



Toyonaka International Friendship Association



TIFA ニュースレター

40 周年特別号

特定非営利活動法人 国際交流の会とよなか 2025 年 4 月発行 (43 号)



今年も 3 月 8 日は、春を告げるミモザの花に象徴される国連「国際女性デー」でした。女性が社会の第一線で活躍することに今よりまだ制約が多かった 40 年前、身近な国際交流に関心を持つ豊中の女性たちが、多文化の人たちと共に生きやすい社会の実現を目指して TIFA を設立しました。主として女性を中心とした国際交流・協力に関わる市民活動は、武器での無謀な争いではなく、お互いの文化や能力を活かし、支え合い認め合いながら、様々な壁を克服してきた活動の積み重ねでもありました。世界中が不安な状況にある今こそ、40 年に渡るこの地道な活動を、ミモザの花が咲き誇る平和な未来に繋いでいきたいと心新たにしています。

TIFA 40 周年を迎えて

理事長 葛西美紗

アメリカ、オーストラリア、韓国・・・などからの来客の歓迎会や交流会などをしていたのを見ていた婦人会館から提案され、1985 年 9 月、「身近な国際交流」という 10 回連続講座を実施し、講座終了後、有志で「国際交流の会とよなか (TIFA)」を立ち上げました。

当初は、大阪大学の留学生支援活動が中心で、リサイクルバザー、宿舎探しの手伝い、家財道具の調達、日本語指導、日本文化紹介などでした。活動が広がる中で、豊中市へ陳情し、1993 年北桜塚に「とよなか国際交流センター」ができ、活動拠点をここに移し、国際交流関係の活動をしていた 25 団体ほどとネットワークを結成し、毎年「ネットワークまつり」を実施しました。

2010 年、とよなか国際交流センターが豊中駅西側へ移転しましたので、当会も活動の便宜のため、センターに近い本町 3 丁目に移り、カフェ・サパナの運営も開始しました。いろいろな国の人たちがシェフとなって母国の味を紹介することは国際相互理解の近道と考えたからです。これからも皆さまとともに、時代に沿いながら、国際交流・協力活動を続けていきたいと思います。



国際井戸端会議



イベントでの展示販売



ハンド・イン・ハンド



会報発送作業



メッセージ

田中逸郎さん（NPO 政策研究所理事、 豊中市元副市長）



外国人と出会い、交流や支援活動を通して共に学び・共に生きていく。

それが、40 年にも及ぶ TIFA の活動といえるでしょう。国際交流分野においてさまざまな取組みがなされてきましたが、法制度や同質性で固まりがちなコミュニティなどから、取組みの多くは「支援する側・される側」の立ち位置にとどまりがち。外国人は無視されるか、排除されるか、支援されるかの「対象・客体」のままで、共に社会で生きる「主体」とはなりにくい日本の現状が続いています。その壁を越えようと TIFA が活動을続けてこられました。それは人とつながり共に生きる価値や希望を紡ぎ続けてこられたということ、見方を変え、自らの「共生する権利」を確立しようという取組みでもありました。心から敬意を表します。

多文化共生をめぐる、世界でさまざまな逆風が吹き荒れている今日だからこそ、人とつながる自由を誰もが保証される社会づくりに、これからも共に歩み続けましょう。

山野上隆史さん （とよなか国際交流協会 事務局長）



国際交流の会とよなか（TIFA）、設立 40 周年、誠におめでとうございます。

豊中の国際交流、多文化共生は TIFA の草の根の活動から始まりました。それを契機にとよなか国流が生まれ、豊中市でも施策が一つ一つ生まれてきました。市民の力で様々な団体や取組を生み出し、今もなお、豊中を拠点にずっと活動をしていること、さらに豊中にとどまらず世界に広がって様々な取組や人のつながりを生み出し続けていることに、心より敬意を表します。市民の想いやアイデアを大切にフットワーク軽く、国境を超えて市民同士が世界でつながっていく姿は本当に素敵です。みなさん、笑顔で活動されているのもとても印象的です。これからも共に豊中の多文化共生を進めていきましょう！

