

ខេស្តីសាស្ត្រី ក្រមា

Kroīma

クロマーマガジン ライフ&トラベル MAGAZINE Life & Travel

TAKE FREE

Vol.03

2024 JUL - OCT

Siem Reap

SDG'sを体感
シェムリアップの学び旅

今までの歴史を背負いこれから新しく出発する
町、遺産、人々も。



現代に蘇りしクメールの栄光

シェムリアップの街の中心部、ロイヤルレジデンス隣、
世界遺産アンコール遺跡群から、車で15分、
絶好の立地にあるモダンなラグジュアリーリゾートで美しき休日を。

J7 ANGKOR HOTEL

T: 855 63 768 777 | F: 855 63 768 778
info@j7hotel.com | www.j7hotel.com | facebook/j7hotel.com
 Road 6(Next to Royal Residence), Siem Reap 17257, Cambodia

あなたの欲しいが揃っているリゾートホテル
 プリンス・アンコールホテルは、シェムリアップの目抜き通りに立地するリゾートホテルです。
 アンコール遺跡群への観光はもちろん、パブストリートやオールドマーケットといった繁華街にも近く、
 街歩きも楽しみたいアクティブ派のあなたの旅の拠点にぴったりです。
 リーズナブルな価格ながら、大人の雰囲気と高級感溢れるリゾートで心行くまでこの街をご堪能下さい。

PRINCE ANGKOR HOTEL & SPA

T: 855 63 768 888 | F: 855 63 963 334
 Sivatha Blv, Mondul II, Sangkat Svay Dangkom, Siem Reap 93136
info@princeangkor.com | www.princeangkor.com | facebook/princeangkor



ソマデヴィアンコールリゾート & スパ



世界遺産のある街シェムリアップの中心に位置する、気品と個性を備えたリゾートホテルです。

お客様の旅のニーズに応え、滞在する者の期待を上回るサービスをご提供いたします。

優雅で快適な部屋、美味しい食事、弊ホテルのおもてなしを、心ゆくまでご堪能ください。

HOTEL SOMADEVI ANGKOR Resort & Spa Sivatha Blvd, Mondol II, Svay Dangkum, Siem Reap
Tel: (+855) 063 967 666 E:info@somadeviangkor.com W:www.somadeviangkor.com



*Redefining the
Cultural Experience.*

パシフィック・ホテル・シェムリアップ

Tel : (855) 63 761 818 Fax : (855) 63 761 020
www.pacifichotel.com.kh reservations@pacifichotel.com.kh
Road No.6, Kasekam Village, Sronge Commune, Siem Reap



**HOMEWOOD
HOTEL**

AD: St.#27, Wat Bo Village,
Salakareuk Commune,
Siem Reap, Cambodia.
TEL: +855 (0) 78 586 888
Web: homewood-hotel.com



Siem Reap

Vol.03

2024 JUL - OCT

CONTENTS



【今日の一枚】 箱乗り、籠乗り、五人乗り。
分かりづらいですが、運転手の後ろに赤ちゃんが、
そして籠の両サイドに子供が一人ずつ乗ってます。

表紙および上写真：西村清志郎

03	住めばカンボジア
04	SDG'sを体感。シェムリアップの学び旅
06	恋する雑貨
07	Healing of Cambodia
07	Cambodia Note
08	A Journey of Cambodian Art
08	オタクが覗いたカンボジア
09	カンボジア観光省観光ニュース
10	孤独のグルメン in シェムリアップ
11	カンボジアのゴハン
12	カンボジア 撮り鉄日誌
13	カンボジアお魚だより
13	JICAカンボジアリレー
14	医療コラム
	領事事務所通信
15	シェムリアップ観光情報
16	カンボジア全土マップ/お勧め都市情報
17-18	シェムリアップ地図
19-25	アンコール遺跡ガイド
26	カンボジア便利情報
27-30	電話帳 - Listing -

【無料定期配布先募集中】

企業、団体、飲食店様に無料定期配布を行っております。ご希望の際は、件名を「無料定期配布希望」として、配布先住所、御社名もしくは御団体名もしくは御店舗名、ご担当者様氏名、電話番号を明記の上、下記メールまでお申し込み下さい。

info@krorma.com

PDF版はこちら→



住めばカンボジア



佐嶋 美波

SAJIMA MINAMI

国語講師・Web制作

出身:神奈川県鎌倉市 年齢:34歳

趣味:遺跡巡り、読書、絵を描くこと

座右の銘:恩送り

▼どうして今の仕事をやろうと思ったのですか?

実はもともと教育を志していたわけではないのですが、初めてカンボジアを訪れたときの体験が一つのきっかけとなり、子どもと関わる仕事を選びました。自分自身も新しいことを学ぶのは好きなので、教える仕事は性に合っていたようです。

▼今の仕事での苦労話などあれば?

教育の仕事に関しては、子どもたちの成長を感じられる点が喜びの一つです。昔からずっと自分にとって大きな糧となっています。また、カンボジアノートの運営に関しては、記事制作を通して今まで知らなかつたカンボジアの魅力に出会えることがとても楽しいです。

▼今の仕事での苦労話などあれば?

ありがとうございますことにカンボジアに来てから充実した日々を過ごすことがでています!強いて言えば、PC作業が多いので日々肩こりや腰痛に悩まされていることでしょう。

▼今後の展開は何ですか?

当初カンボジアノートは個人で始めた小さなサイトでしたが、おかげさまで現在はたくさんの方にご覧いただけるようになりました。今後少しづつサイトの規模や内容の幅を広げていきたいと思っています。カンボジア旅行の魅力を皆さんにお届けする一助になれば幸いです。

▼旅人に向けてメッセージをお願いします。

カンボジアノートというWebサイトでは、シェムリアップの観光情報を日々お届けしています。SNSでは新しい情報もアップしているので、カンボジア旅行の参考にしていただければ嬉しいです! 遺跡はもちろんのこと、多様なカンボジアの魅力をぜひ体感してください。

- ▼カンボジアに初めてきたのはいつですか?
20歳のとき、大学の夏休み期間に初めてカンボジアに来ました。そこでカンボジアにすっかり魅了され、就職してからも年に一、二回は渡航していました。
- ▼実際にはいつから住みだしましたか?
2023年5月にインドネシアから夫婦二人で移住してきました。
- ▼どうしてカンボジアで働くことになったのですか?
「ロナ」の影響が落ち着き始め、別の国に移住することを検討し始めたとき、カンボジアが真っ先に候補に浮かびました。昔からシェムリアップにずっと住みたかったので、今がチャンス!と思いつ住むの計画を開始。大きな決断ではありましたが、結果的に今の生活を選んで良かったと心から思っています。
- ▼今の仕事はどういったお仕事ですか?
「学習塾みなど」という個別指導塾を中心にオンラインで運営しています。私自身は国語や幼児教育が専門です。海外在住のお子さんの日本語サポートや日本の学校の受験対策などを行っています。そのほか、Web制作やSNS運用のお仕事をお引き受けすることも。また、仕事とは別に「カンボジアノート」というシェムリアップの旅行情報をまとめたWebサイトとSNSも運営しています。
- ▼前はどんな仕事、何をしていましたか?
計10年ほどシンガポールとジャカルタの日系学習塾で、幼稚から高校生までの指導を行っていました。指導内容は、帰国生入試の対策からバイリンガル児童の日本語学習、IB国語までさまざまです。海外で暮らす生徒一人ひとりのバックグラウンドは実に多様で、私自身が子どもたちから学ぶことも多く、とてもやりがいの大きい仕事でした! 授業や教務以外に、広報も担当していたので、そこで得た経験カンボジアノートの運営でも現在大きく活かされています。



【Cambodia Note カンボジアノート】

<https://www.cambodianote.com>

info@cambodianote.com

【Instagram】@cambodianote

【X】@CambodiaNote



【学習塾みなど】

<https://www.salaminato.com>

info@salaminato.com



アキラ地雷博物館 Cambodia Landmine Museum

【団体活動紹介】1997年、元少年兵で実際に地雷を埋めていたアキラ氏自身が地雷除去を開始し、その地雷を集めた小さな博物館を建設。そこでは地雷により手足を失った子供たちと一緒に生活していた。現在は郊外の村に引越しし、地雷撤去活動と教育支援などを行っている。



【ツアー行程など】
月、火、木、金の9:00から15:00まではガイドツアーもあり、館内パネルにて地雷に関する話や地雷撤去の状況、実際に撤去された地雷などの話が聞ける。パンテアイスレイ寺院手前5km地点。



身体リハビリテーションセンター

Persons With Disabilities Foundation Center

【団体活動紹介】カンボジア政府によって運営されている施設兼病院。地雷被害者や生まれつきハンディキャップを背負っている方に対し、事前にカウンセリングして受け入れを判断する。入院費や製作費等全て無償で提供。館内には英語資料もあり、現実を自分の目で見られる。



【ツアー行程など】
孤児院・ハンディキャップセンター・フレンズウイズアウトボーダー訪問。カンボジアには数十万人の孤児と数万人の地雷、内戦時、交通事故、病気等による被害者がいる。どのように生活し、どのように過ごしているか見て感じられる。



SDG'sを体感。シェムリアップの学び旅。 其の1

「アンコールワットは凄かった!」「子供たちの目がキラキラしていた~」「思ったより発展していた。表面を見ただけでは分からず、その国ならでは実情を、もう一歩深く学ぶ旅。その国の歴史や文化、そして現状をきちんと見て、知って、感じたことを身近な人に伝えてくれると嬉しいです。



クメール伝統織物研究所/伝統の森 IKTT

【団体活動紹介】『作り手が幸せに暮らせる環境を作ることが今私の仕事でもある。』という故・森本氏により設立。カンボジアにおける伝統的なテキスタイル(布地)の保存と振興が目的。カンボジアの伝統的な織物技術や染色技術を維持し、地元の女性たちに雇用を提供することを通じて、文化の継承と経済的自立の促進を目指している。



【ツアー行程など】
IKTT(クメール伝統織物研究所)と「伝統の森」を訪問し、カンボジアのシルクの製造過程(紡ぎ、機織りなど)を見ることができる。
※ご希望の方は追加でシルクハンカチへの染色体験も有り(お持ち帰り可能)



アンコール野生動物保護センター ACCB

【団体活動紹介】2000年初期より活動開始。クーレン山の一部であるクバールスピアンに2004年より野生動物を保護施設兼管理所の建設し、傷ついた野生動物の保護と治療、地域に住む住人たちへの動物保護の呼びかけや啓蒙活動、子供たちへの自然、環境への意識向上教育などを行っている。



【ツアー行程など】
所定の時間にクバールスピアンにあるセンターに集合。専門家と共にセンター内に保護されている動物を見学し、その説明(英語)を楽しむ。また、カンボジアの抱える野生動物保護問題が学べる。





クナーポー村で農村滞在 Khnar Po Homestay

【団体活動紹介】シェムリアップの東、田んぼと緑の野原に囲まれたクナーポー村には99の家があり、2013年にコミュニティベースの観光地として設立された。クナール・ポーを訪れることを選択することで、地元の人々や彼らのコミュニティ全体を直接支援することになる。



【ツアー行程など】
ほうき作り体験や、昔ながらの精米体験、マンゴロープ林、穴場の遺跡まで内容は盛りだくさん!
何より、農村のどかな雰囲気と、村の人たちの暖かさに触れられること間違いなし。カンボジアの原風景を体感できる。
■所要時間
1日または1泊2日



コムルー村見学

KMT CAMBODIA

【団体活動紹介】シェムリアップ市内から車で30分程の距離に位置する、約200世帯規模のコムルー村。

村全体での自走を目指した活動支援を行っており、村人の雇用創出・収益還元出来るシステム作りを目指し、1dayツアーや保育園、日本語教室などを運営している。



【ツアー行程など】
1日ツアーでは、市場で買い物、村散策、保育園見学、昼食、村人と交流体験ができる。リクエストに応じて、内容や時間の調整可能。現地の自走を目指した“自給自足”的仕組み作りに触れゆつたりとした村の雰囲気も味わえる。



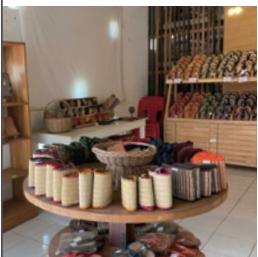
一步踏み込んだ、 カンボジアの魅力を体験

全てのツアーは、クロマーツアーズでも予約頂けます。料金などはお気軽にお問い合わせください。



サラスースコミュニティファクトリー SALASUSU

【団体活動紹介】町から片道50分程の距離にある工房。午前は、農村のカンボジア人女性の自立・就業支援として土産物を作製。午後からは、村の子供たちや従業員たちの学校になる。年齢関係なく、グループに課題を出してそれぞれのペースで学ぶ様子が見られる。



【ツアー行程など】
平日午前の工房、午後は学校見学可能。活動紹介や工房見学が出来るベーシックプランをはじめ、他にも幾つかプランがあり、給食試食体験や農村の家庭訪問もできる。国際理解や支援活動の一環としても重要な経験が出来る。



バナナペーパー工房見学

KUMAE

【団体活動紹介】ゴミ山で生計を立てている人たちの仕事の選択肢を広げるために、様々な事業を通して生活・教育水準の向上を目指して活動。ツアー、胡椒とコウロギの養殖などを運営。工房は、市内から30分程に位置しごミ山のあるエリアにある。



【ツアー行程など】
日程は要相談。基本月～土(日曜:工房休み)
資料説明⇒工房で作業工程を見学⇒ものづくり体験として作業工程の一部をお手伝い。
ごみ山の外からの見学可。他にも命を食べるツアーや、ライフスタイルツアーやある。



恋する雑貨

カンボジアの手仕事と作り手たちとのお話

今号は趣向を変えて、私がカンボジアの雑貨販売を始めた理由について書かせていただきます。

それは「可愛いお土産がない！」と感じたことがきっかけでした。カンボジアに住み始めた2005年頃日本人の観光客は年々増え、遺跡観光したあと市場やお土産物屋さんでお土産を買います。それなのに売られているお土産のほとんどは、タイやベトナム、中国の工場で大量生産されたものを持ってきて販売していて、カンボジア産のお土産と言われるものは、宝石や木で彫った仏像、手織りのクロマー、胡椒そして日本人には有



カンダル州ウドン郡
水草でかごを編む村の女性たち



ベリーベリー very berry -handmadein Cambodia

カンボジアの素晴らしい手仕事を多くの方に知ってほしいと観光の街シェムリアップにオープン。静かな路地裏に位置しとってもおしゃれな店内は作り手の顔が見えるお土産を販売しています。

名なアンコールクッキーくらいでした。

カンボジアには可愛い雑貨・お土産がないのか、それともあるけど知られてないだけなのか。それを突き止めるために仕事を辞め、

パンテアイ・ミエンチャイ州ノムスロック村機織りする女性

カンボジア各地へその土地その土地の手仕事を探し求める旅に出ることにしました。

旅の中で私は素晴らしい製品や作り手たちに出会いました。これらの素晴らしい製品をご紹介することでカンボジアの豊かさをより多くの人々に知ってもらいたいと思っています。

中川ゆきこ



Healing of Cambodia

～みんな大好き コクチョール～

最初は衝撃を受けました。道端で見かけた、背中に赤黒いあざだらけの女性。「大変！アル中男にDV受けてるんだ！」

勝手に妄想が膨らみ助けるべきか悩んでいた自分に教えてあげたい！あれはコクチョールって言うんだよ。

コクチョールとは、スーツとするメンソール系バームを塗ってコインで直接肌をゴシゴシと擦るカンボジア民間療法。

もとは刮痧(カッサ)療法と呼ばれる、中国の自然療法から来ていて、症状に合わせて身体の表面の一部を擦ることで、身体の各器官の相互機能調整を呼び起こしたり、陰陽のバランスをとり様々な疾患に対する身体の免疫力を高めて、根本的に病気を治すことが目的。

「まず自分が試してみる！」がモットーの私！カンボジアに住み始めたころ挑戦してみましたが、これが痛いのなんのって！しかも赤黒くなつて「これは悪いものが溜まっている」と言われて更に強くこすられてトラウマになり、もう二度としていません。弊社のスタッフも、やれ頭が痛い、風邪ひいたなど調子が悪いときはスタッフ同士でし合っていますが、二の腕にコクチョールされるとお客様から見えてしまい驚いてしまうので、見えないところだけにして～とお願いしています。

カンボジアの人たちにとってとても身近で大好きなコクチョール。試してみた方の感想をぜひ聞きたいです！ 篠田ちひろ



「コ (Koas)」剃る
「クチョール (Kjol)」風邪や病
風邪っぽい時、疲労感の強い時、頭痛や腹痛などの体調不良のとき、日常的に行われる。

kru khmer

クルクメールボタニカル

2009年創業カンボジアのオーガニックハーブを使用したアロマ製品・ハーブ製品の専門店。シェムリアップに旗艦店＆姉妹店スパクメール、カンボジア国内配送可のオンラインショップもあります。

④ 10:00-21:00

□ <https://krukher.com/>

■ krukher

オススメの遺跡観光スポットは?

