



2026春 CFF海外ボランティア





The Philippines x Malaysia x Cambodia



Caring for the Future Foundation Japan

未来を担う子どもと青年の育ち合い 認定NPO法人CFFジャパン

CONTENTS

	CFFのプログラム比較表	3-4
	ワークキャンプ	5-8
	スタディツアー	9-12
	よくあるQ&A	13

「子どもたちのために、なにかしたい。」

フィリピンの路上で暮らす子どもたちと出会った大学生たち。彼らの心に芽生えた思いからCFFの活動は始まりました。その思いは新しく活動に参加した仲間たちにより、次へ次へと繋がれていきました。

そしてCFFは2026年で活動開始から30周年を迎え、海外ボランティア・プログラムの実施回数は300回近くに上ります。これまで家族と生活できない子どもたち、路上に暮らす子どもたち、貧困のため学校に通えない子どもたち...そんな子どもたちと向き合い、思いを形にしてきました。

私たちが果たしていきたいこと、それは厳しい立場に置かれた「子どもたちの支援」と、この活動に参加する「青少年の育成」を通して”より豊かな未来を築くこと”。

あなたも一緒に、その思いを形にしませんか？

参加条件

※海外ボランティアプログラムは、青少年を対象としたプログラムです。

- ・満15歳以上であること
- ・18歳未満の方は保証人（保護者等）の同意書をご提出いただきます。
- ・AIG海外旅行保険に加入すること。



*【滞在型】ひとつの場所に滞在、じっくり深く築く人とのつながり
 【訪問型】様々な場所を訪問、たくさんの人たちとの出会い
 【訪問・滞在型】「子どもの家」に滞在しながら、様々な場所を訪問



	ワークキャンプ	スタディツアー	スタディこどもキャンプ	スタディツアー
開催日程	 <p>第133回 02/17 (火) ~ 02/27 (金) 第134回 03/16 (月) ~ 03/26 (木) (11日間)</p>	 <p>第42回 02/04 (水) ~ 02/12 (木) (9日間)</p>	 <p>(開催未定) (7日間)</p>	 <p>第2回 03/21 (土) ~ 03/28 (土) (8日間)</p>
募集予定人員 ※先着順	20名	18名	18名	18名
現地の人との 関わりの数	★★★★	★★★★★	★★★	★★★★★
現地の人との 関わりの密度	★★★★★ 現地の青年も参加	★	★★★★★ 現地の子どもも参加	★
様々な地域 への訪問	★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
他国を 知る・学ぶ	★★★	★★★★★	★★★	★★★★★
おすすめ ポイント	<ul style="list-style-type: none"> ●児童養護施設「子どもの家」で生活する子どもたちと過ごす日々。 ●100回以上プログラムを実施。人の手で積み重ねられてきた歴史を感じつつ、未来へ繋げるワーク。 <p>*【滞在型】パンガシナン州スアル</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●現地の家庭でホームステイ。観光旅行ではできない異文化体験。 ●都市スラム、ゴミ集積場... 貧困の現実とそこに生きる人たちの生き方に迫る。 <p>*【訪問型】マニラ周辺及びルソン島中北部</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●子どもたちと一緒に想いを「カタチ」にするワーク。 ●自分たちでゼロからつくるオリジナルキャンプ。 <p>*【訪問・滞在型】ルソン島中北部</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●カンボジア大虐殺の歴史から平和を学ぶ。 ●普通の観光旅行ではできない異文化体験ホームステイ。ホストファミリーと家族になろう。 <p>*【訪問型】プノンペン市周辺及び南西部</p>
旅行代金	143,000円	138,000円	—	138,000円
海外旅行保険料	9,700円前後	7,300円前後	—	7,300円前後
航空券代 価格の変動する可能性あり	約35,000~65,000円	37,000~50,000円	—	100,000円前後 (+ビザ代 \$30)
総額	約187,700~217,700円	約182,300~195,300円	—	約249,800円



*【滞在型】ひとつの場所に滞在、じっくり深く築く人とのつながり
 【訪問型】様々な場所を訪問、たくさんの人たちとの出会い
 【訪問・滞在型】「子どもの家」に滞在しながら、様々な場所を訪問

