

みんなでつくる、伊賀市の

# 多文化共生 ガイドブック



伊賀市人権生活環境部多文化共生課

# はじめに

## 「伊賀市の多文化共生のあゆみ」

今から30年前の1990年代、出入国在留管理法の改正により、ブラジルやペルーの南米の日系人がデカセギのために伊賀市に多く転入してきました。

伊賀市では、早い段階から、NPO法人や日本語教育活動のボランティア団体が立ち上がり、生活支援や日本語学習をサポートしてきました。

初めは仕事で来ていたのが、さまざまな支援もあり、だんだん定住するようになりました。家族を呼び寄せ、コミュニティができていきました。

そして、近年では出入国在留管理法の改正により、ベトナムやインドネシアの東南アジアの国の人々が増えてきました。

より、多国籍、多言語になってきた伊賀市には、今、地域の中で日本人住民と外国人住民がお互いを理解し、つながることが求められます。

このガイドブックは、日本人住民と外国人住民の交流がしやすくなるように実践できることを中心にまとめました。

まずは、外国人住民を知るところから始めましょう。

# 目次

第1章 「外国人住民」ってどんな人？

第2章 やさしい日本語で話してみよう！

第3章 実践してみましょう！こんなとき、どうする？

第4章 「交流」してみましょう！

第5章 地域の外国人住民の声

# 第1章

「外国人住民」ってどんな人？

「外国人住民」と聞いて、どんな人を思い浮かべますか？

- ・ 日本語が話せない人？
- ・ 日本のことをよく知らない人？
- ・ 海外から来て働いている人？
- ・ 日本とは違う文化を持っている人？

実は「外国人住民」といっても、暮らし方や日本に来た理由は一人一人違います。

# 外国人住民にも、いろいろな人がいます。

- 日本で働いている人
- 日本で子育てをしている人
- 日本の学校に通っている人
- 日本の会社で働いている人
- 家族といっしょに暮らしている人



そして、外国人住民の中には、日本で生まれ育った人や、日本で長く暮らしている人もいます。

# 日本に来た理由もさまざま

- 仕事のため
- 勉強するため
- 家族と暮らすため
- 結婚したため
- 日本で暮らしたいと思ったため

など

「なぜ日本に来たの？」には一人一人違う答えがあります。

でも、同じ地域で暮らしていることに変わりはありません。

外国人住民も、

ごみを出したり、買い物したり、子どもを学校に通わせたり、働いたり、病院に行ったり、近所で生活したりします。

わたしたちと同じように生活しています。

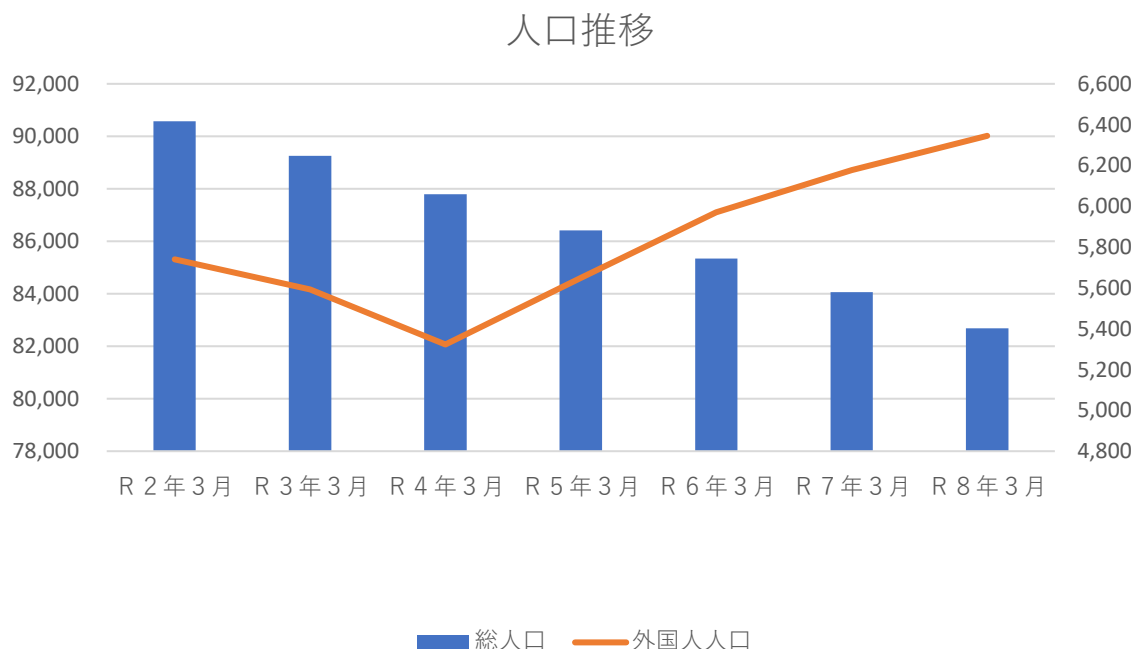
**「外国人だから支援する」という視点だけでなく、  
「同じ地域で暮らす住民」という視点が大切です。**

