



特定非営利活動法人

平成27年 春号 NO.53



<http://nepai-mika.jp>

ネパール・ミカの会

平成27年3月20日発行 194-0035 東京都町田市忠生2-5-36 tel042-791-0602



「春の足音が・・・」

NPO法人ネパール・ミカの会

理事長 齋藤 謹也



冬はあかつき、春はあけぼの。
当山は朝日が美しい谷間にありますが、厳しい冬をすぎ、ようやく春めいてきました。

理事会のメンバーも寒さにふるえながらの会議です。会場のこもれば堂は天井が高い分なかなか暖まらずによく我慢をしながら、年齢以上の忍耐を重ねながら毎月行っています。例会も全く同じです。ありがとうございます。（尚、差し入れ大歓迎です）でも、本年はラマ理事の顔を見ての報告もあり、それなりの「ぬくもり」を感じながらとなっています。

さて、本年の総会では役員改選もあり、今後どのように活動するのか。現地の「砂利」の入手困難という問題もありますので頭の痛いところです。是非会員の皆様のお力をお貸しください。



「ネパール最近の情勢」

～ ヌルブ・ラマ理事の報告 ～

去る1月17日理事会・定例会合同会議において、日本語教師研修会のため来日しているヌルブ・ラマ理事から、最近のネパール情勢について報告がありました。

皆さんこんにちは!!! 今回は北浦和にある日本語国際交流基金日本語センター（外務省）の招聘により、1月13日～3月9日までの予定で研修に来ました。研修は朝から夕方まで詰まっていますが、なんとか時間を作ってネパール・ミカの会皆さんと交流をしたいと思っています。

来日前、依頼されたバザー用品を購入し、買い足そうと思って店に行ったのですが、またパンダが始まりストライキをしていて買い増し出来ませんでした。依然一日12時間の停電が続いています。憲法は4年経っても制定されず目途も立たないなど政治の混乱が続いています。

このような中で若者の海外出国が増えていて、一日1,300人多い日には2,000人も人が出国しています。現在マレーシアには60万～70万の人が行っていますし、アラブやアフガニスタンにも行っています。また日本でもネパール人は増えています。先日訪問した福岡博多でも市内でネパール語が聞こえて来るようになりました。

中国の資本・観光客が増加していてタメルでも中国人の店が出来ています。バイラワ空港の国際化も中国の会社が4年間で建設する予定です。人件費も60Rs.から400Rs.に高騰しています。一方水力発電のPrj.やインドからの900MWの発電機2基の案件も動いています。これが5～6年後に完成すると停電はなくなり、明るくよくなって行きます。教育関係では、SLCをなくしてABCグレード分けにし不合格をなくするような制度をつくと文部省は言っています。また政府（高官）が学校人事に介入しすぎているところもあり、学校によって戸惑いも見られます。

ネパール・ミカの会が支援しているルンビニ地区は校長が変わって若干相談しにくい学校もありますが、大きな変化はなくまた住民の生活も今までの通りです。ネパール・ミカの会に寄せる要望・希望も多く受けています。準備している校舎建設も砂が入手出来次第始まるでしょう



ラマさんの大事なお土産。LEDのライト。とても重要だそう。

《日本百名山》

『日本百名山』（にほんひゃくめいざん）は、深田久弥の最も有名な山岳随筆で山の地誌・歴史、文化史、文学史、山容、などの特徴を中心として記載されている。選定基準は日本の多くの山を踏破した本人の経験から、「品格・歴史・個性」を兼ね備え、かつ原則として標高 1,500 m 以上の山とされている。

