



NPO法人日本アジア球友団ラリグラス 広報誌



# CLUB LALIGURANS

2024年度号 2024年12月25日発行



## 活動25周年(1999-2024)

アジアをつなぐ協働の送りバント





# 活動25周年 日本ネパール スポーツ交流プログラム2024-2025

## プログラムの趣旨

「カラダを動かす楽しさを感じてもらい、スポーツ人口増に繋げていく」

当団は1999年9月に活動を始めて本年で25周年を迎えます。これを記念して、当団では2024年9月から2025年9月の1年間に渡り「活動25周年 日本ネパール スポーツ交流プログラム2024-2025」と題した活動を展開しています。

このプログラムでは、カラダを動かすことを軸にして、日本とネパールの友好を促進するとともに、ネパールの人々がスポーツに関心を持ち、スポーツに親しむきっかけ作りを目指しています。

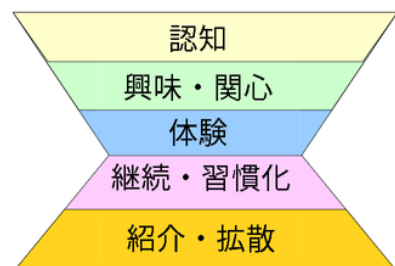


ネパールのスポーツ事情

一般市民がスポーツをする機会に乏しい

- ・学校での体育の授業が（少）ない。
- ・グラウンドなど手軽にスポーツができる施設が少ない。
- ・野球など、種目によっては道具が無い。

スポーツに触れる機会も少ないので、  
スポーツに関心を持ちにくい。



カラダを動かす楽しさを感じてもらい  
スポーツ人口増に繋げていく

### ■ネパールでのスポーツ人口の増加

- ・多くの人に関心を持ってもらうための体験づくり
- ・人々の健康増進への貢献

### ■在日外国人との連携

- ・増加する在日外国人とのスポーツを通じた交流で相互理解
- ・在日外国人の暮らしやすい環境づくり
- ・地域の活性化

SPORT  
FOR  
TOMORROW

## SFTアクション+（プラス）

「ネパール野球25周年日本ネパールスポーツ交流プログラム2024-2025」はスポーツ・フォー・トゥモロー・コンソーシアム（SFTC）の会員等事業支援プログラムである「SFTアクション+（プラス）」の対象事業となっています。「SFTアクション+（プラス）」は本年から始まったSFTCの会員支援プログラムで、今回は当団を含め6団体が採択されております。



スポーツ・フォー・トゥモロー（SFT）は、スポーツを通じた国際交流・協力を通じて、開発途上国をはじめとする世界のあらゆる世代の人々にスポーツの価値やオリンピック・パラリンピック・ムーブメントを広げることをめざした取り組みです。10月25日（金）大阪市内でスポーツ・フォー・トゥモロー交流会が開催され、当団も事例発表を行いました。

## 主な取り組み内容

### カトマンズ・マラソン → 5 ページ参照

2024年9月28日（土）に開催されたネパール最大級のスポーツイベントであるカトマンズ・マラソンに当団会長の小林洋平が外国人招待選手として出場いたしました。



### 大阪マラソン → 4、6 ページ参照

2025年2月24日（月）に西日本最大のマラソン大会である大阪マラソンが開催されます。この大会に合わせてネパール野球ソフトボール協会の役員が来日し、マラソンに出場いたします。



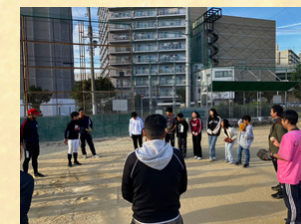
## ネパールでのスポーツ体験会 → 8 ページ参照

普段スポーツをする習慣が無いネパールの市民の皆さんがスポーツに親しむ機会を作るためのスポーツ体験会を開催します。この体験会では野球の要素も取り入れた簡単な運動を市民の皆さんが実際に体験します。



## 在日ネパール人とのスポーツ交流会 → 9 ページ参照

現在、日本には20万人以上のネパール人が住んでいます。当団ではスポーツを通じてこれらの在日ネパール人と日本人の交流の活動にも尽力しています。その一環として、在日ネパール人と日本人と一緒にスポーツをする交流会を実施いたします。