宮城節子さん （豊中市市民協働部長）



国際交流の会とよなか（TIFA）の設立 40 周年、心よりお喜び申しあげます。

豊中市に国際交流センターもない時代から、誰もが住みよい多文化共生社会をめざして、長年にわたり地域にねざした活動을続けてこられたことに、敬意と感謝を申しあげます。その活動は、市役所内での外国人向けの市政案内・相談窓口、多文化子育てサロン、世界の家庭料理を提供するカフェ・サパナの運営、ネパールなどでの国際交流活動など、多彩に精力的に展開され、理事長の葛西さんをはじめとする会員の皆様の熱い思いの賜物だと思います。

今後とも、これまでの活動の経験をいかし、一層のご発展とご活躍を祈念いたしますとともに、引き続き本市との緊密な連携をどうぞよろしくお願いいたします。

ありがとうございます

雨森孝悦さん（TIFA 理事 日本福祉大学名誉教授）



早くも創立 40 周年ですね。TIFA が活動を始めた当初はまだ外国人が少なく、国際交流は日本人にとって非日常的な楽しみと学びの機会でした。それが、近年は外国人旅行者も定住者も予想以上に増加し、外国人と接する機会は日常的にあります。だからといって、国際交流の役割がなくなったとは言えません。多文化共生に向けた政策が追いつかない中、市民のやるべきことはむしろ増えています。国際関係に目を転じると、各国の軍備増強、露骨な国益追求、そして政府開発援助の大幅削減が目につきます。こういう時代だからこそ、人と人を結びつける、血の通った交流が重要になってきます。次の 10 年に向けて、みんなで TIFA を盛り上げましょう！

永田 良昭さん（元 NPO 法人とよなか市民活動ネットきずな 代表理事）



多彩な分野の市民運動に関わっておられる市民のネットワークである TIFA の 40 周年おめでとうございます。今は解散した「NPO 法人とよなか市民活動ネットきずな」の主要メンバーとして葛西さんをはじめ TIFA の会員の皆さんたちが活躍してくださっていたことが思い出されます。豊中の市民運動にとって、TIFA はリーダーとして重要な役割を果たしてきています。これからも会員の皆さんが、国際交流の分野のみでなく、いろんな分野の市民活動とネットワークを広げ、ますますユニークな存在としてご活躍されることを期待いたします。

呉英さん

(サパナのシェフ&店長・中国)

皆さんこんにちは。呉英と申します。
私は2021年に中国から来ました。
どうぞよろしくお願いいたします。



この度はTIFA40周年おめでとうございます。私は約3年前からサパナで中華料理を作っています。昨年から店長もしています。最初は日本語も話せず、日本の生活習慣もよく知らなかったのですが、本当にドキドキしていました。ですが、サパナやTIFAのスタッフの皆さん、そしてたくさんのお客様が優しく接してくださり、多くのご協力をいただきました。ここで働いていると、心が温まり、安心できます。本当にありがとうございます。これからも頑張りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

テレーズさん (サパナのシェフ・コンゴ民主共和国)

サパナで働くことはとてもうれしく楽しいことです。お客さんと触れ合って話をすることもとても勉強になります。



サマンティカさん

(日本語教師・スリランカ)



国際交流の会とよなか成立40周年記念おめでとうございます。長い間在日外国人の支援を務め、日本と諸外国を繋げる橋を作り続けてきました。私は大阪大学大学院文学研究科で修士・博士の研究と戦っていたころ、異国での子育てで大変だった毎日、夫が重病で入院・治療を続けていたつらい日々葛西さんをはじめTIFAの方々にいつも温かいお言葉をいただき、何とか嵐を乗り越えられました。日本語教室のコーディネーターをさせていただいたことで豊中在住の様々な国籍の女性たちに繋がれました。帰国後もホームステイを通して何人もの若いスリランカ人学生を日本に招待してくださり、そのみなさんの人生も大きく変わるきっかけを作ってくださいました。助けを求めてくるのを待つよりも、自分たちから進んで人々と関わるというTIFAの活動姿勢が非常に大きな力だと思います。これからもずっと在日外国人のサポートをよろしくお願いいたします。

