

東南アジアで様々な経験をして視野を広げ、将来への『一步』を踏み出そう！

# ～マレーシア研修～

## <研修の特徴>

### 学び



- SDGsに通じた学びの機会
- ・孤児院訪問から「貧困や飢餓」、「健康や教育」を考える
- ・水上にある現地校訪問から「海洋資源」「環境課題」を考える



参考：水上現地学校のイメージ  
 ガヤ島“SMK Plau Gaya”（共学校）  
 生徒数は約800名で13歳～17歳の  
 生徒さんが在学しています。

### 体験

- 東南アジアの生活や文化を生体験
- ・ホームステイで現地の生活を体験
- ・ホストファミリーと行う、異文化体験



参考：ホームステイ、異文化アクティビティの様子

### 安心

- マレーシア・サバ州政府によるサポート
- ・サバ州政府観光局のホストファミリー選定
- ・政府観光局のウェルカムディナー開催

## <研修予定地 ～マレーシア/コタ・キナバル～>

コタ・キナバルはマレーシア、サバ州の州都。1881年にイギリスの植民地となり、西洋文化がもたらされました。コタ・キナバルとは「キナバルの街」という意味で、東南アジア最高峰の山・キナバル山の麓に位置することからこの名がつけられています。世界最大級の花・ラフレシアをはじめ、多彩な動植物が生息する熱帯雨林に囲まれており、世界中から自然を愛する方が集まります。また、サバ州には約30の民族があり、多彩で伝統的な風習や文化が今も受け継がれています。



## <研修日程>

時期	地名	日程イメージ	食事
1 3月	成田空港 コタキナバル	午前：直行便にてコタキナバルへ 夜：コタキナバル到着後、 専用車にてホテルへ  ＜ホテル宿泊＞	朝：各自 昼：機内 夜：レストラン
2 3月	コタキナバル	終日：語学学校にて英語研修 夜：市内観光 マーケット散策  ＜ホテル宿泊＞	朝：ホテル 昼：レストラン 夜：レストラン
3 3月	コタキナバル	終日：ガヤ島の現地学校訪問 夜：サバ州政府観光局 ウェルカムディナー  ＜ホテル宿泊＞	朝：ホテル 昼：現地校 夜：レストラン
4 3月	コタキナバル	終日：孤児院訪問 夕方：リパークルーズ、 自然動物観察体験  ＜ホテル宿泊＞	朝：ホテル 昼：孤児院 夜：クルーズ
5 3月	コタキナバル	終日：語学学校にて英語研修 夕方：ホストファミリーと対面、 ホームステイ開始  ＜ホームステイ＞	朝：ホテル 昼：レストラン 夜：各家庭
6 3月	コタキナバル	終日：異文化体験 ※ココナッツ削り サゴ幼虫試食チャレンジ ローカルクッキング体験 吊り橋渡り など  ＜ホームステイ＞	朝：各家庭 昼：各家庭 夜：各家庭
7 3月	コタキナバル	午前：マーケット散策、買い物 午後：フェアウェルパーティー 帰国準備	朝：各家庭 昼：レストラン 夜：各家庭
8 3月	コタキナバル 成田空港	深夜：直行便にて帰国の途へ 午前：通関後、解散	朝：機内 昼夜：—

<時間帯目安> 早朝=4:00～7:00、午前=7:00～12:00、午後=12:00～18:00  
 夜=18:00～23:00、深夜=23:00～4:00

※研修内容については、掲載時点でのイメージとなります。  
 今後の状況等により変更させていただく場合がございます。

研修企画・写真提供：Global English Center、株式会社JTB