ヒマラヤの青い空とカトマンズ－Ⅱ

～岳都姉妹都市交流＆ネパール文化紀行・カトマンズの世界文化遺産と伝統的な街づくり資料編～

世界文化遺産カトマンズ旧王宮、バサンタプールバワン(2015 年震災で倒壊、2020 年現在再建中)最上階から望むカトマンズ市街とサランコットから望むアンナプルナⅡ7937m　撮影　鈴木雅則

特定非営利活動(NPO)法人　松本ヒマラヤ友好会

MATSUMOTO HIMALAYA FRIENDSHIP CLUB

事務所・本部　〒390－0852　松本市大字島立 4539 番地 7

TEL: 0263-47-6197　FAX: 0263-47-5685

E-mail : mhc@lily.ocn.ne.jp　　http://www1.ocn.ne.jp/～mhfc/

目次

1. はじめに−Ⅱ 1
2. カトマンズ盆地部分拡大、ネパール全図 3
3. 2020年度ネパール国概要 4
4. 2006年度事業・ネパール文化紀行報告概略 8
5. 2007年度事業カトマンズの世界文化遺産と伝統的街づくり 33
6. 2012年度事業第5回ネパール文化紀行報告概略 53
7. カトマンズの街風景ー1 76
8. カトマンズの街風景ー2 77

はじめに

NPO 法人松本ヒマラヤ友好会（MHC）は、1990 年 4 月に任意団体として創立。長野県松本市は、1989 年 11 月ネパールの首都カトマンズ市と「山と美しい自然」を仲立ちとして姉妹都市提携を結び、1990 年 4 月、松本市は、官民一体となった交流を進めるべく松本市カトマンズ市姉妹提携委員会を組織し設立いたしました。

松本ヒマラヤ友好会(当時は任意団体)は、提携委員会設立当初より、その役員に推薦され、その交流推進の一責任を担って参りました。松本ヒマラヤ友好会は、松本市と姉妹都市カトマンズ市との文化・芸術交流や、国際協力事業、及び山岳スポーツの振興を図る活動等を、積極的に実施し、2000 年 3 月には、特定非営活動(NPO)法人として県より認証され、今日まで至った次第です。

そしてこの度、MHC が実施した市民レベルの歩みを振り返り、その軌跡を、ヒマラヤの青い空とカトマンズ-Ⅱ　～岳都姉妹都市交流＆ネパール文化紀行・カトマンズ世界文化遺産と伝統的な街づくり資料編～と表題して、各事業の市民活動報告を小冊子にまとめることができました。

世界文化遺産スワヤンブナート

カトマンズ旧王宮　探訪

エベレストトレッキング

エベレスト展望

1953 年世界最高峰エベレストを初登頂した、イギリス隊のエドモンドヒラリー卿が、その後もエベレスト周辺の峰々を登るうち、そこに住みヒマラヤ登山を命懸けで支援してくれるシェルパ族の人々のための学校、病院が無いことに憂慮し、ある夜、焚火を囲みながら「シェルパの人々に何かできることはないか」とヒラリー卿が尋ねると、老シェルパは「クムジュン村の子供たちは、「ヒマラヤの青い空のようなきれいな目を持っているが、知識を通してみることが出来ない。学校が必要だ。」との進言から、早速 1960 年、クムジュン村にアルミニューム製の小さな校舎を建設。1961 年インド・ダージリンから先生を招き、公認のヒラリースクール・クムジュン校を開設する。

1961 年クムジュン校は開設され、クムジュンと隣のクンデ村から靴を履いていない 47 人の子供たちが、この地域初めての近代教育を受ける生徒となりました。

1963 年には、ターメ、ポルツェ、パンボチェにも学校を開設。そして、様々なプロジェクトを支援の為、自らが代表となり、ヒマラヤントラストを設立。学校の新設、診療所開設、水の供給、橋梁、道路建設、そして僧院の保存などに関わり、クーンブ地域に多くの変化をもたらしました。しかし 2008 年、ヒラリー卿は、シェルパ民族の社会的地位と生活の向上を願いながら、惜しくも

88 歳でこの世を去りました。

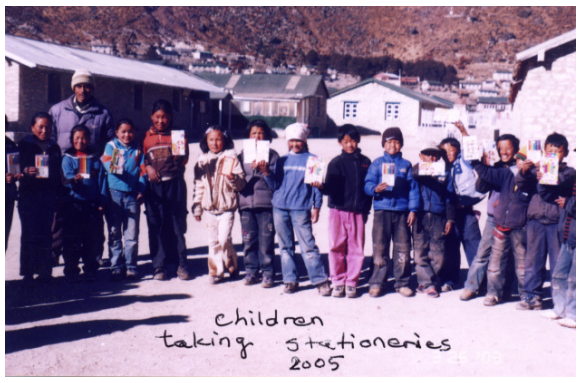
こうして、ヒラリースクール・クムジュン校は、ヒラリー卿の熱い思い入れと行動力から始まり、その思いに共鳴する、世界中の登山者からのシェルパへの感謝の心が、現在もこのクムジュン校に捧げられ、詰め込まれています。

『この学び舎から育っていく、多くの青年達に幸あれ！』と願ってやみません。

ＭＨＣは、ＮＨＣ国際協力事業基金を設立し、クムジュン校運営委員会と連携し、遠隔地学生のための学生寮建設(2002 年 7 月完成。日本外務省から草の根無償資金援助を受ける)、その後の維持費、卒業後の短期大学生へのＭＨＣ奨学金基金の設立とその支援（ＭＨＣの国内外の各事業の活動から)など、シェルパ族の人々の生活向上と社会的地位の向上を願っています

クムジュン校学生寮建設

学生寮２棟+シャワー棟



配布された文具を受け取る生徒たち

またカトマンズにネパール政府公認のＭＨＣネパール支部が新たに設立され、カトマンでの献血活動、公立学校文具支援、両親を亡くした学生への奨学金支給、河川清掃事業など、カトマンズ市役所と連携して行っている事業にも、今年度 2020 年度も活動補助金支援などを続けています。

献血活動

学校訪問

大学奨学生への激励会

ヒマラヤの青い空のようなきれいな目を持つシェルパの子供たち、その青年たちがサポートする白銀のヒマラヤトレッキング及びヒマラヤ登山の山岳スポーツ振興と、世界遺産に埋まるカトマンズ市と松本市との岳都姉妹都市交流発展を願い、「ヒマラヤの青い空とカトマンズ-」と表題いたしました。

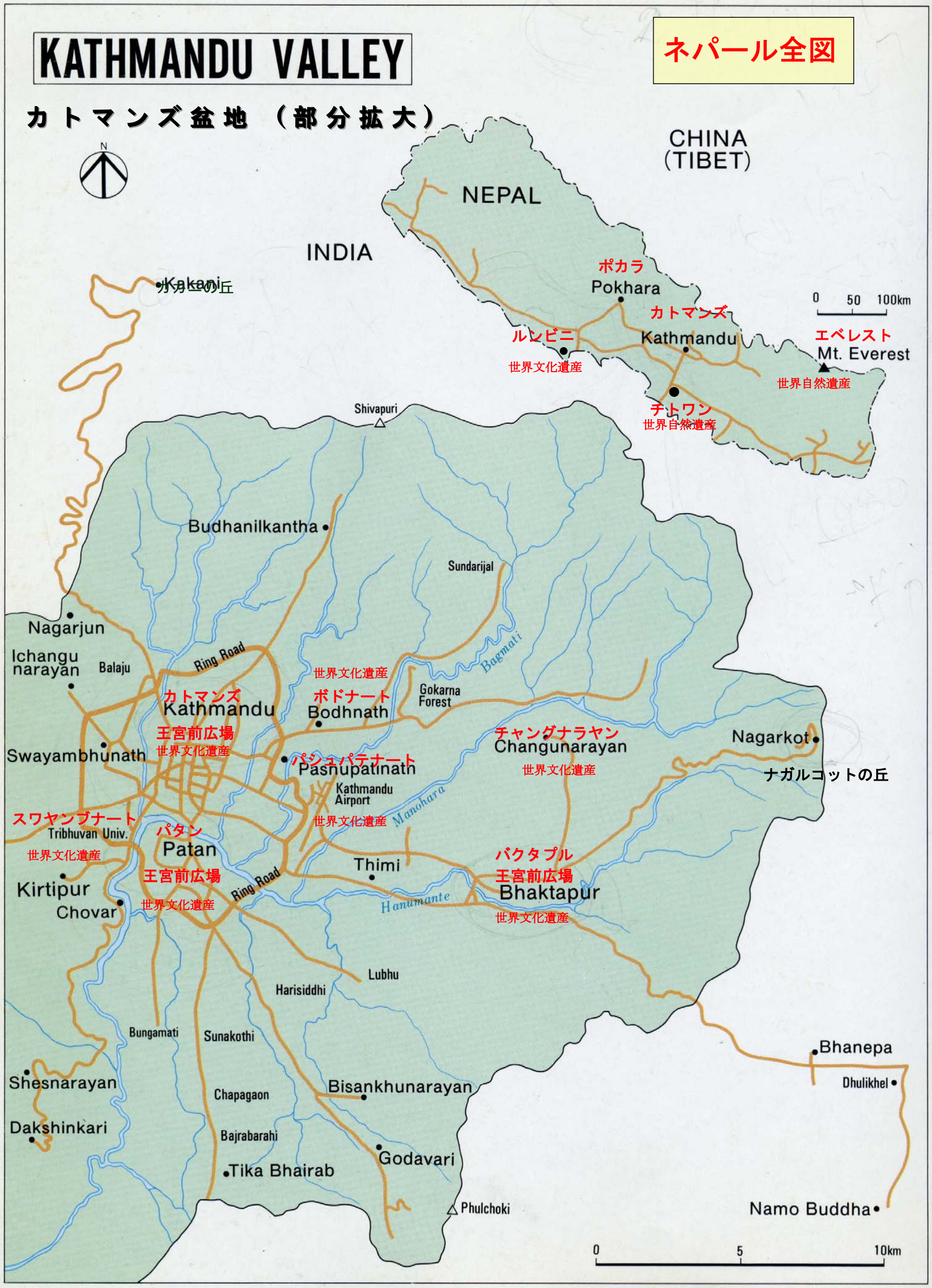
一つ一つの事業を振り返ると、各事業への苦労と、様々な思い出がよみがえり、あらためて、ご理解とご協力いただいた、市民皆様へ、深い感謝の想いが、込み上げてまいります。

この小冊子に記載された、各事業活動が、一つの歴史的事実として、次世代に続く市民交流のなお一層の発展に役立つことを、心から願っております。

令和２年８月１日

特定非営利活動（NPO）法人松本ヒマラヤ友好会

理事長　鈴木　雅則


KATHMANDU VALLEY
ネパール全図
カトマンズ盆地（部分拡大）
N
CHINA
(TIBET)
NEPAL
INDIA
Kakani
カカニの丘
ポカラ
Pokhara
カトマンズ
Kathmandu
ルンビニ
世界文化遺産
エベレスト
Mt. Everest
世界自然遺産
チトワン
世界自然遺産
0 50 100km
Shivapuri
Budhanilkantha
Sundarijal
Nagarjun
Ichangu narayan
Balaju
Ring Road
世界文化遺産
カトマンズ
Kathmandu
王宮前広場
世界文化遺産
ボドナート
Bodhnath
Gokarna Forest
Bagmati
チャングナラヤン
Changunarayan
世界文化遺産
Nagarkot
ナガルコットの丘
Swayambhunath
パシュパテナート
Pashupatinath
Kathmandu Airport
世界文化遺産
Manohara
スワヤンブナート
Tribhuvan Univ.
世界文化遺産
パタン
Patan
王宮前広場
世界文化遺産
Thimi
バクタプル
王宮前広場
Bhaktapur
世界文化遺産
Kirtipur
Chovar
Ring Road
Hanumante
Lubhu
Harisiddhi
Bungamati
Sunakothi
Bhanepa
Dhulikhel
Shesnarayan
Chapagaon
Bisankhunarayan
Dakshinkari
Bajrabarahi
Godavari
Tika Bhairab
Phulchoki
Namo Buddha
0 5 10km

ネパール国の概要

国名　　ネパール連邦民主共和国（Federal Democratic Republic of Nepal）

ネパールは世界最大の「自然博物館」とも言われます。独特の地形と高度(標高)差が、生態の多様性をもたらし、世界でも有数の動植物の宝庫として知られています。

海抜 60 メートルの最も低い地点と、標高 8,848mのエベレストという最も高い場所が南北僅か150kmの国土にあり、亜熱帯気候から北極性気候に至るまで様々な風土を生み出しています。

面積　147.181 平方キロメートルあり、北海道の約 1.8 倍の広さです。人口約 2,898 万人(2016 年)。しかし、地球の 0.1 パーセントしか占めていないネパールには、

①世界の花の 2%　　②世界の鳥類の 8%
③地上の 4%の哺乳類　　④世界で 15 科に分類している蝶の 11 科(500 種類以上)
⑤土着の 600 種類の植物と 319 種の欄
が存在しています。

首都　カトマンズ市　　約 150 万人　　盆地全体で約 250 万人

カトマンズの平均高度は、1331m、緯度は北緯 28 度で、奄美大島の位置にほぼ相当する。大きさは東西約 25 km、南北約 19km、四方を 2500mから 2700mの山に囲まれている。

もともと「ネパール」という名称は、カトマンズ盆地のことをさしていた。この盆地は温暖な気候と肥沃な土地に恵まれ、インド、チベットの交易の中継地点として古くから栄えてきた。ネパールの歴史はカトマンズを軸に展開してきたといえる。

政治　連邦政府による民主共和体制。

その歴史

BC15C アーリア人の民族大移動、インダス川上流、ＢＣ10Ｃガンジス川に進出。リグベーダ聖典作成。バラモン、クシャトリア、バイシャ、シュードラの**階級制度バルナ**できる。BC5C 仏陀誕生、仏教を唱える。BC4 チャンドラグプタ王によるマウリア王朝が成立。第 3 代アショカ王が仏教を国教にする。

BC7Ｃキラティ王朝⇒BC4 アショカ王、全国に 84000 塔のストゥーパを建て、パタンにも 4 つのアショカストゥーパを建てる。⇒**AD5C リッチャビ王朝**：ヒンズー教、カースト、聖牛崇拝を導入⇒**AD7C タクリ王朝**⇒・・ネパール闇の時代・・

⇒**AD13C～マッラ王朝**：中央集権化、カーストの法制化⇒**AD15C 末**、カトマンズ、パタン、バクタプールに分裂、3 つの都市国家が並立。共同水道、道路整備、多くの寺院、芸術工芸、舞踏、貿易、農業など発達。～AD18C

1768 年シャハ王朝⇒首都カトマンズとする。**1846.9.15 ラナ族によるコト大虐殺。その後 100 年の鎖国政策**を始める。独裁的専制体制の強化、ネワール文化の停滞、経済の破綻となる。

1951 年トリブバン王：王政復古の成功。**1962 マヘンドラ王**：政党なしの議会制度パンチャヤット制導入。1990 年 1 月に複数政党制による立憲君主国。**2001 年ギャネンドラ王**：2006 年反乱により国王の権力縮小。議会制民主主義を法制化の為 2007 年 1 月暫定憲法成立。2008 年 5 月 28 日制憲議会発足。連邦民主共和制へ移行宣言。2015.9.20 ネパール新憲法制定。王制の廃止、連邦民主主義基本的人権の尊重、三権分立、国民皆平等、カースト差別無、社会保障の権利そして国民の義務を盛り込む。世界でも進んだ憲法と賞賛。
⇒2017、5、6、9 に地方選挙が行われる。・・カトマンズ新市長誕生

ビジャサンダー
サキヤ・カ市長

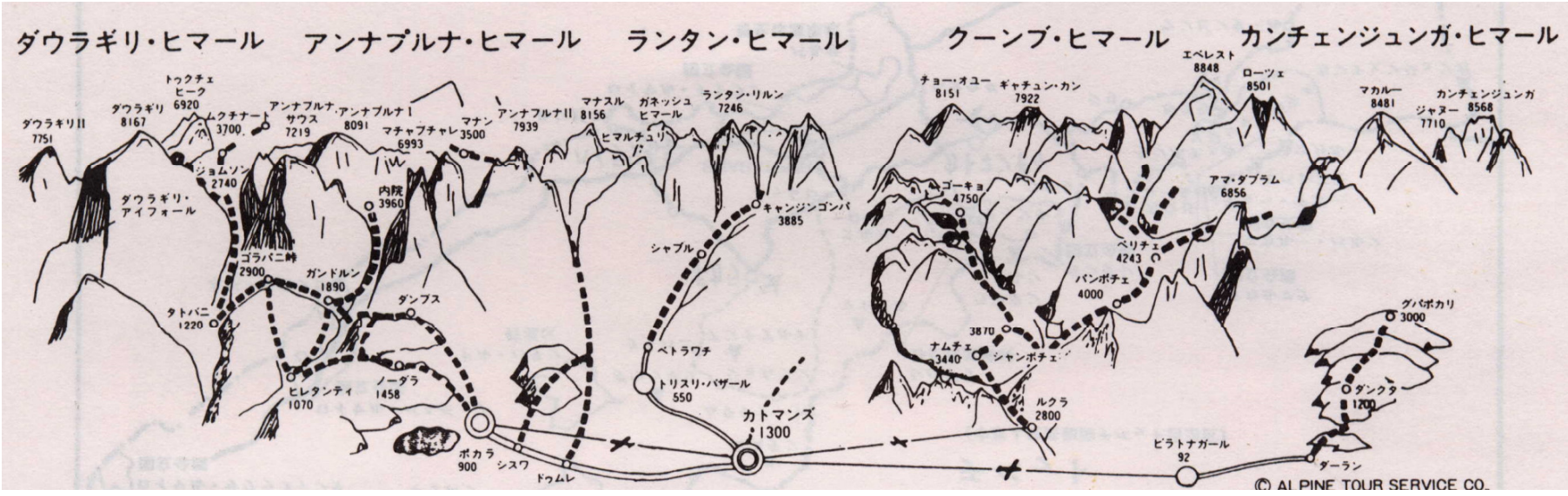
国民　ライ、タマン、ネワール、グルン、タカリーはじめ 40 以上の民族　約 70 の言語

貨幣　ネパール・ルピー Rs.＝約￥1.14（2018 年 7 月）＄1＝約 Rs.74.54（2009／2010 年度平均値）

共通語 ネパール語　英語

気候　気候は一年中温暖で、平均 18 度くらい。（雨季５月～９月・乾季１０月～３月）

登山　世界の 8,000m 峰 14 座の内、8 座がネパールに在ります。世界の登山家達が、ネパールで数々の偉業を成し遂げて来ました。



文化遺産　ユネスコの世界文化遺産は 8 箇所あり、カトマンズ盆地だけで 7 ヶ所あります。

１、スワヤンブナート　・・2000 年の歴史ある仏教聖地。四面に仏陀の目が描かれている。

２、ボーダナート・・・高さ 36mの世界最大級のストゥーパ。ヒマラヤ各地からの仏教徒の巡礼地

３、パシュパティナート・・シバ神を祀るヒンズー教三大聖地の一つ。インドからも巡礼者が礼拝。

４、カトマンズ王宮広場・・16 世紀まで遡る旧王宮や建造物が建ち並ぶ景観は、圧巻。

５、バクタプル王宮広場・・王宮の歴史は 12 世紀に遡る。5 重の塔ニャタポラ寺院が印象的。

６、チャングナラヤン・・4 世紀に建てられた盆地最古の建物。ビシュヌ神を主神として祀る。

７、パタン王宮広場・・17 世紀に建造された様々な建物群は、壮大。クリシュナ寺院は石造の傑作。

８、ルンビニ（仏陀生誕地）・・仏教の創始者釈迦の生誕地。考古学的にも貴重な遺跡群。

カトマンズ王宮広場

スワヤンブナート

パシュパティナート

ボーダナート

世界自然遺産　**１、エベレスト国立公園**　　**２、ローヤルチトワン国立公園**

買物　古代ネパールの細工師は 400 年の歴史があり、昔中国宮廷から敬意を払われていました。

①手織り製品・・ショール、セーター、トッピ(男性用帽子)、上着
②自然石・・ルビー、アクアマリン、トルマリン、水晶
③宝石・・・首飾り、腕輪、指輪、銀細工
④アンモナイト・・カリガンダキ上流で集めた中生代の貝の化石
⑤ククリ・・グルカ兵も持っていた、そりのある刀
⑥金属細工・・銅、真鍮、青銅で作られる水入れ、酒の容器、ボール、オイルランプ
⑦手漉き紙・・こうぞから作られる手漉き紙、政府の公用文書に使用。手紙セット、カレンダー
⑧仏画・・チベット語でタンカ。マンダラ、ブッダの生涯など
⑨焼き物・・素焼き、陶器
⑩香料・・昔貿易商は、香料を求め、アジアをさまよう。カレーの元の材料、シナモンなど
⑪茶・・・ネパールの輸出品、イラム茶は世界でも最高級茶です。
⑫木彫り・・木彫りの格子窓、ドアーなど、カトマンズの寺院などで見られる。写真立て、宝石箱

指輪

首飾り

アンモナイト

ククリ

鐘　　酒の容器

手漉き紙

イラム紅茶

木彫り

金属仏像・仏具

手織り帽子、手袋

羊皮物入れ

シェルパザック

パシュミナショール

祭り　ネパールほど祭りの多い国はありません。宗教の祭り、人生の節目の祭り、季節の祭りであったり、何世紀も続いてきたこの慣習は、神仏をお祭りすると同時に生きる喜びの表現です。、

