

ネパール生活情報

ネパール事務所
山田浩司

利用の注意

この手引きは、初めてネパールに来て家を借り、使用人を雇い入れ、家財道具を手配して、といった生活の準備をする際の参考として作成しました。私達が赴任して来て出会った問題や、これまでに経験した点、注意が必要な点、日本との違い等を後任の参考としてまとめたものです。

また、日本とどうして違うのかを常に考えながら接するようにすれば、この国とネパール人に対する理解も進むと思います。

以下の情報は、作成時点で最新のものですが、状況の変化により手続等は変わりますので注意が必要です。

住宅や使用人のことなどは、基本的に引き継ぐことを前提に書いております。それは、増員で赴任して全くゼロからスタートした自分の苦勞を後任の皆さんに味わっていただきたくないからですが、「基本的に」と条件付きにした理由は、私達がそれでもいいと思ったことでも、他の人にしてみれば受入難いと思われることは、この2年7ヵ月のネパールでの生活の中で随分と見たり聞いたりしてきたからです。特に、後任への引継は非常に難しく、帰国した後でいろいろ言われるのを聞くにつけ、後任への引き継ぐこと自体にも疑問を感じたりもしました。

従って、後任の方への品目の提示を先ず行なうこととして、後任の方が要らないと思われる品目を早めに確定させ、ガレージセール等で処分することも考えています。

生活する上での基本的な心構え

あまり大上段に構えてこんな講釈をたれるのはどうかとも思いますが、前にネパール事務所にいらした所員の残されたメモですのでご参考までに記載いたします。

ネパールは言うまでもなくLLDCです。カトマンズはネパールの首都と言っても社会インフラの整備や行政サービスは遅れている（もっとはっきり言えば

殆ど無いに等しい)ので、そこで暮らすには自分の生活と健康は自分で守る強い心構えが必要です。家のことも、使用人任せにしておいたのでは病気になったり、生活用水が完全に無くなってしまったりということになりかねません。後で気が付いて「えーっ？そんなぁ。」となっても後の祭です。

ネパール人は先のことを予想してそれに合わせて行動したり、計画をたててそれに従って行動したりすることが大変苦手です。ぎりぎりのところまで突き進んで、そこでなんとかやりくりするけれどよく失敗するという光景に出くわします。

住宅の設備のことから庭の菜園の野菜の栽培、犬、ニワトリの世話、使用人による飲料水の処理、その他家庭内の全てのことについてそのやり方を一度は見えておき、問題があれば改善しないと後で必ず自身に跳ね返ってきます。例えば掃除の仕方でも、テーブルを拭くのも床を拭くのも一緒の雑巾だったり、トイレの雑巾で食卓テーブルを拭いていたりといったことが起こり得ます。長く私達と働いていた使用人でさえもこんな経験をします。

ネパール人とその生活をよく知れば、「そんなものかな。」とも思いますが、普通の日本人の感覚からはとんでもないことになります。日本にいれば全く安心して他人任せにしておいていいところが、この国の開発レベルでは一つ一つ問題になります。そんなところが途上国の途上国たる所以でもあります。それでもちゃんと生活してゆくとすれば、自分で工夫してやってゆくしかありません。

1. 住宅

わが家は、庭付き車庫付き1戸建てを事務所借上住宅として1年契約しています。契約更新日は毎年11月6日です。

間取りは3階建て、1階にキッチン、ダイニング兼リビングと使用人作業部屋、2階は主寝室と客間2つ（うち1部屋は私達の書斎として使用）、3階は3部屋（倉庫や雨期の物干し部屋として使用）です。庭には果実の木が豊富で、桃、グアバ、バナナ、パガティ（ザボン？）等が食べられます。家庭菜園が若干とニワトリ小屋があります。

大家はDr. Achut RAJBHANDARIというネパール人で、タライ平野東部のダラン市にある、医学研究施設

設で教鞭を取る医者です。^{註1} 普段はダランに住んでいるので、あまり家の設備の使い方については全く我々任せにしてくれています。これは住む人の受け取り方によっては無責任な大家と思われるかもしれませんが、話してみると悪い人ではないし、大家として負担すべき経費は負担してくれますので、私達はあまり気にしていませんでした。

多少の修理でしたら、我々が先にやって経費を立て替えておけば、たまに大家がカトマンズに来た時に精算して払ってくれます。一応事前に電話で了解を取ってから行なうようにはしていますが、因に、過去の行なった大きな改修は、ニワトリ小屋の整備とカーペットの張替でしたが、いずれも事前了解(見積を取っておけばベター)で行ないました。

【参考情報】 大家の連絡先

Dr. Achut P. RAJBHANDARI

470622 (Baneswor)

Mr. Jaya SHRESTHA (大家の友人)

220567 c/o Everest Hotel Cafe Restaurant
245181 (Res.)

(営繕関連でわからない場合は彼が手配してくれる)

Mr. Jitendra B. RAJBHANDARY (大家の弟)

523215 (Res) / 417677 (Office)

(近所に住んでいる)

現在の家賃は1ヵ月Rs.30,000で、多分所員の借上住宅の中では最も安いと思います。私がこの家を決める時、Rs. 27,000からスタートして、1年毎にRs. 3,000ずつ上げる口約束を結びましたが、2年目の契約の時に強気に出て、Rs. 27,000に据置にしました。さすがに3年目の契約の際には、カーペット張替と交換条件でRs. 30,000で妥協してしまいましたが。通常、支払条件は3ヵ月ないし6ヵ月前払が一般的ですが、ここの大家は息子をバングラデシュで学ばせるためにまとまったお金が必要で、2年目以降の契約を1年間分の前払にしました。

ロケーションは、私が入居した当時はパタンのサネバ地区の新興住宅地の端で未だ周辺は空き地もあったのですが、今は周囲に新しい住宅が次々と完成し、住宅に取り囲まれてしまいました。3階建ですが、屋上からの眺めはあまり良くありません。全ての窓が南を向いており、屋上からチャンパデヴィ山

^{註1} 最近の情報によると、大家はダランの研究施設を退職して3月26日にカトマンズに戻ってくるとのこと。今後の大家との付き合い方は若干変わってくる可能性あり。

がよく見えることが唯一の救いですが、北のヒマラヤを眺めて優雅にティータイムを希望される方にはお薦めできない家です。

但し、救いは水です。バグマティ川南岸のラリトプール郡は、北岸のカトマンズ市とは取水源が異なり、まだ比較的きれいと言われていました。また、水不足が深刻なこのカトマンズ盆地で、わが家はこれまで給水車のお世話になったことがなく、溢れるくらいに毎日水が来ています。給水車は1台Rs. 1,000だそうですが、わが家はこれまでRs. 130前後の水道料金を支払っただけで済んでいます。水事情は、おそらくうちの所員の中でもトップクラスの良さです。

通勤距離は約2.5km。徒歩30分、車なら15分弱といったところですが。バンダ(ゼネスト)の日は車は使えませんので、自転車通勤します。

治安面では、最近カトマンズ市全体が物騒になってきていると言われてはいますが、過去特に近所で大きな事件は起きておりません。ラリトプール郡のサネバ地区は、UN関連の外国人職員が多く居住しており、比較的治安面の問題の少ない地区と言われています。わが家も表通りから少し奥に入った場所にあり、暴動の標的とされる心配はまずありません。

隣近所との付き合いは特にはありませんが、わが家の裏側の家の主人は、日本人と仲良くしたがっていると聞いています。西側の家はチベット人が住んでいます。持ち家で以前は人に貸していましたが、水があまりにも来ないために現在は自分達で住んでいます。東隣の家は西洋人が住んでいるようですが、見たことはありません。道を隔てた南側は新築の家が2件建っており、新井所員が引越先として一時検討したそうですが、結局選ばれず、現在も空き家です。ただ、大家は相当の金持ちで、こちらが要望すればかなりのリフォームはやってくれそう。家賃Rs. 32,000と聞いた時には、今の家で借上住宅の契約を更新した後だったので悔しい思いをしました。

わが家の庭の南東隣は、Dr. Krishna SHRESTHAという農業省のOBが住んでいます。既に退官して現在は農業関連のコンサルタントをやっています。JICAとの付き合いはあまりありません。ここのガキはちょっと問題児で、時々わが家の犬にちょっかいを出してきます。問題は、この家との境の塀が低いことにあり、わが家の大家には、後任が入る時には、金網を付けて塀を高くする工事をして

ほしいと話をしております。

カトマンズは現在外国人向け住宅が供給過剰の状態ですので、借上住宅の契約が切れる11月以降をどうするかは、ちょっと考えてみてもいいかもしれません。家賃交渉をする時は、強気に出てもいいと思います。

2. 家財道具

前任者からの引継を勧めたいところですが、私は増員で来たので、家財道具の購入にかなりの出費をさせられました。引き継ぐ場合のオファー価格はできるだけ安くしたいとは思っていますが、贅肉を減らした上で後任に引き継いだ方が後任の負担も少なく済むだろうと思うので、帰任前にガレージセールを行なうつもりであります。

電化製品の類は殆どネパールで入手可能なので、アナカンで持ってくる物は少なく済ました方が賢明です。衣料も、かなり多めに持ってきましたけれど、結局使わなかった物も結構あり、なるべく控えめにされた方が良くと思います。但し、食材については、日本食材で入手困難な物がかなりあり、少しでも持って来られた方が良くと思います。任国外旅行や一時帰国で買い出し可能なので、大量に持ってくる必要はありません。

