

日時： 7月10日（水） 10時～12時

場所： 北大阪学習ホール

講師： ラマ パサン さん \*ネパール カトマンズ 出身

ネパールで、ヒマラヤ専門ガイド、通訳などをして2018年来日、今年で7年目。現在は日本語学校でネパール語の通訳、翻訳、ネパール人の留学生を中心にお世話したり、生活のサポート、日本のルールなどを知らせている



内容：「世界の屋根、ヒマラヤ ネパールの魅力について」

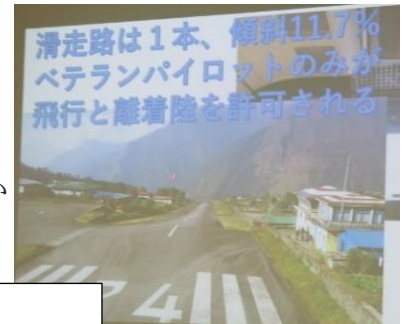
★ネパールの国は、人口約3000万人、123の民族がある。面積は北海道二つ分位で、インドと中国に挟まれた海のない小さな国。そしてヒマラヤに囲まれた神々の国。世界最高峰のエベレストは三つ名前がありイギリス人が名付けた英語名『エベレスト』、中国語名は『チョモランマ』、そしてネパールでは『サガルマータ』

★挨拶はナマステ。おはよう、今晚は、ありがとう等どんな場合でも使い、相手への尊敬の言葉。

★「エベレストへのルート・エベレスト街道」

エベレストへの起点となるのは標高2860mのルクラ。

カトマンズから小型飛行機30分ほどで、世界一滑走路の短い527mの（テンジンヒラリー）空港へ、大変スリリングな着陸（離陸時も）を味わいながら到着します。ルクラから次はナムチェ（標高3440m）、さらにクムジュンバレー（標高3790m）と続き、色々なスポットから絶景のエベレストが観られます。



テンジンヒラリー空港

\*クムジュンバレーには日本人でエベレスト初登頂に成功した植村直巳さんも滞在しました。



\*短期間のツアーもあるので、機会があればエベレストの絶景を観たいなあ・・・

★「ジヨムソン街道からマルファへ」

ジヨムソン街道にあるマルファはネパールよりもチベットに近い街並みでりんごが有名。マルファブランデーなどがある。日本の宗教家で、初めてネパールからチベットへ入国しチベット仏教の研鑽に努めた、河口慧海（かわぐち えかい）の記念館もある。

★「食文化の違い」

ネパールでは一日2食+おやつ（焼きそば、モモ（餃子）。ご飯は手で食べ、テーブルに食器を置いたまま食べる。

最後に「ヒマラヤサウンドヒーリング」体験、ボウルの淵を擦ったりして出る音が、心地よさを感じた。

（担当 2班）