

～コミュニティ訪問ガイド～



タンザニア



Tanzania



タンザニアにはサファリで有名な国立公園が多数あり、世界中から観光客を集めています。ンゴロンゴロ噴火口は世界最大のカルデラとして知られており、ヘミングウェイは頂上に雪をいただいたキリマンジャロの雄姿から小説を書くためのインスピレーションを得ました。その他、独自の文化と歴史遺産の宝庫ザンジバルなど、見所が一杯です。また、人類最古の化石のひとつ、ジンジャントロプスはタンザニアで発見され、人類発祥の地としても知られています。



正式国名: タンザニア連合共和国
首都: ダルエスサラーム
人口: 3,946 万人 (2006 年、世銀)
時差: 日本より 6 時間遅れ
言語: 英語 (公用語)、スワヒリ語
通貨: タンザニア・シリング (T.shs)
宗教: イスラム教 31%、キリスト教 25%、
伝統宗教 44%
産業: 農業 (メイズ、キャッサバ、米、
コーヒーなど)、鉱業 (金、ダイヤモンドなど)、工業 (麻、農産物加工など)

現地までの行き方

現地事務所までの交通手段は、訪問者側で手配をしてください。

日本 ~ タンザニア(ダルエスサラーム)



タンザニアへの入国はダルエスサラーム国際空港、またはキリマンジャロ国際空港からとなります。近隣アフリカ諸国からはムワンザ(Mwanza)へも国際便が運行しています。

- ダルエスサラーム国際空港から市の中心部まではタクシーで約 15 分ですが、渋滞の際はもう少し時間がかかります。料金はおよそ 20 ~ 25 米ドルです。市の中心部や市外の海岸地帯には、1 泊 100 ~ 350 米ドルの国際ホテルがあります。また、比較的割安なホテルの宿泊も可能です。
- キリマンジャロ空港に到着された方はダルエスサラームまたはムワンザへ移動してから訪問先へ向かう必要があります。訪問先にもよりますが、国内航空便では短時間の飛行、車では7時間から12時間の乗車を要します。ダルエスサラームからムワンザまではタンザニア航空が毎日就航しています。

ダルエスサラーム ~ 各活動地域事務所 ~ チャイルドのコミュニティ

- * チャイルドの住む地域の番号は、チャイルド番号の最初の3桁の数字です。
- * 現地事務所からコミュニティまでは、現地事務所が車を用意してご案内いたします。

#130 ダルエスサラーム (Dar Es Salaam)

- 市内にあるダルエスサラーム事務所までお越しください。
- 事務所からコミュニティまで車でおよそ30分~1時間かかります。

#808 キバハ(Kibaha)

- キバハは沿岸地域に位置します。事務所はダルエスサラーム事務所から35kmに位置し、活動地域は、ダルエスサラームから64~80kmに位置します。
- キバハはダルエスサラーム事務所から比較的近いので、ダルエスサラームに宿泊し、日帰りで訪問することが可能です。

#806 キサラウェ(Kisarawe)

- キサラウェはダルエスサラームの中心部から約35kmに位置します。一番遠い活動地域はプランの事務所から70キロに位置します。ダルエスサラームからキサラウェまでの道は舗装されています。キサラウェはダルエスサラームから近いので、ダルエスサラームに宿泊し、日帰りで訪問することが可能です。

#131 ムワンザ(Mwanza)

- ムワンザは小高い丘陵に囲まれた河畔にある町です。ビクトリア湖沿岸は風光明媚な場所で、商業、漁業の中心地です。ダルエスサラームからムワンザまで毎日定期航空便が運行しています。(90分)バスでは2日、鉄道では3日かかります。プランの事務所は空港からおよそ10kmのところであり、タクシーだと空港からは12~15米ドルかかります。ホテルはほとんどありませんが事前にお知らせいただければ、プラン職員がお探しいたします。ホテルは1泊30~100米ドルです。ムワンザにも両替所はありますが、レートがよいダルエスサラームでの両替をお勧めします。
- プランの活動地域は現地事務所から2~15kmの所にあります。

#807 ゲイタ(Geita)

- ゲイタはムワンザの西 124km に位置します。フェリーでビクトリア湖を渡った後、未舗装の道路を車で片道3時間ほど走ります。
- ゲイタはホテルが非常に少ないため、訪問を希望される場合は、確実にホテルを予約するためにできるだけ早くお知らせください。事前にお知らせをいただけない場合は、ムワンザに宿泊していただき、ゲイタには日帰り旅行となります。

