

セブ島インターンシップ ～体験談集～

(2025年改正版)

人気No 1 NGOインターンシップ

匿名希望 / 大学生 2週間参加

今回の孤児院のボランティアを通して、一番は子供たちの元気の良さ与人懐っこさに驚かされました。また、シスターに子供たちが孤児院に来るまでの背景をきくと、その子供たちの前で話をしてくれたので、私の想像していたより、あっさりと同向きに現実を受け入れている印象でした。同時に、シスターたちの優しさや陽気さには日本ではあまり感じることができない温かさや楽しさがありました。子供たちはだいたい朝学校に行きますが、午後から学校に行く子もいて、子供たち自身が学校を選ぶことができるようで、自由があるように思いました。またそれぞれ掃除をしたり、料理の手伝いをしたり、自立していてしっかりしていてすごいなと思いました。孤児院にいる子供たち以外にもまだまだ生活が困難な子どもや学校に通うことができない子供たちがたくさんいると思うと、私たちはとても恵まれているということを感じました。私たちが不自由なく生活できていること、学校に行くことができていることに感謝しなければならないと思いました。そしてこうしたボランティアを続けていきたいと思えます

Mr Hiroki Matsumoto / 大学生 参加期間 3週間

このインターンを通して、異文化を体験できたのも良かったことの1つだが、英語をより近くで聞いていたため耳が毎日少しずつ慣れていった気がする。子供たちとシスターはすごく良い人たちで、心が広く、とても幸せな日々を過ごせました。来年の夏、またここに戻ってきたいと思う。本当に良い経験ができました。子供たちと一緒にセブの郊外に行けたことは絶対に忘れません。



人気No2 教員インターンシップ

Mr Rei Hachiyama / 3週間

今回3週間の期間で中学校の生徒と一緒に授業を受け、時には生徒に授業をするといった実践的な経験をする事ができました。最初は生徒と仲良くするところから始めなくてはならなくて心配や不安もあったが、その不安はすぐになくなるように生徒さんから積極的に話しかけてもらったおかげで初日から仲良くなる事ができました。その後も授業では理科や算数、フィリピンといった英語以外の科目の授業にも参加しました。最後の週は主に先生となり授業をしました。具体的にgrade7には詩について、grade8には桃太郎を教えました。幸運にも日本に関連した内容だったので授業の計画を練ることは簡単だったが実際に生徒に授業をするのは思っていたよりもはるかに難しく、特に50分を想定して自分で計画した授業が実際には2, 30分しか使えていなかったことが悔しかったです。しかし問題点を見つけそこを何クラスにも教えるたびに改善していくことができ、時間も伸びたので達成感を味わうことが出来ました。また、グダグダな状態で授業が終わってしまっても生徒さんが励ましてくれたり、授業中もアクティビティやクイズなどで生徒に答えを促すとみんな元気よく発表をしてくれるなど雰囲気作りが素敵なクラスで授業ができた。さらに授業日以外に数日学祭の日があり準備片づけ以外にもサプライズで歌を披露したり、現地のご飯を生徒と一緒に食べたりとすごく歓迎してくれて感動しました。3週間というあっという間の時間を過ごしましたが間違いなくかけがえのない3週間になりました。



人気No3 ホテルインターンシップ

Mr Tetsuya Otani 近畿大学 / 4週間参加

初めはアメリカでもインターンを探していたけど、そっちではハウスキーパーなどの仕事しかできず、対してセブではフロントで働くことができるということだったので、選びました。とても充実した1ヶ月になりました。僕はホスピタル英語が分からなかったなので、どういう言葉や話し方をすればいいのか、このインターンを通して学んだことが一番の収穫だと思います。また、言葉だけでなく、フロントやベルマンの仕事のやり方なども学びました。他のインターン生はいませんでした。現地の同僚の方々が親切で丁寧にたくさんのことを教えてくれたので、何も不自由無く過ごせました。現地で過ごすことによって、その国の文化に触れることができたのも留学の魅力だと思います。あまり観光はできなかったですが、日常生活を通してその国の人々の振る舞いや生活様式などたくさんを実際に自分自身で体験できたこともいい経験になりました。海外でもインターンは最後のチャンスだったのでいい経験になりました。今後の自分の進路に役立てることができると思います。

Ms Mana Watanabe / 2週間参加

2週間何も知らない土地でOJTとして働くことに最初はとても不安を感じていましたが、現地の人はもちろん、職場の皆さんがフレンドリーで優しく接して下さったため、とても充実した日々を過ごすことができました。後半は業務にも慣れ、お客様と接する機会が増えたと共に、最初よりも英語を聞き取れるようになりました。今度はプライベートでインターンとして働いた場所に宿泊をしたいと思います。この2週間で関わった人達から学んだことがたくさんあり、良い成長の機会でした。ありがとうございました。



留学エージェントインターンシップ

Mr RYU NAYUKI 茨城県大学生 / 4週間参加

今回一か月間に渡って海外インターンをフィリピンのセブ島で経験してみて率直に思うのは、やって本当に良かったということです。私にとってこのインターンの目的は海外での就業経験を得て、それを就活や将来の仕事に活かすことでした。仕事内容は日によって違い、一日中オフィスでテレアポや資料作成など事務的な仕事をやる日もあれば、外に出て営業をしたり、他のインターン生を送迎したり、アシスタントとしてクライアントに同行したりなど多岐に渡りました。たった一か月という期間ながら本当にいろいろな経験をさせてもらい、中でも強く印象に残っているのは営業でボランティア団体から契約を取ったことです。インターネットから連絡先を見つけて英語でアポイントを取り、交渉をして契約を結ぶことができました。もちろん今の自分には英語で難しい交渉することはできないので、フィリピン人の上司たちの力を最大限借りて契約を取りました。力を借りつつも実際にやったことで実践的な手順やコツなどを学ぶことができました。