2 月バサンタ・パンチャミ(春祭り)・・学芸の女神サラスワティをお参りする。学生や職人がご利益を願い参拝。

2 月マハ・シバラトリ(シバ神の夜祭)・・シバ神の祭りの一番大きな祭り。パシュパティナートをぐるりと巡るのが大切な儀式。

5 月ブッダ・ジャトラ(釈尊の祭り)・・5 月の満月の日、釈迦の誕生から入滅までを想い、お祭りする。仏教徒、ヒンズー教徒も揃って、仏教寺院にお参りします。

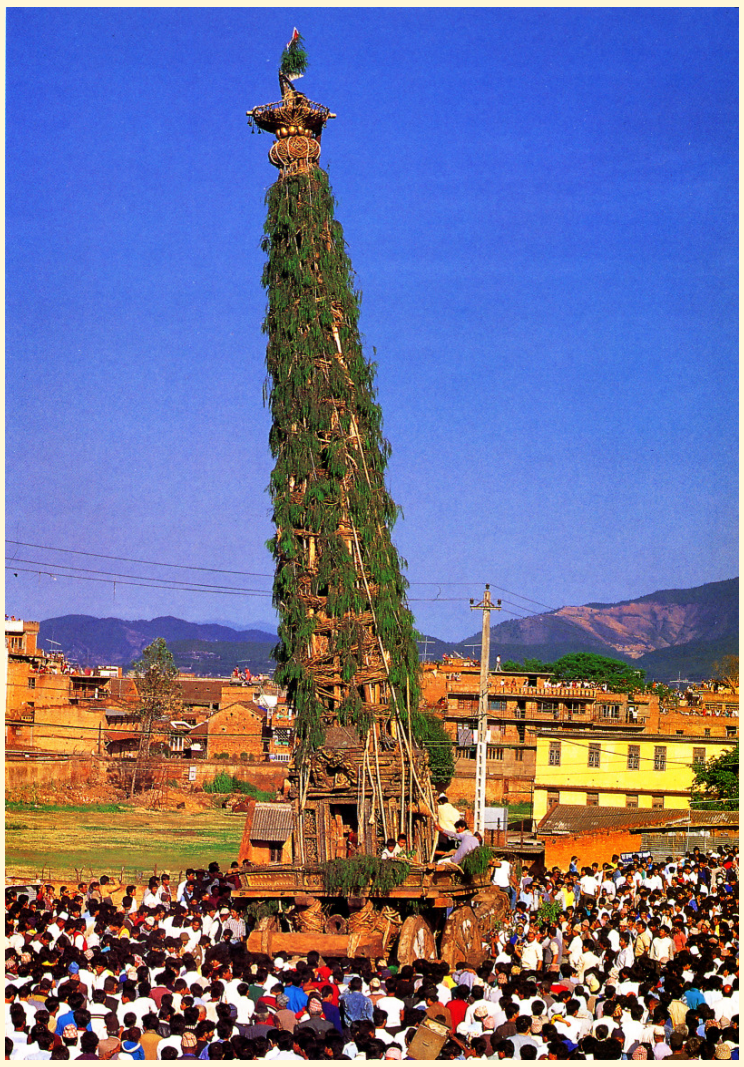
5 月ボト・ジャトラ(雨の神の祭り)・・雨季の入る前、雨の神ラト・マチェンドラナートの祭りが、一ヶ月行われる。山車に乗り、パタン市内を巡回する。

9 月インドラ・ジャトラ(インドラ神の祭り)・・8 日間続く賑やかな祭り。生き神様クマリも、御輿に乗り、シンバルやドラムを鳴り響かせ、町中を巡ります。

10 月ダサイン(秋祭り)・・ヒンドゥ教徒にとり、2 週間続く一番大きなお祭り。ドゥルガ女神を崇拝し、川で身を清め、生贄を供え、繁栄と発展を祈願する。

11 月ティハール(光の祭り)・・5 日間続くお祭り。3 日間は、カラス、犬、牛のお祭り。4 日目はネワール暦の元旦。5 日目は兄弟の長寿と幸せを祈願する。

11 月マニ・リンブー(ラマ教の祭り)・・ソル・クンブ、タンボチェ寺院で行われる祭り。10 月又は 11 月の満月の日から、3 日間行われる。

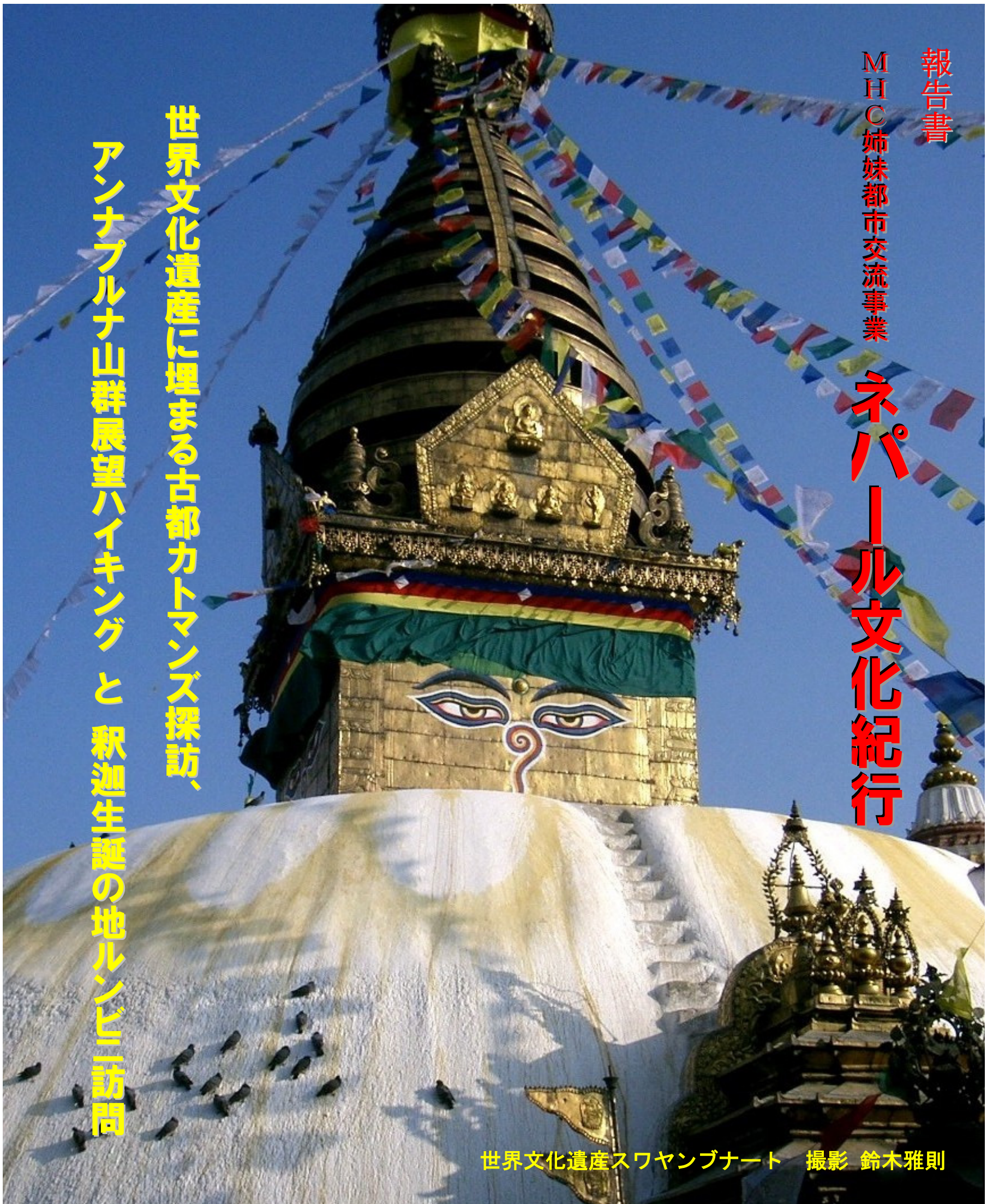


5 月カトマンズのセト・マチェンドラナートのお祭り。京都祇園祭の原型を見るようだ。

9 月インドラ・ジャトラのお祭り

5 月パタンのラト・マチェンドラナートのお祭り

２００６年度事業



報告書

MHC姉妹都市交流事業

ネパール文化紀行

世界文化遺産に埋まる古都カトマンズ探訪、

アンナプルナ山群展望ハイキング と 釈迦生誕の地ルンビニ訪問

世界文化遺産スワヤンブナート　撮影 鈴木雅則

主 催　NPO 法人 松本ヒマラヤ友好会

MATSUMOTO HIMALAYA　FRIENDOSHIP CLUB

後援　長野県　松本市　松本市教育委員会　松本市カトマンズ市姉妹提携委員会

(社)日本ネパール協会長野県支部　朝日新聞松本支局　毎日新聞松本支局　産経新聞長野支局

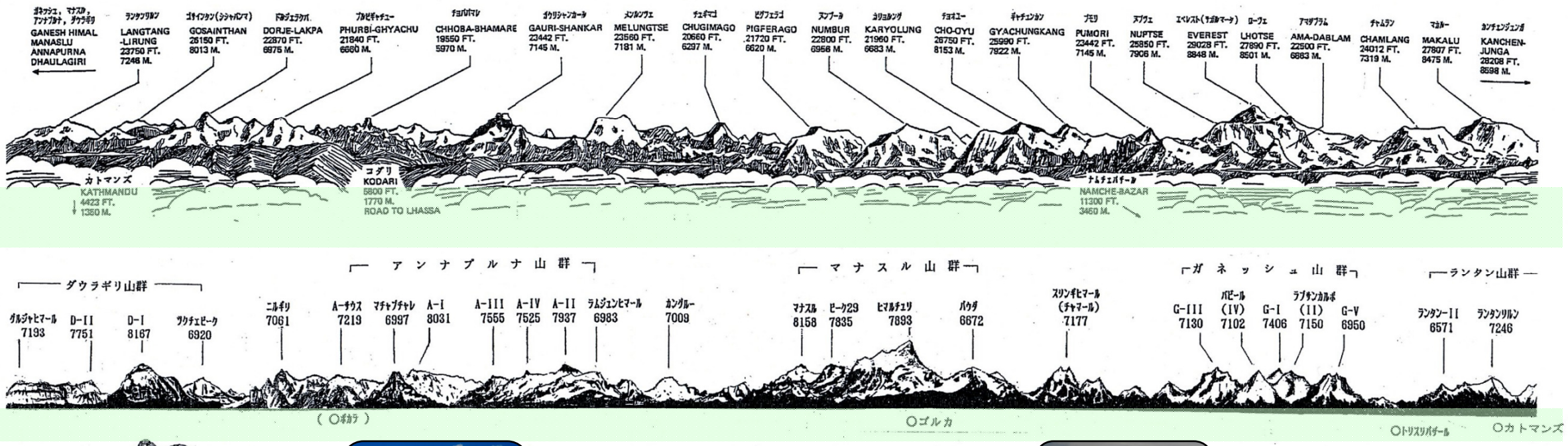
信濃毎日新聞社　市民タイムス　NBS 長野放送　TSB テレビ信州　TV 松本ケーブルビジョン 他

≪　2006MHC姉妹都市文化交流事業･ネパール文化紀行　≫

ーヒマラヤを仰ぎ見る古都カトマンズ探訪･アンナプルナ山群展望ハイキング

・釈迦生誕の地ルンビニ訪問８日間ー

	月 日 曜	発　着　地　名	時 刻	交　通	摘　　要　　（食　事）	宿 泊
01	12/27(水)	関西国際空港　　発 上海　経由 カトマンズ　　着	12:40 19:45	RA412	ＡＭ4：00貸切バスで松本出発 関西国際空港より、上海経由でロイヤルネパール航空直行便にてネパールの首都、カトマンズへ。着後、カ市部長とＭＨＣカ支部らが花輪で出迎える。係員と共にホテルへ。	ホテル
02	12/28(木)	カトマンズ滞在		専用バス	早朝ヒマラヤ遊覧飛行を試みたが、濃霧の為中止。PM12：00，カトマンズ・タパリヤ市長へ表敬訪問カ市長から歓迎される。午後は、カトマンズ旧王宮、アッサントーレ市内観光。夜、カトマンズ市主催の夕食会に招待される。酒を交わしながら、親交を深める。	ホテル
03	12/29(金)	カトマンズ　　発 ポカラ　　着 ポカラ　　発 サランコット　　着	 午後 午後 午後 夕刻	 国内線 専用車 徒歩	ＡＭ8：30クムジュン校委員がホテルに来訪。皆で運搬してきた文具20kgを渡す。 午前中、パシュパティナート、ボドナート等カトマンズ市内観光。 午後、ＯＭ2：30国内線にてポカラ向かう。着後、現地係員の出迎えで専用車（約１時間）でサランコットの丘へ。泊す。 丘からは、厚雲のため、展望が効かない。キャンプファイヤーの火を囲み、地酒のロク酒に酔う。	ロッジ
04	12/30(土)	サランコット　　発 ポカラ　　着 ポカラ　　発 バイラワ　　着	午前 午後 午後 夕刻	徒歩 専用車 航空便	早朝、サランコットに登り、ピークからのアンナプルナ山群の展望と日の出を拝す。昼前、徒歩で下り、途中から専用車に乗り、ポカラへ戻り。昼食後、ポカラからチャーター便で飛び、ルンビニのバイラワ空港へＰＭ3:15着陸。ホテルに荷を置き。ＰＭ4：00、専用車で、ルンビニ観光、釈迦の生誕地を訪ねる。	ホテル
05	12/31(日)	ルンビニ　観光 カピラ城訪問 バイラワ　　発 カトマンズ　　着 カトマンズ　　発 ドリケル　　着	午前 17：00 18：00 夕刻	専用車 国内線	ＡＭ6：45，専用車で出発。カピラ城遺跡を探訪。遺跡を歩き、仏教を唱えた釈迦を想い、感慨を深くする。ＡＭ10：00日本人建築家丹下健三氏の基本案でできたルンビニの仏教公園都市に向かう。ルンビニの世界各国の仏教公園都市を訪問。 ＰＭ5：00バイラワ空港からカトマンズへ。機内窓から夕景のヒマラヤに感動する 着後、専用車にてドリケルの丘へ　泊す。 夜、眼下にカトマンズ下町の街の灯が瞬き、感慨に浸る。	ホテル
06	01/01(月)	ドリケル　　発 カトマンズ　　着	午前 午後	専用車	ＡＭ9：00、世界文化遺産バクタプールに向かう。寺院、広場、街の人々の暮らしぶりに趣を感じる。その後、チャングナラヤン寺院を観光してカトマンズのホテルでヒマラヤそばに舌鼓を打つ。 その後、西の丘のスワヤンブナート寺院に、385段の石段を登り、初詣でのお参りする。 夜、タメールのレストランで、カトマンズ市長らとＭＨＣカ支部も招待し報告会､MHC奨学生も招き激励、晩餐会を開催。	ホテル
07	01/02(火)	カトマンズ　　発	22:45	RA411	早朝、武道館を視察。柔道、体操、空手など多目的に使用されていた。国内空港でマウンテンフライトを待機。ＰＭ12：00とうとう飛来する。8000m4座を控えるクーンプヒマール･エベレストを望む。興奮気味に撮影し、帰還。その後パタンの街を観光、慈善団体の責任者と面会、後カ友人らと一杯やり、再会を約し、夜、帰国の途に就く。	機内泊
		関西国際空港　　着	13：00		ＰＭ1：00関西国際空港着、貸切バスで松本到着	各自宅


GANESH HIMAL
MANASLU
ANNAPURNA
DHAULAGIRI
LANGTANG -LIRUNG 23750 FT. 7246 M.
GOSAINTHAN 26150 FT. 8013 M.
DORJE-LAKPA 22870 FT. 6975 M.
PHURBI-GHYACHU 21840 FT. 6660 M.
CHHOBA-BHAMARE 19550 FT. 5970 M.
GAURI-SHANKAR 23442 FT. 7145 M.
MELUNGTSE 23560 FT. 7181 M.
CHUGIMAGO 20660 FT. 6297 M.
PIGFERAGO 21720 FT. 6620 M.
NUMBUR 22800 FT. 6956 M.
KARYOLUNG 21960 FT. 6683 M.
CHO-OYU 26750 FT. 8153 M.
GYACHUNGKANG 25990 FT. 7922 M.
PUMORI 23442 FT. 7145 M.
NUPTSE 25850 FT. 7906 M.
EVEREST 29028 FT. 8848 M.
LHOTSE 27890 FT. 8501 M.
AMA-DABLAM 22500 FT. 6683 M.
CHAMLANG 24012 FT. 7319 M.
MAKALU 27807 FT. 8475 M.
KANCHEN-JUNGA 28208 FT. 8598 M.
カトマンズ
KATHMANDU
4423 FT.
1350 M.
コダリ
KODARI
5800 FT.
1770 M.
ROAD TO LHASSA
ナムチェバザール
NAMCHE-BAZAR
11300 FT.
3450 M.
ダウラギリ山群
アンナプルナ山群
マナスル山群
ガネッシュ山群
ランタン山群
ダウラギリ
D-II 7751
D-I 8167
7193
7061
7219
6997
8031
7555
7525
7937
6983
7009
8158
7835
7893
6672
7177
G-III 7130
(IV) 7102
G-I 7406
(II) 7150
G-V 6950
ランタン-II 6571
ランタンリルン 7246
○ゴルカ
○カトマンズ
Mustango
スタン
ダウラギリ・ヒマール
アンナプルナ・ヒマール
マナスル・ヒマール
ガネッシュ・ヒマール
ランタン・ヒマール
ロールワリン・ヒマール
クーンブ・ヒマール
カンチェンジュンガ
SHISHA PANGMA
MT. EVEREST
Chomo Lönzo
Makalu II
MAKALU
LHOTSE
Nuptse
Ama Dablam
Pyramid Peak
Chamlang
Thudam
Sibrung
Lamobagar
Topke
Libang
タプレジュン
Taplejung
シッキム州
SIKKIM
マウンテンフライト
国内線
国際線
至香港
ルクラ
Lukla
KATHMANDU
カトマンズ
ポカラ
Pokhara
バクタプル
ベシサハル
ナガルコット
バンディプル
チトワン
ルンビニ
Butwal
Bhairawa
INDIA
インド
Birganj
Janakpur
Biratnagar
ビラトナガール
Rajbiraj
Hanumannagar
Dhankuta
Bhojpur
Terhathum
Taplejung
Jiri
Phaphlu
Chaitara
Chariko
Those
Kusawatic
Baramchi
Dingla
Chainpur
Tumlingtar
Beteni
Khandbari
Chandragarh
Haldibari
Pipra
Inarwa
Udaipur Gurhi
Rameghhap
Manebhanjyang
Kurule
Goltar
Khaldunga
Lamidanda
Rumjatar
Aisyalukharka
Gorkha
Bartar
Arughat
Trisuli Bazar
Likhu Khola
Kandrang Garhi
Bhimphedi
Narayangarh
Bharatpur
Jhawani
Belani
Meghauli
Amlekhganj
Bhikna Thori
Simra
Malangwa
Hardnath
Jaleswar
Tansen
Ramkot
Pyuthan
Baglung
Nuwakot
Bahakot
Dhorpatan
Thapagaon
Tatopani
Annapurna South
Machhapuchhare
Lamjung Himal
Siklis
Chanpokhara
Pandur
Kakkotgaon
Hongde Peak
Sita Chuchura
Tarakot
Churen Himal
Putha Hiuchuli
Ghustung South
Gurja Himal
Gangapurna
Fang
Tukucheo Peak
Tukucha
Dhaulagiri I
Gosainkund
Langtang Lirung
Langtang Ri
Langshisa Ri
Yansa Tsenji
Shalbachum
Morimoto Peak
Lenpo Gang
Dorje Lakpa
Ganchempo
Gosainkund
Gaurisankar
Kang Nachugo
Beding
Chobutse
Pigtera-Go Nup
Numbur
Tarkyolung
Namche Bazar
Khumbu Bazar
Kantega
Mingbo
Hramserku
Shangboche
Gokyo Peak
Menlungtse
Pumo Ri
Jongsa
Kangchung
Walungchung
Chunsa
Kambachen
Jannu
Tamur R.
Arun R.
Tamur
Phewa Lake
Myagdi R.
Mai R.
Tisuli R.
Rapti
Lu-li-kung
Mustang
Dhaulagiri
Annapurna
Manaslu
Ganesh Himal
Langtang
Gosainkunda
Everest
Makalu
Kanchenjunga
Sikkim
Darjeeling
Kathmandu
Pokhara
Lukla
Lumbini
Chitwan
Terai
Tibet
China
Nepal
scale 1:1330000
0
50
100km
N

2006MHC 姉妹都市文化交流事業　***ネパール文化紀行***　**事業報告書**

ヒマラヤを仰ぎ見る古都カトマンズ探訪・アンナプルナ山群展望ハイキング・釈迦生誕の地ルンビニ訪問８日間

は、長野県、松本市並びにマスコミ各社の後援、そして市民の皆様のご協力を得て、松本市民をはじめとする 13 名が参加し、2006 年 12 月 27 日(水)から 2007 年 1 月 3 日(水)に実施致しました。参加者一行は、白銀のヒマラヤを展望しながら、ネパールの８つの世界文化遺産全てを訪ね歩き、日本の文化との深い関わりに感銘を受けながら、松本市と姉妹都市カトマンズ市との友情を深める市民交流の責任も果たして参りました。