#132 イファカラ (Ifakara)

- 事務所のあるイファカラ(ifakara) はダルエスサラームの南西 450 キロに位置しています。鉄道でまる一日かかります。費用はファーストクラスで 15~20 米ドルです。ダルエスサラームから毎日定期バスが運行しており、費用はおおよそ 15 米ドルです。イファカラまで 8~9 時間かかります。
- プランの活動地域はイファカラの事務所から 45~85 キロのところにあります。活動地域内には舗装された道路網はなく 3 月から 6 月の雨季の訪問はお勧めしません。この地域は平地のため雨季には洪水の被害があります。
- イファカラにはホテルはありません。宿泊できる施設は保健所や宣教師用の簡易宿泊所などが所有する、イファカラの診療所内に少しだけあります。宿泊費は設備が完備された部屋で一泊 25~35 米ドル、食事付きのシングルルームは 10 米ドルです。洗濯や飲み物などのサービスは都度お支払いいただきます。

周辺地図



訪問に適した時期

タンザニアでは乾季の6～9月が訪問に最も適した時期です。10月にはわか雨が降ります。この時期、夜間は薄手の綿素材のセーターやジャケットがあると便利です。11～2月にかけて徐々に気温が高くなり、12月と1月は36℃以上になることもあります。

3～5月は雨季にあたり、非常に雨が多くなるため、道路の状態が悪くなり、活動地域のコミュニティへ入ることが非常に難しくなります。また農繁期となるので訪問はご遠慮ください。

*チャイルドがイスラム教徒の場合、ラマダン期間(イスラム教の断食月)および金曜日(特に正午前後は)のご訪問はお控えください。訪問される前に事務局にご確認ください。

現地事務所の業務日 / 時間

月曜日～木曜日 8:00～17:00

金曜日 8:00～14:30 土・日・祝日は休みとなります。

夏季休暇(2週間)クリスマス、年末年始には事務所をお休みします。

タンザニアの主な祝祭日

| | | | |
|-----------|----------------|--------|---------|
| 1月1日 | 新年 | 7月7日 | 国際貿易フェア |
| 1月12日 | ザンジバル革命記念日 | 8月8日 | 農民の日 |
| 3月下旬~4月上旬 | イースター (Easter) | 12月9日 | 独立記念日 |
| 5月1日 | メーデー | 12月25日 | クリスマス |

*この他イスラム教の祝日はイスラム暦によって決まります。

現地スタッフとの待ち合わせ

現地事務所にお越してください。チャイルド訪問の際は現地職員がチャイルドや家族が住むコミュニティまでお車で送迎いたします。事前にご相談ください。

言語と通訳

国語はスワヒリ語ですが、多くの場所で英語も使われています。タクシー運転手やホテルの従業員、レストランの店員は英語が通じます。

*現地では職員が英語でご案内します。

宿泊

現地事務所を通じて各地域での宿泊先を手配することができます。ご希望の場合は、「訪問予定メモ」の所定の欄にご記入ください。

* ご参考までに。現地事務所から紹介のあったホテルです。

ダルエスサラーム

- ・市内中心部: モーベンピック(Moevenpick)、キリマンジャロ(Kirimanjaro)、エイジップ(Agip)、
- ・プラン事務所近辺: オイスター・ベイ(Oyster Bay)、カリブ(Karibu)
- ・海岸地帯: ホワイト・サンズ(White Sandz)、バハリ・ビーチ(Bahari Beach)

ムワンザ ニュームワンザ(The New Mwanza)、レイク(The Lake)、ティラピア(Tilapia)

イファカラ (一般のホテルはありませんが、ゲスト・ハウスが若干あります。)

キロンベロ・バレイ・ティーク会社(Kilombero Valley Teak Company)

銀行と通貨

ダルエスサラームと主な都市では米ドル、イギリスポンド、ユーロとその他の通貨の両替が可能です。両替所が多くあるのでダルエスサラームでの両替をお勧めします。ホテルやATMではVISAやMaster Cardsなどのクレジットカードもご使用いただけます。

現地の習慣

この国ではお客を暖かく迎える伝統があります。それは外国からのお客に対しても変わりません。親しみを込めた微笑みも友好的でしょう。

アフリカ文化圏では挨拶は非常に重要で、たびたび握手をすることになるでしょう。女性や子どもは片膝をついて挨拶をすることが多いのですが、これはお客様や目上の人達に対する敬意の表明です。