利尻岳・羅臼岳・斜里岳・阿寒岳・大雪山・トムラウシ・十勝岳
幌尻岳・後方羊蹄山・岩木山・八甲田山・八幡平・岩手山
早池峰・鳥海山・月山・朝日岳・蔵王山・飯豊山・吾妻山
安達太良山・磐梯山・会津駒ヶ岳・那須岳・魚沼駒ヶ岳・平ヶ岳
巻機山・燧岳・至仏山・谷川岳・雨飾山・苗場山・妙高山
火打山・高妻山・男体山・奥白根山・皇海山・武尊山・赤城山
草津白根山・四阿山・浅間山・筑波山・白馬岳・五竜岳
鹿島槍岳・剣岳・立山・薬師岳・黒部五郎岳・黒岳・鷲羽岳
槍ヶ岳・穂高岳・常念岳・笠ヶ岳・焼岳・乗鞍岳・御岳・美ヶ原
霧ヶ峰・蓼科山・八ヶ岳・両神山・雲取山・甲武信山・金峰山
瑞牆山・大菩薩岳・丹沢山・富士山・天城山・木曾駒ヶ岳
空木岳・恵那山・甲斐駒ヶ岳・仙丈岳・鳳凰山・北岳・間ノ岳
塩見岳・悪沢岳・赤石岳・聖岳・光岳・白山・荒島岳・伊吹山
大台ヶ原山・大峰山・大山・剣山・石鎚山・九重山・祖母山
阿蘇山・霧島山・開聞岳・宮之浦岳

《百名山に登って》

中野 千恵子

やっと、終了しました。23 年かかりました。
皆さんに「百名山に登って凄いね」って言われましたが、やっと
ホットしたくらいです。

一山一山登って行ったので、一緒に登ってくれた方々に感謝です。
職場の方、職場の大学生、最初に作った山の会、今の山の会
の方々、又、数年間、入っていた山の会等と、もう皆登ってしまった
山なので一人参加のツアー、山の仲間と参加したツアー等、本
当にいろいろな方々に登っていただきました。感謝感謝です。留
守を守ってくれた家族も感謝です。
家族が元気でなければ山に登る事は出来ませんでした。

最初に登った白馬岳は公民館活動の中で「山の会」を作ったの
が始まりです。ただ、私は他にボランティア活動をしていたので
山には全然行くことが出来ませんでした。トレーニングもしてい
ないし、登れるかは本当に心配でした。

八王子から夜行列車に乗り、白馬駅で下車。始発のバスで猿倉
まで行き、リーダーが登山予定書を提出し、いよいよ登山が始ま
る。

白馬尻まではアスファルトの道が続き、途中からなだらかな
山道で白馬小屋に一時間少しで到着。トイレ休憩後、雪溪
が見える山道を歩く。雪溪になったので、道をよけて、買っ
たばかりの四本歯のアイゼンをつける。初めてのアイゼンな
のでリーダーや使ったことがある先輩に教えて貰う。なるほ
ど滑らない。優れものだ。但し、歯と歯の間に雪が入ってし
まうとお団子になり、歩くのが危険だ。

登山者が多いのでスムーズには登る事が出来ない。少し
登っては渋滞、渋滞を繰り返す。初心者の中には良い塩梅だ。
下る人は気持ちよさそうに速いスピードで下っていく。やが
て、葱平に到着。雪溪が終わるので、アイゼンを取り、小さ
な岩山に座り、登ってくる人を見ながら昼食を戴きゆっくり
する。気持ちがとても良い。これなら、何とか白馬岳に登れ
そうだ。

白馬岳の反対側を見ると杓子岳が綺麗に見える。40 分くら
い休憩後、仲間とまた登り始める。今度は村営白馬岳頂上宿
舎までだ。ジグザグに急な山道を喘ぎながら登っていく。やっ
と、村営白馬岳頂上宿舎に着いた。ここで、天気も悪くなっ
てきたので中に入り後から来る仲間達を待つ事にした。やが
て、又、出発。そこで、ハブニングが起きた。自分ではよく
判らなかったのだが、突然の突風で私が飛んでしまい、50
cm くらいのロープを超えていたのだ。怖い怖い。雨具を着な
いでポンチョを着たのがあおられた原因のようだ。これが今
後の山登りの教訓となった。

40 分位で頂上直下の白馬山荘に到着した。初めての山小
屋なので、中に入ってビックリ。1500 人泊まれるのだ。
奥の方に歩いて行き、やっと私たちの部屋に着いたが、一量
に三人なのです。夜、途中で起きたら自分の寝る場所はなく、
廊下にも人が寝ているのです。朝食も言われた時間に並び食
べるのです。

朝食後、頂上に向け出発。頂上はとても寒く、ガスってい
て何も見えませんがっかりです。今日は小蓮華山・白馬大池をこ
え蓮華温泉迄です。三国境まで来たら晴れてきました。ラッ
キーです。

