コロナで分かった！
英語とオンラインは相性抜群！

本多正治（ほんだしょうじ）

・セブ島英語学校First English Global College 経営
・フィリピン留学エージェント ファーストイングリッシュ経営
・明光義塾 広島地区６教室経営
・児童発達支援「ゆめラボ」２事業所経営
・特定非営利活動法人留学協会認定 海外留学アドバイザー
・広島 WAOJE 元会長
・BBT 大学大学院修了（MBA）

持論「英語は続ける仕組みが最も大切」の仕組みを提供する一方で、世界中を移動しながら学生から年配者に至るまでの「夢の創造と実現」を支援。

First English Global College

Amazon第２位！

本多さん経営の英会話学校

ボイスとのコラボプログラム
「ボイス★オンラインプライベート英会話」
の詳細はページ下部をご覧下さい♪

「わざわざ行く必要がない！」

オンラインが充実したお陰で、セミナーや会議など現場に行く必要性がないのを実感している方も少なくありません。それは英語の勉強も同じです。

私も昔、片道 30 分、往復 1 時間をかけて 50～60 分の授業を受けに通っていましたが、2 時間くらい勉強した気になっていたと思います。また、特に日本では人件費も高いので、当然授業料も高くなり、結果的に週 1～2 回の授業が精一杯でした。同じ状況を経験されたことがある方も多いのではないでしょうか。

そこで以前より徐々に火がついていたオンラインレッスンが、このコロナを機に大きく取り上げられることになったのです。オンラインレッスンの場合、自宅で受講することが出来ます。また、人件費はフィリピンの場合、現地の給与体系なので、授業料も安く、マンツーマンで受講することが出来ます。多くの方が週に 4～5 回、レッスンを受講しています。コロナによって「オンライン英語ってこんなに便利だったのか」と実感している方が激増している状況です。

様々な被害を受けたセブとその後

「自宅の家が吹っ飛んで、友人の家に居ますが、屋根がありません！No roof！」今から約 1 年 3ヶ月前、フィリピン・セブ島の First English Global College スタッフから来たメッセージです。2021 年 12 月 16 日にセブ島を直撃した台風オデットは、フィリピン中がクリスマスで浮かれていた時に起こりました。時速 270 キロの暴風で多くの家が吹っ飛び、それから数ヶ月間は電気や水道、インターネットも繋がらない状況となりました。

私たちの学校 First English Global College は、ちょうど 2021年９月に別の場所に引っ越しており、たまたま被害を逃れました。幸い今回の台風直撃時はコロナで生徒さんは誰１人居ませんでした。

コロナを機に、現状は日本人経営の学校は極めて少なくなっており、残っているのは本当に数限られた学校のみです。そして、今回 3 月にリニューアルオープンする First English Global College もその数限られた日本人経営の学校の 1 つです。台風オデットの教訓を受けて、フィリピンに残っている他の学校と同様に大きなビルの中に入ることにしました。生徒さん・講師が安心・安全に英語と向き合えるよう、新たな環境で再スタートを切りたいと思います。

これからの時代に必要なスキルは？

英語は、週 1～2 回学習していてもあまり伸びない人が多いです。英語は、いかに時間を投資するかが最も重要なポイントです。そこしかないと言っても良いくらいです。語学というのは、毎日触れていくことで確実に伸びていきます。才能や能力、勉強が出来るとかではないのです。触れ続けることだけです。そんな仕組みを簡単に作れ、「もっと気軽に、もっと安く、もっと量を。」を実現出来たのがオンライン英語です。オンライン英語の経験のない方は、今、オンラインが充実しているので、ぜひ試してみてはいかがでしょうか。

タイに来たらやっておきたい‼

ボイスのタイ料理クラス

タイ生活中に絶対に押さえておきたいのが、タイ料理★
ご帰国後に、「タイに住んでいたからタイ料理作れるよ！」と言えるように、本場の味を学びませんか？
長年大人気のボイスのタイ料理クラスをご紹介します♥

おすすめPOINTS

1. 日本人好みのメニューを厳選★
2. 毎回３品学べてお得♥
3. 元オーナーシェフのベテラン講師♪
4. 日本人通訳が日本での調味料代用品もご紹介★

・毎（火）午前・午後開講中♥
・詳細・各メニューの開講日は HP をご覧下さい★

講師 Ms. Vichit Chokdianant（チット先生）

小学生の頃から料理が大好き★講師になる前は、2店舗のタイ料理レストランでオーナーシェフとして活躍。海外のホテルから指導者として招待された経歴も。座右の銘は、「Doing what you love is where happiness lives.」皆さまに会えるのを楽しみにしています♥