SNSのDMでよく「オススメの遺跡はどこですか?」という質問をいただきます。シェムリアップの街の近くだけでも大小含めたくさんの遺跡があるので、初めて旅行でいらっしゃると迷ってしまいますよね。

アンコール・ワットやバイヨン、タ・プロームの3箇所は定番とも言える遺跡で、セットでツアーが組まれていることが多いです。ペースにもよりますが半日程度を目安に考えておけば十分でしょう。滞在日数が限られている方も、この3箇所を押さえておけば間違いありません。もう少しスケジュールに余裕のある方なら、ぜひ他の遺跡にも足を運んでみてください。アンコール・ワット周辺だけでなく、郊外にも見応えのある遺跡はたくさんあります!



川底に刻まれたレリーフが素晴らしい



クバールは「頭」、スピアンは「橋」という意味

それに魅力があってナンバーワンは選びがたいのですが、個人的なイチ推しはクバール・スピアン。他の遺跡と異なり、遺跡自体は山の奥にひっそりと散在しています。川の中に刻まれたレリーフは思わず見落としてしまいそうなものもあり、まさに気分は探検家! 麓から片道40分ほど歩く必要がありますが、他の遺跡とはまた違った魅力が味わえる独特的なスポットです。

遺跡のチケットは決してお安くはないので「せっかくなら色んな遺跡に行かなくちゃ!」という気持ちにもありますが、あまり詰め込みすぎると、途中から暑さと疲労で消化試合になります。ぜひじっくり一つひとつの遺跡を観光してみてくださいね。

カンボジアノート編集M



カンボジアノート Cambodia Note

シェムリアップの観光情報をまとめた日本語Webメディア。遺跡をはじめとした観光スポットや、カンボジア旅行のためのお役立ち情報、現地のおすすめのお店をタイムリーに紹介。

<https://cambodianote.com/>

@cambodianote

@CambodiaNote

info@cambodianote.com



JFによる映画祭のオープニング
クレヨンしんちゃんとYAAスタッフ

A Journey of Cambodian Art

エンターテインメント性のあるアニメ産業を

カンボジアに世界を目指せる芸術家を育てるための Yamada School of Art を開校して12年が経ちます。多くの人達が夢を描いてスクールに来ています。その一方で時々耳にするのがカンボジア人の日本アニメファンの多さでしたが、カンボジアにアニメ産業が無い限りこの分野の開拓は無いと思っていました。

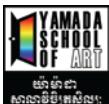
しかし2018年に日本のアニメーションのプロデューサーから話があり、日本のためにアニメーション会社を設立し、そして育てて欲しいと依頼がありました。気が付いたら Yamada Angkor Animation会社 (YAA) を設立し、現在では日本からドラえもん、クレヨンしんちゃんなど日本有名なアニメーションの背景画の仕事を頂けるようになりました。

日本の仕事は緻密で繊細で、仕上げは非常に厳しい世界ですが現在のスタッフは大好きなアニメーションの仕事に誇りを持ち、その日本の厳しいチェックにも負けずに仕事をしています。そこでカンボジアにもアニメーション産業を育てる可能性をが出てきた今、そのためにはエンターテインメント性のあるストーリーライティングをカンボジアから制作する必要があると強く感じました。何年かけても良いのでこの夢を現実にして頂けるパートナーと一緒に日本レベルの、そしてカンボジア独自のアニメーションを作りたいと思います。それが今の私の大きな夢です。

山田 隆量



アニメーション背景画制作作業の様子



ヤマダ スクール オブ アート / シエムリアップ アンコール

「カンボジア人アーティストの展覧会」「子供絵画展覧会」を企画(年1回)

地方の学校で美術の授業を無償提供(年数回)。海外(特に日本の公募展)へ出品。

最近では日本カンボジア70周年記念事業として「世界に飛躍するカンボジア芸術」を Rosewood Phnom Penh 35階ギャラリーで4ヶ月開催。

⌚ 8:00 ~ 17:00 ☎ 081-399-926

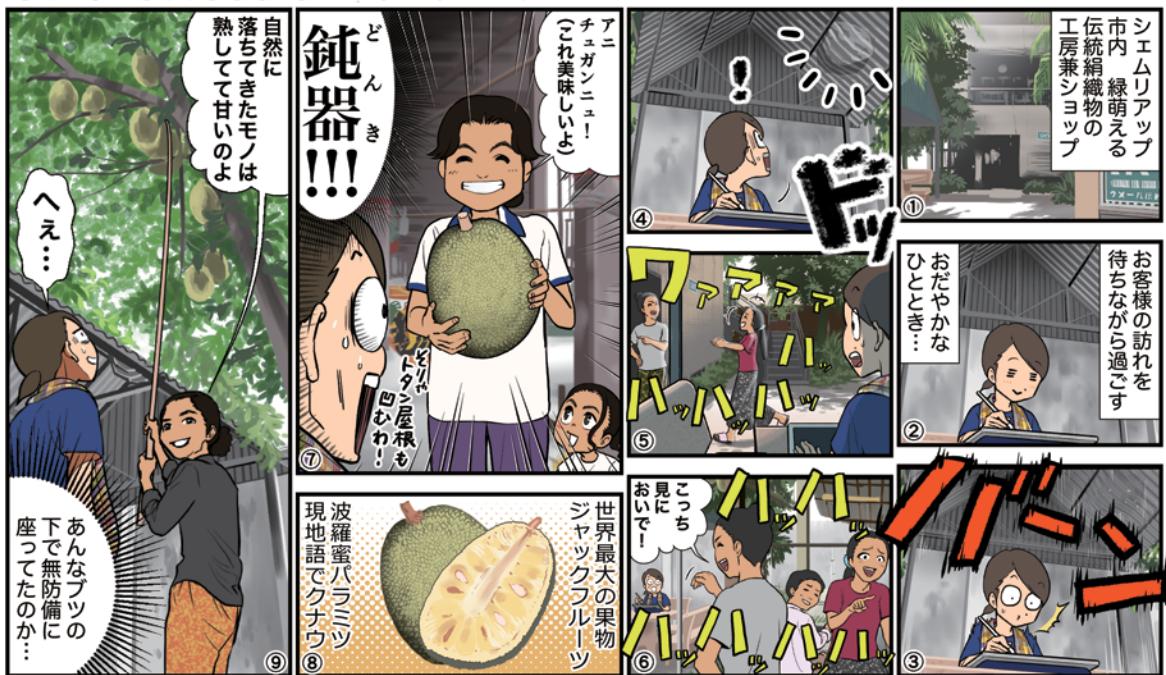
✉ angkortakakazu@gmail.com

✉ yamadaschoolofart

オタクが覗いたカンボジア

3. 大きな000000-0の～ホの下で～♪

安住だいち@d_azumi_food
IKTT(クメール伝統織物)所属
漫画家 兼 イラストレーター
頭上にお気をつけて良い旅を！

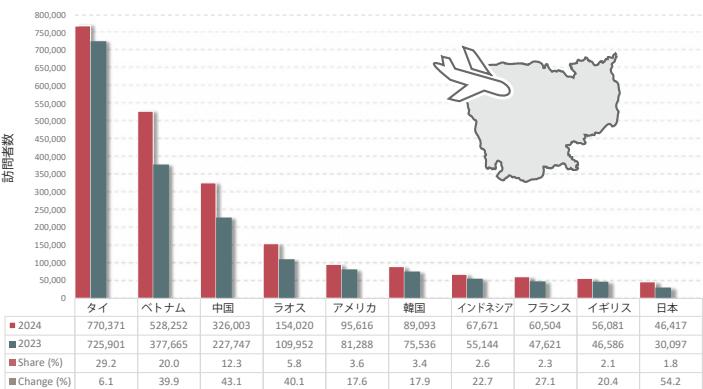


カンボジア観光省観光ニュース

外国人訪問者数の比較(2024年度1月～5月)

	インバウンド旅行者数					比率 (%)	昨年度比 (%)		
	2019	2022	2023	2024	2024*		23/22	24*/19	2024/23
Air	2,018,935	182,512	780,795	986,435	37.4	32.7	-5.1	26.3	
Phnom Penh Int'l Airport (PNH)	923,771	157,250	572,472	699,007	26.5	264.1	-24.3	22.1	
Siem Reap Angkor Int'l Airport (SAI)	846,267	20,278	201,490	281,370	10.7	893.6	-66.8	39.6	
Sihanouk Int'l Airport (KOS)	248,897	4,984	6,833	6,058	0.2	37.1	-97.6	-11.3	
Land and Waterways	869,526	160,952	1,382,987	1,654,564	62.6	759.3	90.3	19.6	
Land	785,774	157,113	1,353,925	1,612,547	61.1	761.8	105.2	19.1	
Waterways	83,752	3,839	29,062	42,017	1.6	657.0	-49.8	44.6	
Total	2,888,461	343,464	2,163,782	2,640,999	100.0	530.0	-8.6	22.1	

トップ10 外国人訪問者数(2024年度1月～5月)



2024年度1月～5月までにカンボジアに訪れた外国人渡航者数は合計264万人、2023年度と比較し22.1%の増加となっています。コロナ前の2019年度の同時期総数は約289万人であったことを考えると、かなり回復してきていることが分かります。入国地、空港別で見ると、陸路入国が61%、 Phnom Penh 空港が26.5%(2019年度は32%)、シェムリアップ空港は11%未満(2019年度は29%)となっており、なかなかシェムリアップの観光が戻ってきていないのかとは感じます。

各種統計情報は下記から取得可能です。

カンボジア訪問者数 seishiron.com/motstatistics-2
アンコール遺跡入場者数 angkorenterprise.gov.kh



▶カンボジア観光省
広報部アドバイザー
西村清志郎

 motcambodia.japan

 motcambodia_jap

 info@seishiron.com

腹が…、減った。孤独のグルメン in シエムリアップ



店主：千尋 Chihiro
出身：大阪 年齢：32歳
カンボジア歴：6年

バーの運営の傍ら日本語教師と洋楽CDの翻訳業をしています。日本では英語教師をしながら来日バンドの通訳をしていました。好きな漫画はHUNTER×HUNTER。犬好き。ゲーム好き。バーに漫画があるので気軽に読みに来てください。

Atlantis Metal Bar

TEL 096-876-9042
OPEN 20:00-25:00 日休
FB atlantissiemreap

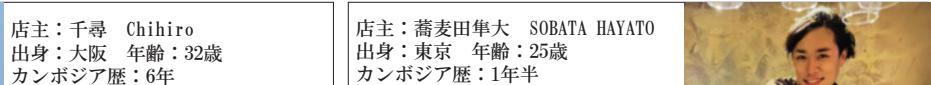
世界中のメタルロック/パンク好きが集まる秘密基地をカンボジアに作りました。
いつでもライブ可能な音楽バーです。

SLAMCITY メタルフェス

FB slamcityasia



近所の犬のモモちゃん。好きな音楽はメタル。いつも虫に嗜まれているのを見かねたオーナーがひとつずつ丁寧に摘み上げて、それをモモが捕食したことから考案したカクテル。自然の摺り。モモズリベンジ。虫は入っていません。ただ赤いだけ。



店主：蒼麦田隼大 SOBATA HAYATO
出身：東京 年齢：25歳
カンボジア歴：1年半

時々嫌になる都会の喧騒から目を逸らし耳を塞いでいたら、いつの間にかこの場所にたどり着きました。この街の自由な雰囲気が大好きです。猫を愛でること、チエス、ボーカー、バイクに乗ることが趣味です。



モモズリベンジカクテル \$ 3.5

カルボナーラ\$5



DEN's BAR デンズバー

OPEN 16:30-22:00

FB Denhotelsr IG den_cambodia

シエムリアップタープル通りにあら、DEN HOTELの片隅の小さなバーです。お手頃価格のオリジナルカクテルを飲みながら、一緒に楽しい時間を過ごしましょう。



粒が大きく香り&辛味の強いカンボットペッパーを使用したカルボナーラは自慢の一品。ベコリーノチーズと香り高いペッパーのハーモニーをお楽しみください。同じくカンボジアペッパーを漬け込んだウォッカで作るブラッディメアリーもピリ辛で次々に手が伸びる人気商品(ブラッディメアリー\$3)



エアコン完備、モダンクメールスタイルの店内で特別なひと時を

Discover the Good Atmosphere of PT HOUSE RESTAURANT

Welcome to PT House Restaurant, A place offering a choice of traditional Cambodian cuisine and international dishes with local touch. The Restaurant is set in a peaceful and relaxing atmosphere overlooking to greenery garden.



伝統的なクメール料理だけでなく、地元の食材をふんだんに使った西洋料理も楽しめます



PT HOUSE

T:(+855) 15-929-999 E: info@pthouserestaurant.com
A: Street 30, Krong Siem Reap

カンボジアのごはん chhnganh ឆ្នាំឃុំ ធម្មូន ឱយោ

カンボジア料理でよく使うハーブに**レモングラス**があります。レモングラスは、イネ科の多年草で、爽やかなレモンの香りが特徴です。薬効もとても素晴らしい、抗菌、抗炎症、抗殺菌の作用があり、感染症や、皮膚疾患への効果や、香りはリラックス効果があると言われています。また、カンボジアのおまじないにも使います。結婚式など雨がふっては困る時、カンボジアでは庭にレモングラスの根を上にして刺し雨が降らないようにとおまじないをします。そんな万能ハーブのレモングラス。今回は、ビールの進む一品をご紹介します。

—— 材料 ——

- ★レモングラス(根)3本:スライス
- ★ガランガル 親指大:スライス
- ★こぶみかんの葉3,4枚:軸を取り除く
★にんにく5片:みじん切り
- ★とうがらし2,3本:輪切り ★油 多め
★鶏肉 300g:一口大
- ★ホーリーバジル 7本くらい葉のみ使用
—— 調味料 ——
☆パームシュガー 大1
☆オイスターソース 大1
☆ナンプラー 大3 ☆水 少々

チャークダウ(辛いレモングラスとの炒め物)



①熱したフライパンに多めの油を注ぎ、にんにくを先に炒める。

②香りがでたら鶏肉とホーリーバジル、

調味料以外を全て入れて炒める。

③いい香りがしてきたら鶏肉をいれ炒める。

④表面の色が変わってきたら調味料を加え
更に炒める。

⑤鶏肉に火が通る前に焦げそうな場合は、
水を少し加えて、蓋をして火をしっかり通す。

⑥火が通ったら、仕上げにバジルを加えて、
さっと炒めたら出来上がり。



カンボジア料理教室 カンボジアノゴハン

前原とよみ

- ・カンボジアが大好きな人
- ・看護師
- ・カンボジア料理家

カンボジア料理教室を主催。
「食」を通じてカンボジアを知る
ワークも行っています!

cambodianogohan
 cambodianogohan

AMAZON ANGKOR

アマゾン・アンコール カンボジア伝統舞踊ショーレストラン



世界無形文化遺産であるクメール伝統舞踊アプサラダンスを楽しみながら、40種類以上の伝統的なクメール料理、各国料理ディナービュッフェが楽しめます。シェフがその場で調理し提供する自慢のカンボジアンバーベキュー、多種多様なスキースープなど、目にも美しい料理をお楽しみください。

エアコン完備の快適な環境で300人以上の座席数、ゆったりとショーをお楽しみいただけます。

また、ランチはセットメニューをご用意、個室もございますので、ごゆっくりとお食事をお楽しみください。



伝統舞踊ショー 毎晩19:30~20:30開催

Address: Krous Village, Svay Dangkum, Angkor Wat, Siem Reap, Cambodia
Tel : +855(0)12 966 988 | (0)15 929 999 Fax: +855(0)63 966 988
E-mail: info@amazon-angkor.com Website: www.amazon-angkor.com

カンボジア 撮り鉄日誌

バッタンバン在住S.Y

カンボジア北西部最大の都市バッタンバン在住、
鉄道とバイサイチュルックをこよなく愛する。

人力で安全を支える踏切の世界

鉄道撮影で欠かせないのが、列車到着を教えてくれる、「踏切」です。今回はカンボジア鉄道の踏切を紹介!カンボジアは列車本数が少なく、踏切の列車通過回数は、24時間で8本も通過しない場合がほとんどです。そのため、クルマやバイクは列車が来ないが通常なので、踏切前で停まらずにサートと通過していきます。交通量の多い踏切では遮断機がある場合もありますが、ほとんどの踏切が無人で遮断機もありません。バッタンバン行き275kmの北線でみても、遮断機があるような踏切は20箇所もありませんでした。

それではどうやって安全に列車を運行しているかと言うと、列車がけたたましい警笛を鳴らしてゆっくり踏切に進入します。ある程度の交通量がある踏切では、保線員もしくは専属で雇われた職員がオレンジ色のビブスを着て手旗を持ち、車両通行をストップさせています。職員は列車が近づくと、都度、携帯電話とトランシーバーの伝言リレーで待ち場の踏切に向かいます。これで衝突事故が起きないのか?と聞かれると、2ヶ月に1件程度は何らかの事故が起きてしまっているのが実情です。



本格的なクメール料理、飲茶、スキースープが楽しめる人気店。個室、団体席、屋外席等、シーンに合わせた様々な客席をご用意しております。
清潔感溢れる店内で、バリエーション豊富なお食事をお楽しみ下さい。



クメール料理、飲茶、スキースープ、
トロピカルアンコールレストランで
過ごす上質なひととき

トロピカルアンコールレストラン
TROPICAL ANGKOR Restaurant Tel: 012-862111



アンコールの古都に佇む、最高にエレガントなリゾート

趣のある伝統的スタイルのインテリアと、自慢のアメニティ
247室の客室には快適さのために、最新式の設備を導入
私たちはお客様の素晴らしい旅を、演出いたします



アンコール ミラクル リゾート & スパ ANGKOR MIRACLE RESORT & SPA

TEL:+855-63-969-900 E-mail:miracles@angkormiracle.com Web:www.angkormiracle.com

カンボジアお魚だより

漁村に住んでいると、普段は食べないが美味しい魚がいる。その一つが「ナギナタナマズ」だ。市場を歩いていると、スレイスレイ(お姉さんたち)が一生懸命にスプーンで魚の身をこそげ落としている姿を見かける。スリスリと身をけずり、すり身の山を作っていく(写真1)。

ナギナタナマズは日本にはおらず、馴染みが薄い魚かもしれない。でも、カンボジア・タイ・ベトナムではよく見かける魚だ。特にカンボジアは、バイヨン遺跡の壁画に描かれるほど



①スレイスレイ達が作るナギナタナマズの山
(2023年10月ストウントラエン州)

古くから身近な魚だ(写真2)。漁村の水揚げ場をぶらついていると、綺麗な斑点を持つ、大きなナギナタナマズが目を惹く。はかりで2kg以上ある個体は、すり身にされたり、高級店に売られたりする。

目指せ! カンボジアの魚博士!?

