

かけはし

JITCO JOURNAL

4

2021.April
Vol.145

“ウィズコロナ”におけるJITCOの支援サービス
介護職種における技能実習計画認定申請の書類作成および申請のポイント

|| 第29回外国人技能実習生・研修生
|| 日本語作文コンクール募集のご案内



かけはし

JITCO JOURNAL



2021.4 Vol.145

表紙の写真：マニラ湾の高層ビル群
(フィリピン・マニラ市)

ルソン島中西部、マニラ湾東岸に位置する首都マニラ市。古くは「東洋の真珠」と称され、スペイン統治時代の建築物が数多く残されていますが、2010年代後半から都市化が進み、高層ビルが増加しました。マニラ市を含む16市と1町で構成されるマニラ首都圏は日本の東京23区よりもやや大きいながら、都市化とともに人口が過密し、交通渋滞が問題となっています。

CONTENTS

- √ p.1 「国際的な人の往来再開に向けた段階的措置等」の現状
- √ p.2 JITCO開催の2021年度養成講習について
- √ p.3 ”ウィズコロナ”におけるJITCOの支援サービス
- √ p.8 第29回外国人技能実習生・研修生日本語作文コンクール募集のご案内
- √ p.10 介護職種における技能実習計画認定申請の書類作成および申請のポイント
- √ p.13 外国人材の受入れに関するQ&A
- √ p.14 JITCOの教材のご案内
- √ p.16 技能実習生のお国ぶり・暮らしぶり
- √ p.20 JITCOインフォメーション／JITCOの各種セミナーのご案内

技能実習days

●協立建物管理株式会社 ●株式会社サンユーフーズ ●異島電設株式会社

「国際的な人の往来再開に向けた段階的措置等」の現状 (2021年3月7日時点)

政府による国際的な人の往来再開に向けた段階的措置については、新型コロナウイルス感染拡大・収束の状況に応じて適宜見直されており、外国人技能実習生や特定技能外国人の出入国に関してもそれに沿った対応が必要となります。本稿の執筆時点(2021年3月7日)では、下表のとおり「レジデンストラック」「ビジネストラック」「全世界からの新規入国を可能とする措置」のいずれにおいても入国が停止している状況です。

ただし、状況は流動的ですので、実際の対応に際しては、外務省ホームページ④https://www.mofa.go.jp/mofaj/p_pd/pds/page25_002019.html「新型コロナウイルス感染症への対応」や各国大使館等のホームページ等で最新情報をご確認いただくようお願いします。JITCOホームページ等でも適宜お知らせいたします。

スキーム	レジデンストラック	ビジネストラック	全世界からの新規入国を可能にする措置
概要	ビジネス上必要な人材等の出入国について例外的な枠を設置し、現行の水際措置を維持した上で、追加的な防疫措置を条件として、対象国との間で双方向の往来を可能とするスキーム。 ※技能実習生・特定技能外国人はベトナム・中国についてはどちらのトラックでも対象となっています。		ビジネス上必要な人材等に加え、順次、留学、家族滞在等のその他の在留資格も対象とし、原則として全ての国・地域からの新規入国を許可するスキーム。
	入国後14日間、自宅等で待機。	入国後14日間の自宅待機中「本邦活動計画書」「誓約書(ビジネストラック)」の枠内でのビジネス活動可能。	入国後14日間、自宅等で待機。
技能実習制度・特定技能制度における主な対象国	ベトナム、中国、タイ、カンボジア、ミャンマー、ラオス等	ベトナム、中国等	全世界
入国可否の状況 (2021年3月7日時点)	一時停止中	一時停止中	一時停止中
検疫措置 「特段の事情」があるものとして上陸を許可される者等に適用される検疫措置	<ul style="list-style-type: none"> ●「出国前72時間以内の検査証明書」の提出 ●日本到着空港での検査 ●検疫所への「誓約書」の提出 →入国後14日間の自宅等での待機、公共交通機関の不使用、LINEアプリ等での健康フォローアップ、地図アプリ機能等による位置情報の保存、接触確認アプリ、ビデオ通話アプリの利用等を誓約。		
			等

(表は2021年3月7日時点の情報に基づく)

JITCO開催の2021年度養成講習について

技能実習制度において、技能実習法に基づき、監理団体の監理責任者・外部役員等や、実習実施者の技能実習責任者・技能実習指導員・生活指導員は、主務大臣から告示された養成講習機関が実施する養成講習の受講が義務化または推奨されています。JITCOは2017年9月8日に主務省庁（法務省及び厚生労働省）の告示により養成講習機関として認定公表され、同年12月から養成講習を実施してきました。本稿では、2020年度の実施状況と、2021年度のJITCOの養成講習開催スケジュール等をご案内します。

2020年度の実施状況

1. 実施状況

JITCOは、2020年度（2020年4月1日～2021年3月31日）において合計211回（監理責任者等講習を計14回、技能実習責任者講習を計85回、技能実習指導員講習を計57回、生活指導員講習を計55回）開催し、約5,200名の受講者に受講証明書を交付いたしました。

2. 合格点

受講証明書の交付を受けるには、養成講習の最後に実施される理解度テストに合格する必要があります。

- ①監理責任者等講習 80点
- ②技能実習責任者講習 70点
- ③技能実習指導員講習 70点
- ④生活指導員講習 70点

※上記合格点に満たない場合、受講証明書は交付されず、別の日に改めて再受講の上、理解度テストで合格点以上を取得すれば、受講証明書が交付されます。

2021年度の養成講習実施エリア・日程

講習区分	実施エリア
①監理責任者等講習 ②技能実習責任者講習 ③技能実習指導員講習 ④生活指導員講習	全エリア（全都道府県）

養成講習のお申込みはJITCOウェブサイトからのみとなります。最新の情報及び講習の実施日程は下記URLよりご確認をお願いいたします。

🌐 <https://www.jitco.or.jp/ja/seminar/training.html>

2021年度の留意点

1. 受講証明書の有効期間満了

養成講習に係る受講証明書の有効期間は、講習区分に

かわらず、交付日から3年以内と定められています。したがって2018年度に養成講習を受講された方は、今年度、有効期間の満了日が到来しますので、有効期間を過ぎてしまうことがないように、近隣の都道府県における開催予定をご確認の上、早めの受講を心がけてください。

2. 新型コロナウイルス感染防止の取組みについて

JITCOは、新型コロナウイルス感染症に対する政府の基本方針を踏まえ、養成講習の開催に当たり、以下のように対応し、感染拡大の予防に努めて参りますので、ご理解とご協力をいただきますようお願い申し上げます。

- ①講師・事務局スタッフはマスク・手袋・フェイスシールドを着用いたします。
- ②講習会場においてアルコール消毒液等の設置をいたします。
- ③会場の換気を実施いたします。ただし、窓開けに関しましては、開閉可能な窓が設置されている会場で、かつ、風雨等悪天候による影響を受けない状況に限ります。また会場扉の開放につきましては、休憩時間に限ります。
- ④講習ご受講の皆様にはマスクを持参・着用していただき、咳エチケットの遵守、会場での手洗い、手指の消毒の励行をお願いいたします。
- ⑤体調の確認と自宅での検温をお願いしています。受講日当日は、ご来場前にご自宅にて必ず検温をお願いいたします。その際37.5度以上の熱に限らず、普段の平熱の範囲を超える発熱や咳など比較的軽い風邪の症状がある場合等についても、ご参加を控えていただきますようお願い申し上げます。
- ⑥会場での検温を実施します。すべての講習会場にて検温を実施させていただきます。その結果37.5度以上の熱がある方については受講をご遠慮いただきますので、ご協力をお願い申し上げます。なお会場にて発熱、咳等の著しい症状が見られた場合、ご退室をお願いする場合があります。

■ 本稿に関するお問合せ先

講習業務部養成講習課 03-4306-1156

“ウィズコロナ”におけるJITCOの支援サービス

新型コロナウイルス感染症の世界的な蔓延が続いていますが、当機構では、このような状況においても、サービスの提供をストップすることなく、また皆様に安心してご利用いただけるよう感染防止に配慮した上で事業を実施しております。本稿では、ウィズコロナや将来のDX（デジタル・トランスフォーメーション）を見据えた2021年度の当機構の支援サービスについてご案内します。

総論

昨年以來、新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、社会全体で様々な取り組みが行われており、その中で密閉・密室・密集のいわゆる「3密」の回避、こまめな手洗いや消毒、そしてウェブ会議やオンラインセミナー（ウェビナー）といったデジタル技術の利用が急速に浸透しました。

JITCOでは、こうした社会の動きを受けて、支援サービスのあり方を“ウィズコロナ”に適応させる取り組みを行っております。

この特集では、

- 個別相談
- 点検・取次サービス
- 送出機関・監理団体向け情報提供
- 教材のオンライン販売開始
- セミナー・講習

についてご紹介してまいります。まずはJITCO全体の取り組みをご案内いたします。

消毒用アルコール・仕切り等の設置

JITCOの東京本部・各地方駐在事務所では、各種セミナーへのご参加やご相談、申請書類の点検・取次サービスのご依頼等でご来訪されるお客様への感染防止措置として、受付スペースに手指消毒用のアルコールおよび飛沫防止用のパーティションを設置しております。