世界のいろいろな国の人たちと
ともに歩んできました

アブドウルさん

(アフガニスタン女性支援
プロジェクトEJAAD 現地代表)



TIFAの皆さま、こんにちは。

元大阪大学留学生のアブドウルです。この度は40周年おめでとうございます。皆さまからの温かいご支援により、困難な状況にあるアフガニスタンの女性たちが助けられています。また、TIFAとEJAADチームの協力により食料配布や無料健診も行い、この2年間で1000人以上のアフガン人の命と暮らしを守ることができました。本当にありがとうございます。これからもご協力をよろしくお願いいたします。

アイリーンさん (元大阪大学留学生 サパナのシェフ・イラン)



TIFAは故郷を離れて生活する人々にとって、導きの光、友情の源、そして励まし支えてくれる存在となってきました。長年の経験と揺るぎない支援力により、ネットワーク以上の、真のファミリーを築き上げてきました。

今日私はこの場をお借りして、この素晴らしい軌跡と花開いた友情、そして私たちが共に成し遂げた目覚ましい成長を称えたいと思います。これからもTIFAが、安らぎと繋がりを求めるすべての人々にとって、希望の灯台として輝き続けることを願っています。

バースーさん (NGO HANDS-Nepal 代表 ネパール・ドダウリ村)

HANDS ネパールは、豊かで公平な社会の確立を目指す非営利組織です。TIFAはHANDSの25年にわたる歩みにおいて、まるで親のような存在であり、インフラ整備、教育、保健、生活など、苦難の中にある先住民族ダヌワール族のコミュニティの向上、NGO組織の設立に重要な支援を提供してくれました。具体的には、子どもの教育支援や村民の識字教育をはじめ、500人の女性への裁縫訓練、キルト製作指導などを通して多くの女性が手に職をつけることができました。医療分野では、2階建ての医療施設の建設(2008年)、医療専門家の育成、医療機器の支援、救急車の導入等によって多数の人命が救われました。農業分野では、村人が生産的な農業や販売戦略を知らなかった時代に、野菜栽培、畜産、養鶏などの生産性向上を支援してくれました。ドダウリ村の持続的な発展にTIFAの継続的な協力は不可欠なものでした。



ドダウリ病院で働くマンディップ医師

こんな活動をしています

多岐にわたる TIFA の活動をご紹介します。
一緒に活動したい方、日本人も外国人も、大歓迎です！

TIFA 多文化子育てサロン

毎月第 1・3 木曜日 10～12 時とよなか国流センターのプレイルームで開いています。

日本に来たばかりの外国人母子とともに、手づくり遊びや絵本の読み聞かせ、リトミックなどを楽しみながら活動しています。子育てに関する相談や情報交換の場になっています。



TIFA セミナー

国際社会で起きている様々な問題を知り、私たちに何ができるかを考える講演会を年に1、2度催しています。最近ではウクライナやパレスチナ問題を取り上げ、多くの参加者と共にこの理不尽な戦争が1日も早く終わることを願いました。2025 年度は 6 月 22 日に外国人労働者の現在とこれからについて、神戸大学の斉藤善久先生からお話を伺います。



TIFA グローバルサロン

毎年 1 回、ゲストを囲んで多様な文化や活動のお話を聞きます。

予定: 7 月 27 日(日) 14～16 時 とよなか国流センター会議室 2ABC にて「私が歩んできた道～難民の人々に寄り添い続けて～」大阪カトリック大司教区社会活動センターシナピス ビスカルド篤子さん。シナピスでの活動を通じてマイノリティの方の声を聞き、弱者に私たちが何ができるかを学びます。



TIFA サロン

月に一度、TIFA の交流スペース(2F)で、約 1 時間、外国人の方から母国の様子や、海外で活動している方からお話をお聞きます。参加者 15 人ほどのミニ講演会です。

