



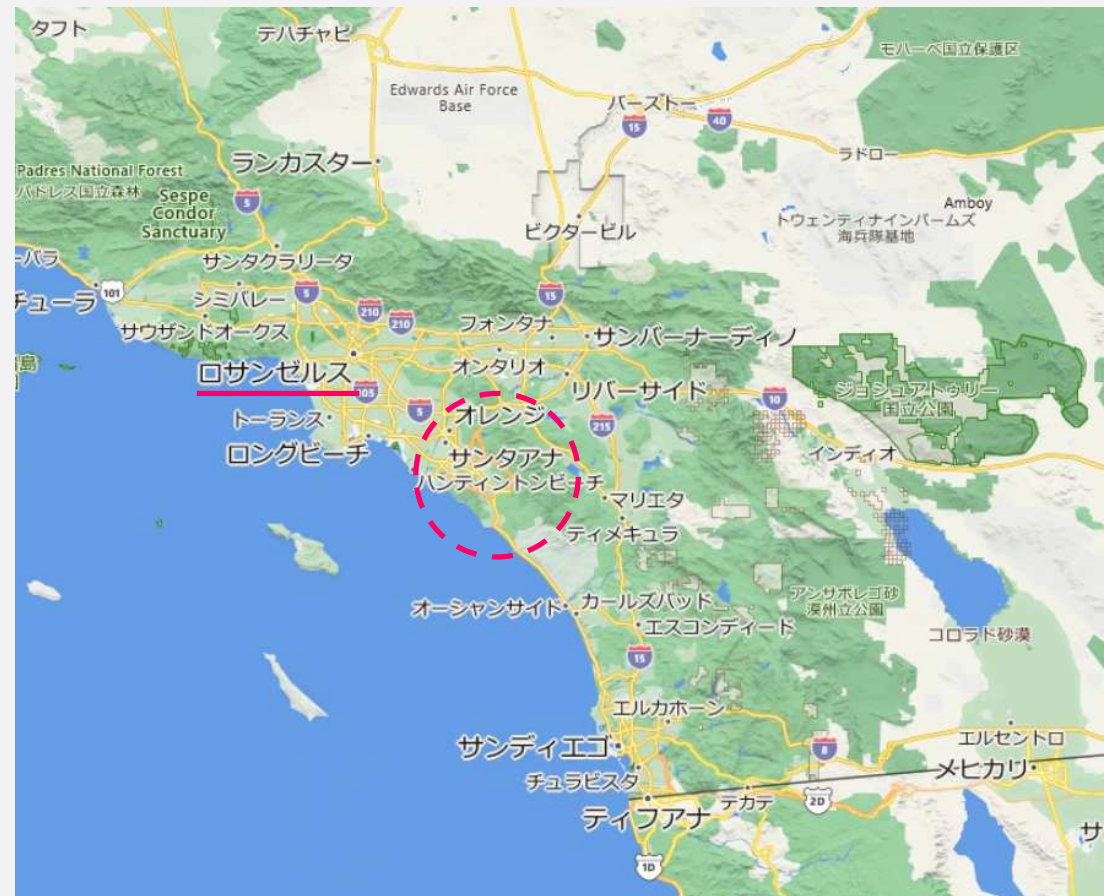
cec

ボランティア プログラム

カルフォルニア州、オレンジカウンティ

カリフォルニア州・オレンジカウンティ

- カリフォルニア州オレンジカウンティはロサンゼルスから車で南に約50分
- FBIから何度も「全米で最も安全な都市」として表彰され、治安は全米トップクラス住民10万人あたりの凶悪犯罪件数は、全米で最も低い水準
- 安全性や天候の良さや立地環境が良いことから世界中の学生達が訪れる人気エリア
- ディズニーランドやメジャーリーグのAngelsや有名ビーチも近いので観光客も多く、魅力的なアクティビティが満載
- 教育水準が高い事でも有名で、ノーベル賞受賞者を多数輩出したカリフォルニア大学アーバインキャンパスがある