青い綺麗な白馬大池を眼下に見ながら、ひたすら下り休憩
昼食。さらに2時間ほど下って蓮華温泉に到着です。時間が
まだ早かったので、高台にある「仙気の湯」見学。

途中の山道には他の露天風呂があり、人が数人入り楽しん
でいた。やっと、着いたが若い男性が二人入っていたが、私
たち女性がきたので、慌てて出てくれました。入浴するつも
りがなかったのだが、折角、空けてくれたので、ハンカチし
か持っていなかったが、人が来ないように願いながら湯を楽
しんだ。翌日は南小谷駅までバスに乗り白馬岳の旅は終わ
りました。（続）





《ラマさんの日本語研修滞在記》

Viberと言うネットツールでラマさんと連絡を取り合っています。世界中どこにいても無料で通話、データの受け渡しが出来ます。そんな便利なアプリの履歴を見ながらラマさんの日本滞在を追跡してみました。来日直前の1/11日カトマンドゥで会の為に買い物です。やはり買い物は苦手ようです。13日無事にマレーシア航空で羽田到着、直接北浦和の研修センターに移動。16日スカイツリー、浅草散策。17日はミカの会理事会で顔合わせです。ラマさんにはWiFiルーターを持ってもらう事でネパールの家族とも無料で通話出来るようになりました。23日は歌舞伎鑑賞、築地でお寿司。25日お通夜で大阪。26日高校訪問。28日和太鼓鑑賞。喉が痛い。薬も無料でもらえるようです。

1/30日雪が積もったので研修生全員が大興奮。31日こもれび堂で会議。2/1日大石トキさんと再会。2/3日研修生仲間とカラオケ。2/7-8日は箱根一泊旅行。2/13埼玉市民と交流会。2/14サンフラワーでソバ会。2/15弘法山ハイキング。2/28こもれび堂。3/2疲労の為に頭痛がする。3/4日本語研修修了式。3/5-8 金沢・京都研修。3/9 マレーシア航空でカトマンドゥへ。長いようであつという間の滞在だったと思います。研修の内容はかなり高度なもので聴解、言語知識・読解と作文テスト、会話テストなどなど。今回の2ヶ月研修は30ヶ国120人でラマさんのグループは13ヶ国26人とっていました。かなり年齢の差があるようでしたが、とても楽しそうでした。謙遜も有ると思いますがラマさんの日本語レベルでおおよそ真ん中程度ではと話していました。ラマさんより日本滞在が長い方も多いそうですが、日本に友人が多く、毎週出かける事が出来るのは自分が一番で、誇れる事だと話していました。今回の研修がネパールの発展の為に有意義だった事を願います。

加藤 誠一



防水型 LEDソーラーランタン

●特徴サイズ●

6-12ヶ月 8ヶ月

「灯り募金」

ネパールの子供たちに
バッテリーを届けよう！！

MPowerd
Inflatable Solar Lantern

防水型 LEDソーラーランタン
エムパワード

防災備蓄に最適

西澤 忠

《鉄板焼きの店 東林間 さんふらわあ》

小田急江ノ島線東林間駅から西へ歩約7分、こじんまりした構えの店である。店内はカウンター、椅子席合わせて20席、自然の木材をふんだんに使った落ち着いた雰囲気、この店の売りは、幅約1.6mもある鉄板で焼くお好み焼きや焼きそばなどいずれも味は絶品である。マスターが手作りする焼き鳥は一度食すとハマる。トマトとほうれん草をベースに作るサルサは女性に超人気で、これを目当てに来る女子組も多い。

気さくなマスターと美貌と気遣いママで切り盛りしているが、アットホームさがあっていつも常連さん同士ワイワイやっていたり、ロケーションの良さから通りがかりの夫婦が楽しそうに一杯やっている姿を見かける。2月末には開業17周年を迎えたとかで、常連さんが集まってお祝いの宴会が開かれた。

NPO法人 ネパール・ミカの会を暖かく応援していて、ミカの会の集まりも時々行われている。また店内に募金箱もあって常連さんなどが募金など大いに協力している。



TEL 042-744-5668 休み：日曜・祝日
営業時間 昼 12:00～13:30 夜 17:30～23:00

「ネパール・ミカの会賛助会員を紹介！」

《株アカラ》

はじめまして！昨年12月にネパール・ミカの会賛助会員（団体）に加入しました株アカラの白洲です。

弊社は防災備蓄用品として最近注目されている「防水型 LED ソーラーランタン MPOWERD」を販売しています。ネパール・ミカの会がネパールの子供たちの教育支援にご尽力されると伺い皆様の素晴らしい活動に関心を抱きました。またソーラーランタン「MPOWERD」の販売で「灯り募金」を募り、ネパールの子供たちに灯りを届けようとの素晴らしい活動を嬉しく思いました。

