ទស្សនាវដ្ដី ក្រមា

Krorma

クロマーマガジン ライフ&ビズ

MAGAZINE Life & Biz

TAKE FREE

Vol.09

2024 NOV - DEC

Phnom Penh

救急車が繋ぐ命

プノンペン×東京　ここどこマップ

この街に生きる人から、この街に訪れる
人たちに伝えたいこと。ビジネスも生活も。

PPCBank
#easybanking

カンボジア生活・ビジネスに役立つ銀行サービスが充実！
口座開設はPPCBankジャパンデスクにおまかせください。

日本語でサクサクわかる、銀行口座の楽しみ方

カンボジアでの米ドル預金口座開設や銀行サービスに関する日本語情報が充実！

毎日の暮らしにもお仕事にも、気になるのはやっぱりお金の管理。
PPCBankジャパンデスク日本語ウェブサイトなら日本語情報が満載。
銀行サービスに関する概要から「よくあるご質問」まで、
すべて日本語で詳しくご覧いただけます。

＼最新プロモーション情報も掲載中！／

QRコード読み取りで
日本語ウェブサイトに
いますぐアクセス!!

リエル口座なら
越境QR決済も♪
タイご旅行中の
キャッシュレス決済も
便利にサポート！

- 生体認証ログイン
- 口座開設 口座解約
- KHQR決済 支払・受取
- 国内送金 国際送金
- 携帯電話 Top-Up
- 預金担保ローン

新登場！『PPCBankジュニア普通預金口座』
お子様のKHQR決済や資金管理に便利です。

PPCBankモバイルは日本語を含む5言語表示に対応。
大切なお子様のおこづかい管理やKHQR決済にも役立つ
PPCBankジュニア普通預金口座をお手元のアプリ操作で
すぐに新規開設いただけるようになりました。
※PPCBankモバイル登録にはカンボジア国内電話番号でのSMS認証が必要です。

日本語でお気軽にお問い合わせください
オルセー支店2階（モニボン通りSt.214交差点角）

061-444-608

月曜～金曜 8:00 - 16:00　土曜 8:00 – 12:00
定休日：日曜・祝祭日

PPCBank ジャパンデスク
小菅義之 y.kosuge@ppcb.com.kh
池田晴香 i.haruka@ppcb.com.kh

カードの紛失、盗難などの緊急連絡先

24/7 0963 023 - 909 909

24時間365日受付（英語対応）
日本語ウェブサイトwww.ppcbank.com.kh/japan-desk/

PPCBankでは、カンボジア非居住者様にも銀行口座開設いただけます。
窓口での必要書類の詳細はジャパンデスクまでお問い合わせください。

Vol.09

2024 NOV - DEC

CONTENTS

【今日の一枚】　張りぼてビルディング

とある町の銀行、正面から見ると3階建てビルですが、横から見ると・・・。

表紙および上写真：西村清志郎

02 プロボノ特集・救急車がつなぐ命
04 プノンペン×東京 ここどこマップ
06 銀行展望
カンボジアの"今"
07 カンボジアの会計、税務のお話
08 スィーツおじぃのプノンペンおすすめスィーツ
09 孤独のグルメン in プノンペン
10 FOCUS-カンボジアサッカーよもやま話-
11 オタクが覗いたカンボジア
12 カンボジア・ペット事情
13 JICAカンボジアリレー
14 国際交流のわ
CJCCだより
19 医療コラム
20 プノンペン日本人学校だより
プノンペン補習授業校だより
28 カンボジアの歯医者さん
29 カンボジア「旅と生活」何でも質問箱
30 JCA活動紹介
31 カンボジア観光省 観光ニュース

15 プノンペン観光情報
16 カンボジア全土マップ
17-18 プノンペン便利Map
21 カンボジア便利情報
22-27 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「無料定期配送希望」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→

プロボノ特集

救急車がつなぐ命

1.国立病院の日本の救急車

カンボジアの救急車と聞くと、何が思い浮かぶでしょう。中には、プノンペンで日本の救急車を見た、懐かしいサイレンを聞いた、という人もいるでしょう。カンボジアには119やSAMUと表示された救急車もあります。カンボジアの救急車の歴史と現状など、ご紹介します。