コース	メニュー	ちょい辛	パクチー
A-1	・グリーンカレー（ゲーン・キヤオ・ワーン）	🌶	
	・揚げ春巻き（ポーピア・トーッ）		※根のみ
	・タイ風イカのサラダ（ヤム・プラームック）		
A-2	・パイナップルの炒飯（カオパット・サッパロット）		
	・エビのすり身揚げ（トート・マン・クン）		
	・豚肉のスープ（ガオラオ・ムー）		
A-3	・魚のナムプリックカピ（ナム・プリック・カピ・プラー・トゥー）	🌶	
	・エビの春雨の香草蒸し（クン・オップ・ウンセン）		※根のみ
	・エビの卵焼き入り酸味スープ（ゲーン・ソン・クン・カイチャオム）		
A-4	・鶏肉のココナッツミルクスープ（トム・カー・ガイ）		🌿
	・豚肩ロースの直火焼き（コー・ムー・ヤーン）	🌶※タレ	
	・なすびのサラダ（ヤム・マクアヤーオ）		
A-5	・豚肉のバジル炒め（パッ・ガパオ・ムー）	🌶	
	・タイ風エビのスープ（トム・ヤム・クン）	🌶	🌿
	・タイ風３色お汁粉（プアローイ・サム・スィー）		
A-6	・あぶり豚肉のサラダ（ナム・トック・ムー）	🌶	🌿
	・タイ風鶏肉のグリル（ガイ・ヤーン）		
	・パパイヤサラダ（ソム・タム）	🌶	
A-7	・タイ風野菜スープ（ゲーン・リアン）		
	・シーフードの蒸し物（ホー・モック・タレー）		
	・ザボンのサラダ（ヤム・ソムオー）		
A-8	・シーフードのカレー炒め（タレー・パッ・ポン・カリー）	🌶	
	・豚肉の甘辛サラダ（ヤム・ムー・ナム・プリック・パオ）		
	・卵の豚挽き肉団子包み（ルム）		

コース	メニュー	ちょい辛	パクチー
B-1	・鶏肉ご飯（カオ・マン・ガイ）	※タレ	🌿
	・冬瓜のスープ（ゲーン・ジュー・ファク）		
	・魚のさつま揚げ（トート・マン・プラー）		
B-2	・鶏肉のココナツカレー（マッサマン）	🌶	
	・春雨のサラダ（ヤム・ウンセン）		
	・くわいのココナツミルク（タプティム・クロープ）		
B-3	・タイ風サラダご飯（カオ・ヤム）		
	・鶏肉のパンダンの葉包み揚げ（ガイ・ホー・バイトゥーイ）		※根のみ
	・緑豆のココナツミルクがけ（タオ・スワン）		
B-4	・タイ風焼きそば（パッ・タイ）		
	・豚肉のマナオ風味（ムー・マナオ）	🌶	
	・ライ麦とカボチャの甘煮（ルーク・ドゥアイ・ファクトーン）		
B-5	・豚肉のあんかけ太麺（セン・ヤイ・ラートナー・ムー）		
	・肉団子のそば巻き揚げ（ムー・サローン）		※根のみ
	・タロイモのココナツミルク（プアック・チュアム）		
B-6	・豚肉のカレーヌードル（カオ・ソイ・ムー）		
	・鶏肉とカシューナッツの炒め物（ガイ・パット・メッマムアン）		
	・エビとレモングラスのサラダ（ヤム・タックライ・クン）		
B-7	・焼き豚肉のレッドカレー（ゲーン・ペット・ムー・ヤーン）	🌶	
	・茹で卵揚げの醤味ソースがけ（カイ・ルーク・クーイ）		
	・四角豆のサラダ（ヤム・トゥアプー）		
B-8	・タイ風五目ご飯（カオ・クック・カピ）		
	・空心菜の炒め物（パックブン・ファイデーン）		
	・ココナッツゼリーとミックスフルーツ（ウン・ボンラマーイ）		