京都大学大学院アジア・アフリカ地域研究研究科博士課程在籍。トンレサーブ湖・カンボジアの人々に衝撃を受け、カンボジアの漁業・魚についての研究を志しました。

「裸の魚」ナギナタナマズ

「ナマズ」と名前についているが、いわゆるナマズとは別系統の魚だ。觀賞魚として有名なアロワナと近縁の、オステオグロッサム目に属する魚だ。見た目がナギナタのようだからそのまま②バイヨンに描いてあるナギナタナマズナギナタナマズと呼ばれているのだろう。英語名もナイフフィッシュと呼ばれており、ナイフ=ナギナタ、ナマズ=フィッシュだ。一方カンボジア語では、「裸の魚」(トライ・スラート)と呼ばれている。鱗が無いからだろうか。



市場をさらに歩く。ナギナタナマズは薄く伸ばされ、さつま揚げにされる。裸一貫で揚げられ美味しい。研究の分野で、裸一貫の状況で、もがいている自分を考えさせられる。ナギナタナマズのように、揚げて(方法)旨みができる(目的)研究をしたいものだ。

寄稿: 岡田 龍樹

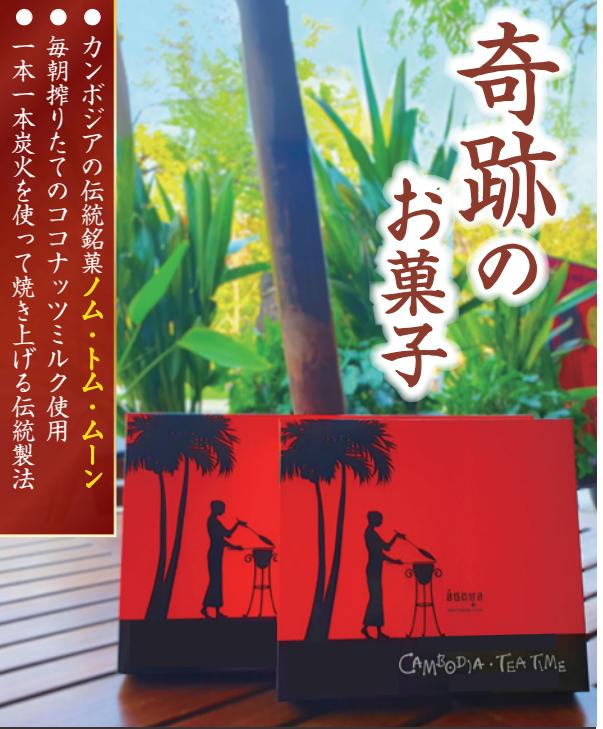
📞 096-743-6323

✉ kurumimaru1224@gmail.com

👤 Ryuji Okada



奇跡の
お菓子



カンボジアティータイム

空港(ブンペン、シェムリアップ)

ニヨニヨム、アーティングカンボジア(イオン1)

シェムリアップ本店、オールドマーケット



MORAKOT ANGKOR Restaurant

Add: 300m northward Rd.6, Psar Dam Krolanh Rd, Siem Reap

Tel: 098 776 777 Web: www.morakotangkor.com

Mail: info@morakotangkor.com



日本の真夏に畑や田んぼの畦道の草刈りをされたことがおありでしょうか。草刈り機で除草作業をしていると、30分も経つと汗が吹き出し、休み休み水分補給しながらないと熱中症になりかねない大変な作業です。約1,970km²に及ぶ土地が地雷や不発弾に汚染されていると言われているカンボジア。それらの地雷や不発弾の多くは、生い茂る草や灌木に覆われた地面の中に埋まっています。地雷や不発弾の探知や除去をする前に、こういった茂みなどが多い場所では、まずは除草作業が必要です。灼熱の地雷原、、そして、もしかするとそこには地雷が埋まっているかもしれません。そういう状況での除草作業は身体的、そして精神的にも大きな負担です。



現場で作業にあたる灌木除去機

そこで、今回紹介したいのは、カンボジア地雷対策センター(CMAC:Cambodian Mine Action Centre)で活躍している、日本製の「灌木除去機」です！この灌木除去機、みなさんよくご存知のショベルカーなのですが、、アームの先にあるバケットの代わりに、茂みや灌木を伐採するための特殊な機器が取り付けられています。その機器には頑丈なカッターが仕込まれた回転する部品があり、その名も「ロータリーカッター」。木々や草をバシバシ除去していきます。さらに、熊手のように掴む機器「レークグラップル」も取り付けられており、大きめの灌木を取り除いたり、茂

みを掴んで除去したりできます。万が一に備え、操縦席は特殊な防護がなされており、オペレーターの安全が確保されています。さらに冷房完備！CMACでは、地雷・不発弾除去の作業を行う際、作業時間の約70～80%は人手による除草作業となってしまいがちですがこの灌木除去機を導入することで、除草作業がスピードアップされ、全体の除去作業が約2倍も早く終わるようになったそうです。この灌木除去機は2000年頃から日本の支援で導入が進められ、今もカンボジアの地雷原・不発弾のある土地で活躍しています。



「ロータリーカッター」と「レークグラップル」を装備した、たくましい灌木除去機

私たちの「カンボジア地雷対策センター組織強化プロジェクト」では、CMACの地雷・不発弾除去の取り組みをサポートしています。例えば、この灌木除去機についての知見を他の国にも広げようという取り組みもその一つです。プロジェクトのFacebookページでも、こういった地雷・不発弾除去にまつわるお話からCMACのランチの様子まで、色々な話題を少しづつ紹介していくたいと思っています。よろしければ、フォローをお願いいたします！



<https://www.facebook.com/JICACMAC>

「カンボジア地雷対策センター組織強化プロジェクト」
専門家 林 明仁(総括)、浅田 義教(第三国支援／業務調整)



Japan International Cooperation Agency (JICA), Cambodia Office

独立行政法人国際協力機構(ジャイカ) カンボジア事務所

□ <https://www.jica.go.jp/cambodia/>

■ JICACambodia

ジャイカは、日本の政府開発援助(ODA)を一元的に行う実施機関として、開発途上国への国際協力をを行っています。

医療コラム

雨季のカンボジアで健康を守るために蚊対策

こんにちは、アンコール共生病院の医師の加藤です。カンボジアでは灼熱の日々が落ち着き、いよいよ雨季を迎えます。

こちらの雨季を健康に過ごすために絶対に気をつけないといけないことがあります。それは「**蚊に刺されない**」ことです。カンボジアの人と同じく、こちらの蚊もとてもフレンドリーです。雨でできた水溜まりから蚊が発生するので雨季は特に蚊が増えます。

雨季のカンボジアでは、ウイルスを媒介する蚊に刺されることで発症するデング熱が流行します。去年は10年に一度の大流行で、市内の病院もデング熱の患者さんで入院ベッドが埋まってしまうほどでした。デング熱には抗ウイルス薬のような治療薬がなく、発症すると1週間程度高熱が続き入院が必要になることもあります。また重症化した場合には輸血が必要になったり、血圧が下がって命を脅かすようなこともあります。決して油断はできない病気です。

また、蚊が媒介するものとして他にもチクングニア熱やマラリアといった、熱帯地域特有の病気もあります。蚊に刺されることは百害あって一利なし!なにより痒いし。いずれの病気も、最も簡単な予防策はとにかく蚊に刺されないことです。

気温の高いカンボジアでは、肌の露出面積が広くなりますので、外出時にはしっかりと対策する必要があります。せっかくの滞在が病気によってふいにならないよう、虫よけで蚊の予防を徹底しましょう!

加藤寛彬



蚊に刺されることは
伝染病のリスク



蚊取り線香などの予防が大切
があります。せっかくの滞在が病気によってふいにならない
よう、虫よけで蚊の予防を徹底しましょう!



アンコール共生病院

Angkor Japan Friendship International Hospital

総合・専門診療科、予防接種、健康診断に対応。

日本人医師と日本語が話せるスタッフが駐在している。

⌚ 24時間365日(救急) ☎ <https://ajfih.org/>

⌚ 076-677-7879

ajfih

領事事務所通信

皆様、こんにちは。在シェムリアップ領事事務所長の米澤篤です。3月下旬に川口前所長の後任として勤務を開始しました。今回は、本コラムを借用し、着任のご挨拶をさせていただきます。

私は1993年にカンボジア語専門職として外務省に入省し、1995年から2000年、2005年から09年の二度に亘ってプノンペンの日本大使館に勤務しました。今回カンボジアの状況が経済発展や世代交代などで大きく変わる中、また自らの専門の地において両国関係の増進のために働けることを喜んでいます。特にシェムリアップにおいて中央とは異なる地方の視点でカンボジア

と関わることは得難い機会であり、現地に深く入って多くの人と知り合いたいと思っています。

着任後、ブラック・ソボワン州知事をはじめ、州内の様々な要人の方と面会しましたが、皆が一様に日本に対する高い評価と信頼の言葉を述べていました。これまでの多くの邦人の方々によるカンボジアとの協力と交流の積み重ねがあつてのこと、非常に有り難く感じます。こうした良好な関係が更に発展していくよう領事事務所として皆様の活動を支援し、両国の協力と交流を一層促進していく考えです。

今後とも当事務所に対して皆様のお力添えをいただけると幸いです。どうぞ宜しくお願ひ申し上げます。

在シェムリアップ日本国領事事務所 所長 米澤 篤

在シェムリアップ日本国領事事務所は、在カンボジア日本大使館の傘下の機関であり、シェムリアップ州を中心とするカンボジア北西部5州を管轄地域として、領事業務、広報文化業務などを取り扱っています。

✉ consuljp.rep@re.mofa.go.jp

📞 063-963-801~3(国番号:855)

⌚ 09:00~11:30 / 14:00~16:30

月~金(休館日を除く)

✉ kh.emb-japan.go.jp

在カンボジア日本国大使館のサイト内

⌚ JapanEmbassyCambodia



ブラック・ソボアン州知事表敬

オールドマーケット

観光客が最も多く訪れる人気の市場。土産物も多いが、日用品や生鮮なども並び、地元ならではの活気が味わえる。北側が地元向け、南側が観光客向けエリアとなる。

時 6:00頃～日没まで


キリングフィールド

ボルボト時代(1975年～79年)、罪なき一般人がカンボジア全土で百万人以上虐殺された。現在は慰霊塔が建てられている。敷地内には歴史絵画伝承資料館も併設。

料 3\$ (12歳以下無料)


アンコールボタニカルガーデン

15 ヘクタールの敷地に 500 種類以上の植物や花が育てられている。植物以外にもダチョウやクジャクなども育てられている。

庭園内にはカフェや図書室もある。

時 8:00-18:00(月休)

料 無料


クーレンエレファントフォレスト

アンコールワット遺跡内で観光客を乗せていた象たちが、シェムリアップ郊外の森で、ほぼ自然の環境で飼育されている。象の餌を作り、餌あげ体験などが楽しめる。

時 8:00-18:00

料 半日ツア-90\$


現代寺院

市内にはクメール人の信仰の場となる現代仏教寺院が数多くある。中でも格式高いワットボーにはフランス植民地時代に描かれたペインティングが残っており、当時の生活や仏教の話を知ることができます。


バブ・ストリート

観光客や地元の人で賑わうプチ歓楽街。夜は歩行者天国となり多くのレストラン、バー、クラブ、屋台などがオープンし、シェムリアップで最も活気があるエリアとなる。店舗によるが18～24時ごろまで営業する店が多い。


トンレサップ湖

東南アジア最大の湖であり、乾季で2,700平方km、雨季には12,000平方kmにもなる。インドシナ半島の雨季の降水と、ヒマラヤの雪解け水がメコン河を下り、トンレスップ川と合流するため水量が変化する。淡水魚は年間30万トンと世界有数の漁獲量を誇り、周辺ではプラホック作りやバスの花栽培が盛ん。

アーティザン・アンコール

フランス系の職業訓練所＆土産物ショップ。デザイン性の高いシルク製品、工芸品を販売する。どれも高品質で、大切な人へのお土産選びにも良い。無料で工房見学もできる。

時 7:30-18:30(無休)

料 無料


クメール伝統織物研究所・伝統の森(IKTT)

1996 年より運営されるクメールシルク工房。内戦から生き残った染め織り物の経験者を探し出し、ハイクオリティなシルク製品を生産している。故・森本喜久男氏が創立。

時 8:00-17:00(無休)

料 無料


APOPO

地雷探知ネズミとして活躍しているアフリカオニネズミの活動の様子を見学できる施設。カンボジア全土の地雷、UXOの現状も学ぶことができる施設となっている。

時 8:30-17:00

料 8\$


カンボジア地雷対策センター(CMAC)

国内全土に眠る地雷や不発弾の撤去団体。主な活動は地雷の特定、撤去など。地元住民への啓蒙活動や地雷探知犬の育成も行っている。

料 無料だがチップ要


アンコール生物多様性保護センター(ACCB)

クバールスピアン入口付近にある野生動物保護団体。絶滅の危機に瀕している動物を保護調査し、繁殖を試み、現地の人々に絶滅保護種の保護を伝えている。

時 9:00- / 13:00-

料 3\$-


アンコールワイルドライフ&アクアリウム

2022年末にシェムリアップ郊外にオープンした淡水魚水族館。メコン河で捕獲された3mに及ぶ大ナマズ、6mのバイソン、川カワウソなども飼育されている。

時 8:00-17:00/18:00(週末)

料 18\$ (12歳以下10\$)


アンコール国立博物館

アンコール王朝を基として、クメール文化・歴史を様々な観点から検証・分析し、一教育機関として指導を行っている博物館。日本語イヤホンガイド(有料)もある。

時 8:30-18:00/18:30

料 12\$ (12歳以下6\$)


プレア・ノロドムシハヌーク・アンコール博物館

上智大学アンコール遺跡国際調査団が、バンテアイクデイ遺跡で発見した274体の廃仏等を保管、常設。発見当時の状況、そこから考察される歴史などを紹介している。

時 8:00-17:00(休:月祝)

料 3\$ (12歳以下無料)


セグウェイカンボジアツアー

のんびりした小さな市場、現代寺院、小さなクメール遺跡、カンボジアの田舎道をゆっくりとセグウェイで散策。

体験的な30分コース
から2時間コースまである。

時 8:00-16:30

料 25\$~


アプサラダンス

無形文化遺産であり、クメール伝統芸能であるアプサラダンスや民族芸能が高級ホテル、レストランで楽しめる。ショーは19:30頃から開始することが多い。カンボジアに来たからには、是非とも見ておきたい。


アンコール・バルーン(気球)

アンコールワット正面より800m 地点、高さ約120mまで上昇し約 10 分の遊覧が楽しめる。市内やアンコールワット、西バライが見渡せる。天候や時季により連休する事もある。

時 日の出前-日の入

料 20\$ (5-12歳10\$)


カンボジアサーダス・ファー

バッタンバンの実力派 NGO 系サークス団がシェムリアップで毎晩公演。カンボジア人による躍動感あふれる演技が楽しめる。上演は月ごとに変更。

時 19:30-21:00

料 大人 18\$、5-11歳10\$


►チョンクニア地区

多くの観光客が訪れる人気観光エリア。時期により景色は大きく異なるが、湖上には学校、教会、警察など、陸と同じような施設があり、人々は陸と変わらない水上生活を送っている。


►コンポン・ブルック

コンポンブルックは水没林の手漕ぎボートクルーズが楽しめる。また、15m を超す高さの家屋が並ぶコンポンクリアンは雨季と乾季で村の水位が全く異なる。





シェムリアップ以外のお薦め都市情報

* 距離と時間などは全てシェムリアップ発

■ プノンペン(首都)

王宮、シルバーパゴダ、ワットボン、博物館、トゥールスレン博物館、キリングフィールド、カジノなど。バンやバスで6~8時間(6~17\$)、314km。飛行機(30分)