1960年代～

カンボジア国内の動画には、病院や救急車、製薬や医大の授業風景など、同国が医療分野で発展していく様子がありました。しかし、1970年頃からカンボジアは戦乱と国内混乱が続き、特にポル・ポト政権時代には従来の社会体制の廃止、知識や教養を持った人々その他の大量処刑などにより、同国の医療も完全に崩壊したのです。

1993年～

2.赤十字が運営していた救急車

新政権が樹立した頃から国際赤十字などが救急医療支援に乗り出し、97年からフランス赤十字と協働でプノンペンを中心に二つの国立病院で救急車による傷病者搬送を開始しました。車両は　SAMU（仏語の「救急支援サービス」の頭文字）救急車と呼ばれました。

2000年代～

2000年に日本政府はフランス赤十字の要請を受けてODA事業「プノンペン市救急車供与計画」を実施し、カンボジア国内の救急車を増強しました。3年後、保健省は赤十字の救急車を保健省の管轄としました。

実は民間でも救急車の寄贈は始まっていました。NPO法人サイド・バイ・サイド・インターナショナル（SBSI）は、1999年に当時24時間無料診療を実施していた慈善病院シアヌーク病院に救急車を2台、2000年にアンコール小児病院に1台救急車を寄贈しています。同団体は以降、公立病院を中心に緊急車両や医療機器の寄贈を続けています。

3.トックトックで運ばれた患者

昔従事した医療者によれば、2004年に救急搬送の番号が119番に設定されました。日本と同じです。

それ以降も公立と民間病院の両方で救急車の運用が増えていきました。が、民間救急車の中には利益目的にただ患者を運ぶだけで貧しい負傷者は置き去りにしたり、病院に搬送後に高額の搬送料を請求したりする悪徳救急車も増えました。日本のテレビ局が取材に来たこともあります。

しかし、日本などの訓練を受けた救急隊が実際に搬送する姿を見聞きして、救急車は金儲けの道具ではなく、人命を救うためにあるというメッセージが伝わりました。

2008年、保健省は民間救急車の運用を患者搬送のみとし、交通事故搬送などを禁止しました。また首都の公立救急医療機関を中心とした統一119番ネットワークシステムと119番コールセンター（カルメット病院内）を設立し、今も存続しています。　原則として交通事故の119番システムの救急車搬送は無料です。

4.国立病院の救急隊と救急車（2010年）

カンボジア救急車の歴史

5.国立病院の119番コールセンター

2010年代～

2010年の水祭り中に、橋で群衆が将棋倒しになり、350人が死亡、大勢が負傷した惨事でも、一晩中、救急車が搬送を続け、救急車の重要性が明らかとなりました。

6.シアヌークビルのビル倒壊現場（2019年）

2020年以降

コロナ禍には日本政府が救急車を100台、また国連や諸外国からも救急車が寄贈されています。昔はぼったくりを恐れて救急搬送を拒否して血まみれで去る負傷者もいましたが、今は救急車を呼ぶことは国民にすっかり浸透しました。

7.日本政府がコロナ対策支援の救急車を寄贈（2021年）

8.日本の救急車とチアン・ラー保健大臣

ただカンボジアの救急医療システムは、大きな課題を抱えています。都市部の急発展により交通事故は急増し、対応が遅れることもあります。救急車がまだ不足している地域もあります。搬送先の医療機関も緊急対応である必要があります。119番も無料のため不要な電話も多く、つながりにくい時もあります。

また、重要課題である救急従事者の人材育成、機材の強化、効率的な救急システムの構築を目指して、保健省は改革を進めています。JICAも救急医療の人材育成体制強化事業などを継続しています。

カンボジアの救急医療は難題山積ですが、時間がかかっても向上し続けることでしょう。救急医療だけでなく、カンボジアの医療全体も。

9.海岸地帯2州に配置された日本の救急車

【追加情報】　2024年、日本から寄贈された5台の救急車はカンボジアでこのように美しい装飾がされて、海岸地域のシアヌークビル州とカンポット州に配置されました。

写真：1,3,4,5,9 ©Side by Side International

NPO法人サイド・バイ・サイド・インターナショナル(SBSI)

