

Pal

～仲間



2025
Summer Edition
Vol.126

2025年(令和7年)6月30日発行

行ってみたいな あの店・この店「カトマンズマート」.....	1
外国人市民インタビュー「スヌワル ハルカさん」、新店舗情報.....	2
「大和市プレススクール」開催しました、外国人ママの広場.....	3
公益財団法人 大和市国際化協会からのお知らせ	4

発行 ■ 公益財団法人 大和市国際化協会
〒242-0018 大和市深見西1-3-17
市民活動拠点ペテルギウス北館1階
TEL 046-265-6051 FAX 046-265-6052
URL : <https://www.yamato-kokusai.or.jp>
Email : pal@yamato-kokusai.or.jp

行ってみたいな
あの店・この店
カトマンズマート



今回の「行ってみたいなあの店・この店」はインドやネパールの食材を扱うカトマンズマートのご紹介です。来日19年目のオーナー スヌワル ハルカさんが経営するお店は大和駅から徒歩3分、大通りから少し入ったところにあります。

店内にはカレー作りに欠かせない様々なスパイス、味が気になる現地の調味料、ネパールで人気のスナックなど、日本のスーパーで見かけることのない商品が陳列されており、まるでネパールにいるよう。商品を見ているだけでも楽しかったです。

ハルカさんに売れ筋商品を聞いてみると「スパイス！」と即答。やはりカレーには欠かせないスパイスが人気のようです。全体の8割がネパール人のお客さんで母国の味を求め来店するほか、多くの日本人も買いに来るそうです。

「インド料理と比べて、ネパール料理は野菜を多く使うのでとてもヘルシー。ネパールではナンはあまり食べず、お米と一緒にカレーを食べますよ。ネパールといったら家庭料理「ダルバート」(豆のスープ、お米、カレー、漬物などがセットになった定食)が有名です！」とネパール料理に馴染みのうすい私にも丁寧に説明してくれました。

おうちでネパール料理を作ってみようかな?と思った方はぜひカトマンズマートへ。ネパール料理全般が得意のハルカさんにレシピを聞きながら、買い物を楽しんでみてはいかがでしょうか。



《住 所》大和市大和東3-3-3
《営業時間》月・火・木・金・土・日
9時30分～20時30分
《定休日》水曜日
《電 話》080-3581-9939

外国人市民インタビュー

スヌワル ハルカさん

今回は「行ってみたいなあのお店・この店」でもご紹介したインド・ネパール食料店「カトマンズマート」のオーナー スヌワル ハルカさんにお話を伺いました。



ネパールの首都カトマンズから東へ250キロに位置する山岳地 オカルドゥンガ郡出身のハルカさんは、現地の大学で日本語を学び、その後ひょんなことから日本へ来ることになりました。

「ネパールでトレッキングガイドをしていたとき、日本からのお客さんを連れてエ

ベレストへ行ったんです。途中、グループの一人が体調を崩し、私がお客さんと残って面倒をみることになりました。色々と話している中で、“あなたは日本人に顔がよく似てるから、日本に来たら？”と言われたので、来日しました！」ときっかけを話してくれました。

横浜にある日本語学校で学ぶために来日し、新生活を始めたハルカさん。「当時は“教科書で学んだ日本語”しかわからず、話し言葉は同じ留学生同士で学びました。あまり知られていないかもしれませんが、日本語の発音はネパール語と似ているんですよ！」と話してくれました。そして、学生生活を送りながら、居酒屋や大手ハンバーガーチェーン店の厨房でアルバイトを経験し「飲食業の仕組み」を独学したそうです。

当初は数年でネパールへ戻ることを予定していたハルカさんですが、語学学校卒業後はカレー屋を手伝ったり、経営することに。しかし、これまでの経験では不十分で、経営はうまくいかず・・・

「長期的なゴールをもたず、先のことを考えていなかったのが原因だと思います。飲食業を簡単に捉えていたので、経営に失敗しました。この時が一番大変でした。お金がなく、新しい仕事の面接に行きたいけど、交通費がない・・・という日々で、ネパールの友人にサポートしてもらい、何とか乗り切りました」と当時を振り返って話してくれました。そんななか、大和市に引っ越してきたのが大きな転機となります。

一時期、大和市内の専門学校で勉強していたこともあり、

馴染みのある大和市へ戻り、2017年3月インドやネパールからの輸入食材を扱う「カトマンズマート」をオープンさせました。「ネパール人、日本人に限らず、いろんな人に来てほしい」という思いで、ハルカさんは日々店頭に立って、流ちょうな日本語で接客しています。