カリフォルニア州・オレンジカウンティ



ボランティア活動内容

フードドライブ

アメリカはボランティア活動がとても盛んで、人助けをする目的の人、大学や就職の為に参加する人、週1回必ず来ると決めて参加する人、スピード違反で切符を切られコミュニティサービスの時間消費で参加する人、中高校や企業の研修団体、そして障がい者と、いろいろな方が自分の時間を無償で人の為に費やす＝ボランティア活動に参加しています。

この活動で学ぶことはとても大きく、とても貴重な社会勉強になり、また地元の参加者の皆さんとコミュニケーションを取りながら是非貴重な体験ができる良い機会です。

フードドライブボランティアは、家庭で余った食料品を持ち寄り、また企業から定期的に寄付される食品で、食料の確保が困難な団体や個人を支援するための活動で、アメリカでは1960年代から始まりました。



ボランティア施設

施設の空き状況により以下のいずれかの施設に配属になります

“Someone Cares Soup Kitchen”

1日に300食をホームレスや低所得者などに食事を提供している団体で、ドネーションで集まった果物、野菜、缶詰などの食品の仕分け作業や、キッチンでの食事の支度や配膳を地元のボランティアの方たちと一緒に活動していただきます。 [施設の情報（クリック）](#)

スケジュール

月曜日～金曜日

1st Shift: 9:00 AM – 12:00 PM (食事の準備)

2nd Shift: 12:00 PM – 4:00 PM (配膳)

3rd Shift: 9:00 AM – 4:00 PM (食事の準備&配膳)

“Orange County Rescue Mission”

ホームレスが社会の社会復帰を支援する団体です。様々な理由でホームレスになってしまった方に一定期間衣食住を提供し、医療や、司法相談や就職のサポートをなど全て無償で提供し、最終的に全居住者が社会に復帰し自立するカリキュラムが組まれており、そこで、ドネーションで集まった果物、野菜、缶詰などの食品の仕分け作業や、キッチンでの食事の支度や配膳を利用者と地元のボランティアの方たちと一緒に活動していただきます。

施設の情報（クリック）

スケジュール

*キッチンスタッフ(調理、配膳、片付け) 月～土 昼食 9AM-11AM/11AM-1PM 夕食 2PM-4PM/4:30PM-6:30PM

*ウェアハウス (食品や衛生用品の仕分) 月～土 9AM-4PM

*衣料品部屋 (衣料品の仕分け) 月～土 9AM-4PM



ホームステイ

ボランティア参加者の皆様の滞在はホームステイとなります。

ホストファミリーとしての経験が豊富で日本人の対応にも慣れているファミリーばかりですので、英語が初心者でも安心して滞在できます。

FOAと契約するファミリーは、既存の2ファミリーからの紹介レターを提出し、そしてFOAのスタッフが家庭訪問・面接をして選定しております。

FOAはファミリーと密着しており、万が一の時にもファミリーがすぐにFOAスタッフに連絡をする体制が整っているため迅速にご対応することが可能です。

- ・1日2食付(昼食は主にサンドイッチなどを自分で用意することも可能です)
- ・ボランティア施設までの移動は基本にご自身で市バスで移動します。



日程&価格①

2025年

費用 USD1,885
(ディズニーランド入場料込み)

① 2月9日(日)～2月22日(土)

② 2月23日(日)～3月8日(土)

最低催行人数6名～最大10名まで

14日目以降も滞在の延長は可能
(別途USD50/泊 ホームステイ費用発生)

1日目(日) 日本出発 ロサンゼルス空港到着 ホストファミリーと帰宅	2日目(月) ボランティア初日 (スタッフが同行)	3日目(火) ボランティア活動	4日目(水) ボランティア活動	5日目(木) ボランティア活動	6日目(金) ボランティア活動	7日目(土) 9:00-19:00 ハリウッド& サンタモニカビーチ観光
8日目(日) 終日フリー (ホストファミリーと過ごす)	9日目(月) ボランティア活動	10日目(火) 9:00-16:00 UCI (カルフォルニア大学アーバイン校) キャンパスツアー&フリー	11日目(水) ボランティア活動	12日目(木) ボランティア活動	13日目(金) 8:00-21:00 ディズニーランド	14日目(土) 帰国 日本到着は翌日(日曜)

