

国際交流センター NEWSLETTER

Dec. 2022 Vol. 69

日マレーシア交流

2022年11月25日(金)、JENESYS2022「日マレーシア交流」(女性の活躍促進)プログラムのため、女性起業家や若手公務員など10名の方が奈良女子大学を訪問されました。国際セミナー室(学術情報センター内)にて、国際交流センター長 高須教授の挨拶の後、国際交流センター松永准教授より奈良女子大学の紹介、キャリア支援開発本部本部長 渡邊教授よりキャリア支援開発の取組みについて紹介がありました。

その後、マレーシアからの留学生3名を含めた本学の学生12名と4つのグループに分かれてディスカッションを行い、最後に各グループで話し合った内容を発表しました。その後、箏曲部飛鳥会(ひちょうかい)の協力のもと、講堂で琴の演奏を聴き日本文化に触れていただくことができました。ディスカッションに参加した学生の感想を紹介します。

八重 陽南(文学部1回生)

数年前からのコロナ禍によって外国人の方と交流する機会が少なくなってしまいました。

そのため今回の交流会が私にとって久しぶりに海外の方と様々な話題について話す機会でした。

マレーシアの方と日本人学生、留学生が4つのグループに分かれてディスカッションしました。私の班はマレーシアで公務員として働いている女性2人と留学生、そして私を含めた日本人学生2人という構成でした。

私たちは初め自分たちの専攻分野についてなぜその分野を選んだのか、そして将来はどのようなことをしたいかなどについて話し、マレーシアの方からアドバイスなどをもらいました。中でも趣味の話になったときに「今は仕事や家事で忙しくて趣味に使う時間がないので、これから社会に出る人はワークライフバランスを大事にすることが大切だと思う」という言葉にハッとさせられました。

その後は班の日本人学生が共に奈良県出身であることから、ガイドブックには載っていない隠れた名所や名品などについて話しました。特に食べ物については留学生を含めたマレーシアの方がイスラム教徒のため、豚やお酒が使われていない食品しか食べられないという事だったのでそうめんなどはどうかという話をしました。

このように国や宗教が違ふと考えなければいけないことが異なるのだということを改めて実感しました。また、海外の方と話すことで普段から見ているものであっても新たな一面を発見できたので、このような交流会に参加できたことは自分にとってよい機会になったと思いました。

神船 華帆(文学部1回生)

実際に、外国から来た方と対面して長時間お話しするのは今回が初めてであり、とても有意義な時間を過ごすことができました。

奈良女子大学側からの生徒と、マレーシアからいらっしゃった方がたで、四つのグループに別れてディスカッションをしました。自分の班は、私と、もうひとり是一年生の人で、あとは中国から留学してきた院生の方です。私の英語力が足りず、何度か聞き返したり、それでも理解できない時があったのですが、その時は彼女が日本語に翻訳して、説明してくれました。とてもありがたかったです。途中からは会話にも慣れてきて、あまり聞き返すこともなく会話を進めることができました。

マレーシアと日本で、女性の子育てや家事の話、またこの奈良女子大学を選んだ理由など、様々な話をしました。その中で一番印象に残っているのが、マレーシアの方の指についていたインクの話です。話している最中、彼らの人差し指一本の爪だけ、黒く染まっているのがずっと気になっていました。質問してみると、選挙のためだと分かりました。マレーシアでは、選挙での重複投票を防ぐために、投票した人は指先をインクに浸すのだそうです。自分が投票に行ったということの証明にもなるので、心なしか誇らしそうに教えてくださいました。

やはり、生まれ育った国が違えば考え方や文化も根本から異なるのだということを肌で感じることができました。



Inside This Issue



JENESYS2022
「日マレーシア交流」



奈良女子大学で過ごした感想



2022年度 大学院生の
国際学会での発表



CotoQueイベント



キャリアデザイン・
ゼミナールB(38)



アフガニスタン女子教育支援
20周年記念公開シンポジウム

奈良女子大学で過ごした感想

2022年9月24日(土)から30日(金)の日程で「JSTさくらサイエンスプログラム」に参加したバングラデシュのチッタゴン大学（奈良女子大学協定校）の学生が、滞在期間中の感想を寄せてくれました。

My Memorable Trip to JST SAKURA Exchange Program 2022 in Nara Women's University, Japan

“Keep exploring, you will discover new path.”-Lailah Gifty Akita.