2007.1/2 マウンテンフライト、世界最高峰エベレストを望む。

世界文化遺産を探訪する。

2006 年 12 月 27 日早朝 AM4：00、松本を貸切バスで出発。穏かな日よりの中、高速道路を順調に走り、関西国際空港には、AM10：00 に到着。ここで、東京羽田からの航空便を利用した参加者 2 名を含めた 13 名全員が合流し、AM12：40 発の上海経由の直行便、ロイヤルネパール航空で憧れのネパールへ向け日本を出国する。機窓からは、雲海の切れ間に、離れ行く日本の沿岸が望まれる。

ネパール現地時間 PM7：45、既に陽が沈み、灯火に照らされたカトマンズ空港に飛行機は着陸する。空港では、カトマンズ市役所並びに MHC カ支部より花輪で歓迎され、この夜、カトマンズ王宮前通りのアンナプルナ・ホテルに長旅で疲れた体を休める。

カトマンズ市役所より花輪で歓迎される。

カトマンズ市役所タパリヤ市長代理を表敬訪問

12 月 28 日、世界最高峰エベレスト 8848mを望むマンテンフライトの為、早起きして AM6：30 朝食のテーブルに着く。白む朝がきても、古都カトマンズの街は、濃い霧

に煙っている。AM7：00 カトマンズ国内飛行場へ向う。空港内には、世界中から予想外に大勢の人達が集まっていた。しかし上空の霧が晴れず、AM10：30 今日のフライトは断念して、カトマンズ滞在中の次回を期待して、ホテルへむなしく帰還する。

PM12：00 カトマンズ市役所に、ディネッシュ・クマール・タパリヤ、カトマンズ市長代理を表敬訪問する。歴史を感じさせる白いコンクリート造りの庁舎を訪ねると、職員皆笑顔で、私達の訪問を温かく迎えてくれた。MHC 鈴木理事長の挨拶の後、参加者一人一人が自己紹介するとタパリヤ市長代理は、「国際的姉妹都市提携は松本市が最初であり、松本との交流を大切にしていきたい」と歓迎の意を表した。夕食はカ市が招待し、ネパール料理をご馳走するとの約束を頂き、30 分程で訪問を終える。

昼食後、「カトマンズの銀座通り」と呼ばれるニューロードを歩き、ユネスコの世界文化遺産、カトマンズ・ダーバースクエアー(旧王宮前広場)へ向かう。付近一帯はハヌマンドカと称され、多くは 14 世紀から 18 世紀までの建物や寺院が建ち並んでいる。

世界文化遺産ハヌマンドカを訪問

バサンタプールバワン 9 階建 31mから望むカトマンズ市街

私達は、旧王宮内に入り、その中で最も大きくて高い建物、木造 9 階建、高さ 31m のバサンタプール・バワンの最上階に昇る。大きな屋根を支える方杖にはシバ神とパールバティ神妃の男女媾合像が見事に彫刻され、最上階に昇ると、小鐘が吊り下がる小窓から、午後の陽に照らされた古都カトマンズ市街が一望できる。

ホテルまでの帰り道、庶民対象の日常生活品が売られているアッサントーレを歩く。昔、インドからチベットへの交易ルートとしても使われ、市場が開かれていたが、12 世紀頃から今の町並が造られていった。道幅は 3m程で道の両脇には、間口が狭く奥行きのない店がひしめき、鍋、釜、壷、衣料品､化粧品、仏具、カーペット、近郊からの野菜、イチゴやミカン等の果物など、種々たくさんの品物を売っている。

雑踏する表通り

アッサントーレを歩く

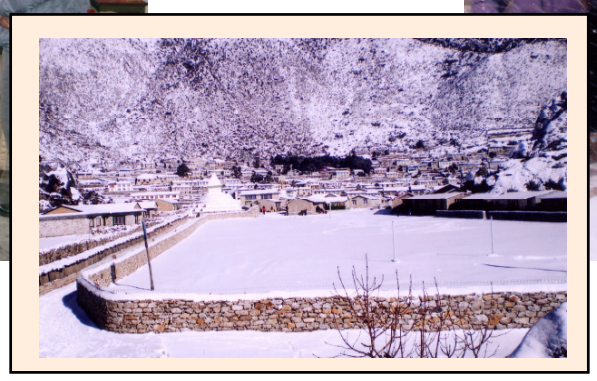
体中カバンを吊り下げを売る

道には身動きできないほどの大勢の人が歩き、その中をリキ車が走り、警笛を鳴らしてバイクが通り、荷を積んだ手押し車が進む。まさに“雑踏”の中を歩く。私達は、ある一軒の店に入り、カーペット、パシュミナ、マンダラ絵等を物色する。品物には、正札がついていないため、値段交渉から始まる。買値売値が決まるまで時間のかかる交渉をすることになる。

夜、カトマンズの異人街と呼ばれるタメール地区ホテル内の食堂で、カトマンズ市役所主催の夕食会に、参加者全員と MHC 大河原カ支部長らが招かれる。タパリヤ市長代理、カ市部長等 6 名が出迎えてくれた。そして挨拶が始まる丁度その時、室内のテレビ画面に、私達の表敬訪問の様子が放映されていた。話題には事欠かず、２時間余、ビールとウイスキー、ネパール料理に舌鼓を打ちながら、日本語とネパール語、英語が飛び交い、各人自己紹介しながらカトマンズの事を語り合い、市長代理並びに旧友人達と親交を深める事が出来た。

12 月 29 日、AM8:30 私達の宿泊ホテルへ、クムジュン校(小中高)の運営委員パサンダワ氏と、経営に携わるヒマラヤン・トラスト、カトマンズ事務局のツクテン・シェルパ氏が来訪。安曇野市穂高北小学校の PTA と全校児童が収集した鉛筆やノート等の文房具約 20kg を手渡す。山間部で勉学に励む生徒達には、文房具が全く足りないのだ。

この文房具は、カトマンズ国内空港から、エベレスト街道玄関口ルクラへの定期飛行便に乗せられ、ルクラからはポーター等により、クムジュン校まで運ばれる。



現在のクムジュン校(左)と学生寮の生徒達、右端はマヘンドラ校長

文房具 20 kgを手渡す

AM9：00 ホテルを貸切小型バスで出発。聖なるガンジス川の源流部をなすパグマティ川のほとりに建つ、世界文化遺産パシュパティナートを訪ねる。ここは、ネパール最大のヒンズー教寺院、破壊神シバ神を祀る。毎年 2 月シバラットリ祭には、インドからの巡礼者も多く、沐浴する姿も見られる。石橋を渡った対岸には、シバ・リンガム(男根)を祀った白い小堂が 100 基以上群立している。寺院の下流部の焼場では、煙が立ち昇り、遺体が荼毘にふされていた。

世界文化遺産パシュパティナート

遺体が荼毘にふされ、煙が立ち昇る。

遺体は、井桁に組んだ薪に載せられ、米藁を被せて火葬される。骨灰は川に流され、それが至福とされる。ネパールの 85%以上のヒンズー教徒には、お墓は無い。ヒンズー教も仏教も、古代インドのバラモン宗教から発し、同様に輪廻転生を信仰する。

次に、世界最大級のストゥーパを擁した仏教寺院、世界文化遺産ボド・ナートへ向う。AD500 年には、建造されていたという。既に朝早くからヒマラヤ各地から多数の巡礼者が訪れていた。巡礼者は、最下部の基壇を右回りに歩き、外周に連なる 700 個のマニ車を右手で回し、数珠を手に「オンマニペメフム」と呟くように経文を唱え、あるいは全身を地面に投げ五体投地をする人、基壇にはめ込まれた仏像の前に座り込み、お経を読む人、様々な方法でお祈りを繰り返している。

世界文化遺産ボド・ナート

最下部の基壇を巡る巡礼者

私達も基壇上部に昇り、右周りに廻ってみる。最上部の金色の尖塔から、大宇宙を表わす黄、緑、赤、白、青の五色のタルチョーが、万国旗のようにはためいていた。外周囲には、明治時代、真の仏教を求めネパール、チベットを訪れた河口慧海の功績を称えるレリーフが壁に嵌め込まれていた。ネパールの人達にとって、彼の人柄の印象が、日

本人へのイメージになっているという。先人達に学ぶべき事が多い。

PM2：30 過ぎ、カトマンズから 16 人乗り軽飛行機で、ネパール第二の都市ポカラへ飛ぶ。上空には雲が厚く沸き上がり、なかなか視界が得られない。機体を揺らしながら雲上へ抜ける出ると、豪快に聳えるマナスル(8163m)の白峰が目の前に飛び込んできた。その壮麗な姿に魅せられていると、機体は再び白雲に被われ、しばらくで降下態勢に入り、PM3:00 ポカラ空港へ着陸する。

雲上に現れたマナスル(8163m)の白峰

着陸したポカラ空港

空港には、MHC カ支部の会員パサンギャルゼンが待っていた。彼は、エベレスト山麓のナムチェバザール出身。カトマンズ旅行代理店ポカラ支店長の仕事を担い、ポカラに家を構え、ポカラ周辺のトレッキングや、旅行の世話をしている。一度 MHC の招待で松本に来てもらった事がある。彼の手配で、私達一行は、早速２台の車に乗り込み、今日の宿サランコット(1667m)頂上近くに建つホテルに向う。

飛行場から舗装された道を、エンジンを唸らせながら登って行く。ポカラは、標高 800～900m、温暖で周辺農地も緑豊かで、段々畑には菜の花が咲き、人々の表情も穏やかに感じられる。私達は心が洗われるようなネパールの美しい一面に触れながら、約１時間で、今日の宿、標高 1600mのアンナプルナ・シェルパホテルに到着する。

私達の車の前を走る定期バス

緑豊かなサランコットの情景

山の稜線に建つホテルからは、アンナプルナ・ヒマールの大山群が望まれるはずだったが、厚雲に被われ、展望が効かない。主人の配慮で、庭の中央の薪に火が点けられ、キャンプファイヤーとなった。陽が落ちた薄暗がりの中、赤く燃える火を囲み、地酒のロク酒が振舞われる。皆、安堵したのか、ほろ酔い気分で盛り上がり、唄に興じた。

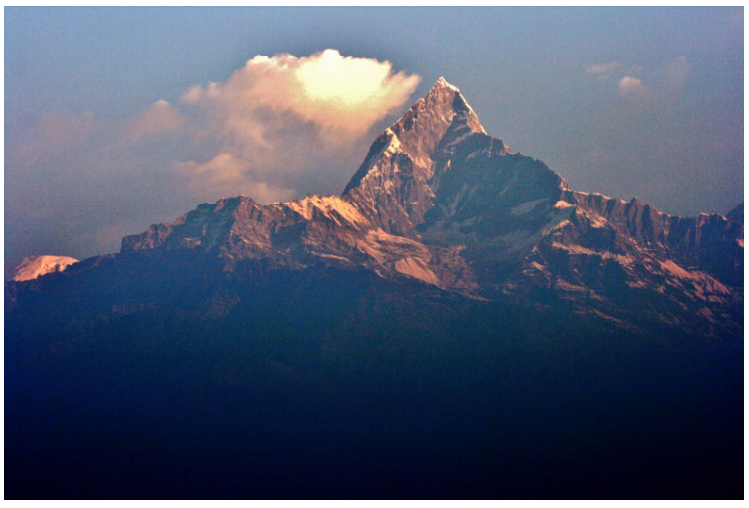
12 月 30 日、AM5：30 起床、上空は満天の星空。AM6：00 暗い庭で全員体操。ホテルで用意してくれた温かいミルクティーを飲み、いざサランコット・ピークを目指す。このピークは、街から比較的近くにあり、アンナプルナの大展望を得られることで有名だ。皇太子浩宮様（当時、2020 年現在は天皇陛下）もネパール訪問の際、登られたピークだ。ホテルからは 20 分程で到着。麓からもピークを目指して、暗いうちからたくさんの人達が登って来ていた。

東の空に日の出を迎える

アンナプルナの白峰に感激する

アンナプルナは、古代インドのサンスクリット語で「豊穣の女神」を意味する。1950 年フランス隊によって、アンナプルナⅠ峰（8091m）が登頂され、「人類はじめての 8000m峰登頂」のニュースが世界中に広まり、8000m峰登山ラッシュが始まった。東西 80km、西のカリガンダキ河と東のマンシャンディ河との間に、白銀の屏風を連ねている。

眼下には雲海が広がり、上空は快晴。しかし北方に帯状の雲がたなびき、ヒマラヤの展望が効かない。AM7：15 霧雲の中、東の空に日の出を迎える。上空の空が赤らみ、流れる厚雲の上部に、予想以上の高さでマチャプチャレ 6993mの先鋒がまず姿を現し、橙色に輝き始めた。続いて東方のアンナプルナⅡ峰 7937m、そして西方のアンナプルナサウス 7219mの白峰が雲間から交互に、その壮麗な姿が見え隠れする。



朝陽に輝くマチャプチャレ 6993m

壮麗なアンナプルナⅡ峰　7937m

AM8:00 私達は、これ以上の展望を諦め、ホテルへ帰還。それでも展望に一喜一憂しながら、遅い朝食を摂り、AM9：45 温かいもてなしをしてくれたホテルオーナーに別れを告げ、車の待つ山の中腹目指して、山路を下る。途中、路沿いの小店に立ち寄り、手工芸品やダカ織、アンモナイトなどを買い求め、楽しいハイキングとなった。

サランコットから望むアンナプルナ山群、8091m

穏やかな日よりになごむ山ヤギ

菜の花咲く山路を下る

路沿いの小店でダカ織を購入

AM11:30、ポカラ空港へ到着。早速荷物を預け、搭乗手続きを行うが、情報では、ルンビニ近くのバイラワ空港が霧の為視界が悪く、天候回復待ちだと言う。私達は、空港屋上でゆっくり昼食を摂り、近くにあるパサンのポカラ支店長宅を訪問する事にして時間を潰す。PM2：30 飛行可能の合図が出て、ようやく 16 人乗りチャター便に乗り込み、南方インドとの国境近くのバイラワ空港へ向かう。

飛来すると、今まで厚雲に隠れていた白峰の大巨人、ダウラギリ 8167m、アンナプルナⅠ峰 8091mがその荘厳な姿を現した。しかし、これら峰々も、徐々に後方に遠ざかっていく。飛行機は、低く垂れこめた雲海上を飛び続け、しばらくで降下を開始する。機窓からの視界が真っ白になり、その雲の中を抜けると、緑の農地が見え、バイラワ空港への着陸態勢に入った。PM3：15 バイラワ空港到着。

マンゴーの木の街路樹が茂る街道を進む

古代レンガのストゥーパが立ち並ぶルンビニ

バイラワ空港からは、早速お釈迦様の生誕地ルンビニに向う事とする。豊かな農耕地を抜け、両脇にマンゴーの木が植えられた道路を車で走り、途中、イラク元フセイン大統領死刑の抗議デモに出くわしながら、PM4：00 ルンビニ到着。ルンビニには、夕刻時でありながら、大勢の参詣者達が、往来していた。私達も車を降り、いよいよお釈迦様の生誕地に入る事とする。

今から 2500 年以上前、シャカ国のマヤ王妃が実家に出産の為、帰省する途中、このルンビニの花園でマヤ王妃が真紅の花に手を伸ばした時、ゴータマ・シッダールタ王子が誕生した。現在存する池は、マヤ王妃が沐浴した池といわれている。マヤ王妃は、出産後 7 日目に死亡する。

発掘されたマーヤデビ寺院内部

マヤ王妃が沐浴した池と遺構を囲む建物

シッダールタ王子は、シャカ国のカピラ城で青春時代を過ごし、人間が「生老病死」の苦からどう逃れられるかと苦悶し、北門から出た時、修行者に出会い“悟り”の世界があることを知る「四門出遊」。29 歳で出家し、6 年の修行の後、35 歳の冬のある日、大きな菩提樹の下で悟りをひらき“仏陀”となったといわれている。

偏らない精神(中道)で、哀れみの心（慈悲心）をもって、正しい生き方(八正道)をすれば、人々はみな救われる(万民救済)という教えを説いている。

お釈迦様は、その後 45 年間各地を説法して廻り、出生地ルンビニの方に向って旅に出かける途中、クシナガラの近くで食中毒にかかり、死期を予感する。沙羅双樹の下、頭を北にして、西を向いて横になり、弟子達には、「生あるものは、かならず滅びる」「宇宙の真理、法をよりどころとして生きていくように」と説いて、静かに生涯を閉じる。（入滅する又は涅槃＝ニルバナ【サンスクリット語】ともいう）

釈迦生誕を示すアショカ王の石柱

マヤ王妃が沐浴した池脇に聳える菩提樹

その教えは、多くの弟子達により受け継がれ、教えを整理して結集されたのが、今も伝わる仏教の経典である。仏教は、アジア各地に広がり、日本には 6 世紀半ば朝鮮半島を経て伝えられ、飛鳥時代の仏教文化が花開き、この教えが今日でも私達日本人の心の中に、深く生き続けている。

私達は、遺跡の中心部に徒歩で向う。正面に発掘したマヤ堂(BC3)の遺構を囲むレンガ色の大きな建物が建っている。周囲には、マヤ王妃が沐浴した池、マウリヤ王朝(BC4～BC3)第三代目のアショカ王が建立した釈迦生誕地を記す石柱、仏塔、奉献塔があり、

おごそかに見学して回る。マヤ堂は、BC3 世紀頃創建されたといわれ、全日本仏教協会支援のもとルンビニ・デベロップメント・トラスト、ネパール考古局の手で創設当初まで発掘調査が行われた。現在、私達は発掘調査後に大きな建物に囲まれた貴重な遺物を鑑賞する事ができる。

ルンビニを PM6:00 前出発。暗闇の道を走り、PM7：00 今日の宿ホテル・ニルバナに到着する。皆、どこか感慨に浸っている夜なのか、夕食後、各部屋にて静かに就寝する。

12 月 31 日 AM6：00 朝食。AM6：45 ホテルを出発して、視界約 50ｍの濃霧の中、ルンビニから西北 29km の距離にある、釈迦が青春時代を過ごしたカピラ城跡を訪ねる。農耕地の村々を抜け、AM8:45 カピラ城跡に辿り着く。

政府管理者より現場の説明を受ける　釈迦の父スッドーダナと母マーヤデビの墓と伝えられる

カピラ城は、1901 年考古学者ムケルジー氏により遺構の全体図が示された。城跡は、南北約 500m、東西約 450mの長方形状を呈し、レンガ又は土塁で囲まれていたという。

釈尊当時の遺構は、地面下約 2.5m付近に埋もれたままとなっている。一部発掘した現場の説明を、政府管理者より聞き、さらに内奥に向かいおそるおそる敷地上を歩くと、塀又は建物の当時の遺構が地表に現れていて、そのレンガに触れる事ができる。

カピラ城から北へ 10 分程歩いて、お釈迦様の父スッドーダナと母マーヤデビの墓、古代レンガで造られたストゥーパへも案内してくれた。

私達は、釈迦が苦悶した青春時代のまさにその場所に立ち、2500 年前、門を出でてシッダールタ王子が出家を決意し、修行と苦悶の後、悟りを開き仏教が生まれた事を思うと、それが現在に至るまでアジアの人々の心のよりどころとなり、2000 年以上世界の文化の発展を築いてきた事を思うと、限りなく深い感慨を覚えてしまうのだった。

AM10：30 私達は、ルンビニの仏教公園都市に向う。この公園都市作りは、元国連事務総長であった故ウタント氏の提唱により進められ、世界各国から僧院、寺院、仏塔の建築が、互いの国の友情と平和を願いつつ進められている。広大なルンビニのマスタープランは、日本人建築家丹下健三氏の案で、この地を世界規模の聖なる場所にすべく考案された。

ミャンマーの仏塔

タイの塔

日本の仏塔

広大な土地の為、車で各国の建物や敷地を巡る事にし、私達はミャンマー、タイ、日本の仏塔を訪ねた。他に中国、台湾、チベット、ネパール、スリランカ、ベトナムなどの仏塔・僧院があり、韓国は中国の隣に位置し、壮大な建物を建築中であった。

現在、釈迦誕生の地で各国の協調が友情と信頼を生み出している。ルンビニは、世界の平和の象徴として、お釈迦様の教えがここに生かされているといえるだろう。

ルンビニで昼食後、バイラワ空港へ向かい、PM5:00 前カトマンズ空港へ向け飛来する。エンジンを唸らせ、雲上へ上昇すると、機窓から北西方向に、巨峰ダウラギリⅠ峰 8167m、アンナプルナⅠ峰 8091m、Ⅱ峰、Ⅲ峰、Ⅳ峰の大山群が大迫力で望まれる。西空に太陽が傾き始め、最後の夕陽に照らされてマナスル 8163mの美しい峰が鮮やかな橙色に輝いている。7000m級のガネッシュヒマールの山群を横切り、夕闇迫る空にランタンリルン 7225mが、微かに映し出される頃、機はカトマンズ空港へ降下をし始める。PM6:00 カトマンズ空港へ到着する。

カトマンズへ向け飛来する

夕陽に照らされて輝くマナスルの峰

ここから、カトマンズより東方 34km の小高い丘、標高 1440mのドリケルへ向かう事とする。ネワール族の住む交易都市バネパの通り過ぎたところにあり、カトマンズからの道路も整備されている。

夜の道を快適に走行し、PM7:00 ホテルへ到着。山小屋のような別棟形式の部屋に泊まる。ロク酒で体を温めた夕食後、屋上のベランダに昇る。夜空には星が瞬き、眼下に街の灯火が眺められ、少し感傷に浸る。

