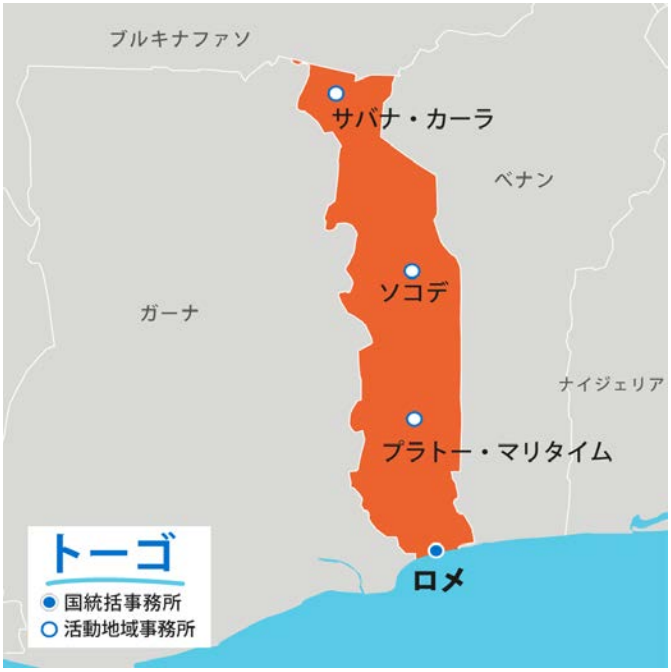
～コミュニティ訪問ガイド～



トーゴ

Republic of Togo



ガーナ国境とギニアに湾に面したトーゴの首都ロメには、活気とエネルギーで沸き立つグランマルシェ（大市場）があり、伝統工芸品、鮮やかな色彩の布や衣装をはじめ、あらゆる生活雑貨が並び、アフリカならではの市場を体感することができます。
南北に細長いトーゴは、南部のトーゴ湖、周辺のヴードゥー教の町、中部の風光明媚な丘陵地帯、独自の住居や文化を保ち続けている北部地方など、さまざまな見所が南北に縦断しています。





正式国名： トーゴ共和国
首　　都： ロメ
人　　口： 930 万人（2023 年 世界銀行）
時　　差： 日本より 9 時間遅れ
言　　語： フランス語（公用語）、エヴェ語
　　カビエ語　ほか
通　　貨： CFA フラン
宗　　教： 伝統宗教 67%、カトリック 18%
　　イスラム教 10%、プロテスタント 5%
産　　業： 農牧業（綿花、カカオ、コーヒー）
　　鉱業（リン鉱石）

現 地 ま で の 行 き 方

現地事務所までの交通手段は、訪問者側で手配してください。

ロメ市内　～　国統括事務所

国統括事務所は首都ロメ（Lome）にあり、空港から約 5km、市の中心部からは 4km ほど離れています。

ロメ市内　～　現地事務所　～　チャイルドのコミュニティ（活動地域）

週 3 回（月、水、金）に限り、ロメ市内から各現地事務所および各活動地域まで、プランの車でご案内することが可能です。ご希望の際には事前にお知らせください。ロメにあるアグバルフェドガ（Agbalepedogan）タクシー乗り場から、タクシーまたはミニバスで各現地事務所および各活動地域へ移動することも可能です。

首都ロメ市内から各現地事務所までの所要時間は、車で 3～5 時間ほどです。各現地事務所からチャイルドの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。コミュニティまでの所要時間は 1 時間前後です。

■#1031 プラトー・マリタイム（Plateaux Maritime）

ロメから 160km の所にあります。

■#1032 ソコデ（Sokode）

ロメから 330km の所にあります。

■# 6126 サバナ・カ-ラ（Savanes-Kara）

ロメから 420km の所にあります。

訪 問 に 適 し た 時 期

熱帯気候であり、8～9 月および 11～4 月は乾季で、この時期の平均気温は沿岸地帯で 24～29℃ですが、北の内陸部に行くにしたがってさらに気温が上がります。最も暑い時期は 2 月と 3 月で、最も寒い時期は 7～8 月および 12～1 月です。

雨季は 4～7 月および 9～10 月です。雨季には激しい雨が降りますが、毎日 1～2 時間程で止むことが多いため、旅行に差し支えるほどではありません。雨季は気温が涼しいため、訪問に適しています。年間を通じて気温が高いので、ご訪問の際には通気性の良い綿シャツなどの服装が適していますが、朝晩は冷え込むことがありますので、薄手のジャケットなどをお持ちになると良いでしょう。