ベビー用品は多少ありますが、歩行器を除き殆どが貰い物ですので、そのまま無料で引き継ぎたいと思っています。

3. 使用人

職種としては、コック、掃除洗濯係、門番、運転手、庭師が必要。これも前任者から引き継ぐのがベターなのでしょうが、わが家の場合は大きな問題があります。後任はコミュニケーションが取りづらいのではないかと懸念です。現在の給与、休日等の条件を以下に書きますが、自分がやりやすいようにして下さい。

(1) Mr. Narayan Krishna SHRESTHA

(通称：クリシュナ) (運転手)

2代目の運転手、1996年4月より採用。46歳。ネパール族。帰国する笹野専門家から譲り受けたので給料若干高め(基本給Rs.4,200、食事代Rs. 500、

超勤Rs.30/時間)。専門家から譲り受けると往々にして高い条件にされています。基本給は5月1日支給分から若干上げる予定です。勤務時間8時30分～18時、土曜日と祝日は休日。

私は自分で運転するのが好きだったので、休日出勤をさせたのは今までに数回しかありません。また、極端に帰りが遅くなる外食等の場合も、先にクリシュナを帰して、自分で運転して出かけていました。

腕は確か。自分の過失による事故歴はこの2年間ありません。ネパールの標準からするともう結構な爺さんです。若干ぶっきらぼうなところはありますが、憎めない存在です。

英語は若干わかりますが、採用する際の面接時の印象では、あまり理解できるとは思えません。私達は2年間殆どネパール語でコミュニケーションを図りました。

自宅はニューロードの近くで、貸与している自転車で約30分かけて通勤しています。

(2) Ms. Nanuka SUNWAR

(通称：ナヌさん) (コック、洗濯)

家内が子供を連れて再赴任してきた1997年11月より採用。30歳。スワフル族。帰国する大町専門家から譲り受けました。給料はRs.3,200プラス通勤手当Rs.320です。勤務時間は9時～17時。超勤はRs.15/時間。休日は土曜日のみ。休日出勤はRs.100/日。毎月1日に支給します。自宅はギャネソールにあり、バスを乗り継いで通勤しています。ちょっと遠いので、なるべく超勤はさせないようにしています。昼食は冷蔵庫の食材を自分で調理して食べてもらっているの、特に手当を支給していません。

何代か日本人家庭で働いている(但し、コック歴は1年)ので、日本人の考え方は多少わかります。コックとしての経験年数が少ないだけに、未だ和食の打率はあまり良くなって、時々外れの料理があったりしますが、それ以前の単身赴任生活の間は門番の作ったネパール食で生活していた私にしてみれば十分許容範囲です。豆腐、こんにゃくも作れます。

コミュニケーションは、ネパール語に少しだけ日本語を混ぜて行なっています。ネパール語の文字はわかるそうです。

(3) Mr. Shree Bahadur KC

(通称：KC) (掃除洗濯、門番、兼庭師)

私が今の家に入居する以前より、彼は門番小屋に奥さんと一緒に住んで留守番をしていました。当時彼には別の仕事が外にあったのですが、奥さんが病気になるのを機会に仕事を止め、わが家専属の使

用人となりました。従って、家の営繕関係は非常に詳しく、庭の手入れや畑の野菜栽培、ニワトリの世話、犬の世話、赤ん坊のおむつ洗いとか、なんでもやってもらっています。36歳。チェトリ。給料はRs. 3,200（定額）で、毎年ダサイン直後に改訂しています。支給日はネパール歴の毎月1日（西暦の16日頃）です。勤務時間は特に決めていません。休日も決めていませんが、必要な時に適宜休ませています。

今どきのネパール男性には珍しいくらい真面目でまじめで働き者です。ヒンドゥー教の戒律に忠実に暮らしていて、私達もKCから学んだことが沢山あります。実家はバクタプールにあります。ただ、ちょっと急いで仕事を終わらせようとするところがあり、ちょっと仕事が雑と感じることもあるので時々注意が必要です。

問題は、彼がネパール語でしかコミュニケーションできないことで、私が赴任直後の3ヵ月間単身生活を送っていた時は、当時雇っていた運転手を通訳代りに介在させてでないとコミュニケーションが図れません。家内がネパール語を習い始め、次いで私も習い始めて、ようやく意思の疎通が十分にできるようになった次第です。

(4) Mrs. Sita KC

（通称：シータ）（門番兼ニワトリ世話）

KCの奥さん。年齢不詳。チェトリ。給料はRs. 1,100。本当はこの程度の仕事に給料を出すのもどうかと思うのですが、確かにシータは掃除洗濯係をやってくれていた時期があり、その時の名残もあって、1月に女兒を出産して子育てもせねばならない今に至っても留守番係兼ニワトリの世話係という名目で給料の支給は行なっています。

門脇所員のところの門番のクマールはシータの弟です。実家はバラジューで養鶏業をやっていますので、現在飼っているニワトリの先祖もバラジューから導入しています。

当然のことながら、シータもネパール語でしかコミュニケーションが取れません。彼女は読み書きもできません。

一般論で、使用人を採用するのに一番大切なのは身元がしっかりしていて信頼できる人間かどうかです。専門家や所員の間でも時々信頼を裏切られてひどい目に遭うケースがあります。

使用人の採用に際しては、雇用条件をはっきりさせることが大切。賃金、休暇、病欠の扱い、通勤手当、食事手当、業務内容、解雇に該当するケース、

勤務時間等が注意すべき点です。使用人の手当は毎年ダサインの時にベースアップするのが慣例で（うちはそのに従っていませんが）、この他ダサインボーナスとして基本給の1ヵ月分を支払います。支給日は使用人の希望を聞いていました。

使用人の管理で注意が必要なのは、ネパールの祭日、バンダ、結婚式、健康管理旅行、任国外旅行、休暇一時帰国等長期休暇の扱い等です。単身の場合はどうしても休みが増えて勤務時間の管理がルーズになりますが、最初にきちんとルールを定め、それを守ることが重要です。赴任当初はどうしても使用人に頼りがちになりますが、そうなると色々不都合が出てきて、雇い主の側に不満が溜まることになります。

一般に日本人家庭での使用人の雇用条件は他と比較しても良い条件なので、使用人の側には働き続けたいという強い希望があります。今までの働きかけの評判が良く、他の日本人家庭からすぐ雇ってもらえるケースもありますが、引き抜かれることはカトマンズの狭い日本人社会の中ではまず起こりません。このような点から、使用人が赴任当初に待遇改善を要求してきても、周りの事例とよく比較して落ち着いて応じることが必要です。ダメもとで要求してくるケースが多いので、いちいち真剣に取り合っていると精神的にも疲れます。

また、使用人とサーブ（雇い主）、メンサーブ（雇い主夫人）の関係は契約に基づく雇用関係であり、友人とは違うことをはっきり意識していないと、トラブルの素になります。わが家の場合は、私も家内も使用人小屋に頻繁に出入りしてカジャ（スナック）やチャ（紅茶）をご馳走になったりしていたので、この点では満点のサーブ、メンサーブではなかったと反省しています（お陰でうまくやって来れたのだとも思いますが）。

使用人が病気の際の薬とか、色々な理由での休みとか、買い物のお釣とか、単身赴任の所員も同じですが、家庭の主婦が最も頭を悩ませるのがこの使用人の問題です。雇用関係とある程度割り切って、お金で整理することが精神上必要です。ヒンドゥー教の習慣では、お金持ちが貧しい人に施しをするのは施す側の功德とされ、当然お礼を言うべきものではないとされており、このへんは、日本人の感覚と大きく異なります。また、ネパール人の間でも、高カーストの人々は使用人を抱えていて、サーブは傍で見ていて命令し指示するだけで、実際の仕事は

全て使用人が行ないます。ネパールの使用人は当然このような関係を前提にしていますので、このような習慣にも注意が必要です。

休暇等で不在が1ヵ月以上の長期になる時の使用人への給与の支払い、休暇の際の出勤ローテーション等にも配慮が必要です。

【参考情報】わが家の使用人に関する注意事項

1. 使用人の仕事のやり方は、時々チェックした方がよい。どんなに注意していても、思わぬことをやっていることがあり、また、たまに注意しないと忘れていたことが多々あった。
2. 長期休暇の際は、使用人の間でローテーションを組ませ、出勤させた。但し、私達の滞在期間中は殆どKCが留守番してしてくれた。クリシュナには週3回車のエンジンをかけに來させた。その他、万が一の緊急連絡のため、自宅のないクリシュナには定期的にKCに電話を入れさせた。ナヌさんが來てから長期休暇を取得したことがないので、今後はナヌさんを加えたローテーションの編成が必要。

4. 自家用車

自家用として乗用車1台は必要。メンテナンスを考えるとトヨタカローラがベストでしょうが、A/T車やIC制御部分はともかくとして、一般的な修理やメンテナンスなら、どんな乗用車でもいいと思います。赴任前の私の車は2ドアでしたが、正木前所員のアドバイスを受けて4ドアにしました。

現在の自家用車はカローラセレス1994型で、同車種ではカトマンズ上陸第1号でした。どうもデザインが目をはくらしく、以後セレス/マリノが大量にカトマンズに入ってきました。大家からも売ってくれないかと言われています。