■ カンボット&ケップ

ボーコー国立公園、コンボントラッヂ洞窟、動物園、胡椒園、ビーチ、塩田など。在住者には避暑地的な街。バスで14時間(15~27\$)、プノンペン経由で462~478km。



■ シハヌークビル

ビーチ、島滞在、魚釣り、ロン島、ダイビング、国立公園、カジノなど。海の幸が美味しい。バスで12~14時間(17~27\$)、プノンペン経由で544km。



■ クラチエ

河イルカ、メコン河、トロン島滞在などエコツーリズムの宝庫。河イルカはカムピ村で見れる。バスで10時間(コンボンチャムで乗り継ぎ計13\$程)、425km。



■ バッタンバン

パンクトレイン、遺跡、サンボー山、コンポンブイ、サーカス、ワイナリー、フレンチコロニアル建築物や、NGOも多い。シェムリアップ在住者がこそと遊びに行く街。バスで3時間(6~10\$程度)、173km。

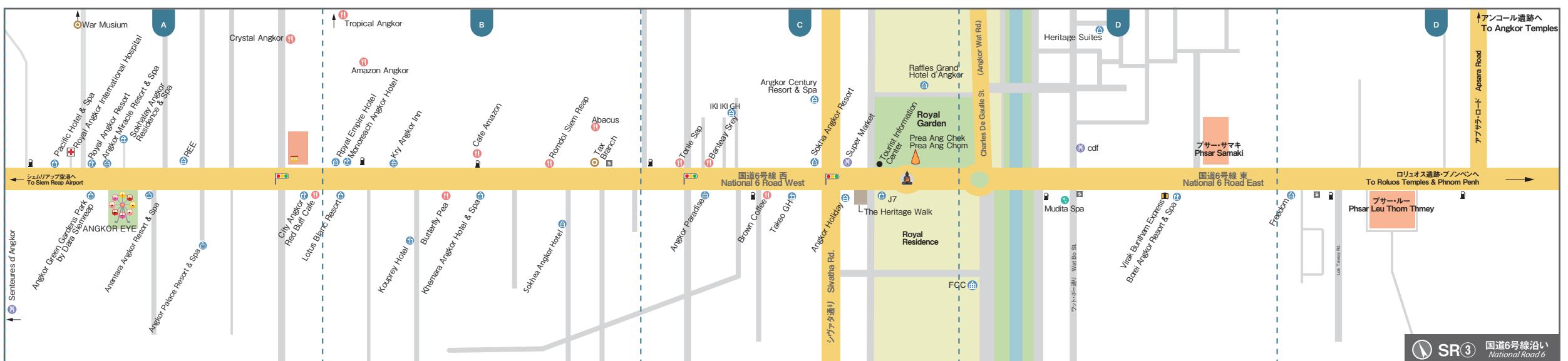
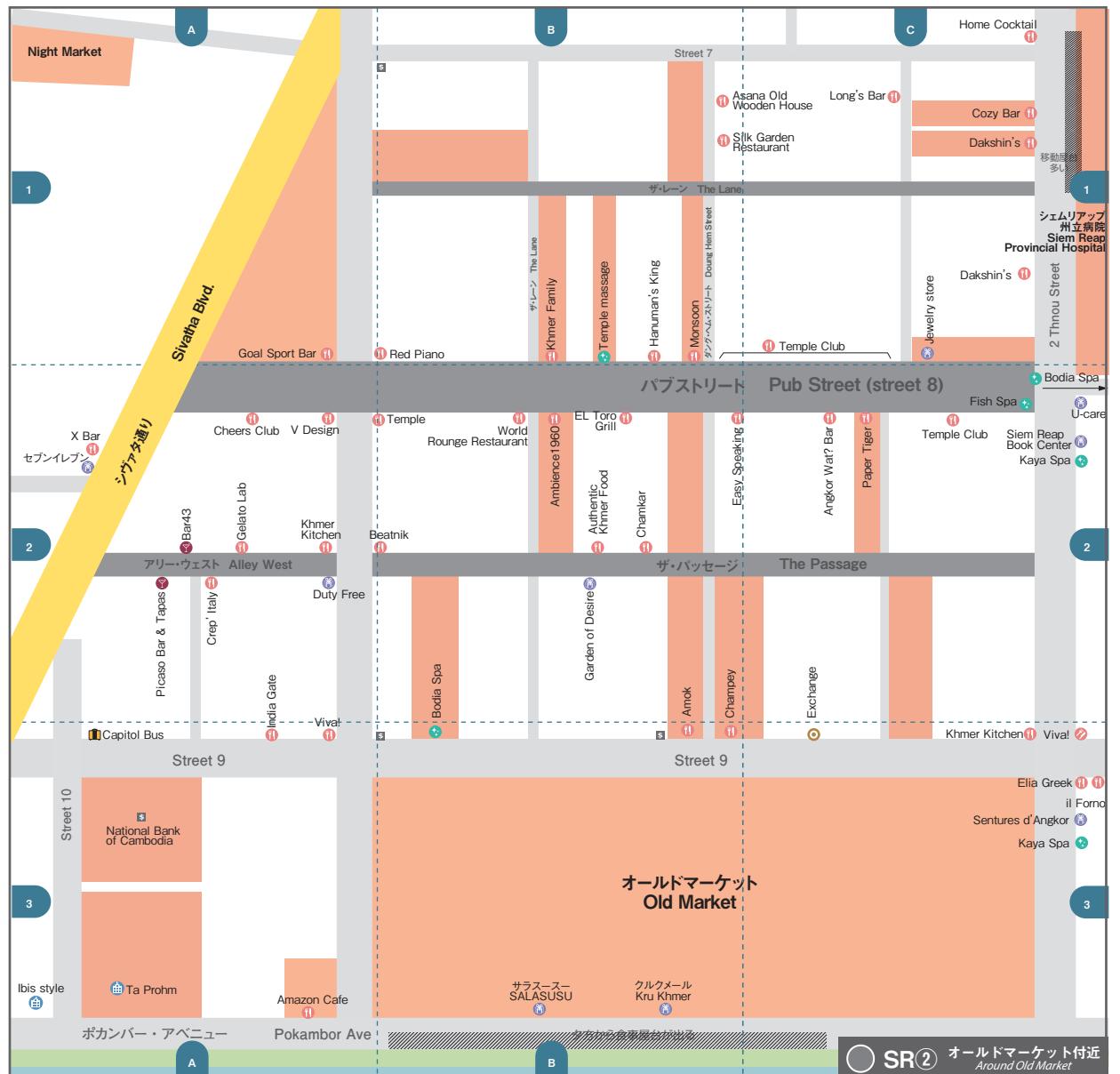


■ モンドルキリ&ラタナキリ

山岳民族、象、滝、コーヒー園など。モンドルキリはバスで12時間(コンボンチャムで乗り継ぎ計25\$程)、528km程度。時期により結構寒い。ラタナキリはバンで7時間(プレアヴィヒア経由、ストゥントレンで乗り継ぎ25\$)、526km。







これだけあれば大丈夫!

アンコール遺跡ガイド

カンボジア全土に点在するアンコール遺跡。ここではシェムリップから日帰りで行ける人気遺跡をご紹介!

CHECK!

アンコールバス

遺跡入場券は、遺跡近くの販売所（5:00～17:30）かオンラインで事前購入も可能。
3日券は10日間内に3日使用可能。7日券は1カ月内に7日使用可能。

料金 1日券：37US\$
3日券：62US\$
7日券：72US\$

アンコール・ワット Angkor Wat

語意は「寺院の町」。東西約1.5km、南北約1.3kmの環濠に囲まれた、幅約190m、長さ600m程もある大規模な寺院である。一説にはヒンドゥー教の三大神ヴィシュヌ神に捧げるために建造されたと言われるが、王自身の墳墓として造られたとの説もある。それは西が「死」を意味する方角であり、この寺院も西向きに建てられているからである。

アンコールワットの中央伽藍は須弥山を具現しており、周

囲の尖塔はヒマラヤ連峰、そこへと続く真っ直ぐな参道は、現世と天界を結ぶ虹を現す。そして外側の環濠は大海、その周囲には深い密林が広がっている。長編抒情詩が彫りこまれた第一回廊、第二回廊。そして急な階段を登ると「神の住む場所」と言われる第三回廊へとたどり着く。塔内で待ち受けている数多くの優美な女神テバター。それら全てとの出会いのセレモニーを経て辿り着く、中央に堂々と聳え立つ塔の懷内は、王と神々とが一体化する聖域だ。

遺跡MEMO

年代 12世紀前半
創建 スーリヤバルマン2世
宗教 ヒンドゥー教

必見度 ★★★★★
バス check有
朝日スポット○



第一回廊

760mに及ぶ回廊は8つの異なる物語が刻まれる。北東部及び北部の彫刻は16世紀半ば以降に彫られたものとされ、他の彫刻とはクオリティが大きく異なっている。

回廊に刻まれた物語
それぞれの壁画に注目



CHECK!

中心塔に太陽が昇る日



秋分と春分、昼夜の長さがほぼ等しくなるこの日の早朝、西参道の中心から中央塔を望むと、塔の真後ろから昇る太陽が鑑賞できる。当時の技術者は天体の動きを見事に取り入れ建造しているのである。遺跡の多くが東向きなのにに対し、この寺院は西向きに建造されている。西向きとは死、つまりは墓を意味しているとされ、太陽神であるヴィシュヌ神を祀ると同時に、王自身がここで己の墓場とし、神と一体になるための特別な場所だったのではないかと考えられる。

歯を見せて笑う
デバダーは必見!



西塔門

中央は「王様の門」、両側は「庶民の門」、最両端には「象の門」が並ぶ。南側のには「8本腕のヴィシュヌ神像」が立ち、東には「歯を見せて笑うデバダー」がある。

内戦時代に多くの
仏像が破壊された



第二回廊

内側には彫刻はほとんどなく、首が切られた仏像などが置かれている。外側第3回廊に向かってたくさん美しい女神像がある。朝8時から17時まで入場可。仏教の日は休み。

最も神聖な場所と
言われている



第三回廊

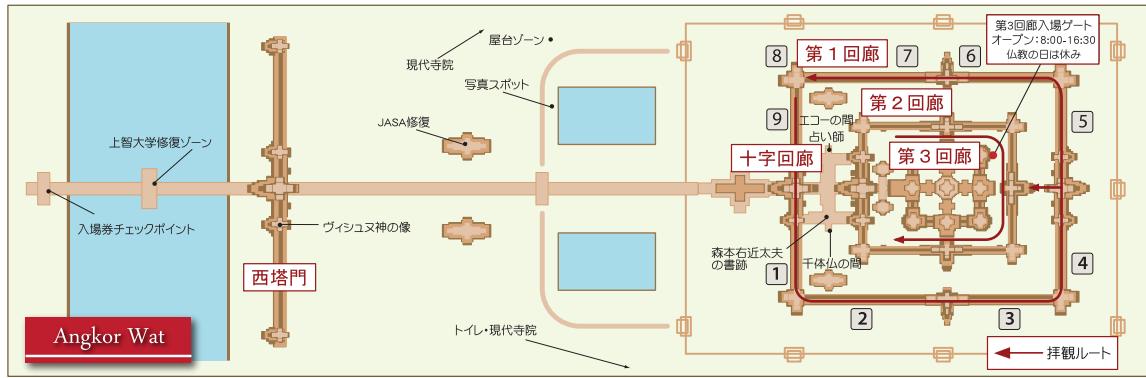
「神々の住む場所」中央塔。仏陀立像が四方に立ち、その周りには三段に並ぶ美しい女神像がある。朝8時から17時まで入場可。仏教の日は休み。

森本右近太夫の書
を見つけよう!



十字回廊

「千体仏の間」がある十字回廊。また江戸時代にアンコールワットを「祇園精舎」と勘違いして訪れた森本右近太夫の書をはじめ、周辺に14の落書きが残る。



アンコール・トム
Angkor Thom

一边3km、ほぼ正方形のアンコールトムはクメール時代最大の都城であったとされる。1177年、ベトナムのチャンパ族により一時的に王都は陥落したが、ジャヤバルマン7世の指揮のもと4年後には奪還に成功した。中心にあるバイヨン寺院、王宮からはまっすぐな道が伸び、四方にある5つの大きな門へと続く。周壁外には環濠があり、それにかかる橋には神と悪魔が大蛇ヴァースキで綱引きをしている乳海攪拌の様子がある。これは中心にあるバイヨン寺院が不老不死の薬アムリタを生み出したマンダラ山であると言ふことを示している。ちなみにアンコールは「都市」、トムは「大きい」を意味する。正式名称は「ヤショダラプラ」。

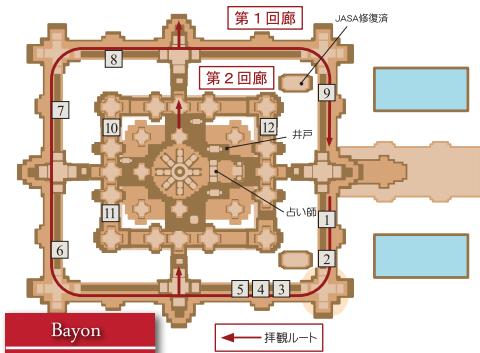
アンコール・トム内遺跡 Inside of Angkor Thom

アンコール王朝最盛期に作られた巨大な都、アンコール・トム。1日では回りきれないほど多くの遺跡が残るため、有名なバイヨンや五つの大門から回るのがオススメ。



バイヨン

アンコールトムの中心に位置するバイヨン寺院は、二層の回廊に囲まれたピラミッド型構造だ。敷地内に立つ49塔の祠堂には巨大な觀音菩薩（プラブマーラー神、ジャヤバルマン7世の顔等の諸説もある）が刻まれている。また、第一回廊壁面は、当時の庶民の生活と風俗、隣国チャンパ軍との激戦の様子の大絵巻が描かれており、第二回廊には乳海攪拌等、ヒンドゥー教の話が描かれている。現在、JASA（日本政府アンコール遺跡救済チーム）により第一回廊南東部が修復されている。また、寺院南東部にはバイヨン寺院およびJASA修復遺跡の説明を行う展覧施設がある。



Bayon

拝観ルート

【第一回廊壁画】

- 1: チャンバ軍とクメール軍の行進
- 2: 中国人の宴会
- 3: チャンバ軍とクメール軍の水上戦闘
- 4: 戦いに負けた人が魚に食べられる
- 5: チャンバ軍との戦いの凱旋祝宴
- 6: 虎から逃げるバラモン僧
- 7: クメール人同士の内戦
- 8: 曲芸をする人々
- 9: 象を使った軍隊の戦い

【第二回廊壁画】

- 10: 「乳海攪拌」
- 11: ガルーダにまたがるヴィシュヌ神
- 12: 「ライ王の伝説」大蛇と戦う王

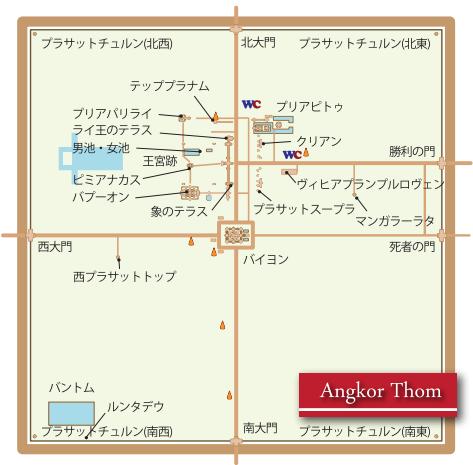


亀にお尻を咬まれて怒る兵士(第一回廊)



年代 12世紀前半
創建 ジヤバルマン7世
宗教 仏教

一辺約3kmある巨大王都アンコールトム(大きな都)は、高さ約8mの城壁に囲まれ、巨大な四面菩薩像が彫られた五つの門により守られる。門前の濠に架かる橋には、蛇神ナーガの胴体を抱えて並ぶ神々と阿修羅達が並ぶ。南大門はアンコールワットから最も近く、また他の門と比べても修復状態がよく、常に観光客で賑わっている。北門は大回りコースへと続き、西門は村人の生活道路となっている。東門のひとつ「勝利の門」はかつては戦いに勝った軍隊が凱旋する門であったようだ。逆に「死者の門」は敗戦した軍隊が入ってきたと言われる。



バブーオン 遺跡裏には巨大涅槃像が!