現 地 事 務 所 の 業 務 日 ・ 時 間

月曜日～木曜日 7：30～17：00　金曜日 7：30～13：30　※土日・祝日はお休みです。

現 地 ス タ ッ フ と の 待 ち 合 わ せ

到着されましたら、現地事務所までご連絡ください。ご訪問予定の最終確認を行います。

また、ご訪問の当日は現地事務所までお越しください。事務所の連絡先は、ご出発前にお知らせいたします。

主 な 祝 祭 日

1 月 1 日	新年	5 月 29 日	ペンテコステ(聖霊降臨祭)
4 月 9 日	イースター	6 月 21 日	殉教者の日諸聖人の日
4 月 9 日	イースターマンデー	6 月 29 日	犠牲祭（Tabaski）
4 月 20 日頃	ラマダン明けの祭り	8 月 15 日	聖母被昇天祭
4 月 27 日	独立記念日	11 月 1 日	諸聖人の日
5 月 1 日	メーデー	12 月 25 日	クリスマス

※上記は 2023 年のものです。祝祭日は毎年変更になるものもあります

言 語 と 通 訳

公用語はフランス語で、ほとんどの人がフランス語を話します。タクシー運転手の中にはフランス語を話せない人もいますが、行き先の名前を告げれば分かります。街路の名称や番号がないため、行き先の名前を予め確認しておく必要があります。 **＊現地では職員が英語でご案内します。**

宿 泊 施 設

各地域のホテルを以下のようにご案内いたしますので、コミュニティの起点となる都市でのご宿泊手配をお願いいたします。ウェブサイトが無いなど、ご自身でのお手配が難しい場合はご相談ください。

首都ロメ市内

Name	Address & Telephone
HOTEL　SARAKAWA	Boulevard du Mono B.P. 2232 - Lomé Tel. (00228) 22.21.65.90 Fax (00228) 22.21.71.80 E-mail: H2102-RE-@accor.com https://sarakawa-hotel.com/en/
HOTEL SANCTA MARIA	Boulevard du Mono Tel (00228) 22 22 92 92 / (00228) 22 22 93 93 E-mail: reservations@hotelsanctamaria.com

プラトー・マリタイム活動地域

Name	Address & Telephone
ISIS HOTEL	Quartier Talo, non loin du restaurant le Flamboyant Tel : (00228) 22 39 67 22 (00228) 90 99 08 48 E-mail: yvettebaromi@yahoo
ROC HOTEL	BP. 266-ATAKPAME; QUARTIER NYEKONAKPOE E-mail: rochoteltourisme@gmail
HOTEL LE FLAMBOYANT	B.P 151 Talo- Atakpame, A côté de Hotel ISIS,

Name	Address & Telephone
HOTEL LE LUXEMBOURG	B.P 74 A COTE DU MONUMENT, FACE LYCEE D'ATAKPAME (LYATA) (00228) 92 89 80 25 E-mail: Luxembourg.hotel@gmail.com
HOTEL MELISSA	Tsevie Tel. (00228) 90 28 96 56 / (00228)90 03 15 57
HOTEL ST GOERGES	Tsevie Tel (00228) 23 30 00 51

サバナ・カ-ラ活動地域

Name	Address & Telephone
HOTEL KARA	BP 5 Tel: (00228) 26 60 05 16/ 26 60 60 20 E-mail: tourismhotelkara@yahoo.fr Kara
HOTEL DE FRANCE	Situé non loin du nouveau marché de kara Tel: (00228) 90 04 62 55 / (00228) 99 08 98 98 / 26 60 05 29 E-Mail : hotelfrance2000@gmail.com Kara
HOTEL LA DOUCEUR	Situé à l'Est du grand stade de Kara Tel : (00228) 26 60 11 64 / 99 82 42 42 (00228) 93 89 68 98 E-Mail : Contact@hotelladouceur.com Kara
HOTEL LA CONCORDE	Situé en face de la Polyclinique Tel: (00228) 26 60 19 00 / 90 90 30 30 (00228) 90 39 66 99 E-mail : kagbaraboni@gmail.com Kara
Centre Pastoral Mgr BAKPESSI de KARA	Situé derrière la Direction de l'Action Sociale Tel: (00228) 90 99 97 81 / 91 48 40 96 (00228) 91 53 09 76 E-Mail: evechekaracpd@gmail.com Kara
MEKA HOTEL	Situé à 200 m environ du Carrefour Lama sur la nationale No 1 Tel : (00228) 26 60 16 14 (00228) 90 94 49 33 E-mail: mhotel9094@gmail.com Kara
HOTEL BEREKIA	En face de l'hotel MIRA près de la Maison SODIGAZ Tel : (00228) 90 24 42 57 (00228) 26 60 15 15 Kara
HOTEL LEOTA	Quartier Nassablé Dapaong situé à côté de la PSI Tel: (00228) 93 29 94 29 (00228) 99 29 14 04 Dapaong

Name	Address & Telephone
HOTEL DE DAPAONG	Quartier Napiègue en face de la préfecture Tel: (00228) 27 70 83 42 E-mail: hdedapaong@gmail.com Dapaong