オイルフィルター、エンジンオイル、エアフィルター等は、頻りに清掃と交換が必要です。この国の燃料は10%程度の混合物が入っているのが通常です。ガソリンは定価（1998年3月現在Rs.39/1）でしか販売できないため、一番安いケロシン（灯油）が混入されます。従って、オイルはひどく汚れます。乾期は埃がひどく、バスやトラックの排ガスも真っ黒なので、エアフィルターもこまめな清掃が必要です。カトマンズでは、年1回排ガステストを受けねばならず（6～7月頃）、これがかなり厳しいので、テストを受ける前に全てパーツを交換したりしました。パンクは過去3回しました。

タイヤは摩耗が激しく、過去1度交換しています。また、道路が悪いため、サスペンションの痛みが早く、休暇一時帰国の際右前輪のショックアブソーバーを日本で購入し、交換しました。左前輪のアブソーバーも在庫を持っています。

車輛としては他にランクルも考えられますが、実用上は殆どカトマンズ盆地内での使用となり、あまりその効用はありません。それに、最近道路の舗装が進んでおり、カトマンズ盆地の外へセレスを持ち出すことも可能な状況になってきました。

【参考情報】セレスで行ける場所（リングロード外）

1. 過去に自分が行った場所
ドゥリケル、ナガルコット、ダクシンカリ、ゴダワリ、ゴルカ
2. 行ったことはないが行けると思われる場所
ナラヤンガート、ルンビニ、ボカラ、カカニ、パナウティ、ダマン

車の修理は、クリシュナは好んでGopal Autoを使っています。事務所のクマール運転手の息子が経営しているところで、JICA関係者の運転手は好んでそこを使っています。でも、Gopalには賛否両論あり、加藤次長は嫌っています。あまり設備がしっかりしていないのが理由らしいです。

私が思うに、Gopalに賛否両論が起きる理由は、車の古さによるものだと思います。まだ走行距離が短くて大きなトラブルが起きていない車のメンテナンスはGopalで十分なのでしょうが、本格的な修理が必要な場合は別のしっかりしたところの方が良いでしょう。1年ほど前に自動車整備の隊員が行なったカトマンズ市内の自動車整備工場の設備・サービス調査のレポートが山本シニア調整員のところにあるので、これを参照されてもいいでしょう。

休暇中の車の鍵はしっかり管理して、必要なら空港で車の距離計を確認しておけば、無断使用や事故を未然に防ぐことができます。但し、私は定期的にエンジンをかける必要性も感じていたので、長期休暇の前は意識的にガソリンを使って、ガソリン残量を少なくして休暇に入る方法で対処しました。専門家の帰国中に運転手が車を勝手に持ち出し事故で破損した例もあります。人に怪我でもさせたら大変です。青ナンバーの27番はJICAの登録ナンバーで、下3桁は固有の登録ナンバーですので、いつも背番号を付けて走っているようなものです。

保険に加入することも必要です。私は2月更新で

任期いっぱい保険契約をしておきますが、車輛の持ち主が変わると保険は加入し直しとなりますので、事務所ケシヤブ所員に相談して早めに加入して下さい。他の人の車を引き継ぐ場合でも同様です。

免許証は簡単に取得できます。国際免許証か、国内運転免許証を持ってきて下さい。赴任後暫くは運転を控えた方がよいと言われますが、私はセレスをガンガン乗り回していました。始めはでたらめに見えますが、一応ルールはあって、慣れると運転は大丈夫です。最初のうち一番大変なのは、カーブミラーがないことです。

運転に対する考え方は人それぞれ違いますが、一つだけ言えることは、ある目的地に行く場合、事前に地理の把握をしておかないと、道に迷って焦って事故るケースがあります。従って、運転手を使って一度行ったことがある場所でないと自分で運転しない方が良いということです。

また、この国は車やバイク、自転車、歩行者の他に、牛にも気を付ける必要があります。道も悪く、マナーも悪く、車の整備状況も悪く、運転免許証も持たない運転手も沢山います。事故でも起こしたら大変です。安全運転を心がけましょう。

5. 買い物

買い物は私自身はあまりしませんでした。家内が普段利用していたのは、ジェミニグローサーやパートパティニ、ウッタム、ニューロードのタルカリバザールでした。また、そのへんにある名もない露店で野菜や果物を買っていました。

位置的にブルーバードやマナステスーパー等は便利ですが、内田元所員夫人が価格調査をしたところ、同一品目でもこれらのスーパーマーケットの値段が高いことが判明し、家内はあまり使っていないようです。

クリシュナに買い物に行かせたりすると、彼は値切らずに買ってくるので、家内は愛想を尽かせて、以後専ら自分で買い物に行くようにしています。ネパール語ができるからやれる芸当ですが。

従って、単身赴任生活を暫くするのであれば、私達のパターンはあまり参考にならないので、藤井所員や新井所員、門脇所員のケースを参考にしてみ

下さい。でも、暫くしたら、きっと必要最低限の買い物しかなくなるでしょう。以前と比べれば物が豊富になったような気はしますが。カトマンズには、値段は高いが日本食材を扱う食料品店もあります。

以前は月1回所員によるバンコク買い出しがあり、食料品が手に入りましたが、現在は廃止されました。任国外旅行でバンコクやシンガポールに行く機会があったら、伊勢丹等で買い出しをされることをお勧めします。

6. 健康

何よりも先ず健康に暮らすことがこの国で生活する上で大きな仕事です。ネパールの一般的な衛生状態は非常に悪く、病気の原因はそれこそいくらでもあります。水、食べ物、使用人の健康状態、ネパール人の衛生観念等、家族と自分の健康を守る上で重要な事項です。そのためには、コック、掃除洗濯係の役目が大きいこととなります。飲み水の殺菌処理、台所からの生ゴミの処理（私達はコンポスト化するか、犬やニワトリの餌にしていました）、部屋の掃除、屋上の高架水槽の掃除、地下受水槽の衛生管理等が必要です。

幸い、私達は医者のお世話になることがなく、家内が妊娠中に健康チェックで少しくリニックに通ったくらいでした。健康がいちばんです。

7. 日本人会とJICA婦人部

日本人会は約200名程で、平成10年度は藤井所員が役員に選ばれる予定です。また、日本語補習校も日本人会によって運営されています（わが家の近所です）。ゴルフの会もあります。ゴルフは任期の間に極めるつもりで取り組みれば、きっと上達します。

JICA関係の婦人だけで運営されている親睦会もあります。買い物、病院等の情報の提供や赴任時の懇親会も行なわれています。

9. 銀行と現金入手

所員はドルで在勤俸の送金を受けます。入金口座はBank of Tokyo-Mitsubishi Trust, New York Branchです。この口座のパーソナルチェック（以下、

小切手)は、着任後すぐに送付されて来ます(口座開設手続は日本にて行なって下さい)。

これとは別に、ネパールの銀行の国内口座(ドルコンバーティブル口座)を着任後すぐに開設して下さい。会計班のマナダール所員に聞けば準備してくれます。ドルコンバーティブル口座を開設すると、銀行から別の小切手帳がもらえます。これは、ドル建でも切れるし、ルピー建でも切れる、便利な小切手です。

私達は通常、東銀NYの小切手を切って、これをナビル銀行の口座への入金に使ひ、普段の支出はナビル銀行から落ちるように小切手を切っています。

着任後6ヵ月は国内航空賃はドル払いですし、国際線航空賃はそもそもドル払いです。任国外旅行に行く時のT/C購入代金も小切手で支払えます。銀行との取引は、マナダール所員がやってくれます。

現金入手方法ですが、以前はレートが良いというので、ソルティホテルのお土産物店に行って1,000ドル程度を一気に闇レートで交換していましたが、ソルティまで行くのが面倒で、結局ルピー建の自己宛小切手を切ってマナダール所員に渡し、銀行にキャッシングしてもらうようになりました。

家内が家計簿を付けた結果、1ヵ月平均の支出額はRs.70,000~Rs.80,000程度だったそうです(約15~16万円)。現在は、週1回約Rs.20,000程度のキャッシングをしています。

10. ネパール語

この国の高等教育、及び私立の小中学校の教育は英語で行なわれ、官庁、企業の職員はたいてい英語で十分(但し、選挙で選ばれた政治家には英語がわかるくせにネパール語で話す人が多い)ですが、使用人、農民、地方村落住民は殆ど英語を理解できません。

私は、自分が担当分野や案件からも地方出張の頻度が他の所員より多く、またわが家の使用人が英語が全然できなかったため、必要にかられてネパール語を勉強しました。

最初は家内が始めて、シャプラニールの田中雅子氏の紹介でディリバザールのMrs. Bagawati

(通称バガワティ先生)の教室に通ひ、私も1996年の雨期に仕事が少し暇になったのを機会に週2回ペースで通ひ始めました。バガワティ先生は、協力隊の現地語学訓練の講師でもあります。私の場合は、最初の3~4ヵ月は週2回ペースが守れたのですが、次第にそれが週1回になり、1ヵ月に1回になり、終いには中断してしまいました。ただ、家では使っていたので、所員のネパール語のレベルとしてはこの程度まででもいいかと思えるところまでは話せます。

現在、門脇、工藤の両名は、週2回、昼休みにネパール語の先生を事務所に招いて指導を受けています。加藤調整員は、私と同様、バガワティ先生の自宅に通って学んでいます。

11. 電気

この国で電気は貴重品です。ネパールの人口約2千万人のうち、わずか10%程度が電気を使えるのみです。一般のネパール人の電気利用は専ら夜間、早朝の証明用と冬の寒い時期の暖房用です。暖房に電気を使うのはコストが高いそうですが、電気ストーブがRs.300程度で後は電気代だけなのと比べ、石油ストーブは器具の購入にRs.5,000程度はかかります。