年代 1060年
創建 ウダヤディティヤバルマン2世
宗教 ヒンドゥー教

ピミアナカス



年代 10世紀前半
創建 スーリヤバルマン1世
宗教 ヒンドゥー教

ライ王のテラス



年代 13世紀前半
創建 ジヤバルマン7世
宗教 仏教

象のテラス



年代 12世紀後半
創建 ジヤバルマン7世
宗教 仏教

バイヨン北側に位置する三層回廊の寺院。第二次アンコール王都ヤショーダラプラ中心寺院で意味は「子隠し寺」。空中参道と呼ばれる170mの参道が寺院へと続き、寺院西側には巨大な涅槃像が建造されている。

王宮内にあるピラミッド型寺院で、東西35m、南北28m、高さは12mある。意味は「空中閣楼」。雨季は寺院周辺に雨水が溜まるため、空中に浮いているように見える。当時の王は毎晩ここで女蛇神と交わらなければ災いが起こるとされていたようだ。

象のテラス北側にある高さ約6mのテラスで、壁面にはナーガや神々の彫刻が施される。テラス上部にはライ王像(レブリカ)が残る。この王はライ病(ハンセン氏病)を患って亡くなったと言われており、三島由紀夫の戯曲「癪王のテラス」の題材となった。

バイヨン北側、王宮東正面。テラス約300mに渡り象の彫刻が施されていることから「象のテラス」と呼ばれ、かつて儀式や式典に使われたとされる。テラス北側には一部、二重になっている部分があり、五つ頭の馬神や象と戯れる子供の彫刻が残る。

南大門近くの遺跡
Ruins near S.Gate

アンコールワットからアンコールトム間にも小さな遺跡が残されている。中でもプノンバケンから見る夕日は人気が高く多くの人が訪れている。

プノン・バケン



年代 9世紀後半～10世紀初頭
創建 ヤショーバルマン1世
宗教 ヒンドゥー教



ロリュオス地方からアンコール地域に遷都され、最初に築かれた山岳寺院。76mの正方形の寺院には108本の小祠堂が建ち、その中央に大きめの祠堂が残る。プノンクロム、プノンボックとともにアンコール3聖山のひとつとされる。遺跡からはアンコールワットを一望でき、夕日のベストスポット。

小回りコース Small Circuit

主にアンコールトムの東南(またはアンコールワットの東北)エリアにある小・中遺跡を廻る仏植民地期に開拓された観光コース。アンコールトムの勝利の門からトマノンへプラサットクラバン間の観光要所を繋いでいる。

タプローム



年代 12世紀後半
創建 ジャヤバルマン7世
宗教 仏教

母の菩提寺として建設された寺院で、東西1000m、南北650m程ある。ガジュマルの巨木が遺跡のいたる所に絡み付き、寺院が発見された当時を思わせる。アンコールワット、バイヨンに次いで有名で、映画「トゥーム・レイダー」の撮影にも使われた。

バンテアイクディ



年代 12世紀後半
創建 ジャヤバルマン7世
宗教 仏教

バイヨン同様、東西の塔門には四面仏が刻まれている寺院で意味は「僧の砦」。東西700m、南北500m程ある。上智大学調査チームが寺院修復を行い2001年3月には200体以上の石仏等を発掘したことで有名。ここで発掘された物はシハヌーク博物館に保存されている。

スラ・ストラン



年代 12世紀後半
創建 ジャヤバルマン7世
宗教 仏教

「王の沐浴の池」。東西700m、南北約350mの池と、それを東向きに臨むテラスで構成された神聖な空間。池の中央には祠堂跡が残っており乾季には土台が現れる。残された碑文には「象の水浴びを禁ず」と記されている。朝日観賞の人気スポットでもある。

タ・ケウ 年代 10世紀 宗教 仏教
創建 ジャヤバルマン5世

緑砂岩を使つたピラミッド型寺院で、周壁は東西122m、南北106mある。建造途中で放棄された為、彫刻等はほとんどない。聳え立つ5つの塔は神の住む山「須弥山」を象徴している。階段はかなり急なので注意が必要。



プラサットクラバン

年代 912年 宗教 ヒンドゥー教
創建 ハルシャバルマン一世

基壇の上にレンガ造りの5つの塔堂が並び、中央塔にはヴィシュヌ神とガルーダ、北側の塔には神妃ラクシミニのレリーフが残る。「カルダモン(木の名前)の寺院」の意。1964年にフランス極東学院により修復が施され、保存状態も良い。



大回りコース Big Circuit

アンコールトムの北西～西側のエリアにある遺跡を廻る観光道。北門から、プリアカン～プレ・ループ間の観光要所をつないでいる。人があまり訪れない小遺跡もあり、自転車でゆっくり回ると良い運動になるだろう。

プリアカン



年代 1191年
創建 ジャヤバルマン7世
宗教 仏教

「聖なる剣」という意。当時の王がチャム王と戦った地に建造し、父の菩提寺として祭ったとされる。敷地外周は東西約800m、南北約700m。四方にはアンコールトム同様、乳海攪拌の欄干が残り、外側周壁には50m毎に大きなガーラーダ像が立ち並ぶ。寺院東には円柱造りの二階建て建造物が残る。

ニヤックボアン



年代 12世紀後半
創建 ジャヤバルマン7世
宗教 仏教

意味は「絡み合う蛇」で円形の祠堂の基壇に大蛇(ナーガ)が巻き付いているのに由来する。沐浴場で元々はプリアカンの貯水池の中心に位置していた。中央池の中心には祠堂と神馬像があり、四方の各小池には人・馬・獅子・象の彫像が建っている。

プレ・ループ



年代 961年
創建 ラジェンドラバルマン2世
宗教 ヒンドゥー教

東メボン同様に三層基壇の重なるピラミッド型寺院で、最上段にはアンコールワットと同様に五基の塔を備えている。東門から入ると広場に石棺が置かれている。ここで死者を荼毘に付し、寺院内北東部にある小さな祠堂で灰を流したとされる。

タ・ソム 年代 12世紀末 宗教 仏教
創建 ジャヤバルマン7世

ジャヤタータカ(北パライ)の東土手に位置する小寺院で、東西の塔門に觀音菩薩の四面仏が刻まれている。寺院は小型でこれといった見所は無いが、東塔門の四面仏には高木リエップの根が絡みつき見るものに忘れられない印象を与える。入口は西側。



東メボン 年代 952年 宗教 ヒンドゥー教
創建 ラジェンドラバルマン2世

王朝初期に造られた巨大貯水池東バライ(東西7.5km、南北1.8km)中に建つ寺院。現在貯水池は水は干上がっているが当時は基壇まで水につかっており、船で移動していた。島の上に造られた平面型寺院。



ガイド、車付き、人気のアンコール遺跡ツアー

 定番!アンコール1日コース 62\$ アンコールトム タ・プローム クメール料理 アンコールワット/夕日	 人気森遺跡!半日ベンメリア 55\$ ラビュートを彷彿！ 馬頭寺院	 死ぬまでに見たい 絶景にある天空寺院 106\$ アンコールワット 朝日、ハイヨン タ・プローム、ベンメリア 1日メガ盛り!アンコールとベンメリア	 第4の世界遺産!コーケー遺跡群 115\$ ベンメリア コーケー遺跡群
 半日!トンレサップ湖&夕日 45\$ クルーズして 夕日鑑賞	 死ぬまでに見たい 絶景にある天空寺院 145\$ 第2の世界遺産!プレアヴィヒア	 お高い 170\$ 第3の世界遺産!サンボーピレイック	 22\$ ディナー ブッフェショー 無形文化遺産アフサラダンシス

日本語で簡単予約!
[LINE](#) [QR code](#) [QR code](#)
シェムリアップ [855]12-890960
krormatours [855]15-890960

⇒ その他のツアーは裏表紙に!!

ロリュオス遺跡群 Roluos Group

シェムリアップから南東へ約15km地点にあるこの遺跡群は、8世紀末から9世紀にかけて栄えていた王都ハリハラーラヤである。ロレイ建造後に治水問題で現在のアンコール地方へと遷都した。

バコン



年代 881年
創建 インドラバルマン1世
宗教 ヒンドゥー教

ハリハラーラヤ王都の中心寺院で、アンコール時代初のピラミッド型寺院。大きさは東西900m、南北700m程あり、参道脇には巨大な蛇ナーガが並ぶ。三重の周壁に囲まれた五階層の寺院の南壁には「戦いに臨む阿修羅」のレリーフが残っており、当時は階層を囲むように壁画が彫られていたと考えられる。建設当時、中央祠堂はレンガ造りであったが、12世紀に砂岩で造り直された。

プリア・コー



年代 879年
創建 インドラバルマン1世
宗教 ヒンドゥー教

ロリュオス遺跡群の中では最古の遺跡で「聖なる牛」の意。シヴァ神の乗り物とされるナンディン牛の像が祠堂正面に三体並び、神が堂から出て来るのを待っている。寺院はレンガ造りで、中央伽藍の6基の祠堂を3重の周壁が囲んでいる。王が両親に捧げるために造った菩提寺といわれており、創建時は漆喰で覆われ白い寺院だったが、現在はほとんど剥げ落ちてしまっている。

ロレイ



年代 893年
創建 ヤショーバルマン1世
宗教 ヒンドゥー教

大貯水池インドラタターカ(創建者の父・インドラヴァルマンの名を称えた呼称)の中央小島に建設された寺院。先祖供養のために構築したと言われており、王の祖父母、両親にそれぞれ1基づつ捧げられている。4つの祠堂中央にリングを配し、四方に聖水が流れるようになっており、壁面には金剛力士像や女神テバダーがある。また、遺跡の敷地内には現在の仏教寺院が併設されている。

少し離れた遺跡 Remote Ruins

アンコールワットから離れたエリアにも多くのクメール遺跡が残っている。その中から人気の遺跡をピックアップ!

バンテアイスレイ



年代 967年
創建 ラジェンドラバルマン2世
宗教 ヒンドゥー教

東洋のモナリザと評される
美しいデバダーは必見!

シェムリアップから北へ約40km、片道約1時間で到着する位置にある中型寺院で「女の砦」という意味を持つ。他の寺院ではあまり使われていない紅色砂岩とラテライトで造られている。深く刻まれた精緻な彫刻が見せる黒と紅色のコントラストが他の遺跡とは異なる雰囲気で美しい。「東洋のモナリザ」と呼ばれるデバダーの彫刻有名。

プノンクロム



年代 9~10世紀前半
創建 ジャショーバルマン1世
宗教 ヒンドゥー教

西メボン/西バライ



年代 11世紀中頃
創建 スーリヤバルマン1世
宗教 ヒンドゥー教

バンテアイサムレ



年代 12世紀前半
創建 スーリヤバルマン2世
宗教 ヒンドゥー教

プノンボック

年代 9~10世紀前半 ヒンドゥー教
創建 ジャショーバルマン1世

アンコール三聖山の一つで、高さ235mにある寺院。寺院にはチャンパイの木が絡み付いている。山頂には破壊された巨大リングと貯水池が残っている。

チャウスレイヴィボル

年代 11世紀頃 宗教 ヒンドゥー教
創建 スーリヤバルマン1世

ベンメリアへと延びる王道沿いに位置する寺院。自然の丘を利用して建造された寺院であり、自然崩壊が進んでいる。小窓の密閉型寺院など、他と較べると変わった雰囲気をかもし出している。

シェムリアップ南部、トンレサップ湖畔に位置する約140mの小山で、山頂にヒンドゥー三大神を祀った寺院がある。ブンバケン、ブンボックと共にアンコール三聖山の一つもある。遺跡自体はそれほど大きはないが、ここから見る景色は美しく、雨季は湖に光が映え、一見の価値がある。朝日・夕日鑑賞にも適している。

東西8km、南北2kmの広大な貯水池、西バライ中央には小島があり、ここに残る寺院を西メボンと呼ぶ。遺跡は部分的に残存するのみだが、残る彫刻はバーチャル様式で興味深い。ブンバケン国立博物館蔵の「横たわるヴィシュヌ神の胸像」はここ出土物である。島までのボートは片道約10分、一隻15US\$程度。

かつてこの地域に居住していた民族の名を拝して「サムレ族の砦」という意味を持つ。四方を周壁に囲まれた内側にはアンコールワットによく似た中央祠堂があり、破風には様々なヒンドゥー教のストーリー性のある彫刻が刻まれる。東参道にはテラスがあり、高さ約6mの周壁上部にはラテライトで彫られた珍しいナーガが残る。

クーレン山遺跡 Temple in Kulen

シェムリアップから北へ約50km、片道約1.5~2時間で聖山プノンクーレンに到着。その山上には50を超す遺跡が残っている。自然の岩に刻まれた彫刻はアンコールワットとは違った魅力を持っている。

クバールスピアン



年代 11世紀中頃
創建 ウダヤディティヤバルマン2世
宗教 ヒンドゥー教

プノンクーレン



アンコール王朝
発祥の地

スラードムライ



高さ3m、体長6mの
巨像は庄巻

約40分の山登りを要する。クーレン山西部にはシェムリアップ川の源流があり、その上流約200mに及ぶ範囲には、千本リングガと呼ばれる彫刻、ヒンドゥー教の神々、カエルの彫像など、多くの彫刻が点在している。この空間を流れる水は聖水となり、シェムリアップ全土を潤すように流れていく。ただし乾期には川の水が全くなくなり川底が露出する。ちなみにクバールスピアンとは「頭の橋」という意味。午後3時を過ぎると入山が禁止される。



ジャヤバルマン2世が宗主国であったジャワからアンコール王国独立を宣言した聖なる山であり、川底に眠る神々と千本リングガ、20mの高さを誇る二段の滝、岩上に金色に輝く巨大仏像ブレアアントン、点在する仏像を楽しむトレッキングコース等があり、ゆっくりと楽しむことが出来る。



山上の遺跡群には50を超す小寺院、彫刻、彫像、窯跡などが残されているが、中でも巨大な象、二頭の獅子、蛙、牛が残されるスラードムライと、横たわる巨象ドムライクラップが有名。この周辺には地雷が残っている可能性があるため、山上にいるローカルガイド・バイクタクシーの同行が別途必要となる。(1日15~20US\$程度)

プーン・コムヌー
年代 不明 ヒンドゥー教
創建 不明



シェムリアップから北東へ約60kmのスワイラー村よりクーレン山麓まで約10分で到着、他の山上遺跡とは異なるルートを通る。巨大な岩石群に到着する。その壁には「夢見るヴィシヌ神」「ガネーシャ」「ガルーダに乗るヴィシヌ神」「神々」が刻み込まれている。



撮影、編集、営業等業務実績一覧

カンボジアでの各種出版物、
映像撮影、編集制作、
メディアサポート、営業代行
全般承っております。

各種撮影許可取り等各種お問合せ、
お見積もりはこちらから

クロマーメディア事業部



017-777-110
info@seishiron.com



遠距離遺跡 Outlying Temples

シェムリアップ郊外の日帰りで訪問できる遺跡を一挙紹介。アンコールワットとは一味違った遺跡達だが、それぞれ特徴があるので訪問してみよう。遺跡だけでなく途中出会う人々や村々もきっと興味深いはず。



ベンメリア

年代 12世紀中頃
創建 スーリヤバルマン2世
宗教 ヒンドゥー教

南門テラスにある
ナーガは一見の価値あり

シェムリアップから北東へ約60km。アンコールワットを平面型化したような遺跡で、祠堂の配置や十字回廊など、構造上の類似点が多いことから東のアンコールワットと呼ばれる。意は「花束の池」。寺院の修復等はあまり行われておらず、寺院発見当時の雰囲気を味わうことができる。近くには小さな遺跡もいくつか残っている。

プレアヴィヒア

年代 9~12世紀中頃
創建 ヤシヨーバルマン1世/
スーリヤバルマン2世
宗教 ヒンドゥー教

カンボジア
第二の世界遺産

カンボジア北部、タイとの国境地ダンレック山の山頂約570m地点に建てられた大聖堂。寺院は四つの階層に分かれしており、入り口である北側の参道には七つの頭を持った巨大な蛇の欄干が横たわり、第二階層には乳海攪拌や夢を見るビシュヌ神の彫刻が綺麗に残っている。また東側には旧参道があるがかなり崩壊して危険。山頂までは1台あたり25US\$程度払えば乗合車に乗ることも可能。入場料10US\$。



コーケー遺跡群

年代 928年
創建 ジャヤバルマン4世
宗教 ヒンドゥー教

カンボジア
第四の世界遺産

シェムリアップから北東へ約120km。この地には928年から944年頃まで、アンコール地方から王都が移されていたが、王の死後、再びアンコールに王都を戻し、その後ずっと放棄された。遺跡群はプラサットムと呼ばれる高さ35mの7段ピラミッド型寺院を中心に30以上の祠堂や貯水池跡等の遺跡が残っている。寺院は比較的綺麗に残っている。入場料15US\$。

カンボジア
第三の世界遺産

サンボープレイイック

年代 7世紀前半
創建 イシャナバルマン1世
宗教 ヒンドゥー教

7世紀初頭、前アンコールの真臘時代の首都として建造された寺院群。コンボントムの町からは東へ約30km地点。シェムリアップから南東に約170km。森に囲まれた寺院群は大まかに分けて4つのグループ、130以上ものレンガ造りの遺跡から形成されている。中でも八角形の祠堂、巨木が絡みつく祠堂、「空中宮殿」と呼ばれる建物等が特に有名。入場料10US\$。



バンテアイチュマール

年代 12世紀中頃
創建 ジャヤバルマン7世
宗教 仏教

珍しいレリーフが
数多く残る

バンテアイエンチェイ北部にある遺跡。王が亡くなった息子を追悼した菩提寺。寺院中央塔付近には四面仏像が数基残り、外壁には有名な觀世音菩薩(千手觀音)をはじめ、興味深いレリーフが多く残っている。他小型寺院が点在しているが中央寺院以外は地雷が残っているのでガイドが必要。入場料10US\$。