# 伊賀市にはどれだけの外国人 住民が住んでいる？

では、伊賀市にはどれだけの外国人住民がいて、  
どんな国の人が住んでいるのでしょうか。

令和8年3月末時点、市の総人口が約**82,000**人ですが、  
外国人住民は約**6,300**人が住民登録されており、総人口  
に対する比率は、**約7.7%**を占めています。

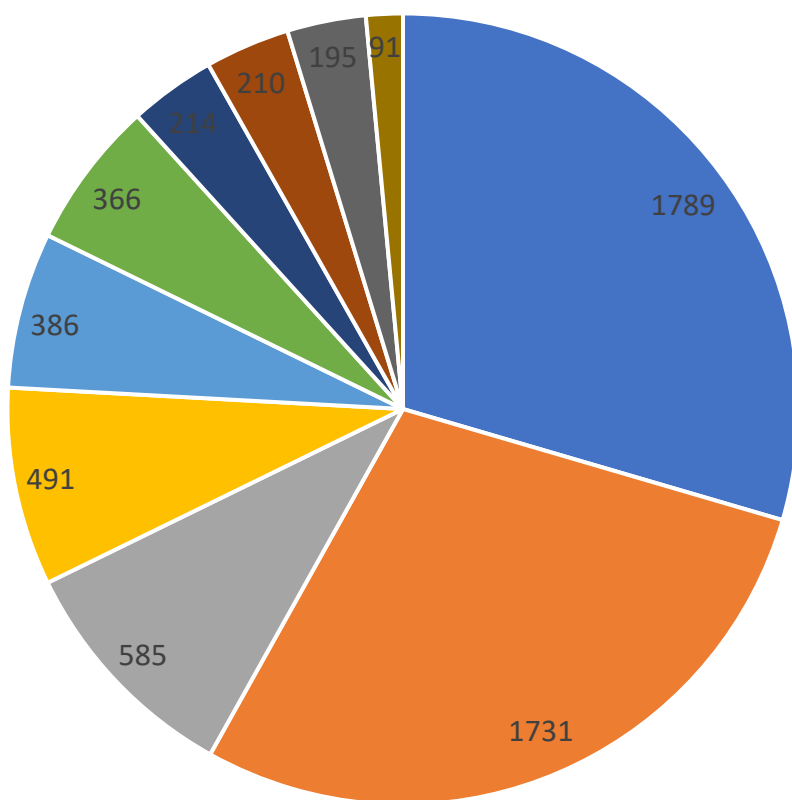
- ・これは三重県内では2番目に高い割合です。



# 伊賀市にはどんな国の人が 住んでいる？

令和8年3月末時点では、ブラジルが最も多く1,789人、  
続いてベトナムが1,731人と2か国で50%を超えています。

外国人住民数



- |        |          |         |      |
|--------|----------|---------|------|
| ■ ブラジル | ■ ベトナム   | ■ フィリピン | ■ 中国 |
| ■ ペルー  | ■ インドネシア | ■ ミャンマー | ■ タイ |
| ■ 韓国   | ■ ネパール   |         |      |