Taskin Habiba

7th semester in Environmental Science, University of Chittagong

We, ten students from University of Chittagong, Bangladesh were selected for the SAKURA Exchange Program in Science 2022 by JST. It was held at Department of Environmental Science of Nara Women's University NWU in Nara, Japan from Monday September 25 to Saturday 1 October, 2022.

From being the 'Land of the Rising Sun' to mountainous country to having cherry blossom or freshly rolled sushi, Japan is renowned for all these lucrative things. All these exciting attractions, and fascinating culture make Japan a bucket-list country to travel.

So, there is always a fascination to know more firsthand about Japan. When I heard about the awesome experience of the whole journey from Bangladesh to Japan from our previous senior batch, it had aroused a deep aspiration within me. Now that I got to come across those learning outcomes and unforgettable memory, it still seems like a dream!

During our stay in Nara, we had series of lectures on human demography, population biology, population dynamics, and mathematical modelling using python. Exercises were given and at the final day, we all had showcased what we had learnt from this training through presentations. All of the courses were given in English by the honorable teacher Fugo Takasu with some of the NWU students.

The ambience of Nara Women's University is so perfect for studying. We got familiar with some of the techniques that Japan has implemented to get developed this much.

Throughout the whole trip, we learnt the importance of discipline lifestyle, humanity and morality. The helpfulness of Nara's people is so praiseworthy. We were so amazed to see how clean and tidy Japanese people are. It has taught us to have empathy and nurture our environment.

Apart from the educational activities, we had socialization events and sightseeing programs around Nara, Osaka and Kyoto. We socialized with NWU students in English and invited them to our university. This has broadened the globalization opportunities. Since the girls have come from different parts of world, we got to know their diversified culture, heritage, interests and more. Moreover, the best part is we had met some Bangladeshi students who are doing their Masters and representing our country by gaining proficiency in different sectors.



Since we got the chance to travel to various attractive spots of Japan specially at Nara like the Nara Park, various temples, and shrines at Kyoto, we got to know not only the heritages of Japan but also experience multiple things that will help us in the long run. From eating from vending machines to travelling around the country by bullet train (Shinkansen train), we loved every bit of this journey. We were amazed to see the etiquettes and bowing of deer of Nara when we feed them leaves.

Since our honorable Vice Chancellor accompanied us to this program, she had attended official meetings with the President of NWU and administrative bodies and had discussions on extending the exchange program. She had also proposed to offer training programs to the NWU students at University of Chittagong.

Our whole journey is fully supported by Japan Science and Technology Agency JST. We are truly grateful to JST for giving us a chance to attend such a prestigious training session which will be our lifetime treasure.

Since now I am one of the Sakura exchange program participants, I have become a Sakura Science Club alumni member. All the alumni associations are connected through internet and this has

offered a great scope for socialization, research activities and many more. Moreover, it has widened the chances to revisit Japan for study, joint research, employment, sightseeing or other chances.

Actually, experiencing all these moments firsthand is something else entirely.

By observing the outstanding development in the scientific arena of Japan, the competent female students will come forward to putting their footprints in the evolving fields of science. This type of chances opens up doors of opportunities of researches for female students like us. This whole expedition has boosted up my self confidence. From learning python to exploring Nara city to meeting new people, all of these have added exceptional value to our life. It has triggered me to prepare myself day by day and to do my best for fulfilling my upcoming goals.

I will cherish every moment through my life. Looking forward to going again!