	ワークキャンプ 農村コミュニティ	ワークキャンプ 「子どもの家」	スタディツアー	スタディこどもキャンプ
開催日程	 (開催未定) (11日間)	 第76回 02/20 (金)～03/01 (日) 第77回 03/08 (日)～03/17 (火) (10日間)	 (開催未定) (8日間)	 (開催未定) (7日間)
募集予定人員 ※先着順	20名	20名	18名	18名
現地の人との 関わりの数	★★	★★	★★★	★★
現地の人との 関わりの密度	★★★ 現地の青年も参加	★★★ 現地の青年も参加	★	★★★ 現地の子どもも参加
様々な地域 への訪問	★	★	★★★	★★★
他国を 知る・学ぶ	★★	★★	★★★	★★
おすすめ ポイント	<ul style="list-style-type: none"> ●農村コミュニティでの生活、発展に貢献するワークを村人と実施。 ●村人に仲間入りして、村の生活にどっぷり浸る。日本では体験できない日々。 <div>*【滞在型】ボルネオ島 サバ州バパール</div>	<ul style="list-style-type: none"> ●ジャングルを開拓した敷地の中には川が流れ、自然豊かな「子どもの家」で子どもたちと過ごす。 ●環境保全型農業を通して、100年先も続く持続可能な施設を目指す。 <div>*【滞在型】ボルネオ島 サバ州バパール</div>	<ul style="list-style-type: none"> ●多文化、多民族、多宗教の国で、様々な出会いを通して平和を考える。 ●普通の観光旅行ではできない異文化体験ホームステイ。ホストファミリーと家族になろう。 <div>*【訪問型】ボルネオ島 コタキナバル周辺及びサバ州北部</div>	<ul style="list-style-type: none"> ●子どもたちと一緒に想いを「カタチ」にするワーク。 ●自分たちでゼロからつくるオリジナルキャンプ。 <div>*【訪問・滞在型】ボルネオ島</div>
旅行代金	—	138,000円	—	—
海外旅行保険料	—	9,700円前後	—	—
航空券代 価格は変動する可能性あり	—	約60,000～115,000円	—	—
総額	—	約207,700～262,700円	—	—

Work Camp

フィリピンワークキャンプ

第133回 2月17日（火）～ 2月27日（金） 11日間

第134回 3月16日（月）～ 3月26日（木） 11日間

マレーシアワークキャンプ

第76回 2月20日（金）～ 3月 1日（日） 10日間

第77回 3月 8日（日）～ 3月17日（火） 10日間

ワークキャンプで、築くもの...

CFFのはじまり。それは海を臨む、草木生い茂る小高い丘の上でした。唯一そこにあったのは「ここに、子どもたちが生活する家をつくる」という夢。ただそれだけでした。

私たちCFFは何もなかったその土地から約5000人の参加者たちと思いを分かち合い、「子どもの家」を建設してきました。そのほとんどを重機を使わず、人の手だけで築いてきました。ただ「家」をつくるのではなく、そこにたくさんの「思い」が込められ、その「思い」を感じながら子どもたちが豊かに育つように...

CFFのワークキャンプでは、ワークを通して子どもたちが安心して暮らし、夢を持って育つことのできる環境を築いていきます。そしてまた参加者一人ひとりが世界や社会の現状に向き合うことで、自分自身も成長していく、そんな時間をみなさんと共に築いていきます。

一人ひとりの手で少しずつ



何もない土地。その整地からはじまった



これからもより多くの
子どもたちの未来のために...

「子どもの家」

CFFが運営する「児童養護施設」。貧困、親からの虐待など様々な理由により家族と共に暮らせない子どもたちが生活しています。子どもたちはここから学校に通い、日々成長していています。

Work Camp | 3つのポイント

あなたの力が 子どもたちの力になる



ワークキャンプでは、名前の通りワーク（作業）がメインの活動になります。主に、CFFが運営する子どもたちのための施設「子どもの家」の関連施設の建設・修繕ワークを実施します。

例えば過去には...

- ・フィリピン「子どもの家」：石垣修復保全作業、道具のペイント、柵づくりetc.
- ・マレーシア「子どもの家」：施設内の道づくり、環境保全型循環農業の農地づくりetc.