電気料金の支払いは、プルチョークのネパール電力庁(NEA)事務所で行ないます。NEAの職員が月1回メーターチェックに来て、使用量を確認した後、請求書を置いて行きます。その請求書と、登録カードを持って支払いに行きます。月間Rs.4,000~Rs.5,000程度が普通です。クリシュナに払いに行かせたこともあります。現金をあまり見せたくないため、単身赴任の間は、昼休みを利用して自分で支払いに行ったりもしました。

注意が必要なのは、メーターチェックに定期的に来ないケースが多いことです。メーターチェックに来ないからといってただ待っていると、基本料金にだけは延滞料を加算されたりするので、メーターチェックが遅いと思ったら、自分でNEA事務所へ乗り込んで怒鳴りつけることも必要です。また、料金支払いの際、ここの窓口の職員はお釣をちよろまかすことが多いので、お釣はちゃんと確認して下さい。こども早く払いに行くと割引があります。

この国の電力供給は非常に不安定です。送電施設が豪雨による被害でダウンしたり、落雷で送電施設

が被害を受けたりで停電します。乾期には発電施設の定期点検、水源の不足、寒くなると電力需要が増える等の理由で停電します。ロードシェディングでの計画的な停電もあります。

専門家、所員には小型のガソリン自家発電機が貸与されます。運転指示は私が行ない、運転はKCが行なっています。

【参考情報】自家発電機の動かし方

1. 運転開始

- ①玄関口電話機の上にある切替スイッチを発電機側に切り替える。
- ②発電機の電源の回復確認プザーのスイッチをオンにする。
- ③燃料の点検、発電機のプレーカーを入れる。
- ④発電機のスタータースイッチを回し始動する。
- ⑤回転が安定するまで2分ほど待ち、オートスロットルスイッチを入れる。

2. 停止

- ①電源の回復確認プザーのスイッチをオフにする。
- ②切替スイッチをシティライン側に切り替える。
- ③発電機のスイッチを切る。

3. 留意点

- ・発電機のリモートスイッチを長くオンにしておくと、バッテリーが上がる。
- ・発電機は時々オイルの点検が必要。
- ・内部の配線をネズミに噛られるので、冬にも時々は運転する必要がある。
- ・発電機の容量は、冷蔵庫と照明、高架水槽への揚水モーター運転には足りるが、温水タンクのヒーター（ギザ）を使うには不十分。

12. 水、水道

この国の生活で一番困るのは水の問題です。水質、水量ともに問題があります。

カトマンズは慢性的な水不足で、1日に2時間程度の時間給水が普通です。乾期の終わりにはその給水もストップしてタンクローリーから水を買う家も増えますが、最近では乾期に入っただけで水不足に陥る家庭が増えていきます。

衛生を維持する上でも水は大事です。使用人の水の使用にも厳しい目を向けて、不衛生な水の使用は断固として注意する必要があります。

地下受水槽の水位には常に注意を払い、毎朝観察して、水が半分以下から回復していなかったら使用

制限を行なうべきです。具体的には、高架水槽への揚水を減らし、それだけで間に合わせ、洗濯の節水、トイレの使用の制限、シャワーの使用の制限、植木への水撒きや車の洗浄等の制限を行ないます。それで地下受水槽の水位を観察し、必要ならさらに厳しい節約方法を実施します。

幸い、わが家は溢れるくらいに水が毎日来ており、上記のような水の問題で苦しんだことはありませんが、加藤次長宅等の涙ぐましい努力を聞くにつけ、水は大切だと思わざるを得ません。

乾期にはラリトプールの水道の水質は良く、地下受水槽の底も見えますが、雨期は水量は問題ないものの、水質が悪くなり濁った水になります。高架水槽にも粘土がたまります。

専門家、所員には浄水機が貸与されますが、このフィルターにも粘土（シルト）がたまります。フィルターは3ヵ月程度で水の通りが悪くなるので、交換が必要です。飲料水の処理は衛生管理上非常に重要です。浄水機を通し、10分以上煮沸する必要があります。私達は、この辺が比較的ルーズで、歯磨や食器洗い、野菜洗い、料理用水等は浄水機の水をそのまま使っていました。

但し、どんな場合でも、ネパールでは水道の水をそのまま飲むのは危険です。安心して飲めるのは、ミネラルウォーターやビール、チャ、湯冷まし麦茶等です。

水不足でタンクローリー1台にRs.1,000も出費している家のことを考えたら、月Rs.130前後のわが家は申し訳ない気がします。これも、水道公社の職員がメーターチェックを行なって請求書を家に置いて行きますので、この請求書と登録カードを持って、ジャワラケル動物園の北側にある水道公社事務所に支払いに行きます。これは金額が小さいので、クリシュナに行かせます。早く行くと割引があります。

13. LPガス、家庭用燃料

日本人の家庭では、燃料はLPガスが一般的です。LPガスはインドからの輸入ですが、時々供給が止まりますので、常時2～3本程のボンベをストックしておく必要があります。ナヌさんのガスの使用量は著しいので、1ヵ月1本ペースで使ってしまいます。

KC夫妻は炊事に電気コンロを使用しており、結局電気代を私達が払っている形になっています。ナヌさんの昼食は台所のガステーブルを使わせて料理を作らせています。

14. ガソリン

LPガスやケロシンと同様、ガソリンも全てインドからの輸入です。供給ストップに備えて備蓄が若干必要です。事務所で購入した軍用備蓄缶には20リッター程度入りますので、私達はそれを使っていただけで特にドラム缶で備蓄するようなことはしていませんでした。

ガソリン価格が上がりそうな時、小売店が売り控えをしてスタンドの前に車やテンパーの長い行列ができます。ガソリン情報は運転手や事務所のローカルスタッフの口コミ情報で聞こえて来るので、その度に家内に電話を入れ、ガソリンスタンドに走らされました。但し、私の在任期間中本当にガソリンがなくなって苦労したことはありませんでした。私の車は35リッター入り、これで1週間は持ちます（単身の場合はもっと持つと思います）。一度だけ、客が来ていてゴルカに週末でかける時に丁度ガソリンスタンドが4日間のストをやったことがあります。軍用備蓄缶のガソリンを給油して結局出かけている間にストが解除されました。

15. 備蓄

時々なくなるのは燃料だけでなく、砂糖も品薄になることがよくありました。当面の生活に必要なものは少し多めに買い込み、使い切る前に買い足すようにしましょう。

16. お祭り、休暇

この国はヒンドゥー教徒が大多数を占めます。ヒンドゥー教にはお祭りが沢山あります。その他にも結婚式や葬式等もあり、使用人にそのまま休みを認めていると困った事態にもなります。現在の使用人の勤務条件は前述の通りです。わが家の場合は、これまで使用人で休暇を認めたケースは、クリシュナの病欠2日、結婚式1日、亡くなったお父さんのプジャ1日、KCの結婚式2～3日、亡くなったお母さんのプジャ1日程で、業務にそれほど支障を来し

たケースはありませんでした。彼等は数日前に必ず休暇の希望を持ち出すので、十分対処可能でした。彼等を引き継いでいただけるなら、当面は彼等も私達の時と同じ条件で働いてくれますが、あまり多くなってくるようだと注意が必要です。

私達が不在の場合の出勤ローテーションは前述の通りです。

17. レストランの利用

これもその人の捉え方の問題だと思いますが、娯楽の少ないこの国で、外食は貴重な娯楽の一時だと思います（赴任後暫くは外食は控えろだとか、雨期のレストランは危ないとか言う人もいますが）。私達は、比較的良好に外食をしていた部類で、数えてみたら50件近いレストランのお世話になっていました。それでも最近新しいレストランが次々オープンしていて、残りの任期を考えたら全部食べに行けないのが残念なくらいです。

但し、外食の場合は生野菜と飲み水には要注意。ミネラルウォーターも持ってきてから開封するのでなければ中味を入れ替えて使っている可能性もあり要注意です。後は使っている油が古いケースも多々あるので注意が必要です。

また、ここは大丈夫と思われるレストランでも、久しぶりに食べに行くと「あれっ？」と思うことがよくあります。他の人の情報も聞いたりして、やばそうなレストランは避けるのが賢明です。日本食レストランでも日本人コックの管理が甘いとすぐに味が落ちるので、「ここは絶対大丈夫」というところは残念ながらありません。

地方に行ったりすると、そんな贅沢も言ってもらえず、その辺のドカン（食堂）でダルパートとチヤを飲んだりすることもありますし、農家から振る舞われたキュウリをそのまま食べたりしたケースもあります。まあ、これらは地方に行った時のお楽しみで、私は「もう腹こわしてもいいわ。」と思って平気で食べていました（幸いそれが原因の食あたりは未経験です）。

18. 雨期の注意

雨期には病気が増えますが、その他にも、豪雨に

よる土砂崩れ、家屋崩壊、道路遮断、悪天候による国内線の遅れ、キャンセル、電話の雑音等が起きます。建物の排水溝や敷地の排水には注意が必要です。

できれば雨期の国内出張は避けた方がいいと言う人もいますが、本当に地方の農民の生活が苦しくなるのは雨期、それも雨期の終わりで収穫が終わっていない時期です。従って、私は敢えて雨期の出張はすべきだと考えています。フライトキャンセルや道路遮断はざらですが。