技能実習に係る新型コロナウイルス関連情報の提供

関係行政機関においては、外国人材の本邦への入国制限や、新型コロナウイルス感染症に関する在留諸申請の取扱い等に対応する措置が種々講じられております。JITCOのホームページでは、そうした措置に関する情報を一元的に提供する特設ページを開設しております。

また、技能実習生・研修生向けに無料で発行している情報誌「技能実習生の友」では、日本語（ひらがな併記）、中国語、インドネシア語、ベトナム語、タイ語、英語、フィリピン語、カンボジア語、ミャンマー語、モンゴル語で感染症に関する情報を掲載しています。冊子のほか、PDF版をJITCOホームページにて提供しております。

特設ページ

「技能実習に係る新型コロナウイルス感染症関連情報」

🌐 <https://www.jitco.or.jp/ja/news/article/9029/>

技能実習生の友

🌐 <https://www.jitco.or.jp/ja/tomo/>

脱ハンコ化

感染防止のためデジタル化の進展に伴い、地方出入国在留管理局や外国人技能実習機構（OTIT）へ提出する各種申請書類・届出書類において、押印欄が廃止されつつあります。JITCOにおきましても、行政の取組みに合わせて「脱ハンコ化」を進め、サービスをご利用いただく皆様のご負担の軽減に努めてまいります。

監理団体・実習実施者などに対する 個別相談

JITCOでは、本部および各地方駐在事務所へのご来訪、電話やメールといった方法で個別相談を受け付けており、技能実習制度および特定技能制度に関する様々な質問が皆様から寄せられています。現在はコロナ禍の影響により、ご来訪での相談はなかなか難しい点もありますが、対面方式での個別相談には、書類や資料を交えてその場で質疑応答ができるという利点があり、来訪相談のニーズに、今後も引き続きお応えしてまいります。

また、コロナ禍におきまして、技能実習生の雇用維持・感染防止のために、監理団体・実習実施者の皆様に求められる業務や申請手続等は、日々目まぐるしく更新されています。JITCOでは、そうしたコロナ関連のご相談を効果的・効率的に進めるべく、支援サービスの一環として、最新情報の収集と整理、適切なお案内、JITCO

ホームページにおける情報公開の充実等に努めております。

なお、将来的にはインターネットを活用し、直接JITCOに足を運んでいただかなくても、担当者同士がウェブを介して、各々の業務環境で面談できる環境の構築にも努めてまいります。



点検・提出・取次サービス

JITCOでは、技能実習生や特定技能外国人を受け入れる際に必要となる外国人技能実習機構や地方出入国在留管理官署への申請書類の点検・提出・取次を行っています。技能実習計画認定申請や在留資格認定証明書交付申請等の入国・在留諸申請時に必要な申請書類の点検をJITCO職員が行い、審査の遅れなどにつながる申請書類の記載ミスや書類の添付漏れがある場合には、ご依頼者様(団体・企業等)にお伝えしています。点検終了後は、ご依頼者様に代わってJITCOが全国の外国人技能実習機構や地方出入国在留管理官署へ申請書類の提出・取次を行うことで、結果の受領までの手続にかかる時間や労力を節約することができます。

コロナ禍において、技能実習生や特定技能外国人の方の中には、帰国が困難なケースや雇用継続が困難なケースが発生しています。地方出入国在留管理官

署への申請では、在留資格「特定活動」への在留資格変更申請が可能となりました。JITCOでは、そうした元技能実習生の方や、特例措置を活かして特定技能を目指す外国人の方の在留諸申請についても、申請書類の点検および取次を行っています。JITCOが取り次ぐことで、外国人本人の地方出入国在留管理官署への出頭が免除されることもあって、点検・取次依頼の件数も増えております。新型コロナウイルス感染症の流行状況に応じて取扱いが変わり、申請の複雑さが増す状況の中、2021年度もご依頼者様の個別の事情などのご相談に応じながら、より速やかな審査につながるように点検・提出・取次サービスを実施しています。



送出機関・監理団体向け情報提供

今、世界的な新型コロナウイルス感染症の流行状況に応じて、日本政府の「国際的な人の往来再開に向けた段階的な措置」が刻々と変化しています。JITCOでは、こうして変化していく措置について、時宜に応じて的確に、送出国政府や送出機関に対して情報提供していくとともに、監理団体等の皆様に対して、ホームページ等の広報媒体や駐在事務所における情報交換会等を通じて、情報提供を行なってまいります。措置の内容は、時間の経過とともに細かく変化し複雑となっているため、わかりやすく整理して説明してまいります。

送出国ごとの詳細事情についても、監理団体等の皆様が新たな送出国を検討される際に活用できるように、技能実習制度・特定技能制度における送出国ごとの特徴、送出国固有の規則や手続等を取りまとめて、情報提供するとともに適宜セミナーを開催してまいります。

特に、特定技能制度においては、送出国毎に送出体制が異なっておりその最新の状況について整理・発信いたします。

また、新たな送出機関を検討される際にご利用いただける「送出機関等情報提供支援サービス」についても、技能実習制度および特定技能制度における送出機関等情報を収集し、引き続き充実させてまいります。



JITCO教材のオンライン販売開始

JITCO教材センターでは、技能実習や特定技能に関わる各種教材を販売しています。コロナ禍においても、受注から発送までの期間を短縮し、円滑な受注管理・配送を実施しています。

さらに教材のお申込・ご購入については、これまで教材センターや一部地方駐在事務所を窓口としてファックスや電子メールで「教材購入申込書」を受け付けていましたが、お客様の利便性を高めるため、2021年4月1日より、各種教材のご注文をインターネット上で受け付ける形に変更いたしました。「JITCO教材オンラインショップ」と名付けたこのECサイトをぜひご利用ください。このサイトでは、ジャンルや言語、キーワードにより最適な教材の検索とご購入が可能です。新刊書の紹介のほか、人気の教材やJITCOお勧めの教材なども表示されます。抜粋を“試し読み”できる教材もあります。また一部対象とはならない場合もありますが、サイト上で購入代

金を決済していただくことも可能になりました。(※本誌14ページ参照)

新設したオンラインショップの運営と併せて、引き続き業務の効率化、顧客対応力の向上、ニーズに合わせた新規教材の開発に努めてまいります。



JITCO教材オンラインショップ
🌐 <https://onlineshop.jitco.or.jp>

セミナー・講習

セミナー・講習等については、不特定の参加者同士が長時間同じ場所で講義を聴講する状況となることから、JITCOでは「参加人数の制限」、「席同士の間隔の確保」、「開催前後の除菌の徹底」等を実施し、新型コロナウイルス感染症の対策に努めております。入場時のアルコールを使用した手指消毒や検温、受講中のマスク着用の徹底など、ご利用の皆様におかれましても、新型コロナウイルス感染症拡大防止にご理解とご協力のほどよろしくお願いたします。

またJITCOでは、2021年度、従来の会場にお越しただく対面方式のセミナーのほか、“ウイズコロナ”をふまえ、参加者が自社・自宅で受講可能なウェビナー方式、さらに別会場に集合して受講いただけるサテライト方式での実施を増やしてまいります。より多くの皆様に安心し

てご受講いただけるよう受講機会の拡大と感染防止に今後も努めてまいります。



● 技能実習制度説明会／特定技能制度説明会

制度説明会のオンライン開催の形式は、JITCO講師による講義を参加者の皆様のパソコンやタブレット端末、スマートフォンにリアルタイムで配信する方法や、JITCOが管理するサイト上に講義の録画をアップロードし、適時ご視聴いただける方法等が想定されます。いずれの形式が便利であるか、監理団体・実習実施者の皆様のニーズを参考にしながら、適宜検討してまいります。

● 技能実習生受入れ実務セミナー／特定技能外国人受入れ実務セミナー

2021年度も団体監理型コース5回（このうち地方開催は2回）、企業単独型コースを1回開催する予定です。このセミナーは主として、前述の「制度説明会」等で初歩的な制度理解を終えている監理団体、実習実施者の新任実務担当者の方々を対象としており、『制度利用の留意点』『諸申請実務』『労務管理』『送出国情報』に係る知識に直近のトピックスを交え、1日（午前・午後）で実務の全体像を学んでいただける内容となっています（企業単独型コースは『送出国情報』の代わりに『制度概要』の説明となります）。

また、2021年度は特定技能に関しても技能実習と同様に、関係機関の実務担当者の方々を対象に受入れ実務セミナーを開催する予定です。

開催方法はいずれも、会場にお越しただく対面方式のほか、ウェビナー方式、サテライト方式の同時開催も予定しております。サテライト会場の数や場所は現在未定ですが、決まり次第JITCOホームページ等でご案内します。

● 在留資格「特定技能」に係る申請書類の書き方セミナー

在留資格「特定技能」の諸申請・諸届出業務を担当される方を対象に、特定技能外国人を受け入れる際に提出する各種申請・届出書類の作成上のポイントについてご説明します。JITCO販売教材の『特定技能 入国・在留諸申請および諸届 記載例集』を用いながら、JITCO職員等が分かりやすく解説します。

● 介護職種に特化したセミナー（仮称）

介護職種で技能実習生を受け入れる方を対象に、外国人技能実習機構への技能実習計画認定申請の作成上のポイントや地方出入国在留管理官署に提出する申請書類等について、JITCO職員等が分かりやすく解説します。