小さくても確かな一人ひとりの力を合わせ、より多くの子どもたちが安全に、そして豊かに育つことのできる環境を築いていきます。



現地の青年キャンパー と共に築く



キャンプ中は日本からの参加者とだけでなく、ほぼ毎日現地の青年キャンパーたちと同じ仲間として一緒に過ごします。最初は知らない人同士、緊張したり、言葉の壁や文化の壁、考え方の違いに難しさを感じるかもしれません。

けれど、最後には必ず最高の仲間になれるはずです。必要なのは英語力ではなく、一人ひとりの「こころ」をフルにワークさせること。ふざけ合うことももちろん、本気で向き合ってみること。そうやって共同生活やボランティアワークを過ごすことで、海の向こうに一生忘れられない仲間ができるはずです。



あなた自身も 成長していく



現地の青年たちとの協働、子どもたちとの交流、そして自分以外の誰かのために行動すること。仲間と協力して真剣に取り組むからこそ、時にはぶつかり合うこともあるでしょう。

そうやって自分たちの手で、現地の子どもたちにとっても、自身にとっても、有意義なワークキャンプを全力で築き上げる。そんな経験を通して日本では得ることのできない、新しい「学び」を得ることができるでしょう。そうして得られる「学び」があなたを成長させ、これからのあなたの人生を変えていくような確かなきっかけになるはずです。



スケジュール

The Philippines フィリピン



「人口の2割が国の豊かさの8割を所有し、人口の8割が残りの2割を分け合っている。」と言われるほど格差の激しいフィリピン。路上には10万人のストリートチルドレンがいると言われています。そのフィリピンの首都マニラから車で約5時間のところにある、小さな農漁村バキワン村。美しい朝焼けと共に海から陽が昇り、夕日が丘の間に沈んでいく、そこにCFF「子どもの家」があります。ここで暮らす子どもたちが夢を持ち、その夢に向かって育っていけるよう、わたしたちができることを一緒に形にしていきましょう。

CHECK!!

*参加者を安心サポート！プログラムリーダー

CFFのプログラムには各1名プログラムリーダー（略称：リーダー）が参加します。リーダーはトレーニングを受けた、過去プログラム参加者で、出発前の準備から、現地での活動、そして帰国後まで参加者をサポートします。

マニラ市内のホテルに集合します。ホテルまでは空港からタクシーで約30分。日本の空港からリーダー*と同じ飛行機で行くこともできます。

キャンプ2日目はミニスタディツアーを行い、その国のバックグラウンドや社会問題に目を向けます。例えば都市の貧困地区、スモーカーマウンテン（巨大ゴミ集積場）戦争の慰霊碑などを訪れます。

フィリピン・ワークキャンプのはじまりから25年以上が経ちました。現在は施設も整いつつある中で、少しずつ修復が必要となることが出てきています。ワークキャンプではそんな施設の修復や土地の拡張作業をメインに実施しています。

1日目

ホテルに集合
オリエンテーション

空港からタクシーで約15分のコタキナバル市内の宿泊地に集合。日本の空港からリーダー*と一緒に集合場所へ行くこともできます。

2日目

ミニスタディツアー

紛争地域から逃れるなどして移民して来た人たち。彼らは貧困などの理由によりビザが取得できず不法移民として暮らしています。そんな彼らの生活するコミュニティに加え、福祉施設・マーケットなどを訪れます。

3日目

ワーク開始

フィリピン・ワークキャンプが始まってから約10年後、マレーシア・ワークキャンプが始まりました。ワークは施設内の道づくりや土地整備に加え、自給自足、持続可能な施設を目指して、環境保全型循環農業の農地づくりなども行っており、子どもたちの”食”を支えています。

アクティビティDAY

「子どもの家」には小学生から高校生の子どもが、ひとつの家族のように仲良く暮らしています。土日はタイミングが合えばワークを休んで子どもたちと遊んだりします。また、参加者みんなで近くの街に出かけて買い物をしたり、楽しい休日を過ごします。

ピースセミナー

現地の戦争体験者や語り部によるセミナー。日本がかつて侵略した土地で、平和を共に考えます。

11日目
解散

10日目
解散

※フィリピンは最終日の宿泊場所（マニラ）で解散し、帰国する人には空港へ向かうタクシーを案内します。マレーシアは空港で解散になります。どちらもリーダー*と同便での帰国が可能です。