# 知っておきたい「文化の違い」

国によって生活習慣や宗教上におけるタブーがあります。

同じ国でも地域によって異なることもあります。

- ・ イスラム教

豚肉を食べない

左手は不浄とされている、物の受け渡しや食事の際は左手を使わない

女性が肌を見せることは許されない

- ・ ヒンドゥー教

牛肉を食べない

- ・ インドネシア、タイなどの東南アジアの国

頭をさわるのは失礼にあたる。

## 第2章

# 「やさしい日本語」で話してみよう！

実は簡単な日本語なら伝わる？

- ・本市では、多文化共生社会実現に向けた取り組みを確認するため、アンケート調査を実施しています。以下はそこでとったアンケート結果です。

### ○日本語について

- ・日本語を聞いてどのくらい分かりますか。

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| 会話がすべて 分かる               | 10.2% |
| 会話が だいたい 分かる             | 18.7% |
| ゆっくり 話してくれれば<br>だいたい 分かる | 25.9% |
| ゆっくり 話してくれれば<br>少し 分かる   | 34.9% |
| ほとんど 分からない               | 10.2% |

- ・日本語をどのくらい話せますか。

|                                |       |
|--------------------------------|-------|
| 自分の言いたいことが母語と同じくらい話せる          | 6.0%  |
| 母語ほどではないが自分の言いたいことが<br>だいたい話せる | 22.3% |
| 単語や短い文で自分の言いたいことが少し<br>言える     | 51.8% |
| 自己紹介や挨拶ぐらいであれば言える              | 13.3% |
| ほとんど話せない                       | 6.6%  |

9割の人が簡単な日本語なら理解できるということがわかっています。

# 「やさしい日本語」って？

「やさしい日本語」とはわたしたちが普段使っている日本語よりも簡単で外国人にもわかりやすい日本語です。わかりやすく簡単な言葉に言い換えます。

✕「地域のルールを遵守してください。」

○「この地域には、みんなで守るルールがあります。」

**言葉を変えるだけで伝わりやすくなります。**

# 「やさしい日本語」のルール

- 1 難しいことば（熟語など）ではなく、簡単なことば（和語）を使う
- 2 文を短くし、分かち書きや、区切って話す
- 3 和製英語を使わない
- 4 英語を混ぜない（特に日本語発音の英語に注意！）
- 5 オノマトペ（擬態語など）を避ける  
「ピカピカしています」「光っています」
- 6 知っておいたほうが良い言葉や、覚えてほしい言葉は、やさしい説明をつけてそのまま使う  
「お弁当（おべんとう）」  
「避難所（ひなんじょ）」
- 7 あいまいな表現は避ける  
「おそらく」「おおよそ」「なるべく」
- 8 二重否定は避ける  
△「通れないことはないです」→「通れます」
- 9 例を挙げる 忠実に訳そうと思いつぎないで具体物で伝える
- 10 漢字を使うときはルビ(ふりがな)をふる