● **新設** 地方出入国在留管理官署への各種申請等取次関係セミナー（外国人材受入れセミナー）

本セミナーでは、外国人材を受け入れる際の手続きを行うための申請等取次資格の取得を希望している企業、監理団体、登録支援機関等の担当者を対象に、入国・在留手続および申請等取次制度についてご説明します。JITCOは、法務省が示している「出入国在留管理行政に関する研修会の基準」を満たす機関として、地方出入国在留管理局から申請等取次ぎ者としての承認を受けるために必要となる「受講証明書」を、本セミナーを受講された方に交付いたします（受講証明書は申請等取次者証明書とは異なります）。

● 日本語指導担当者実践セミナー

技能実習を効果的かつ安全に行うためには、技能実習生に対する日本語教育が不可欠であることは言うまでもありません。「日本語指導担当者実践セミナー」では、入国後講習や継続学習でどのように指導したらよいか、監理団体や実習実施者の皆様が取り組みやすい具体的な指導方法をご紹介します。模擬授業やグループワークを取り入れた参加型のプログラムで、2021年度も感染防止対策を十分施したうえで、楽しく実践的に学んでいただける場をご提供します。

● **新設** 「わかりやすい日本語」話し方セミナー

技能実習生を含む外国人材の活用が活発化するなか、日本語を母語としない人達に、日本語で必要な情報をきちんと伝えることへの関心が高まっています。監理団体・実習実施者等の指導員や従業員の皆様がちよとした工夫を心がけるだけで、技能実習生とのコミュニケーションがもっと向上します。実習現場での指導時にも活かせるそのコツを、本セミナーでぜひ体験してください。

● 日本語指導オンデマンド（出張講座）

JITCOの日本語教育専門スタッフによる出張講座「日本語指導オンデマンド」へのご依頼も受け付けています。皆様のご要望に沿った内容で、ご希望の日程、会場にお伺いいたします。条件が整えばオンラインでの実施にも対応してまいります。お気軽にご相談ください。

第29回外国人技能実習生・研修生 日本語作文コンクール募集のご案内

JITCO では今年も日本語作文を募集します。皆様からの積極的なご応募をお待ちしております。

1 応募資格

募集期間内に、日本に在留する外国人技能実習生又は研修生であること。応募は一人一作品で、自作の未発表の作品に限ります。

2 募集期間

2021年4月1日(木)～5月14日(金)

3 テーマ

特定のテーマを設けませんので自由にお書きください。

4 使用言語

日本語

5 応募形式

A4サイズの400字詰め原稿用紙3枚で、文字数1,200字以内(本文)

- 本人自筆の原本に限ります。ワープロ・パソコン使用による原稿およびコピー原稿は受付けません。
- 作品には必ず題名と氏名を記入してください(原稿用紙の枠外)。
- 原稿用紙は縦書きでも横書きでもかまいません。
- 筆記用具の指定は特にありませんが、鉛筆の場合は2B以上の濃い鉛筆をお使いください。

6 応募方法

応募用紙に必要事項を記入のうえ、応募作品に添付し、次の宛先へ郵送してください。

《作品応募先》
〒108-0023
東京都港区芝浦2-11-5 五十嵐ビルディング11階
公益財団法人 国際人材協力機構
日本語作文コンクール事務局

- 応募用紙・原稿用紙は、JITCOホームページのほか、「JITCO日本語教材ひろば」(<https://hiroba.jitco.or.jp>)からもダウンロードできます。
- 応募用紙は、応募者ご本人が記入してもかまいませんが、記入漏れがないようにお願いします。
- FAXやE-mailでは受け付けません。

7 賞

- 最優秀賞(技能実習生・研修生計4名程度)
……………表彰状および賞金(5万円)
- 優秀賞(技能実習生・研修生計4名程度)
……………表彰状および賞金(3万円)
- 優良賞(技能実習生・研修生計20名程度)
……………表彰状および賞金(2万円)
- 佳作(技能実習生・研修生計20名程度)
……………賞金(1万円)

- 上記入賞者及び佳作の作品は「日本語作文コンクール優秀作品集」に掲載します。
- 応募された皆様には、巻末に応募者全員の名簿(氏名・所属機関名)を記載した優秀作品集をひとりに1冊ずつ無料でさしあげます。

8 入賞作品の発表

所属機関を通じて入賞者に通知するとともに、2021年8月中旬にJITCOホームページで発表する予定です。

9 その他

- 審査に関するお問い合わせにはお答えできません。
- 募集要項に即していない作品は審査の対象外となります。
- 応募用紙に記載された個人情報、本コンクールの運営に必要な範囲内で利用します。
- 応募作品は返却しません。
- 応募作品の著作権はJITCOに帰属します。
- 各国語の募集案内は、「JITCO日本語教材ひろば」をご覧ください。



2020年度「第28回外国人技能実習生・研修生日本語作文コンクール」表彰式の様子

■本稿に関するお問合せ先
日本語作文コンクール事務局
TEL:03-4306-1184 FAX:03-4306-1119

良い作文のための支援のポイント

技能実習生に良い作文を書いてもらうには、作文応募までの過程で、周囲の指導員や同僚の皆さんはどのような支援ができるでしょうか。いくつか作文支援のポイントをご紹介します。

動機づけ

まずは、技能実習生に日本語作文コンクールの情報を伝えてみてください。日本語作文コンクールは、技能実習生にとって、日頃の日本語学習の成果を発揮するよい機会です。外国語である日本語でまとまった長さの文章を書くことは決して簡単なことではありませんが、作文を通して、日ごろ思っている事を日本語で表現できたという達成感を味わうこともできます。

なお、最優秀賞、優秀賞、優良賞の受賞者には表彰状と賞金が授与されます(佳作受賞者には賞金のみ)。優秀作品集に作品が掲載されるのも、日本での生活の良い記念になります。各国語に翻訳された募集案内はJITCOのサイトコンテンツ「JITCO日本語教材ひろば」で見られますので、技能実習生の言語で翻訳された募集案内を渡して趣旨をよく説明してあげてください。原稿用紙を何枚か渡しておく、技能実習生が挑戦してみようという気持ちになったら、いつでも書き始めることができます。

良い作文への工夫

■題材は一つに絞って書きましょう。

どんなテーマで作文コンクールに応募するか、是非相談に乗ってあげてください。

良い作文のポイントは、題材を絞って具体的に書くことです。作品を審査していると、例えば「日本に来て、悲しいことやつらいこともありました、楽しいこともたくさんありました」というような文をよく見ます。現実にはいろいろあったとしても、例えば「悲しいこと」のうちの一つのエピソードに絞り、何があったか、何を言ったか、どう思ったか等を具体的に書くようにすると、無理なく書けます。

■自分の目を見たことを自分の言葉で書きましょう。

最近の特徴としては、日々の生活の中で外国人である技能実習生の目から見た日本の姿を素直に書き記した作品が多いようです。職場での技能実習や、生活している地域での日常体験を通じて感じた周囲の人たちとのふれあいなど、自分にしか書けない体験をもとに、自分自身の日本語で書いてみましょう。

■タイトルを工夫しましょう。

作文では、タイトルも大きな役割を果たしています。「私の生活」「日本の思い出」のようなざっくりしたタイトルでなく、これはどんな内容だろうかと、読み手が読みたくなるようなタイトルで、作文の題材にぴったり合った言葉を見つけられるようアドバイスしてあげてください。

■作品を提出する前に募集規定をよく確認しましょう。

いくら作文の内容が良くても、コンクールの募集規定に外れていては審査対象外となってしまいます。例えば、作文の分量は原稿用紙3枚という規定ですから、必ず3枚にまとめるよう工夫しましょう。応募の前に、規定をよくご確認ください。

良い作文につながる日頃のサポート

■日頃から日本語を書く機会を作りましょう。

周囲の方々が技能実習生の日頃の生活に目を配り、技能実習生が生活体験を通じて感じたことを彼ら彼女らと共有することは、お互いのコミュニケーションを深めます。共有したことは、短い文章に書いてみるよう勧めてみましょう。

技能実習生は、いきなり作文と言われても、書き慣れていないと途方に暮れる分量です。日頃から、ノートに2~3行でも自分の言葉で日本語を書いていると、コンクール用の作文にも取り組みやすいはず。そして丁寧な添削を繰り返すことで、日本語を書くという機会に慣れることができます。

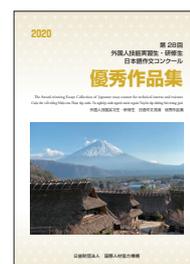
■優秀作品集を活用してイメージをつかみましょう。

過去の優秀作品を一緒に読んでみるのも良いアイデアです。題材の取り上げ方、話の進め方、具体的な表現等、参考になることがたくさんあるはず。また、

他の作品を読むことで、「自分にはあんなことがあった」と、題材を思いつききっかけになることも期待されます。2020年度の優秀作品集は下記からご覧いただけます。

🌐 https://www.jitco.or.jp/download/data/sakubun_2017.pdf

多数のご応募をお待ちしております。



介護職種における

技能実習計画認定申請の書類作成および申請のポイント

2017年11月に外国人技能実習制度の対象職種に介護職種が追加されて以来、JITCOでは介護職種の技能実習計画認定申請書類を多数点検しています。介護職種は、技能実習制度の要件を前提としながら、介護職種の固有の基準が定められているため、技能実習計画認定申請書類の作成では、他職種と比べて、留意点も多くなっています。本稿では、点検に際して気づいた点を踏まえながら、介護職種の技能実習計画認定申請書類の書き方や留意点について説明します。

