

# 2024年度夏季 バリ島ヨガ Well-Being 研修

## 募集要項

- 期 間：2024年8月17日（土）～8月31日（土） 15日間（予定）
- 募集人員：定員14名（最少催行人員5名） 引率者：本学教員（予定）
- 資 格：1. ヨガや心身の健康、Well-Beingな暮らしとは何かに興味がある方  
2. 健康上問題がないこと（英語力不問）  
3. 2023年度後期（1年生は2024年度前期）の必須科目出席率が70%以上  
（それ以下の方はご相談ください）
- 宿 泊 先：ホームステイ（英語が通じる現地家庭を予定）
- 利用予定航空会社：香港航空 ※大学からまとめて予約するため、個別の滞在延長等は認められません。

## 研修内容

※内容は都合により変更の可能性あり

- インドネシア・バリ島で自分の心を見つめ、Well-Beingとは何か学ぼう！
- ①ホームステイ（英語の通じる家庭で、家族の在り方を学ぶ）
  - ②バリ島内の大学生達との交流（ウダヤナ大学日本語学科の学生）
  - ③バリ島の文化体験（ガムラン演奏、バリ舞踊、お供え物づくり、バリ料理作り）
  - ④孤児院で子どもたちとの交流（学生が日本文化や遊び等を教える）
  - ⑤ヨガ（日課として実施）
  - ⑥バリヒンドゥーから死生観を学ぶ ⑦バリ島のお祈りや浄化の儀式への参加 など

## 費用

概算費用：約25万円 ※参加者数、為替レートや航空費用の変動により変更の可能性あり	
内 訳	研修費用：107,000円（参加者12名の場合）※人数が少ないと数万円高くなる見込み
	<b>研修費用に含まれるもの</b> ①宿泊費 ②現地サポート費 ③空港送迎・現地交通費 ④ヨガ・文化体験・交流会費用
	航空費用：人数により異なるため締切り後に予約し決定 ※価格は日ごとに変動 約13万円（空港税・燃油サーチャージ含、15名の団体航空券予約済）※10名以上の場合団体航空券適用
海外旅行保険料（参考価格：6,960円）、インドネシアビザ(e-VOA)取得料（約4,800円）	

## 上記以外に必要なもの

食費、個人的生活費、関空までの往復交通費、パスポート申請費用（必要な場合）
インドネシアSIMカードまたはWi-Fiレンタル代（ホームステイでは基本的にWi-Fi使用可能）

## 申込方法

参加申込：右のQRコード、または下記オンラインフォームにて申し込むこと。

<https://forms.office.com/r/xnyXqfT6Sf>

申込締切：2024年5月20日（月）



申込フォーム

## 提出書類

フォームにて申込の上、**申込締切日までに**国際交流センター（3号館1階）へ下記書類を提出すること。

①海外研修参加に関する同意・誓約書

②健康調査票

※健康上不安がある方は健康調査票を記入の上、校医面談を必ず受けて下さい。

校医面談：4/25（木）、5/08（水）、5/22（水）（自分で保健室に予約のこと）

③パスポート顔写真ページのコピー（申請書の写真も可）

## パスポート取得について

現在、航空券が高騰している状況で、申込締切後速やかに航空券を押さえる必要があるため、パスポート情報が必要です。**パスポート新規取得が必要な方は、締め切り前までに取得できるよう手続きをお願いします。**申請から受領までに通常1週間程度（土日休日を除く）かかります。難しい場合はセンターにご相談下さい。（ただしパスポートを取得した上で申し込まれても、条件に満たない等の理由で参加できない場合があることをご了承下さい。）

## 参加者の決定

健康調査の結果を経て、参加の可否を決定し連絡します。

## 研修中止の場合

目的地に関し、外務省等の危険情報・感染症危険情報の危険レベルが上がった場合は、研修を中止することがあります。その際のキャンセル料はご自身でご負担いただくことを了承の上、お申込み下さい。

## キャンセル料

研修費：申し込み後、出発の30日前までは100%、14日前までは50%、7日前までは30%、

それ以降は0%の返金

航空券：航空券手配を行う会社のキャンセルポリシーに従うこと。

## 海外留学保険の加入について

研修期間中、病気・けがをした場合、多額の治療費や移送費がかかることがあります。また、事故の場合加害者への損害賠償請求や賠償金の回収が大変困難な場合があります。これらを担保するため、**大学が推薦する学研災付帯海外留学保険に加入することを必須とします。**なお、保険料は個人負担となります。

## お問い合わせ

国際交流センター（3号館1階）直接もしくはLINE・メールにて

メール [kj@mail.koka.ac.jp](mailto:kj@mail.koka.ac.jp)

公式LINE ⇒



公式LINE