最近ではウクライナ人留学生ニアさんの母国への想いや、写真家の内堀タケシさんからアフガニスタンの子ども達のお話を聞きました。



バザー

留学生や在住外国人の生活支援のために、地域の人たちから商品を提供していただき、バザーを開催しています。予定: 留学生のためのバザー 4 月 12 日(土) 10～12 時 大阪大学国際交流会館 C 棟ロビーにて 日用品、衣類、小型電気製品、小型家具など。また、毎月第 3 土曜日にサパナマーケットでリサイクルバザーのお店を開いています。



ホストファミリー

主に大阪大学の留学生を受け入れるプログラムです。宿泊を伴わない交流なので、初めてでも気軽に参加できます。動機はそれぞれですが、国際交流のきっかけになればと思っています。年齢不問、単身者も OK です。言語も心配ありません。色々な国の留学生達と交流して世界の扉を開けてみませんか？



TIFA ワールドクッカー

地域に住む外国人から母国の家庭料理の作り方を教えてもらい、食文化などについてのお話を聞きます。2025 年 2 月にはホーチミン出身のグエンさんを講師に招き、「ベトナムの家庭料理とお話」を実施しました。グエンさんの持ち前の明るさで和やかな会となりました。



TIFA キッチン

サパナの宣伝も兼ね、日本人の口に合う外国料理をみんなで作って、交流し、楽しんできました。2014 年度にスタートした活動ですが、くらしかんの利用規定の変更により、今年度をもって解散しました。今年度は、インドネシア料理をみんなで楽しみました。円錐形のご飯の廻りにおかずを並べるお祝い料理です。円錐形にご飯を盛り付けるのは、自然の創造者である神を示すそうです。



国際理解

学校や地域の団体が行う国際理解プログラムへ、在住外国人を講師として派遣します。必要に応じて、目的に沿ったプログラム作りのお手伝いもしています。



付き添いサポート

誰もが安心して医療を受けられるようにと始まった一番新しいプログラム。依頼に応じて、病院や銀行など生活に必要な場面へ、多言語で同行サポートを行います。通訳者向けのセミナーも開催。サポーターとして在住外国人の皆さんも活躍しています。



通訳者派遣・多言語翻訳

豊中市等からの依頼に応じて、保健センター、こども園などへの通訳者の派遣をしています。対応言語は英語、中国語、ベトナム語、インドネシア語、ネパール語など8言語以上。広報ダイジェスト版など、行政のお知らせ翻訳も行っています。



HAND IN HAND

ハンド・イン・ハンド

月1回、地域に住む留学生や実習生、在住外国人の人たちの集いの場をつくり、カフェ・サパナで昼食を楽しみながら、日頃の生活での相談や困りごとなどを聞いて対応したり、日本語の勉強についてアドバイスをしたりしています。



在住外国人緊急支援基金

(通称 市民ネット)

在住外国人にとって住み良い、開かれたまちづくりにために、国際交流に関わる相談(主として出入国関連)、出入国関連の勉強会、在住外国人の緊急支援基金の運用をしています。定例会は、毎月第4月曜 13:30 からTIFA サロンで開催しています。どなたでも関心ある方、大歓迎です。



外国人向け市政案内・相談窓口

豊中市役所内にある「外国人向け市政案内・相談窓口」では、TIFAのメンバーが相談員として、外国人住民の窓口での手続きの通訳・補助、また、福祉、保健、教育など、それぞれの状況に応じて生活に必要な情報を提供しています。



ネパール・ブンガマティプログラム

ネパール大震災から10年。ブンガマティではリーダーのパンチャさんのもと、女性達がニットを編む技術を覚え編み続けていく中で、確実に技術は向上して、素敵な帽子や手袋が出来上がるようになりました。今では民族学博物館でも人気商品の1つになっています。それとともに村の様子は確実に変化復興してきました。



ネパール・ドゥダウリプログラム

親のない子やネグレクトの状態にあった子ども12人が暮らす「子どもの家」を支援しています。またラムジャニキ小学校には5人の里子がいます。2013年に始めたキルトのプロジェクトは、コロナ禍のもとで規模は小さくなりましたが継続されています。