(本稿は2021年3月1日時点の内容です。)

1 提出書類の一覧・確認表の準備

まず、外国人技能実習機構ホームページ https://www.otit.go.jp/tokutei_ginou/ に掲載されている介護職種の提出書類一覧・確認表を準備します。提出書類一覧・確認表の1頁目のタイトルに『介護職種に係る』と記載されている確認表です。一覧・確認表に記載された留意事項も十分に読んだ上で提出書類を作成してください。

介護職種に係る技能実習計画認定申請に係る提出書類一覧・確認表(団体監視型)

※2021年3月1日時点

番号	必要な書類	書式	提出事項	提出時期	備考
1	申請者名簿(団体監視型)の提出書類	様式1(提出書類)	① 申請者名簿(団体監視型)の提出書類	提出	
2	技能実習計画認定申請書(団体監視型)	様式2(提出書類)	① 技能実習計画認定申請書(団体監視型)	提出	
3	技能実習計画認定申請書(団体監視型)	第1書式	② 技能実習計画認定申請書(団体監視型) 第1書式	提出	
4	技能実習計画	第2書式	③ 技能実習計画 第2書式	提出	
5	入国後技能実習生名簿	第3書式(入国後)	④ 入国後技能実習生名簿 第3書式(入国後)	提出	
6	技能実習予定表	第4書式	⑤ 技能実習予定表 第4書式	提出	
7	技能実習予定表(1年目)	第5書式	⑥ 技能実習予定表(1年目) 第5書式	提出	
8	技能実習予定表(2年目)	第6書式	⑦ 技能実習予定表(2年目) 第6書式	提出	
9	労働条件提示書の写本	第7書式	⑧ 労働条件提示書の写本 第7書式	提出	
10	申請書の写本	第8書式(提出書類)	⑨ 申請書の写本 第8書式(提出書類)	提出	

2 実習実施予定表の別紙を準備する

介護職種の技能実習計画については、技能移転の対象項目ごとに詳細な計画を作成することが求められているため、詳細な実習内容(具体的な技術)も作成の上、別紙として、「実習実施予定表」(別記様式第1号第4面)に添付する必要があります。なお、別紙作成においては公表されているモデル例 <https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11800000-Shokugyou-nouryokukaihatsukyoku/0000192493.pdf> も参照してください。

実習実施予定表の別紙(モデル例)

項目	別紙様式第1号第4面の別紙	備考
1	① 実習項目 ② 実習内容 ③ 実習回数 ④ 実習時間 ⑤ 実習場所	①～⑤は、全ての身体介護業務に適用して行う ⑥ 実習回数 ⑦ 実習時間 ⑧ 実習場所 ⑨ 実習回数 ⑩ 実習時間 ⑪ 実習場所
2	① 実習項目 ② 実習内容 ③ 実習回数 ④ 実習時間 ⑤ 実習場所	①～⑤は、全ての身体介護業務に適用して行う ⑥ 実習回数 ⑦ 実習時間 ⑧ 実習場所 ⑨ 実習回数 ⑩ 実習時間 ⑪ 実習場所
3	① 実習項目 ② 実習内容 ③ 実習回数 ④ 実習時間 ⑤ 実習場所	①～⑤は、全ての身体介護業務に適用して行う ⑥ 実習回数 ⑦ 実習時間 ⑧ 実習場所 ⑨ 実習回数 ⑩ 実習時間 ⑪ 実習場所

3 講習に関する様式を作成する

入国後講習と入国前講習について、それぞれ2種類の書類が必要です。以下に注意して作成します。

◆入国後講習

「入国後講習実施予定表」(別記様式第1号第3面)と「入国後講習実施予定表」(介護参考様式第2号)の2種類を準備し、介護職種における固有の基準を満たす教育内容、時間数を記載して作成します。各書類の内容は相互に齟齬がなく、整合性の取れたものでなければなりません。

◆入国前講習

「入国前講習実施(予定)表」に関する申請者等の誓約書(参考様式第1-29号)と、「入国前講習実施(予定)表」(介護参考様式第3号)の2種類へ固有の基準を満たす教育内容、時間数を記載して作成します。各書類の内容は齟齬がないように、整合性の取れたものにします。

◆講習に関する固有の基準

介護職種は、次のとおり、講習の教育内容や時間数に関する固有の基準が設けられています。

- ▼「日本語」…要件を満たす講師による日本語8科目の講義を**240時間以上**(日本語能力試験等で**N3相当の日本語能力を有する場合は80時間以上**)実施する
- ▼「円滑な技能等の修得等に資する知識」(介護導入講習)…要件を満たす講師による介護導入講習7科目の講義を**42時間以上**実施する

上記の基準を満たす講習が必要ですが、入国前に、「日本語」および「介護導入講習」について講習を行った場合でその時間数がそれぞれの講習科目について定められた合計時間数の2分の1以上である場合、入国後講習において、定められた合計時間数の**2分の1を上限**として、その科目の総時間数を短縮できます。各科目の教育内容については、入国前に講習を行った時間数の分だけ、入国後講習の短縮が可能です。

なお、介護職種では講習を実施する講師にも要件が

あります。入国後・入国前の講習を行った講師について、要件を満たすことを証する各科目の誓約書や履歴書を提出する必要があります。

4 日本語要件の緩和の留意点

①第1号技能実習生の場合

第1号技能実習生は、必ず**N4程度**以上の日本語能力を有する必要があるため、日本語能力を証する試験の合格証や成績表の写しを提出します。日本語能力を証する試験として日本語能力試験、J.TEST実用日本語検定、日本語NATTESTがあります。

②第2号技能実習生の場合

第2号技能実習生は、**N3程度**以上の日本語能力を有する必要があるため、日本語能力を証する試験の合格証や成績表の写しを提出します。

ただし、第2号技能実習への移行に当たって、技能実習生が日本語要件(日本語能力試験N3等の合格)を満たしていない場合には、技能実習計画の認定申請を行う際に、「日本語学習プラン」(介護参考様式第13号)を提出する必要があります。「日本語学習プラン」では、技能実習生が日本語能力試験N3等に合格するまで、技能実習を行わせる事業所において、どのような日本語学習を行わせるのかについて、プランの内容を記載する必要があります。なお、「日本語学習プラン」に基づき行う日本語学習は、勤務時間に含まれ、賃金支払義務が発生する点に注意します。

日本語学習プラン(介護参考様式第13号)

介護参考様式第13号 (告示訓研第10号)	(日本産業規格A94)
日本語学習プラン	
作成日: _____年 ____月 ____日	申請者(実習実施者): _____
【プラン内容(第2号技能実習)】	
<div style="border: 1px solid black; height: 40px; width: 100%;"></div>	
<small>(欄外時点で想定される学習方法を記載してください)</small>	
日本語能力試験等受験予定	年 ____月 ____日 年 ____月 ____日 (____ 月 ____ 日に1回)
上記の学習プランに基づいて、技能実習を行わせる事業所のもと、技能等の適切な修得等のために必要な日本語を学びます。	
以上の学習プランに基づいて、日本語を継続的に学びます。	
年 ____月 ____日	
技能実習生の署名	
<small>(※)「日本語能力試験等受験予定」は、半年に1回以上受験機会を確保するように配慮すること。</small>	

「日本語学習プラン」の提出後、第2号技能実習期間中に、技能実習生が日本語能力試験N3等に合格した場合は、「日本語要件申告書」(介護参考様式第14号)と試験の成績証明書等を提出します。

③第3号技能実習生の場合

第3号技能実習生は、必ず**N3程度**以上の日本語能力を有する必要があるため、日本語能力を証する試験の合格証や成績表の写しを提出します。

5 技能実習を行わせる事業所の要件を確認する

介護職種の技能実習を行わせる事業所は、介護福祉士国家試験の受験資格の認定において実務経験として認められる介護等の業務に従事させることができる事業所であることが求められています。ただし、**訪問系の介護施設は認められていません。**

また、経営が一定程度安定している事業所において技能実習が行われることを担保するため、技能実習を行わせる事業所は、**開設後3年を経過**していることが必要です。

計画認定申請書類としては、「技能実習を行わせる事業所の概要書」(介護参考様式第8号)と事業所の技能実習内容に関する施設・事業の類型がわかる自治体発行の指定通知書等の写しを提出します。「技能実習を行わせる事業所の概要書」(介護参考様式第8号)には、技能実習生を受け入れる事業所の類型や常勤介護職員数、技能実習指導員数などを記載します。また、技能実習を行わせる事業所の概要書の②施設・事業の類型欄には施設種別コードを記載しますが、事業所が複数の施設種別コードを持っていたとしても、技能実習を行おうとする事業所のみを記載するため、種別コードは1つのみを記載する点に注意します。

技能実習を行わせる事業所の概要書
(介護参考様式第8号)

介護参考様式第8号(告示第2条及び第3条関係) (日本産業規格A列4)

技能実習を行わせる事業所の概要書

作成日： 年 月 日
申請者(実習実施者)：

1 事業所の概要

①名称	
②施設・事業の類型	種別コード： _____ (施設種別コード表(別紙)より選択)
③指定等を受けた行政庁	
④現在受け入れている技能実習生の数	第1号 _____ 人 第2号 _____ 人 第3号 _____ 人
⑤常勤の介護職員の数	合計 _____ 人
⑥技能実習指導員の数	合計 _____ 人

