてもらわれている子供たちがいます。その子達に英語や数字を教えるようなボランティアもあります。英語力のある女性ボランティアのみ受入されます。女性のみ参加です。</p>

マザーテレサの施設内の写真を記載することは禁止(修道院からリクエスト)されていますので、ご了承ください。

## 安心してボランティア活動するために

マザーテレサ施設でボランティアする際に、活動しやすいように、修道院も考えています。

毎朝 7 時にボランティアの皆さんがマザーハウスに集まります。

そして、簡単な朝食をみんなにいただき、そして、グループでバスに乗って(シュシュババンは近いので徒歩です。)施設に移動し、活動をはじめます。だから、インドまでの旅行はおひとりでも、派遣先までは、グループになっていけるのです。

(マザーハウスまでは、みなさんのホームステイ先からバスで簡単にいくことができます)



活動先では、先に活動しているみなさんが、仕事内容を教えてくださいます。貴重品いれなども用意されています。

## CEC ならではの特徵 滞在型のプログラムならではの！

コルカタで安心して有意義に滞在していただくために、CEC として特徴のあるプログラムを用意しています。これはマザーテレサ施設でのボランティア以外にご自由に参加したり、提供されるオプションです。

### 現地携帯電話のレンタル無料貸し出し

インドで気軽に使える携帯があれば、現地コーディネーターとの連絡が取りやすい、それを解消するために、参加者のみなさま全員に現地の携帯電話を無料でお貸ししています。

※ただし、通話料金はお本人さま負担となります。受話料金(相手から電話を受けた時にかかる費用)は無料です。

※普段お使いのスマホも現地にお持ちください。WIFI が使えるところで、メールやラインなどで日本のご家族、ご友人と連絡を取ることができます。現地ではデータ通信はオフにしておきましょう(高額請求を避けるためです)

### 各種文化活動への参加機会

インドには有名なヨガがあります。インドのカレー作りやインド映画の鑑賞、オリエン観光、ベンガル語レッスンなど、特技を持つホストファミリーの助けを借りて、いろんな体験をしてみましょう。絶対に参加しなければいけないということはありません。ご自身の希望と、体調に合わせてご参加ください。手配は無料ですが、交通費、材料費、鑑賞費用など 200 円ー500 円程度必要になりますので、ご了承ください。

### 日本語ボランティア 希望者のみ(無料)

せっかくインドに来たら、現地の若者と友人になりましょう。一番良いのが「日本語教室」でのボランティア活動に参加することです。

CEC のホームステイファミリーの親戚が日本語教室を開講しており、総勢およそ 40 名の現地の学生やビジネスマン、ホストファミリーなどが学びに来ています。午前中にマザーテレサの施設で活動し、昼食後、休憩してから日本語教室に行くパターンです。

## 日本語教室での活動風景



## ヨガの体験



## 木曜日の無料観光&オリエンテーション

到着後、初めての木曜日に現地コーディネーターが参加者のみなさんを連れてコルカタの観光と、オリエンをおこないます。また、この日は日本人の参加者のみなさんとも仲良くなる時間にもなります。初めて、ひとりでも、すぐに友人を作ることができるので、安心して参加してください。現地コーディネーターは日本語が堪能です。

## 現地ウォーキングツアー

有名な観光場所は木曜日に無料で行われますが、これはオプション、半日掛けて、電車やバスなどの公共機関を利用して、現地ガイドがコルカタの深い魅力をみなさんにご紹介する機会です。個人ではなかなか行けない場所で、貴重な体験になります。参加人数により、費用がかわります。

## マザーテレサだけじゃない。孤児のために日本人が活躍

ぜひ、参加していただきたい無料オプションが、日本人のサポートで運営される児童養護施設への訪問です。第2、第4の土曜日が子供たちが施設に一日いますので、都合がよいでしょう。希望者のみ(無料)日本人の人たちによるサポートで現地の子供たちが元気に育っていることを知ることは、新鮮な驚きと暖かい気持ちになります。

## インドやネパールへの旅行

CECの海外ボランティアは「滞在型」プログラムが基本です。でも、もちろん、コルカタ滞在の前後に旅行される方も多くおられますし、現地コーディネーターがその手配を手伝います。皆さんに人気があるのが、アグラ(タジマハール廟)、ダージリン(紅茶の有名な産地)でのホームステイ体験、ネパール(カトマンズ コルカタから1時間で、ほかのインドの地域よりも近い!)です。お問い合わせください。



ダージリンのホームステイ ここは本当に空気が澄んでいます。



ネパールはコルカタから1時間のフライトです。料金も安いのです。古い伝統と文化をもつこの国は、インドとは違う雰囲気があるのでお勧めです。

## インド・コルカタホームステイ参加費用・条件等

1週間(7泊)72,000円 2週間(14泊)97,000円 3週間(21泊)122,000円 4週間(28泊)147,000円

・1名様から参加可能 ・最初の1週間アクティビティ付き

### 参加費用に含まれる項目

○ 現地携帯電話のレンタル費用(4週間まで)2014年4月以降ご出発皆様へのサービスです。詳細に関して

※通話料金はお本人さま負担となります。受話料金(相手から電話を受けた時にかかる費用)は無料です。

○ インドでのホームステイ滞在費用(2食付)