カンボジア事務所　所長 佐々木明子
初カンボジア2006年。在住11年目。救いたい命があるから！をモットーに活動。Future Focus Solutions & Pharma Co., LTD Public Safety Managerも兼任。

https://side-by-side-intl.org/
SBSI.NGO
sasaki-a@side-by-side-intl.org

プノンペン×東京

プノンペン在住東京人が勝手に考えた

ここどこマップ

2024-20XX

プノンペン在住東京人が勝手に認定。東京で言うと、この場所は…、そんな地図です。

スオスダーイ、プノンペン在住歴＊＊年の青野です。先日「プノンペン大東京まつり」と称した東京都出身者の会を開催。東京都出身者が集まり、プノンペンのそれぞれのエリアは東京でいうところのどこになるか？を無理やり当てはめ、「プノンペン東京マップ」を勝手に作成しました。飲みの席での独断と偏見で作られたこのエリアマップ、日本から訪れる東京を知る方にプノンペンを説明する際への参考として、是非ご利用ください。

注：あくまで雑談用ネタマップとなるため、何があっても責任はとれません。

エリア別

▶ ダイアモンドアイランド　お台場

埋立地という点、大規模なイベントが開催できるコンベンションセンターがある点（国際展示場）、夜にライトアップされたNorea Bridgeがまるでレインボーブリッジのようだという点が決め手となり、プノンペンのお台場となりました。ちなみに皆で議論している際は誰も気づかなかったのですが、ダイヤモンドアイランドへ渡る一番南側に位置する橋はクメール語で本当にレインボーブリッジ(ស្ពានកាន់ទង់ឆ្នូត：虹橋)という名前のようです。

▶ トゥールトンポン　吉祥寺

下北沢という意見もありましたが、毛沢東通りを挟んで南側の地域は都下（東京23区外）ということで武蔵野市に位置する吉祥寺が採用されました。中心部（BKKエリア）からは少し離れていますが利便性が高く、飲食店やおしゃれな雑貨屋さん等が充実しており賃料も比較的安く、住みたい街ランキングで上位に来る吉祥寺と共通点がたくさんあります。ちなみに井の頭公園はありません。

▶ トゥールコーク（北のほう）　田園調布

同心円状に区画整備されているのでプノンペンの田園調布はトゥールコークに決定しました！東京でいうと大田区の端っこの方です。西東京エリア出身の私は、田園調布は神奈川県だと勝手に思っていましたが、多摩川を超えていなかったのでぎりぎり東京23区内でした。

▶ トゥールコーク（南のほう）　文京区

トゥールコークの南側には多くの大学が集まっているため、この地域は必然的に文京区です。プノンペンの東大こと王立プノンペン大学もこの地域にあります。学生が多いので大学近くのカフェは若者で埋め尽くされています。

▶ BKK1　銀座

プノンペン中心部のBKK1は都心の一等地、銀座です。St.51は銀座通り、St.57は東銀座、St.63は恵比寿です。ちなみになぜそうなったかはよく覚えていません。

▶ BKK2　飯田橋

山手線の内側で中心部だけれど特にこれといった特徴的なものがない小さなエリアということでBKK2は飯田橋です。

▶ BKK3　中野

こちらも中心部へのアクセスはしやすいけれど特に何もない住宅街エリアということでBKK3は中野です。

▶ チュロイチャンバーの北のほう　錦糸町

地元の人がいくディープな飲み屋や女性の店が多く、知る人ぞ知るディープスポットだそう。私はまだ足を踏み入れたことがありません。

▶ ストゥンミエンチェイ　町田

南西部に発展した新興住宅街ということでストンミンチェイは町田に選ばれました。町田なので東京じゃなくてほぼ神奈川ですね。

▶ センソック　立川

ららぽーと（AEON2？）もIKEA（MAKRO?）もなんでもあるので都心に出なくても生活が完結する！ということでプノンペンの立川に。昭和記念公園のような広大な土地（ただの空き地）も広がっています。

施設別

独立記念塔　東京タワー
プノンペンの代表的なランドマークと言えば独立記念塔です。夜のライトアップがきれいです。ちなみに高さは37m、東京タワーの1/10程度しかなく、塔に登ったりすることはできません。