そして現在は4歳の男の子を育てるお父さんでもあるハルカさん。「いまでもネパールでは家庭の事情で多くの子どもたちが学校へ行って勉強することができないんです。お金があれば学校へ行けますが、家の手伝いをするために学校へ行けない子がいるんです。日本ではみんな学校に行けるのがいいですね。」「日本での子育てはネパールと比べて、“安心感”が違います。保育園の先生が子どものちょっとした変化に気づいてくれ、親に教えてくれるので、毎日安心して預けられます。少し気が早いですが、子どもの小学校についています」とネパールの教育事情や日本での子育てについて話してくれました。

また、日本での生活全般について質問してみると・・・「19年も日本に住んでいるので、私自身とくに問題なく生活できていますが、来日した直後の外国人にとって、日本のゴミ出しルールは少し難しいかもしれないですね。ルールに沿って分別はできますが、回収日がわからないなど、ちょっとした情報が伝わっていないように思います」とよく聞く“ごみトラブル”についても自身の経験を話してくれました。

お店の経営、子育てで忙しい中、新たなプロジェクトも進行中。5月には銀座通りにネパールの家庭料理屋さんをオープンさせる予定で、現在は内装工事などで大忙しです。多くの人にネパールの味を楽しんでほしい！とメニュー開発に取り組む中。辛さの調整ができるカレーや、野菜たっぷりでもヘルシーなネパール料理を提供する予定です。

最後に今後の目標を聞いてみると「もっと事業を拡大して、雇用を生み出し、大和市に貢献したいです！」と熱く語ってくれました。頭の中にはすでに様々なアイデアが浮かんでいるようで、ワクワクしながら話をする姿が印象的でした。様々な困難もプラスに変えるエネルギッシュなハルカさん。これからの活躍が楽しみです。（取材：2025年4月）

新店舗情報

カトマンズ ヴィヤンジャン

外国人市民インタビューでも話題に出たネパールの家庭料理屋「カトマンズ ヴィヤンジャン」が5月10日にオープンしました。

「ヴィヤンジャン」はネパール語で「たくさんのおいしいもの」という意味だそう。ランチ時にはネパール料理の定番「ダルバート（定食）」を楽しむことができます。壁にはエベレストがかたどっており、ネパールを感じることができますよ。



【住 所】大和市大和南1-5-5 C. L. A. Yamato地下1階
 【営業時間】11時～22時
 （ランチL.O. 14時30分・ディナーL.O. 21時30分）
 【定休日】なし
 【電 話】046-240-6243

「大和市プレスクール」を開催しました

2024年12月から2025年3月まで、シリウス(大和市生涯学習センター)とIKOZA(渋谷学習センター)にて「大和市プレスクール」を開催しました。

それぞれ18回にわたり開催されたプレスクールでは、「基本的なあいさつ」や「天気の違い」からスタートし、「ひらがな・数字の読み書き」などを学び、「椅子に座って先生の話の聞く」「順番を守る」といった学校生活やルールに慣れるための準備をしました。

「買い物ごっこ」のアクティビティでは、子どもたちが折り紙や廃材で作したスイーツなどを商品として陳列し、売り買いを行いました。順番に「お客さん」と「店員」役になり、お釣りの扱い方や現金(各自作成した小銭と札)での支払いを体験し、社会のルールや日本語でのやり取りを学ぶ機会となりました。

プレスクール開始時にはひらがなの読み書きができない子もいましたが、3か月後にはゆっくり読めるようになったり、しっかり書けるようになっていました。また、プレスクールの参加がきっかけとなり、私生活でも自信を身に付けて、日頃通っている幼稚園で積極的に友だちと遊ぶようになった子もいたそうです。そしてクラス終了時には先生との別れを名残惜しむ子も。毎回プレスクールを楽しみにしている様子が感じられました。

多くの参加した子どもがこの4月に小学校へ入学しました。プレスクールでの学びや体験が新しい環境でも生かされ、学校生活を楽しんでほしいと願っています。



鉛筆の正しい持ち方を確認しました。



廃材を使って「買い物ごっこ」の商品を作成しました。



数字の書き順をおさらいしました。

身近にいる外国につながるのあるママにも共有ください！

毎月第4水曜日は「外国人ママの広場」！



毎月第4水曜日、外国につながるのあるママ・子どもが集まる場「外国人ママの広場」を開催しています。「保育園に入れるには、どうすればいい?」「子どもの発達について相談したいけど、どこに行けばいい?」「ママ友が欲しい!」など、疑問や悩みをざっくばらんに話し情報交換する場です(事前予約不要)。

