

JENESYS2025 日本・ASEAN スポーツ（サッカー）×SDGs 交流の記録 （招へいプログラム）

1. プログラム概要

【目的・概要】

ASEAN 諸国の高校生等 88 名が、10 月 28 日から 11 月 4 日の間、サッカーを通じて、日本の地域社会とつながりながら、SDGs 達成に向けた意識を高めることを目的として訪日しました。一行は東京都、大阪府を訪問し、スポーツが地域社会に貢献できることを体験するとともに、様々な交流プログラムを通じて日本文化への理解を深め、相互理解と友好関係の強化を目指しました。

【参加者】ASEAN 諸国^{（注）}の高校生 合計 88 名

（内訳）各国 高校生 7 名、引率者 1 名

（注）インドネシア、カンボジア、シンガポール、タイ、東ティモール、フィリピン、ブルネイ、ベトナム、マレーシア、ミャンマー、ラオス

【訪問地】東京都 88 名、大阪府 88 名

【日程】

■ プレプログラム（オンライン事前学習）：

10 月 21 日（火曜日） 【来日前オリエンテーション】

来日までの指定期間 【課題学習（動画配信）】

「事前オリエンテーション」「南三陸町からのメッセージ」「日本語」

■ 招へいプログラム：

10 月 28 日（火曜日） 成田国際空港及び羽田空港より入国



【来日時オリエンテーション】

【表敬訪問】外務省 島田智明 外務大臣政務官

【テーマ関連講義】「ASEAN Football 4SDGs」



講師：ASEAN 事務局 教育・青年スポーツ局 プロジェクトアシスタント
ナーシャ・ナビラ・ヌルサブリナ 氏

10 月 29 日（水曜日）

【テーマ関連視察】JFA サッカー文化創造拠点「blue-ing!（ブルーイング）」



【テーマ関連講義】「Jリーグのサステナビリティについて」

講師：公益社団法人日本プロサッカーリーグ（Jリーグ）

辻井 隆行 執行役員（サステナビリティ領域担当）

東京都から大阪府へ移動

10 月 30 日（木曜日）

【視察】大阪城



【学校交流】大阪府立水都国際中学校・高等学校

- ・全体交流（歓迎式、パフォーマンス（水都国際生徒、訪日団）、記念撮影）
- ・グループに分かれて交流

Part 1 文化体験アクティビティ（書道、水墨画、剣道、ソーラン節、茶道）

Part 2 Suito Action Project for SDGs（SA）^{（注）}への参加（グループ別）

- ・振り返り（リフレクション）

（注）Suito Action Project for SDGs（SA）：SDGs への貢献を目指し、生徒それぞれの興味関心によって集まった中学 1 年～高校 3 年生の混成チームが、様々なアクションプロジェクトを行っています。それぞれのチームは 1 年間を通してプロジェクトを実施し、課題を発見し、活動成果の確認までを経験します。（水都国際中学・高等学校ウェブサイトより引用）

10 月 31 日（金曜日）



【テーマ関連視察・体験】株式会社ガンバ大阪

○ ガンバ大阪

- ・ スタジアム見学（パナソニック スタジアム 吹田）
- ・ クラブ紹介
- ・ ウォーキングフットボール、棒サッカー体験
- ・ 体験（たこ焼きづくり）

大阪府から東京都へ移動

11 月 1 日（土曜日）



【テーマ関連視察】国立競技場（SDGs 取り組みに関する施設見学）

【テーマ関連視察】試合観戦（2025 J リーグ YBC ルヴァンカップ決勝）

11 月 2 日（日曜日）



【視察・交流】国別都内視察（JENESYS 招へい・派遣同窓生による引率）

国別（11 か国）に分かれて都内視察

ブルネイ：早稲田大学（学園祭）、原宿、明治神宮、渋谷

カンボジア：上智大学（学園祭）、明治神宮、渋谷

インドネシア：増上寺、東京タワー、青山学院大学（学園祭）

ラオス：早稲田大学（学園祭）、渋谷、浅草

マレーシア：早稲田大学（学園祭）、神田明神

ミャンマー：早稲田大学（学園祭）、増上寺

フィリピン：浅草、早稲田大学（学園祭）

シンガポール：早稲田大学（学園祭）原宿、明治神宮、渋谷

タイ：浅草、上智大学（学園祭）、皇居、原宿

東ティモール：早稲田大学（学園祭）、浅草

ベトナム：上智大学（学園祭）、早稲田大学（学園祭）、明治神宮、原宿

11 月 3 日（月曜日）

【ワークショップ】報告会準備（訪日成果のとりまとめ、SNS 発信状況等確認、帰国後の活動計画（アクション・プラン）の作成）

【報告会】訪日成果・帰国後の活動計画発表

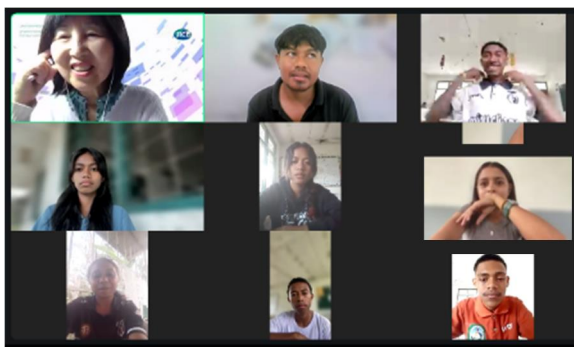
【歓送会】

11 月 4 日（火曜日）

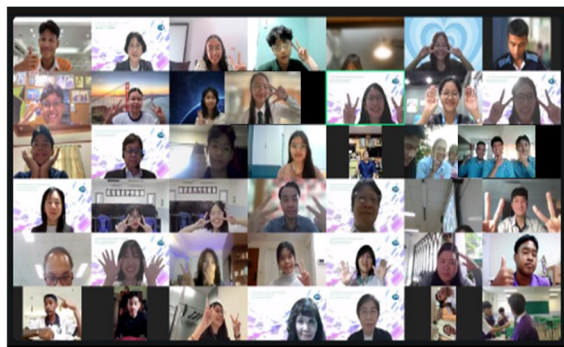
成田国際空港及び羽田空港より出国

2. 記録写真

プレプログラム（オンライン事前学習）



10月21日【来日前オリエンテーション】



10月21日【来日前オリエンテーション】集合写真

招へいプログラム



10月28日【表敬】外務省



10月28日【テーマ関連講義】ASEAN 事務局



10月29日【テーマ関連視察】blue-ing!