大ブリアカン

年代 11~13世紀前半
創建 スーリヤバルマン1世 / ジャヤバルマン7世
宗教 ヒンドゥー教 / 仏教

一辺5kmもある
大きな寺院。

プレアアヴィヒア州、コンボンスヴァイにある大型寺院。同名の遺跡がシェムリアップにあるためこう呼ばれるが、地元民はバカン寺院と呼ぶ。シェムリアップから東に約120kmの地点にあり、乾季、雨季共に約5時間で到着。寺院は長さ3kmの貯水池を有し、外周壁は一辺5kmの正方形とかなり大きい。周辺には中型寺院「プラサットドムライ(象の寺院)」「プレアストゥン(四面仏像)」等が残っている。また周辺には地雷が残り、宿泊施設は無い。入場料10US\$。



カンボジア便利情報



時差

日本時間より2時間遅れ。カンボジアの正午が日本の午後2時となる。GMT(グリニッジ標準時)+7で、バンコク、ベトナムと同じ時間。サマータイム制はない。

電気

電圧 : 220V(ボルト) 周波数 : 50Hz(ヘルツ)

日本の家電製品を利用するには変圧器が必要。コンセントの形状は様々だが、日本のものと同じ[A]タイプと[C]タイプが主流。差込口は両タイプ共用型。もし A タイプが差込みにくければ C タイプを間に噛ますとい。



ユニバーサルタイプの差込口
(A-C共用可能タイプ)

衛生と食事

生水、水道水、生野菜、氷は出来る限り避ける。ボトルの水や缶ジュースなどが街中の至る所で売られているので手軽に購入できる。クーラーボックスから出された飲み物は必ず口の部分を拭いてから開け、サービスで付くストローを使用しよう。長期の滞在でも、安価な屋台の食事は衛生管理状態が悪いのは念頭に置いて気を付けるようにするとい。

通貨・両替

現地通貨はリエル (Riel) だが、US\$ も流通していて US\$ での支払いが可能。ただし古いものや汚れている US\$ は受け取りを断られる場合もあるので注意。1US\$=約 4000 ~ 4100 リエルが目安。観光エリアにはクレジットカード支払い可能な店あるが、手数料を取られる場合もある(2 ~ 4%)。

銀行

長期滞在ビザで口座開設できる銀行が多い。QR コード支払いの普及で、口座を持っていると便利。また、ATM はクレジットカードでの現金引出しが可能(要手数料)。都市部では ATM が日々増設されている。カンボジアの銀行は、銀行が破産申請した場合の預金保証制度が無いため、注意が必要。※T/C の取扱いは 2013 年 9 月より停止している。

交通事情

三輪のリキシャーやトウクトゥクが一般的。料金が明確なので、Grab などの交通アプリが便利。都市間移動は主にバスやタクシーを利用することが多い。

郵便

カンボジアから日本への航空便は 1 週間から 10 日かかる。はがき 3,000 リエル、封書は 20g まで 4,000 リエル、50g まで 8,000 リエル。EMS(国際スピード郵便)もあるが、25US\$ 程度。

安全とトラブル

在シェムリアップ日本国領事事務所

Map ①D-1

住所 Sokha Palace Siem Reap Hotel, Rd. 60, Siem Reap

電話 063-963-801 ~ 3(代表) Fax 063-963-804

開館 9:00-11:30 / 14:00-16:30 (平日) 土日祝休

Web www.kh.emb-japan.go.jp Mail consuljp.rep@re.mofa.go.jp

緊急連絡先

夜間及び休館日
023-962-664

在カンボジア日本大使館

Map --

住所 No.194, Norodom Blvd., Phnom Penh

電話 023-217161 ~ 4(代表) Fax 023-216162

開館 8:00-12:00 / 14:00-16:30 (平日) 土日祝休

Web www.kh.emb-japan.go.jp Mail japan.embassy@pp.mofa.go.jp

緊急連絡先

平日昼休み 061-799-883 | 夜間及び休館日 023-217-161

カンボジアの警察は休日があるので注意!

市警察外国人課

REP: 012-555-205(日本語可) PNH: 012-835-666(英語可)

シェムリアップ ツーリストボリス

Charles De Gaulle Tel: 012-402-424(英語可)

プノンペン ツーリストボリス

Preah Norodom Blvd. (41) Tel: 011-858-660 / 012-942-484(英語可)

消防

666 / 012-999-999(共通)

カンボジア医療機関



シェムリアップ

アンコール共生病院

Map -

Angkor JAPAN Friendship International Hospital

総合・専門診療科、救急診療、予防接種、健康診断に対応。日本語が話せるスタッフと日本人看護師が常駐。各保険会社のキャッシュレスサービスに対応。

Add No.Bun Rany Hun Sen St. Tel 076-677-7879 / 087-789-150
Web <http://ajfjh.org/>

ロイヤルアンコール国際病院

Map ③A

Royal Angkor International Hospital

バンコク病院系列の国際基準を備える総合病院。緊急対応、移送手配可。海外保険適用範囲内のキャッシュレスサービス可。日本人通訳常勤。

Add National Rd. No.6 Tel 063-761-888 / 012-235-888
Web www.royalangkorhospital.com

ホテルドクターサービス

Map -

Hotel Doctor Service

体調が悪い時にホテルまで駆けつけてくれる。日本人看護師在籍。

Add Funky Lane Tel 017-713-690
Web <https://www.hotel-doctor-service.com/>

プノンペン

Phnom Penh

ケン・クリニック

Ken Clinic

カンボジア初の日本人医師によるクリニック。外科・内科・小児科。海外旅行傷害保険キャッシュレスサービス。主に日本製の薬を処方。レントゲン、超音波、胃カメラ、血液検査など可。予防接種要予約。

Add No.14A, St.370, BKK1 Tel 023-223-843
Web www.kenclinic-cambodia.com/

サン・インターナショナル・クリニック

Sun International Clinic

日本人医師・看護師常駐の多診療科クリニック。日本国内全ての海外保険に対応したキャッシュレスサービスを提供。内科、耳鼻科など幅広く対応。

Add No.18, St.302 Tel 069-268-060 / 092-116-613
Web www.siclinic.com/jp

サンライズ・ジャパン・ホスピタル

Sunrise Japan Hospital Phnom Penh

プノンペン市内にサンライズジャパン病院(救急・総合病院)とサンライズメディカルセンター(総合内科・健診)の2拠点があり、予防から救急、手術、入院、リハビリと一貫した医療サービスを提供している。

Add 177E, Kola Loun St. Tel 023-260-152
Web www.sunrise-hs.com/index.php/jp/

ラッフルズ・メディカル・カンボジア

Raffles Medical Cambodia

欧米、カンボジア人医師常駐。日本人医師も勤務。総合診療科、専門医療、救急診療、予防接種、健康診断。各保険会社のキャッシュレスサービスにも対応。

Add No.161, St.51 Tel 012-816-911/023-722-058
Web www.rafflesmedicalgroup.com

ロイヤルプノンペン病院

Royal Phnom Penh Hospital

旧ロイヤルラタナック病院閉院後、新たにバンコク病院系列の総合病院として開院。キャッシュレスサービス対応可。各種検査、入院施設完備。

Add No. 88B, Russian Blvd. Tel 023-991-000
Web www.royalphompenhospital.com

シハヌークビル

Preah Sihanoukville

シーティ・クリニック

CT Clinic

外国人対応が可能な診療所。内科、外科、小児科。簡単な手術、予防接種、健康診断も可。海外保険取扱。英語対応。Visa、MC カード取扱い。

Add No 47, Borei Kamakor Street Tel 081-886-666 / 034-936-666
Web <http://ajfjh.org/>

保険について

カンボジアでは、場合によっては治療費が高額になることもあるため、病気や怪我に備えて保険には必ず加入しておくこと。在住外国人向けの医療保険も、いくつかの保険会社でサービスを提供しているので、現地で保険に加入することもできる。保険適用の病院であれば、キャッシュレスで診療が可能。

外国人向け医療保険商品を提供している会社: FORTE、バンコクインシュランス



In Siem Reap

広告主

食べる Japanese Restaurant

アオイキッチンカレー AOI Kitchen Curry

シンプルな2\$の日本カレーに、トッピングを乗せていくスタイル。

☎ ---- 会 Night Market St.

花紋 Kamon

カンドールビレッジにある日本食レストラン。セットメニューは4.5\$~。

☎ 092-990-986 会 Kandal Village

からから Karakara Spicy Ramen

シヴォタ通りにある日本のラーメン屋。辛さが選べる。つまみもありお酒も飲める。

☎ 069-778-284 会 Sivutha Blvd.

元気家 Genkiya

バリエーション豊かな定食メイン。個室あり。

☎ 099-787-985 会 Night Market St.

侍 SAMURAI

ラーメン、餃子、焼き鳥、お寿司、丼ものなどなんでも美味しい。

☎ 099-372-929 会 Night Market St.

スシ×バー・心 Sushi×Bar Shin

サイドメニューも豊富の寿司居酒屋。ランチセットはお得。

☎ 010-634-620 会 Night Market St.

居酒屋 大 IZAKAYA DAI

日本人経営の居酒屋。焼き鳥や小鉢なども多い。

☎ 092-137-074 会 Steung Thmey Village

タイガーラーメン Tiger Ramen

アンコールタイガー FC が経営するラーメン屋。くせになる味

☎ 069-940-213 会 Platinum Rd.

竹園 Takezono

ソカアンコール内にある、高級日本料理店。

☎ 096-616-1999 会 National Rd.6

とんかつふみぜん FUMIZEN

日本のホテルニューオータニに本店がある。とんかつは絶品。

☎ 099-666-265 会 Preah Sangreach Tep Vong St.

ハシ Hashi

お刺身やお寿司など和食が食べられる。メニューが豊富。

☎ 081-226-007 会 Wat Bo Rd.

シェムリップ ホルモン SiemReap Horumon

カンボジア産オーガニック豚使用。こだわりの特製タレも見逃せない。

☎ ---- 会 Angkor Night Market St.

ラーメン 餃子 宮崎 Japanese Ramen Dumpling Miyazaki

ラーメンや餃子などもある。日本の有名店主将を引き継ぐ味!!

☎ ---- 会 Funky Lane

やきとり大将 Yakitori Taisyo

炭火焼き鳥店。サイドメニューも有。ローテーブルもあり、まさしく日本の居酒屋。

☎ 012-716-642 会 St.Tep Vong

Re:与作 Re:YOSAKU

カンボジア国産の牛タン専門店。上質なタンを堪能できる。

☎ 087-428-965 会 Bakheng Rd.

リスト掲載の推薦受付中! info@krorma.com まで!

日本料理

コルコ 1979 Korko 1979

本格的なクメール料理。古民家を改装している。雰囲気、サービス良し。

☎ 012-809-123 会 Near Charming City

ザ・シュガーパーム The Sugar Palm

モダンな木造のお店。バームシュガーの木からテーブルや椅子が作られている。

☎ 012-818-143 会 St.27, Wat Bo

スプーンズ Spoons

綺麗な店内でサービスの良いソーシャルレストラン。

☎ 076-277-6667 会 Pave Road. Wat Damnak

スラトム Slatoum

木造高床式家屋に水車が回っていて目立つ川沿いのレストラン

☎ 010-300-188 会 King's Road

チャンレイ・ツリー Chanrey Tree

古民家を利用したお洒落な店内で伝統的なクメール料理が楽しめる。

☎ 017-799-587 会 St.Pokambor Ave.

バンティ・スレイ Banteay Srey

正統派のカンボジア料理。報道写真家一ノ瀬泰三が通っていた。

☎ 012-682-832 会 National Rd.6

ヘヴン Heven

自立支援を目的としたレストラン。緑豊かでおしゃれ。

☎ 078-342-404 会 Chocolate Rd

ボー・クイジーン Por Cuisine

アプサラダンシショードが見れるモダンなクメールレストラン。

☎ 093-224-242 会 No.298, St.22

マホーブ Mahob

カンボジアの食材を活かした創作料理。肉料理に定評がある。

☎ 017-376-038 会 Traing village

マリス Malis

高級クメール料理店、お客様が来た時に◎。

☎ 015-814-888 会 Pokambor Ave.

メン・バーベキュー Meng BBQ

\$7.5ドルの食べ放題 BBQ。海鮮もありお腹一杯になる

☎ 093-422-224 会 Wat Bo Street

モラコット・アンコール Morakot Angkor

アプサラダンシショード、クメール格闘技ボッカタオショード開催のショーレストラン

☎ 098-776-777 会 Psar Dam Krolanh Rd.

ロッポ・ルッサイ Mlobb Russei

ローカル感満載の焼き鶏の店。西バライ近く。

☎ 012-659-616 会 Sangkat Teuk Thlai Chre

食べる Khmer Restaurant

カンボジア料理

アマゾン・アンコール Amazon Angkor

アプサラダンシショードを毎晩開催しているインターナショナルブッフェレストラン。

☎ 012-966-988 会 Phum Kroos

クメールテイスト Khmer Taste

クメール家庭料理がリーズナブルに楽しめる人気店

☎ 093-224-242 会 Sok San Rd.

クメールキッチン Khmer Kitchen

オールドマーケット近くで立地良い老舗人気クメールレストラン

☎ 012-763-468 会 Old market

クリスタル・アンコール Crystal Angkor

部屋数、座席数共に多い大型ショーレストラン。スパエクとアプサラダンシがある。

☎ 012-786-786 会 Krous Village

リスト掲載の推薦受付中! info@krorma.com まで!

食べる Chinese Restaurant

中国料理

インペリアルレストラン Imperial Restaurant

中国料理

リージェンシー アンコール ホテル内。広々とした店内で点心を堪能できる。

☎ 092-990-986 会 Charles De Gaulle

トロピカルアンコール Tropical Angkor Restaurant

中国料理

多国籍の料理が堪能できる大型レストラン。鍋もある。

☎ 012-862-111 会 Krous Village

食べる Western Restaurant

西洋料理

アバカス Abacus

西洋料理

日本人もよく訪れる。本格フレンチが食べられる。

☎ 012-644-286 会 Abacus Lane

イル・フォルノ Il Forno

西洋料理

イタリアンといえばここ!老舗で在住者からも絶大な人気を誇る。

☎ 078-208-174 会 Street 09

ソカ・リバーラウンジ Sokhak River Lounge

西洋料理

リバーサイドのお洒落なフュージョン・フレンチ。

☎ 099-210-776 会 St.Pokambor Ave.

テル・ステーキハウス Tell Steak House

西洋料理

老舗のドライ&スイス料理店、自家製ソーセージは必食。

☎ 081-722-282 会 Wat Bo Rd.

フェリーニ Fellini

西洋料理

欧米人で賑わうハイセンスな建築空間のイタリアン。

☎ 061-448-899 会 Bamboo St. Wat Damnak

マンマショップ Mamma Shop

西洋料理

カンダールビレッジ内のイタリアン。パスタは自家製。

☎ 088-413-8649 会 Kandal Village

ビーティーハウス PT House

西洋料理

モダンスタイルな店で、イタリアン、西洋料理、そしてクメール料理も楽しめる。

☎ 015-929-999 会 Street 30

リスト掲載の推薦受付中! info@krorma.com まで!

食べる

買う

宿泊する

泊まる

暮らす

食べる Other Restaurant

カレーワラ Curry Walla

お手頃価格の本格インド料理の老舗店。

☎ 063-965-451 会 Sivatha Blvd.

ダイバク Dae Bak

在住者御用達の韓国料理。食べ放題BBQで有名。

☎ 092-355-811 会 Taphul Rd.

ビバ Viva

メキシカン料理。全て外れなし。2号店もある。

☎ 092-209-154 会 Near Old Market

その他

①B-3

レイズカフェ Rays Mrech Kampot Cafe

カンボット産胡椒を使ったお洒落カフェ。胡椒の販売もしている。

☎ 015-384-745 会 Angkor Night Market St.

ローリーポーリー Cafe Roly Poly

緑に囲まれた一軒家。自家焙煎カンボジアコーヒーとティラミスが人気。

☎ 012-226-300 会 Concrete Road Wat Damnak

食べる Bar

バー

アサナ・オールドウッドハウス ASANA old wooden house

②B-1

木造住宅を改装したバー。カクテル教室も開催。

☎ 092-987-801 会 St.7

アトランティスマタルバー Atlantis Metal Bar

①A-1

ロック&メタルバー。ライブイベントなどを定期的に開催。

☎ 096-876-9042 会 Sok San Rd

Xバー X Bar

①B-4

セブンイレブンの上にありバズストリートを見下ろせる老舗クラブ

☎ 012-263-271 会 Sivatha Blvd.

シルク・ガーデン Silk Garden

②B-1

欧米人、カンボジア人で賑わう。自由な雰囲気が人気。

☎ 一一一 会 St.7

ハードロックカフェ HardRockCafe

①B-4

世界で展開しているレストラン。オリジナルグッズも販売。

☎ 095-983-889 会 Achar Sva St.

ピカソ Picasso

②A-2

カウンター席のみ。お客様同士で会話が弾む。サングリアが美味しい。

☎ 081-316-042 会 Alley West

バー 43 Bar43

②A-2

ハイセンスな店内。オリジナルカクテルが美味。

☎ 077-997-515 会 Alley West

広告のお問い合わせは info@krorma.com まで!