病気の機会も確かに増えます。事務所のスタッフでもこの時期には所謂法定伝染病に罹病するケースが毎年のように起きます。外食もこの時期は控え目にされた方が良くもかもしれません。

19. バンダ、チャッカジャム

バンダ、チャッカジャムはゼネストのことです。政府に反対する政党の呼びかけで実施され、所員は自転車、徒歩による通勤を強いられます。ただ、以前に比べて深刻なバンダは在任期間中には発生しませんでしたし、特に1998年はネパール観光年でバンダを極力抑制するよう努力もなされているので、殆どバンダは起こっておりません。

但し、私の後任の在任期間中には国会総選挙が実施される筈ですので、その前後は確実に危険ですので注意が必要です。

使用人は、住み込みのKC夫妻はともかく、クリシュナは休みにしました。ナヌさんが来てからバンダが起きていないのでなんとも言えませんが、サジャバスしか動かないので休日にしてあげた方が賢明です。

20. 新聞、ニュース、ラジオ

新聞はカトマンズポストの配達を受けています。現在の契約は5月いっぱいとしていますので、後任が着任した後再契約が必要です。クリシュナが場所を知っています。カトマンズポストはあまり面白い新聞ではありませんが、時々我々の生活に関わってくる情報（生活必需品の供給、物価上昇、インドの動き、デモ、スト等）が掲載されるので、注意が必要です。

日本のニュースは事務所のFAX毎日とラジオ日本が最も早く、朝日新聞と読売新聞の衛星版が同日午後後に配達されます。朝日と読売は回覧順で同日中に読めるとは限りません。ラジオ日本は11,860kHzで朝7時45分から日本語放送を開始します。NHKのサテライトテレビが4月頃から受信できるようになるそうですので、興味があったら導入されては如何でしょうか。

ネパールの放送としては、ネパールテレビとラジオネパール、カンティプールFMがあります。テレビでは午後10時に英語のニュースを放送しますが、新聞と同様、国王がどこかの施設の定礎式に出たとか、首相がどこかのセミナーの開会式で何かしゃべったとか、そんなんばかりで、さっぱり面白くありません。カンティプールFMは、ヒンディー映画ご興味のある方には面白いかもしれません。私は好きです。

わが家にはスターTV（衛星放送）が受信可能なパラボラアンテナとチューナーがありますが、ご興味があればケーブルTVの導入をお勧めします。CNNやHBO等がさらに見れるようになります。以前、シャングリラチャンネルという衛星放送の地上中継サービスがありましたが、サネパ地区のわが家の周辺は受信が困難だそうで、3ヵ月程で解約してしまいました。

21. 国内旅行

奥様には申し訳ないですが、単身でいる間にできるだけの国内旅行をされることをお勧めします。特に幼児がいると行動範囲が狭まります。乳幼児連れでなんとなかったのは、ドゥリケル、ルンビニ、ゴルカです。ポカラも多分大丈夫でしょう。乳幼児連れでチトワンはちょっと大変です。ダサイン休暇中にはトレッキングに行くこともお勧めします。

ガイドブックはいろいろ出版されているので、それをご参照下さい。「地球の歩き方」と"Lonly Planet"（英語版）でだいたい十分だと思います。帰任時にはわが家に置いておきます。

22. 野菜の栽培

カトマンズで手に入る野菜はインド、テライ、近隣地域で生産されたものです。種類は割合豊富で、一般的に素材としては日本の野菜よりも美味しいと感じます。ただ、季節と天候に支配されますので、供給は不安定、値段も不安定です。

わが家では家庭菜園を作り、日本から持ってきた野菜を栽培しています。種さえ渡せばKCが面倒見てくれます。アスパラやニンジンほうれん草、大根等の葉を食べる野菜はたいとうまく育ちます。種は日本から持ってくることをお勧めします。

23. 番犬と野良犬

ネパールには犬が沢山います。殆どが野良犬で、飼い犬は少しです。カトマンズで安全に暮らすためには番犬は必需品です。狂犬病やジステンバーの予防接種は定期的に受けさせ、虫下しを飲ませることが必要です。

わが家の番犬は「コテツ」というラブラドルに若干他の血が混じった雑種です。私達が1996年3月に三菱商事の楨川氏から引き継いだ時、コテツは既に3歳でしたので、現在5歳です。いったん家の敷地中に人を入れてしまうと噛みついたりすることは全くありませんが、門の外に人が立っていたりすると猛烈に吠えます。わが家に他の犬を入れると襲いかかります。コテツがいる間は他の犬を飼うことは諦めています。現在26kgの肥満です。でも、時々ニワトリ小屋の卵目当てに侵入してくるムサ（大型のネズミ）を3匹も食い殺しており、やることはやる犬です。

因に、藤井所員宅のレモンはコテツのご子息だそうです。

犬の世話はKCに任せています。殆ど放し飼いですが、ニワトリを小屋から出す場合のみ鎖で繋がります。十分食わせているので、ニワトリを襲ったりはしないとは思いますが。

コテツは時々庭に取り敢えず置いたゴミ袋を食い散らかす悪さをします。そうした時は、思いきり引っぱたいてダメなことをやると知らしめる必要があります。なぜか知りませんが、時々KC達の手洗

い用石鹸をくすねて食べてしまいます。その時は苦笑いで済ませます。因にこの石鹸は支給しているものです。^{#1}

食事はKCに任せていますが、餌（お米やとり肉等）はKCにお金を渡して買いに行かせています。肉がRs.24 x 30 days = Rs. 720で、お米はRs. 102の定額支給です。肉は月初にまとめて1ヵ月分渡しますが、お米はなくなったら（通常1ヵ月弱でなくなる）適宜定額を渡します。

予防接種は、狂犬病とジステンバーを年1回、3月下旬に接種します。虫下しは3～4ヵ月に1回飲ませます。既に3月に両方済ませましたので、次は虫下しを獣医から貰って飲ませることが必要になります。この3月から新しい獣医のところに通うようにしました。クリシュナが場所を知っています。

24. 自転車

わが家には自転車が2台あります。1台はストの際の通勤用マウンテンバイク（もどき）で、もう1台はクリシュナの通勤用の中国製自転車で、私が購入してクリシュナに貸与しております。パンク等の故障の修理は基本的に自己負担ですが、タイヤの交換等大きな修理の場合は適宜判断してこちらが負担することもあります。カッパも貸与しております。万が一彼がカッパを持ってこなかった日の夜に雨が降ったりした場合は、玄関の入り口のところにある緑のトレッキング用レインコートを貸します。

マウンテンバイクはオフロードには向きません。ガタガタ道で泥よけの止め具が壊れたり、空気が抜けたりと、トラブルが頻繁に起きます。使用される前日に念のためにチェックされることをお勧めします。

25. 国際電話、ファックス、E-Mail

わが家の電話は国際電話が可能です。日本への国際電話は1分Rs.120です。さらに電話料金には？%のサービスチャージ、10%の付加価値税と10%の通信税がかかるので、日本からかけるよりも若干高くつきます。通話の品質はまあまあですが、時々混雑デトール石鹸といいますが、これは、KC夫妻が過去に子供を2人亡くしたり、シータが病気になったりと続いたため、念のために殺菌作用の強い石鹸で衛生観念を付けさせるために取った措置です。

線します。

ファックスがあると便利と思い、赴任の際ファックス機を持参しました。さらに、昨年10月よりHIMNET-FAX PROというインターネットファックスサービスにも加入し、1分間Rs.40というレートで日本にファックス送信できるようにしました。これは、電子メールと同じ原理で、国内電話料金（これが殆どただに近い）でプロバイダにアクセスしてファックス送信する仕組みで、1ヵ月5回1分以内のファックスを送信すれば元が取れる計算ですので、私は既に元を取ったと思っています。

さらにインターネットに加入し、電子メールで日本と通信できるようにしております。現在カトマンズにはプロバイダが3社(Merchantile, World Link, Computerland)あり、私達はMerchantileで加入しました。事務所では新井、工藤の両名が加入していますので、手続はお2人に聞いて下さい。はっきり言って便利です。（但し、現在使っているコンピュータは日本に持って帰るつもりなので、電子メールを希望される場合はコンピュータは日本から持参されることをお勧めします。モデムは置いて帰ります。）

電話の話に戻すと、時々変な電話がかかってくる。「カハーパリオ？（そどこ？）」と聞いてきますので、「サネパ！」と答えると「ソーリー」とも言わずに電話を切られます。これは、自宅に電話のないこの国では仕方がないことで、町のそこら中にあるISD、STD等と書かれた電話スタンドから別の電話スタンドにかけたりするケースに起きます。取り敢えず地名で確認してその近所の住民を呼び出す仕組みですが、「カハーパリオ？」と聞いてくる電話は100%間違電話ですので、向こうに電話を切られる前にこちらから切ってしまうと精神的にすっきりします。時々KCの弟から電話がかかってくる。「KCダイ、パウンナ」と言う筈ですので、「エクチン（ちょっと待って）」と言ってKCに玄関口の電話に出させます。

電話料金の請求書は自分で電話公社（NTC）のオフィスに取りに行きます。オフィスはジャワラケルのチベット難民キャンプのちょっと北にあります。クリシュナが知っています。毎月第3～4週頃に請求書が届いています。あまり遅くなると延滞料を加算されるので要注意です。以前は現金で払っていたのですが、最近は何切手で支払っています。金額が大きいので自分で支払いに行きます。これも