2022年度 大学院生の国際学会での発表

国際交流センターは、奈良女子大学大学院で学ぶ正規学生が海外で開催される国際学会で発表する際の航空運賃を支援する事業を行っています。2022年度第一期は、2名の学生が国際学会で発表しました。その感想を紹介します。

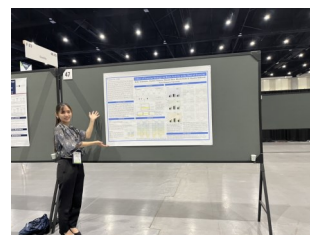
ACSM's 2022 Annual Meeting & World Congresses

山本 恵子

(大学院人間文化総合科学研究科博士前期課程 心身健康学専攻 1回生)

2022年5月31日から6月4日にかけて、アメリカのサンディエゴで開催されたACSM's 2022 Annual Meeting & World Congressesに参加しました。本学会は国際的に大規模なスポーツ医学および運動科学の組織で、毎年約80カ国から1000人近くの研究者が集います。

私は「Effect of Exercise Strategy on Brain Activity at the Start of Exercise」という題目でポスター発表を行いました。運動を始めるときには、強さや向き、タイミングを調整するために脳活動が行われますが、変化が微小であるため捉えるのが困難です。そこで、運動関連領域における運動開始時の脳神経活動の変化を、脳循環動態から評価することを本研究の目的としました。結果として、複数回の試行を加算平均することで、負荷強度や末梢性疲労による脳循



ポスター発表の様子



サンディエゴでのディナー

環動態の変化を捉えることに成功しました。

ポスター発表では、研究内容の異なる多数の参加者と議論を行いました。英語での受け答えには苦労しましたが、図や動画を用意することで、自身の研究内容について伝えることができました。国内外の方に興味を持っていただけたこと、雑誌への投稿を勧められたことは、今後の研究活動の励みになりました。一方で、他の参加者の発表に対しても積極的な質問を心掛けましたが、専門の異なる研究内容の英語での理解が難しく、語学力の必要性を痛感しました。

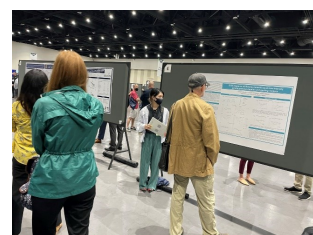
今回の経験を通して、自身の研究成果の発表はもちろんのこと、参加者同士での交流や、関連領域の研究に関する最新の知見を得られるという、国際学会の魅力を感じました。学会への参加にあたり手厚い支援をいただきました国際交流センターに心より御礼申し上げます。

松田 奈々

(大学院人間文化総合科学研究科博士前期課程 心身健康学専攻 1回生)

2022年6月1日から3日にかけてアメリカのサンディエゴで開催されたACSM's 2022 Annual Meeting & World Congressesに参加しました。ACSM (アメリカスポーツ医学会) は、70のスポーツ医学専門職を代表し、90カ国から5万人以上の会員と認定専門家を擁し、世界中の人々がより長く健康に生活できるように支援している組織です。

私は今回の学会で“Dose-response relationship between acute low-intensity aerobic exercise duration and working memory”という題目でポスター発表を行い、女性を対象とし一過性の低強度有酸素運動時間と作業記憶に関するヒト認



学会の様子

知機能の関係性を明らかにすることを目的とした研究について発表しました。自分の研究を世界の人に伝えられるということに加えて、様々な着眼点からの質問に対して自分の知識や語学力の不足など、自分の課題を痛感する機会にもなりました。

世界中で蔓延する新型コロナウイルスに加え、この度初めての国際学会発表であったことも含め、様々な不安がある中こうして国際学会に参加でき、英語でコミュニケーションをとりながら受け答えをしたり、周りのレベルの高い研究内容に関してたくさんの方とディスカッションできたりしたことはとても良い経験になりました。また、同じ

分野の研究だけでなく、全く違った分野からも学びや刺激をたくさん受け、さらに興味のある発表内容の論文が未発表であったり、実際に最新の運動器具に触れたり、世界最先端の研究に触れる貴重な経験ができたと感じました。学会参加にあたり支援いただいた奈良女子大学国際交流センターの皆様に改めて感謝申し上げます。