Malaysia (Borneo)

マレーシア

ボルネオ島



経済発展が著しく、先進国入りを目指しているマレーシア。しかし、20万人以上とも言われるボルネオ島の無国籍者は虐げられ、厳しい生活を送っています。安定した職や居住地が無いだけでなく、教育、食事すら受けることが困難な子どもたちがいます。CFFマレーシアはこうした子どもたちの支援を目指して、活動しています。そんなCFFの周辺はまさにジャングル。敷地内にも川が流れ、20種類以上の果実の木が育っています。大自然に囲まれた地で、子どもたちの家を築く、それがマレーシアワークキャンプです。

ワークは体力に自信がなくても大丈夫！

大切なのは無理をしてやるのではなく、自分ができることを積極的に探して活動することです。また、ほとんどのワークは土を掘ったり、石を運んだり、誰にでもできる作業です。たいてい参加人数は女性の方が多いですが、積極的に楽しんでワークをしています。



プログラム内容は現地の状況に応じて変更する場合がございます。

Work Camp | ワークキャンプの1日

目覚めは最高に気持ち良いです！
フィリピンでは日の出がキレイに見えることも！



セミナー
夜のセミナーはみんなで自分の将来、幸せ、平和などについて語り合います。現地の青年も一緒です。

6:30 モーニングディポジション

9:00 午前ワーク開始

13:30 午後ワーク開始

16:00 ワーク終了

20:00 セミナー

6:00 起床

7:30 朝食

12:00 ランチ

15:00 おやつ

18:30 夕食

22:00 消灯

満点の星空と共に...



揚げバナナや南国ならではのトロピカルフルーツとか...
毎日の楽しみ！



★シャワー★ は水シャワー！
暑いのでとっても気持ち良い！
マレーシアでは、みんなで川で水遊びをすることも☆



疲れたらみんなでお昼寝zz

寝る場所

フィリピン：シンプルなドミトリーの中に2段ベッドを並べ、大家族のように寝ます。

マレーシア：6部屋に分かれたホステル内にマットレスを敷いて、みんなで寝ます。



食べるもの・飲み水について

基本的にキャンプ中は現地のスタッフがフィリピン／マレーシアの家庭料理を用意してくれます。生ものは出さず、必ず十分加熱したものを出すようにしています。水は浄水フィルターを通した水、または市販の飲料水を飲みます。施設内で使用している水は定期的に水質検査を行って、安全性を確かめています。



Study Tour

フィリピンスタディツアー 9日間
第42回2月4日（水）～2月12日（木）

マレーシアスタディツアー 8日間
（開催未定）

カンボジアスタディツアー 8日間
第2回 3月21日（土）～3月28日（土）

未来を豊かにする“スタディ”

世界には、日本の生活では考えられないほどの難しい状況の中に生きる人たちが多く存在します。スタディツアーでは、そんな世界の現実の中へ実際に踏み込み、そこに生きる人たちと出逢い、向き合うことで、たくさんを感じ、考え、学びを得ていきます。その国の環境や文化に触れ、その国の人たちの生き方や価値観と出逢い、得られる学びは、きっとあなたの人生に大きな変化を与えるでしょう。

そしてその学びを「子どもたちの笑顔を築き、未来を豊かにするための学びとしていきたい。」CFFはそう考えています。そんな“スタディ”と一緒に探しに行きませんか。



Study Tour | 3つのポイント

様々な場所で、 様々な価値との出会い



スタディツアーでは、普通の観光では行けない貧困地区、過去に悲劇の戦場となった地域、現地社会福祉施設など様々な場所を訪問します。そして、そこには社会の厳しい状況に生きるたくさんの人たちとの出会いがあります。

戦火を逃れ貧しいがゆえに無国籍となってしまった人たち、ゴミ捨て場で生きる子どもたち、現代的な暮らしから離れシンプルに生きる先住民、戦争の傷を今もなお抱えて生きるおじいちゃん…。そこにある様々な「生き方」と「幸せの形」。その出会いを通して、世界を、自分を“スタディ”する。それがスタディツアーです。