皆さんの周りに外国につながるのあるママがいれば、ぜひ「外国人ママの広場」をご紹介ください。子連れ参加もちろん大歓迎です。

〇日 時：毎月第4水曜日 11時～13時

〇場 所：市民活動拠点ベテルギウス北館 国際交流サロン

〇持ち物：ランチ・飲み物

今後の予定

2025年度

7月23日 8月27日 9月24日

10月22日 11月26日 12月24日

1月28日 2月25日 3月25日

公益財団法人 大和市国際化協会からのお知らせ

9:00~16:00 ベトナム語
10:00~13:00 タガログ語
10:00~13:00 中国語
9:00~17:00 スペイン語

日	月	火	水	木	金	土
		1				5
		ピクアツ! ほうかごきょうしつ 毎週火曜日 7月は1日・8日・15日のみ実施です。				
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
		20	21	22	23	24
		ピクアツ! 夏休み子ども教室 7/22~26				
27	28	29	30	31		
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21		
					ピクアツ! 日本語教授法ブラッシュアップ講座 第1回	
24	25	26	27	28	29	30
		2	3	4	5	6
		ピクアツ! ほうかごきょうしつ 毎週火曜日		ピクアツ! にほんごをはじめよう第3期 9/2~10/28		
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				
					ピクアツ! 日本語教授法ブラッシュアップ講座 第2回	

土曜開庁日 【毎週火曜日】 ほうかごきょうしつ(午後4時30分より)

ピクアツ!

- ①開催日時 ②場所 ③費用 ④内容 ⑤講師
- ⑥対象 ⑦定員 ⑧申込方法

日本語スピーチ大会聴講者募集
 日本語スピーチ大会の聴講者を募集しています。
 ①7月13日(日)午後1時から4時 ②桜丘学習センター
 ④日本語スピーチの発表 ⑥どなたでも ⑧聴講を希望される方は、直接会場へお越しください。

にほんごをはじめよう(日本語教室)第3期
 ①9月2日(火)~10月28日(火)(全8回)10時~12時 ②市民活動拠点ベテルギウス北館 ③3,000円(テキスト代含む) ④これから日本語を勉強したいと考えている人が、日本語を勉強するための準備をします。 ⑤中かずみ先生 ⑥日本語を初めてつかう人、日本語をもう一度最初から学びたい人 ⑦10名程度 ⑧直接またはメール・電話でお申込みください。

夏休み子ども教室ボランティア募集
 外国につながる子どもたちの学習をサポートする「夏休み子ども教室」で子どもたちの勉強をみてくださるボランティアを募集します。都合の良い日を選んで、申し込みフォームまたはメールなどでお申し込みください。
 ①②7月22日(火)、23日(水)、24日(木)、25日(金)9時30分~11時30分 市民活動拠点ベテルギウス北館
 7月24日(木)、25日(金)、26日(土)9時30分~11時30分 KOZA 3階(渋谷学習センター) ③協会規則に基づき、交通費を支給します。 ④小・中学生の学習支援 ⑥高校生以上 ⑧申し込みフォームまたはメールなどでお申し込みください。

日本語教授法ブラッシュアップ講座 参加者募集
 外国人市民が増えるにともない、人々の意識や社会の仕組みが今までにない速度で変化しています。市内でも、さまざまな使用者が話す多様な日本語が聞かれるようになりました。2回の講座を通して、こうした変化の中で日本語を学ぶ合うために必要なことについて考えます。(初回は、すべての登録ボランティアを対象に実施します。)
 講師：武威野大学 教授 志賀玲子氏
 費用：無料
 会場：市民活動拠点ベテルギウス北館
 直接またはメール・電話でお申込みください。

第1回：「ボランティアのための多文化共生入門」
 外国人市民と接するボランティア活動をするうえで、知っておきたい「多文化共生」について学びます。
 日時：8月30日(土)13:30~15:30
 対象：外国人市民と接するボランティア活動に参加している方

第2回：「ともに暮らすための日本語とは～さまざまな日本語を受け入れよう」
 日本語の多様性を尊重しながら日本語を教えることについて、講師に学びます。
 日時：9月27日(土)13:30~15:30
 対象：外国人市民に日本語を教える活動をしているボランティアの方

■公益財団法人大和市国際化協会
 〒242-0018
 神奈川県大和市深見西1-3-17
 市民活動拠点ベテルギウス北館1階
 Tel: 046-265-6051
 Fax: 046-265-6052
 Email: pal@yamato-kokusai.or.jp
 https://www.yamato-kokusai.or.jp
 受付時間 月・水・金 第1,3土曜日
 8:30~17:00
 火・木 8:30~20:15



「ほうかごきょうしつ」のコーディネーター募集
 協会では毎週火曜日午後4時30分から6時30分まで、市民活動拠点ベテルギウス北館にて、外国につながる子どもたち(小学生~高校生)を対象とした「ほうかごきょうしつ」を開催しています。現在、協会スタッフと一緒に運営して下さるコーディネーター(協会規則に基づき、交通費支給)を募集しています。
 質問・ご興味のある方は、協会までお問い合わせください。
 ○コーディネーターの役割(例)
 ・子どもとボランティア(教える人)のマッチング
 ・ボランティア(教える人)との情報共有
 ・子どもたちの日本語レベルに沿った教材選び
 ・進級・卒業祝い、クリスマスパーティーなど催しもの企画・開催サポートなど