例えば、その家の主人が座るよう勧めた isumbi(イスンビ、伝統的な腰掛け) にあなたがお座りになればその主人に対する敬意の表れと考えられ、人々を喜ばせます。

チャイルドやファミリーが敬虔なイスラム教徒の場合、西洋人のようなライフスタイルを厳しく制限している場合があります。チャイルドの家を訪問したときは喫煙なさないようお願いします。

ファミリーがイスラム教の場合は、訪問者に対して控えめな態度をとるとお考えください。

物を受け渡しする際や食事のとき、誰かを指し示すときなどには左手を使わないようお願いします。

留意事項

チャイルドや家族、家、学校やコミュニティの写真を撮る前には相手の了解を得てください。(コミュニティの外でも、撮影されることを嫌う部族もいますので、本人の了解が必要です。軍事施設や公共建築物の撮影は禁止されています。)

授業時間内に学校を訪問した時には、チャイルドを学校から連れ出さないでください。

現地の法律を遵守ください。

ファミリーと皆様の安全のために、チャイルドをコミュニティから連れ出すことや、コミュニティでのホームステイはできません。

ファミリーから現金や物を要求するような発言があった時、現場での説明、通訳、諸費用の支払いについて問題をお感じになった場合は、その場で現地職員に伝えてください。

あらゆる種類の麻薬の売買・所持、および子どもとの性行為は厳罰に処せられます。

お互いの個人住所の交換はできません。

☞チャイルドとの直接の手紙のやりとりは、郵便サービスのない場所には届かず、通信記録がとれないために事務局で郵便事故の把握ができません。また、個人的援助の依頼の手紙が届いてご迷惑をおかけするなど、現金や高価なプレゼントを渡す行為と同じく、住民の和を乱す一因となったりスポンサーへの依存心を生むなど、地域活動の阻害につながることもあるため、ご遠慮ください。

渡航前の準備

渡航先の安全に関しては外務省の情報等で必ずご確認ください。

*外務省海外安全相談センター / (直通) TEL03-3501-8162(代) TEL03-3580-3311(内線 2902)

*外務省ホームページ 海外危険情報 / <http://www.anzen.mofa.go.jp>

*国別・海外安全情報FAXサービス / TEL 0570-023300

タンザニアへの渡航には、パスポート、ビザが必要です。ビザは国境や空港でも取得できますが、日本国内で観光ビザを取得しておくのが確実です。

海外旅行損害保険には必ずご加入ください。

年間を通じてマラリアが流行しているので、マラリアの予防薬を服用ください。

訪問時に、見たいこと、聞きたいことなどが具体的にありましたら、「訪問メモ」で事前に日本事務局までご相談ください。

連絡先のリストをお忘れなくお持ちください。現地事務所の連絡先は出発前にお知らせします。

チャイルドやコミュニティの住民とは、人見知りしてなかなか話づらいことがあります。訪問前に手紙や報告書を読み返し、こちらからも積極的に質問や話題を用意されていくことをお勧めします。

チャイルド訪問時は華美にならない服装でご訪問ください。男性は長ズボン、女性は肩やひざを出さない服装で、ショートパンツや膝の出る服装はご遠慮ください。また、動きやすいスニーカー、布製のショルダーバッグ、リュックなどが良いでしょう。

チャイルドにおみやげを持っていく場合

お土産を渡すことは万国共通のコミュニケーション手段です。しかし、家族やコミュニティでの不和や困惑を避けるために、事前に現地職員にご相談ください。

高価なおみやげはご遠慮ください：チャイルドが健やかに育つには、地域全体の生活向上が不可欠です。あるチャイルドや家族だけが高価なギフトをもらうことにより、地域の調和を乱してしまうおそれがあります。

コミュニティには他にも多くの子どもたちがいることにもご配慮ください。

現地での購入もできます：文化・習慣の違いなどもありますので、事前にご相談ください。現地職員と共に購入する場合、現地職員は好まれる品物を紹介はしますが、購入は義務ではありませんのでご予算の範囲内でお買い求めください。