登録カードがありますので、請求書と一緒に持って行く必要があります。因に同じオフィスで支払っている筈の加藤調整員は、小切手払いを拒否されたらと憤慨しておられましたが、人によって態度がころろと変わるのがこの国のこの国らしいところです。

単身赴任だとどうしても国際電話の使用頻度が高くなります。私も単身赴任の期間中は1ヵ月平均Rs.20,000～Rs.30,000程度使っていました。

26. 電化製品

ネパールの電源は220V、50Hzです。日本の100V用には変圧器（兼スタビライザー）をかませます。洗濯機、冷蔵庫、冷凍庫、電子レンジ等は必須です。電圧変動に弱い冷蔵庫やテレビ、ビデオ、ラジカセ、コンピュータ、モデム、電話、アイロン等にはスタビライザーをかませています。洗濯機は、購入した先の家でスタビライザーを使っていなかったため、私達も使っていません。

電球はインド製かネパール製で、よく切れます。いつも買い置きが必要です。

私が赴任当初最も困ったのは、ここのコンセントやプラグが何種類もあって、買った電化製品のプラグがコンセントと合わないというケースが頻繁にあったことです。今はアダプターを必要数購入して問題はなくなりましたが、もし家を移る場合は、コンセントの心配は必要になります。延長コードも、220Vのこの国で売られている製品の中には110Vしか容量がないものもありますので購入する際は要注意です。

27. 気候、暑さ、寒さ

カトマンズの気候は、雨期と乾期、冬と夏に分かれます。雨期の直前（5月頃）、雨期の間の晴れ間が続いた時が最も暑くなりますが、慣れれば冷房なしで十分に過ごせます。逆に、最も寒いのは12月から1月にかけてで、特に今年の冬は寒さが厳しく、初めてコートを着て通勤したりしました。昼間は日向に行くと20℃位まで気温が上がっていますが、乾期ですので日陰に入ると寒く感じます。建物は煉瓦やコンクリート製で暖房設備が不備なので、実際の気温は氷点下が殆どないのに、東京にいた時よりも寒く感じるがありました。

日中の紫外線がかなり強いので、帽子は欠かせません。また、私はやろうやろうとっていて結局できなかったのですが、もし眼鏡をかけているならば、絶対特殊偏光レンズのものがいいと思います。眼鏡が不要なら、サングラスは必需品かもしれません。

乾期は10月中旬から5月末頃迄です。この間は乾燥して埃がかなり舞っています。

28. レクリエーション

日本に比べて長い雨期、長い夜の続く冬、娯楽に乏しいカトマンズでの生活を快適に過ごすためには工夫も必要です。スポーツ、旅行、読書等が一般的ですが、その他に私達がやったことを列挙します。

(1) アメリカンクラブ

王宮傍に在留米人向けの保養施設があり、中にはグラウンドやテニスコート、プール、スカッシュコート、レンタルビデオ、歯医者等が入っており、いろいろカルチャー教室みたいな企画を開催していました。会員登録すれば自由に利用できます。また、日本人有志一同で、グラウンドを使って毎週土曜日にソフトボールをやったりしています。私は専らランニングコースでジョギングをしたり、ビデオを借りたり、プールで泳いだりして利用しました。

現在最も積極的に利用されているのは、学校地域保健プロジェクトの村上いずみ専門家です。

アメリカンクラブの他に、わが家の近所にインターナショナルクラブがあります。先にアメリカンクラブの会員登録をしてしまったので、インターナショナルクラブはあまり利用したことがありません。

(2) 習い事

2～3年の在外生活があれば、何かに没頭してその道を極めることができるかもしれません。私達はネパール語と最近ではネパール語手話を習いました。その他には、英語 (American Language Centre) やネパールダンス、楽器演奏等も考えられます。一時エアロビクスにも通ったりしました。

(3) ジョギング、トレッキング

私は日本にいた時からかなり走っていたので、こちらでも時々走っていました。現在の自宅からでしたら、キルティプールやダクシンカリの方面は排気ガスで汚れていないので、ネパールの田園風景を見ながら楽しく走ることができます。

トレッキングはお勧めです。渡辺所長はカトマン

ズ外輪山をかなり登られています。私は、ナガルコットとチャンパデヴィには何度か登ったことがあります。もっとまとめて休みが取れたら、長期のトレッキングに出かけては如何でしょうか。

(4) 映画、レンタルビデオ

私は最近ヒンディー映画が好きになり、衛星放送でもヒンディー映画や映画音楽のチャンネルを好んで見えています。カトマンズ市内で映画館に行ったことはあまりありませんが、地方出張に行ったりすると、夜暇だったら映画館に出かけたりしています。カトマンズ市内では専らレンタルビデオです。娯楽の少ない途上国の場合は、映画の上映時間が3時間強と長く、言葉はわからなくてもストーリーが単純なので、けっこう楽しめます。

折角はまってきたのに、帰国するのが残念でなりません。パーフェクトTVやディレクTVでヒンディー映画のチャンネルはないでしょうかねえ。

(5) ファミコン

これは持ってきて正解でした。赴任前にプレイステーションを購入して、初めてファミコンに足を踏み入れたのですが、ソフトが面白いと滅茶苦茶はまります。気を付けた方がよいくらいです。

藤井所員に譲ろうかとも考えていますが、もしご希望あれば残してゆきます。ソフトは10本強、攻略本も数冊あります。日本に持って帰るとただでも少ない自由時間ももったいないので、ファミコンはネパールで諦めるつもりです。

(6) ハイキング、お花見

盆地の郊外にはピクニックの場所も数カ所あります。ダクシンカリやハッティバン、ドゥリケル、ナガルコット、ゴダワリ等がハイキングに適しています。いずれも車で行けます。

3月から4月にかけてのカトマンズの周囲の標高2,000m以上のところには芍薬 (ラリグラス) が咲き、とても見事です。ダマン峠やプルチョーキ山山頂等が近くてお花見には適しています。あまり人が行きませんが、ダマン峠のヒマラヤのパノラマは見事です。

29. ニワトリと卵

新鮮で安心できる卵のためには、ニワトリを自宅で飼う必要があります。わが家も昨年1月からニワトリを導入しました。クメルタルのネパール農業研究評議会 (NARC) の農場で最初は購入したので

すが、若鶏と言われて買ってみたら全然卵を産まず、その後、シータのバラジューの実家が養鶏業を営んでいたのだからさらに雄鶏1羽と雌鶏2羽を導入しました。この雌鶏はよく卵を産んでくれました。

昨年8月頃になると、雌鶏が卵を抱くようになり、8月末にはヒヨコが10羽誕生しました（うち3羽はすぐ死亡）。9月下旬頃になると、このヒヨコが皆元気を無くして心配しました。1羽が死に、他の6羽も危機に瀕しましたが、バラジューで仕入れた葉を飲ませたところ、元気を取り戻しました。丁度季節の変わり目で、寒くなりつつある季節だったので、ヒヨコには辛かったのかもしれませんが。

その後、ヒヨコが成長した後、若鶏のうち雌鶏1羽を加藤次長宅に譲り、老いて足腰の弱った雄鶏1羽をさばき、さらに3羽いた若い雄鶏のうち2羽を3月上旬にさばきました。現在は老いた雌鶏が2羽、若い雌鶏が2羽、若い雄鶏が1羽です。

ニワトリの餌は、飼料（「ダナ」と呼んでいる）と麦（ゴウン）と、庭の雑草や野菜屑です。ダナは1袋（約50kg）Rs. 605、ゴウンはRs.12/kg（適量を購入）です。必要になったらKCが言ってくるので、KCにお金を渡して、実際にはクリシュナが買いに行くことが多いようです。野菜屑はナヌさんが時々あげてくれています。

ニワトリは毎日2回、朝と夕方に小屋から出して運動をさせますが、見張っていないと金網を跳び越えたり、塀を跳び越えたりしますので、必ず見張りを付けます。通常はKC夫妻のどちらかがやっていますが、暇な時はクリシュナがやらされます。

30. 米

この国では、インディカ米もジャポニカ米も取れます。テライはインディカ米で、丘陵地帯、特にカトマンズ盆地ではジャポニカ米です。田村レストランや藤田農場から日本米を買うことができます。わが家はグルン農場というところに電話して必要な量だけを取り寄せます。宅配サービスです。味はまあまあです。

インディカ米は値段が安く、炊きたてであれば味もまあまあです。カロリーが低く、お腹にもたれませんが。地方に出張に行くとなかなか楽しい食事です。

いずれにせよ、困るのはお米に石が混入していることで、ネパール人のご飯の準備は、必ず竹のざるで米の石取りから始まります。それでも時々食べている最中に「ガリッ！」と来ます。

31. 結婚式

この国の結婚式は、決まった季節の決まった日に行なわれます。招待されることが時々あり、男性ならばお酒程度、女性ならばRs.2,000程度を包んでお祝いに送ります。私は男性の方の知り合いでも現金を包んだりしましたが、通常は夕方からのパーティーで食事が出され、贈り物を渡し、お祝いの言葉を述べて食事をして帰ります。

32. テレビ

ネパールのテレビの方式はPALで、日本（NTSC）とは方式が異なり、日本のテレビ受像機は使えません。ビデオも同じです。わが家のテレビはPALですが、ビデオはマルチシステムになっておりますので、日本から送っていただいたテレビのビデオや、町のレンタルビデオ屋で借りたヒンディー映画のビデオを見ることができるわけです。