サンディエゴの街並み

CotoQueイベント

2022年10月～12月の期間中、9つのCotoQueイベントが開催されました。

11月16日(水)に行った「留学生のためのいけばな教室」では、11人の留学生と4人の日本人学生が4つのグループに分かれ、みんなで相談しながら各グループごとに一つの作品を作りました。完成した作品の写真と参加者の感想を紹介します。

韓国では生け花を経験することがほとんどないし、日本でも多分なかなかできないのではないかと思います。それで、良い経験だったと思いました。剣山を隠すように生けるとか、前後の奥行きを感じさせるように生けるなど、色々な知識を学びました。実際に生け花には興味があったのですが、学業でなかなか時間が取れず、部活に入るまでは出来なくとも、1度経験してみたいと思っていました。欲張りの私にとって、生け花はまるで瞑想をするようでした。いい結果のために何らかの花は諦める、植物を程よく削っていく、自分で色々考えながらデザインするなどが、瞑想をしたかのように穏やかな気分になりました。1人で、静かに生け花をするのも、心身に良さそうです。生け花は、大好きな寮母さんにあげています。

今まで生け花に興味はあったのですが、機会に恵まれず、昨日が人生初の生け花でした。草物と木物の組み合わせ方や、何本生けるのか、どのくらい間を作ればよいのか等、悩むことが多く予想以上に難しかったです。また、育った文化の異なる3人で一つの作品にまとめあげることも容易ではありませんでした。大変でしたが、楽しみながら3人の好きな色が入った作品に仕上げることができました。



The ikebana session was very fun and interesting, but the history explanation was a little bit difficult to understand. Everyone was very kind and comprehensive. Good experience! Thank you for organizing this event!



生け花のレッスンは楽しかったです。私は花が好きではないのですが、創造的な活動をするのが好きで、グループで自由にさせてもらったのが良かったと思います。一人でやるより、グループでやった方が楽しいと思います。



先日はお世話になり、本当にありがとうございました。翌日、いけばな教室で一緒にいた留学生の方と学情で会い、いけばなの話はもちろん、他のお話もできて、いけばな教室が留学生と日本人学生が交流するきっかけとしてうまく機能していることを実感しました。

いけばな教室に参加させていただき、誠にありがとうございます。私にとって、「生け花」の体験は新鮮な体験でした。初めて「生け花」の知識ややり方の基本を教えていただき、大変勉強になりました。また、外国人の友達と同じグループと一緒に話し合ったり、お花を選んだり、「生け花」の最後の作品を完成したりして、とてもいい思い出になりました。



I was very glad to participate to the Ikebana activity yesterday. The large choice of flowers was really nice. I appreciate the fact that there were an individual activity and a group activity. Since my level of Japanese is not great I had trouble understanding the explanation at the beginning. It would be nice to add furigana, to make it easier to understand. Nevertheless, I had a great time, thank you for giving us this opportunity.

11月30日(水)にはS棟のラウンジ「SHI Café Dear deer!」にて、「留学生のための茶道教室」を開催しました。新型コロナウイルス感染拡大後初めての茶道教室だったため、感染拡大防止のためのマニュアルに沿って行いました。12人の留学生が参加し、茶道について先生の説明を聞いた後、各々でお抹茶を点てて自分の点てたお抹茶を飲み、お菓子を食べました。イベントに参加した学生の感想を紹介します。

I really enjoyed the sado lesson yesterday even though I thought we were going to assist to a real one.
The woman who explained was benevolent and she spoke slowly enough so we can understand easily.
I liked that she dressed up especially for the occasion.
Having information in Japanese and in English was great.
Thank you for this nice experience.