## 第3章

実践してみましよう！  
こんなとき、どうする？

### ケース①

ごみ出しのルールを知らないようです  
→どう声をかける？

### ケース②

自治会の活動に参加してほしい  
→「日本語がわからないから無理」と決めつけず、  
どう誘う？

### ケース③

近所に外国人の家族が引っ越してきた  
→どんな挨拶をしたらいい？

### ケース④

災害が起きた  
→外国人住民にも情報が届くようにするには？

# あなたならどうしますか？

## • ケース①

外国人住民が地域のルールとは違う方法でごみを出しているようです。

「ルールを知らないのかな？」と思ったあなた。

こんな声かけからはじめてみましょう

**「こんにちは。この地域のごみ出しについて、少しお伝えしてもいいですか？」**

**「このごみは、○曜日にここへ出します。」**

大切なのは、「ルールを守っていない人」と決めつける前に「ルールを知らない・わからないかもしれない」と考えることです。

日本人にとって当たり前のごみ出しの方法も、国によっては分別の習慣がないこともあります。

また、日本語の案内を読めなかったり、ルール自体を知らなかったりする可能性があります。

## ・ ケース②

地域のお祭りや清掃活動、防災訓練などに参加してほしいと思っています。

「日本語がわからないなら、参加してもらうのは難しいかな・・・」

と思ってしまうかもしれません。

ここで大切なのは、

「日本語がわからない＝参加できない」ではないです。

「どうしたら参加しやすくなるか」を考えるのが大切です。

- ・ やさしい日本語で案内する
- ・ 写真やイラストを使う
- ・ 日時・場所をわかりやすく伝える
- ・ 当日は一緒に行く

**「今度、地域の掃除をします。〇月〇日の〇時からです。一緒にやりませんか？」**

- ケース③ 新しく外国人の家族が近所に引っ越してきました。

あなたならどう挨拶しますか？

「外国人だから特別な挨拶をしなきゃ」と考えすぎないことが大切です。

また、日本は引っ越してきた人は近所の人に「挨拶回り」をする文化がありますが、海外にはないことが多いです。

「こんにちは。隣に住んでいる〇〇です。よろしくお願いします。」

または、「よろしくお願いします。」と笑顔で伝える。

「何か困ったことがあったら言ってくださいね。」

と伝えられるといいですね。

- ・ ケース④ 大きな地震が起きました。  
近所には外国人住民がいます。

「避難して！」と伝えたいけれど、日本語が十分に伝わるかわかりません。

あなたなら、どうしますか？

外国人住民の中には

- ・ 日本語の情報を理解することが難しい
  - ・ 避難所を知らない
  - ・ 日本の災害や避難の仕組みを知らない
- という人もいます。

こんな声かけを

**「地震です。危ないです。逃げましょう」**

**「避難所（逃げるところ）は〇〇です。一緒に行きましょう」**

短く簡単な言葉で情報を伝えましょう。

外国人住民だから...ではなく

**★同じ地域に暮らす人として、どう関わる？**

ごみ出し→わからないことを教える

自治会→一緒に参加できる方法を考える

近所付き合い→まずは普通に挨拶してみる

災害→必要な情報が届くようにする

**小さな関わりが、地域のつながりになります。**

## 第4章 「交流」してみましよう

「交流」は特別なことではありません。  
小さなことから実践できます。

- ・「こんにちは」とあいさつする
- ・ごみ出しの場所を教える
- ・地域のお祭りに誘う
- ・子ども同士で遊ぶ
- ・一緒に清掃活動をする
- ・自治会のイベントに誘う
- ・「困ったことはないですか？」と声をかける

お互いを知って、話して地域を一緒につくって  
いくことが交流です。特別なことは必要ありません。

# 地域でこんなことができます

まずは・・・

- ・ 清掃活動
- ・ 地域のお祭り
- ・ 防災訓練
- ・ スポーツ
- ・ 子ども向けイベント
- ・ 多国籍料理教室
- ・ 田植え体験（猪田地区で実施）



など

さらに活動したい場合・・・



外国につながる子どもたちの学習支援

- ・ ささゆり教室

外国につながりをもつ、小学校5年生から中学校3年生までの児童・生徒及び高校進学を希望する人を対象にした、日本語による教科学習支援教室です。年間44回以上、土曜日に2時間開催されています。

- ・ 漢字学習支援教室

外国につながりをもつ、小学1年生から4年生を対象に、高学年から中学校に進級するために重要になる漢字学習の支援をする教室です。年間40回、水曜日に1時間開催されています。

どちらもボランティアスタッフとして活動できます。

問い合わせは、ささゆり教室はNPO法人伊賀の伝丸、漢字学習支援教室は伊賀市国際交流協会まで

日本語学習教室のボランティア団体もあります。

### 伊賀日本語の会

水曜日 19：30～20：40

土曜日 19：00～20：30

日本語を学びたいと思う外国にルーツを持つ人たちのために日本語教育活動を行っています。

詳しくは伊賀日本語の会に直接お問合せください。



# 第5章

## 地域の外国人住民の声



地域の人とかかわってうれしかったこと、日本に来て困ったこと  
また日本人にも外国人住民とかかわって変わったことなどインタビューして載せたい。



# できることから、はじめよう

多文化共生は、特別なことではありません。

同じ地域に住む住民として  
声をかけてみる、話してみる  
困ったときに助け合う  
一緒に地域の活動に参加する

小さな一歩から多文化共生は始まります。

あなたの地域でできることから始めてみませんか？

外国人住民とともに、これから先も活気ある伊賀市  
をつくっていきましょう！