33. 泥棒と治安

JICA関係者の間では、これまでに数軒の盗難事件や未遂事件が発生しています。2階で就寝中に1階の窓を破り侵入してテレビ、ビデオ、カメラ、現金等を盗まれた例が起きています。秋のダサインの時期になると皆出費がかさむので、現金が必要になって窃盗事件が頻発します。しかも、最近の傾向として、強盗等凶悪化しつつあるようです。

夜間はカーテンを閉め部屋の様子がわからないようにするとともに、時々寝室の明りをつけておくなどの注意も必要です。所員には無線、メガフォンが安全対策として貸与されています。

家庭内の安全の確保に果たす使用人の役割は重要です。知らない人を敷地内に入れないこと。使用人との信頼関係を保ち、新規で採用する場合でも十分身元の確認ができて信頼できる人物を採用することが必要です。ネパール人の社会は人と人との繋がりで成り立っており、家庭内の使用人との間でもこの

点に十分注意を払う必要があります。

最近、某専門家宅で、明らかに使用人が手引きしたと思われる窃盗事件が起きています。注意が必要です。

34. ネパールタイム

ネパール人はいつも15分程度は約束に遅れると考えた方が無難です。前日にコンファームしたアポすら忘れられたケースがあります。お役所は午前10時始業ですが、時間通りに姿を現わす役人は極めて異例です。アポなど10時に入れない方が無難です。ましてや冬になると暖房のない官庁は寒いらしく、11時や12時になっても役人が姿を現わさないケースもあります。

田舎に行けば、道路が不通、車が故障、知り合いに偶然会った等々の理由で予定がその通り進まないのは止むを得ませんが、カトマンズではそんな理由でなくても遅れます。いらいらしても仕方ありません。これはこれとして割り切っていくしかありません。私達だって、調査団のアテンドの日程がうまく行かなくて、次のアポに遅れるケースだってありますが、そういった場合でも相手方の方はちゃんと待っていてくれたりもします。

勿論、他の先進国や国際機関は時間厳守です。うちのクリシュナが偉いと思うのは、彼は午前8時半からの勤務でも15分は早く来てエンジンを暖めたり洗車したりしてスタンバイすることです。

35. 図書

娯楽のための図書は、事務所会議室奥、JOCVドミトリー、富士レストラン等にあり、貸出可能です。ポカラのJOCVドミトリーにもあります。

タメル地区には、日本語図書の充実した古本屋があり、私はよく利用していました。この本を返却すると半額がリファンドされる仕組みです。時々、誰が持ち込んだかばればれの本を見かけたりもします。

新刊本は、バンコク伊勢丹内紀伊国屋や東京堂書店、シンガポール伊勢丹、高島屋、香港の東急百貨店等で購入できますが、印象としてはどこも似たり寄ったりで、品揃えには少し不満でした。

36. 手作り

豆腐はネパール産の大豆と日本から持ってきたニガリがあればナヌさんが作ってくれます。油揚げもできます。コンニャクも、コンニャクの素とニガリがあれば簡単に作れます。味噌も、麴の素とジャポニカ米とネパール産の大豆で仕込んで約1年でできます（但し、味噌はカトマンズでも入手可能だし、バンコク等に行った際に買えばよい）。ヨーグルトもできます。納豆も美味しくできるようになりました。お饅頭もできます。

なお、ニガリとコンニャクの素はまだ在庫がありますので、今回赴任の際には持参不要と思います。

ナヌさんができない料理も、彼女を藤井所員宅のクックのナラヤニさんのところに修行で送り込んで習わせれば、それなりに作るようになるでしょう。

37. サミットホテルの朝市

毎週水曜日と日曜日の午前中、サミットホテルの中庭で野菜、パン、ソーセージ、ハム、卵を売り出します。値段は少し高めです。新鮮だと言われていましたが、某専門家夫人の話によると、ここで買った卵にはカビが生えていたとかで、新鮮だというのは本当かどうかわからなくなりました。

38. 万能メンバーカード

この国は別の意味でカード社会。メンバーカードを提示したら10%~20%割引でサービスを受けることができたりします。決済は現金です。年会費の支払いがありますが、それでも元が取れる筈です。

次のカードは是非取得されることをお勧めします。

- (1) Peacock Club (Hotel Soaltee Holiday Inn)
- (2) Privilege Card (Hotel Yak & Yeti)
- (3) Summit Hotel Member Card
- (4) Namaste Supermarket^{註2}

また、メンバーカードでなくとも、カトマンズのレストランや地方のホテル等ではJICA割引が効いた

^{註2} 家内のカードがそのまま使える筈なので、着任時に引き継ぎます。

りするところもかなりあり、ダメもとでも「JICAディスカウントある？」と聞いて、なければ制度を作るよう交渉してみると良いでしょう。写真現像等の場合も、量が多い場合は、ダメもとで「ディスカウントしてよ。」と聞いてみましょう。

- | | |
|--------------------|----|
| (1) パファリン又はノーシン | 2箱 |
| (2) 感冒薬（私はパブロン愛用） | 2箱 |
| (3) イソジンうがい薬 | 5本 |
| (4) 浅田飴 | 2缶 |
| (5) キンカン | 2本 |
| (6) ワカ末（正露丸よりよく効く） | 2箱 |
| (7) ミヤリサンA（整腸剤） | 3箱 |

39. 赴任時の準備資金

これ以降は、赴任の準備に関する章です。

東京三菱銀行NY支店に在勤俸振込用ドル口座を開設します。開設資金（この残額を下回ると口座維持手数料が取られる）が若干必要だったと記憶しています。

赴任準備のための物品購入や引っ越し、アナカン発送用資金として金がやたらと必要になってきます。私は増員だったので、海外共済会から240万円の融資を受けました。実際にそれくらい使いました。ただ、休暇一時帰国の頃までに国内俸がかなりたまったので、期限前返済してしまいました。

赴任後に支払いが発生するケースが若干ありますので、誰に引き継ぐかははっきり決めて予め頼んでおく必要があります。

ネパール着任後は、在勤俸が2ヵ月ほど振り込まれない（前払い制度を利用した場合）ので、当面の生活費はT/Cで持参するか、予め在勤俸振込口座に若干の電信送金をしておいた方が良いでしょう。金額としては、私は70万円程度と言われましたが、今は借上住宅制度ができて、自分で家賃を支払う必要がなくなったので、40万円程度でも十分足りるだろうと思います。

40. 医薬品、予防接種

ここでは用心していても年数回は猛烈な下痢や原因不明の頭痛、不可解な虫さされ等に見舞われます。もし心配な症状がある場合は、杉野MCに相談してみてください。

私も赴任前にいろいろ薬を買って持ってきましたが、使わなかった薬が殆どです。現在のストックの状況から見て敢えて追加で持参されるとよいと思われるものを以下に挙げます。

予防接種は、私は狂犬病、破傷風、A型肝炎を2回接種し、6ヵ月後の健康管理休暇の際に最後の1回を接種しました。家内はこれらに加え、B型肝炎も接種しています。乳幼児の呼び寄せ前の予防接種は、日本で出産される頃に家内に聞いていただければ参考になると思います。

41. 日用品

カトマンズで入手可能な日用品はここ数年で随分と増えました。バンコクやシンガポールでの買い出しできれば、ほぼ100%が揃います。

以下に日本から持ってきた方がよい物を挙げます。

- | | |
|----------------------------------|--------|
| (1) 日本の切手（ハガキ、封筒用それぞれ適量） | |
| 切手を貼って、帰国する人に投函を依頼する。 | |
| (2) 顔写真（パスポートサイズ） | 10枚程度 |
| (3) トレッキングシューズ | |
| (4) 黒ネクタイ | |
| 一般論として必要。私のものを置いて帰るので、後任の方は持参不要。 | |
| (5) 下着、肌着の予備 | |
| (6) 湿気取り | 若干 |
| (7) 蚊取り線香 | 2箱程度 |
| (8) 防虫剤（タンスにゴン等） | |
| (9) 蟻キラー | 若干 |
| (10) 蠅取り紙 | |
| 一般論として必要。私のものが残っているので、後任の方は持参不要。 | |
| (9) 円の現金 | 10万円程度 |

次に、これは余分だったと思われるものです。

- (1) 名刺^{註3}

^{註3} 私は200枚作って持参しましたが、最初に大使館に挨拶に行った時に使ったくらいで、後は全く使いませんでした。こちらで英語の名刺を作った方が圧倒的に安いし、早くできます。もし日本で和英両用のを作られるとしても200枚程度に止めた方が無難です。

(2) 靴下^{註4}

他にも何かあるかもしれませんが、思いついたら「〇〇は持っていった方がいいか？」と適宜聞いて下さい。こちらからも思い出したらお知らせします。

- (1) ダシの素（業務用がお得）
- (2) 日本酒（業務用がお得）^{註5}
- (3) カレー粉（お好きであれば。業務用がお得）
- (4) 干瓢（ナヌさんの昆布巻は美味！）

なお、カトマンズで入手可能で持って来るのは無駄と思われるのは以下の品です。

- (1) 醤油
- (2) 小豆
- (3) もち米

42. アナカン

前送アナカンと後送アナカンの2種類があります。JICA職員（専門家は別）は、ケシヤブ所員によると、着任後半年以上経過してアナカンで送っても免税扱いになるらしい（今までならないとずっと思っていました）ので、一時帰国の復路をフル活用することを勧めます。カトマンズ空港到着後、無税通関手続に約1週間かかります。

日本はともかく、ネパールのハンドリングはとにかくひどいです。「ワレモノ」「天地無用」表示などは全くおかまいなしで放り投げます。予め、デリケートなものは同時携行する、自分で嚴重にクッションを詰める等して対抗しましょう。

私は西濃コスモでお願いしました。対応は親切だったのですが、問題は梱包時にいちいち物品リストに金額を書かされたにも関わらず、着任後に受け取った船積書類にはそのリストが添付されておらず、英文タイプされたインボイス兼パッキングリストに再び金額を記載する手間をかけられたことです。こんなことは西濃コスモで頼んだ場合にしか起きません（他の専門家でも100%同じ目に遭っています）。親切な業者ですので、使われる場合は以上の問題が過去に生じていることを指摘して、然るべく対応をするよう申し入れて下さい。因に、家内を呼び寄せる時には、家内が一時勤務していた関係でサークルフレートを使いましたが、上のような問題は起きませんでした。

43. 食料品の持参

前述の通り、値段が高いのを気にしなければ、たいていのものはカトマンズで手に入りますが、以下のものは、日本から持って来られることをお勧めします。分量については、6ヵ月後に健康管理一時帰国の権利が発生することを計算に入れ、適当な量で抑えるとよいと思います。

44. 最後に

今回は非常に慌てて作ったので、カバーできていない点多々あるかと思いますが、以上について質問等ありましたら、電子メールにてご照会下さい。

それでは、Seeyou in Kathmandu!