食べる Cafe & Bakery

カフェ & ベーカリー

10円お菓子 Okashi

①D-5

日本人経営の菓子パン屋さん。10円玉のふっくら焼きパン。

☎ 060-990-077 会 Makara St

カンム KANMU

①C-5

日本をモチーフとしたユニークで大人気のコーヒーショップ

☎ 一一一 会 Sombai Rd.

クメールタイム Khmer Time

①C-2

アンコールクッキー併設、マンゴーかき氷が人気 No.1

☎ 017-976-660 会 Charles de Gaulle Blvd.

ブラウンコーヒー Brown Coffee

①B-3

天井が高く広々とした空間で落ち着く。ブンバンにあるチェーン店。

☎ 098-999-818 会 National Rd.6

ジェラートラボ Gelato Lab

②A-2

カンボジア産の材料を使用したジェラートがお勧め。

☎ 085-757-590 会 Alley West

テンブル・コーヒー Temple Coffee

①B-4

川沿いで奇抜な外観が目立つ。屋上はスカイバー。

☎ 090-999-955 会 Riverside

バイヨン・コーヒーショップ Bayon Coffee Shop

①A-3

NGO運営のベストリースクール併設のカフェ。小道を入るとある。

☎ 077-806-229 会 Taphul Rd.

バコン Bakong Restaurant & Cafe

①B-4

カジュアルで素敵な絵が飾られている。明るくて落ち着いている。

☎ 012-333-932 会 No.001, Sivatha Blvd.

ピース・カフェ Peace Cafe

①C-2

オープンエアが気持ちいいガーデンカフェ。

☎ 092-177-127 会 Riverside

フレッシュフルーツファクトリー Fresh Fruit Factory

①A-3

ふわふわかき氷とパンケーキを極上フルーツと一緒にどうぞ!

☎ 081-313-616 会 Taphul Rd.

リスト掲載の推薦受付中! info@krorma.com まで!

その他

①A-3

レイズカフェ Rays Mrech Kampot Cafe

カンボット産胡椒を使ったお洒落カフェ。胡椒の販売もしている。

☎ 015-384-745 会 Angkor Night Market St.

ローリーポーリー Cafe Roly Poly

緑に囲まれた一軒家。自家焙煎カンボジアコーヒーとティラミスが人気。

☎ 012-226-300 会 Concrete Road Wat Damnak

買う Boutique & Variety Goods

お土産

アンコール・クッキー Angkor Cookies

①C-2

アンコールワット型のクッキーが有名なお土産物店。

☎ 012-315-804 会 Charles de Gaulle Blvd.

カンボジア・ティータイム Cambodia Tea Time

①B-1

伝統菓子ノム・トム・ムーンを中心にお土産が揃う。

☎ 092-671-928 会 Charles de Gaulle Blvd.

セントウール・ダンコール Senteures d'Angkor

②C-3

フランス人オーナー。石けんやオイル、スパイスなど品揃え豊富。

☎ 063-964-861 会 Opposit Old Market

ベリーベリー Very Berry

①B-4

カンボジア各地の良いものを販売。水草バッグ・パザーナサラはこちら。

☎ 077-850-602 会 Psah Chas Alley

メイドイン カンボジア マーケット Made in Cambodia Market

①B-3

カンボジアメイドのこだわりのお土産が揃う青空市。

☎ 010-345-643 会 Oum Khun St.

買う Artisan stores, Crafts

伝統工芸、手作り工房

アーティザン・アンコール Artisans Angkor

①A-4

高品質で品揃え豊富。自立支援と伝統工芸伝承の工房見学もできる。

☎ 063-963-330 会 Stung Thmey St.

アンドコー Andkow & Co

①B-4

薬莢を使ったアクセサリー、革製品が多数。手作業でこだわりのもの。

☎ 010-872-254 会 Kandal Village

クメール伝統織研究所 IKTT

①B-5

伝統織物の研究と作品販売をしている。見学可。

☎ 063-964-437 会 Viherchen Village,Rd to Lake

クル・クメール Kru Khmer

②B-3

ハーブを中心に手作りのコスメをプロダクト。スパ・クメールと同経営。

☎ 017-418-196 会 Old Market

サラースー SALASUSU

②B-3

村の女性達が作るイグサを使用した雑貨やサンダルが人気。

☎ 016-808-712 会 Old Market

パヴァナサラ Pavanasara

①B-4

トンレサップ湖のホティアイオイを使ったバッグなど。工房あり。

☎ 077-850-602 会 Psah Chas Alley

買う Super Market & MALL

スーパー & モール

アンコールマーケット Angkor Market

①A-2

在住者御用達のスーパー。

☎ 012-222-285 会 Sivatha Blvd./National 6 Rd.

グリーンマーケット Green Market

①B-4

様々な国の料理が楽しめるフードコート。

☎ 066-265-935 会 Sivatha Blvd.

セブンイレブン 7-Eleven

日本でもお馴染みのコンビニ。タイの製品が多い。

☎ 一一一 会 Krong Siem Reap

ヘリティージウォーク The Heritage Walk

①B-3

カフェやレストラン、ブティックが集まる複合施設。

☎ 089-577-727 会 National 6 Rd.

買う Others

その他

インターナショナルブック (IBC) International Book Center

①C-3

大型の文具店。2階が本屋になっている。

☎ 010-385-168 会 National 6 Rd.

ユーケア U care

観光客も多い中心部にあるドラッグストア。

☎ 095-888-562 会 Sivatha Blvd.

広告のお問い合わせは info@krorma.com まで!

地雷撤去平和博物館 The Peace Museum of Mine Action(CMAC)
市内から 40 分程にある CMAC 運営の地雷博物館。

☎ 097-4944-194 会 Anlong2village, Tropeang Thom

戦争博物館 War Museum

内戦時の戦車や爆弾・銃を展示する屋外ミュージアム。

☎ 097-457-8666 会 Sra Nge Commune

フレー・ノロダム・シアヌーク・アンコ・ムージアム Preah Norodom Sihanouk Angkor Museum

「AEON」が寄贈した博物館。千体仏は必見。

☎ 063-763-575 会 Krong Siem Reap

体験する Golf & Sport ゴルフ & スポーツ

アンコールゴルフリゾート Angkor Golf Resort

市内から車で 10 分の好立地。コースは 18 ホール。

☎ 063-218-288 会 Kasekam Village

ボッキットラ・カントリークラブ Pokheethra Country Club

ソフィテルの運営するラグジュアリーゴルフコース。

☎ 063-964-600 会 Puok District, National Rd.6

アンコールフィットネス Angkor Fitness

町の中心地にあり広くしっかりしている。プログラムも多い。

☎ 092-317-330 会 Watbo Bridge

ゴールドフィットネス Gold Fitness

のびのびした施設。サウナとプールあり。

☎ 017-959-697 会 Psar Dam Krolanh Rd.

体験する Travel & Transfer 旅行・交通

クロマーツアーズ Kroma Tours

日系旅行会社。ツアーやバスチケット、ピザ、幅広く取り扱う。

☎ 012-890-960 会 Kandal Village

泊まる Superior Hotel スーペリアホテル

アンコール・パラダイス Angkor paradise Hotel

国道沿いにある大型ホテル。町へのアクセス良し。

☎ 078-760-690 会 National Rd.6

エンプレス・アンコール Empress Angkor Hotel

伝統的なケメール様式のホテル。高級感のある老舗ホテル。

☎ 063-963-999 会 National Rd.6

ケマラ・アンコール Khemara Angkor Hotel

国道沿いにありプロアと家具は全て木を使用していて高級感あり。

☎ 063-760-666 会 National Rd.6

ザ・ピースハウス The Peace House

旧空港近くの緑豊かで解放感溢れるホテル&レストラン

☎ 069-777-767 会 Krong SiemReap

シティアンコール ホテル City angkor hotel

国道沿いの老舗大型ホテル。会議などでもよくつかわれる。

☎ 063-760-336 会 National Rd.6

ストゥンシェムリアップ Steung Siemreap Hotel

オールドマーケットのすぐそばのハイセンスな老舗ホテル。

☎ 012-249-249 会 Street 09

ソマデヴィ ブティック Somadevi Boutique

シンプルで高級感のあるモダンデザインのホテル。

☎ 063-962-666 会 Oknha Oum-Chhay St.

タラ・アンコール Tara Angkor Hotel

エレガントで落ち着いた雰囲気が人気のホテル。

☎ 063-966-661 会 Charles de Gaulle Blvd.

チーサタ CTS ホテル Cheatatha cts angkor hotel

ナイトマーケット近くにありますやかな立地にある。

☎ 063-966-565 会 Angkor Night Market St

パシフィック Pacific Hotel

旧空港近くの大型ホテル。館内が広々としている。

☎ 063-761-818 会 Kandal Village

ハリ レジデンス & スパ HARI Residence & Spa

BBU 通りにある。屋上にプールあり。

☎ 077-761-990 会 BBU Rd.

ホームウッドホテル Homewood Hotel

ワットボー近く、オールドマーケットまで徒歩圏内のリーズナブルな宿。

☎ 096-258-6888 会 Street 27, Wat Bo Road

BB アンコールグリーンリゾート BB Angkor Green Resort

町から離れていて静か。広いバンガロータイプでキッチン付。

☎ 069-803-918 会 Borei Seng Nam II

広告のお問い合わせは info@krorma.com まで!

癒す Beauty & Spa/Massage ピューティーサロン & スパ / マッサージ
ザ・センス THE SENSES - blind massage -
自然の中のセラピストが丁寧に施術。オシャレ空間&リーズナブル。
☎ 017-337-250 会 Central Market St.

スパ・クメール Spa Khmer
自然の中のプライベートヴィラで行う上質なスパ。日本語可。
☎ 011-345-039 会 Thmor Meas Rd.

セラピーマッサージ Therapy Massage
1 時間 \$5 程度~、リーズナブルな町スパ。
☎ 012-732-220 会 Sok San Rd.

ボディア・スパ Bodia Spa
アジアと西洋をミックスの本格スパの店舗。
☎ 077-473-951 会 Old Market

ロキシーネイル ROXY NAIL SPA
ジェルネイル、まつエクができる。リーズナブルで在住者御用店。
☎ 096-999-9395 会 Central Market St

体験する Experience エクスペリエンス
アンコール・ジップライン Angkor Zipline
アンコールワット近くの森を抜ける本格ジップライン
☎ 096-999-9100 会 Phnom Mondol3

アンコール・バーレーン Angkor Balloon
気球に乗ってアンコールワットを空から眺められる。
☎ 092-765-386 会 1km west of Angkor Wat Entrance

クメール・セラミック Khmer Ceramic
アンコール時代の製作方法で陶器を焼き上げている。体験あり。
☎ 017-843-014 会 River Road

ハッピーレンチ・ホース・ファーム Happy Ranch Horse Farm
シェムリアップ郊外の田舎道で乗馬体験ができる。
☎ 016-920-002 会 Group4,Svay Dangkun

ヨガ・スペース Yoga Space
ペイペー効率アゲスハウスの屋上。欧米人の先生が多い。
☎ 077-769-126 会 Krong Siem Reap

体験する Cinema & Theater 映画 & シアター
マイジャーシネプレックス Major Cinplex
シェムリアップ最大の映画館。3D も対応の大画面。
☎ 081-666-210 会 Sivatha Blvd.

レジェンド・シネマ Legend Cinemas, Heritage Walk
ヘリテージウォークの上の階にある。
☎ 081-300-400 会 National Road No. 6.

パンブー・ステージ Bambu Stage
伝統芸能の影絵芝居をオリジナル上演で見れる。
☎ 097-726-1110 会 Ring Rd.

ファー カンボジア サーカス Phare, The Cambodian Circus
オリジナルストーリーと躍動感溢れる演技が魅力。
☎ 092-225-320 会 Krong Siem Reap

体験する Amusement アミューズメント
アンコール・アイ Angkor Eye
85m の高さを誇る大観覧車。シェムリアップのランドマークの存在。
☎ 098-261-888 会 Sivatha Blvd.

アンコール・ボタニカル・ガーデン Angkor Botanical Garden
南国との植物園。オシャレカフェもある。
☎ 017-865-656 会 Krong Siem Reap

アンコールワイルドライフ&アクアリウム Angkor Wildlife & Aquarium
メコン川やトンレサップ湖の魚淡水魚の水族館。動物園もある。
☎ 095-882-421 会 Khchhas Commune

ウェイクパーク Wake Park Cambodia
人工的なビーチでウェイクボードやお食事が楽しめる。
☎ 081-502-555 会 Krong Siem Reap

体験する Museum & Exhibition ミュージアム & 展示
アンコール国立博物館 Angkor National Museum
アンコール遺跡の彫刻等を展示。国内最大級の博物館。
☎ 063-966-601 会 Charles de Gaulle Blvd.

アキ・ラー地雷博物館 Akira Landmine Museum
少年兵だったアキラさんが撤去した地雷が並べられている。
☎ 012-971-198 会 Phumi Khna

地雷撤去平和博物館 The Peace Museum of Mine Action(CMAC)
市内から 40 分程にある CMAC 運営の地雷博物館。

☎ 097-4944-194 会 Anlong2village, Tropeang Thom

戦争博物館 War Museum

内戦時の戦車や爆弾・銃を展示する屋外ミュージアム。

☎ 097-457-8666 会 Sra Nge Commune

フレー・ノロダム・シアヌーク・アンコ・ムージアム Preah Norodom Sihanouk Angkor Museum

「AEON」が寄贈した博物館。千体仏は必見。

☎ 063-763-575 会 Krong Siem Reap

体験する Golf & Sport ゴルフ & スポーツ

アンコールゴルフリゾート Angkor Golf Resort

市内から車で 10 分の好立地。コースは 18 ホール。

☎ 063-218-288 会 Kasekam Village

ボッキットラ・カントリークラブ Pokheethra Country Club

ソフィテルの運営するラグジュアリーゴルフコース。

☎ 063-964-600 会 Puok District, National Rd.6

アンコールフィットネス Angkor Fitness

町の中心地にあり広くしっかりしている。プログラムも多い。

☎ 092-317-330 会 Watbo Bridge

ゴールドフィットネス Gold Fitness

のびのびした施設。サウナとプールあり。

☎ 017-959-697 会 Psar Dam Krolanh Rd.

体験する Travel & Transfer 旅行・交通

クロマーツアーズ Kroma Tours

日系旅行会社。ツアーやバスチケット、ピザ、幅広く取り扱う。

☎ 012-890-960 会 Kandal Village

泊まる Superior Hotel スーペリアホテル

アンコール・パラダイス Angkor paradise Hotel

国道沿いにある大型ホテル。町へのアクセス良し。

☎ 078-760-690 会 National Rd.6

エンプレス・アンコール Empress Angkor Hotel

伝統的なケメール様式のホテル。高級感のある老舗ホテル。

☎ 063-963-999 会 National Rd.6

ケマラ・アンコール Khemara Angkor Hotel

国道沿いにありプロアと家具は全て木を使用していて高級感あり。

☎ 063-760-666 会 National Rd.6

ザ・ピースハウス The Peace House

旧空港近くの緑豊かで解放感溢れるホテル&レストラン

☎ 069-777-767 会 Krong SiemReap

シティアンコール ホテル City angkor hotel

国道沿いの老舗大型ホテル。会議などでもよくつかわれる。

☎ 063-760-336 会 National Rd.6

ストゥンシェムリアップ Steung Siemreap Hotel

オールドマーケットのすぐそばのハイセンスな老舗ホテル。

☎ 012-249-249 会 Street 09

ソマデヴィ ブティック Somadevi Boutique

シンプルで高級感のあるモダンデザインのホテル。

☎ 063-962-666 会 Oknha Oum-Chhay St.

タラ・アンコール Tara Angkor Hotel

エレガントで落ち着いた雰囲気が人気のホテル。

☎ 063-966-661 会 Charles de Gaulle Blvd.

チーサタ CTS ホテル Cheatatha cts angkor hotel

ナイトマーケット近くにありますやかな立地にある。

☎ 063-966-565 会 Angkor Night Market St

パシフィック Pacific Hotel

旧空港近くの大型ホテル。館内が広々としている。

☎ 063-761-818 会 Kandal Village

ハリ レジデンス & スパ HARI Residence & Spa

BBU 通りにある。屋上にプールあり。

☎ 077-761-990 会 BBU Rd.

ホームウッドホテル Homewood Hotel

ワットボー近く、オールドマーケットまで徒歩圏内のリーズナブルな宿。

☎ 096-258-6888 会 Street 27, Wat Bo Road

BB アンコールグリーンリゾート BB Angkor Green Resort

町から離れていて静か。広いバンガロータイプでキッチン付。

☎ 069-803-918 会 Borei Seng Nam II

広告のお問い合わせは info@krorma.com まで!

泊まる Standard Hotel

アンコールホリデー・ホテル *Angkor holiday Hotel*

国道とシヴォタに面していてどこへ行くにも便利。

☎ 017-626-298 会 Sivatha Blvd.

コーブレイ・ホテル *Kouprey Hotel*

国道から小道に入っています。静かな環境で設備が整っている。

☎ 095-522-269 会 Top Town Rd.

タ・プローム *Ta Prohm Hotel & Spa*

創業 30 年の老舗ホテル。客室は広く設備も充実している。

☎ 016/17-760-08 会 Pokambor Ave.