10月29日【テーマ関連講義】Jリーグ



10月30日【視察】大阪城



10月30日【学校交流】
大阪府立水都国際中学校・高等学校



10月30日【学校交流】
大阪府立水都国際中学校・高等学校

10月31日【テーマ関連視察・体験】ガンバ大阪



10月31日【テーマ関連視察・体験】ガンバ大阪

10月31日【テーマ関連視察・体験】ガンバ大阪



11月1日【テーマ関連視察】国立競技場

11月1日【テーマ関連視察】試合観戦



11月2日【視察】国別に分かれて視察（大学）

11月2日【視察】国別に分かれて視察（文化施設）



11月3日【報告会】



11月3日【報告会】



11月3日【報告会】集合写真



11月3日【歓送会】

3. 参加者の感想（抜粋）

◆ ブルネイ 高校生

交流プログラムでの経験で最も印象的だったのは、学校を訪問し、違う文化的背景を持つ学生たちと交流したことです。他国の教育制度が、創造力やチームワーク、多様性への尊重をどのように育んでいるかを見ることができ、大変刺激を受けました。また、教室での活動に参加したり、自分の文化について紹介したりすることで、自信を深め、コミュニケーション能力を向上させることもできました。サッカー関連視察では、革新的な技術や仕事に対する姿勢について学び、将来のキャリアについてよりグローバルな視点で考えるきっかけとなりました。

◆ カンボジア 高校生

さまざまな国から来た多くの人々と出会い、その文化について深く学ぶことができました。自分たちの文化を他の人々と共有し、互いに学び合う機会を持てることは素晴らしいです。

◆ **インドネシア 高校生**

訪日中の交流活動で私にとって最も良かった点は、地域の人々と直接交流する機会を得たことと、日本文化を実際に体感できたことです。規律、人を尊重する心、そして協力し合うことが日本人の生活においていかにコアとなっているかを、様々な視察と活動を通じて目の当たりにすることができました。今回のプログラム参加は、単に新しい場所を訪問するだけにとどまらず、日本を今のような先進国にした日本人の価値観や考え方を理解するきっかけになりました。

◆ **ラオス 高校生**

早稲田大学（学園祭）訪問では、様々なアクティビティがあり、とても新鮮な経験でした。各ブースで専攻について質問したり、ブースで売られている食べ物を試食したり、様々な展示会場を訪れたり、日本の学生によるアートパフォーマンスを見たりと、本当に刺激的で心に残る体験でした。

◆ **ラオス 高校生**

楽しく有益なアクティビティに参加し、見たり体験したりしたことで、新しい知識を得ることができました。SDGs のコンセプトが地域社会でどのように実践されているかを目の当たりにし、新たな視点を得て、今後の活動に活かすヒントを得ることができました。さらに、様々な分野の新しい友人と出会い、アイデアや経験を自由に交換する機会となりました。プログラムは、本当に楽しく価値ある議論に溢れていました。

◆ **マレーシア 高校生**

交流プログラムで最も印象的だったのは、日本の学生がとても礼儀正しく、協力的だったことです。学校生活や様々な活動を通して、チームワークや礼儀、責任感の大切さを学びました。企業訪問では、日本人が時間厳守で強い仕事の倫理観を持って働いていることに驚きました。

◆ **マレーシア 高校生**

交流プログラムで最も印象的だったのは、自国とはまったく異なる学習・活動の文化に身を置くことができた点です。学校交流のディスカッションでは、自信をもって自分の考えを発言している姿に驚きました。その姿に刺激を受け、私もより積極的に意見を発言しようと思うようになりました。

◆ **ミャンマー 高校生**

ガンバ大阪では、スポーツとサステナビリティがどのように結びつくのかを観察するという、とても貴重な経験をしました。効率的な水の使用、適切な廃棄物管理、清潔な施設システムについて学びました。ガンバ大阪の創造的で組織的な取り組みから、スポーツ施設が世界的な環境目標に貢献し、持続可能な社会づくりを促進できることを実感しました。

◆ **フィリピン 高校生**

訪れた場所はどれも素晴らしく感銘を受けましたが、なかでも特に印象に残ったのは水都国際高等学校への訪問でした。これまでポップカルチャーの中でしか見たことのないような日本の高校に、実際に足を踏み入れることができたのは、まさに夢のような体験でした。日本の学校文化は私たちのものとは大きく異なり、生徒たちは規律正しく、教室や廊下も常に清潔に保たれていて、みんなとの交流もとても温かく感じました。

◆ **フィリピン 高校生**

今回の訪問で最も印象的だったのは、プログラム全体を通して全てが効率的に進められたことです。全ての時間が厳守され、各プログラムは完璧に時間管理され、日本人の組織力と規律正しさに感銘を受けました。もう一つ感銘を受けたのは、日本人が持続可能な開発目標（SDGs）への関心の高さです。プログラム期間中及び日本滞在中、どこへ行っても SDGs への貢献が見られ、これは自国でもさらに推進し改善していきたいと強く思わせるものでした。

◆ **シンガポール 高校生**

ルヴァンカップが思い出に残っています。ファンは試合中ずっと応援歌などを歌い続けていましたが、片方のチームが応援歌を歌っている間、相手チームは邪魔をせずに拍手だけを送っていたのが印象的でした。スタジアム全体が本当に素晴らしい雰囲気になっていました。