茶道はカフェで一度体験したことがあるのですが、自分でやってみるととても楽しいでした。
また、先生がとてもゆっくり、はっきりと、簡単な単語で話してくれたので、最初の説明がとてもわかりやすかったです。

初めて茶道体験でした。たくさん新しい情報を学んで、とても楽しかったです。樽井先生の教え方はわかりやすくて(説明をした日本語)、種類も面白いと思いました。
ありがとうございました！



楽しいイベントに参加してよかったと思います。国際交流センターの先生たちは、日本語と英語の記事、茶道を理解しやすいように写真や絵など、たくさんの資料を用意してくれました。茶道について季節に合うお菓子や美しい茶碗も用意して、とても優しいです。
今回、少し簡略化の茶道を体験しましたが、先生が伝えてくれた通りの気持ちを感じできました。「茶道の初心は、美しい季節に友人と一緒に料理を味わい、お茶を飲み、お菓子を食べながら人生の美しさを楽しむことだよ。」
このイベントを企画してくださった国際交流センターの先生たち、本当にありがとうございました。今後また機会があれば、ぜひ参加したいと思います。

今回の教室は、空気と日本の茶道の文化を味わうことができ、本当にうれしく感じています。こうした茶道を体験した感想を一言で述べるのはなかなか難しいです。
先生のおかげで、とても貴重な体験をさせていただきありがとうございます。



茶道教室に参加させていただき、とても嬉しいかったです。伝統的な茶道の話はわかりやすくて、興味深いものでした。お茶の粉末と茶道具と可愛いお菓子を用意してくださり、心から感謝申し上げます。
樽井先生は本当に優しい先生です。来学期に先生の授業を受けようと思っております。またこのような素敵な体験をお待ちしております。

キャリアデザイン・ゼミナールB (38)

2022年度後期のキャリアデザイン・ゼミナールB(38)国際グループワークBでは、「奈良(女)と海外とのつながり」をテーマに、国際交流のきっかけや異文化理解のヒントになるようなプレゼンテーション(掲示・装飾/イベント)を作りました。

3つのチームのうち2チームが国際セミナー室(学術情報センター内)の棚の装飾の作業を行いました。残りの1チームは、12月14日(水)の16:30~国際セミナー室において、「わくわく交流会」というイベントを行いました。留学生を含む15名の学生が参加し、フリートークやクイズ大会などで大盛況となりました。



アフガニスタン女子教育支援20周年記念公開シンポジウム

2022年11月4日(金)にお茶の水女子大学で、アフガニスタン女子教育支援20周年記念公開シンポジウム「紛争地域の子供教育支援を通じた国際協力活動のあり方」が、お茶の水女子大学講堂を会場として開催され、またオンラインでも配信されました。

シンポジウム最後のプログラムでは、五女子大学コンソーシアムを形成しているお茶の水女子大学、津田塾大学、東京女子大学、日本女子大学、奈良女子大学の学生による国際協力活動の報告が行われました。

奈良女子大学からは、フェアトレード活動等を行う学生団体「HUA」の3名が活動報告とパネルディスカッションを行いました。参加した3名の学生の感想を紹介します。

松成 更紗（生活環境学部 3回生）

今回のシンポジウムは大きな刺激を受ける機会となりました。シンポジウムではサークルの活動紹介に加え、他大学の学生と国際協力の捉え方や支援対象との関わり方、コロナ禍での活動の難しさなどを話し合うパネルディスカッションを行いました。他大学の学生の話や現地の方から話を聞くことで発見した自分自身の認識のズレや、アフガニスタンでの差別の事実、自分たちの理想と現実とのギャップ、相手を国などのカテゴリーで捉えず個人として接する大切さ、コロナ禍でもオンラインでのコミュニケーションを通して現地の方や現状を理解する工夫など、それぞれが異なった活動・支援対象だからこそ感じる点が変わるといえる大きな学びであり、他者理解や国際協力活動の重要性について再認識することができました。私は今月を持ってHUAを引退しますが、HUAのスローガンである『日常に取り入れられる国際協力』に加え、様々な課題に目を向け思考し、行動に移す努力を続けていきたいと考えています。