今回インターンをやってみて主に二つの点で大きく成長できました。一つ目は人間としてよりタフになったということです。海外で外国人と働くというのは楽しいことばかりではありません。時間にルーズ過ぎたり、自分のミスを認めなかったりと、これで大丈夫なのか不安になることもあります。またインターンなのでやりたくない仕事をやらなければいけないし、仕事を任される反面、失敗すれば責任を取らないといけません。こうしたことを経験し、乗り越えたことで自分自身成長したと感じました。二つ目は英語力です。幸運にも私の同僚の多くはフィリピン人だったため、コミュニケーションや仕事は基本的に英語でした。テレアポで使う丁寧な表現や、相手に何かを頼むときに使う表現は非常に実用性が高くセブ島の生活にも活かすことができました。また語学学校ということもあり、朝に2時間英会話の授業を入れてもらったり、現地の友達と遊んだことで毎日英語を使うことができました。インターンが終わるころにはかなり英語力が上達しました。

今回のインターンに対して日本で経験できない多くのことを経験し、自分自身成長した実感があるため個人的には非常に満足しています。帰国後は今回のインターンで学んだことを就活や社会人になってからも活かすだけでなく、更に伸ばしていきたいと思っています。



化粧品会社インターンシップ

Ms Minami ITO 様 3週間参加

私は約3週間インターンシップをさせていただき、接客、出張販売、翻訳など、多岐にわたる業務を経験させていただきました。中でも、特に心に残っているのは、毎週金曜日に行われたフードギビングの活動です。日本では、子どもたちが食べ物に困ることはほとんどなく、食事を得られることが当たり前の日常です。そのため、朝早くから大勢の子どもたちが列をなして食べ物を待ち望んでいる光景は、正直なところ大きな衝撃を受けました。しかし、食べ物を受け取った子どもたちから大人まで、皆が皆、目を輝かせながら『ありがとう』と感謝の言葉を伝えてくれました。フードギビングを通して、食べ物に対する感謝の気持ちや、支援が必要な人々に直接貢献できる喜びを実感しました。この経験を通して、食べ物に困っている子どもたちを見かけたら、自らも食事を分け与えるようになりました。

この会社は、貧困層への支援だけでなく、フィリピンの人々の支持や、自然環境に配慮した製品づくりをされています。お店を訪れるお客様は、製品の購入だけでなく、このようなブランドの理念に共感されている方が多いと感じました。実際、お客様の中には、動物実験の有無や環境への配慮について質問される方もいらっしゃいました。

このインターンシップで私が得た最も大きな学びの一つは、英語でのコミュニケーション能力の向上です。周囲に日本語を話せる人が全くいない環境下で、英語は唯一のコミュニケーション手段でした。このような状況は生まれて初めての経験であり、日常会話、顧客対応においても英語を使用することで、実践的な英語力を高めることができました。

また、現地のスタッフの皆さんとの密な交流や、休日を利用してフィリピン各地を訪れた経験を通して、フィリピンの文化を肌で感じ、深く理解することができました。特に印象的だったのは、見知らぬ人同士でも気軽に挨拶を交わしたり、お店で偶然居合わせた人とすぐに打ち解けて会話を楽しんだりする国民性でした。また、一緒に働いた高校生から直接、フィリピンの宗教や歴史について学ぶことができたのも、非常に貴重な経験でした。彼らとの交流を通して、フィリピンの生きた文化や歴史に触れることができました。



SPAインターンシップ

匿名希望 大学生 / 4週間参加

私は実際に興味のある業務内容を体験することができてよい経験になりました。スパには日本人マネージャーさんがいたので安心できました。スパのフィリピン人スタッフさんと一緒にご飯を食べることができたり、みんなと仲良くなりセブ生活も楽しく過ごせました。インターンでは、宣伝、広告に関心があったので、ブログやSNSの更新を主に担当していました。ネット上で集客することの難しさを実感することができました。



旅行会社インターンシップ

Mr Takeuchi Takaki 長崎大学 / 4週間参加

Hi! I'm Takeuchi, I am an Intern of a travel agency in Cebu. My task are mostly office works, like marketing and accounting. I get to experience making a marketing tool for the agency, What i love is that I tend to experience a day tour for free!, of course I helped in assisting the guest during the tour. My supervisors are patient in teaching me things at work, they are also kind to me. If given a chance to go overseas for work, I say I will be very comfortable now because of this experience. If you want to learn about the background of Cebu's historical places and destinations, I recommend you to be part of the travel agency team!. Hoping I can go back to Cebu soon! :)*****



観光省 (DOT)インターンシップ

Ms Akari Kobayashi Webber international University (米国) / 4週間参加

I am an intern at the Department of Tourism here in Cebu, I was assigned at the office located at the airport so aside from the paper works and assisting my supervisor, I also welcome guests who arrive at the airport. More specifically Japanese delegates. This internship helps me improve my communication skills, also it helps me overcome my shyness. I can now easily talk to other people. Also my workmates are kind and funny some of them even becomes my friends. I'm always excited to work for I know it will be a different and eventful day for me. I recommend to have your internship at DOT. Can't wait to be back in Cebu!. :)