◆ **シンガポール 引率者（教員）**

このプログラムはペース配分が良く、講義や視察、観光地を巡るツアー・自由時間などのバランス良く組み合わせられていました。プログラムに組み込まれていた場所（blue-ing!、パナソニックスタジアム、ルヴァンカップ等）は、いずれも今回のプログラムテーマである「スポーツ×SDGs」にとって非常に有意義なもので、サッカーが日本において如何に社会経済的目標の推進に大きな役割を果たしているか、知ることができました。

◆ **タイ 高校生**

ガンバ大阪にて SDGs の目標 17 に沿って、チームワークと協力について学びました。アジアで最高のリーグである J リーグのチームのスタジアムを訪れ、ガンバ大阪のスタッフと一緒にサッカーをする機会を得ました。この経験は一生忘れません。

◆ **東ティモール 高校生**

水都国際高校では、日本人学生と交流を通して、日本の教育システムを実際に体験することができました。学生の規律、創造性、そしてクラスの協力体制に感銘を受けました。また、東京の早稲田大学を訪問した際は、日本の高等教育や研究の質の高さに触れることができました。教授や学生たちとの出会いは、グローバルな視野を広げるきっかけを与えてくれるもので、将来的に学術交流に参加したい思いを強く抱くきっかけになりました。

◆ **東ティモール 引率者（教員）**

私は滞在中、日本の SDGs の取り組み、規律、チームワークを学んだことが最も印象に残っています。特に強く心に残ったのは、日常生活で行われている SDGs の取り組みについてです。日本に来る前に SDGs について理論では学んでいたものの、プログラムを通じて、実際に社会・学校・企業がどのように環境を守り、持続可能な取り組みを実行しているのかを見ることができました。ゴミの管理から省エネ対策や障害者支援の取り組みに至るまで日常生活に十分に組み込まれていることに驚きました。

◆ **ベトナム 高校生**

サッカーが持続可能な開発目標（SDGs）と非常に実践的な形で結びついていることに特に感銘を受けました。サッカーは単なるスポーツではなく、社会問題や環境問題への意識を高める手段でもあることに気づきました。この経験を通して、スポーツや社会活動に参加する際、他者を支援するような小さな行動が持続可能な社会の構築につながると確信しました。

4. **受入れ側の感想（抜粋）**

◆ **ガンバ大阪 担当者**

今回の受け入れを通じて、スポーツは国や言葉を超えて、近くなれることを改めて認識しました。たこ焼き体験等のローカルな体験で、日本の文化を伝えることができたと思います。訪日団の皆さんの笑顔を沢山見ることができて良かったです。

◆ 大阪府立水都国際中学校・高等学校 生徒

普段、海外の学生と会話する機会はほとんどなかったので、今回の交流はとても貴重な体験でした。私は書道の授業と一緒に受けたのですが、その際仲良くなったインドネシアの女子学生は書道をしたことがないと聞き、驚きました。話をしていて、同じアジアの国でも様々な文化の違いがあることを感じました。共通の話題としてアニメの話で盛り上がったことも印象に残っています。この経験を通して、よりアジアの他の国にも興味を持つことができました。そして、その国についてたくさん調べ、また交流できたときに今回よりもたくさん話せるようになりたいと思いました。

◆ 大阪府立水都国際中学校・高等学校 担当者

本校の生徒が積極的に、訪日団とコミュニケーションを楽しんでいたことがとても印象的でした。また積極的にコミュニケーションを取ることができる生徒たちであるということに対して、改めて自信をもつ機会となりました。

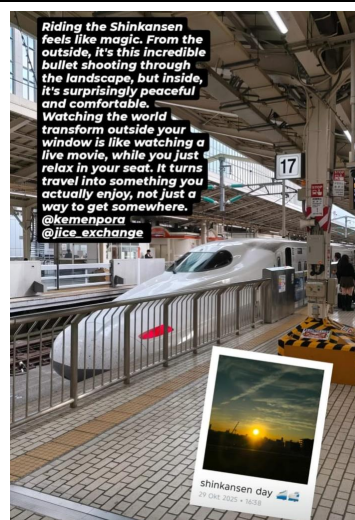
◆ JENESYS 同窓生（11月2日 都内視察・交流に参加）

今回の国際交流を通じて、異なる文化的背景を持つ人々と直接交流することの意義を改めて実感しました。コミュニケーションにおいては、言語能力そのものよりも、相手の考え方や価値観を理解しようとする姿勢が信頼関係の構築に不可欠であると感じました。ラオスの学生の皆さんと過ごす中で、互いの文化の違いを単なる比較として捉えるのではなく、それぞれの社会の成り立ちや生活様式を背景として理解することの大切さを学びました。

5. 参加者の対外発信（抜粋）、報道記事等



2025年10月29日（Instagram）
シンガポール 高校生
私たちは blue-ing! に来ています！
通称「blue-ing!」は JFA のサッカー文化創造拠点です。
ここではスポーツが SDGs に与える影響について学んでいます。



2025年10月29日（Instagram）
インドネシア 高校生
新幹線に乗るのは、まるで魔法のような体験です。外から見ると、風景の中を駆け抜ける信じられないほど速い弾丸のようですが、車内は驚くほど静かで快適でした。窓の外で世界が変わっていく様子は、まるでライブ映画を観ているようで、座席でゆったりとくつろぎながら楽しめます。移動が「ただ目的地に行くための手段」ではなく、「本当に楽しめる時間」に変わります。