ワットプノン　浅草寺
プノンペンの名前の起源となったと言われるワットプノンは、プノンペンで一番有名なお寺なので浅草寺です。プノンとは山のことですが、その名の通りワットプノンは小高い丘のようなところにあります。
残念ながら仲見世のような土産物屋さんは近くには無いですが、地元の人はもちろん、多くの観光客が訪れるスポットの一つです。

プノンペン駅　東京駅
ほぼ電車の走っていないプノンペン唯一の駅の駅舎はフランス植民地時代に建設され、ランドマークの一つとなっています。東京駅は日本で一日平均の乗降人数が第3位(34万人以上)の駅らしいですが、プノンペンでは、主要都市間を結ぶ電車が1日1本しかないような状況、もしプノンペンで走行中の電車を見ることができたらラッキーです。

王宮　皇居
王様のお住まいということで、王宮は皇居です。カンボジアの王宮の周りにお堀はありませんが、トンレサップ川が近くを流れています。王宮近くの川沿いでは早朝に多くのランナーを目にすることができます。

オルセー市場　アメ横
ここに行けばなんでも手に入る、ということで見事アメ横の地位を獲得したのは数ある市場の中でもカオス度高めのオルセー市場です。4階建ての立派な建物で、食材から日用品、家電、衣料品までこのマーケットで手に入らないものはほとんどないのではないでしょうか？カンボジアのごちゃごちゃ感を楽しみたい観光客にもおすすめのスポットです。

セントラルマーケット　築地市場
建物もきれいで区画が十字に整備されており、カンボジア初心者にも自信を持ってお勧めできるマーケットと言えばセントラルマーケットでしょう。皆が知っている市場ということで築地市場に選ばれました。フランス植民地時代にフランス人の建築家によって設計されたドーム型のデザインが特徴的です。

エデンガーデン周辺　汐留
沼地を埋め立てて造られたという点から、汐留はエデンガーデン周辺のプノンペンシティーセンターの辺りです。まだ開発されて間もないこの地域は道幅も広く、これから発展を遂げていく気がします。

オリンピックスタジアム　駒沢公園
皆さんお察しの通り、選定理由は駒沢公園の正式名称が駒沢オリンピック公園だからですね。トラック競技場や武道場などいくつもの運動施設があり、スタジアム内をランニングしている人がいるのも駒沢公園に酷似しています。駒沢公園は1964年に開催された東京オリンピックの第二会場の跡地ですが、カンボジアがオリンピックの開催都市に選ばれたことはまだありません。

ワタナックタワー　丸の内ビル
六本木ヒルズ森タワーという意見もありましたが、東京駅の目の前に位置しているということでワタナックタワーは丸の内ビルになりました。近くに銀行の本社が多いことも丸の内に似ていますね。

王宮の近くのトンレサップ川　目黒川
王宮（皇居）の近くを流れるトンレサップ川は目黒川です。（隅田川と同じ川ですが。）目黒川は皇居の近くを流れていませんが、あくまでイメージです。桜祭りはありませんが、水祭りの時期はボートレースが行われるので多くの人で川沿いが埋め尽くされます。

通り別

St.240　代官山
おしゃれな雑貨屋さんなどが多く集まるSt.240は代官山です。プノンペンに来てからしばらくは街で買い物をしても購買意欲が沸くことが少なかったのですが、初めてこの通りを訪れた際、おしゃれなお店がたくさんあって感動しました。センスの良いお土産を探すのにもちょうどよいです。

リバーサイド沿い St.136　新宿歌舞伎町
夜の歓楽街はやはりリバーサイド。中でもSt.136がプノンペンの歌舞伎町だそうです（私はよく知りませんが）。プノンペンでナイトライフを満喫したい方は是非足を運んでみてください。

バサックレーン　新宿ゴールデン街
飲み屋がひしめき合うバサックレーンはプノンペンの新宿ゴールデン街です。とても魅力的なバーや飲食店がたくさんあり、夜遅くまで（明け方まで？）連日賑わっています。