全16回受講された方には修了書あり♥　1回毎の参加もOK♫　旅行者の方も大歓迎★

ヨガ

ヨガで輝く自分に♥

Meditation Breathing Yoga
RYT200 ヨガ講師養成講座
～ありのままで自分らしくあなたを輝かせる～
ヨガインストラクターになりませんか？
16期生募集
3月12日スタート

RYT200 資格取得
欠席の場合 録画受講あり♪
オンライン 受講
ヨガ ビジネス コンサル付き

yoga ALLIANCE RYT 200 YOGA

アロマメディテーション 資格講座 ⇢ アロマと瞑想で心のチェックのカウンセラー資格
ライフヨガ数秘学講座 ⇢ 生年月日から９つの数字を出し、セッション可能な資格

日本の雑誌、メディアに多数掲載！
ギネス認定★開脚開運の女王®流過有優美が直接指導♡
世界中からご受講可♡
身体が硬い人・初心者・年齢問わず大歓迎♡

@yogabkk
yogakokorokoko@gmail.com
https//mindfulness-m.com
詳細・お問合せはこちらから

英会話

一歩踏み出したい方、必見！

1st FIRST ENGLISH Global College
ボイス★オンライン プライベート英会話
英語力を上達させたい方、お待ちしています！
Achieve English Gym

どんなプログラム？
ダブルのサポート体制で英語力UP！
Skypeレッスン
セブ島・First English Global Collegeの講師陣が担当
カウンセリング・面談・サポート
バンコク・Achieve English Gymの Reinaが担当

こんな方におすすめ！
・何をどう学習すれば良いかわからない
・一人だとモチベーションが上がらない
・意志が弱くて続かない
・忙しくて時間がない
・初心者過ぎて恥ずかしい
・仕事でやっぱり必要
・インター校に入って急遽必要
・英語を話す相手がほしい
・自分に合った内容とペースで進めたい

何を学習できる？
大人：会話・シーン別表現・瞬間翻訳・イディオム強化・文法・ビジネス・TOEIC等
キッズ 学生：会話・フォニックス・単語・ストーリー・文法・英検５～１級・TOEFL等

おすすめPOINTS！
●曜日・時間固定制：毎回の予約が不要！
●講師担任制：毎回自己紹介も不要！次のレッスンも続きからスタート！
●マンツーマン50分：50分英語のみ！でも個々のペースでOK！
●チューター制度：行き詰まったら日本人コーチに相談OK！

ご受講の流れ
カウンセリング（無料） → トライアルレッスン（無料） → 学習内容・日時決定 → レッスン受講 → 困ったら相談

詳細＆無料トライアルお申込はこちら

クリニック

腰が痛い方、姿勢が気になる方必見★

STOP THE 我慢
肩こり・腰痛
このようなお悩みはありませんか？
☑パソコンを使っていると首から肩がつらくて集中できない
☑本を読んだり、スマホをしていると肩がつらくなる
☑肩こりがひど過ぎて頭痛や吐き気がすることがある
☑自分なりに調べて色々試したけど、一向に良くならない
☑どこに行っても全く良くならないのでもう諦めている
我慢の必要はありません！これで解決できます！
1つでも当てはまっていて、本当に良くなりたいと思っているあなたに特別な提案があります
通常1,400バーツの治療が初回お試し300バーツ
2023年4月30日まで 先着5名様限定

DARUMA CLINIC
「ほねつぎクリニック」から名前が変わりました！
場所 RQ49モール3階、スクンビット49（サミティヴェート病院の隣）
時間 月～土 9:00～20:00（最終受付 19:30）
日 9:00～17:00（最終受付 16:30）木曜定休
☎095-961-3581（日本語）
DARUMA CLINIC だるまクリニック
ご予約は LINE で♪
LINE：@562yunkw

食品

シェフこだわりの味！

ソイ39のお子様連れ大歓迎のカフェ♥パンも大好評！
Shirokumaya CAFE
☎098-883-1128 ソイ39
36/4 Soi Sukhumvit 39 9:00～19:00 (L.O. 18:30)
shirokumayacafe shirokumayacafe @858qmgiy

しろくまやベーカリー ソイ53
住所：88 Soi Sukhumvit 53（トンローソイ5とアの間にある商業施設No.88の1階）
9:00～19:00 shirokumayabakery
しろくまやカフェで大好評の生食パンをメインに販売中のベーカリー♥ふっくらもっちりおいしい生食パンをご堪能下さいよ♪