	
<p>2025 年 11 月 1 日 (Instagram) インドネシア 高校生</p> <p>ガンバ大阪を訪れたことは、本当にワクワクする忘れられない体験でした。チームの強い精神、規律、そしてサッカーへの情熱にとっても感銘を受けました。施設を見学し、日本のスポーツ文化について学ぶことで、成功には献身とチームワークがどれほど重要なのかを改めて実感しました。その後は、大阪の名物料理であるたこ焼きを作る体験を楽しみました。自分で作るのは初めてで、生地を流し込むところから、丸くひっくり返すまでの過程がとても面白かったです。味も最高で、みんなと一緒に過ごした時間がさらに特別なものになりました。</p>	<p>2025 年 11 月 2 日 (Instagram) ブルネイ 高校生</p> <p>昨日の国立競技場でのルヴァンカップ決勝は最高でした。</p> <p>スタジアムの雰囲気は熱気にあふれ、エネルギーは圧倒的で、ひとつひとつの瞬間が力強く感じられました。</p> <p>情熱と団結、そして最高のスポーツを体感できた、記憶に残る素晴らしい経験でした。</p>
	
<p>2025 年 11 月 2 日 (Instagram) シンガポール 高校生</p> <p>東京の真ん中にひっそりと佇む明治神宮。足を踏み入れた途端、まるで別世界に来たような感覚に包まれました。ゆっくりと時間が流れ、空気はどこか神聖で、そびえる木々の下を歩いていると、自然と深呼吸をしていました。都会の喧騒の中に、こんなにも静かで心落ち着く場所があることに不思議な魅力を感じました。</p>	<p>2025 年 11 月 2 日 (Instagram) マレーシア 高校生</p> <p>この写真は、日本の自動販売機を写したもので、SDGs の「目標 12：つくる責任つかう責任」と「目標 13：気候変動に具体的な対策を」に関連しています。省エネ設計や、ペットボトル・缶のリサイクル回収により、廃棄物削減と環境保全に役立っています。また、日本の技術が日常生活を便利で持続可能なものになっていることが分かります。</p>



Day 6 in Japan—November 2, 2025

Today we had the chance to visit Waseda University, a prestigious private university in Tokyo known for its vibrant campus and influential alumni. It was fascinating to see its commitment to both academic excellence and social contribution firsthand.

During our visit, we got to see and experience many things: different aspects of culture and art, and we made new friends. Two experiences were especially memorable for us.

First, it was our first time trying on kimonos, and we felt so privileged to have this experience. Second, we were impressed by how crucial Waseda University's role is in promoting the SDGs (Sustainable Development Goals). They have a great system for collecting items, recycling them properly, and then selling them, among other initiatives. It was truly inspiring.

Thank you so much!



We had a lot of fun and had an amazing time exploring Sophia university. The people there were very friendly and fun to interact with, their booths and the decorations for their booth were super creative and the food there tasted great. The environment there was very clean and it was so amazing that there was an architectural design of Angkor Wat that was very detailed and stunning to look at. I love how they thought of the environment for their area and their country. The Sophia University is a tall modern building, the entrance is wide and welcoming as well as the students there. They have also implemented the SDGs in their work. #jenesys_asean #jice_exchange

🇯🇵 🇰🇷 🇹🇭 less

2025 年 11 月 2 日 (Instagram)

東ティモール 高校生

活気あるキャンパス、優秀な卒業生を輩出する早稲田大学を訪問し、優れた学業と社会貢献へのかわりを実際に見られ大変興味深いものでした。あらゆる文化、アート、新たな友達、忘れられない経験になりました。

着物の試着体験は素晴らしかったです。大学で行われている SDGs の取り組み、古着を回収してリサイクル・販売をしていることも、とても印象に残りました。

2025 年 11 月 2 日 (Instagram)

カンボジア 高校生

上智大学を訪れたのは、とても楽しくて素晴らしい体験でした。学生の皆さんはとてもフレンドリーで、交流するのが楽しかったです。学園祭のブースやその装飾はとてもクリエイティブで、食べ物もとてもおいしかったです。

環境はとても清潔で、校舎にあったアンコールワットのレプリカ作品は細部まで美しく再現されていたのには驚きました。自分たちの国や環境への思いやりが感じられる工夫が素敵でした。

上智大学の建物は天井が高く現代的で、入口は広くて歓迎ムードにあふれ、学生たちもとても親切でした。また、SDGs を取り入れた取り組みも印象的でした。



"Today, I learned how to take a Japanese train for the first time! There were so many people! It was packed up with traveling workers or students. Then, I took off at Waseda University, where held a grand festival. It was so lively and fun!"



"The first thing we did was get our train tickets to travel to the university. The trip took around 30 minutes."



"After that, we bought some food from the stalls. I got sausage and meat, they were so delicious!"



"We saw the 17 Sustainable Development Goals and learned about their meanings. That's so amazing!"



"I found it fascinating to learn about the SDGs. They are goals that we should all work towards to make the world a better place. It was really interesting to see how they are implemented in real life."

2025 年 11 月 2 日 (Instagram) ラオス 高校生

国別視察：初めての乗車体験と早稲田大学学園祭での感動 (時系列の投稿)



2025 年 11 月 2 日 (Instagram)

ミャンマー 高校生

寺や神社を訪れると、「おみくじ」と呼ばれる小さな紙のくじを引くことができます。そこには、未来の運勢が書かれていて、大吉や吉、時には凶などの結果が出ます。良い運勢なら、お守りとして持ち帰るのが一般的ですが、悪い運勢の場合は、境内にある専用の棚や木の枝に結びます。この行為には「悪運をその場に置いていく」という意味があり、風や神様の力で不運が幸運に変わると信じられています。小さな儀式ですが、希望を象徴し、「悪いことも良いことに変わる」という考え方が込められています。



JENESYS was more than just a program for me. In seven short days, I made beautiful memories and met wonderful friends from ASEAN countries. We shared smiles, stories, and dreams together. It was a journey I will never forget. I will always remember everything — the time in Japan and all my lovely friends. I really want to visit Japan and see everyone again someday. If you ever get a chance to join a JENESYS program, I truly recommend applying! Everyone who joins will bring back so many unforgettable memories.