夕食にネパールの地酒ロク酒が振舞われる

元旦の初日の出を迎える

1月1日 AM6：30 屋上に全員が集合し、7000m級のジュガールヒマール山群の展望を待ち望んだ。しかし眼下は深い霧が蔽い、ヒマラヤ展望はなかなか望めない。AM7：15 過ぎ、東の空が茜色に染まり、2007 年元旦の初日の出を迎える。「おめでとうございます。」昇る太陽に合掌する。

朝食後、AM9：00 ドリケルを出発する。丘を下り、「信仰の町」バクタプールに向う。ここは、中世都市を彷彿とさせる、いにしえのカトマンズを最も良く残している街だ。889 年に築かれ、マッラ三王朝時代はここが首都であった。私達は、街の東方面から趣のあるレンガ敷の道を通り、ダッタトラヤ寺院が建つタチュパルトーレの広場に出る。ダッタトラヤ寺院は、一本の大木で 15 世紀に建造されたという。近くには、同時代に作られた孔雀の丸窓が芸術性を高く評価され有名だ。

街にヤギの親子が歩く

子供を抱え又ミルクを持ち歩く若いお母さん

狭い小道を行く

レンガ造りの家並が続く道端の両側には、座りこんでおしゃべりする女性達、赤ん坊に乳をやる若い母親、暇そうに店番をするおじさん、日向ぼっこする老人達、道の曲りの空間を利用して果物、野菜を売る露店商。私達ものんびりとそんな光景を目にしながら道を歩むと、背の高い五重の塔が建つトゥマディトーレ広場に抜け出る。

ダッタトラヤ寺院前の力士像　　青野菜、芋類を売る店　　青野菜を天秤で担って運ぶ

ここには、ビシュヌ神の神妃ラクシュミーを祀る、ネパールでは最も高い、高さ 36 m、1708 年に建造されたニャタポラ寺院が建っている。基壇の石段の両側には、力士、象、獅子などが配され本尊を守っている。私達は、基壇の石段の上部に昇り、ひと廻りしてみると建物木部の緻密な彫刻とその歴史の古さにあらためて感銘をする。

公共水場で洗濯する女性　豊富な果物が並ぶバザール商品と行き交う女性　鞄屋の看板娘？

一息後、みやげ店が並ぶ通りを抜け、世界文化遺産バクタプール・ダーバースクエアー(旧王宮前広場)へ歩みを進める。広場の周囲には、1737 年建造の石造りのバサトラ寺院、1427 年マッラ王の住居として建てられた「55 窓の宮殿」がある。3 階部に造形的に優れた木彫の 55 の連窓が巡らされている。只今、竹の足場が組まれ、修繕中であった。

高さ 31mニャタポラ寺院とその基壇から見るバイラブ寺院　ダーバースクエアーを歩く参加者

ゴールデン・ゲートから内部に入ると、聖なる月、太陽、水瓶などが図案化された見事な彫刻の扉がある。これらの建物の内部では、昔と変らず今も同じ祭りの儀式が行われる。内部の小広場には太い杭が立ち、そこに十頭以上の山羊を繋ぎ止め、神の生贄として首を落とし、小広場は血の海になるという。

私達は、中世都市そのままに残る世界に、心身とも浸りながらバクタプールをあとにした。

カトマンズ最古のチャングナラヤン寺院　見事な彫刻の方杖　　ガルーダに乗るビシュヌ神

車は小高い丘の上に建つ世界文化遺産のチャングナラヤン寺院へ向う。眼下のカトマンズ盆地は、ようやく朝霧が晴れてきたようだ。チャングナラヤン寺院は、AD325 年に創建され、カトマンズ盆地で最も古く、ヒンズー教の三大神で宇宙の維持者ビシュヌ神を祀る。車を降り、村家の間の参道を 10 分程歩くと、彫刻の方杖に支えられた二層屋根の寺院が建つ境内にはいる。境内には、ビシュヌ神の乗り物人顔のガルーダ(金翅鳥)等、6～7 世紀作の石像等が置かれている。寺院の周辺を見下ろすと、段々畑が広がり穏かな山村風景になっている。

PM1:00 カトマンズの「ホテル・サンセットビュー」のレストランで、そば料理を賞味する。ネパールでは、ダウラギリ(8167m)の麓ツクチェ村(2600m)周辺で“そば”が栽培されてる。そのそば粉をロバが運び、車でカトマンズへ運んでくる。ネパールの青年が、長野県戸隠村で研修し、手打のヒマラヤそばを打ってくれていた。そばだんご、海老の天ぷら、そばつゆも付く本格的な手打ちそばだった。カトマンズへ行ったら「ヒマラヤそば」をご賞味してみては・・。

盛りだくさんのそば料理を食べてご機嫌な参加者。

昼食後、私達一行は、カトマンズの西の小高い丘に、2000 年前に建造されたストゥーパ様式の仏教寺院、世界文化遺産のスワヤンブナートに向う。正面玄関から、385 段の急な階段を一歩一歩登る。到着すると、「モンキーテンプル」と別名呼ばれているように猿が多い。猿の体は小柄で、人には悪戯はしないようだ。中央に建つストゥーパの四面には、森羅万象を見通す仏陀の目が描かれ、前面に仏像を配した多くの小塔群が建ち並んでいる。

参道の 385 段の階段を登る

基壇外周のマニ車を回し巡る

スワヤンブナートの仏塔群

私達は、別棟に座す観音菩薩像に手を合わせ、2007 年 1 月元旦の初詣をする。この場所から東の方向には、午後の陽射しに照らされたカトマンズ市街が広く望まれ、北方には、ランタンリルン 7225mの美しい峰が純白に輝いていた。

夕方 PM6：00、タメールにあるレストランで、カトマンズの短期大学に通う MHC 奨学生や卒業生の激励会とタパリヤ・カトマンズ市長代理らを招待して、MHC カ支部主催の返礼のレセプションを開催する。ここは、世界の有名なクライマーたちが集う場所にもなっていて、店の壁にヒマラヤ登頂写真や記念サインが飾られている。

2 階の店内では、MHC 奨学生ら男女 14 名が、目を輝かせて待っていてくれた。カトマンズ市役所からも、タパリヤ・カトマンズ市長代理、職員上級幹部や部長ら 6 名が駆けつけてくれた。鈴木理事長は、レセプションの挨拶もそこそこに、奨学生らに会えて嬉しく、奨学生ら一人一人から、今の学校生活や両親から離れての単身生活やら、将来の希望等について身を乗り出して聞いている。

出席してくれた MHC 奨学生 11 期生と卒業生達。皆カトマンズの短期大学に通学する勤勉学生だ。

一時間もすると、座が一層盛り上がり、固かった奨学生等も雰囲気に打ち解けて、私達参加者と楽しく会話(？)を交わしている。互いに、ジュース、ビール、ウイスキーが酌み交わされ、参加者からも奨学生激励のエールが送られる。理事長は、カトマンズ市役所の古い友人達と、市民交流や事業協力について情報や意見を交換し合う。

最後の晩餐会に、タパリヤ市長代理、MHC 奨学生ら 35 名が集まり、交流しました。

レセプションのクライマックスは、奨学生らによるシェルパダンスの勇壮な踊りだった。そしてお別れは、参加者皆で手を結び合った橋を潜ってもらい、奨学生を送る事となった。「さようなら、また会いましょう！」

この日の為、準備に奔走していただいた MHC 大河原カ支部長(当時)、パサンダワ奨学金事務局長にあらためて感謝するとともに、市長代理はじめカ職員の人達に心からお礼を申し上げたい夜だった。

1 月 2 日 AM6：30 朝食を摂る。当初断念したエベレスト方面のマンテンフライトをこの日早朝より実施する事となった。しかし、外の様子を見ると、霧が深く、当分飛行機が飛ぶ気象状況ではなさそうだ。

AM7:15 ホテルからは、日本政府と松本市民の資金協力で建てた武道館(MMAC)へ向う事にした。到着した武道館では、朝稽古が行われていた。1 階では、柔道、体操、ウエイトリフティング、2 階では、空手の稽古が指導者のもとに行われていた。使用については、それ以外にも多目的にされているという。建物については、以前より外便所や雨樋も改修しているが、一部新たな破損も明らかにあり、今後も管理改修作業が継続的に行われることが必要であろうと思われた。

松本市民の資金協力で出来た武道館(MMAC)

講堂で行われていた朝稽古の様子

AM8:45 カトマンズ国内空港に到着。どうやら未だ一便のフライトも無い模様で、大勢の人達が待機している。私達も、霧が晴れるのを辛抱強く待つ事とする。そしてとうとう PM12:00、私達の乗る 16 人乗り小型機は、エンジンの轟音を唸らせ、滑走路を走り、空へ飛来する。

飛び上がるとすぐに世界の屋根ヒマラヤの大展望に胸を躍らせた。7000m級のランタン、ジュガールヒマール、ロールワリンヒマールの純白の山群が目に飛び込んで来た。

機内では、身を乗り出し、カメラの撮影に忙しい。パイロットの窓前方にカンチェンジュンガが望まれ、左方向にエベレストはじめ 8000m峰４座を控えるクーンブヒマールの大山群が我々を圧倒する。

チョオユー左 8201m の勇姿

世界最高峰エベレスト 8848 m の勇姿

西からチョオユー(8201m)、若い頃の植村直巳さんが登ったゴジュンバカンⅡ峰(7646m)、長野県山岳連盟（当時）が初登頂したギャチュンカン(7951m)、数々の登頂エピソードを持つ世界最高峰エベレスト、ローツェ(8516m)、マカルー(8463m)、そして前衛の 6000m級の無名峰。一時間余のフライトは、皆にとって待ち望んだ世界の屋根ヒマラヤ山群であり、新年を迎えた私達への最高級の贈り物だった。

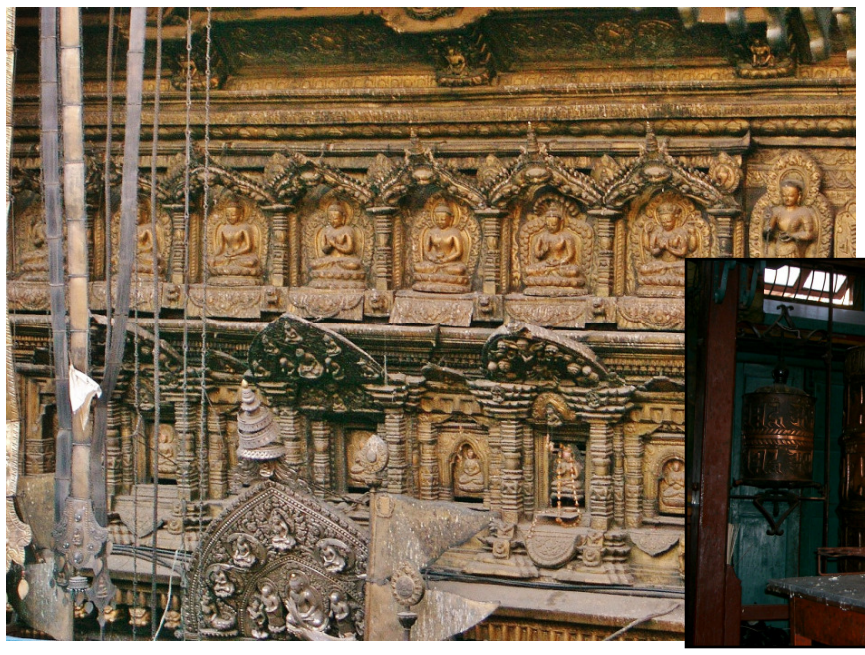
撮影に忙しい機内の様子

ガウリシャンカール 7134m

興奮覚め止まないまま、カトマンズ、タメールの日本食レストランを訪ね、昼食を摂

る事にする。「ふる里の味」と日本語で書かれた看板が掲げられている。皆には、懐かしい事だろう。メニューもしょうが味豚肉定食、カツ丼、たぬきうどん等があり、日本への郷愁を感じたかもしれない。ビールで「乾杯！」「おめでとう」と祝杯をあげる。

PM2:30 カトマンズの南 5km にある盆地第 2 の都市パタン市を訪ねる。パタン市は、旧名「美の都」の意を持つラリトプールと呼ばれていた。3 世紀からの歴史があり、15 世紀から 17 世紀のマッラ王朝時代は、三王国の一つだった。旧王宮は、塔と寺院が建ち並び中世建造物の極致といわれる。



仏教寺院ゴールデンテンプル　外壁一面に、嵌め込まれた如来像や菩薩像

私達は、交通量の多い表通りから、人々が集うチョーク（広場）を 2 つ、3 つと通り抜けて、仏教寺院ゴールデンテンプルを訪ねる。本名は、ヒマラヤ・バルナ・マハビハール。起源は 12 世紀にさかのぼり、パタンに住むネワール族の仏経寺院の総本山ともなっている。外壁一面に、如来像や菩薩像が光り輝いていた。

ここから 10 分ほどで、建物が建ち並ぶパタンダーバースクエアー（旧王宮前広場）に辿り着く。ネパールの歴史と文化をあらためて認識させられる場所だ。ユネスコの世界文化遺産に登録されている。歴代王が建造・増築を繰りかえし、特に 17 世紀建造のインド・ムガール建築の影響を受けた石造りのクリシュナ寺院が特異な美しさを誇っている。

石造りのクリシュナ寺院　　建物が建ち並ぶパタンダーバースクエアー（旧王宮前広場）

パタンの町家は、細い路地に入っていくと、四面を町家で取り囲まれた、チョークと呼ばれる小さい広場に出る。そこには井戸があったり、子供の遊び場にもなっている。旧市街はどこでも、四角い小広場や、内庭的な空間部を中心に 1 ブロックになっていて、

それらが接合しながら町並へと発展していく。古い町並を覗くと、同様の構造をもって建ち並んでいる。

街中にある数多くのチョーク　老人の憩いの場、子供の遊び場、宗教行事の場ともなっている。

去る 2006 年 9 月 28 日、松本市 M ウィングで姉妹都市文化交流事業として開催された MHC 主催の報告講演資料、「カトマンズの世界文化遺産と伝統的な街づくり」の小冊子では、カトマンズ市役所からチョークについ次のようにの解答(英文→日本文)がされています。

3　旧市街地内と郊外の新しい開発基準、規制について

3-1　公園、緑地の形状、その大きさ

数多くの公園と、緑地があります。しかしながら、庭や緑地の大きさや形状についての詳細の情報がありません。

3-2 ・寺、塔、チョークの配置は、決まっていますか？

寺院、塔、チョークなどの配置についての規定はありません。

・　カトマンズ市内には、チョークや庭園が多くありますが、チョークの役割と旧市街に対し、どのような役割を果たしていますか。

たくさんのチョーク、別の言葉で言うと中庭があります。カトマンズでは、チョークは政治、社会、文化等の時事や宗教行事を含む関心事を討論する社交場として造られており、市中はそのように街が造られています。そして特に子供には遊び場として、高齢者には、くつろげる場として空間を開放しています。このような街の構造は、居心地が　良く、環境に良い構造とされています。

・宮廷内のチョークは、行政関連の討論をする場だと思われますが、市街地にあるチョークは市民の社交場や祭りを行う場としての役割を果たしていますか。

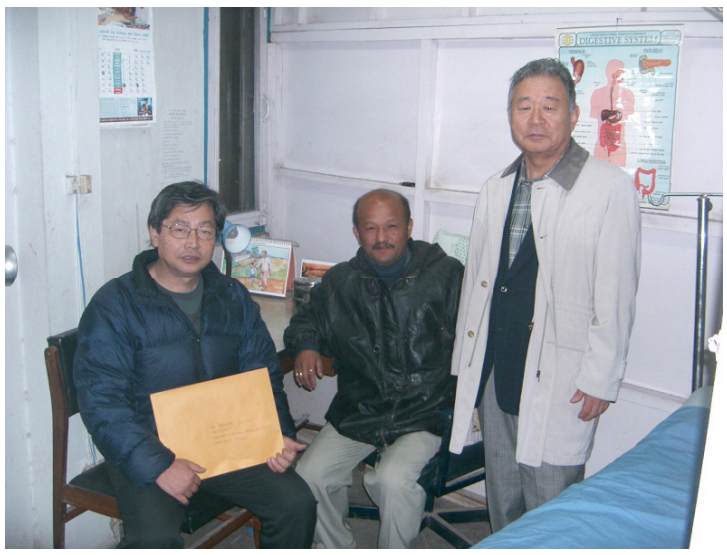
至るところにあるチョークや小規模な庭は、神や女神に捧げる花々を育てる温室として使われているほか、皆に開放されています。基本的にチョークは、コミュニティの目的として使われる場所でチョークに属するコミュニティのメンバー達は、日々チョークの維持に努めています。

パタンの街は、またネパールの伝統工芸を世界に輸出している職人の街でもある。細工を施したアクセサリーや仏陀の金属像の買い物をして、夕闇迫る頃、ダーバースクエアーを後にする。

PM5：30 カトマンズ市キャンディール協働推進部長の紹介で、カトマンズの慈善団体 NARAYAN PARIWAR CLUB(NPC)を訪ねる。理事長チャクラマン・ドンゴル氏が、NPC の４階建の白い物の玄関前で待っていてくれた。市民への医療奉仕、文化遺産の保護や若者への教育啓蒙など行っていると言う。狭い敷地に建つ建物内には、診療所、図書館も作られていた。運営は、政府からの補助や基金の利子で行っているとの説明を受けた。

理事長チャクラマン・ドンゴル氏は、P・L・シン氏がカトマンズ市長の時、松本へ一緒に訪問した経験があり、鈴木理事長にも２～3 度も会っているとのこと。今度、カトマンズ市民への文化活動、情報提供として、FM ラジオ局を設立したいとの事であった。

カトマンズ市民による、市民の為の慈善事業団体があり、積極的に活動を行っている事に感銘し、心からの激励をして団体の方々に敬意を表しながら別れた。



診療室の様子

慈善団体の玄関前で

PM6:30MHC 支部会員による夕食会がキャンディール氏の自宅で開催され、参加者全員が招かれた。この日、カトマンズを離陸する前のあわただしい中であったが、２時間ほどの余裕時間を持つ事ができた。私達の訪問時間に合わせるように、１年半前までカトマンズ市長代理だったスルヤ・シルワル氏や現部長サンタナ・ポハレル氏も合流して、鈴木理事長との旧友を温め合った。彼らも MHC カトマンズ支部会員として、訪問する度に長年応援してくれている。

リビングルームの床には、ビール、コーラそしてこの日の為に用意したウィスキーが出て、飲むにつれ座が盛り上がった。夕食の家庭料理ダルバートもおいしく、おかわりの盛り付けに忙しい。「今度皆で一緒にチトワンのサファリに行こう」と話題に事欠かない。ネパールを知り、カトマンズを愛する者が、心打ち解けて語り合う喜びがそこにあった。

「友情に乾杯！」。キャンディール夫妻の友情と限りないご好意に深く感謝申し上げたい、「本当にありがとう」。

PM8：30 皆に別れを告げ、再会を約してカトマンズ空港を目指す。カトマンズ空港で搭乗手続きを済ませ、いよいよ出国することとなった。

私達は深夜の便で、カトマンズ空港を飛び立つ。さようならカトマンズ、そしてネパール。皆、座席に就くと、今日一日の疲れと一種独特な胸のときめきが交錯して、なにかに陶酔しているような面持ちをしている。「皆さん、お疲れさん」。こうして全員無事、日本への帰国の途についた。

参加者の方々、カトマンズ市の皆さん、松本市民を始めとする大勢の皆様のご協力に、あらためて深く感謝申し上げます。ありがとうございました。１月３日 PM1：00 関西国際空港に到着。貸切バスで PM8：00 松本に無事到着。ここで解散としました。ご苦労様でした。