アフガニスタン女性支援プログラム

TIFAが支援するEJAAD(エジャード)はアフガニスタンの女性グループで、伝統的な刺繍の製作を通じて女性の就労への道を拓く活動です。食料配布や無料健診、村の学校運営など人道的な活動も行っています。活動の様子はホームページにてご覧ください。



サパナマーケット

月に1度、第3土曜日にそれぞれが自慢の食べ物(お菓子、パン、ジャム、ベトナム料理、シリア料理など)や手作り雑貨の店をひとテーブル1,000円で借り、10~15時までお店のオーナーになります。みんな笑顔でお客様をお迎えしています。



40 年を振り返って…

年	TIFA の動き	地域・社会の動き
1979		国連「国際人権規約」日本批准
1985	講座「身近な国際交流」の修了生有志(約 30 名)により設立。在住外国人の生活支援、日本語教室や交流活動を開始する	国連「女性差別撤廃条約」日本批准
1992	豊中市を拠点に活動する 13 団体で「とよなか国際交流市民ネットワーク」結成。毎年「国際交流フェスティバル」開催	
1993	 	とよなか国際交流センター設立
1994	ネパール・ドダウリ村にて女性の自立支援活動開始。郵政省ボランティア貯金からの助成により職業訓練センター等を建設。	国連「子どもの権利条約」日本批准
1995	 	国連「人種差別撤廃条約」日本批准 阪神淡路大震災
1996	フレンドリーシティー大阪優秀賞受賞	1996～2006 ネパール内戦
1998		特定非営利活動促進法(NPO 法)成立
1999	ネパール内戦で親をなくした女の子のための孤児院 Happy Girls Home(子どもの家)開設。日本の支援者からの寄付により 3 人の現地スタッフを置き、女兒たちに衣食住と 10 年生までの教育を施した。2015 年終了。	
2000	豊中市北桜塚に事務所を開設 6 月 大阪府より特定非営利活動法人(NPO 法人)の認証を受ける	
2001	 ショーウィンドウでの活動紹介展示	豊中駅北改札口前に「市民活動情報サロン」開設。市民活動団体の PR コーナーとしてショーウィンドウ併設
2003		「豊中市民公益活動推進条例」施行
2004	TIFA も市民活動団体として「市民活動情報サロン」の運営に積極的に関わる。豊中まつりの「市民ふれあいひろば」に毎年出店開始	NPO 法人とよなか市民活動ネットきずなが「市民活動情報サロン」の運営開始
2004	日本・タイ青少年交流開始(日本語指導、相互文化交流など) スマトラ地震・津波被災者のための募金活動、緊急支援実施。	12 月 スマトラ沖大地震・津波発生
2005	設立 20 周年記念「アジアユースフォーラム」開催	豊中市「外国人市民会議」スタート

こんなこともあんなことも

年	TIFA の動き	地域・社会の動き
2007	TIFA 国際子どもキャンプ開始 毎年夏休みに2泊3日のキャンプを豊中市立青少年自然の家「わっぱる」にて開催。小4～中3の子どもたちが国際感覚を自然に身に着ける場となった。(2020年以降はコロナ禍で中止、日帰りに変更)	
2008		豊中市自治基本条例施行
2011	ネパール・サクー村にてミシン教室、ダカ織り工房の支援開始	3.11 東日本大震災
2012	1月 豊中市本町3丁目に事務所を移転。 3月 「カフェ・サパナ」開設、運営支援開始。「食」を通じて誰もが気軽に交流ができる場として、在住外国人が日替わりで母国の家庭料理を紹介するレストランを開く。飲食店経験のない多国籍素人集団でのチャレンジ開始	
2014	「自由都市・堺 平和貢献賞」受賞	豊中市「多文化共生指針」策定
2014	ネパール・ドダウリ村にてキルト製作による女性の自立支援を開始。	
2015	ネパール大震災で被害の大きかった地域にて緊急支援を実施。 パタン・ブンガマティ地区では、女性たちによる手編みニットやブレスレットの製作を通じた復興支援をスタート。	4月 ネパール大震災発生。 
	11月 設立30周年記念イベント開催	
2020	4-5月 緊急事態宣言によりサパナも一時休業 7月 SAPANA CHRONICLE「TIFA カフェ・サパナ 8年の軌跡」発行	全世界でコロナ感染拡大
2021	事務所・カフェサパナ 移転、新規オープン。 旧建物の老朽化により安全面での不安が出てきたため、隣接の建物に引っ越し、リニューアルオープン。一回り広く明るくなり、来客数も徐々に増加。	
2021	刺繍製作を通じたアフガニスタン女性支援を開始 (アフガニスタン女性支援プロジェクト「EJAAD」に協力)	
2023	医療機関等へのつきそいサポート開始。日本語に不安のある人からの依頼に応じて、市民による同行通訳派遣をシステム化。誰もが安心して暮らせる地域社会を目指して仕組み作りに取り組んでいる。	豊中市「多文化共生指針」改訂
2023	9月 ネパールとスリランカからメンバーを招聘し、研修&交流。 	
2025	4月 設立40周年記念イベント開催	