2025 年 11 月 5 日 (Instagram)

ミャンマー 高校生

JENESYS は、私にとってただのプログラムではありませんでした。わずか 7 日間で、美しい思い出を作り、ASEAN 諸国から来た素晴らしい友人たちと出会うことができました。私たちは笑顔や物語、そして夢を分かち合い、本当に忘れられない旅になりました。日本で過ごした時間、そして大切な友人たちのことを、私はずっと心に刻んでいます。いつかまた日本を訪れて、みんなに会える日を心から願っています。もし JENESYS プログラムに参加する機会があれば、ぜひ応募してみてください。参加した人は、必ずたくさんの忘れられない思い出を持ち帰ることができます。



2025 年 10 月 31 日 (ガンバ大阪オフィシャル X)

「JENESYS 日本・ASEAN スポーツ (サッカー) × SDGs 交流」に参加している ASEAN 諸国の高校生のみなさんがパナスタに来場」

ガンバ大阪の SDGs の取り組み紹介やスタジアム見学、さらに道頓堀くくるによる“たこ焼き文化体験”など、日本のサッカーと文化をたっぷり体感していただきました。



2025 年 10 月 29 日 (J リーグ サステナビリティ オフィシャル X)

「JENESYS 日本・ASEAN スポーツ (サッカー) × SDGs 交流」

J リーグ辻井隆行執行役員 (サステナビリティ領域担当) が ASEAN 諸国の高校生達に向けて J リーグのサステナビリティに関する講義を実施いたしました。



2025年10月30日（スポーツ報知）
「Jリーグが対日理解促進交流プログラムで東南アジア諸国の学生と交流 気候変動、環境保全へ理解深める」



2025年11月4日（インドネシア共和国青年・スポーツ省のウェブサイト）

インドネシアの若者7名が JENESYS ASEAN-日本 スポーツ×SDGs に参加

（前略）活動を通じて、参加者は日本の教育に特徴的な規律、礼儀作法、協調の精神を学びました。また、異文化理解を深め、インドネシアと日本の若い世代が協力して、包摂的でグローバルな社会を築くきっかけとなりました。

インドネシア共和国青年・スポーツ省のユースサービス担当副次官ヨハン氏は、参加者の積極的な姿勢を高く評価しました。

「JENESYS プログラムは、グローバルな視野を持ち、スポーツマンシップを備え、持続可能な開発の重要性を理解するインドネシアの若い世代を育成するための重要な場です。文化交流やスポーツを通じて、若者は日本社会の基本的価値である規律、責任感、社会的配慮を直接学ぶことができます」と述べました。

さらに、グローバルユース開発担当補佐官エサ・スクマウィジャヤ氏は、この経験が参加者にとって SDGs の価値を自分の環境で実践するためのインスピレーションになることを期待していると語りました。

「日本から学んだのは、スポーツは単なる競争ではなく、共通の善のための協力でもあるということです。彼らが目にした清潔さの維持、時間厳守、チームワークの精神は、インドネシアに戻った後、実際の行動に移すべきです」とエサ氏は述べました。（後略）

6. 報告会での訪日成果とアクション・プラン発表（抜粋）

訪問地：東京都、大阪府 全 11 グループ発表

ブルネイ			
	<p>Before & After Sustainable Development Goals (SDGs)</p> <p>Before</p> <ul style="list-style-type: none"> I knew <u>very little</u> about the SDGs I never thought they were part of daily life or connected to different fields <p>After</p> <ul style="list-style-type: none"> I learned a lot about the SDGs. Especially in <u>cardinal efforts, community togetherness and Environmental care.</u> Most importantly, <u>Football</u> can help and play a part in achieving SDGs! 		<p>Action plan - Tree planting From Sakura to Simpura - A green connection</p> <p>What? - Plant trees to promote environmental sustainability</p> <p>Who? - Will be done by us, the delegates along with the rest of our school football team</p> <p>Why? - Most importantly, to support SDG 13: Climate action and SDG 15: Life on Land. Encourage students to work together and school involvement</p> <p>Where? - At the school compound, in between the class block A and the library (as a start)</p> <p>When? - January 2025</p> <p>How? - Collectively. Presentation first to raise awareness. Eco bazaar or Green market. All profits go towards purchasing seedlings.</p>
<p>【成果の発表】</p> <p>◆ 訪日全般の学び</p> <p>日本は想像以上に清潔で、野良動物がほとんどおらず、至る所でリサイクル活動が行われていることから、環境意識の高さを実感しました。また、日本では SDGs への取り組みが活発で、誰も取り残さない社会を目指す姿勢が日常生活の中に感じられました。</p> <p>◆ テーマ（スポーツと SDGs）の学び</p> <p>リサイクル活動、地域の協働、環境保護の取り組みについて学びました。特に、サッカーを通して SDGs の達成に貢献できることを知り、スポーツが社会課題解決の手段となる可能性に気づきました。</p> <p>【アクション・プラン】</p> <p>2026 年 1 月、私たちが所属するサッカーチーム全員で、学校の敷地内において「From Sakura to Simpura - A green connection」（桜からシンプーラへ - 緑のつながり）と題した植樹活動を実施し、将来的には学校全体の活動へと拡大していく予定です。Simpura（シンプーラ）はブルネイの国花です。今回の活動は、SDG 目標 13（気候変動に具体的な対策を）と SDG 目標 15（陸の豊かさを守ろう）を支援することを目的としています。活動を通じてチーム内で情報を共有し、環境への意識を高めます。さらに、エコバザーやグリーンマーケットを開催し、その利益で苗木を購入する予定です。</p>			
カンボジア			
	<p>SDGS</p> <p>1 Blue-ing SDGs Affordable & clean energy Life on land, Climate action, Responsible consumption & production</p> <p>2 Baita Stadium SDGs 3: Good health and SDGs 11: Sustainable Cities.</p> <p>3 Gambia Osaka SDGs Quality education, Gender equality, Peace</p> <p>4 Baita High School SDGs No poverty, Quality education, Gender equality, No homelessness</p> <p>5 Final Match SDGs Climate action, Zero hunger, No poverty</p> <p>6 City Tour (Maji Shrine, Shibuya, Sophia University) SDGs Life on land, Climate action, Peace, Quality education</p>		<p>ACTION PLAN</p> <p>TITLE: "CLEAN HANDS, CLEAN HEARTS, CLEAN HOME"</p> <ul style="list-style-type: none"> What? : Promote cleanliness/environment care via media, videos, tips. Who? or Whom? : We (organizers) Why? : Respect self/others/nature; build healthy society. Where? : Social media, home/school/public/community. When? : Everyday. How? : Page with posts; demo videos; practical tips.
<p>【成果の発表】</p> <p>◆ 訪日全般の学び</p> <ul style="list-style-type: none"> 来日前、日本は豊かな文化、進んだ技術を持つ国であると思っていましたが、日本に到着して、日本は私たちが予想していた以上に刺激的な場所だと分かりました。 規律、チームワーク、敬意を重視している国と想像していましたが、実際、学校、公共の場、サッカー場等あらゆる場所でそれを確かめることができました。 <p>◆ テーマ（スポーツと SDGs）の学び</p> <ul style="list-style-type: none"> Jリーグの気候変動対策、CO₂削減、農作物の栽培などを通して、Jリーグが全体としてどのように環境保護に取り組んでいるかを学びました。 			