ソコデ活動地域

Name	Address & Telephone
HOTEL SOLIM PALACE	BP 577 Kpangalam, Sokodé Tel (00228) 90 29 38 32
HOTEL ALEHERI	BP 146 Kangalam, Sokode Tel. (00228) 25 50 16 70
HOTEL CENTRAL	BP 37 Komah 2, Quartier Administratif, Sokode (00228) 25 50 01 23
HOTEL RESIDENCES DES ETOILES	Quartier Antenne Dè 320 BP 83 Sotouboua Tel. (00228) 92 56 53 40

両替・銀行・クレジットカード

トーゴの通貨は CFA フラン（セーファーフラン）です。市場で買い物をするとき、またタクシーを利用するときは小銭に両替しておくことが必要です。各種クレジットカードは多くのホテルでご利用になれますが、ホテル以外のレストランや商店ではお使いになれませんのでご注意ください。

現地の習慣・留意事項

- トーゴでは来訪者を温かく迎える伝統があり、誰とでも挨拶する習慣があります。ご訪問中は多くの人と握手を交わすことになるでしょう。
- 物の受け渡しや、握手を交わす際に左手を使うことは無礼とされていますので、左手をお使いにならないようご留意ください。
- 伝統的な祭礼やお祝いの行事は訪問者もご覧になれますが、これらの行事の写真撮影は大変失礼にあたりますので、許可なく写真をお撮りにならずに、写真撮影の前に、必ず現地職員にご相談ください。
- 軍事施設や軍人が警備している場所の撮影は禁じられています。
- 身分証明書の携帯が義務付けられているため、常時パスポートを携行ください。
- 現地の法律を遵守してください。
- 露店や市場で売られている食品の飲食は避けた方がよいでしょう。
- 飲料水はペットボトルの水を購入されることをお薦めします。
- チャイルドやコミュニティの住民は、人見知りしてなかなか話し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。
- コミュニティ訪問時は華美にならない服装でご訪問ください。控えめの服装でおいでください。男性は長ズボ

ンを、女性は肩や膝の出ない長めの服をご着用ください。ショートパンツはご遠慮願います。また、動きやすいスニーカー、リュックなどをお持ちになるのが良いでしょう。

○ チャイルドと家族とは、自宅ではなく、コミュニティの中の学校や集会所など公共の場で面会・交流いただきます。
○ 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。
○ 撮影した写真や動画を個人利用以外にソーシャルメディア(SNS)やインターネットへの投稿、印刷利用等される場合は、**事前にプラン・インターナショナルが確認**させていただきます。お断りする場合もありますのでご了承ください。チャイルドや家族など、個人が特定されるのを防ぐため、**掲載いただけない情報があります**。
○ **お互いの個人住所や連絡先、SNS のアカウント等の交換はできません。**

渡 航 前 の 準 備

- パスポート等の必要書類の準備をお忘れなく。入国にはビザが必要になります。ビザ発行まで数日かかることがありますので余裕をもってご準備ください。
- 海外旅行損害保険には必ずご加入ください。
- 入国時に黄熱予防接種証明書（イエローカード）の提示が必要です。
- 年間を通じてマラリアが流行しているため、マラリア予防薬を服用されるなど対策を行ってください。
- 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。

外務省領事サービスセンター： https://www.anzen.mofa.go.jp/about_center/index.html
外務省海外安全ホームページ： http://www.anzen.mofa.go.jp/index.html
海外渡航者のための感染症情報： http://www.anzen.mofa.go.jp/kaian_search/index.html

- 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、「訪問予定メモ」などで事前にプラン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 に お み や げ を 持 っ て い く 場 合

○ご訪問いただくこと自体が、チャイルドや家族にとっては大きなプレゼントですので、お気遣いのないようにお願いします。
○**現地での購入もできます**：プランとしては、現地経済への貢献などを考えて現地での購入をお勧めします。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。

○日本からお持ちになる場合は、通関等の問題にならない範囲でご検討ください。**同一商品を数十個以上の単位で持ち込むことは通関等でトラブルになる可能性があります**。万一、課税される場合は訪問者の負担になりますのでご注意ください。

○**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（貴金属、電子機器など）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。

◎適切なギフトの例：

- 知育玩具、絵本、パズル、シール
- 学用品（鉛筆、クレヨン、ノートなど）
- 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、縄跳び、フリスビーなど）
- 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、日本の生活が分かる写真など）
- 大勢で分けられる飴やグミなどのお菓子

×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/高価に見えるもの（電気製品、時計、ネックレス、指輪、バッグ、自転車、電池を使うおもちゃなど）
- 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）

そのほかの情報はこちらで！

✧　トーゴ共和国大使館　〒152-0023 東京都目黒区八雲2-2-4　Tel: 03-6421-1064（代）
http://ambatogojapon.net/

✧　海外安全ホームページ
https://www.anzen.mofa.go.jp/index.html

✧　駐日外国公館リスト
https://www.mofa.go.jp/mofaj/link/emblist/index.html

✧　たびレジ
https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/agree.html

✧　外務省国情報ページ
http://www.mofa.go.jp/mofaj/area/togo/index.html