## シャクナゲ交流 → 10 ページ参照

当団では、昨年より福島県とネパールの野球を通じた国際交流活動である「シャクナゲ交流」を開始いたしました。ネパールの国花と福島県の県花がともにシャクナゲであり、ネパール野球ソフトボール協会の役員が福島県を訪れるなど、福島県の人たちと交流を図ります。

※シャクナゲはネパール語で「ラリグラス」です。

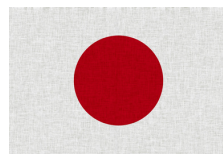




# 活動25周年 日本ネパール スポーツ交流プログラム2024



## 大阪マラソン2024



2024年2月25日(日)に「大阪マラソン2024」が開催されました。大阪マラソンは、2011年に始まった西日本最大、全国でも東京マラソンに次ぐ規模の都市マラソン大会です。

大会当日は、あいにくの雨天の中のレースとなりましたが、出場した約3万2千人のランナーが大阪市内を力走いたしました。

### チャリティプログラム

大阪マラソンはチャリティがひとつの大きなテーマとなっています。大会では様々な形での寄付が行われ、集められた寄付金はチャリティ寄付先団体へ寄付されます。当団は今大会で初めてこの寄付先団体に選ばれました。

#### ■大阪マラソンEXPO

大阪マラソン2024の前日と前々日には「大阪マラソンEXPO2024」が開催され、当団もチャリティ寄付先団体としてブース出展いたしました。



### チャリティーランナー紹介

永田 悠哉 様 中村 光宏 様  
重田 大輝 様 鈴木 秀利 様  
赤松 弘章 様 小林 洋平 様

※6名中5名のランナーが完走いたしました。

当団への寄付金総額は

**582,580円**

ネパール国内での野球大会開催費用に充てさせていただきます。

ご協力いただきました全ての皆さまに  
心より感謝申し上げます。

Thank You

大阪・関西万博2025の出展にも活用いたします

#### ■当団役員の記録

- 重田大輝 5時間34分13秒
- 小林洋平 6時間00分44秒
- 赤松弘章 6時間25分36秒
- 鈴木秀利 途中棄権

14ページ参照



## 第16回カトマンズ・マラソン

2024年9月28日(土)にネパールのカトマンズで「第16回カトマンズ・マラソン」が開催されました。カトマンズ・マラソンは2007年に始まったネパール最大のシティーマラソン大会です。大会ではフルマラソンのほか、ハーフマラソン、5km(学校、マスターズ、オープン)、3km(家族、オープン、車椅子)のレースも行われ、国内外から毎年多くのランナーが参加しています。

大会当日は、1970年の観測開始以来過去最大雨量を観測し、大雨洪水警報が発令されるほどの豪雨の中での大会となりました。コースの一部が冠水するなどの悪コンディションの中で、外国人59名を含む約3,000人のランナーがカトマンズの街を走りました。※ランナー数は大会前日発表人数



### 当団会長が出場 3時間23分56秒、全体の第12位(外国人3位)で完走!

(小林洋平会長、レース後のインタビューから抜粋) 2月に出場した大阪マラソンをきっかけに、毎日ランニングの練習をするようになりました。今回2度目のフルマラソンでしたが、前回より2時間30分以上タイムを短縮することができました。大雨のせいか、何も考えることができずただ前だけを見て走り続けていたのですが、42kmが短く感じるほど気がついたらゴールしていました。途中ロシアの方とネパールの方と3人で励ましあいながら走行している区間があったのですが、スポーツを通じた国際交流は本当に素晴らしいなと改めて感じました。引き続きトレーニングをして、更に自分自身も成長していきたいと思います。



### ネパールオリンピック委員会

第16回カトマンズ・マラソンの大会委員長は、ネパールオリンピック委員会のニレンドラ・ラジ・シュレスタ事務局長が務めています。

大会の前日、当団およびネパール野球ソフトボール協会の役員がネパールオリンピック委員会シュレスタ事務局長を表敬訪問し、両国のスポーツを通じた取り組みと、当団の今後の構想について意見交換いたしました。

なお、オリンピック委員会表敬訪問と小林会長のカトマンズマラソンの結果についてインターネットニュースで報道がありました。







# 活動25周年 日本ネパール スポーツ交流プログラム2025



## 大阪マラソン2025

2025年2月24日(日)に「大阪マラソン2025」が開催されます。当団は2024年に引き続き、チャリティ寄付先団体に選出されました。今大会のチャリティ寄付先団体は31団体です。