(注意)

1 ②は、③に記載した種別コードに対応する施設・事業の指定等を受けた行政庁
2 ②は、申請書提出日より前記の通り記入する。申請書提出後、継続的に雇用されている職員であって、介護等をもたらる実態とする者を事業所ごとに算出した数を記載すること。
3 ②に記載した人数中の技能実習指導員の人数等(申請書様式第1-1号)、技能実習指導員の兼任承認書及び誓約書(申請書様式第1-7号)及び技能実習指導員の常勤性が確認できる書類を添付すること。

2 その他特記事項

6 押印の要・不要を確認する

外国人の技能実習の適正な実施および技能実習生の保護に関する法律施行規則の一部を改正する省令を受けて、2020年12月25日より、監理団体・実習実施者等が提出する申請書、届出書、報告書等において、監理団体・実習実施者等が行う押印が不要となりました。介護職種の技能実習計画認定申請において必要な介護参考様式についても、押印が不要となった書類があります。押印が不要となった様式については、JITCOホームページの「お知らせ」欄にある2021年1月12日付け「お知らせ」を参照下さい。なお、改正前の旧様式(印マークがある様式)は、当分の間、新様式によるものとみなす取扱いとなりますので、引き続き、ご利用いただけます。

なお近日、JITCO教材センターより『技能実習計画認定関係諸申請 記載例集(第2版:介護編)(仮)』を販売いたします。本稿で紹介した事項の他にも、介護職種の技能実習計画認定申請書類の記載例やその解説をわかりやすくまとめております。ぜひご利用ください。

■本稿に関するお問合せ先

申請支援部支援第一課(技能実習班)

03-4306-1130/1131

外国人材の受入れに関する Q&A

技能実習法が2017年に施行されて以来、監理団体の許可数も3千を超えています。新規に許可を得た監理団体や、新たに技能実習担当として配属された職員の方から、基本のご相談も多く寄せられています。新年度を迎えるにあたり、寄せられたご相談の中から基本的な事例をご紹介します。

Q1 初めて技能実習生を受け入れることになりました。受入れを開始した時に外国人技能実習機構（以下、OTIT）へ提出する書類はありますか。

A1 実習実施者は、初めて技能実習を開始した時に、遅滞なく、OTITの地方事務所・支所の認定課に「実習実施者届出書（別記様式第7号）」を提出する必要があります。ただし、この届出を提出するのは実習実施者において初めての受入れ時のみで、2回目以降の技能実習生受入れの際は提出不要です。なお、届出が受理された場合には、「実習実施者届出受理番号」が交付され、当該番号は今後の申請や届出の際に必要なとなりますので大切に保管してください。

Q2 技能実習生の受入れを検討している企業です。当社には派遣社員が数名在籍していますが、その社員を受入れ人数枠の算定の基となる常勤の職員として含めることは可能ですか。

A2 基本人数枠の基になる「常勤職員」とは、実習実施者に継続的に雇用されている職員のことをいいます。派遣社員は、派遣元企業と雇用契約を結び、派遣先企業で就労します。実習実施者と直接雇用契約を結んでいませんので、派遣社員を「常勤職員」に含めて数えることはできません。

Q3 監理団体の職員です。新たに技能実習担当として配属され、技能実習生の入国後講習の予定表を作成しています。入国後講習の科目について、技能実習法では4科目定められていますが、各科目の時間数は決まっていますか。また、使用する教材に指定はありますか。

A3 入国後講習4科目のうち、「法的保護に必要な情報」科目は、①技能実習法令②入管法令③労働関係法令④その他法的保護に必要な情報 について

少なくとも各2時間ずつ実施することを目安とし、合計8時間実施する必要があります。通訳を付して実施する場合は、通訳に要する時間を考慮して当該内容を実施することが必要です。

その他の3科目は、各科目の時間数は細かく定められていません。技能実習生の個々の能力や、技能等を修得するために必要な知識の程度によって、要する科目の時間数が異なりますので、団体監理型技能実習においては、監理団体が適宜定めることが可能です。

ただし介護職種に関しては、科目ごとの時間数が細かく定められています。介護職種の運用要領で確認のうえ、時間数の設定を行うようにします。

教材は、自動車整備職種に関しては定められていますので、当該職種の運用要領をご確認ください。その他の職種はとくに指定はありませんが、「本邦での生活一般に関する知識」および「法的保護に必要な情報」の科目においては、技能実習手帳を教材の1つとして必ず使用することが求められています。

Q4 当監理団体の技能実習生が、帰国便の都合で技能実習計画満了より数日早めに帰国予定です。当初の計画から日程を変更して帰国することとなりますが、OTITへの届出は必要ですか。

A4 ご相談のケース（帰国便の都合）等、技能実習期間の満了まで技能実習を行わせられないことについて、やむを得ない事情があり、かつ、技能実習生の意に反するものでないことを確認できる場合は、技能実習実施困難時届出書等の届出は不要です。

ただし、「技能実習期間満了前の帰国についての申告書（参考様式第1-40号）」等により、技能実習生本人の帰国の意思確認を十分に行い、やむを得ない事情があったことを記録しておく必要があります。

■本稿に関するお問合せ先
実習支援部相談課 03-4306-1160

JITCOの教材のご案内



教材のオンラインショップを開設しました

JITCOでは2021年4月より、ウェブサイト上で教材の購入お申込みができる「JITCO 教材オンラインショップ」を開設しました。より気軽に簡単に教材を検索・ご注文いただけます。ぜひご利用ください。

JITCO 教材オンラインショップ

<https://onlineshop.jitco.or.jp>

JITCO ホームページ(<https://www.jitco.or.jp/>)からもアクセスできます



「JITCO 教材オンラインショップ」の特徴

PC・スマホから、いつでも注文・検索可能!

パソコンやスマートフォンから手軽に購入手続きが可能です。また教材名やジャンル別(制度解説、運用要領、記載例集、法的保護講習用教材、日本語教育関連教材、職種別テキスト、映像教材等)、言語等の要素を入力して検索できます。

教材の情報が充実!

- 教材の概要、価格、サイズ(判型)、ページ数等の詳細情報を確認できます。
- 新刊のご紹介やJITCOからのおすすめ教材、購入ランキング等を掲載します。
- 各言語版の有無が一目でわかります。

「試し読み」機能付き!

教材の内容を抜粋で見ることができる“試し読み”機能を付加しました。本を手にとってページをめくる感覚で操作ができます。内容を事前に確認してからご注文いただけます。

ご購入・ご請求の手順

- 1 目的の教材を検索後、冊数・賛助会員/一般・言語(※多言語教材)を選択してカートに入れます。

※JITCO 賛助会員は「賛助会員/一般」で「賛助会員」を選択してください。会員割引を適用した価格が表示されます。

※他の教材の購入を続ける場合は、カートに入れた後、「買い物続ける」をクリックします。

- 2 「ご購入手続きに進む」からご注文者情報を入力すると、教材代金の他、割引や送料も含めた代金が表示されますので、ご確認の上、注文を確定してください。

- 3 ご請求書を教材に同梱して発送いたします。この請求書に基づき、後日、代金をお振り込みください。

※JITCO 賛助会員以外の方は、注文時に決済方法(銀行振込み、クレジットカード払いもしくはコンビニエンスストア払い)を選択・実行してください。お支払い確認後に教材を発送いたします。



ご注意

教材オンラインショップ開設にともない、ファックスもしくはメールでの購入申し込みの受付は原則的に廃止いたします。教材オンラインショップよりご購入くださいますよう、お願い申し上げます。

8年ぶりの大改訂です

新刊本

外国人技能実習生・特定技能外国人必携「日本の生活案内」(新訂版)

B5判 222ページ

- 中国語、英語、インドネシア語、ベトナム語、タイ語、フィリピン語の各言語版
定価:2,530円(本体2,300円+税10%)(賛助会員は3割引)
- カンボジア語、モンゴル語の各言語版
定価:2,750円(本体2,500円+税)(賛助会員は3割引)

初めて日本で暮らすことになる外国人技能実習生の生活ガイダンスで活用していただき、ご好評をいただいている「日本の生活案内」が、装いも新たに8年ぶりに生まれ変わりました。併せて、しばらくぶりに日本で生活することになる特定技能外国人の方にも活用していただけるよう、内容を充実しました。