- ・ ガンバ大阪でのスタジアム視察や棒サッカーなどの体験を通じて、すべての人の健康と福祉を増進し、不平等をなくす支援を行っていることを知りました。
- ・ 水都国際高等学校では、障がいのある方のためのスポーツであるボッチャを体験しました。これはSDGsにおける「質の高い教育をみんなに」「不平等をなくそう」という指標に関連していることを理解しました。

【アクション・プラン】

「清潔な手、清潔な心、そして清潔な家庭」をテーマに、グループ全員で帰国後、速やかにソーシャルメディア、動画、そして家庭や学校、コミュニティなどでの実践的な活動を通して、きれいな環境づくりや環境保護の大切さを日々発信し、自分、他者、自然への敬意を表し、健全な社会の実現を目指します。

インドネシア



【成果の発表】

◆ 訪日全般の学び

- ・ 水都国際高等学校では生徒たちが温かく訪日団を迎え案内し、規律と敬意が単なる規則ではなく日常の習慣であることを示してくれました。
- ・ 増上寺では、人々が自らの文化に深い敬意を示し、穏やかな雰囲気の中で静かに振る舞う様子を観察しました。
- ・ 日本人の規律正しさや謙虚さ、他者との協調や敬意が、実際に人々の生活の中で息づいていることを知り、技術革新が調和や礼儀正しさと両立しうることを日本は示してくれました。

◆ テーマ（スポーツとSDGs）の学び

- ・ これまでスポーツやSDGsを表面的に捉えていましたが、スポーツが環境の持続可能性を促進することをblue-ing!で学びました。
- ・ ガンバ大阪では、平等性、アクセシビリティ、環境教育を支援するプログラムを通じて、クラブ、地域社会、ファンがつながり、スポーツがさらに良い世界への共有責任を育むことを改めて実感しました。
- ・ このプログラムを経て、SDGs達成は日々の小さな行動から始まること、省エネ・節水、プラスチック削減、短距離移動での徒歩・自転車選択などの小さな一歩が、より持続可能な未来へ大きな影響をもたらすことを理解しました。

【アクション・プラン】

「持続可能性」「チームワーク」「文化交流」の価値を同世代の若者と共有すること、自らのコミュニティで実現することが私たちのミッションだと考えます。

- ・ 私たちの在籍する高校のポッドキャストスタジオで、JENESYSでの学びをフィーチャーした番組を制作し、学校のYoutubeチャンネルで配信するほか、短く編集したものをInstagramで共有

します。高校の生徒・教職員は合わせて約 1,300 名ですが、Instagram のフォロワーは 7,030 名います。

- ・ 学期末試験後に開催される全校生徒参加型のスポーツ大会や、毎週水曜日に実施される「文学の日」でも、普及活動を行います。
- ・ 11 月中に企画立案、撮影、編集を行い、12 月中にポッドキャストや短編コンテンツのアップロード及び学校グラウンドでの普及活動や動画上映を実施する予定です。
- ・ 青年・スポーツ省との共同事業も実施したいと考えています。

ラオス



【成果の発表】

◆ 訪日全般の学び

来日前は、日本では、高度で複雑な技術が溢れており、私達には使いこなせないだろうと考えていました。そして日本人は、いつも静かで控えめであるという印象を抱いていました。しかし、日本の技術は非常に高度でありながら使いやすく、出会った日本人は、とてもフレンドリーでオープンマインドでした。

◆ テーマ（スポーツと SDGs）の学び

J リーグの様々な活動について多くを学びました。自然災害に見舞われた各地に選手を派遣したり、サッカーのプレー方法を工夫したりと、誰も取り残さないように、健康維持の機会を提供しています。サッカーは単なるスポーツではなく、人々をつなぎ、共に協力して結束力のあるコミュニティを形成するための手段であることを学びました。

【アクション・プラン】

オンラインキャンペーンを実施し、ワークショップを開催します。日本及び関連テーマについての知識を広めることを目的とします。対象はラオスの高校生です。帰国後 3 か月以内にビエンチャンの学校で行います。

実施方法は、Facebook にて SDGs への意識向上とスポーツと持続可能な開発との関連性を強調した投稿を行い、Google フォームを使用して、参加を希望する学生やボランティアを募集します。ワークショップでは、ミニサッカー大会、SDGs に焦点を当てた啓発セッションなどを開催する予定です。

マレーシア



【成果の発表】

◆ 訪日全般の学び

来日前は、日本に対し、アニメやテクノロジーのイメージを持っていましたが、規律や礼儀、思いやりが重んじられることを学びました。また SDGs やサッカー関連の体験を通して、チームワークや文化、社会的責任についても体験できました。