現地の人たちとの交流



CFFのスタディツアーでは、現地の人たちとの交流の時間を大切にしています。日本とは全く違った環境で生活する人たちと話したり、しょうがいのある人たちや子どもの支援施設などでは、自分にできることに挑戦してもらったりします。一緒に歌ったり、踊ったり、遊んで交流をするのも良いでしょう。またフィリピンやカンボジアでは、シンプルな村の家庭で、マレーシアでは先住民の村やイスラム家庭などで、ホームステイを予定しています。現地の人々と暮らしを共にし、同じ時を過ごす中で、ホストファミリーやコミュニティの人々と家族のような関係性を築きます。



仲間との語り合い、 学び合い



夜には、日本からの参加者同士で“シェアリング”という時間を取ります。1日の訪問、出会い、交流を通して、学び、感じることは1人では整理しきれないことばかりです。そんな1日の経験を参加者同士で共有します。その中で本当の幸せや平和、豊かさとは何かということについて、語り合い、お互いの学びを深めていきます。

また、そうやって日々語り合い、学び合う中で生まれる仲間とのつながりも、そのツアーで得られる価値ある財産になるでしょう。



スケジュール例

The Philippines フィリピン



ツアーを通して感じることで、フィリピンの過去・現在・未来、貧しさと豊かさ、自分と他者、自国と他国などのいくつかの軸。そこから社会を読み解き、それを日本や世界、そして自身の人生にもあてがうことができる新たな「価値観」を築くことができるでしょう。

ただし現地には、現地の人たちの生活があり、人々の考え方や感情があります。私たちは、ただそれらから「得る」ためだけに、スタディツアーをすることはしたくありません。なので、このスタディツアーは一体誰のため、何のためのツアーなのか？という問いを常に考えながら、過ごして欲しいと思います。



CHECK!!

*参加者を安心サポート！プログラムリーダー

CFFのプログラムには各1名プログラムリーダー（略称：リーダー）が参加します。リーダーはトレーニングを受けた、過去プログラム参加者で、出発前の準備から、現地での活動、そして帰国後まで参加者をサポートします。

※このスケジュールは過去のスタディツアーのプログラムをもとにしたスケジュール例です。

戦争と平和

マニラ→カパス

(1) 戦争の跡地を訪問

★第二次世界大戦中、フィリピンは日本に侵略された悲劇の戦場となりました。その悲惨な記憶と傷跡は今でも人々の心に残り続けています。

夜：シェアリング

泊：カパス（ベニエル・キャンプサイト）

スラムでの暮らし

(1) 都市スラム訪問

★黒く濁った汚水が流れるスラムに、家を建て生活する人たち。家庭訪問、子どもたちとの交流を通して、貧困という現実を目にします。

夜：シェアリング

泊：Lay Formation Center



雨が降ると黒い汚水でコミュニティが浸水する。都市スラム。

未来へ育つ子どもたち

(1) CFF「子どもの家」訪問 子どもたちとの交流

★貧困や虐待など、さまざまな理由で家族と生活することのできない子どもたちが、ひとつの家族として生活しています。重い過去を抱える子どもたち、今は「子どもの家」で自身の夢に向かって育っていています。子どもたちと交流したり、自身の夢について話し合ったりします。

夜：シェアリング 泊：CFF「子どもの家」



「子どもの家」の子どもたちと交流

1日目
集合

(1) オリエンテーション、自己紹介など

夕方ごろ集合 泊：Asilo de San Vicente de Paul

2日目

フィリピンの教育と福祉

カパス→ダグーバン

(1) 公立小学校訪問

(2) 行政が運営する施設の訪問

★性的被害やDV被害女性の一時保護施設・しょうがいを持った人たちの職業訓練施設。

夜：シェアリング

泊：Lay Formation Center

3日目

4日目

5日目

村人と家族になろう

ダグーバン→スアル

(1) ホームステイ (バキワン：地方農村の家庭)

自然いっぱいでのどかな村

★農漁村で暮らす家庭にホームステイ。

ニワトリや牛がのんびり歩き回っている自然豊かなコミュニティで、村の人々と暮らしを共にしながら、現地に新しい家族を築きます。

6日目

7日目

8日目

都市部の貧困

スアル→マニラ

(1) マニラ・スモーキーマウンテン跡地訪問

★かつて「東洋最大のスラム」と呼ばれたゴミ集積場所、スモーキーマウンテンの跡地。その周辺は未だに巨大なスラムとなっています。そこから見えてくる日本とマニラにあるつながり、貧困の原因とは。