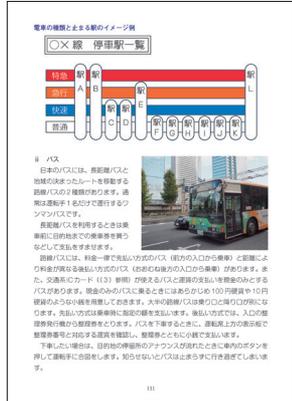
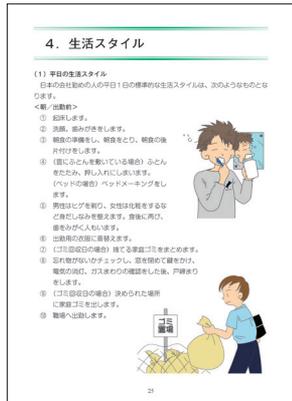
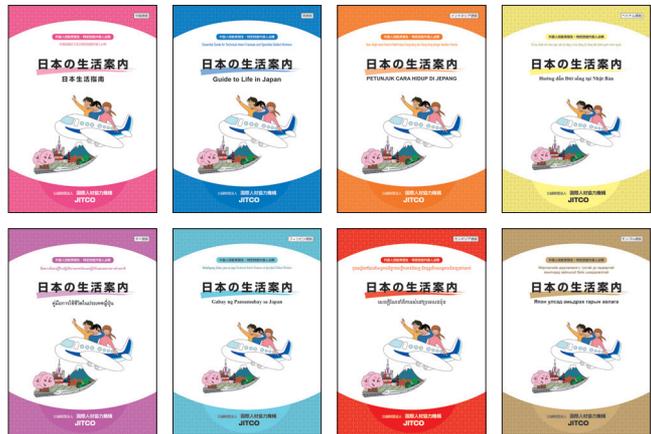
日本の生活にいち早く適応するために最低限、知らなければならない様々な情報を日本語(左ページ)と母国語(右ページ)との対訳形式でまとめています。例えば、住宅の利用の仕方や食事のエチケット、ゴミの出し方、ショッピング時の注意、一般的な交通ルールや自転車の正しい乗り方等、生活ルールや社会マナーをカラーのイラスト・写真を多用して具体的に紹介しています。また病気になってしまった時に、病院で症状等を説明するために必要な患部別の用語や応答文を約200例収録しています。

今回の改訂では、記述内容や各種のデータ等を書き換えるとともに、住民基本台帳制度やマイナンバー制度等の新しくできた制度の解説、デジタル社会への対応や感染症への注意といった最新の情報も盛り込みました。

なお、本のサイズを従来のA5判からB5判へと大型化したことにより、文字や一新したイラスト・写真も見やすくなりました。文字間や行間に余裕を持たせたことで書き込みがしやすくなり、日本語の勉強にも活用していただけます。

今回、8ヶ国語版(中国語、英語、インドネシア語、ベトナム語、タイ語、フィリピン語、カンボジア語、モンゴル語)をそろえました。今後、他の言語版の「日本の生活案内」も順次、新訂版に切り替える予定ですが、しばらくはA5判の現行版の販売を継続します。

ぜひ、技能実習生や特定技能外国人の一人ひとりに配布してご利用ください。



教材の詳細については、教材オンラインショップ <https://onlineshop.jitco.or.jp/> をご覧ください。

【教材に関するお問合せ先】 JITCO教材センター

TEL : 03-4306-1110 E-mail : publication_center@jitco.or.jp



私の国のお米の文化

昨春に始まったコロナ禍により外食の機会が減り、原点回帰として家庭料理が注目されています。日本食を古くから支えてきたのは主食であるお米ですが、お米の文化は技能実習生の多いアジアの国々との共通点のひとつでもあります。各国のお米にまつわる歴史、文化、エピソードをご紹介します。



Vietnam【ベトナム】

ファム・ラン・アイン(元 JITCO 母国語相談スタッフ)

米を挽いた「米粉」が食文化の中心です

水稻の歴史が長いベトナムにとって、日本と同じように、お米は生活に欠かせない穀物の一つです。フランス植民地時代に小麦がもたらされ、パンや小麦で作った食品も珍しくはありませんが、基本的にベトナム人は朝・昼・晩の一日3食、白いご飯を食べるのが当たり前です。それは赤ちゃんの時からで、だれもが、米を挽いた粉、いわゆる「米粉」(こめこ、べいふん)から作られる「離乳粥」を食べて育ちます。離乳粥は、野菜や肉のスープに米粉を煮溶かして作るのですが、ベトナムではだいたい1歳になるまでこのお粥を食べさせるのが普通です。今では見かけなくなりましたが、私が小さかった頃は、「Xay bột trẻ em」(サイ・ボット・チェー・エム)という米粉専門の製粉店がどこにでもあり、自分でお米を店に持ち込んで製粉してもらっていました。成長してからもお米は食の中心にあり、一昔前までは都会に住む一般家庭では、家族全員が家で白いご飯を食べてから学校や職場に出かけたものでした。私も大学生時代は、前の晩に残ったご飯を炒めて作ったチャーハンをお弁当箱につめてお昼ご飯にしていたものです。

現在のベトナムでは、お米の使われ方、食べ方はさまざまです。人々が朝ご飯として街角の店で食べるフォーやビーフン、生春巻 Bánh cuốn (バイン・クオン)、肉と豆の入った塩味の団子 Bánh nếp (バイン・ネップ)、有名な南部のベトナム風お好み焼き Bánh xèo (バイン・セオ)などは、すべて米粉から作られた食べ物です。ベトナムの旧正月の伝統的な食べ物であるベトナム風ちまき Bánh chưng (バインチュン) やお

餅 Bánh giày (バインザイ) は、もち米から作られます。おやつには和菓子と同じような団子 Bánh trôi (バイン・チョイ) や煎餅 Bánh đa (バイン・ダー) もあります。

そのようなベトナムですが、戦争や混乱が長く続いた時代には、他の国からの援助があっても米は不足し、白いご飯をお腹いっぱい食べることは夢でした。その後、ドイモイという経済政策が始まり、30年余りが経った今、ベトナムの米輸出货量は2020年7月時点でタイを抜いて世界第2位になったそうです(ベトナム税関総局の統計値による)。品種改良もなされ、新たなおいしい米が次から次と発明されています。お米を買うときに「〇〇という品種のほうがおいしそうだ」など、食べたい米を選べる時代がやってきたのです。

私の母は生前、「Com tẻ là mẹ ruột」(白いご飯は五臓六腑の育ての親)とよく言っていました。小さい頃はその意味がわかりませんでしたが、大人になって「お米のでんぷんはゆっくり分解するので腹持ちがよい」という意味だとわかりました。若い人はダイエットのためにでんぷん(糖質)を控える傾向がありますが、私はご飯をきちんと食べたほうが効果的ではないかと思います。ご飯は腹持ちが良いのですから、間食をする必要のない健康的なダイエット食になるのではないのでしょうか。

ところで、最近知ってとても驚いたのが、鹿児島県周辺にある「あく巻き」というお菓子です。もち米を木や竹の灰汁(あく)に浸してから竹の皮で包み、灰汁で数時間煮たものなのですが、これはベトナムの Bánh tro (バイン・チョー) とまったく同じ食べ物です。国と国が離れていても、稲作の文化から生まれた食は似ることもあるのは、けして不思議なことではないと思います。



China [中国]

羌 国華(元JITCO 母国語相談スタッフ)

歴史と気候風土によって育まれた 伝統的な米料理

私の故郷である中国・江南地域(揚子江の南部)は、稲作に適したクリーク(小運河)が多く、「魚米の里」と呼ばれ、はるか昔から米を主食としています。その証しに、司馬遷による歴史書『史記』(紀元前91年頃)に「楚越之地……飯稻羹魚」(湖北、湖南、重慶、河南辺りと浙江省周辺は米と魚を食べている)と書かれています。また1970年代には浙江省の河姆渡遺跡で7,000年前もの稲が発見されました。

歴史の古い中国の米料理は、旧曆にちなんだ季節の行事食がたくさんあります。中国で食べるお米は日本と同じうるち米ともち米です。日常的に食べるのはうるち米で、節句にはもち米の料理が中心です。例えば、私の故郷の江南地域では、旧曆1月15日の元宵節に「湯円」(ゆえん)というもち団子を、旧曆5月5日の端午の節句には、「粽」(ちまき)を食べます。浙江省北部の湖州市や東部の嘉興市も粽で有名です。さらに旧曆9月9日の重陽節には、餅に餡を挟んで蒸しあげた餅菓子や、冬至にはやはり団子を、12月8日には「臘八粥」(ナツメ、小豆、ササゲ、リュウガン、蓮の実、落花生、黒米、ハトムギで作る甘い粥)を食べると、病気を予防して長生きできると言われています。

さらに歴史を遡ると、揚子江流域の江蘇省、上海と浙江省地域は、米を原料とする醸造酒の産地として発展してきました。それぞれの地域で作られる地酒「黄酒」は、日本の清酒がうるち米で作られるのに対し、もち米が原料です。江蘇省丹陽市をはじめ、浙江省紹興市(いわゆる紹興酒)、上海市の老酒(黄酒を長期熟成したもの)が有名で、ご存じの方もいることでしょう。黄酒は料理酒としてもよく使われています。

お米にまつわる四季の料理と酒をご紹介しましたが、あらためて中国の特徴として、南方が米、北方は小麦と主食が大別されます。私は修士課程を北京で勉強したのですが、実際に、南方の大学食堂ではお米料理が多いのに対し、北方の大学食堂では小麦料理が中心でした。とはいえ北方でも米を作らないわけではありません。天津の小站米、東北の延辺香米、

北京の南苑米・西苑米等は、朝廷への献上物としてよく知られてきました。

社会人になってから、中部～南部には変わった色付きの米が多く、雲南省石屏県の紫米、貴州省玉屏の黒米、江蘇省常熟の紫の餅米等を知りました。また仕事や旅行で各地に足を運び、雲南省で「雲南米線」(米粉から作るヌードル)を、湖南省では小さな村に伝わる「米豆腐」等のお米の名物料理に出会いました。香港や広東省では、お米や米漿(ライスミルク)で作ったヌードルの一種「腸粉」、米粉のお粥を食べたものです。