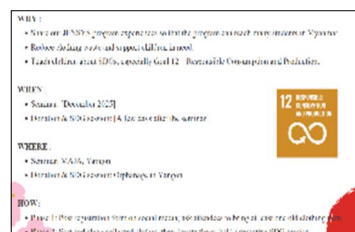
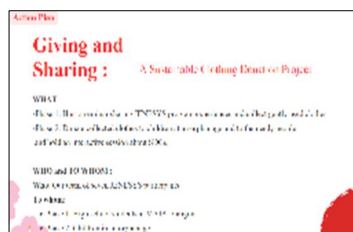
◆ テーマ（スポーツと SDGs）の学び

日本では 7 つの SDGs を実感しました。国立競技場での寄付活動では貧困や飢餓支援、ウォーキングフットボール・棒サッカーでは健康や福祉、日常生活や公共施設では、教育やゴミ分別、男女平等、清潔な水、再生可能エネルギーについて学ぶことができました。

【アクション・プラン】

グループ全員で水耕栽培のプロジェクトを行います。土を使わずに野菜を育てることで SDGs を促進できるからです。対象は小学 5～6 年生です。11 月 24 日に学校の庭でこのプロジェクトの提案と準備をし、12 月 1 日に開始します。1 月 5 日に育てた野菜を収穫し、振り返りのセッションを行います。

ミャンマー



【成果の発表】

◆ 訪日全般の学び

日本は新幹線を含め電車が時間に正確で、車の無い交差点でも信号が青になるまで渡らないなどルールを守っていました。環境保全のため、ゴミを分別管理し、非喫煙者の健康を守るために喫煙室を設けていました。自動販売機が至る所に設置されていましたが、壊されない、盗まれないのは、日本人の誠実な精神を表していると思います。

◆ テーマ（スポーツと SDGs）の学び

J リーグは地球温暖化対策に取り組んでいます。ガンバ大阪はスタジアムを寄付金のみで、低コストで建設し、資源を有効に使用しました。老若男女問わず参加できるウォーキングフットボールや棒サッカーはジェンダー平等の好事例です。

【アクション・プラン】

グループ全員で 2025 年 12 月にヤンゴンの日本留学生 OB 会施設でセミナーを開催します。セミナーを SNS 等で案内し、参加者に使われていない衣類を寄付するように推奨します。セミナーでは JENESYS プログラムの経験や SDGs について共有します。

寄付で集めた衣類はきれいにし、数日後に孤児院や必要な施設などに届けます。そこでも SDGs について、特に、物を大切に使うことについて知識を共有します。届けるのは衣類だけではなく、希望、認識及び親切さも届けたいと思います。

フィリピン



ASEAN Japan Sports Football x SDG Exchange for Youth

**Likas-Kaya't Kalusugan:
Environmental and
Wellness Week**

REFLECTION (WHAT WE LEARNED)

What We Learned:

- We learned that the environment is not just a place where we live, but a part of our lives that we need to take care of.
- We learned that the environment is not just a place where we live, but a part of our lives that we need to take care of.



**Likas Kaya't Kalusugan:
Environmental and
Wellness Week**

What?	A Promotional week for Environment and Health
Who/To Whom?	All Junior and Senior High School Students of the School
Why?	Reduce pollution of non-renewable energy. Promote active lifestyle for students.
When?	January 2026
Where?	La Trinidad College in Pinarosa, Pinarosa High School in Cebu, La Trinidad
How?	A special week will be held in the month of January to observe Earth Week and National Sports Week.

【成果の発表】

◆ 訪日全般の学び

日本を訪れる前は、高度な技術と効率的なシステム、そして時間厳守を重視する先進国というイメージを持っていました。実際に足を踏み入れて驚いたのは、その文化と日常生活のバランスが取れており、現代的な革新と配慮の行き届いた社会慣行が見事に融合している点です。この経験は自国における変革を考えるきっかけとなりましたが、真の改善には人々の意識改革が必要だと気づかされました。

◆ テーマ（スポーツと SDGs）の学び

持続可能性への取り組みとスポーツは、これまで相互に関連しているとは考えていませんでした。しかし今、私たちはスポーツを活用することで、国民の心身の健全な発達に貢献し、より幸せな国づくりが可能であると考えています。

【アクション・プラン】

2026 年 1 月、所属している各学校の中高生全員を対象に、「環境と健康」をテーマとしたプロモーション週間を開催します。本イベントは、再生不可能なエネルギー源による汚染の削減と、生徒の積極的な生活習慣の促進を目的としています。この週間中は専門家によるセミナー、毎日指定された時間帯を「アースアワー」として、省エネルギーを推進します。さらに健康とウェルビーイングを意識してもらうため、身体を動かす遊び、または室内でのゲームにより、スマホやタブレットなどの画面を使わないオフスクリーン活動への参加を促します。

シンガポール



ii. Learning from Jenesys (about SDGs)

Broaden Understanding of SDGs

- JENESYS provides many opportunities to learn about the environment and sustainability, sports, and health and wellness.
- Sports is a powerful tool to promote a community and wellness.

Sports, Community & Sustainability

- In Japan, football is used as a tool to unite people of different backgrounds.
- Sports and other activities, Physical Education, Community, and other social activities will be used to promote a community and sustainability SDGs.

iii. Action Plan: One Team, One Goal

SDG 10: Reducing Inequalities (Promoting Inclusivity)

Step 1: Education and Awareness

Share learnings about sports, football culture, and inclusivity through SDGs.

When: During a school assembly session.

How:

- Conduct an assembly session for the day, including JENESYS presentation, discussion, and awareness through football.
- Design and display an infographic, demonstrating the JENESYS activities and bring them to Singapore's SDG efforts.

