

国際理解・支援NGO

トウエンデ

# アフリカン料理会

ナイジェリアのごはん ケニアのごはん・・・

いっしょに作って食べましょう！

2018年2月25日(日)10時～14時

上田公民館調理室

大人1500円

学生1000円(小学生500円)

詳しいお問い合わせは下記まで  
019-643-1170(米澤)

タンザニア タボラにて

Photo 米澤 真奈美

「トウエンデ」とはスワヒリ語で共に歩もうという意味です。

トウエンデは「タンザニア支援と私たちの生活を見直そう」  
をテーマとしたNGOです。

トウエンデ事務局

e-mail [sasakiyuka@hotmail.com](mailto:sasakiyuka@hotmail.com) fax 019-663-3330

メニュー

イスラム料理（ハラール）

鶏肉を使った料理

調理用バナナを使った料理

ナイジェリアのごはん

ケニアのごはん

～メモ～

## トウエンデからのメッセージ

いろいろな所で、いろいろな事が起こっています。  
今までは遠くの出来事で、済ますことができたかもしれません。  
「遠くのこと良かった、自分たちは恵まれている」全くの他人事です。  
もう、そうは云ってられません。  
アフリカの干ばつや戦争は、私たちの贅沢な生活が原因かもしれません。  
地球をここまで苦しめてしまったのは他でもないわたしたち人間です。  
地球は空や海や意識でも繋がっています。  
地球の問題は私たちみんなの課題です。  
損得で考えることに慣れてしまった、  
私たちの小さな頭で考えても、もう追いつきません。  
わたしたちが、意識を変えていくことが大切だと思います。

遠くのこと、近くのこと、大きなこと、小さなこと、  
あなたに起こったことも、私に起こったことも、  
すべて、自分に対するメッセージだと受け止めて、  
体験を通して学ばせてくれてありがとう、ごめんなさいという想いで、  
それぞれが、そこから何を学んだらいいのだろうと感じて、  
気づいたことは行動に移すことが大切だと思います。  
そうは思っても、日々の生活に紛れて忘れそうになってしまうので、  
トウエンデは活動を続けています。  
ご縁のあったタンザニアを応援しながら、自分たちの生活を見直して、  
遠くの人、近くの人、共に歩めれば・・と思うのです。

今日ここに、共に歩いて下さって、ありがとうございます。

トウエンデ代表 米澤 真奈美  
(まなはりきゅういん内:019-643-1170)

## 「トゥエンデ」とは・・・

スワヒリ語で「一緒に行こうよ」という意味。  
「ともに歩もう」という想いを込めてつけた名前です。

トゥエンデは自分たちの生活を見直し、遠く離れた国、タンザニアの困っている人たちの生活を支援する団体です。

## トゥエンデの主な活動内容

- \* 自分たちの生活を見直すためワークショップを始め、  
いろいろなイベントを行っています。



- \* タンザニアの人々への  
生活支援として  
少額融資、鶏基金を行いました。

トゥエンデ：NGOとして岩手県盛岡市を拠点に2001年発足。青年海外協力隊としてタンザニアに3年在住経験を持つ米澤真奈美が代表。正会員12名、賛助会員72名（2017年現在）  
エイズやポリオ後遺症で生活に困窮するタンザニアの人たちにささやかではあるが自活できるようにと自営開店資金融資を、また、鶏をつがいで提供するところから増産させ卵肉を食糧にしてもらう活動をタンザニアのタボラ洲にて展開。2018年現在新たな支援を模索中。

HP: [www15.plala.or.jp/twende-tanzania/](http://www15.plala.or.jp/twende-tanzania/)

活動資金はタンザニア関連の物品（コーヒーや布、ハガキ）の販売、会費（1000円）、寄付などでまかなっています。

入会希望の方は下記まで

[sasakiyuka@hotmail.com](mailto:sasakiyuka@hotmail.com)（事務局 佐々木）

## トゥエンデからのメッセージ

いろいろな所で、いろいろな事が起こっています。  
今までは遠くの出来事で、済ますことができたかもしれません。  
「遠くのことで良かった、自分たちは恵まれている」全くの他人事です。  
もう、そうは云ってられません。  
アフリカの干ばつや戦争は、私たちの贅沢な生活が原因かもしれません。  
地球をここまで苦しめてしまったのは他でもないわたしたち人間です。  
地球は空や海や意識でも繋がっています。  
地球の問題は私たちみんなの課題です。  
損得で考えることに慣れてしまった、  
私たちの小さな頭で考えても、もう追いつきません。  
わたしたちが、意識を変えていくことが大切だと思います。

遠くのことも、近くのことも、大きなことも、小さなことも、  
あなたに起こったことも、私に起こったことも、  
すべて、自分に対するメッセージだと受け止めて、  
体験を通して学ばせてくれてありがとう、ごめんなさいという想いで、  
それぞれが、そこから何を学んだらいいのだろうと感じて、  
気づいたことは行動に移すことが大切だと思います。  
そうは思っても、日々の生活に紛れて忘れそうになってしまうので、  
トゥエンデは活動を続けています。  
ご縁のあったタンザニアを応援しながら、自分たちの生活を見直して、  
遠くの人も、近くの人も、共に歩めれば・・・と思うのです。

今日ここに、共に歩いて下さって、ありがとうございます。

トゥエンデ代表 米澤 真奈美  
（まなはりきゅういん内：019-643-1170）