中国は広大であり、地域により気候風土に合ったお米があり、美味は枚挙に暇がないことがよく分かるのではないのでしょうか。



Philippines [フィリピン]

畠山 エルサ(JITCO 母国語業務委託スタッフ)

日本を超えるお米の消費国であり輸入国です

東アジアと東南アジア諸国の人々はお米が好きで主食にご飯を食べています。特に日本人はお米に対する嗜好性が高く、コシヒカリやササニシキ等、おいしいブランド米を生みだしてきました。でも、お米が大好きと言うことではフィリピン人も日本人に負けてはいません。お米の生産量と消費量で見ると日本より勝っています。2019年の国内消費量を比べてみるとフィリピンは1,440万トン、対して日本は840万トンでした。この数値を両国の人口で割ってみると、フィリピン人1人当たり年間約134.5kg、日本人は約67.6kgで、フィリピン人は日本人の約2倍のお米を食べていることとなります。この数字には、日本人の主食が多様化してお米以外にも麺類やパン等を食べるのに対して、フィリピンは、朝食はパン派と言う人が増えてきているものの、まだまだ朝・昼・夜の三食はお米に限ると言う人がほとんどであることが表れています。

こんなにたくさんのお米を食べるフィリピンですから、お米の生産に関しては国の農業政策でも最も重要視されていて、1980年頃には自給率100%を達成しました。それでも



1990年台に入ると経済成長と人口の増加によって自給率が下がり始め、お米の生産量世界第7位にもかかわらず、海外から米を輸入しなければならなくなり、2018年には中国を抜いて世界第1位のお米の輸入大国になっています。

では、フィリピンの家庭の食事はどんなものかと言うと、日本とそんなに変わらないと思います。例えば朝食は、昨夜の食事のおかずを温め直し、目玉焼きにソーセージやフライドフィッシュとご飯で済ませて仕事や学校にでかけます。ちなみに、フィリピンで食べられるお米は、日本の短粒種のジャポニカ米とは異なり、長粒種のインディカ米です。食べ方はお皿にご飯とおかずをのせ、スープやソースをご飯にかけて、右手にスプーン、左手にフォークで混ぜるようにして食べます。箸は使いません。と言うより、インディカ米はパラパラと粘り気がないので箸では食べられないのです。家でシーフードやバーベキュー等を食べる時はご飯も手で食べることもあります。

外食風景では、日本では見ることが出来ないものがあります。それは、ハンバーガーやチキン等のファストフードショップにも「ご飯もの」のセットがあり、一番人気であることです。フィリピンの国民食ともいえる人気No1ファストフード「ジョリビー」では、看板メニューは衣がサクサクのフライドチキン1ピース、ご飯の大盛、ドリンクのセットで99ペソ(約215円)です。「マクドナルド」にもハンバーガーのパン生地の代わりにフライドライスを使ったライスバーガーがあります。価格もリーズナブルでフィリピン人に愛されています。

さて、フィリピンにはお米に関するユネスコの世界遺産もあります。それは1995年に世界文化遺産に登録されたバナウェ「コルディレラのライステラス」で、ルソン島北部の山岳地帯の中にあります。約2,000年の歴史を継承する「棚田」で日本人にもなじむ風景だと思います。田植え時期は1月～2月、収穫期が6月～9月で、マニラからはバスで10時間とかなり遠いですが、一見の価値があります。新型コロナウイルス感染症が静まって海外渡航が解禁されたら、ぜひ訪ねてみてください。バナウェのライステラスを観光し、地産地消でご飯を食べると一段とおいしく感じるができると思います。



Indonesia【インドネシア】

秋谷 恭子(JITCO 母国語業務委託スタッフ)

日常にもハレの日にも欠かせない インドネシアのちまき「クトゥパット」

「白米を食べないと、食事をした気にならない!」と話す、大の白米好きのインドネシア人。

インドネシアの米料理はバリエーションが豊富で、ただ炊飯器で炊いたり、具材を炊き込みしたり、ご飯と具材を一緒に炒める調理法(認知度が高いNasi Goreng ナシ ゴレン)以外にも、生米や炊いたご飯を植物の葉で包み込んで蒸したり、茹でる調理法があります。

この「蒸す・茹でる」調理法は東南アジア一帯で見取ることができですが、日本人にも馴染みがあるとすると、もち米と具材を竹の皮で包んで蒸した中華料理の粽(ちまき)でしょうか? インドネシアでは、若いヤシの葉やパンダナスリーフ(熱帯に生息する、香りづけに使われるハーブ)で編まれた小さなこぶし大のかご(総称はJanur ジャヌール)に米を入れ、茹で上げたKetupat(クトゥパット)や、米飯をバナナの葉に包んで蒸したlongtong(ロントン)など、紹介しきれないほど多く存在します。今回はクトゥパットをご紹介します。

クトゥパットは、植物の葉で米を包んで密閉した後、茹で上げて冷まし、風通しのよい涼しい場所に吊るすことで、3日程度の保存を可能にした保存食です。街で見かける屋台Kakilima(カキリマ)には、クトゥパットがぶら下げられていて、注文に応じて利用されます。食品が腐敗しやすい熱帯の環境下で生まれた知恵で、もともとは火を起こすことが難しい船上用の保存食であったと聞いたこともあります。

クトゥパットの加工過程は、米を包むための植物の葉の採取から始まり、葉の加工や難しい編む作業を経るなど、調理まで時間を要し、大変手が込んでいます。現代では、市場で出来上がったものを買ひ、購入後は冷蔵庫で1週間程度を目安に保存し、食べる直前に蒸しなおすようです。

調理には、まずナイフやハサミでジャヌールを切り開き、米の塊を取り出します。表面には葉の色素が移り、米粒の形も残っていますが、冷めても、お餅のように堅くなることはあ

りません。クトゥパット自体には味付けをしないので、ほとんど無味です。これを一口大に切り、中心が窪んだ皿に盛りつけ、煮込んだ具沢山のスープをかけて、具材をトッピングしていただきます。スープを含ませると、絶妙な歯ごたえで、口の中でほどけていきます。合わせるスープは地方によって特色があり、様々なご当地メニューとして確立しているようです。わたしの知る限りで代表的なクトゥパット料理には、野菜を煮込んだスープをかけた Ketupat Sayur や、揚げ豆腐と野菜の煮込みスープをかけた Ketupat tahu などがあります。

ちなみにこのクトゥパットは、インドネシアのイスラム教徒にとって縁起の良い食材でもあります。約1ヶ月続く断食月(Ramadhan ラマダン)の終わりに催される「大祭」で食べられる、ハレの日のメニューの一つだからです。断食期間の中頃から、手作りする家庭向けに、先ほど紹介したジャヌールが市場に並ぶようになります。またお祝い気分が盛り上がるシチュエーションにはクトゥパットやそのイラストが様々な物に添えられます。クトゥパットは特別な季節を感じとることができる、熱帯の風物詩の一つといえるでしょう。



Thailand [タイ]

小森 里江子(元 JITCO 国際部母国語スタッフ)

タイ料理を引き立てる2つのお米 「カオスワイ」と「カオニャン」

日本でもすっかりおなじみになったタイ料理ですが、皆さまはタイ料理に使われるお米が大きく分けて2種類あることはご存知でしょうか？ 今回は、その2種類のお米についてとその食べ方についてお話ししたいと思います。

まずご紹介するのが「カオスワイ」、いわゆるインディカ米です。日本のお米と比べると、粒が長く、粘りが弱いことが特徴です。平均気温の高い地域で栽培されることが多いため、日本にいるとあまり目にしませんが、実はインディカ米は世界におけるお米の生産量の80%以上を占めており、世界ではメジャーなお米です。粘り気が弱いのに加え、香りがあまりし

ないため、パエリアやチャーハンなど、ご飯に味をつける料理に適しています。タイ料理では、グリーンカレーやトムヤムクンなどの汁物や、ガパオライス、カオマンガイ(チキンライス)などに使われるお米です。インディカマイの中でも最高品種として知られているのが「ジャスミンライス」です。ココナッツのような甘やかな香りと味わいで、タイはもちろん中国でも大人気となっています。

2つ目にご紹介するのは「カオニャオ」で、日本で言うもち米です。先に紹介したインディカ米は、タイ米の代表のような存在ではありませんが、もち米も負けていません。もち米はタイではイサーン地方などの東北部で多く食べられてきました。やがて、ソムタム(パパイアのサラダ)やガイヤーン(タイの焼き鳥)などの東北地方の料理が広まり、相性のよいもち米も全国で食べられるようになりました。インディカ米と比べて水分が少ないため比較的長く保存でき、かつ香り高いことが特徴です。もち米は東北地方特有の塩辛い味付けの料理ととてもよく合いますので、タイ料理を食べに行った際に見かけたら、頼んでみていただきたいです。

さて本稿を書くにあたって、タイ米と日本の意外な関係について知りました。1993年の冷夏を発端として日本で始まった深刻な米不足、いわゆる“平成の米騒動”です。筆者が生まれる前のことですが、読者の皆さまの中にはよく覚えていらっしゃる方も多いのではないのでしょうか。当時、日本政府はタイから大量のインディカ米を輸入しました。日本ではまだタイ料理が浸透しておらず、調理方法もあまり普及していなかったため、おいしく食べようと様々な試行錯誤がなされたこと、それでも「おいしくない」という声がたくさんあったと聞きます。現在なら、インターネットで調べれば、インディカ米と合うおかずやおいしい炊き方などの情報がたくさん出てきます。当時苦手だった方も、ぜひまたチャレンジしていただければと思います。