プログラムに含まれるもの:

到着時の空港お出迎え、ホームステイ手配、ボランティア手配、緊急時サポート

プログラムに含まれないもの: **CEC手配費用(44000円)**

航空券、空港までの送迎(帰り)、平日の昼食、各種保険

*帰国日はホストファミリー宅から空港まではUBERまたは同様のサービスにてご自身でお帰りいただきます(約\$60～\$80)

日程&価格②

2025年

費用 USD1,600

下記の期日までに6名の申し込みが無い場合

- ① 1/10 (2月9日(日)~2月22日(土))
- ② 1/24 (2月23日(日)~3月8日(土))

14日目以降も滞在の延長は可能
(別途USD50/泊 ホームステイ費用発生)

1日目(日) 日本出発 ロサンゼルス空港到着 ホストファミリーと帰宅	2日目(月) ボランティア初日 (スタッフが同行)	3日目(火) ボランティア活動	4日目(水) ボランティア活動	5日目(木) ボランティア活動	6日目(金) ボランティア活動	7日目(土) 終日フリー (ホストファミリーと過ごす)
8日目(日) 9:00-16:00 終日フリー (ホストファミリーと過ごす)	9日目(月) ボランティア活動	10日目(火) ボランティア活動	11日目(水) ボランティア活動	12日目(木) ボランティア活動	13日目(金) ボランティア活動	14日目(土) 帰国 日本到着は翌日(月曜日)

プログラムに含まれるもの:
到着時の空港お出迎え、ホームステイ手配、ボランティア手配、緊急時サポート

プログラムに含まれないもの: **CEC手配費用(44000円)**
航空券、空港までの送迎(帰り)、平日の昼食、各種保険

*帰国日はホストファミリー宅から空港まではUBERまたは同様のサービスにてご自身でお帰りいただきます(約\$60~\$80)

アメリカ入国時に必要なもの

2024年

★ パスポート

★ ESTA登録（\$21クレジットカード必要）

★ letter of Acceptance（ご出発前にお渡しします）

★ アメリカ入国時および日本に帰国時のワクチン接種証明やPCR陰性証明など一切不要になりました。

手続きの流れ

1. WEBから申し込み [USAボランティア申込フォーム](#)
2. 申込金(22,000円) を入金
3. 航空券取得 →フライト詳細をCECに連絡
(ロサンゼルス空港到着時間は17時前までのフライト)
4. 出発1ヶ月前にCECよりメールにてオリエンテーション書類が届く
5. CECからメールでご請求書が届くので入金
6. 出発の2週間前にCECからメールでホストファミリー情報が届く
7. ESTAを取得 [米国ビザ & ESTA](#)
8. 渡米

Q&A

Q 英語力に自身が無いのですが大丈夫でしょうか？

A 英語力の条件はありませんのでどなたでもご参加いただけます。現地の方はとてもフレンドリーで話しかけられる機会も多いので、積極的にコミュニケーションを取れる事が望ましいです。

Q プログラム費用以外に現地で必要なお金はいくらぐらいでしょうか？

A 祝日・週末以外の昼食代(約1回\$10程度)とバスの移動費(片道\$2)の他に小遣いが必要となりますので、2週間の滞在で最低\$300~\$500ぐらいは必要です。
現地ではどこでもクレジットカードが使えます。

Q WIFI環境はありますか？

A ホームステイ宅には必ず使用できるWIFIがあります。カフェやショッピングセンターなどには無料WIFIがありますが、移動方法を検索などでWIFIが必要な事があると思いますので、日本からレンタルをすることをお勧めいたします。