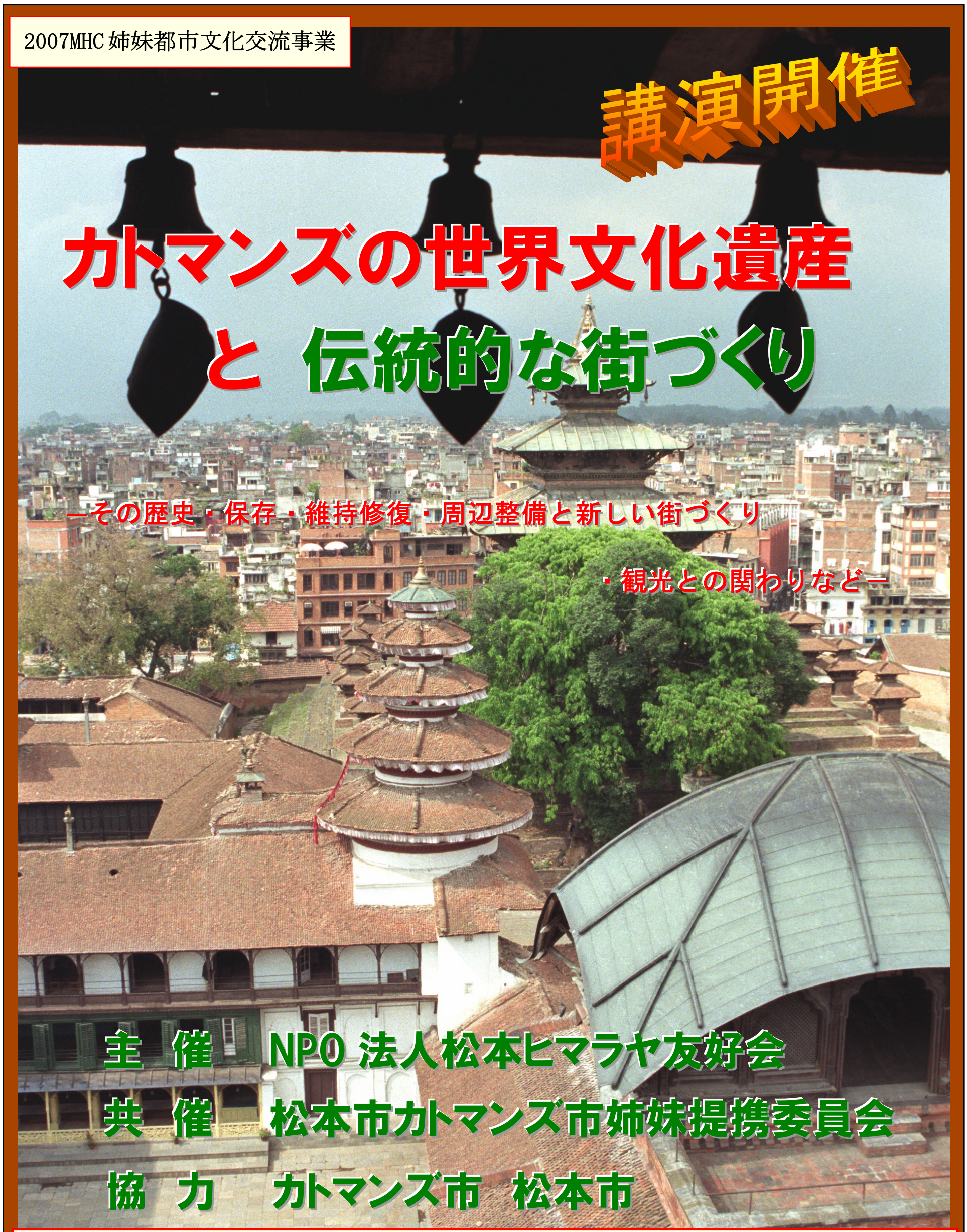
カトマンズ市役所庁舎前で記念撮影

2006 ネパール文化紀行参加者名簿　　2006 年 12 月 27 日(水)～07 年 1 月 3 日(水)

	氏　名	住　所	ＴＥＬ	備　考
1	コンドウ　タケシ 近藤　武石	埼玉県北足立郡伊奈町栄 4 (松本市出身、松本市島内に居宅あり)		
2	コンドウ　ケイコ 近藤　桂子	埼玉県北足立郡伊奈町栄 4		
3	シマザキ　タテヨ 嶋崎　建代	松本市井川城 2		
4	シマザキ　ウタコ 嶋崎　歌子	松本市井川城 2		
5	ウシヤマ　マスト 牛山　万寿人	松本市大字惣社		
6	ウシヤマ　ユキコ 牛山　幸子	松本市大字惣社		
7	ヒライワ　ケンジ 平岩　謙治	上田市生田		
8	ヒライワ　ヨシミ 平岩　芳美	上田市生田		
9	カミジョウ　ミエコ 上條　美枝子	松本市島立		
10	ヨシオカ　ミカ 吉岡　美佳	塩尻市広丘野村金塚スカイビレッジ		
11	ミヤサカ　ユウヘイ 宮坂　雄平	松本市岡田下岡田		
12	オオタ　ヒロエ 太田　廣江	松本市蟻ヶ崎		
13	スズキ　マサノリ 鈴木　雅則	松本市大字島立		MHC 理事長 文化紀行責任者

世界文化遺産スワヤンブナートへ、全員で訪問する

2007MHC 姉妹都市文化交流事業



講演開催

カトマンズの世界文化遺産と 伝統的な街づくり

―その歴史・保存・維持修復・周辺整備と新しい街づくり

・観光との関わりなど―

主　催　NPO 法人松本ヒマラヤ友好会

共　催　松本市カトマンズ市姉妹提携委員会

協　力　カトマンズ市　松本市

日　時　2008 年 2 月 2 日(土)PM2：00～PM4：00

会　場　松本市中央公民館 M ウィング 4－4　　入場無料

講演者　カトマンズ副市長代理　　ジャンカナス・ダカール氏

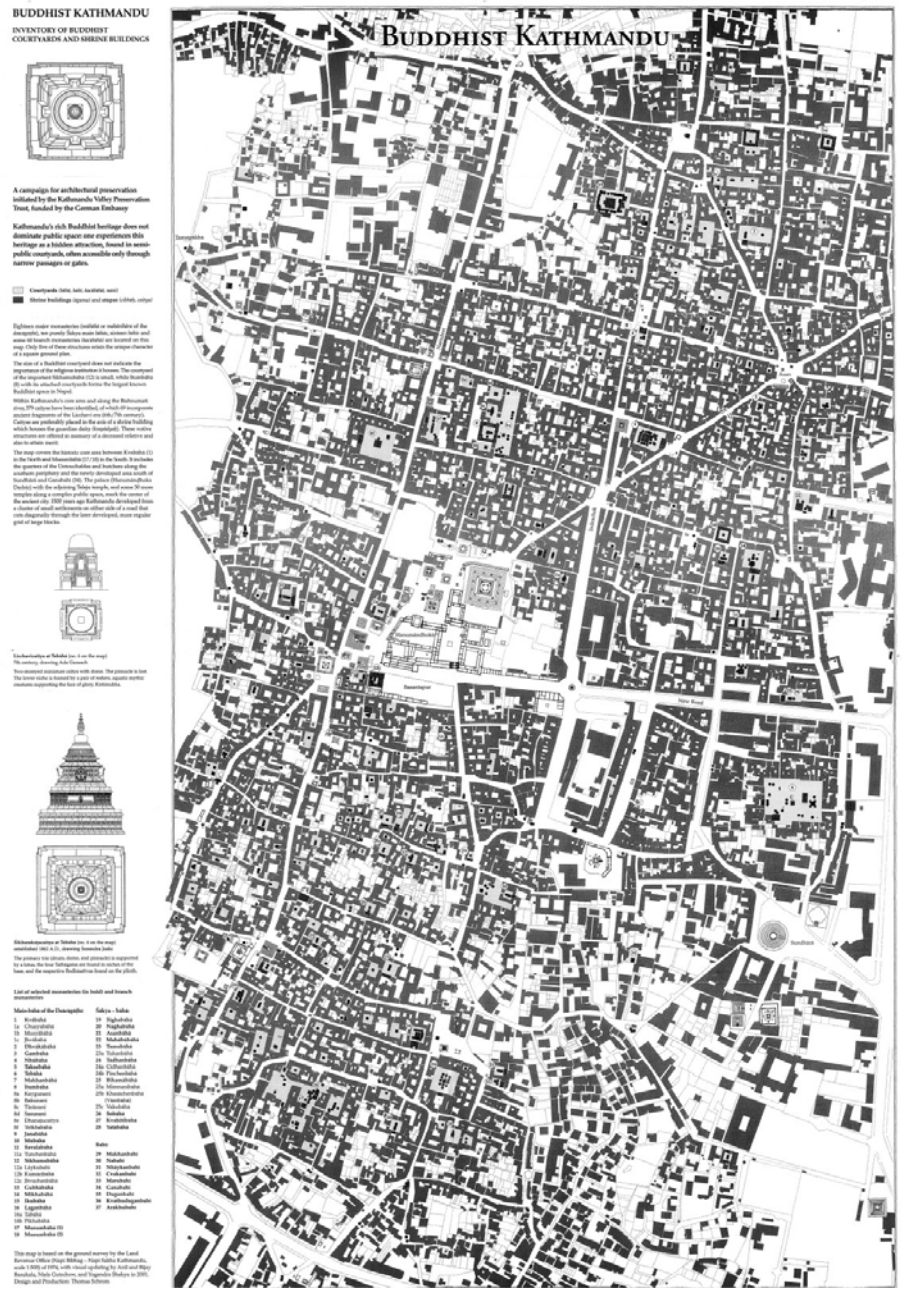
カトマンズ市協働推進部長　シャンカール・R・キャンディール氏　他

カトマンズ市役所からの豊富な資料をもとに、カトマンズの魅力を伝えます。

ご あ い さ つ

松本市との姉妹提携都市カトマンズ市は、ネパールの首都として、政治、経済、産業、文化、観光等のすべての面で中心的な機能を果たすとともに、中世期に全盛を迎えたネワール文化を土台にして建造された王宮やヒンズー教寺院、その時代以前の仏教寺院なども建ち並ぶ、伝統的な古い街でもあります。

現在カトマンズ市内には、 世界文化遺産の建造物が 4 ヶ所 在り、カトマンズ市役所では、協力関係者と共に、その保存と維持修復に努めながら、周辺整備も同時に行い、新しい家造り、街づくりも進めております。



NPO 法人松本ヒマラヤ友好会(MHC)では、カトマンズ市役所との情報交換により、世界的な古都カトマンズ市の街並保存と新しい街づくり事業への取り組みについて、その事業の一部成果を発表する事と致しました。

そしてこの事業成果発表が、松本市・カトマンズ市の両市民の相互理解と発展に寄与する事を、また僭越ながら、歴史ある城下町松本の街づくりの参考となる事を願っております。

世界文化遺産カトマンズ・旧王宮前周辺の地図

このたびの報告講演にあたり、カトマンズ市役所シシールマナンダール国際部長、シャンカール・R・キャンディール協働推進部長、他カトマンズ市役所関連機関の皆様、また松本市役所政策部広報国際課、政策課、建設部まちづくり推進課、松本市カトマンズ市姉妹提携委員会、他関連機関の皆様、そして多くの市民の皆様のご理解、ご協力に深く感謝申し上げます。

特定非営利活動(NPO)法人　松本ヒマラヤ友好会
理事長　鈴　木　雅　則

KATHMANDU METROPOLITAN CITY OFFICE

Kathmandu Metropolitan City Office
Kathmandu
2052

25 September 2006

Mr. Masonory Suzuki
President
Matsumoto Himalayan Friendship Club
Matsumoto, Japan

Re: Best Wishes for the Success of Lecture Program on Cultural Heritage of Kathmandu

Dear Mr. Suzuki,

I am pleased to know that Matsumoto Himalayan Friendship Club is organising the above mentioned program to inform the people in Matsumoto regarding the cultural heritage of Kathmandu including the film show on Nepalese architecture on 28 September 2006 in Matsumoto.

I feel that MHFC is doing its best to promote Kathmandu, Nepal as well as to strengthen friendly relationship between our two cities. I am confident that this program will contribute to further enhance our relationship.

I, on behalf of the people of Kathmandu city, take this opportunity to express my heartfelt thanks and sincere appreciation to all the office bearers of MHFC including Mr. Suzuki, for their commendable efforts to strengthen our relationship through such program.

I am glad to inform you that Kathmandu Metropolitan City will also be organising programs to commemorate the 50th anniversary of the establishment of diplomatic relationship between Nepal and Japan this year.

I am therefore pleased to express by best wishes for the grand success of the program.

P.O.Box : 8416, Bag Durbar, Kathmandu, Nepal. Tel.: 4231481 (Mayor's Off.), 4231429 Deputy Mayor's Off.), 4231312 (Executive Officer's Off.), 4231477 (Protocol & Liason Secretariat), 4268506/7/810, Fax,: +977-1-4268509
http/www.kathmandu.gov.np, E-mail: kmcmayor@mos.com.np
My Legacy, My Pride, My Kathmandu

KATHMANDU METROPOLITAN CITY OFFICE

Kathmandu Metropolitan City Office
Kathmandu
2052

Please convey, Mr. Suzuki, my best wishes and hearty greetings for happiness as well as continued progress and prosperity of the people of Matsumoto.

Long Live Kathmanu – Matsumoto
Long Live Nepal - Japan Relationship

Thanking you,

Yours sincerely

Dinesh Kumar Thapaliya
Chief and Executive Officer
Kathmandu Metropolitan City

P.O.Box : 8416, Bag Durbar, Kathmandu, Nepal. Tel.: 4231481 (Mayor's Off.), 4231429 Deputy Mayor's Off.), 4231312 (Executive Officer's Off.), 4231477 (Protocol & Liason Secretariat), 4268506/7/810, Fax,: +977-1-4268509
http/www.kathmandu.gov.np, E-mail: kmcmayor@mos.com.np
My Legacy, My Pride, My Kathmandu

訳文

―カトマンズの世界文化遺産講演会の成功を祈願して―

親愛なる鈴木さん

このたび、松本ヒマラヤ友好会が、ネパール建築のフィルム上映を混じえながら、カトマンズの世界文化遺産を松本市民の皆様に紹介する為、2006 年 9 月 28 日に講演会をおこなうことを知り、嬉しく思っております。

私は、MHC が私達の２つの市の友好関係をより強いものにする為だけでなく、カトマンズ、ネパールの発展の為、最大のご尽力をされていると感じております。そして、今回の企画が、私たちの関係を、より一層強めていく事に貢献すると確信しております。

この場を借り、カトマンズ市民を代表して、このような企画を通じ、関係強化に力を尽くしている鈴木氏はじめ MHC の関係者の皆様に、心から感謝と御礼を申し上げます。

今年、カトマンズ市においても、ネパールと日本の国交樹立 50 周年を記念した企画を組んでいることを、貴殿にお伝えいたします。

それゆえに、講演会の大成功を心からお祈り申し上げます。

また、松本市民の皆様のご多幸とご繁栄を心からお祈り申し上げます

カトマンズ―松本、末永い交流を
ネパール―日本交流、いつまでも

敬　具

ディネッシュ・クマール・タパリヤ
カトマンズ市役所　行政長官

文 化 遺 産

Culture Heritage - Public Private Partnership

1. カトマンズ市の歴史

1-1. カトマンズ盆地の歴史―インドとチベットの交易地として栄えたのですか？

a).伝説によると、カトマンズ盆地はかつて大きな湖でした。文殊菩薩（Manjushri）が魔法の剣で谷を切り開き、水を導き入れ、カトマンズ盆地を作ったと言われています。

※2～3 万年前まで、カトマンズは大きな湖であった。南から侵食してきたパグマティ川がチョーバル峡谷で、外輪山の壁を破ると、湖の水が逆流して湖底が現れ、人間がすめるようになった。
ネパールは、北は寒冷なヒマラヤ山脈、南は疫病のはびこる亜熱帯樹林という大きな自然障害にはさまれ、カトマンズ盆地はいわば陸の孤島であった。
しかし、南の人々は、インドの文明、宗教、社会制度、生産技術を携え、北の人々は、チベット文明の担い手として、カトマンズを訪れ、次第に住み着く人々が増えていった。
そして、最初にこの肥沃な地に住み着いたのは、牧畜を生業とするモンゴロイドに属するチベット・ビルマ系の人々と思われ、次第に農耕に従事するようになった。

b).記録に残る歴史の起源は、紀元前７世紀、キラティ王朝（Kiratis）に始まります。

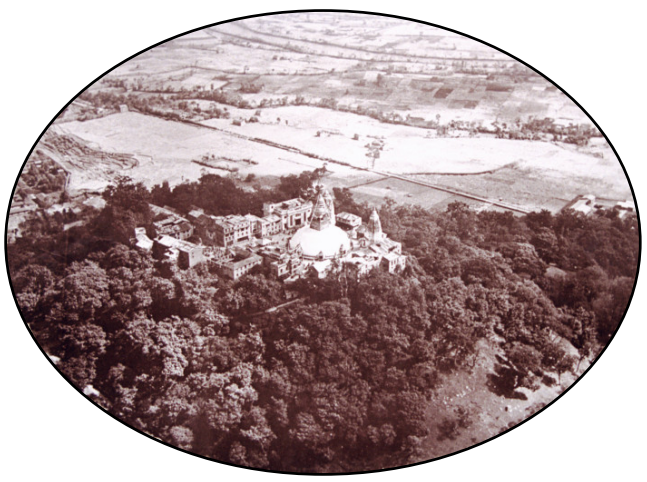
c).ヒンズーの長編英雄伝記『マハーバーラタ』(the Mahabharata）の記載によると、ヤランバー（Yalambar）が最初の王でした。

d).28 人のキラティ王のうち 7 代目の治世に、ブッダ卿（Lord Buddha）と門弟アナンダ（Ananda）が盆地を訪れ、パタンに暫く滞在していました。

e).紀元前４世紀ごろ、インドの皇帝アショカ王（Ashoka）もまたカトマンズ盆地を訪れ、パタンの周辺に４つのストゥーパを建立しました。

f).アショカ王の娘のシャルマティ（Charumati）は、地元の実力者シャバヒル（Chabahil）に嫁いだと言われています。

スワヤンブナーから望むカトマンズ盆地とヒマラヤ山群。



半世紀前のスワヤンブナート 周辺

g)リッチャヴィ王朝（The Licchavis）の成立：インド-アーリア人が西暦 300 年ごろインドの北方から侵略し、5C 半ばキラティ王朝を転覆し、王朝を開きました。

f).マナデヴァ（Manadeva）は、リッチャヴィ王朝の政治的、軍事的国力の基礎を築き、その功績はチャングナラヤン（Changu Narayan）寺院に西暦 476 年と刻まれました。またこの頃ヒンズー教を本格的にネパールにもたらすと共に、カースト制度や聖牛崇拝も導入されました。

g).タクリ王朝（The Thakuris）の成立： 初代タクリ王アンシュヴァルマ（Amsuvarman）は、西暦 602 年から権力を振るい、黄金時代を迎えました。その豪華な王宮は、当時訪れた中国僧を驚かせたといわれています。

h). アンシュヴァルマからタクリ王朝は 3 代続きました。

※この後、しばらく資料が途絶え、ネパール歴史の「闇の時代」といわれる。

i). カトマンズ市の前身であるカンティプール（Kantipur）の街は、グナカマデヴァ（Gunakamadeva）によって、10 世紀頃に整備されたと言われています。

j).この頃、カトマンズという名は、１本の木から作られた建物カスタマンダップ（Kasthmandap）から名づけられ、その証跡はカトマンズのダーバースクエア（Durbar Square）で見ることができます。

最古のヒンズー教寺院チャングナラヤン寺院

一本の大木で建てられたカスタマンダップ寺院

1-2. 10 世紀に“カトマンズ”の語源となったカスタマンダップ（Kasthmandap）寺院が建立された時代について

a). “カスタ(Kastha)” はサンスクリット語で『重要な森』をいい、“マンダップ(Mandap)”は、『木々を燃やすという崇高な行いが行われた場所』をいい、“ヤッギャ（Yaggya)”とも呼ばれています。

b).1439 年と 1485 年の記録によれば、当初この場所は民衆が集う一般的な崇高な行いをする場所で、周辺の人々がこのマンダップに参詣に訪れていました。

c). しかし 17 世紀に、1 本の神聖な木によりマンダップが建立されました。

d). これは、ラクシュミンリシンハ・マーラ（Lakshminrisimha Malla）（1620-1639 年）の時代のことで、その名称『カスタマンダップ（Kasthamandapa)』を街に付けたと言われています。国名が『イェン（Yen)』という時代のことです。

13 世紀マッラ王朝（Malla）の台頭

a)．マッラ王朝：西暦 1200 年代、アリデヴァ王（Arideva）が、マッラ王朝の始祖でした。

b)．この黄金時代には、多くの富が盆地に流れ込み、王朝の建築家たちは、今日までネパール国内に残る素晴らしい建物を数多く建設しました。

c)．ハリ・シン・マッラ(Hari Singh Malla)は、1325 年から 1330 年の間に盆地にやってきましたが、初期のマッラ時代の統治者の中でも特に有名な人物の 1 人で、彼の統治時代にタレジュ・バハワニ(Taleju Bhawani)はネパール王国の女神と称されるようになりました。

d)．マッラ時代、カトマンズ、パタン、バクタプールは、それぞれ独立した王国で、多くの寺院や不朽の芸術作品の作成を大いに奨励し、権力ある王達が統治していました。

e)．各々の王国の都市は、王宮を中心に置き、王宮の周辺に貴族階級や高い階級の者たちを住まわせるようなつくりになっていました。

朝陽を浴びるパタンの旧王宮前広場

カトマンズ旧王宮内の親衛隊の交代式の様子

15 世紀、カトマンズ盆地内に三つの都市国家が造られ、王宮、共同水道、道路、多くの寺院などが整備され、洗練された文明が築かれた頃について。

a).1372 年 ジャヤスティティ・マッラ(Jayasthiti Malla)は、第 3 マッラ王朝を築き、最初にパタン、そして 10 年後にバクタプールを獲得し、盆地を統一しました。

※そして、14 世紀後半に中央集権化が進み、社会・経済改革やカースト制度の法制化が行われました。

b)．ヤクシャ・マッラ(Yaksha Malla)の治世に（1428-1482)、王朝は、南部地方はガンジス川、北方はチベットの端方、西方はカリ ガンダキ（Kali Gnadaki）川、東方はシッキム（Sikkim）迄領地を拡大しました。

c).15 世紀にマッラ王朝の芸術と文化は、最盛期に達しました。

d)．しかし、彼の死とともに、王朝は再びいくつかの小国へと分散していき、その後 2 世紀の間、紛争が続きました。

※15 世紀末、マッラ王は、カトマンズ、パタン、バクタプールに分裂する。狭い盆地の中に 3 つの都市国家が並立した。そして互いに、対立と競争と模倣を繰返し洗練された文化が築かれた。共同水道、道路整備、多くの寺院、金銀細工、木彫、医学、文芸、舞踏等が発達。今日私たちは、今に残る建築物や工芸品の中に往時をしのぶ事ができる。

f).その間も、貿易は栄え、農業も発展していきました。そして、盆地の町は各々に寺院や王宮の建設ラッシュで大盛り上がりの様相でした。しかし、同時にマッラ王朝の分散は続き、その勢力を新しい王朝へ奪われていくことになりました。