○ インドの空港からホームステイまでの往復送迎(専用車による送迎です。コーディネーターが迎えます。)

○ コルカタ市内観光&オリエンテーション CEC special ※

※町の様子を理解し、ボランティア活動先などの行き方を確認してください。通常毎週木曜日に行います。他の参加者のみなさんと仲良くなれる絶好の機会です。

○ インドでのアクティビティの手配 CEC special ※

※ベンガル語を覚えたり、英語を覚えたり、みんなでインドの映画をみたり、日本語教室でのボランティア、ヨガを体験したり、一緒に料理を作ったり、日本人が運営する孤児院への訪問など・・・コルカタを、インドの文化を満喫できるアクティビティを無料で手配します。実費(映画館の入場料200円など)がかかる場合もあります。

ベンガル語や、英語の会話レッスンは家族や、現地関係者にボランティアでやっていただくものなので、お金はかかりません。ただし、専門的に英語を勉強したい場合にはプロの教師を派遣しますので、別途費用がかかります。

### 参加費用に含まれないもの

食費（インドでの昼食 平均して1日500円程度お考えください。）

現地交通費（コルカタのホストファミリー宅から市内まで、バスや地下鉄などを利用していきます。）

チップなど（タクシーなどで若干20-30円程度渡します。）

航空券とTAX、燃油サーチャージ等

海外旅行傷害保険加入費用

現地発着のオプションツアー

1週間の滞在中、およそ1万円から1万5千円で十分に滞在できるでしょう、スリの危険を考え、毎日のお金は3千円程度お持ちになってください。

### 各種割引のご案内

#### ★早割り

出発より2ヶ月以上前のお申し込みで5%の割引をいたします。（但し、書類提出の期限等条件あります。）

#### ★ご一緒参加割引

ご友人同士などで、同一のスケジュールで2名様以上が一緒に申込みいただく際にお一人様に付き、提示されているプログラム費用から5,000円の割引をいたします。

#### ★リピーター割引

以前CECのプログラムに参加された方は、その旨ご連絡ください。特別料金をご案内いたします。

※上記の各種割引が2つ以上当てはまる場合、一番割引率の大きいものを一つ摘要させていただきます。ご了承ください。

## プログラムの流れ

### 1) 参加申込を決定されたらオンラインによる申込

お申し込みフォーム(CECの総合サイトに移動)から必要事項を記入の上、送信ください。申込金20,000円は申込書フォームを送信していただいた後、3日以内にCECの銀行口座にお振込みください。申込金と申込書が両方そろった時点で申込完了とさせていただきます。

申込の際には必ずプログラムの参加条件をご覧の上でお申込みください。

#### CECの銀行口座

三井住友銀行 新大阪支店 普通預金口座 3781412

口座名義 シーイーシージャパンネットワーク株式会社

※振込み手数料はお客様負担でお願いします。

領収書は銀行の振り替え用紙を以って代えさせていただきます。正式な領収書が必要な場合には御連絡ください。すぐに発行いたします。

### 2) 必要書類の記入

現地のコーディネーターや派遣先に連絡するための必要書類を記入いただきCECに郵送、またはメール添付ください。

### 3) 航空券の予約

航空券は CEC の提携する旅行会社がよくインドのことや、私たちのプログラムの事をわかっています。担当者が、どの航空券を利用すれば良いかをアドバイスしてくれます。CEC のインド&ネパールツアーに参加するので、その航空券を手配するようにご依頼ください。その際、ご出発の空港を担当者にお知らせください。

### 4) ビザ取得

別途費用がかかりますが、提携旅行会社が代行申請することが簡単で確実です。東京にお住まいの方はご自身で申請されることも可能です。実際に参加されるときに、ご案内致します。

### 5) お支払

参加の 3-4 週間前に請求書をお送りいたします。領収書は銀行の振り替え用紙を以って代えさせていただきます。正式な領収書が必要な場合には御連絡ください。すぐに発行いたします。

### 6) オリエンテーション書類送付

現地の生活に必要な生活情報などをオリエンテーション書類としてお送りします。もし、確認したことがあればお電話やメールでいつでもご連絡ください。

### 7) ご出発

参加される前には参加条件(WEB で公開しています)をご覧になり、同意してご参加ください。

## 参加者の方々の感想文

参加者の方々からの感想文は CEC の WEB からご覧になれます。

<http://www.cecj.net/india/report.html>

PDF でご覧いただくことが難しい場合には、郵送でお送りさせていただきますので、資料請求ください。

資料請求は CEC の WEB から行えます。もし、入力することが難しい場合には、お電話、またはメールでご依頼ください。

その他のお問い合わせもお気軽にご連絡ください。

CEC ジャパンネットワーク(株)

532-0003 大阪市淀川区宮原 1-16-2-604

Tel 06-6397-7030 Mail info@cecj.net



<http://www.cecj.net/>