10 REDUCED INEQUALITIES

【成果の発表】

◆ 訪日全般の学び

日本の人は礼儀正しく、親切に接してくれたのが印象的でした。英語でのコミュニケーションにも前向きで、社会のルールをしっかり守る姿勢がすごいと感じました。電車などの公共交通は時間に正確で、車内も静かで清潔でした。食事は栄養バランスが良く、量も適切で、健康的なライフスタイルが根付いていることが分かりました。また、ゴミの分別やリサイクルが徹底されていて、環境への意識の高さも学びの一つでした。

◆ テーマ（スポーツと SDGs）の学び

訪日前は SDGs といえば「環境保護」のイメージが強かったのですが、実際には教育や健康、平等、包摂性など幅広い分野が含まれていることを知りました。特にスポーツ、なかでもサッカーが、人と人をつなげる力を持っていることに気づかされました。日本では、サッカーを通じて地域の人々が交流し、行政や団体が協力して SDGs の達成に向けて取り組んでいる様子を見て、スポーツが社会づくりに貢献できることを改めて実感しました。

【アクション・プラン】

「One Team, One Goal」

新学期に学校の講堂などを使って、日本での学びを学生に発表する予定です。内容は、サッカーを通じた包摂性や SDGs とのつながりについてで、視覚的にも分かりやすく伝えるために、インフォグラフィックを作って展示します。その後、サッカー部が先導して他の部活動の生徒たちと一緒に「フットボール・フレンドシップ・セッション」を行います。異なる部活動の生徒同士が混合チームを組んで、気軽に楽しめるサッカーゲームを行い、ゲーム後にはチームワークや包摂性についての感想を共有する時間も設けることで、SDGs の理念を身近に感じてもらえるようにします。

タイ



【成果の発表】

◆ 訪日全般の学び

礼儀正しさ、清潔さと秩序、時間厳守、チームワークと協力、自然と季節への感謝について学びました。

◆ テーマ（スポーツと SDGs）の学び

Jリーグ（ガンバ大阪）は気候変動対策に取り組んでおり、試合では、できるだけ再生可能エネルギーで供給される電力を使用することで CO₂ 排出量を実質的にゼロにしていること、スタジアムでは、環境に関するブースを出展していることを知りました。また、植樹や blue-ing! での SDGs サッカーキャンプを通した子どもたちとの交流により、地球の未来に向けた良いパスを渡していることを学びました。

【アクション・プラン】

・プロジェクトⅠ ヤング・ゼロ・ウェイスト・ヒーロー

学校や地域社会での食品廃棄物を削減するためのキャンペーンと活動。

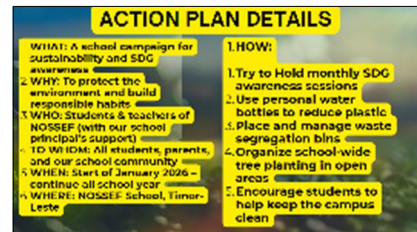
中学生を中心とした子供や若者を対象に、2025 年 11 月から 2026 年 1 月までの期間、中学校で週 5 日、1～3 か月にわたり、食品廃棄物の影響と 3R の原則に則った正しい分別についての啓発活動を実施します。

* 学校や地域社会で、生ゴミ・食べ残しを堆肥化するための専用のゴミ捨て場を設置します。（堆肥化プロジェクト）

・プロジェクトⅡ 私たちの手でエネルギーを節約する

私たちは、中・高校生（13～18 歳）を対象に、2025 年 11 月から 2026 年 1 月までの期間、地域社会及び学校において、キャンペーンと公開講座を実施し、生徒たちの意識を高め、日常生活の中での水や電気などのエネルギー節約のための具体的な行動につなげることを目指します。

東ティモール



【成果の発表】

◆ 訪日全般の学び

来日前は日本について限られた知識しかありませんでしたが、プログラムを通して、日本人は規律正しいこと、時間を守り責任感があり勤勉であることを知りました。また、チームワークの大切さと技術革新に優れていることや、清潔で組織化され環境に対する責任感があることも学びました。

◆ テーマ（スポーツと SDGs）の学び

来日前は SDGs の概要については知っていましたが、プログラムを通して、学校、大学、スポーツにおける日常での SDG の実践的な活動を学びました。ガンバ大阪、国立競技場でのリサイクル活動などの SDG の取り組みは自国の学校でも適応できると思います。

【アクション・プラン】

- ・ 2026 年 1 月から 1 年間、生徒と教職員を含むグループ全員が、全生徒、保護者、地域社会に向けて SDG と持続可能性への意識を高めるキャンペーンを実施します。この取り組みは、環境を守るための責任ある習慣を育むことを目的としています。
- ・ 毎月 SDG 意識向上ミーティングを開き、プラスチックの使用を削減するために水筒を持参することや、分別用ゴミ箱の設置、校内での植樹、クリーンなキャンパスを維持することなどを生徒へ推奨していきます。

ベトナム



【成果の発表】

◆ 訪日全般の学び

来日前は、日本は秩序、規律、そして高度な技術を持つ国というイメージを持っていました。実際日本は秩序ある国でした。来日後は、日本人がとても優しく、親切で、礼儀正しく私たちに接してくれることを嬉しく思いました。

◆ テーマ（スポーツと SDGs）の学び

Jリーグによる温暖化対策の事例、ガンバ大阪での性別、年齢を問わず楽しめる棒サッカー等による健康促進、大学の学園祭でのゴミ分別、給水装置の設置など様々な場所で、SDGs への取り組みがなされていることを学びました。

【アクション・プラン】

学んだすべてのことを踏まえ、私たちのチームは、ベトナムの若者の持続可能性と SDGs への意識を高めるために、「変化のきっかけ：学び、共有し、行動する」という行動計画を作成して SNS を通じて発信します。具体的には、ベトナム帰国後 3 か月以内に、ソーシャルメディア、学校行事、コミュニティスペースなど、オンラインとオフラインの両方を通じて日本でのプログラムで学んだこと、特に持続可能性について投稿、写真、動画を共有する予定です。

実施団体：一般財団法人日本国際協力センター（JICE）

協力：公益社団法人日本プロサッカーリーグ（Jリーグ）、株式会社ガンバ大阪（ガンバ大阪）