1-3.　19 世紀から 20 世紀中ごろのラナ時代による鎖国・ネワール文化の停滞について

a).ゴルカ（Gorkha）地方の小王国から、シャハ（Shah）王は徐々に力をつけ、領土を拡大させていきました。彼らの目的は、豊かなカトマンズ盆地を支配することでした。

b). 1768 年、プリトヴィ・ナラヤン・シャハ（Prithvi Narayan Shah）（第 9 代シャハ王）が盆地を征服し、シャハ王朝の首都をカトマンズに移しました。

c). シャハ王朝は政権を維持させたものの、宮廷内では抗争がおこり、1846 年には武将のひとりジャンガ・バハドゥール・ラナ（Jung Bahadur Rana）は、 コト(Kot)大虐殺を企てました。

d). 1846 年 9 月 15 日、彼はクーデターを起こしました。カトマンズのダーバースクウェアに隣接する中庭に集まっていた数百人に及ぶ有力な王朝貴族、兵隊、廷臣らを軍隊を使い、ことごとく虐殺したのです。

1900 年初めのバクタプールの旧王宮前広場

ラナ家の王妃

e). ジャンガ・バハドゥールは首相の官位を受け、このとき、彼は名前をより威厳のあるラナ(Rana)姓に変えました。

f). その後、彼は大王（マハラジャ）という地位に上り詰め、世襲の地位として確立させました。こうして、ラナ族は王国の中で２番目の王家となり、シャハ王を王国の象徴的な王としながら、政権の実権を握りました。

g). ジャンガ・バハドゥール・ラナは、1850 年にヨーロッパに視察旅行にでかけ、新古典派の建築スタイルを持ち帰りました。

※ ラナ家の基本政策は、鎖国であり、西欧的近代文明の拒絶であった。いくつかの開明的施策もとられたが、外部の影響による独裁的専制体制の弱体化を恐れていた。この頃から、カトマンズのネワール文化は停滞していく。そして、100 年にわたる鎖国政治は、権力の腐敗と経済の破綻をもたらした。

※ 一方隣国インドでは、第 2 次世界大戦後独立運動が成功し、新しい国家建設に燃えていた。

h). 第２次世界大戦後のインド独立運動展開する頃、トリブヴァン（Tribhuvan）王は、王宮を追われ、ラナ族を転覆させようと企んでいました。

1-4.　２０世紀半ばの王家の復権とその後の民主化運動の変遷について

a).1950 年トリブヴァン（Tribhuvan）国王は王宮からインド大使館へ逃れ、インドへ亡命しました。

b).トリブヴァン王は、1951 年にネパールに帰国し、王政復古を成功させ、ラナ族とネパール議会の下院議員で構成される新政府を設立しました。

c). トリブヴァン王が 1955 年が亡くなると、彼の子息であるマヘンドラ（Mahendra）が後継しました。

d).1959 年ネパールで最初の総選挙が行われ、ネパール会議派が圧倒的勝利をおさめ、民選内閣が成立しました。

e). ところが、1960 年、国王は政府が彼の意向どおりに動いていないことを懸念し、内閣を解散、全ての政党を非合法化。政党は活動を禁止され、国王は自身の支配権威を保つため儀礼的役割を変えて行きました。

※このクーデター以降、主権と立法、行政、司法の最終権限が国王に帰属する国王親政体制が確立した。

黄金で飾られた王宮の門

王宮内にある、心身を清める沐浴場

f).1962 年、マヘンドラ（Mahendra）国王は、政党なしの議会制度、間接的パンチャヤット(panchayat)システムがよりネパールの政体に適していると判断しました。

g).1972 年マヘンドラ（Mahendra）国王が亡くなり、彼の子息でイギリス、エトン（Eton）とアメリカハーバード大学で学問を学んだビレンドラ（Birendra）氏が後継しました。

h).1979 年、国内でくすぶっていた怒りがカトマンズで暴動に発展し、ビレンドラ（Birendra）国王は国民投票を行うことを宣告しました。

1980 年に行われた国民投票の結果、パンチャヤット(panchayat)システムへの賛成票が 55%から 45%へ降下しているという数字が明らかにされました。

i).1990 年はじめ、国王は注目に値する権力を行使しました。

※ 1990 年 1 月、共産党各派が「左翼統一戦線」を結成。2 月党全国大会を開催すると、ネパール全土に民主化運動が拡大。そして、4 月 8 日国王はついに複数政党制を認める宣言をして、新憲法が制定され、立憲君主国となりました。

j).2001 年、ナラヤンヒティダバー(Narayanhity Durbar) 事件が発生、ギャネンドラ(Gyanendra)皇太子がネパールの次期国王となりました。

k).2006 年、新たに体制に対する反乱が王国に起こり、現在に至ります。

※ 国王の権力は極力縮小され、議会制民主主義を法制化する新憲法の制定が急がれています。

※ 現在、ネパール王国の名称からネパール国へと変わっています。

2. ユネスコ指定世界文化遺産の歴史

2-1 ダーバースクウェアの歴史と経過を教えて下さい。

a).カトマンズのダーバースクウェアは、16 世紀のマッラ王朝時代に建設されました。

b).シャハ(Shah)王族は、1768 年から 1888 年までその王宮で暮らしていました。

c).広場の周辺にある遺跡や遺物は、1485 年から 1911 年の間に異なる支配者によって建設されていきました。

d).今も尚、多くの帰依する人々がこの地域にあるお寺を訪れ祈りをささげています。このような参拝は、ネパールの重要な観光の目玉になっています。

木造 9 階建、高さ 31mの旧王宮バサンタプールバワン

屋根を支えるシバ・パールバティの男女神像

2-2 スワヤンブナートの歴史と経過を教えてください。

a).スワヤンブー(”Swayambuhu”)という言葉は、『独創性』を意味します。

b). スワヤンブー(Swayambuhu)寺は、ネパール国内で最も有名な仏教のお寺です。また、ストゥーパ(卒塔婆)は、国内の中で最も古いものと言われています。

c).今日では、チベット人やネパールの北方から多くの人が集まり、周辺に修道院を建て、寺院は彼らにとってよく知られる場所となっています。

d).この谷がかつて湖で、この湖の水をはかせるために文殊菩薩（Manjushri）が剣でチョーバル(Chobhar)峡谷を通ってこの山を切り開いた時、ここが陸の孤島であったという事実とスワヤンブー(Swayambuhu)の近くに彼の寺院があったという事実は、この遺跡の重要性を真さに示しているといっていいでしょう。

スワヤンブナートのストゥーパ(卒塔婆)

寺院内に安置されている、王冠をつけた観音菩薩像。

スワヤンブナートの博物館にある古い男女神の石像

e).そしてスワヤンブー(Swayambuhu)が世界でも有数の仏舎利塔の一つであり、世界でも仏教徒が多くいる場所に位置しているということもまた事実として息衝いています。

f).この場所について前述で 13 世紀に建立されたとされていますが、スワヤンブー(Swayambuhu)は非常に古くおそらく 2000 年は遡ることができるでしょう。

g).地質学者は、現在、この盆地がかつて湖で、伝承の通りこの丘がその時一つの島であったということを認めています。

h).14 世紀後半、ベンガル(Bengal)のスルタンシャムスディン(Sultan Shamshuddin)は、カトマンズ盆地に攻め入り多くの芸術作品を破壊し、金銀などの財宝が隠されていないか仏舎利を抉じ開けました。

2-3　ボドナートの歴史と経過を教えてください。

a).仏舎利塔の時代についての明確な記載が残っていません。仏教の布教を推し進めた Kashyapa Buddha の遺骨が仏舎利塔に保管されている、と言われています。

b).この地域の初期の仏舎利塔は5世紀に建立され、チベットが仏教へ改宗していった7世紀８世紀の終わり頃に修繕されました。

c).伝承によると、仏舎利塔は、人間として生を受けて天界から追放された神の娘によって建てられたと言われています。

d).一方で、仏舎利塔が旱魃で苦しんでいた盆地に雨を降らせるための祭儀の一つとしてリッチャビ（Lichhavi）時代に建立された、という伝説もあります。

e). 興味深いことに、４つ全てのチベット仏教、Ningmapa(Red hat), Gelukpa(Yellow hat), Sakyapa and Kargapa の僧院がボドナート(Budhnath)の仏舎利塔の周辺に多数見られます。

朝陽を浴びて輝く、世界最大級のストゥーパ、ボドナート

お経を唱えマニ車を回す老女

早朝、お経を唱え数珠を持ち、マニ車を回し、基壇を右回りに巡る人々。

2-4　パシュパティナートの歴史と経過

a). パシュパティナートは、ネパールで最も有名なヒンズー寺院です。神は、ネパール国王の保護神であると考えられていました。

b). パシュパティ(Pashupati)という名は動物の神を意味します。Shiva(シバ)は、Shankar, Bhola, Rudra そして Chandrashekhar といった多くの名を持ちます。

c). ネパール、特にカトマンズ盆地に住む、多くの仏教徒は、Dharmapala と認識されており、寺院を訪れ、仏教の神としてこの神を神聖なものとして崇めています。

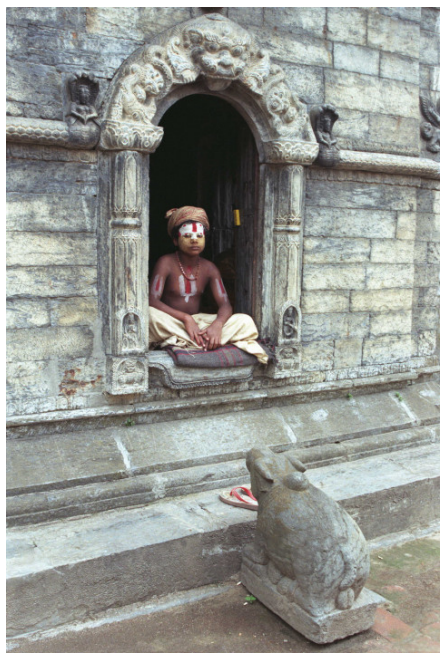
d). 寺院は、神聖なバグマティ(Bagmati)川の川岸にあり、水浴場、火葬場などがあります。

パグマティ川の畔に建てられたパシュパティナート

e). 寺院のある町は、かつて Deopatan と呼ばれ、今世紀に入る前まで存在していたとされています。

f). 最初にこの寺院について記述している文献によれば、６世紀ごろこの寺院の名が登場します。現存している寺院は、建てられてから 300 年の年月が経っています。

薪に遺体を乗せ、火葬する。骨灰は川に流され、それが至福とされる。



修行僧と聖牛石像

g).黒石でつくられた偶像神は、1346 年に盆地の芸術品を破壊したベンガル(Bengal)のスルタンシャムスディン(Sultan Shamshuddin)によって以前の偶像神が壊されて以来、再建され 600 年以上経っています。

h).偶像神は 4 方向を向いた 4 つの顔を持っており、5 つ目の顔が上を向いています。顔の一つ一つが数珠と水を入れる kamandala を持った 2 つの手を持っています。

i).金堂の小尖塔の中には、Lord Shiva（シバ神）の 3 つ又の矛と斧が保管されています。

j).銀で作られた 4 つの戸があります。

k).多くの寺院や聖堂は、17 世紀半ばのカトマンズの Pratap Malla 国王のマッラ時代に、入り組んで建設されました。

l).動物を殺すことは禁じられていましたが、Guhyeshwari の寺院の周辺では、生贄を捧げることが許されていました。

m).Pushupati Area Development Trust(PADT)が、パシュパティ(Pashupati)地域の保護と開発のために 1987 年に創立されました。

2-5　ユネスコ世界遺産に登録された時期は？

1997 年、カトマンズ盆地は 7 つのモニュメント建立区域とともにユネスコ世界遺産に登録されました。

- カトマンズダーバースクウェア
- パタンダーバースクウェア
- バクタプールダーバースクウェア
- チャグナラヤン
- パシュパティナート
- ボドナート
- スワヤンブナート

ネパール最高の高さ 36 mのニャタポラ寺院

2-6　ユネスコ世界遺産に選ばれた理由と経過について

『世界の文化遺産及び自然遺産の保護に関する条約』（通称：世界遺産条約）が採択されてからまもなくして、1978 年にネパールはカトマンズ盆地をユネスコ世界遺産地域として登録してもらうため申請しました。

1997 年 10 月世界遺産委員会のカイロ会議で登録が認められました。

世界遺産として認められた理由は、その重要性、唯一無二の存在感、人類の歴史や文化を代表するに値する遺跡であることです。

2-7　ユネスコ世界遺産に選ばれた時の条件について

求められた条件は、特質性、独自性、突出した建築デザイン性、職人の技能、考古学上重要であること、歴史的文化的重要性を持っていることでした。

2-8 ・ユネスコ世界遺産に指定された遺産の維持、修繕について

ネパール政府の考古学部門 が遺産の維持と保護に関する業務を行っています。同時に、カトマンズ市も市内の遺産区域の維持と保全の責任を負っています。このような事情から、世界遺産、文化、観光部門があり、遺産の保護と観光の促進を立案し計画し遂行しています。

・世界遺産を維持していくため、教育推進活動はありますか。遺産を守るために皆さんは、どのように活動していますか。

教育推進活動はありません。巨大な建造物や技術の複雑さから人々は、世界遺産の維持に対して直接的な役割は任っていません。しかし、世界遺産を保護することの重要性に対する人々の意識は強くなってきています。同時に人々の許容に合わせて保護活動に寄与してくれています。

2-9　維持と保護に必要な経費はどのように賄っているか

考古学部門には保護のための予算が振り分けられ、カトマンズ市においても毎年世界遺産区域の維持と保護のための予算 が振り分けられています。次のような内訳を行っています。

・ダーバースクウェア

カトマンズ市がダーバースクウェアを見学にくる外国人観光客から入場料を徴収し、それを保全業務に充てています。

・パシュパティナート

パシュパティ地域の維持と保護のためネパール政府の指示の下、Pashupati Chhetra Development Trust（パシュパティ地域開発基金）が設立されています。基金は外国人観光客の入場料とネパール政府の補助金とパシュパティナートの収入からなります。

・ボドナート

外国人観光客の入場料とネパール政府の補助金が振り当てられます。

・スワヤンブナート

外国人観光客の入場料とネパール政府の補助金が振り当てられます。

道端の男女神像

2-10　予算は、維持、修繕費用に充分な金額か？各世界遺産への入場料はいくらか？

維持や修繕への費用としては充分とは言えない。そのため、維持修繕業務は優先順位が高いものから進めている。具体例として、ハヌマンドカダーバースクウェアで提示している外国人観光用の入場料による収入を以下に記します。

会計年度 2061/2062　　17.62（百万）ルピー
会計年度 2062/2063　　17.97（百万）ルピー
（会計年度は、今年 7 月 16 日から来年 7 月 15 日迄）

2-11 ・世界文化遺産の周辺地域の整備はどのように行われているか？

基本的に開発のための包括的計画はありません。周辺地域のほとんどは地主の所有地であるため、地主の意向に沿った土地開発を行っています。

・世界遺産に登録された後、ユネスコから求められる規則などありますか。現行の考え方が遺産そのものだけではなく、周辺の景観や文化までも含めた保護をするような方向へ変わってきているように思います。これに伴い、何かしらの影響があるのであれば現在の傾向を含めた動向を教えて下さい。

カトマンズにも他と同様に適応されている、ユネスコが世界中で施行している指針があります。国内法やガイドラインと同様にユネスコのガイドラインも世界遺産の周辺地域の発展に役立っています。

2-12　観光コースを決め、その周辺の整備や建築改修について規制しているか？

カトマンズ市内には 3 つの観光コースを含む 14 の文化重要コースがあります。

観光コース
①Kaleidoscope 遺産ウォーキングコース（Kaleidoscope Heritage Walk）
②市中遺産ウォーキングコース(Inner-City Heritage Walk)
③バザールブラウザー遺産ウォーキングコース

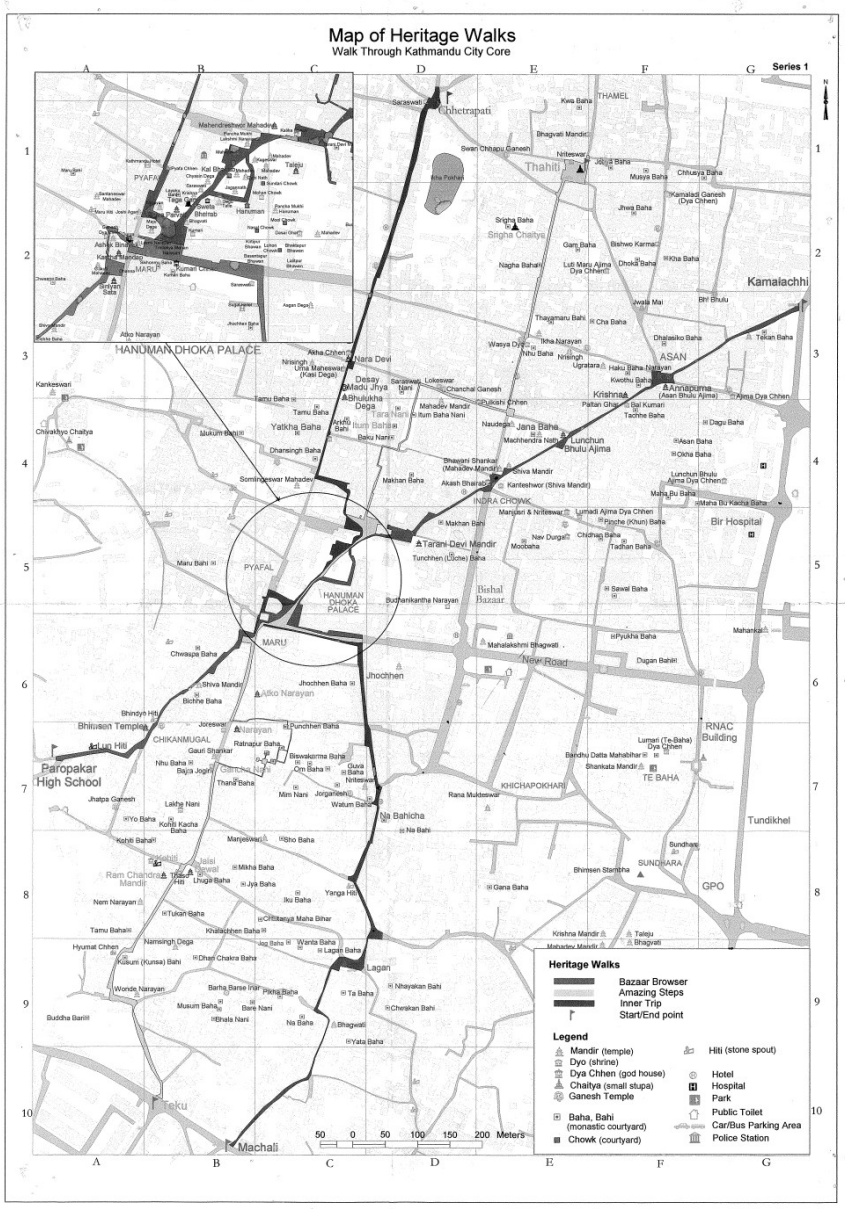
小旅行コース
④北回りゆっくりウォーキングコース
⑤南周りゆっくりウォーキングコース

クマリコース
⑥北回りクマリルート
⑦南周りクマリルート

インドラジャトラ祭りルート
⑧ウパコ祭りルート
⑨ガイジャトラ祭りルート
⑩セト・マチンドラナート祭りルート

バヒ-デオ祭りルート
⑪朝のバヒ-デオ祭りルート（北ルート）
⑫夜のバヒ-デオ祭りルート（南ルート）

カトマンズダーバースクエアー周辺のウォーキングコース地図



バハプジャ祭りルート
⑬バハプジャ祭り北ルート
⑭バハプジャ祭り南ルート

最初の観光ルートについて、カトマンズ市役所は伝統的な家屋を整備して、地元を回る観光ルートに絞った地図作成を行っています。道路の清掃を最優先事項とし、寺院の修繕、住居のある中庭と周辺建物との調和を保ち、街頭の物売りをなくす努力をしています。

2-13　周辺の民間の建物の大きさ、デザイン、色彩、設備布設方法などに規制はあるか？

そのような規制は特にありませんが、石造や遺跡のある周辺に調和した伝統的な色彩が必然的に求められ、そのような色調を使うことを奨励しています。また法律上の規定があり、周辺地域の建設に携わる際には関係者はその指針に沿い、考慮するようにしています。

世界文化遺産の中、公道の様子。道脇で品物を広げ観光者に物売りする

石畳の公道を行く姉妹

3　旧市街地内と郊外の新しい開発基準、規制について

3-1　公園、緑地の形状、その大きさ

数多くの公園と、緑地があります。しかしながら、庭や緑地の大きさや形状についての詳細の情報がありません。

3-2 ・寺、塔、チョークの配置は、決まっていますか？

寺院、塔、チョークなどの配置についての規定はありません。

・カトマンズ市内には、チョークや庭園が多くありますが、チョークの役割と旧市街に対し、どのような役割を果たしていますか。

たくさんのチョーク、別の言葉で言うと中庭があります。カトマンズでは、チョークは政治、社会、文化等の時事や宗教行事を含む関心事を討論する社交場として造られており、市中はそのように街が造られています。そして特に子供には遊び場として、高齢者には、くつろげる場として空間を開放しています。このような街の構造は、居心地が良く、環境に良い構造とされています。