また、チャリティプログラムの一環として、支援したいチャリティ寄付先団体を選択し、7万円以上の寄付を集めることを条件に出場権を得るチャリティランナーが出場いたします。当団からは6名のチャリティランナーが出場いたします。

### チャリティランナー紹介

今回の大会は、「活動25周年 日本ネパールスポーツ交流プログラム2024-2025」の一環として、当団の在ネパール役員でもある3名も来日し、マラソンに出場いたします。



Schulman Jonah 様



イリノイ州在住



Kobayashi Yohei 様



大阪市在住



Thapa Iswor 様



大阪市在住



Thapa Roshan 様



バクタプル市在住



Neupane Dipak 様



ラリトプル市在住



Bhujel Nawaraj 様



ポカラ市在住

### GIVE SUPPORT ご寄付のご案内

当団へのご寄付は右記にある大阪マラソンのエントリーサイトで受け付けております。

いただいたご寄付はネパールでの野球大会開催のためなどに使わせていただきます。継続的に大会を開催できることで「目標」を持ち、練習に励むことができます。

皆様の温かい応援をお待ち申し上げております。



詳細はこちら



## サブ3 チャレンジプロジェクト

体重84.3kg体脂肪26.5%のランニング素人による

～カラダを動かす楽しさを世界に伝えよう～

### プロジェクト概要

25周年プログラムの活動に、小林洋平会長が自ら率先して取り組む

2024年2月に初マラソン。6時間で完走。  
25周年のため、25年前の体重に戻すべく毎日トレーニングを実施。  
5月には月間1,000kmを走り、7月に体重22kg減  
(84.3kg→62.2kg 体脂肪9%)で、結果25年前の体型に戻る。

その後、2024年9月28日(土)カトマンズマラソン当日までに  
日本とネパール間の距離、3,488kmを走破し、カトマンズマラソンでは全体12位・外国人3位の成績を残した。

### プロジェクトの経過

- ・8月から上平コーチ(元天理大学陸上長距離部主将 JRCみはら監督)指導の下、トレーニングを実施。尼崎ナイトランナーズ練習会にも参加
- ・10月30日(水)、10km走で40分を切る(1km3分58秒)
- ・11月股関節を故障し、別メニュー調整。水中トレーニングが中心となる
- ・12月カラダのメンテナンスをしながら、サブ3に向けたトレーニングを再開

#マラソン好きな人と繋がりたい

#熱い応援よろしくお願いします

2024年2月25日(日)  
大阪マラソン2024  
6時間00分44秒

2024年9月28日(土)  
第16回カトマンズマラソン  
3時間23分56秒

目指す姿  
2025年2月24日(日)  
大阪マラソン2025



体重84.3kg



体重64.3kg



サブ3

2.59.59



みんなでかける虹。



までに

目指せ!

カトマンズ～大阪間  
4,870kmの完走!



現在の進捗はこちら





## ネパールでのスポーツ体験会

### 体を動かす楽しさを 体験しよう

2024年9月28日（土）にバクタプルのチャン  
グナラン地区でスポーツ体験会を開催しまし  
た。この体験会は普段スポーツをする習慣の無  
いネパールの市民の皆さんがスポーツに親しむ  
機会を作ることを目的に開催したものです。

体験会には約30名の地元市民が参加いたしま  
した。当日は、あいにくの雨のため、当初の予  
定より縮小されたプログラムとはなりましたが、  
体験会ではランニングやボールを使ったゲー  
ム等を行いました。参加者からは「普段、ス  
ポーツをする習慣は無いが、毎日スポーツをし  
たい」といった声を聞くことができました。



### 侍ジャパン・世界の野球

このスポーツ体験会  
については、侍ジャパ  
ン公式ウェブサイトの  
コラム「世界の野球」  
でも紹介しています。



## アジアスポーツ交流会

### 外国人と スポーツで交流しよう

2024年11月23日（土）に大阪市の磯路中  
央公園運動場で「アジアスポーツ交流会2024  
in 大阪」を開催いたしました。

このスポーツ交流会は、子どもたちが外国  
人と一緒にスポーツをして楽しみながら国際  
感覚を身につけることを目的としています。

当日は子どもたちやネパール人など外国人  
が合わせて30名以上が参加。野球の要素を取  
り入れた運動のほか、ボールを使ったゲーム  
などを一緒に楽しみ、交流を深めました。