「MPOWERD」クリアは、毎年米国ラスベガスで開かれる「CES」の展示会で2013年のイノベーションアワードを受賞した製品です。超軽量（100g）、折りたたみ時厚さ2.5cmとコンパクトで持ち運びにも便利です。直射日光下で8時間充電し6～12時間点灯できます。

数ヶ月前にアフリカの小学校教師からお電話があり、毎日3時間だけでも電気を心配しないで授業をしたいのだが、教室にランタンを幾つおけば良いのかとのご質問でした。（この国では電力供給は1日3～4時間、日常的に停電があるようです）子供たちに灯りの下で勉強させたいという教師の熱意と優しさが伝わってきました。



私も子供たちに灯りを届ける「ネパール・ミカの会」の活動に僅かながらの力添えができれば幸いです。

会員の皆さま、お元気でお過ごしでしょうか？蕾がふくらみ始めた桜も、会報が届く頃は満開になっていることと思います。お忙しいことと思いますが、各イベントでの人手が足りませんので、是非ご協力をお願いいたします。ネパールの子供たちの笑顔を力に、楽しく頑張りましょう！

毎月第3土曜日に、13時30分からこもれび堂で例会を行っていますが、5月は総会7月は移動例会・懇親会のため、場所・時間が変わります。

これからの予定

- 3月28日（土） 町田中央公園さくら祭り 雨天29日（日）
旭町体育館周辺 10時～16時
- 5月9・10日（土・日） 相模原市民若葉祭り
相模原市役所周辺 10時～17時
- 5月16日（土） 定期総会
町田市民ホール 第4会議室 17時30分～
（総会終了後に、懇親会があります）
- 5月17日（日） 相模台インターナショナルフェスタ
相模原市南台公園 10時～16時
- 7月18日（土） 移動例会・懇親会 場所未定

バザーやフェスティバルでは「焼きそば等食品、ネパール民芸品・リサイクル品」等の販売を予定しています。このお手伝い（物品搬入・搬出、テント設営、焼きそば作り、販売等々）をしていただける方は、ご連絡お待ちしております。

連絡先 mika@ssr.co.jp または 和田（042-791-0148）

☆☆☆理事会ニュース☆☆☆ 西澤

会報「夏号」以降理事会での話し合いは次の通りです。

◎9月6日（土）、9月20日（土）：①中間調査は諸事情により中止します。②現在準備中のサラソティ小学校の校舎建築は、建築資材の入手が難しい状況ですが出来るだけ早く完成させる。今後の活動について見直しをしていく必要があります。③ネパール・ミカの会のパンフレットを更新しました。

◎H27年1月17日（土）

①研修で来日中のヌルブ・ラマ理事も出席し、直近のネパール情勢（政治・経済・支援地区の状況等）について話がありました。②当日は例会と合同で新年会が開かれ、大いに盛り上がり会員同士やラマ理事とのコミュニケーションも図られました。

（①②の概要はミカの会ホームページ「What's New」に掲載しておりますのでご覧ください）

☆☆☆編集後記☆☆☆ 加藤

ラマさんが日本語研修で来日していました。何度か元気な顔を見せてくれました。ネパールの為に活躍を期待しています。中野会員が富士山を最後に日本百名山全登頂を成功させました。登山とは縁の無い私にはそのご苦労の程は窺い知れませんが、一番の宝は健康だった事だと思います。とても書ききれないので続編を用意したいと思います。他にも東海道を歩いたり、お遍路さんをしたり、会員の中には貴重な体験をした方が多いと思います。是非自ら手を挙げて会報に掲載してください。楽しみにしています。

テロや天災が世界中を襲っています。東日本大震災発生から4年の時間が経過しても住宅や放射能問題は未解決。ネパールの電気、水道、プロパン等のインフラ整備も遅々として進みません。ラマさんの話でも日常生活を維持するだけで相当な気力を奪われてしまうそうです。1日も早く夢を描けるネパールになって欲しいと願います。