適切なギフトの例：詳しくは「おみやげどうしよう？」をご参照ください。

- 学用品
- 日用品(石けん、歯ブラシ、タオル類など)
- グループで一緒に遊べるもの(ボール、風船など)
- 日本の文化を紹介できるもの(折り紙、人形、コマ、日本の絵葉書など)
- 大勢で分けられるもの(筆記具、飴など)
- 衣類(Tシャツ、帽子)

不適切なギフトの例：

- 現金(いかなる場合も渡さないでください)
- 変質しやすく、食中毒を起こす可能性のある食べ物や、口にすると危険な乾燥剤の入っている包装菓子など
- 現地では高価なもの(電気製品、時計、使い捨てカメラなど)、電池を使うおもちゃ
- 中古品(汚れや破れのある古着、使い古しの学用品)
- その他(翻訳が必要な本、薬、好き嫌いのある和菓子など)
-

もっと詳しい旅行情報はこちらで！

*タンザニア連合共和国大使館 〒158-0098 世田谷区上用賀4丁目21-9 :03-3425 4531

*在大阪タンザニア連合共和国名誉領事館

〒541-0057 大阪市中央区北久宝寺町3丁目6-1 鴻池ビル :06 6241 6780

*タンザニア政府観光局 <http://www.tanzaniaembassy.or.jp>

*インターネットウェブページ : <http://www.mofa.go.jp/mofaj/area/tanzania/index.html> (和文)

チャイルドに会ってきました ～私の一日～

一例をご紹介します。
実際は訪問者のご希望と現地事情により決定されます。

- 9:00 ホテルロビーにて現地職員と待ち合わせ。
- 9:30 現地事務所で職員からプログラムの説明を受ける。
- 10:00 チャイルドへのコミュニティへ出発。



- 11:00 チャイルドの学校見学、校長先生に挨拶し、生徒と交流する。
(歌やダンスを観たり、ゲームを一緒にする。)
- 12:00 家族と対面。
チャイルドの家でもてなしを受ける。

- 13:00 集まった村人と歓談。
- 13:30 チャイルドたちと一緒に近隣プロジェクトを見に行く。



- 15:00 チャイルドや家族と別れを惜しみつつコミュニティを出発。
- 16:30 現地事務所に到着。簡単な感想を用紙に記入。ホテルまで送ってもらう。

チャイルドに会ってきました ～感想あれこれ～



- ◎お互いに言葉を交わし、笑顔を見て交流できたのは、貴重な体験だった。 <ベトナム>
- ◎チャイルドは最初、恥ずかしがって打ち解けてくれなかったが、家族や村人と交流するうちにチャイルドのほうから隣に並んでくれた時は嬉しかった。 <インド>
- ◎私たちが送ったカードや写真が大切に保管されていて嬉しかった。 <ポリビア>
- ◎チャイルドの家で手料理が用意されていた。「大丈夫かな」と迷ったが、せっかくのおもてなしと思い頂いたところ、とても美味しかった。もし衛生面などで心配なら、現地スタッフに相談したらいいと思う。 <エジプト>
- ◎大セレモニーとなり、日常生活が見られなかった。プランの活動をほめすぎているようにも感じた。 <ペルー>
- ◎その地域の特性なのか、コミュニティの人との交流はなかった。家族と向き合う時間が長いので、言葉が通じなくても楽しめる折り紙などを用意をしていってよかった。 <エルサルバドル>
- ◎チャイルド、家族、地域の方々が想像以上に私たちの訪問を待ち望んでいることを知った。観光と違って心から喜びを感じ、その余韻がずっと残りそうだ。 <タイ>
- ◎日本のことを紹介したり、日本の歌をうたって子どもたちに喜ばれた。 <フィリピン>

- ◎チャイルドに会えただけでなく、プロジェクトを見学して地域開発の成果を確認することが出来た。 <ケニア>
- ◎一方的にモノを与える方式でなく、活動地域の住民の知恵や労力を巻き込んだ「共に汗する」支援方式であることを身をもって感じた。 <パラグアイ>
- ◎通訳が間に入るため、質問に納得のいく返事が得られず残念だった。 <ネパール>
- ◎成長記録の一年に一枚の写真では到底うかがい知ることの出来ない子どもの環境を見て、スポンサーであることの責任を感じた。 <タンザニア>



財団法人 日本フォスター・プラン協会

〒154-8545 東京都世田谷区三軒茶屋 2-11-22 サンタワーズセンタービル 10F
TEL03-5481-6100 FAX03-5481-6200
www.plan-japan.org service@plan-japan.org