## 在日ネパール人による フットサル大会 BFC LALIGURANS CUP



2024年9月29日（日）に大阪市のFABフットサルパークで  
ネパール人によるフットサル大会「4th BFC LALIGURANS  
CUP 2024」が開催されました。大会には全国各地から300  
人を超えるネパール人が集まり、熱戦を繰り広げました。

この大会は2021年から始まった大会で、当団理事のアル  
ジュン・スレスタ氏が会長を務める弁天町フットボールクラ  
ブ（BFC）が主催しています。



# ネパール - 福島県 シャクナゲ交流



## シャクナゲ交流とは

「シャクナゲ交流」とは、福島ベースボールプロジェクト（FBP）と当団が進めている野球を通じたネパールと福島県の交流活動です。

「シャクナゲ交流」は、2021年にネパールがキャッチボールクラシック国際大会（CBC大会）に参加した際、ネパールの国花と福島県の県花がともにシャクナゲであることを知ったことから始まりました。これに加え、福島県は2011年に東日本大震災、ネパールは2015年の大地震とともに震災からの復興を経験するなど福島県とネパールには繋がりがあることから、CBC大会の主催者のひとつであるFBPとの間でネパールと福島県の交流活動を進めようという構想が持ち上がり、2023年のCBC大会の際に「シャクナゲ交流宣言」がなされ、活動が正式に始まりました。



## ネパール野球ソフトボール協会 役員らが福島県を訪問



2023年に正式にスタートを切ったシャクナゲ交流ですが、その一環として2024年9月にネパール野球ソフトボール協会（NBSA）の役員ら4名が来日し、福島県楢葉町で開催されたキャッチボールクラシックの大会に参加したほか、福島県内の各所を訪れ交流活動などを行いました。



## オンライン キャッチボールクラシック 国際交流大会 in 福島



9月15日（日）「キャッチボールクラシック福島県大会」および「オンラインキャッチボールクラシック国際交流大会 in 福島」が開催されました。

小中学生による福島県大会では、NBSAのディパック・ネウパネ会長が開会式で来賓として挨拶。また、エキシビションとして大人のチームによる競技も行われ、NBSAの役員らも自らプレーいたしました。福島ベースボールプロジェクト様をはじめ、大会関係者各位に感謝申し上げます。



### いわき市役所



### いわき市立江名中学校



### 鶴ヶ城



### 野口英世記念館



### 猪苗代湖







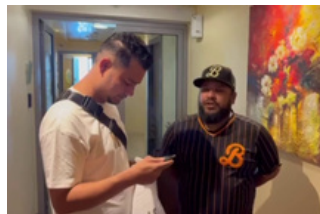
# 活動25周年 日本ネパール スポーツ交流プログラム2024-2025



## 中東、南アジアのスポーツ事情

2024年11月、「Baseball United Arab Classic」（後述）が開催され、中東と南アジアの9か国が参加しました。中東や南アジアの国々は日本に比べると野球の歴史は浅いですが、野球以外のスポーツが盛んだり、スポーツをする環境であったり、各国のスポーツを取り巻く状況は異なっています。

今回の大会にはネパールも参加しましたが、ネパール代表チームに帯同した当団理事長のタパ・イッソーが参加各国の選手やコーチなどにインタビューして各国のスポーツ事情について聞き、ネパール野球発展のためのアドバイスをいただきました。ここでは、その一部をご紹介します。



### どんなスポーツが盛んですか。

- 【UAE】サッカー、クリケット
- 【バングラデシュ】クリケット、サッカー
- 【インド】クリケット
- 【サウジアラビア】クリケット
- 【スリランカ】クリケット、バレーボール



ネパールのクリケット場

ネパールもそうですが、どの国でもクリケットが盛んで、プロリーグがある国もあります。UAEのコーチによると、クリケットが盛んな理由はよく分かりませんが文化的なことだとのことです。また、サッカーはヨーロッパの影響がありそうだとのことです。

### 学校でスポーツをする習慣はありますか。

【UAE】全ての子どもたちが学校でスポーツをしています。アメリカンスクールでは野球もしています。

【サウジアラビア】あります。学校のシステムは子どもたちがスポーツをするのに有効だと思います。

【スリランカ】学校に体育の課目があります。



### どのようなスポーツ振興をしていますか。

【UAE】草の根レベルでやっています。野球ではリトルリーグもあります。

【サウジアラビア】スポーツのアカデミーがあって、子どもたちもアカデミーに行くことが推奨されています。ネパールにもアカデミーがあればいいと思います。



## 第3回 NBSA LALIGURANS CUP 2024 に向けて

当団およびネパール野球ソフトボール協会（NBSA）では、2024年12月26日（木）、27日（金）にネパールで「第3回NBSA LALIGURANS CUP 2024」を開催します。