スタンダードホテル

⑨①B-3

泊まる Delux Hotel

デラックスホテル

アヴィアリー *The Aviary Hotel*

客室の鳥のイラストが可愛らしいデザインホテル。

☎ 063-767-876 会 Preah Sangreach Tep Vong St,

アンコール ミラクル リゾート & スパ *Angkor Miracle Resort & Spa* 会 ⑨③A

ホテルやロビーがアースカラーでまとまっているリゾートホテル。

☎ 063-969-900 会 National Rd.6

エフシーシー アンコール *FCC Angkor*

全室スイートルーム。非日常の贅沢な空間を堪能できる。

☎ 063-760-280 会 Pokambor Ave

シンタマニ・アンコール *Shinta Mani Angkor, Shack*

著名リゾートデザイナーの手掛けるリゾートホテル。

☎ 063-964-123 会 Oum Khun and 14th St.

ソカヘミアップリゾート & コンベンションセンター *Sokha Siem Reap & Convention Center* 会 ⑨①D-1

3つの宿泊棟を持つ大規模な 5 つ星ホテル。

☎ 096-616-1789 会 Road 60

ソマデヴィ アンコール *Somadevi Angkor* 会 ⑨①B-3

立地良い老舗大型ホテルで信用がある。

☎ 056-396-7666 会 Sivatha Blvd.

プリンス・アンコール *Prince Angkor Hotel & Spa* 会 ⑨①B-3

シヴァタ通り沿いで便利な立地のデラックスホテル。

☎ 063-763-888 会 Sivatha Blvd.

レジエンシー アンコール ホテル *Regency Angkor Hotel*

アンコール・ワットへ行く通り沿いの大型ホテル。

☎ 063-767-700 会 Charles de Gaulle Blvd.

ジェイセブンホテル *J7 Hotel* 会 ⑨①B-3

王宮すぐ横のお洒落なホテル。どこに行くにも便利。

☎ 063-768-777 会 Road 6, Next to Royal Residence

泊まる Luxury Hotel

ラグジュアリーホテル

アンタラ・アンコール *Anantara Angkor*

全室スイートルーム。非日常の贅沢な空間を堪能できる。

☎ 063-966-788 会 National Rd.6

アマンサラ・リゾート *Amansara Resort*

王族の邸宅を改装、アマングループの最高級リゾート。

☎ 063-760-333 会 Charles de Gaulle Blvd.

アンコール・パレス *Angkor Palace Resort & Spa*

南国の雰囲気漂う滞在型のリゾートホテル。

☎ 063-760-511 会 555 Krusos

ジャヤハウスリバーパーク *Jaya House River Park*

全てにおいてサービスが行き届いている川沿い 5 つ星ホテル

☎ 063-962-555 会 Riverside

ソカ・アンコール *Sokha Angkor Resort & Spa* 会 ⑨①B-3

市内中心に近いエレガントな雰囲気の高級リゾート。

☎ 063-969-999 会 National Rd.6

ソカ・パレス *Sokha Palace Siem Reap* 会 ⑨①D-1

昨年ソカヘルミアップ内にオープンの4ツ星ホテル。

☎ 096-616-1789 会 Road No.60

ソフィitel・アンコール *Sofitel Angkor Phokeethra Golf & Spa*

優雅な庭園と充実した館内施設の高級リゾート。

☎ 063-964-600 会 Charles de Gaulle Blvd.

ツリーライン・アーバンリゾート *Treeline urban Resort*

モダンで緑溢れるアーティスティックなホテル。

☎ 063-961-234 会 Achasva St. Wat Bo Village

テンプレーション *Temptation*

全室ヴィラタイプのラグジュアリーホテル。

☎ 012-233-350 会 Rte du petit pont.

パークハイアット *Park Hyatt Siem Reap*

中心部にあるモダンでシックな雰囲気の5つ星ホテル。

☎ 063-211-234 会 Sivatha Blvd.

プームバイタン *Phum Baitang*

カンボジアの農村を再現した高級デザインリゾート。

☎ 063-961-111 会 Neelka Way Sangkat

⑨①B-4

ザ ベイジ

高いデザイン性と斬新なコンセプトのテントリゾート。

☎ 099-297-298 会 Svay Chek Village

ベリータ *Vellita Siem reap*

大型リゾートホテル。モダンでサービス食事など全てにおいて上級。

☎ 099-234-523 会 Sala Kamreuk Rd

ヘリテイジ・スイート *Heritage Suites Hotel*

アールデコ様式のシックな館内に全室スイートの客室。

☎ 011-969-100 会 Heritage road

ベルモンド・ラ・レジデンス *Belmond La Résidence d'Angkor*

モダンアートと伝統建築が融合した贅沢なリゾート。

☎ 063-963-390 会 River Rd

ボレイ・アンコール *Borei Angkor Resort & Spa*

木をふんだんに使用した高級感溢れるホテル。

☎ 015-430-222 会 National Rd.6

ラッフルズ・グランド *Raffles Grand Hotel d'Angkor*

市内で最も歴史ある高級ホテル。格が高い。

☎ 063-963-888 会 No.1, Charles de Gaulle Blvd.

ワカヴィラ *Waka Villa*

高級ヴィラ。部屋ごとにプール付きの邸宅になっている。

☎ 099-234-523 会 Sala Kamreuk Rd

⑨①B-5

⑨——

⑨①D-3

⑨①A-2

⑨①A-2

⑨①A-4

⑨①A-5

⑨①A-4

⑨①A-3

⑨①A-3

泊まる Boutique Hotel

ブティックホテル

アンコールタイガーリゾート *Angkor Tiger Resort*

サッカーチーム、アンコールタイガーが運営するホテル。

☎ 097-964-6279 会 Platinum Rd, Krong Siem Reap

デン *DEN*

部屋が広くて雰囲気が良い。バーが併設している。

☎ 092-530-143 会 Taphul St.

ブティアクマエ *Pteas Kumae*

清潔感がある部屋。バナナベーカー Ashi 商品が購入できる。

☎ 096-876-2010 会 West of Night Market Rd.

泊まる Economy Hotel、Guesthouse

エコノミーホテル、ゲストハウス

イキイキ *Iki Iki*

ドミトリーハイ個室もある。日本語可。エアコンも有。

☎ 012-614-678 会 Salakonseang Village

クリ・アンコール・イン *Kry Angkor Inn*

6 号に面している。広くてリーズナブル。

☎ 011-586-269 会 National Rd.6

クリーンパークビレッジ *Green Park Village*

町から少し離れている。大きなローカル市場の近く。居心地が良い。

☎ 099-622-662 会 Dopo Village Skorkrum Commune, NR6

ご縁 SAUNA&HOSTEL Goen

サウナ、キッチン付き。長期滞在者が多い。

☎ 012 893 001 会 Angkor Night Market St

ブランク BLANK

バックパッカーが集まる。お得ツアーや飲み会あり。

☎ 017-626-298 会 Angkor Night Market St

ワンダーズ Onederz

ドミトリーハイ個室もある。日本語可。エアコンも有。

☎ 097-211-7100 会 Angkor Night Market St

暮らす Real Estate/Construction

不動産 / 建築

アンコールリーシングホーム *Angkor Leasing Home*

日系不動産仲介業者。日本語 OK。

☎ 095-720-546 会 Terrazas Rd.

マサキーアキテクト *MASAKI ARCHITECT*

日本オーナーの建築会社。丁寧な施工で安心。

☎ 012-229-281 会 Broly Rd.

旅行会社で旅を学ぼう！

手配、企画、営業、出版など

インターナショナル生募集中

1ヶ月～可。3ヶ月以上は生活支援金有
シェムリアップ / シノンペン勤務

017-777110 / info@seishiron.comまで



広告掲載のメリット

シェムリアップの在住者や旅行者に対し、広告主様の情報をわかりやすく掲載いたします。またカンボジア商工会様や企業様への定期配布、カンボジア関連イベントでの配布も行っており、シェムリアップはもとより、カンボジア進出に興味のある方に直接リーチできるメディアとなります。

各Web検索エンジンのカンボジア関連ワード検索で、上位にヒットする弊社HP上で、広告主様のタイアップ記事を執筆・掲載いたします。広告主様の自社媒体の枠を超えて、メディアアの視点からの情報配信が可能です。

媒体資料 / Media Information

言語：日本語

Written by Japanese

発行月：年4回発行

Every 3 months, 4 times a year

判型：B5版中綴じ
B5 Size, Saddle stitch

頁数：36ページ
36 pages

発行部数：3,000部 及びPDF Web配信
Circulation 3,000copies & PDF Web Distribution

創刊：2006年（2016年7月、2022年一時休刊）
First issued in 2006 Oct



2024年7月発行

発行：Krorma Tours Co., Ltd.

制作：クロマーマガジン編集部

- info@krorma.com
- https://krorma.com/
- krorma
- @Krorma_magazine
- cambodia_krorma

発行人：西村清志郎

制作：桑原沙織

© 2023 Krorma Magazine / Printed in Cambodia / All right reserved

本誌掲載の地図・写真・文等の無断転写・複製を禁じます。
本書の複製・複写は法律で認められる場合の観き、著作権の侵害となります。

If you are not the named recipient you are hereby notified that any disclosure, copying, distribution or taking of this information for any use whatsoever is strictly prohibited.

広告料金表 AD Rates

掲載面 Publishing Size	広告料 Advertising Rate/ Issue	寸法 (mm) Artwork Size
バックカバー Back Cover	600 US\$	W 182 x H 257
表紙裏 Inside Cover Left Page	480 US\$	W 182 x H 257
バックカバー裏 Inside Back Cover Right Page	480 US\$	W 182 x H 257
記事広告 Full Page Special	650 US\$	W 163 x H 236
1ページ（純広告） Full Page Standard	400 US\$	W 163 x H 236
1/2ページ Half Page	230 US\$	W 163 x H 116
1/4ページ(タテ・ヨコ) 1/4 Page	150 US\$	縦 W 80 x H 116 横 W 163 x H 56
1/8ページ 1/8 page	100 US\$	W 80 x H 56

*表記価格にはVATの10%が含まれておらず。

The listed price does not include 10% of VAT.

*表記価格は定価となります。また、契約期間は半年ごとになります。

This price is listed price. The term of contract is every six months.

*上記料金には広告製作費や翻訳料は含まれません。

The above fee excludes design fee and translation fee.

*広告掲載の新規お申込み締め切りは、掲載号発行日の前月1日となります。

The deadline for advertisement posting applications will be the first month before the issue month.

配布場所：

シェムリアップ市内の飲食店様ならびにシェムリアップの日系企業様への直接配布、在カンボジア日本大使館・在シェムリアップ日本国領事事務所、旅行会社、ショップ及びホテル、カンボジア国内外の関連イベント会場での配布、一部プノンペンの日系企業様への配布等。

別途、PDF版ダウンロード、Web、SNS等で配信。



PDF版はこちら

雑誌コンセプト

この雑誌は、この街、この国に住む人たちに、それぞれのビジネス、日常生活で得た経験、知識をカジュアルテイストでご寄稿いただいております。皆様に現在のカンボジアを知つていただき、ここでの滞在をより深く、そして一步踏み込んだ旅を満喫頂ける幸いです。

小さなコミュニティの1メディアとして皆様の生活、そして旅中の小さな思い出となれるよう

に緩く長く創って行ければと考えています。

広告掲載のお問い合わせは
こちらまでお願ひいたします。

KRORMA TOURS Co., Ltd. / Krorma Magazine Editing Department

Mail: info@krorma.com

[Siem Reap Office] ☎ : 012-890-960

[Phnom Penh Office] ☎ : 099-890-960



国内最高峰のホテル&リゾートで
眞のカンボジアを体験

+855 16 61 61 48

www.sokhahotels.com.kh

SOKHA ANGKOR RESORT
SIEM REAP | +855 63 969 999

SOKHA SIEM REAP RESORT
SIEM REAP | +855 63 961 999



Khemara Angkor Hotel

ケマラ・アンコール ホテル

客室のフロアと家具は全て木を使用
クラシックでトラディショナルな
クメールスタイルの4つ星ホテルです
街の中心部からすぐ近く
大きなプール、スパ、レストラン
あなたの充実したご滞在をお約束します



Classic & Traditional Hotel with all wooden furnished rooms.

Rd. 6, Siem Reap, Cambodia Tel: (855) 63- 760 666 URL: www.khemaraangkor.com



銀行口座開設ツアー

- ▶ ABA ▶ ACLEDA BANK
- ▶ CANADIA BANK ▶ SBI LH
- ▶ J TRUST ROYAL BANK
- ▶ KB PRASAC ▶ Phillip Bank
- ▶ SATHAPANA Bank ▶ PPCBankなど

カンボジアの銀行口座開設、証券口座開設サポートを行っています。経験豊かな日本語スタッフが銀行に同行いたします。

また、多くの銀行はカンボジアへの訪問が必要ですが、一部の銀行は日本にいながらの開設も可能です。

*必要な書類、ビザなど開設にあたり条件がございます。料金等詳細はお問い合わせください。



クロマーツアーズ

cambodia@sketch-travel.com

099-890960

krormatours

日本語でどうぞ！

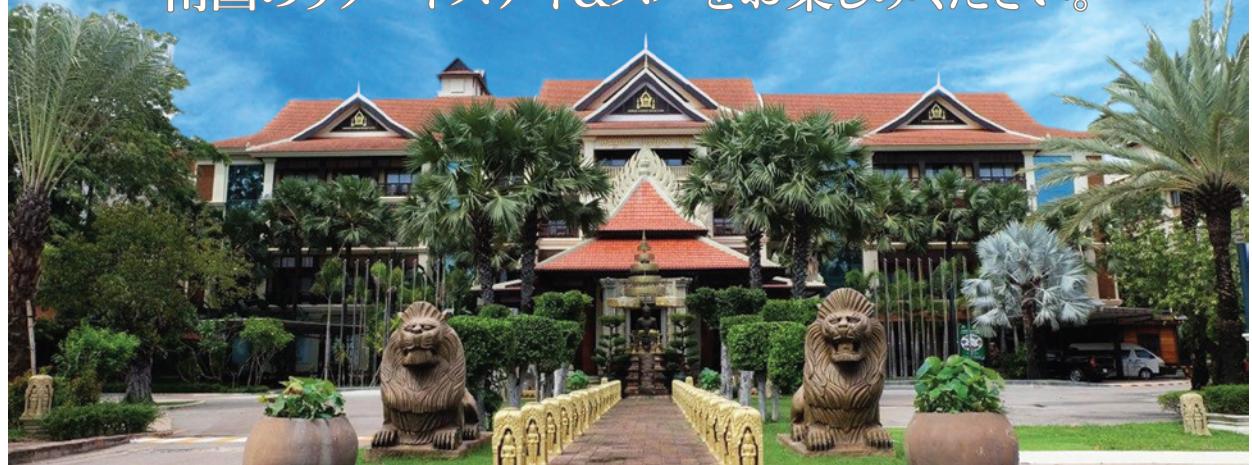




សាស្ត្រវិរាម នៃបាស្ត្រព្រៃសនខ្លួន នឹងតាម សិលស្ស្រា

Empressangkor Resort & Spa

伝統的なクメールスタイルホテルで
南国のリゾートステイ&スパをお楽しみください。



No.888, National Road 6, Siem Reap City, Kingdom of Cambodia



+855 63 963 999

Smart

+855 15 512 888

Metfone

+855 68 512 888



reservation@empressangkor.com



www.empressangkor.com



www.facebook.com/empressangkor



▶旅と出版インターナショナルも募集中!

大人気観光一覧

シェムリアップ



【空港送迎+観光】[半日] ロリオス+空港送迎 55\$
[半日] アクアリウム+CMAC+空港送迎 65\$
[半日] コンボンクリア+空港送迎 80\$
[5時間] ベンメリア+空港送迎 80\$
[1日] ベンメリア+コーケー遺跡+空港送迎 140\$

【遠距離追加】朝日/トンレサップ湖/ハンテアイスレイ+15\$, ベンメリア/ブンターレン+50\$
コーケー+ベンメリア+130\$, サンボーブレイク、フレアヴィヒア(往復)/ブンペン(片道)+200\$
その他の観光地はお問合せ下さい。



日本語で簡単予約!!

[+855]12-890960 /15-890960



krmatours 012-890960

ビジネス視察、取材、コーディネートなど実績多数!!

観光省認可 248/10

<https://cambodia.sketch-travel.com/>
Mail: cambodia@sketch-travel.com

総合旅行業務取扱管理者・ロングステイアドバイザー在籍 インバウンドカテゴリーアワード/グッドホスピタリティアワード受賞 by カンボジア観光省

現地発ツアーもビジネス視察も
クロマーツアーズへ!
日本人スタッフ駐在なので安心!

プノンペン



人気!市内半日観光ツアー



古都ウドンと現代寺院散策



プレアバットバゴダとクメール遺跡



メコン河・リバーカルーズ



【車レンタル・ガイド手配】
[半日] 55\$ [1日] 80\$ [空港送迎] 30\$



カンボジアでゴルフ

18ホール 95\$

15\$

船のみ

23\$

船+食

33\$

船+ナイト

120\$

船+ナイト

180\$

船+ナイト

200\$

船+ナイト

180\$

船+ナイト