小濱 萌（生活環境学部 2回生）

今回、参加させていただいたアフガニスタン女子教育支援20周年記念公開シンポジウムは有意義なものでした。私たちは、他大学の学生の皆さんと活動報告とパネルディスカッションを行いました。私たちのサークルでは、フェアトレードやTFT活動等を通して、主に経済的な面で国際協力活動を行っています。他大学の方の活動は学習支援や保健教育など様々で、国際協力活動がどの分野からもアプローチが出来ることを改めて実感しました。また、パネルディスカッションの中で、現地へ赴いたり支援対象者との交流をしたりすることがない中で活動のやり方、他者理解・異文化理解という点での支援対象国の現状や課題の学び方、がとても勉強になりました。なにより、国際協力活動をこれからも続けていく上での方向性や考え方が広がりました。国際協力活動は、自分一人だけで行うというのが難しいですが、私たちHUAがサークルという強みを活かして、身近な国際協力を周りに働きかける活動を今後さらに展開し、個人としても支援を必要としている方々にできる限り貢献し続けていきたいと思いました。

津田 明子（生活環境学部 1回生）

この度は20周年記念シンポジウムに参加させていただきありがとうございました。国際協力には様々な関わり方があり、微力だと思われることでも、必ず誰かの支えになっているのだと再確認できる機会となりました。特にパネルディスカッションはとても有意義な時間でした。それぞれ違った形で活動しているの、ひとつの問いに違った視点からの意見を聞くことができたからです。自分達の活動だけだと、どうしても視野が狭くなりがちだったので、学ぶものがたくさんありました。ディスカッションの中であった、異文化の方と接する際に相手をカテゴリーとして捉えるのではなく、ひとりの人として対等な立場で接することは、基本的ではありますが大切にしていきたいと思っています。また、コロナ禍での活動の難しさなど、活動形態は違えど同じ悩みや思いがあることを共有できたこともよかったです。今後また今回の参加メンバーが交流で

きる場があれば嬉しく思います。これからも日常の中で行う小さな支援の積み重ねが誰かの幸せの支えとなることを信じて活動を続けていきたいです。

センター及び国際課の活動

10/6	新入留学生オリエンテーション
11/7	CotoQueイベント「韓国語オープントーク」
11/9	春休みニュージーランド研修説明会①
11/10	CotoQueイベント「Nigatsudo walk！」
11/16	CotoQueイベント「留学生のためのいけばな教室」
11/22	CotoQueイベント「free talk in English」
11/25	JENESYS2022「日マレーシア交流」
11/25	CotoQueイベント「中国語オープントーク」
11/30	CotoQueイベント「留学生のための茶道教室」
12/5	春休みニュージーランド研修説明会②
12/6	CotoQueイベント「中国語オープントーク」
12/8	外国人留学生日本語スピーチ大会
12/9～11, 17, 18	日本語オンラインプログラム「そらみつ2022冬」
12/14	キャリアデザイン・ゼミナールB(38) 国際グループワークB「わくわく交流会」
12/15	留学生のための就活スタートアップガイダンス
12/15	CotoQueイベント「free talk」
12/21	春休みニュージーランド研修説明会③
12/21	CotoQueイベント「free talk」
12/23	春休み海外オンライン研修説明会



国際協力サークルHUA（ほあ）

主な活動として、春には学外でアースデイ奈良への参加、夏と冬にTFTフェア（table for two）を実施、学園祭では「喫茶ほあ」を出店。

アースデイ奈良と学園祭ではフェアトレードのポーチやコーヒー、お菓子などを販売している。

大学生活の中で国際社会に対し、メンバーはもちろん、活動を通して周りの人たちも「ちょっといいこと」ができるような取り組みを行なっている。

奈良女子大学 国際交流センター

NEWSLETTER Vol.69 2022年12月発行

〒630-8506 奈良市北魚屋東町

TEL: 0742-20-3736

Email: iec@cc.nara-wu.ac.jp