この大会に向けて当団のママタ・タパがネパールへ渡航。ドバイでタパ・イッソーが受けたアドバイスも踏まえながら、NBSAとともに大会に向けて準備を進めています。

### ■タパ・イッソーのコメント

今回、8か国の選手やコーチにインタビューして大変勉強になりました。国によって状況は違いますが、気付かされることも多くありました。今回、受けたアドバイスを活かして、ネパールでも取り入れられる事は取り入れて、今後のネパール野球の発展につなげていきます。



## 第1回 Baseball United Arab Classic



Baseball Unitedが主催する「Baseball United Arab Classic」の第1回大会が2024年11月7日から10日の4日間にわたり、アラブ首長国連邦（UAE）のドバイで開催されました。この大会には中東と南アジア地域からネパールを含む9か国が出場し、この地域で初の大規模な国際野球大会となりました。

【出場国】UAE、アフガニスタン、バングラデシュ、インド、ネパール、パキスタン、パレスチナ、サウジアラビア、スリランカ



## Baseball United とは

Baseball United（ベースボール・ユナイテッド）は、中東・南アジアで初めて誕生したプロ野球リーグで、2023年11月に設立されました。

現在は、UAEの2球団、インドとパキスタンの各1球団、計4球団が所属しています。これにサウジアラビアの1球団が加わり、初めての本格的リーグ戦が2025年10月から11月に渡って開催される予定となっています。また、選手には日本のプロ野球やアメリカのメジャーリーグ出身者も多く参加しています。



# 大阪・関西万博2025



ぜんぶのいのちと、ワクワクする未来へ。  
Towards a brighter future for all

開催期間 **2025年4月13日(日) - 10月13日(月)**  
開催場所 **大阪 夢洲(ゆめしま)**  
Period **Sunday, 13 April to Monday, 13 October 2025**  
Venue **Yumeshima Island, Osaka City**

2025年4月13日(日)から10月13日(月)まで大阪市の夢洲で大阪・関西万博2025が開催されます。当団では地元の大阪で開催されるこの万博に関する活動も展開しています。

## ● TEAM EXPO2025 / 共創チャレンジ

大阪・関西万博2025では、多様な人たちがチームを組み、多彩な活動で大阪・関西万博とその先の未来に挑む、みんながつくる参加型プログラム「TEAM EXPO 2025」を実施しています。

「TEAM EXPO 2025」の活動の一つが「共創チャレンジ」です。これは大阪・関西万博のテーマ「いのち輝く未来社会のデザイン」を実現するため、自らが主体となって共創しながら未来に向けて行う具体的な活動です。当団は「在日外国人とのスポーツによる共創」をテーマとして共創チャレンジに登録しています。



当団の  
共創チャレンジ

## ● 当団も万博に出展します

当団は大阪・関西万博2025の「TEAM EXPOパビリオン」に1日限定で出展いたします。出展日は2025年8月2日(土)です。出展ではブースでの展示のほか30分間のステージ発表も行います。皆様のご来場をお待ちしています。

## ● TEAM EXPO 2025 MEETING

公益社団法人2025年日本国際博覧会協会では、「TEAM EXPO 2025」に参加している人たちの交流や共創の機会として「TEAM EXPO 2025 MEETING」を不定期で開催しています。当団も2023年12月20日に開催されたこのイベントに出展し当団の共創チャレンジについてブース展示やステージ発表を行いました。



## 社会人硬式野球クラブチーム NineForceの活動

当団は  
NineForceの  
運営母体です。



<https://www.9force.net/>

2024年もNineForceは、公式戦や練習試合などを行った他、野球を通じた国際交流、地域貢献活動も行いました。野球活動では、3月の都市対抗野球大会、6月の近畿クラブ会長杯、10月の奈良県知事杯の3つの公式戦に出場しましたが、今年はいずれも初戦敗退という悔しい結果となりました。来シーズンは公式戦で1つでも多く勝てるように、チーム作りをしていきます。