豊中市に今 7,000 人の外国人が住んでいます。外国人にとって住みやすい国は私たちにとっても住みやすい国です。国際交流を考えるということは、すなわち自国のありさまを目の当たりにすることでもあるのです。TIFA の活動はあくまで「助け合い」であり相互交流です。お互いの国や文化をよく知り、お互いの存在を活かし合い、豊かな関係を育む。これからも私たちがともに生きやすい『平和な社会』を実現するために、地域に根ざした手づくりの交流活動や海外での支援活動をすすめていこうと思っています。TIFA の活動を通して人々をつなぎ、拡がり、地球人として歩み続けたいです。

(副理事長 田坂 百合子)



TIFA カフェ・サパナより

2012 年 3 月 TIFA により開設されたカフェ・サパナは、翌年には飲食店登録し、地域在住の外国人と日本人有志による運営を開始しました。その後、建物の老朽化のために 2021 年末に TIFA 事務所とともに隣に移転し 2022 年リニューアルオープン。外国にルーツを持つ人たちがシェフとなり、平日に日替り・国替りのランチを紹介するというユニークなスタイルを開設以来 13 年間続けてきました。コロナ禍や食材費の高騰など、幾多の困難も多国籍チームで乗り越えてきました。週末にはマーケットやイベントを開き、2024 年には「ウィークエンド世界食堂」6 回シリーズも開催しました。

TIFA 40 周年を一区切りとして、現在サパナの活用について再検討しているところです。「世界と出会う空間（ところ）」サパナを、これからもよろしくお願いいたします。



facebook

入会のご案内 WELCOME !

■正会員：入会金 2,000 円 会費 5,000 円／6 か月
TIFA で実際に活動を行う会員です。新しい活動をした方も歓迎します。

■賛助会員：年会費 個人 1 口 3000 円より
団体 1 口 1 万円より

TIFA の活動を資金面で支援していただく会員です。
メールやニュースレターで活動報告をお送りします。

入会方法など詳しくは事務局にお問い合わせください。

一般寄付・団体寄付のご案内

独立した市民団体として自主財源で運営している TIFA の活動は、皆様からのご支援・ご協力で成り立っています。活動の継続発展にお力添えをよろしくお願いいたします。(金額はご自由です)

【振込先】郵便振替口座 00940-3-309179

加入者名：「特定非営利活動法人 国際交流の会 とよなか」

ご送金後、事務局にご一報をお願いいたします。

TIFA は豊中市にて 1985 年に発足しました。メンバーと地域に住む外国人が協力し、言葉や文化、人種、国籍が異なる人たちがともに生きやすい社会の実現を目指して活動しています。

特定非営利活動法人
国際交流の会とよなか (TIFA)

事務局：〒560-0021 大阪府豊中市本町 3-3-2-101

TEL：06-6840-1014 (平日 11:00~17:00)

Email: tifa99@nifty.ne.jp

ホームページ: <https://tifa-toyonaka.org/>



阪急宝塚線 豊中駅北口 (9番出口) より徒歩約4分