夜：シェアリング

泊：Asilo de San Vicente de Paul

9日目
解散

※フィリピンは最終日の宿泊場所（マニラ）で解散し、帰国する人には空港へ向かうタクシーを案内します。リーダー*と同便での帰国が可能です。

プログラム内容は現地の状況に応じて変更する場合がございます。

スケジュール例

Cambodia カンボジア



1970年代にポル・ポト政権により知識人とその家族に対して行われた「カンボジア大虐殺」からまだ半世紀も経っていないカンボジア。多くのものが失われ、解放後も、その影響は人々の心や後世の教育事情に大きな影を落としています。一方で、数年以内に後発開発途上国のリストから「卒業」する見通しが立つほど著しい経済成長が見られます。そのような状況下で、多くの人を取り残され、貧富の差が広がっています。

貧しさと豊かさ、都市部と農村の暮らし、過去・現在・未来など、いくつかの視点から、ツアーを通して本当の平和や豊かさとは何かを見つめ、この世界で生きていく上で本当に大切なことを考えていきます。



CHECK!!

*参加者を安心サポート！プログラムリーダー

CFFのプログラムには各1名プログラムリーダー（略称：リーダー）が参加します。リーダーはトレーニングを受けた、過去プログラム参加者で、出発前の準備から、現地での活動、そして帰国後まで参加者をサポートします。

※このスケジュールは過去のスタディツアーのプログラムをもとにしたスケジュール例です。

歴史から学ぶ平和

プノンペン市

(1) カンボジア大虐殺の跡地を訪問

★1970年代、ポル・ポト政権により知識人とその家族への大虐殺が行われました。その悲惨な記憶と傷跡は今でも人々の心に残り続けています。

夜：シェアリング
泊：Home Chic Hotel



村人と家族になろう

プノンペン市→タケオ

(1) 村でのホームステイ

★都市から離れた自然いっぱいの農村で暮らす家庭にホームステイ。自然豊かなコミュニティで、村の人々と暮らしを共にしながら、現地で第二の家族を築きます。



村の学校の取り組み

タケオ→キリロム国立公園

(1) 手作りの小学校の訪問

★国立公園内にある手作りの小学校を訪問します。貧しい家庭の子どもたちが学校に通えるようにする工夫や、環境問題への新しい取り組み方を学びます。

(2) 現地大学生との交流

★国立公園内にある大学を訪問し、現地の大学生とあるテーマについて話し合い、交流を深めます。

夜：シェアリング
泊：キリロム国立公園内



1日目
集合

(1) オリエンテーション、自己紹介など

ホテル集合 泊：Home Chic Hotel

2日目

環境問題・未来へ育つ子どもたち

プノンペン市

(1) ゴミ集積場の訪問

★著しい経済発展の代償としてもたらされた深刻なゴミ問題。実際に集積場を訪れ、環境問題について考えます。

(2) 現地の子どもたちとの交流

★現地の教会を訪れ、そこに集うコミュニティの子どもたちとアクティビティを行い、交流します。言語の壁を超えて心と心で繋がろう。

夜：シェアリング
泊：Home Chic Hotel



4日目

5日目

6日目

カンボジアの教育

(1) 村の子どもたちの学習支援センターを訪問

★村にある日本人とカンボジア人の夫妻が運営する子どもたちの学習支援センターを訪問し、カンボジアの教育事情と今できる取り組みについて考えます。



7日目

ピースセミナー

(1) カンボジア大虐殺の経験者から学ぶ

★カンボジア大虐殺を経験した方から当時のお話を伺い、本当の平和とは何かを共に考えます。

8日目
解散

※カンボジアは最終日の宿泊場所（プノンペン）で解散し、帰国する人には空港へ向かうタクシーを案内します。
リーダー*と同便での帰国が可能です。

プログラム内容は現地の状況に応じて変更する場合がございます。

よくあるQ & A

Q：どのような人が参加していますか。 男女比は？

- A 大学生を中心に、高校生、社会人など様々な方が参加しています。友人と参加する方もいますが、
8割くらいの方が1人で参加します。
男女比はだいたい女性の方が多く、
これまでの参加者を平均すると4：6くらいです。



Q：関東以外からの参加も可能ですか？

- A もちろん、可能です。過去に参加した人も
北海道～沖縄まで全国各地さまざまです。
キャンプ／ツアーを通して全国に大切な仲間ができるでしょう。参加に際してのフォローアップも電話やメールで行いますので安心して下さいね。

Q：初海外なのですが...