両国のお米をたくさん食べてきた筆者ですが、やはり和食には日本のお米、タイ料理にはタイ米が一番だと思っています。しかし、例えばチャーハンなどはパラパラした水分の少ないインディカ米の方が意外に美味しく作れたりするので、ぜひ皆様のご家庭でも積極的に取り入れて欲しいです。



賛助会費請求書、点検・提出・取次料請求書の公印省略について

この度、リモートワーク導入企業の増加による各種書類の電子化や脱ハンコへの社会的な取組みを背景に、当機構でも賛助会費および点検・提出・取次料請求書の公印を以下のとおり省略いたします。ご理解とご協力のほど、お願い申し上げます。

■公印廃止日

- 郵送請求書(紙面) ……………2021年4月1日
- WEB請求書(Webサイト) ……………2021年3月1日

※WEB請求書は先般ご案内した新サービスで2021年2月25日にリリースしております。

詳しくはJITCOホームページ <https://www.jitco.or.jp> をご覧ください。

「JITCOサポートヘルプデスク」をご活用ください

JITCO 総合支援システム「JITCO サポート」のご利用にあたり、ご利用者様の利便性向上を目的として「JITCO サポートヘルプデスク」を開設しています。ヘルプデスクでは、JITCOサポートに関するご不明な点(操作方法など)について専任のスタッフが回答いたしますので、是非、お気軽にご利用ください。なお、お問い合わせ内容によっては、ヘルプデスク担当者から折り返しご連絡させていただく場合がありますので、ご了承ください。

▶ JITCO サポート
ヘルプデスク

電話番号

フリーダイヤル

0120-660-798

(携帯電話からもご利用いただけます)

ご利用時間

平日9時から17時まで

(土日、祝日を除く)

JITCOの養成講習および各種セミナーのご案内

詳細とお申込みは、こちらから
<https://www.jitco.or.jp/ja/seminar/>

JITCO では、外国人材の受入れに関する各種セミナーや、技能実習法に基づく養成講習を開催しております。詳細とお申込みは、JITCO ホームページのセミナーページをご確認ください。皆さまのご参加をお待ちしております。

セミナーカレンダー

	内容	場所	担当部	お問合せ先
4月	22日(木) 技能実習制度説明会	東京都(JITCO本部)	実習支援部相談課	03-4306-1160
5月	13日(木) 技能実習制度説明会	東京都(JITCO本部)	実習支援部相談課	03-4306-1160
	19日(水) 外国人材受入れセミナー(取次制度)	東京都(JITCO本部)	講習業務部業務課	03-4306-1126
6月	27日(木) 在留資格「特定技能」に係る制度説明会	東京都(JITCO本部)	実習支援部相談課	03-4306-1160
	3日(木) 技能実習制度説明会	東京都(JITCO本部)	実習支援部相談課	03-4306-1160
	18日(金) 「わかりやすい日本語」話し方セミナー	東京都(JITCO本部)	講習業務部業務課	03-4306-1168
	25日(金) 技能実習生受入れ実務セミナー(団体監理型)	東京都(JITCO本部)	講習業務部業務課	03-4306-1138

※2021年3月5日時点。開催情報は追加・変更することがございます。

※お申込み受付を開始しているセミナーについては、すでに満席となっている場合がございますがご容赦ください。

※技能実習法に基づく養成講習も実施しております。詳細は上記セミナーページをご覧ください。



かけはし(JITCO JOURNAL) 第30巻145号

発行日 2021年(令和3年)4月1日

発行 **公益財団法人 国際人材協力機構** 〒108-0023 東京都港区芝浦2-11-5 五十嵐ビルディング(受付11階)

企画編集 総務部 広報室 Tel:03-4306-1166 Fax:03-4306-1112

E-mail:kouhou@jitco.or.jp JITCOホームページ <https://www.jitco.or.jp/>



外国人技能実習生を受け入れる体制作り

割安な保険料・充実した補償の保険

外国人技能実習生総合保険(海外旅行傷害保険)のご案内

- 1 講習期間を含む実習実施期間中の全期間をカバーする保険**
在留資格の変更に伴う保険加入漏れを防ぐことができます。
- 2 本国出国から一定期間は治療費用を100%補償**
国民健康保険、健康保険等の社会保険が適用になるまでの間も補償されます。

- 3 日常生活での第三者への損害賠償責任を補償**
自転車運転中の交通事故に伴い、法律上の損害賠償責任を負った場合も保険金をお支払いします。**(示談交渉サービス付)**
- 4 割引が適用された割安な保険料**
公益財団法人国際人材協力機構(JITCO)が窓口となるので割安な保険料になります。

NEW!



タイプ	保 険 金 額				保 険 料		保 険 料		
	傷 害		疾 病				賠償責任	救援者費用	治療費用
	死亡・後遺障害	治療費用	死 亡	治療費用					100%補償期間
1	1,000万円	100万円	1,000万円	100万円	1億円	300万円	15日	13,330円	30,020円
							1か月	13,810円	30,500円
							2か月	14,070円	30,950円
2	1,500万円	100万円	1,500万円	100万円	1億円	300万円	15日	17,340円	39,210円
							1か月	17,910円	39,810円
							2か月	18,130円	40,250円
3	2,000万円	100万円	2,000万円	100万円	1億円	300万円	15日	20,840円	47,310円
							1か月	21,460円	47,960円
							2か月	21,630円	48,400円
4	3,000万円	100万円	3,000万円	100万円	1億円	300万円	15日	27,840円	63,510円
							1か月	28,560円	64,260円
							2か月	28,630円	64,700円
K	1,000万円	70万円	1,000万円	70万円	5,000万円	200万円	15日	11,140円	25,030円
							1か月	11,430円	25,340円
							2か月	11,610円	25,680円
A	700万円	100万円	700万円	100万円	3,000万円	200万円	15日	10,720円	23,900円
							1か月	11,130円	24,320円
							2か月	11,380円	24,720円
C	1,500万円	100万円	1,500万円	100万円	3,000万円	200万円	15日	17,070円	38,610円
							1か月	17,650円	39,210円
							2か月	17,860円	39,640円

(注1) 保険料は、ご加入の被保険者数により変更される場合があります。
 (注2) 他の保険期間でのご加入希望の場合は、株式会社国際研修サービスにお問い合わせください。
 ※保険金をお支払いする場合、保険金のお支払額、保険金をお支払いしない主な場合等については「パンフレット」等をご確認ください。
 ※この広告は外国人技能実習生総合保険の概要を記載したものです。ご加入にあたっては「重要事項説明書」をよくお読みください。また、詳しくは「パンフレット」等をご確認ください。
 ※これらの保険契約は共同保険に関する特約に基づく共同保険契約です。引受保険会社は、それぞれの引受割合または保険金額に応じ、連帯することなく単独別個に保険契約上の責任を負います。また、幹事保険会社は、他の引受保険会社の業務および事務の代理・代行を行います。引受保険会社は次のとおりです。(引受割合については(公財)国際人材協力機構までお問い合わせください。)
 三井住友海上(幹事会社)、損保ジャパン、東京海上日動、あいおいニッセイ同和

この機会にご検討ください。
 保険に関するお問い合わせは

WEB募集は
 こちらから **k-kenshu.net**

代理店・扱者(お問い合わせ先)
株式会社国際研修サービス
 TEL 03-3453-3700 FAX 03-3453-3703
 http://www.k-kenshu.co.jp/

随時受付中

技能実習Days

デイズ



JITCOホームページ内「技能実習Days」では、監理団体・実習実施者の皆さまからご提供いただいた技能実習生たちの日常を、写真とコメントで紹介しています。これまでホームページに掲載させていただいたものの中からピックアップした写真をお届けします。

※以下敬称略

協立建物管理株式会社

当社は、2回目の技能実習生を受け入れたところですが、新型コロナウイルス感染症の流行で技能実習生をどこにも連れて行けない状況が続いています。

こちらの写真は昨年4月、緊急事態宣言発令の前に、近くの黄金山(おうごんざん 広島市南区)でお花見をした時の写真です。

今年は経済が回復し、技能実習生たちが気持ちよく働けることを願っています。



株式会社サンユーフーズ

地域の交流センターで、私どものベトナム人技能実習生が講師となり、地域の方々を対象とした「ベトナム料理教室」を行いました。昨年は新型コロナウイルス感染症の流行で様々な行事が中止になりましたが、この日は笑顔あふれる交流ができました。技能実習生は、「ベトナムの伝統的な文化をもっともっと紹介したいです」と話していました。

異島電設株式会社

受入れをしている外国人技能実習生の2人が20歳になりました。本人たちの希望もあり、地域の成人式に参加しました。当日の衣装は会社から成人した2人へのお祝いとして、羽織・袴を準備しました。コロナ禍に加え、前日から雪が降り続いて心配でしたが、2人とも無事に参加でき本当に良かったです。



写真を掲載しませんか？ 応募要項はJITCOホームページをご覧ください。🌐 <https://www.jitco.or.jp/ja/days/>