Q 他の参加者の情報

A 2月-3月、8月-9月に参加される方はほぼ日本全国の大学生になります。お友達同士で参加される方は少ないので、ほぼ皆さん現地で初対面になりますが、普段なかなか会う機会のないエリアにお住いの学部も違う皆さんと知り合うとても良い機会になり、現地では皆さんで協力し合って活動されています。

体験談

M.Y. さん

■参加期間例：2024年8月1日～2024年9月3日 2週間

スープキッチンでの活動では、学生だけでなく日頃シェフとして働いている人や体に障害がある人など様々な人が来ていて「ボランティア活動に貢献したい」「料理が上手になりたいから」という色々な理由で参加している人がいました。毎日違うことを分担していました。なるべく日本人で固まらないよう色々な人とコミュニケーションをたくさんとることができました。分からないことがあって聞けば、お手本を見せてくれて教えてくれたり、手が空いたら他の人の手伝いをしたり参加している人が積極的で協力的な人が多くてとてもやりがいを感じることができ、楽しく参加することができました。

OCレスキューでの活動では、服の仕分けやキッチンでの作業を主に行いました。とても多くの服を着れる服と着れない服に仕分けをしたり、キッチンではホームレスの人や経済面での食事が難しい人への朝の分とお昼の分の食事を作り、野菜や果物のカットなどの作業を行いました。参加している方達が優しく教えてくださり、毎日の活動がとても楽しかったです。

また、このスープキッチン(オレンジカウティ)のボランティア活動のプロジェクトがあった場合2回目参加は可能でしょうか。とても良い環境で素敵な方達と出会えて本当に嬉しく思います。

またこのプロジェクトの活動内容もとても素晴らしいと体験しながら日本人学生との話題にもあがりました。このボランティア活動に参加してよかったと改めて感じます。

これからのご活躍をお祈り申し上げます。

体験談

2022年9月参加 伊藤さん

【Soup Kitchen】

最初は要領が分からず、あまり動けないことが多々ありましたが、日を重ねるごとに流れなどが分かるようになり、積極的に動くことができるようになりました。2日目からは野菜サラダを任されるようになり、とても嬉しかったです。食材カット、パスタを茹でる、食器洗い、ドネーション仕分けなどを行いました。1人で黙々と食材と向き合っている人はアメリカに来た意味がないと思ったので、調理中などにいろいろな人に話しかけていました。ボランティアに来たきっかけを聞いてみると、授業の単位のために来た高校生、コミュニティーセンターに雇われたアルバイトの人たち、週に一回暇つぶしをしに来ている看護助手、ボランティアをしたら仕事でポイントが付く看護師、会社に遅刻した罰として来たOLさん、育児の合間に来る母親、警察に捕まった罰として来たおじいちゃん等、本当にたくさんの方がいてとても面白かったです。他にも、調理中にアイラッシュがとれたお姉さん、“chicken burrito”の発音がすごく綺麗なおばちゃん、お互い英語とスペイン語の片方しか話せずジェスチャーでコミュニケーションしたおじさん、角切りがすごく上手なおじいちゃんなど、印象に残っている方がたくさんいます！

体験談

Y.U.さん

■参加期間例: 2019年1月1日~2023年9月3日~2週間

■ボランティアの活動内容と、その活動時間等

ホームレスや食料を確保するのが難しい方々に対して、食事を提供する活動に参加しました。活動はシフト制で、①9:00~12:00,②12:00~16:00,③9:00~16:00から当日選ぶことができます。午前は調理をして、午後は配膳を行いました。

■参加期間中の面白い発見、感動したエピソード、現地...

最初は提供される食事がパンとヨーグルトなど簡素なものだと想像していましたが、実際にはスープやパスタなど栄養バランスの取れた食事が振る舞われていました。毎日違うメニューで飽きのこない楽しい食事を提供していて、素晴らしい施設だと感じました。食べに来る方も提供する方も笑顔で会話を交わしている姿を見て、人との関わりをもたらす希望に満ちた場所だと感じました。またスープキッチン綺麗な施設でした。オレンジカウンティは治安が良く、昼間であれば1人で買い物に行くこともできました。一方でハリウッド観光の際はCDを売りつけられたりスリにあたりすると聞いたので、参加者からはぐれないよう気をつけて行動するようにしました。

■今後参加される方へのアドバイス(持ち物、準備等)...