- A 参加者の半分以上がたいてい海外未経験で参加しています。
一般の観光旅行で行くことのできない場所や、現地の人たちとの生活など普通ではできない体験ができるので、初海外の方にもおすすめです。

Q：英語が話せないのに、不安です。

- A 言語はどうしても不安になりますよね。ですが、多くの参加者は英語に自信がなくても、身振り手振りでコミュニケーションを取っていますよ。「**コミュニケーションは言葉だけじゃない**」ということを実感できるはずですよ。
ただし、必要な時はスタッフが通訳するようにしているので安心して下さいね。



Q：事前研修は必ず参加しなければ いけませんか？

- A 出発前に実施する事前研修はなるべくならご参加いただきたいのですが、難しい方はご相談ください。
不安なことや分からないことは、電話やメールでフォローしていきます。
事前研修に行けない＝プログラムに参加できない、なんてことはないのをご安心ください。



Q：緊急時（怪我や病気になったとき） の対応は？

- A 怪我や病気になった場合、軽い症状であれば、日本人スタッフが対処します。現地には日本の薬剤師のアドバイスのもと、日本の市販薬を常備しています。また、必要な場合は病院へ移送します。
フィリピン／マレーシアはCFFから車で1時間程の町に24時間救急対応ができる病院があります。

Q：予防接種はした方が良いですか？

- A 今現在、現地政府からの新型コロナウイルスワクチンに係る接種要請はありません。
また、現地では水疱瘡が流行することがあるため、水疱瘡の罹患履歴と予防接種履歴の確認をお願いしています。
また、参考までに東京検疫所では、アジアへ渡航する際、A型肝炎・破傷風・日本脳炎・はしかの4つの予防接種が推奨されています。詳しくは、保健所、検疫所にお問い合わせください。

Q：途上国って治安とか大丈夫なの？

- A CFFは25年以上にわたり海外で活動を行い、これまでに約5,000名の日本人（主に学生）を派遣してきました。みなさん大きなトラブルや病気・けがなく全員が無事に帰国しています。もちろん、絶対的な安全はどこにいてもありません。そのため、団体行動の徹底、海外滞在経験のある日本人スタッフ（および現地スタッフ）の帯同、参加者自身の危機管理研修の実施などを通して、安全なプログラム運営に努めています。
また、各国のそれぞれの状況は下記の通りです。

●フィリピン

CFFのあるスアルは、マニラから車で約5時間の穏やかな農村で、大きな事件、事故が滅多に起こりません。25年以上にわたる活動を通じて地域との関係も良好で、村の人々もCFFや日本人に理解があり安心して過ごせます。

●マレーシア

マレーシアは東南アジアでも有数の安全な国の一つで、CFFのあるサバ州パパールは、のんびりと落ち着いた自然豊かな地域です。治安も良く、危険な場面に遭遇することはほとんどありません。

●カンボジア

訪問先であるプノンペンおよびタケオは、タイ国境付近から離れた地域に位置しており、外務省の指定する危険渡航地域にも該当していません。これまでの活動でも大きなトラブルはなく、現地の人々との関係も良好で、安心して過ごせる環境です。

お問合せ窓口

申し込み手続き等に関するお問い合わせはオルタナティブツアー金谷（かなや）まで、プログラムの内容や現地の状況についてはCFFジャパン内海（うちうみ）までご連絡ください。

（株）オルタナティブツアー 担当：金谷 静香

〒660-0084 兵庫県尼崎市武庫川町4-27-1
TEL：06-6409-4333 FAX：06-7635-8703
Email：kanaya@alternative-tour.jp

認定NPO法人CFFジャパン 担当：内海 研治

〒157-0064 東京都世田谷区給田3-34-3山喜荘101
TEL：03-6279-5096 FAX：03-6279-5097
Email：info@cffjapan.org