^{註4} こちらは意外と歩かないので、予備の靴下を大量に持ってくる必要はありません。2～3足で十分です。

^{註5} 私達が持って来たお酒がかなり余っているので、在庫は売りたいと思います。

《補足》その他準備事項

「ネパール生活情報」を作成し、後任の殿川さんに送付した後、追加でいろいろと思いついたことがあり、補足事項として以下にまとめておきたいと思います。書きためておいて、4月中旬頃を目処に殿川さんに送付したいと思います。

この章は、基本的に、「いかに荷物を軽くするか」をテーマに書いてゆきたいと思います（これは持って来た方がよいというも中にはありますが）。私は増員だったので、248kgもアナカンで持って来て当時の所員から驚かれましたが、前任者がいる場合、うまくすればアナカンを使わなくとも超過料金を払って同時携行することができるかもしれません。

1. 辞書

英和・和英辞典については、私が持参したもの（かなり古めですが）があり、新たに持って来る必要はありません。国語辞典と漢和辞典も残していきたいと思います。日本にいてあまり感じませんでした。手紙を書いたりする時、それと子供の名前を考える時、意外と重宝します。

2. ネパール語関係学習書

私が持って来たものや現地で調達したものは、基本的に全て日本に持って帰るつもりです。折角習ったこともあるし、帰る時私のパワーブックにデヴァナガリフォントをインストールして、帰国後、手紙を書いたりする時に使いたいと思っているからです（KCにもクリシュナにもデヴァナガリー文字の方が便利）。従って、ネパール語を勉強されたい場合は、日本から独習書（大学書林のがベター）を1冊購入して持って来られることをお勧めします。

3. 電卓

電卓は意外と頻繁に使います。もし、現在執務で使用されているものがあれば、持参されたらよろしいでしょう。私は前職からの思い入れのある12桁電卓を持っていますが、使い勝手が良いので日本に持って帰ります。私は財務2課からの異動で、経理担当所員の副担当をやらされると予めわかっていたので電卓を持参しましたが、それでなくても執行状況

の確認や前渡資金申請の積算等で電卓はよく使うことがわかりました。

4. 在外赴任の手引き類

在外赴任者オリエンテーション時にはいろいろ各部から配布されると思いますが、殆どの文書は事務所にあるので、携行荷物から除外されることをお勧めします。私も高い金を払ってゆうパックで送ってもらいましたが、結局あまり使いませんでした。

5. 文具類

これも、あまり持って来る必要はありません。文具類入手は当地でも比較的容易です。

6. お土産

所長や所員へのお土産は結構気になるところです。私は渡辺所長が乾き物を肴に事務所内でお酒を飲まれる（勿論執務時間外に）こと、当時の次長が甘い物がお好きだと予め聞いていたので、乾物と甘菓子を適度に織り混ぜて持って来ました。今の加藤次長は乾物でもあればつままれる（酒は飲まれない）ので、乾物一揃えでお持ちになるとよろしいかと思います。着任後、大使館へも挨拶に行きますが、大使館へのお土産持参はご判断にお任せします。因に私は何も持って行きませんでした。すいません。所内酒盛りの件はオフレコでお願いします。私も時々付き合っていて飲んでいますので。

7. 援助関係の本

レファレンス用に携帯したい書籍があれば別ですが、あまり持って来ない方が賢明です。はっきり言って、日常業務で手一杯で読む時間はありませんでした（そのくせ下らない小説や雑誌は沢山読んでいましたが）。

8. ネパール関連の本

既述の通り、「地球の歩き方」最新版はわが家にあります。あとネパール関連書物もいろいろ出版されていますが、私達もかなり日本で買って持ち込ん

でいますので、飛行機内で読まれる書物以外は持って来られない方が賢明です。

9. 結婚の思い出の品

ご結婚の思い出に、いろいろ記念品を持って来たい気持ちは非常によくわかりますが、私達もそれをやって、結局帰りのアナカン荷物が膨らむ原因を作ってしまった。思い出の品ですので、ネパールに置いてきて終いは誰かわけのわからぬネパール人の手に渡るといのはやっぱり嫌ですよね。ここはぐっとこらえて、来るべき日本での生活に備えて日本に残して来られるのがいいと思います。

10. ラジオ

短波放送の聴けるラジオは必須アイテムです。自分が持って来たラジオは、今後どこかの国に出張や赴任で行ったりする時にまた必要になるので、持って帰るつもりです。従って、新しいラジオを持参されるとよいでしょう。高価なヤツでなくても結構、私達は2台持って来ましたが、小さい方がラジオ日本の受信状態が良好でした。それと、カンティプールFMの100MHzが受信できる周波数帯のものが必須です。

11. スポーツ用品

テニスラケット2本とボールは置いて帰ります。ゴルフクラブセットも親父が使っていたのを引き継いで日本から持って来ましたが、かなり古い（この国にはお似合い？）ので、帰任の時にバンコクで新しいセットを購入しようかと考えています。従って、ゴルフセットは一式あります。但し、私のシューズは26.5cmなので、もし使われるのであれば置いて帰りますが、そうでなければ新しいシューズは持って来られた方が良いでしょう。

12. 光学機器

カメラは必須です。当然私達は自分達のカメラは持って帰ります。意外と便利だと思ったのは8mmビデオカメラです。私達が持って来たわけではありませんが、私達は加藤次長からカメラを借りて、地方に旅行に行く時や子供の成長を親に知らせるのに

時々使いました。ビデオカメラからコードで繋いで、わが家のテレビで再生したこともあります。デジカメはちょっと時期尚早だと思います。

使い捨てコンパクトカメラもかなり持って来ましたが、これは意外と使いませんでした。今でも考えられる使い方といたら、車のダッシュボードに入れておいて、万が一接触事故が起きた場合に当て逃げした車を写真に収めるとか、事故の状況を後で説明できるよう現場の写真を撮るとか、そんな使い方しかありませんでした。

13. クレジットカード

在外赴任は良い機会だったので、いろいろなクレジットカード類を軒並み処分しました。残ったのは2枚だけです。それも、ネパールでは利用頻度ゼロで、専ら任国外旅行の時しか使いません。

14. 車輛部品

愛車をこちらに運ぶ時、スペアパーツを若干一緒に運びました。既述の通り、こちらでは年1回排ガス検査が義務付けられており、検査の前にパーツを交換して万全に備えました。以下が日本から持参したパーツ類です(番号はトヨタ純正パーツの品番号)。

・オイルフィルター	No. 90915-10002
・燃料フィルターセット	No. 23300-19295
・エアエレメント	No. 17801-15070

その他、リアランプの電球を数個追加で送ってもらったことがあります。これは少し余っているもので、今すぐに必要なことはありません。また、すぐに必要なことはないでしょうが、左前輪のショックアブソーバーは予備があります。これら純正パーツは、知り合いの中古車ディーラーにお願いして調達してもらいました。

15. 衣類

現在ご検討されている衣類があったら、スーツ、ワイシャツも含めてその分量の7～8割を目安に日本に置いて来られることをお勧めします。衣類はけっこうかさばりますが、KCが毎日きちんと洗濯してくれるので、少ない衣類の使い回しができます。また、ワイシャツも洗濯してアイロンかけまでしっ

かりやってもらえるので、意外と1週間分程度のワイシャツで済んでしまったような気がします。勿論私が仕事着に無頓着だということもあるかもしれませんが。私の場合は赴任時に家探し使用人探しをせねばならなかったので、洗濯の頻度が少ない可能性も考えて多めに持って来ました。

靴も同様です。私も沢山靴を持ってきた割には使わなかった靴も結構あります。私の体格はネパール人に比べて大きいので、簡単にネパール人に売るわけにも行かず、結局持って帰る荷物を増やしただけに終わったような気がします。

16. その他電化製品

処分物品リストには掲載しませんでした。ヘアドライヤーは残して行きます。1995年に購入したものですので、敢えて値段は付けません。アダプター類も置いて帰ります。

こちらに来て電気シェーバーを使うようになりました。従って、持っているシェーバーは比較的新しく、衛生面から見ても譲渡は得策ではないと判断し、持って帰ることにします。