試合、練習以外での活動は例年通り引き続き活発に行ないました。まず、野球普及活動としては、1月と12月に木津川市の「バッティングセンター木津川」でNineForce選手による小中学生を対象に野球教室を開催しました。両日とも約30名ほどの参加もあり、保護者の方々を含め、いろいろな野球のアドバイスや相談に対応しました。

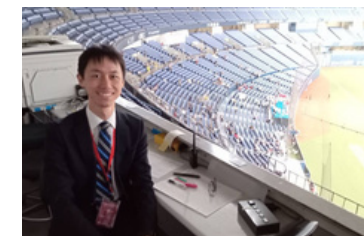
9月には、福島県で開催された「キャッチボールクラシック」大会にも参加し、「福島ベースボールプロジェクト」の方々をはじめ、多くの福島県の野球関係者と交流させていただきました。11月は、大阪市で開催された「アジアスポーツ交流会」に「日本アジア球友団ラリグラス」の一員として参加しました。

地域貢献活動としては、5月に本拠地である奈良県山添村の祭に5年ぶりに出展。ストラックアウトなどで祭を盛り上げるとともに、NineForce及びチーム活動などをPRしました。



さて、NineForceの野球としては、11月30日に準本拠地である三重県伊賀市において、NineForceが運営し、「奈良県社会人硬式野球クラブチーム交流試合(オールスター)」を初開催しました。各チームの主力級のメンバーが集い、いつもは敵チームとして戦っているメンバーと交流し、所属する奈良県連盟と各チームの発展のために、盛り上げる企画を実施しました。

そして、NineForceマネージャー江良が、7月に東京ドームで行われた社会人野球大会の代名詞、都市対抗野球大会の公式記録員としてデビューしました。尚、11月に大阪京セラドームで開催された社会人野球日本選手権大会でも公式記録員として、社会人野球の大会運営を支えました。





# 理事長挨拶 タパ・イッソー (Thapa Iswor)

いつもラリグラスを応援していただきまして、ありがとうございます。



さて、今号の広報誌でも紹介していますが、今年度はラリグラスにとって活動25周年の節目の年です。私はラリグラスが活動を始めた翌々年の2001年にラリグラスの活動がきっかけで野球を始めました。当時、私は13歳でしたが、野球はネパールに無いスポーツでしたし、外国人が教えてくれるのが楽しくて野球に興味を持ったのが始まりです。

今では日本に住んでラリグラスの活動をしています。25年近く前に出会った野球のおかげで様々な経験をすることができ、自分の人生がここまで大きく変わるとは、当時は思ってもみませんでした。

今、日本には多くのネパール人が住んでいます。最近では日本に住んでいるネパール人の仲間たちもラリグラスの活動に協力してくれていますし、野球だけでなくフットサルなどの活動も行っています。これからも仲間と力を合わせて活動を盛り上げて行きたいと思います。今後も頑張りますので、引き続き応援をよろしくお願いいたします。

# 会長挨拶 小林 洋平 (Yohei Kobayashi)

ナマステ。当団の活動をいつも温かく応援いただきありがとうございます。2024年度にお世話になった皆様に心から感謝申し上げます。



私事ではありますが、この1年間で生活環境が劇的に変わりました。腰痛で10年以上悩まされ、全く運動ができないような状況が続いておりましたが、職場の同僚から「貼るカイロ」をプレゼントしてもらったことがきっかけで奇跡的にカラダを再び動かせるようになりました。学生時代のようなキレのある行動はできませんが、毎日トレーニングを続けていることで昔以上に体力はついていて感じています。1km15分のウォーキングからはじめ、現在では1km3分台でも走れるようになりました。現在当団が実施している活動25周年のプログラムも私自身が誰よりもカラダを動かす楽しさを実感していると思います。個人的な目標ですが、活動25周年の間にマラソンでサブ3を達成させたいと考えております。目標を高く持ち、引き続き努力していきたいと存じますので、今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

当団の活動は今年で四半世紀となりますが、まだまだ発展途上です。一緒に未来を創るパートナーも募集しております。関心をお持ちの方は是非ご一報ください。皆さまにお会いできることを心より楽しみにしております。

編集・発行：NPO法人日本アジア球友団ラリグラス

〒552-0002 大阪市港区市岡元町3丁目11-32 シリザ南アジアスパイスマート弁天町内

<http://club-laligurans.org/> E-mail: [info@club-laligurans.org](mailto:info@club-laligurans.org)

電話：06-6648-8907