・宮廷内のチョークは、行政関連の討論をする場だと思われますが、市街地にあるチョークは市民の社交場や祭りを行う場としての役割を果たしていますか。

至るところにあるチョークや小規模な庭は、神や女神に捧げる花々を育てる温室として使われているほか、皆に開放されています。基本的にチョークは、コミュニティの目的として使われる場所でチョークに属するコミュニティのメンバー達は、日々チョークの維持に努めています。

カトマンズ旧王宮内のナサール・チョーク

チョークで遊ぶ子供たち

3-3　給排水施設は、新しく布設するのですか？

現在のところ、計画はありませんが、飲み水が飲める公共の水場があります。

3-4　下水道施設は、新しく布設するのですか？

カトマンズ市役所は、毎年、下水路の布設するための工事を行っています。同時に、政府の公的機関であるネパール給水施設供給公社が、給水施設に加え下水路の整備に携わっています。

3-5　汚水処理施設は、新しく布設するのか？

カトマンズ市役所では現在布設する計画はありません。

公共の水場で洗濯をする女性

市街地の公道の様子

3-6　雨水排水処理施設は、新しく布設するのですか？

カトマンズ市役所は、毎年、雨水排水路も含め、排水路の工事を行っています。

3-7　消防施設は、新しく布設するのですか？

カトマンズ市の消防活動は、政府の厚生省の傘下にあります。市役所では、消防活動に携わっていませんが、将来的には消防活動をカトマンズ市役所に移す予定です。

チョークの一角で、気持ちよく日向ぼっこする老人たち

早朝から道端で野菜売りする売り子

3-8　ごみ処理方法には、決まりがあるのですか？

『地域主体管理-1999 (Local Self Governance-1999)』という条令があり、ごみ収拾、ごみの運送、ごみの最終処理に関する規定を設けています。規則に従わない場合、最大15,000ルピーまでの罰金とペナルティが義務付けられています。

3-9　道路設置基準、形状、幅員、勾配などの規制はありますか？

道路設置基準、形状、幅員、勾配についての詳細な規制はありません。もちろん、道路建設のための基本指針はありますが、実質的な強制をしておらず人々に委ねられています。

3-10　街路樹の設置基準はありますか？

カトマンズ市内の街路樹については、完全には市役所で管理していません。政府の国土交通省が街路樹の管理を行っていますが、街路樹についての特別な規制や指針はありません。

3-11　世界文化遺産やほかの歴史的遺産の工事に関わる保護についての配慮として、工事前に発掘調査などの事前調査はありますか？

世界文化遺産を保護するために工事前の調査を行う習慣がなく実際にも行っていませんが、しかし事前の検討は行われています。

4　松本市建設部まちづくり推進課より、まちづくりの観点からの質問とカ市の解答。

4-1　世界文化遺産となっている歴史的建築物はともかくとして、近年に建てられた民間の建物に耐震基準等はありますか。

カトマンズ市は、近年、建物建設規約を履行しました。その規約には、建設される家屋は耐震予防しなくてはいけない事が記載されています。家屋を建設しようとする者は、許可を得る際に耐震予防における KMC の基準を満たさなければならず、耐震予防の基準に合う詳細な構造図案を提出しなければなりません。

上記は、新しい建築物に関するものです。文化財に関しては、このような詳細な指針はありませんが、地震対策には特別な注意がされています。

4-2　まちづくりにおいて、松本は、松本城築城以降(16 世紀以降)の城下町を再現しようとしていますが、同じ木造建築の遺産を引き継ぐカトマンズは、いつ頃の時代のものを代表的な街なみととらえていますか。

カトマンズ市内の街の発展過程で木造建築が始まったのは、Lichchhvi や Kirat 時代まで遡ります。しかし 14C～18C にかけて、この地を支配したマッラ時代に街の発展過程において、現在残る伝統的な木造建築が広まりました。

4-3　まちなみを統一するため、建築物の外観のデザインにはルールがありますか。

そのような規制や指針はありません。地主は、土地に建物を建てる時には、オープンスペースを設ける事を求められます。

4-4　市内で下水道工事を見かけましたが、街の景観を守る為に電線はどうしていますか。

いくつか技術的な制限はあるものの、カトマンズ市内には景観を守るための規範はありません。電線に関して言えば、配線工事は柱にそのまま、電気ケーブルを取り付けて行います。が、カトマンズ市内では除々に地中に電線を設ける動きも出てきています。

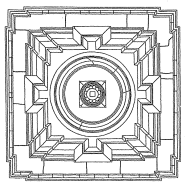
4-5　派手な看板や屋上の広告塔など見かけませんが、看板類(屋外広告物)の規制があるのですか。市中では商業宣伝の方法に関するルールなどありますか。

今日までビラ、ネオンなどの広告、宣伝に関するきちんとした指針はありません。あまり規制がない状態で、街の景観を歪める事につながっています。しかし、近年、KMC は計画的、且つ規則的な(体系的)方法による宣伝、広告の方法を規制する勉強を始めています。この勉強は、包括的で様々な商業宣伝に関わる目的を達成する過程を考慮しなければなりません。研究結果は、カトマンズ市内の宣伝、広告のあらゆる側面を規制することになるでしょう。

旧市街地内において、私達には１つ基準があります。文化遺産の周囲、約 100m 以内には宣伝、広告等類は許可されていません。この指針は、必ずしも厳密に守られておりませんが…。

BUDDHIST KATHMANDU

INVENTORY OF BUDDHIST COURTYARDS AND SHRINE BUILDINGS



A campaign for architectural preservation initiated by the Kathmandu Valley Preservation Trust, funded by the German Embassy

Kathmandu's rich Buddhist heritage does not dominate public space: one experiences this heritage as a hidden attraction, found in semi-public courtyards, often accessible only through narrow passages or gates.

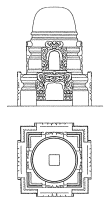
Courtyards *(bāhā, bahī, kacābāhā, nanī)*
Shrine buildings *(āgama)* and **stūpas** *(cibhāḥ, caitya)*

Eighteen major monasteries (*mūbāhā* or *mahāvihāra* of the *deācāgūṭhi*), ten purely Śākya main *bāhās*, sixteen *bahis* and some 60 branch monasteries *(kacābāhā)* are located on this map. Only five of these structures retain the unique character of a square ground plan.

The size of a Buddhist courtyard does not indicate the importance of the religious institution it houses. The courtyard of the important Sikhamubāhā (12) is small, while Itumbāhā (8) with its attached courtyards forms the largest known Buddhist space in Nepal.

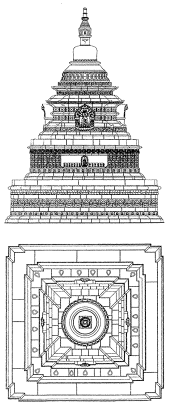
Within Kathmandu's core area and along the Bishnumati river, 579 caityas have been identified, of which 69 incorporate ancient fragments of the Licchavi era (6th/7th century). Caityas are preferably placed in the axis of a shrine building which houses the guardian deity *(kuṣpāḍyaḥ)*. These votive structures are offered in memory of a deceased relative and also to attain merit.

The map covers the historic core area between Kvabāhā (1) in the North and Musumbāhā (17/18) in the South. It includes the quarters of the Untouchables and butchers along the southern periphery and the newly developed area south of Sundhārā and Ganabahi (34). The palace (Hanumaṇḍhoka Darbār) with the adjoining Taleju temple, and some 30 more temples along a complex public space, mark the center of the ancient city. 1500 years ago Kathmandu developed from a cluster of small settlements on either side of a road that cuts diagonally through the later developed, more regular grid of large blocks.



Licchavicaitya at Tebāhā (no. 6 on the map)
7th century, drawing Ada Gansach

Two-storeyed miniature caitya with dome. The pinnacle is lost. The lower niche is framed by a pair of *makara*, aquatic mythic creatures supporting the face of glory, Kirtimukha.



Śikharakuṭacaitya at Tebāhā (no. 6 on the map)
established 1862 A.D., drawing Surendra Joshi

The primary trio (drum, dome, and pinnacle) is supported by a lotus, the four Tathāgatas are found in niches of the base, and the respective Bodhisattvas found on the plinth.

List of selected monasteries (in bold) and branch monasteries

Main-bāhā of the Deācāgūṭhi:

1 Kvābahā
1a Chusyabāhā
1b Musyābāhā
1c Jhvābāhā
2 Dhvākābāhā
3 Gambāhā
4 Nhūbāhā
5 Taksebāhā
6 Tebāhā
7 Makhanbāhā
8 Itumbāhā
8a Kaygunani
8b Bakunani
8c Tāranani
8d Sasunani
8e Dhanajucaitya
8f Yetkhabāhā
9 Janabāhā
10 Mūbāhā
11 Savalabāhā
11a Tunchenbāhā
12 Sikhamubāhā
12a Lāykubahi
12b Kumāribāhā
12c Jhvachenbāhā
13 Gubhabāhā
14 Mikhabāhā
15 Ikubāhā
16 Laganbāhā
16a Tabāhā
16b Pikhabāhā
17 Musumbāhā (1)
18 Musumbāhā (2)

Śākya – bāhā:

19 Sighabāhā
20 Naghabāhā
21 Asanbāhā
22 Mahābūbāhā
23 Tamubāhā
23a Tukanbāhā
24 Tadhanbāhā
24a Cidhanbāhā
24b Pinchenbāhā
25 Bikamābāhā
25a Mimnanibāhā
25b Khasāchenbāhā (Vāmbāhā)
25c Vakubāhā
26 Sobāhā
27 Kvahitibāhā
28 Yatabāhā

Bahi:

29 Makhanbahi
30 Nabahi
31 Nhāykanbahi
32 Cvakanbahi
33 Marubahi
34 Ganabahi
35 Duganbahi
36 Kvathuduganbahi
37 Arakhubahi

This map is based on the ground survey by the Land Revenue Office (Napi Bibhag – Napi Sakha Kathmandu, scale 1:500) of 1974, with visual updating by Anil and Bijay Basukala, Niels Gutschow, and Yogendra Shakya in 2001. Design and Production: Thomas Schrom

カトマンズ・ダーバースクエアー周辺の様子

２０１２年度事業

主　催　NPO 法人　松本ヒマラヤ友好会≪MHC≫

事務局 松本市島立 4539-7　TEL47-6197　FAX47-5685

E-mail：mhc@lily.ocn.ne.jp　http://www1.ocn.ne.jp/～mhfc/

後 援　松本市　松本市教育委員会　松本市海外都市交流委員会

信濃毎日新聞社 朝日新聞松本支局　毎日新聞松本支局　読売新聞松本支局　産経新聞長野支局　中日新聞社 市民タイムス 長野日報社　松本タウン情報　NBS 長野放送 TSB テレビ信州 abn 長野朝日放送 テレビ松本ケーブルビジョン FM 長野　長野県写真連盟　（写真展のみ　NHK 長野支局　SBC 信越放送）

MHC松力姉妹都市交流事業　第5回ネパール文化紀行

―古都カトマンズ探訪＆アンナプルナ山群展望ハイキングとルンビニ訪問―　８日間

平成24年12月29日～平成25年1月5日

月日曜	発　着　地　名	時 刻	交 通	ス ケ ジ ュ ー ル　（ 食 事 ）	宿　泊
12/29 （土）	東京（羽田）　発 香　港　着 香　港　発 カトマンズ　着	10:45 15:05 19:10 22:10	CX543 KA104	早朝貸切バス松本発　午前、東京（羽田空港）発、キャセイパシフィック航空にて香港へ。 着後、ドラゴン航空に乗り継いでカトマンズへへ	ホテル
12/30 （日）	カ ト マ ン ズ 滞 在			カトマンズ市長へ表敬訪問を行い、カトマンズ市内の**世界文化遺産**を訪ねます。夜、カトマンズ市およびMHCカトマンズ支部市民等と**交流会開催**。	ホテル
12/31 （月）	カトマンズ　発 ポ　カ　ラ　着 〃　発 サランコット　着	午前 午後	国内線 専用車	午前、カトマンズより国内線にてポカラへ。 着後、専用車にてサランコットの丘へ。 夕刻、サランコットからの夕日の染まる**アンナプルナ山群を展望**する。 （	ロッジ
01/01 （火）	サランコット　発 ポ　カ　ラ　着 ポ　カ　ラ　発 ル　ン　ビ　ニ　着	朝 午前 午後	徒歩1時間、専用車で空港 特別便 徒歩、リキシャ	早朝、サランコットピークに登り、初日の出を期待するが、圧雲に覆われて展望が効かない。朝食後、1時間程のハイキングをして下山。 ポカラからは国内線の特別便にてルンビニ・バイラワ空港へ。 釈迦生誕地ルンビニを参詣。**平和公園を巡る。、**	ホテル
01/02 （水）	ル　ン　ビ　ニ　滞　在 ル　ン　ビ　ニ　発 カ　ト　マ　ン　ズ　着 カ　ト　マ　ン　ズ　発 ナ　ガ　ル　コ　ッ　ト　着	 17：00 夕刻 夕刻 19：00	専用車 国内線 専用車	午前中、**ルンビニのカピラ城跡、博物館訪問**をする 夕刻、ルンビニから国内線にてカトマンズへ。 夕陽に輝くヒマラヤ山群を展望 着後、専用車にてヒマラヤの連なる山々を展望する**ナガルコット**へ。	ホテル
1/03 （木）	ナ　ガ　ル　コ　ッ　ト　発 カトマンズ郊外の文化遺産を探訪 カ　ト　マ　ン　ズ　着	朝 午前 夕刻	専用車	朝、東西に連なるヒマラヤの山々を展望。朝食後、専用車にてカトマンズ郊外の世界遺産のチャングナラヤン寺院・古都バクタプールなど終日、観光。夕刻、カトマンズのホテルへ。 夜、カトマンズ市長を招待し**報告夕食会**開催。	ホテル
01/04 （金）	カ　ト　マ　ン　ズ　滞　在 カ　ト　マ　ン　ズ　発	 23：30	専用車 KA191	**ＡＭ8：00快晴の朝、遊覧飛行でエベレスト山群方面を展望。午後産パシュパティナート、ボドナートの世界文化遺産を訪ね、感動する。** **ＰＭ5：30、MHC奨学生と夕食激励会開催**。若い彼らの社会的地位向上と、生活向上を祈る。 深夜、ＭＨＣ支部の見送りでカトマンズ発、ドラゴン航空にて香港へ。	機中泊
01/05 （土）	香　　港　着 香　　港　発 東京（羽田）　着	06:00 08:40 13:25	CX548	早朝、香港着。着後、キャセイパシフィック航空にてＰＭ1：25、東京（羽田）へ着陸。。 貸切バスで松本へ	各自宅

MHC松本カトマンズ姉妹都市交流事業

「第 5 回ネパール文化紀行」報告概略

「第 5 回ネパール文化紀行」は、2012 年 12 月 29 日～2013 年 1 月 5 日までの日程(別紙)で松本市民を始めとする参加者 13 名により実施致しました。参加者一行は、カトマンズ市を表敬訪問して、世界文化遺産を探訪し、アンナプルナ山群展望ハイキング、そして釈迦の生誕地ルンビニの訪問を行い、「山と美しい自然」を仲立ちとした松本市とカトマンズ市の姉妹都市交流の責任も果して参りました。

12/29(土) PM10:00 カトマンズ空港到着。カトマンズ市役所市長室長らから歓迎を受ける。

12/30(日 AM10:00 カトマンズ市長、ケダール・バハドゥール・アディカリ氏を表敬訪問する。

カトマンズ市長から記念品仏陀像が、一人一人に手渡される。各人覚えたネパール語で、自己紹介して、挨拶する。昼食はカトマンズ市から招待され、タメールのホテル屋上で、ダルバート料理をいただく。

昼食後、カトマンズ市職員らと別れ、道端の土産店を物色しながら、徒歩でカトマンズの世界文化遺産、旧王宮を訪ねる。その入り口近くには、忿怒相をしたシバ神の化身カラバイラブ像に出会う。

旧王宮前周辺は、ハヌマンドカと呼称され、タレジュ寺院、ジュガンナート寺院など、中世紀の寺院や小堂が建ち並んでいる。旧王宮内入口には、悪王ダイテを懲らしめるナルシング像が立つ。

旧王宮最大級の建物、バサンタプールバワン、木造、9 階建、高さ 31m、最上階の窓から、吊り下げられた風鈴越しに、カトマンズ市街を望む。

旧王宮内のナサール・チョク(広場)で記念撮影

ナサール・チョクから見上げるバサンタプールバワン

バサンタプールバワンの屋根を支える木彫りの男女神像の方杖。

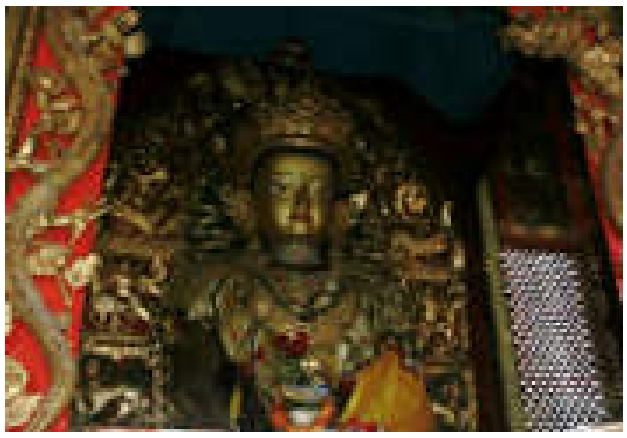
旧王宮外部、ダーバースクエアーは、カトマンズの人々が分け隔てなく自由に通行ができる。

生き神様が住むクマリ館内部。ネワール族釈迦の子孫、サキヤ族からクマリとして幼い女児が選ばれる。クマリは国の守護神として庇護されている。

ビシュヌ神の乗り物ガルーダとマハ・デビ寺院。

AD16C末、1本の大木で建てられたといわれるカスタマンダップ寺院。カトマンズの語源と言われる。

カトマンズの西方小高い丘に建つ仏教寺院スワヤンブナート。



観音菩薩像があり、土地の信者、ヒンズー教徒も参詣する。

基壇を取り巻くマニ車を回し、神妙に功徳を積む(？)参加者。

スワヤンブナートは、385 段の石段を登った小高い丘に建つストゥーパ様式の仏教寺院。四面に描かれた眼は森羅万象を見通す仏陀の目を表わし、空にはためくタルチョーは、五大宇宙を表わしている。

スワヤンブナートの丘から見渡す、カトマンズ市街地。

1/31AM9：00、宿舎のホテルに、クムジュン校運営委員のパサンダワ氏に来てもらい、安曇野市穂高北小学校からの文具と手紙を手渡す。

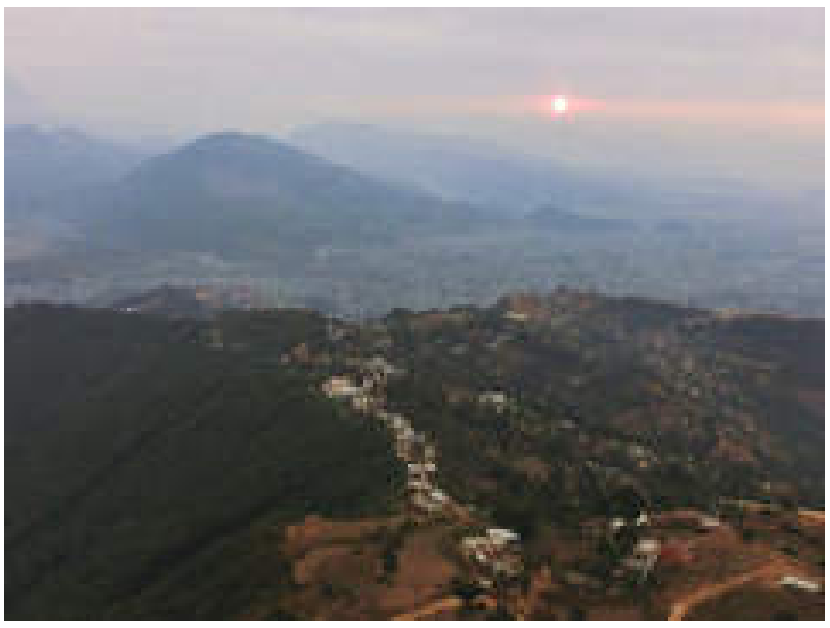
AM11：00、空路カトマンズからポカラへ向かう。　機内の丸窓からシュガールヒマール、マナスルを望む。

AM12:00 前、明るいポカラ空港、標高約 900mに到着する。北方に 8000m級のアンナプルナ山群を望む。ペア湖畔に憩い、街を散策すると、やっと旅で安らぎを得た気がしてくる。

昼食後、2 台の車に分乗し、サランコットの丘を目指して、蛇行する車道を登る。1 時間程で今日の宿、シェルパ・リゾートロッヂに到着する。ロッヂの屋上から、午後の陽を浴びた、アンナプルナⅠ峰 8091m右奥、アンナプルナサウス 7219m左を望む。

