

埼玉育ちのグローバル人

Well-being な生き方。～心健やかに、共に生きる～



埼玉県マスコット「コバトン」

第1回「海の外に住むキビシサ。」

Well-being Make 代表 尾崎のりこさん



みなさま、こんにちは。

埼玉県狭山市を中心に、日本語を母語としない方々のメンタルヘルスケア・社会活動支援を行っております、Well-being Make(ウェルビーイングメイク) 代表 尾崎のりこです。

現在私が行っている活動と、その活動に至った経緯を3回にわたり、皆さまにご紹介させていただきます。

まず初めに、私の学生時代から20代の頃にさかのぼります。私の初めての海外経験は18歳の時。

オーストラリアのブリスベンという地で、1ヶ月間の短期留学でした。

昔から好奇心だけは旺盛な子でしたので、初めての海外、異文化に触れられる事を楽しみに胸躍らせて参加した短期留学でした。しかし！行ってみってからダイレクトに肌で感じる“海外”。

全く英語力を持ち合わせていなかった私にとっては、孤独を感じる日々の中で、すぐにホームシックにかかりました。期待とは裏腹に『海外なんて大嫌い！』という思いで帰国したのを今でも覚えています。

しかし、英語力の低さから悔しい思いをした苦い留学体験を払拭したくて、22歳の時に再度留学を決意！日本人のいない環境を求めて、当時まだまだ留学先としてはメジャーではなかった“マルタ共和国”を選び、半年間の語学留学をしました。語学学校には主にヨーロッパ出身の学生が多く、月並みですが、自分の考えを意見する事の大切さを学びました。留学中に言葉の壁や異文化の壁により歯がゆい思いを経験したことが、今の私を創り上げる基盤となりました。



マルタ共和国

マルタ共和国帰国後、私は留学経験をいかし添乗員の仕事を選びました。

主にヨーロッパ方面を中心に添乗し、イタリア、フランス、スペイン、エジプト、またはトルコなど、100回程の渡航経験があります。

結婚を機に退職しましたが、その後もずっと異文化に触れていたいという思いがあり近隣の国際交流協会の情報などをチェックしていました。そこで見つけたのが、東京都清瀬市国際交流協会が主催する『多文化共生養成講座』でした。

この養成講座を通して、これからの時代は国際交流をするだけでなく、共に生きていく“共生”を考えていかなければならないという事を学びました。

またこれをきっかけに、“私は日本に住む外国人をサポートする仕事がしたい”と強く思いました。中でも、私がしたいサポートは“メンタルヘルスサポート”であるという思いに行きついたのでした。

では、なぜ“メンタルヘルスサポート”なのかを、次回お届け致します！お楽しみに^^