シハヌーク通り　国道246号
比較的道幅が大きめの通りということでシハヌーク通りは246です。

他にも、在住者なら気づいている、「ここって、＊＊じゃない！？」って場所、施設、ちょっと違うんじゃない？など、いろいろあるかと思いますが、飲みの場の席での勝手な当てはめなのでお許しください。そんな「東京042の会」、東京人の交流の場でもあり、こんなどうでもいいことに本気で取り組む会です。定期的に開催してますのでご興味ある方、是非ご連絡、参加くださいませ。

東京 042の会
03 ではない 042、この先この意味さえもわからなくなるであろう 市外局番の話です。東京23区以外、都下にご縁のある 皆さんで東京 四方山話をして盛り上がっております。お気軽にご参加ください。

幹事：久保田光広　TEL:088-6007-648

銀行展望

リエル口座開設が義務化に 促進が進むリエル建て決済

見慣れないリエル口座がインターネットバンキング画面に表示されて驚いた方もいらっしゃるのではないでしょうか。本年3月に発表されたカンボジア国立銀行（NBC）の発令により、カンボジア国内の各銀行は「リエル建て預金口座」および「リエル建て取引の支払い方法」をすべての顧客に提供することが義務化されました。

各銀行は、その期限とされた2024年9月までに顧客へのリエル口座開設の促進を進めましたが、自動的にリエル口座が追加されることになったケースも少なくないのではないかと思われます。ただしその一方で「リエル口座の開設・解約は手数料対象としないこと」、「リエル口座は年次手数料対象としないこと」もあわせて通達されました。そのため、今回のリエル口座開設にまつわる手数料は発生しないものとされていますのでご安心ください。

2024年10月、シハモニ国王陛下御在位20周年に記念発行された20万リエル紙幣
（出典：カンボジア国立銀行Facebookページ）

この数年、カンボジア国内におけるリエル流通はとてもスムーズに促進が進められています。予期せず見舞われた“コロナ禍”も、米ドル小額紙幣からリエル紙幣使用への移行、そして現金取引からキャッシュレス取引への移行の観点では大きな追い風となりました。2024年現在、リエル紙幣およびリエル建てキャッシュレス決済はより自然に広い場面で好まれています。「リエル化」の取り組みはこれからも慎重かつ緩やかに進められることが予想されます。この国の進歩とともに変化していく通貨と決済をめぐる景色は今後もとても興味深いところです。

PPCBank　プノンペン商業銀行

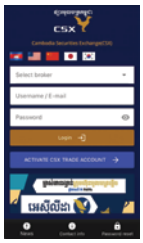
日本人スタッフ常駐。カンボジア生活に欠かせない各種銀行業務をすべて日本語でご案内しています。日本語ウェブサイトには銀行サービスに関する最新情報が満載。

061-444-608 ※ジャパンデスク直通
月曜～金曜 8:00-16:00、土曜 8:00-12:00、日曜・祝祭日 定休日
https://www.ppcbank.com.kh/japan-desk/
PPCBank ※クメール語&英語
y.kosuge@ppcb.com.kh

ジャパンデスク担当
小菅 義之

カンボジ屋さんがお届けする

カンボジアの“今”　カンボジア株の基本情報



東南アジア株といえばベトナム、インドネシア、シンガポール、タイ、マレーシアあたりを思い浮かべる人がほとんどだと思いますが、カンボジアにも証券取引所があり上場企業の株を日本語対応しているモバイルアプリで取引できます。設立間もないので流動性の低さなどの課題もありますが、政府は株式市場の発展に向けた改革を進めており、今後は上場企業や取引量が増加することが期待されています。

現時点での株式上場社数は11社で、公共インフラに関する企業の上場が多いです。代表的な上場企業はカンボジア証券取引所初の上場企業であるプノンペン水道公社やカンボジア大手商業銀行のＡＣＬＥＤＡ銀行、カンボジア唯一の深海港であるシアヌークビル自治港などになります。

非居住の外国人でも証券口座の開設は可能で、非居住者の場合配当金には税金がかかりますが、現時点で利益に対するキャピタルゲイン税はカンボジア側ではかかりません。取引日は祝日を除く月曜日から金曜日で、時間は8:00am～3:00pmです。また、どの銘柄も最小取引単位が1株からなのでリスクを抑えて少額から始めることができるのがポイントです。注文方法はスマホアプリからの注文が一般的ですが、メールや電話でも注文が可能です。

今回はカンボジア株の基本情報を書きましたが、もう少し具体的に取引や銘柄、証券会社についての話や、私自身実際に取引をしているのでその経験などをお伝えできればと思っています。それではまた!!