アンナプルナの前衛、午後のマチャプチャレ 6993m

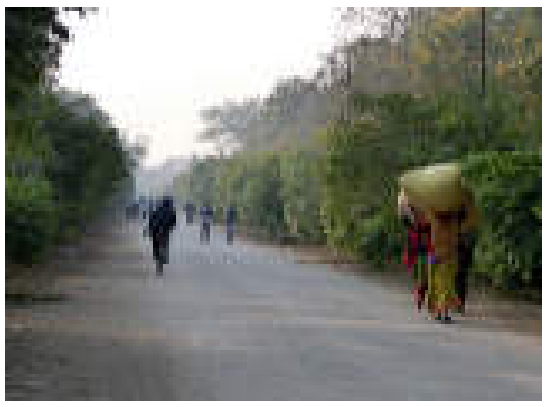
夕焼けに染まるアンナプルナⅡ7937m



2013 年 1 月 1 日、サランコット山頂から初日の出を拝む。厚い雲が覆い展望は効かないが、全員で記念撮影。

AM9:30、朝食後、ロッヂにお別れをして、展望ハイキングをしながら下山する。途中、道端の小店に立ち寄り、買い物をしていると、雲が晴れ、青空にアンナプルナ山群が、空高くその姿を現した。

展望ハイキングは、村々を結ぶ石段の道を下りていく。温かな陽ざしの中、日向ぼっこする村人



PM2:00、専用機で、ポカラから空路、ルンビニのバイラワ空港へ向かう。ホテルに到着後、荷を置き、早速、力車を駆って、釈迦生誕地を訪問する。マヤ・デビ寺院入り口からは、素足で参詣に向かう。

釈迦の生誕地マヤ・デビ寺院の遺跡。この白亜の建物内部に、発掘された寺院が保存されている。発掘中、その礎石の下に、釈迦が誕生したと記された印石が発見された。またマウリヤ王朝のアショカ王が建立した石柱、仏塔、僧院なども現存していて、学術的にも釈迦生誕地として証明され、世界文化遺産として登録された。また、手前の池は、生母マヤ・デビ夫人が沐浴した池と伝えられている。

菩提樹の大木の下で座禅を組み、修行する仏僧。

マヤ・デビ寺院で読経する、巡礼僧。

素足で、マヤ堂、池の周辺を巡る参加者。

マヤ堂を離れ、広いルンビニ平和公園を力車で巡る。

ルンビニ平和公園建設時より燃え続ける灯

ルンビニ平和公園にある日本仏教協会建立のストウーパ様式寺院

この平和公園のマスタープランは、日本人建築家丹下健三氏の案で、ここを世界規模の聖なる場所にすべく考案された。公園内には中国の仏寺、韓国の建築中の仏寺、他ドイツ、フランス、ミャンマー、タイなどの仏寺がある。

1/2 霧の中、AM8：30 ホテル出発。ルンビニ園から北西 29 km離れた、釈迦族の居城、カピラ城跡を訪ねる。

城跡は、南北約 500m、東西約 450mの長方形状を呈し、周辺はレンガ塀及び土塁で囲まれている。釈迦は釈迦国の王子として、この城で育ち、人間の生老病死に触れ、29 歳で出家するまでこの城で過ごしたといわれる。

地表に表われている東門、西門跡、住居跡、貯水槽跡、そして発掘の様子を国の管理者から説明を受ける。しかし、多くの遺構は、地面下 2.5m付近に埋もれたままになっているという。

国の管理者によると、釈迦は、この東門から出て、東南の方向へ向かい、出家したと説明する。途中まで同行した召使と馬の墓がこの方向に在るという。

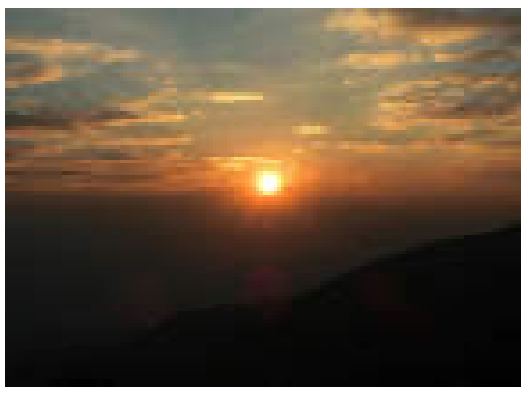
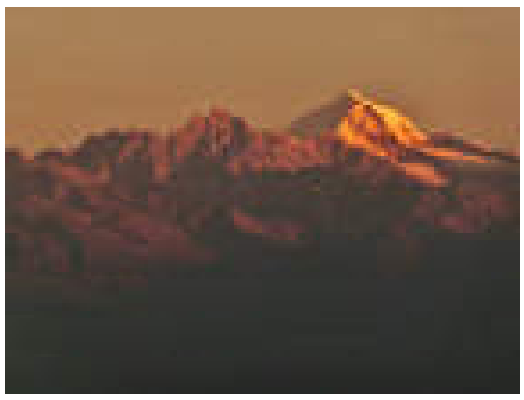
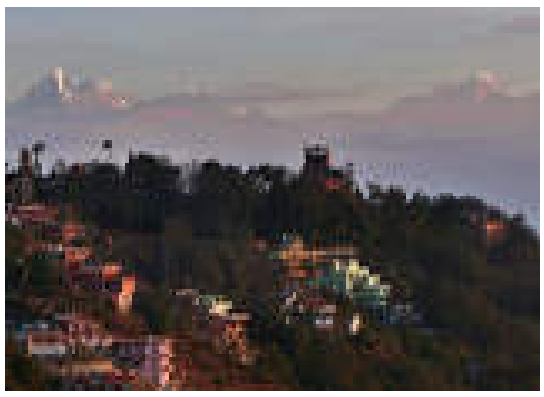
門から北へ続く城壁、発掘によると、幅 3m、深さは 7～8mであったという.

幅 3mの城壁の上を徒歩で 10 分程北へ向かうと、地中に埋まった大小のストゥーパに辿り着く。これは、釈迦の父スッドーダナ王と母マヤ・デビの墓だと説明を受ける。

カピラ城内の寺院跡、菩提樹の根が建物を取り囲んでしまっている。

カピラ城跡から、車で５分程のところに、発掘した遺物を陳列した博物館があり、訪ねてみる。発掘時の写真、当時のレンガ、壺、茶碗、お金や宝石類など、ガラスケースに納められていた。

1/2PM5:00、カトマンズ行の飛行機に乗る。飛び上がるとヒマラヤの山群が夕陽に赤く照らし出されている。カトマンズ空港からは、2 台の車に乗り、1 時間程車に揺られて山路を登る。PM7：00 ナガルコットに到着、泊す。

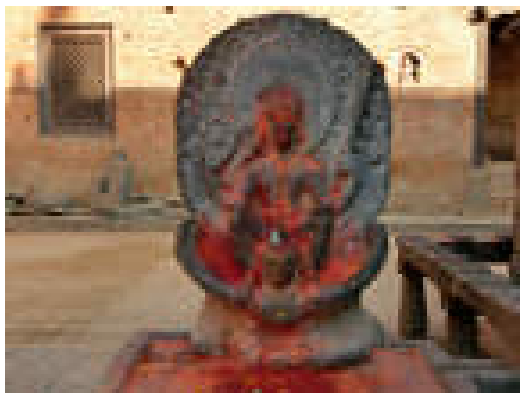
1/3 晴れの朝を迎える。西にランタンリルン 7225mが朝陽に輝き、北方に、ジュガール山群が近くに望まれる。

穏やかな朝の陽に輝く、ナガルコットと、ジュガールヒマール主峰、ドルジェラクバ 6986m

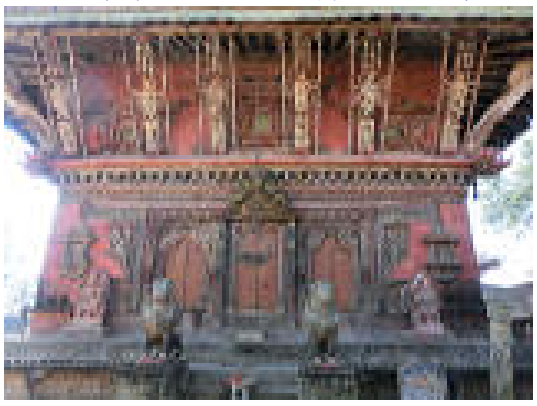
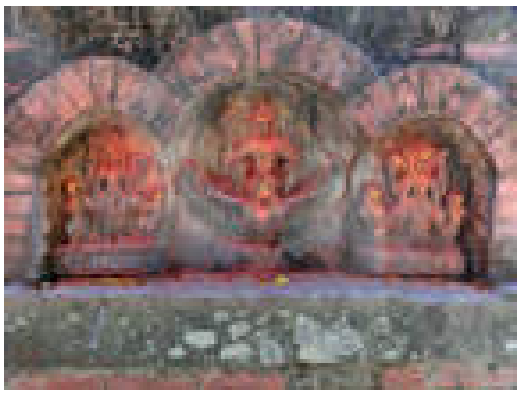
ナガルコット、ホテル屋上から朝陽に輝くヒマラヤを望む。西側の眼下にはカトマンズ盆地の田園風景が広がる。

午前中カトマンズ郊外の小高い丘に建つ、世界文化遺産ヒンズー教最古のチャングナラヤン寺院を訪ねる。小店が並ぶ坂道を歩き、石段を昇る。途中、日なたで山羊と戯れる少女に出会う。

寺の創建は AD4C。ヒンズー教３大神のひとり、宇宙の維持者ビシュヌ神を祀っている。周辺のネワール族により、崇拝され見守られてきた。二層の建物は、カトマンズ盆地で最も古く、美しい建物として有名だ。



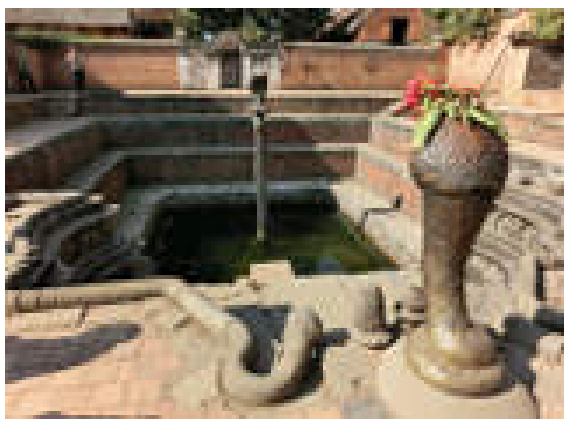
境内には、国宝級の石像があり、人顔のガルーダ（金翅鳥）は、ビシュヌ神の乗り物として崇められている。

寺院の彫刻　　ガルーダに乗るビシュヌ神の石像

昼近くに、街全体が世界文化遺産のバクタプールを訪ねる。別称バドガオンとも呼ばれ、信仰の町を意味する。

黄金の王宮入り口と 55 窓の宮殿



王の沐浴場

旧扉前でたたずむ老女

ダーバースクエアーとシカラ様式石造のバトサラ寺院

道端に小店が並ぶバクタプール

トマディトーレ広場に出ると、ビシュヌ神の神妃ラクシュミーを祀る高さ 36mのニャタポラ寺院が建っている。ネパールで最も高い寺院で石段の両側には力士、像、獅子、怪獣グリフィン、女神が配置され本尊を守っている。

ニャタポラ寺院石段上部からの景観。手前に像、獅子、怪獣グリフィンが立ち、後方に、午後の陽をいっぱいに浴びたトマディトーレ広場が広がり、その東端にバイラブ寺院が建っている。

天秤式に荷を担う農民

果物を売る店

靴を修理する職人

仏画を売る店

仏具を売る店

バイラブ寺院脇を東へ 10 分程でタチュパルトーレ広場に出る。その東奥に、ヒンズーの三大神シバ神の化身ダッタトラヤを祀るダッタトラヤ寺院がある。AD15C に一本の大木で建てられ、重厚な木彫りがある。

日なたで果物の皮をむき、憩う老人。

みやげ店

日向で井戸端会議する老人

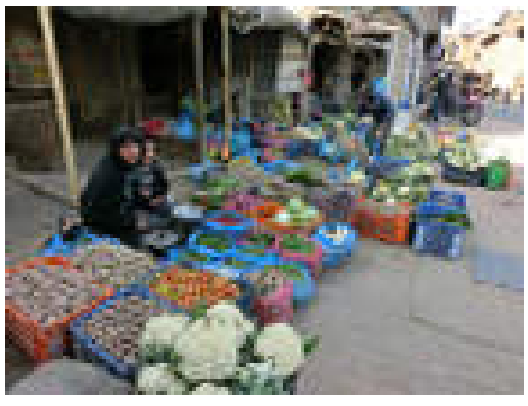
タイヤの回転を利用し皿づくり。

日干ししている皿。

露天でから揚げをしている。

AD15C に製作された芸術性の高い孔雀の窓。

その前で彫刻土産を売る店。



道端の野菜、果物店

1/3PM6：30、松本ヒマラヤ友好会より、ケダール・バハドゥール・アディカリ、カトマンズ市長ら 9 名のカトマンズ市職員らを招いて、ネパール文化紀行の報告夕食会を開催。参加者の感想と、交流の今後を語り合いました。ロク酒を飲み、レッサンフィリリを歌い踊り、ネパール料理を楽しみました。

1/4AM8:00、快晴の朝を迎え、エベレスト方面のマウンテンフライトに挑む。18 人乗り小型飛行機に乗り込み、狭い機内の丸窓から、震えるような感動を覚えながら、世界最高峰のヒマラヤ山群を展望する。

朝陽を浴びて輝く、世界最高峰エベレスト 8848m(中央)、ローツェ 8516m(右)

ランタンリルン 7225m

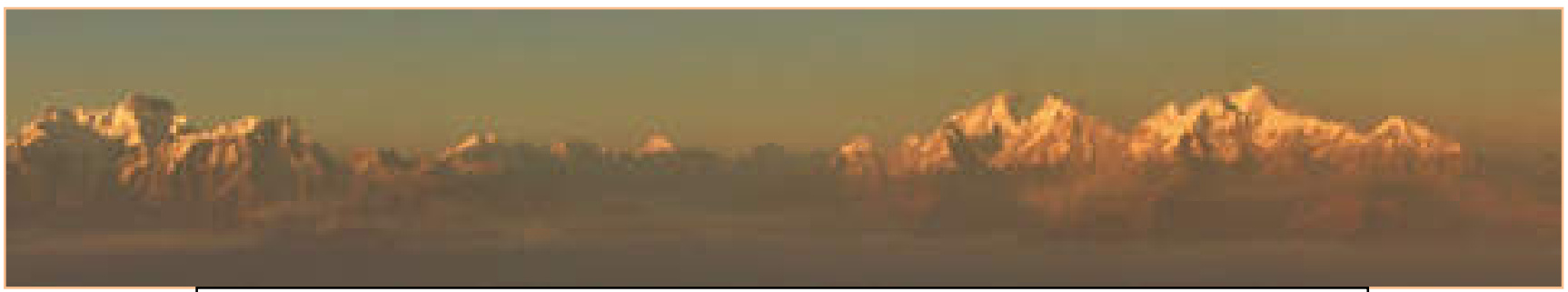
ドルジェラクパ 6986m

ガウリシャンカール 7134m

メンルンツェ 7181m

チョオユー8201m、　ギャチュンカン 7951m

マカルー8463m



機内の小窓から夕方のアンナプルナⅡ左、マナスル山群右、

午後、ガンジス川の源流パグマティ川沿いに在る、ヒンズー教三大神シバ神を祀るパシュパティナートを訪ねる。

境内には、シバ・リンガムを祀る白い小堂 100 基以上が群立する。立ち上る煙は、遺体を薪の上に乗せて米ワラを被せて、火葬が始まっている煙だ。骨灰は川に流され、それが至福とされる。

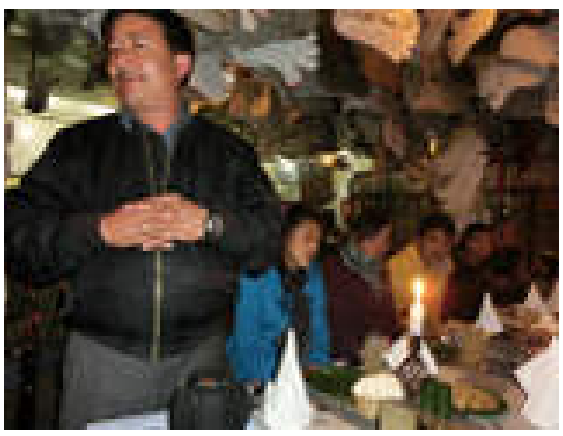
立ち並ぶ白い小塔

内部にはシバ神の象徴シバ・リンガムが祀られている。

夕方、世界最大級のストゥーパを誇るボドナートを訪れる。基壇を巡る大勢の人たちと一緒に参加者も巡る。

世界文化遺産ボド・ナート。建造物は、基壇、半球状土丘、四面に目が描かれた平頭、金色の尖塔そして最上部の法輪は、地、水、火、風、空の五大宇宙を表わしているといわれ。黄緑赤白緑の五色のタルチョーも同様の意を表している。AD500 年に、マーナ・デバ王が建造したとされている。

基壇の上には、仏教の経文が納められているマニ車や鐘楼が設置されている。マニ車を回し、真摯に祈る人々。

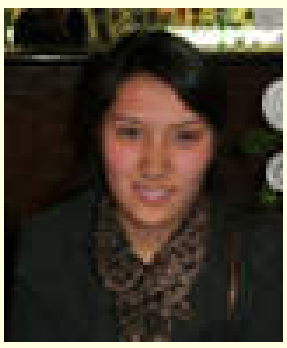


1/4PM5:30、タメールのラム・ドウードルに **MHC 短期大学奨学生** 12 名のうち、パサンダワ奨学事務局長が責任引率者となり、奨学生 10 名とペンバツェリン、クムジュン校運営委員長(写真左)が夕昼会に出席してくれました。出席した 10 名から、学生生活と将来の希望を聞き、彼らの若い心と情熱に激励を行いました。

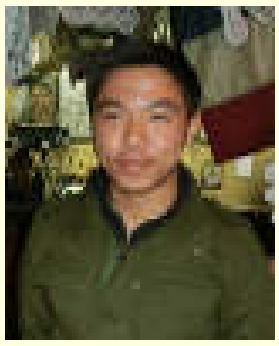
ツエリン・カワル

ペンバツェリン

ツエリン・ウォンム


ダワ・フティ

パサン・ヌル


ツェリン・タシ

ダワ・パサン

ペマ・チュティン

ドマ・ヌル

ニマ・ドマ

全員、カトマンズの短期大学に通学。経営学コース、教育学コース、そして医師などを目指し苦学しています。　若い彼らが、シェルパの村を、ネパールを背負って立つ事でしょう。

パサンダワ事務長

1996 年から 2013 年まで MHC 奨学生は、卒業生、現役生含め、延べ 69 名を数え、エベレスト街道を歩いていると、男女卒業生に出会う事があります。皆で応援してあげてください。

1/4 深夜、カトマンズ空港を発ち、香港経由で **1/5PM1：25 東京・羽田空港へ全員帰国**。長野市からの 3 人とは、再会を約して到着ロビーで別れ、松本方面の参加者は、待機していた貸切バスに乗り込み、一路高速道路を走り、PM6：00 松本駅アルプス駅へ到着、最終解散としました。「ご苦労様でした。」

参加者をはじめ、大勢の皆様のご理解とご協力のお陰を持ちまして、「第 5 回ネパール文化紀行」は成功裏に終了することができました。あらためて皆様に御礼申し上げます。ありがとうございました。

「第 5 回ネパール文化紀行」責任者
NPO 法人松本ヒマラヤ友好会　理事長　鈴木雅則

MHC松本市カトマンズ市姉妹都市交流事業

第５回ネパール文化紀行

2012年12月29日(土)～2013年1月5日(土)

参加者名簿

順不動　　敬称略

	参加者氏名	住　　所
1	ヤマモト　アイコ 山本　愛子	塩尻市広丘堅石
2	オオツキ　ミチコ 大月美知子	塩尻市広丘野村
3	タナベ　トミコ 田辺登美子	松本市浅間温泉3丁目
4	タネダ　トシコ 種田　敏子	安曇野市穂高柏原
5	ウンノ　ヤスコ 海野　靖子	長野市若槻東条
6	オリノ　カズトミ 折野　和富	安曇野市豊科高家
7	シム・ウンキョン	松本市中央1丁目
8	カラサワ　ヤスユキ 唐澤　保之	松本市笹部1丁目
9	カトウ　カズミ 加藤　一三	塩尻市贄川
10	カトウ　タカエ 加藤　隆江	塩尻市贄川
11	ツカモト　トシオ 塚本　敏夫	長野市川中島原
12	ツカモト　キミコ 塚本貴美子	長野市川中島原
13	ｽｽﾞｷ　ﾏｻﾉﾘ 鈴木　雅則	松本市島立

2006年12/30、サランコットのロッヂをAM5：30起床。準備をして、現、日本の浩宮天皇陛下も、皇太子時代登られた、ピークを目指す。20分ほどの登りでピークに到着。橙色に染めて昇る日の出を拝し、雲間から望むアンナプルナ山群の壮麗な姿に感動する。

カトマンズの街風景-1

世界文化遺産バクタプール街の通りを、買い物帰りの若奥さんが行く。

カトマンズは老人天国の街ともいわれる。同じ街に生まれ、遊びながら育った幼なじみが、また集まり、昔を懐かしみ、何やら語らう。傍にいるだけで、安心する。人間関係の原風景だ。

カトマンズの街風景-２

宮殿の屋根を支える、精巧な彫刻がされている男女神像の方杖、

宮殿内のチョーク(中庭)と出入口の空間をダランと呼び、上部を支える支柱は、精巧な彫刻がされている

「オンマニペメフム」と経を唱えて右回りに廻る巡礼の人々

世界文化遺産 ボドナート　　撮影　鈴木雅則

ヒマラヤの青い空とカトマンズ-Ⅱ

撮　影　　鈴木雅則、他

印刷・製本　NPO 法人松本ヒマラヤ友好会事務局

価格　本体 850 円　＋税