衣類の乾燥は乾燥機で行われますが、生乾きになってしまう可能性もあるので洗濯バサミなど干すための道具を持っていくといいと思います。またドライヤーも自分用のものがあると良いです。

ホストファミリーへの日本のお土産も持って行って話のネタにしましょう！

■その他、お気づきの点

ディズニーランドの観光日が人によって違い、仲良くなった参加者同士で行けなかったことが残念でした。全員で同じ日程にしていただけると嬉しいです。

また、他の参加者の話を聞いてホームステイ先の対応がかなり人になって違うように感じました。食事が提供されなかったり、宗教勧誘を受けたりという話を聞いたので、ある一定のレベルを超えているご家庭を紹介していただきたいです。

体験談

R.I.さん

■参加期間例: 2019年1月1日～2023年9月3日～2週間

■ボランティアの活動内容と、その活動時間等

ボランティアはカリフォルニア州のオレンジカウンティにあるスープキッチンでホームレスや経済的に困っている方々への食事提供をしていました。時間は9時から12時、12時から16時、9時から16時の3種類のシフトを選ぶことができましたが、私はほとんど朝のシフトでボランティアをして、午後は現地での観光やホストファミリーと一緒に過ごす時間に充てていました。食事提供はランチのみだったので、朝のシフトは調理がメインで、野菜や果物を切ったりしたあとはその都度シェフから指示をもらって動いていました。午後は配膳と片付けで、片付けのときのウォッシャーの作業が少し大変だったかなと思います。

■参加期間中の面白い発見、感動したエピソード、現地...

アイスクリーム屋に行ったときにシングルで頼んだのにダブル以上のサイズで出てきたのでさすがアメリカだなと思いました。またカリフォルニアはビーチがきれいで、ホストファミリーが日の入りに連れて行ってくれたことが印象的です。他にもボランティアで仲良くなった現地の大学生とカフェに行って奢ってもらったり、ホストファミリーの息子の友達の家遊びに行ったりとみんなフレンドリーで暖かい印象を受けました。

■今後参加される方へのアドバイス(持ち物、準備等)...

日差しが予想以上に強かったのでサングラスと日焼け止めは必須だと思います。またこれは好みによると思いますが、私は日本のカレールーを持って行って、ホストファミリーに作ったらとても喜ばれたので、何か簡単なものでもいいので日本の料理を振る舞えるように準備をしていたら親しみやすくなるのではないかと思います。

プログラム概要 CEC

エリア	カルフォルニア州オレンジカウンティ (ロサンゼルス空港から60分以内です)
滞在	ホームステイ (2食付き) 同じ家庭に、別プログラムの日本人生徒さんがいる可能性があります。 昼食はホストファミリー宅で自分で用意します(サンドイッチなど)
ボランティア先	Someone Cares Soup Kitchen https://someonecareskitchen.org/ (現在WEB リンクがきれています) ホストファミリー宅からは市バスで移動していただきます
ボランティア内容	食事の準備や配膳(材料カット・調理)
スケジュール	月曜日～金曜日 午前・午後 (4時間程度～6時間) 詳細スケジュールは時間にご出発前に通知されます。
現地コーディネーター	Anne Martin 310-913-1972 Kumi Eisle 714-864-1736 (日本語可)
参加条件	18歳以上 英語力は問いませんが積極的にコミュニケーションが図れる方
プログラムに含まれるもの	空港片道送迎、ホームステイ手配(2食付)、ボランティア手配、アクティビティ交通費・現地スタッフ引率、 緊急時サポート(日本語) *帰国日の空港移動はUBERを手配いたしますのでクレジットカードでお支払いいただきます(\$60-\$80)