カンボジ屋さん　LIFE OF CAMBODIA

「カンボジ屋さん」では経済、金融、不動産などの情報をＷＥＢで定期配信しています。
「LIFE OF CAMBODIA」では生活お役立ち情報やイベントなどの告知をテレグラムchで配信しています。

寄稿：柳 知秀
081-880-023
https://tameninaru-info.com/
cambodiyasan@gmail.com
@tomtom0822

記事広告

カンボジアの会計、税務のお話

カンボジアの税務調査の動向

お世話になります。Faith International Tax Service Co., Ltd.代表社員の青木です。

何回かクロマーの寄稿でも言及したこともありますが、今回はカンボジアの税務調査について書こうと思います。例えば日本の税務調査の場合ですが、税法を遵守しきちんと納税を行っていれば、追加で税金を納める必要はないのが基本です。

ただ、カンボジアの場合、日本と比べると拡大解釈によって、きちんと納税していても多額の課税をされてしまうこともあるのが現状だと思います。

例えば、今年ですと報酬を受け取っていない非居住取締役への給与税のみなし課税について、日本側とカンボジア租税総局の会議で議題に上がっていたようです。結果、カンボジア租税総局が正式に報酬を受け取っていない非居住取締には給与税のみなし課税をしないことを表明したようです。

弊社でも税務調査の中で非居住取締役に対する給与税のみなし課税の経験はありましたので、今回の通達はカンボジアの海外法人にとってはとても良いことだと思いました。

また、法人の規模にもよりますが、税務調査での追徴課税がゼロというケースもここ1～2年は目にすることも増えてきたように思います。

こんな書き方をすると失礼かもしれないですが、カンボジアの税務レベルも先進国に少しずつ近づいているのではないかと思います。

今後、カンボジアの税法の整備がきちんと進んでいけば、納税を遵守していない悪質な企業は徹底的に取り締まり、納税を遵守している企業は問題なく調査が完了するという風に先進国に近づいていく可能性はあると思います。

そういった国の成熟も考えますと、カンボジアでも正しく納税申告を行っていくことがますます重要になっていくだろうと思った次第です。

フェイスインターナショナルタックスサービス

親身、安心価格、スピーディ、確実にをモットーに、カンボジアで10年以上の実績がございます。カンボジアでの会計、税務のことでお困りのことがございましたら、お気軽にお問い合わせください。

010-267-377
8:30-17:00
https://faithtaxservice.com
aoki@uesaka.ne.jp

カンボジアの会計、税務のことでお困りごとはありませんか？

私たちにお任せください！

親身　安心価格　スピーディ　確実に　をモットーにしています！

UCF
Uesaka Consulting Firm　上坂会計グループ

弊社は、
日本の福井県にある上坂会計グループの一員です。
(https://www.uesaka.ne.jp/)

Faith International Tax Service Co.,Ltd.

Tel. 010-267-377
E-mail/aoki@uesaka.ne.jp
URL/faithtaxservice.com

カンボジアで10年以上の実績！　Tax Agent 多数在籍

スィーツおじぃの プノンペンおすすめスィーツ

スィーツおじいもスィーツだけ食べているわけではない。和食、フレンチ、クメール、エスニックなどなどオールジャンルでレストラン巡りもしている。ただ、美味しい料理を食べた後は締めのデザートをきっちり頂くというのが甘党の誇りだ。

本日は、移転して非常に可愛らしく落ち着いた内装に生まれ変わった人気の老舗イタリアンのLaVolpaiaが舞台。歴史的な経緯からかカンボジアではイタリアンはフレンチより少ないように思われるがそれでも良店は存在するのだ。牛かぶりになってしまったが、まずは舌触りの良い薄切り牛肉のカルパッチョ。そして、当店のスペシャリティーの本日の手打ちパスタは、ほうれん草の練り込まれたタリアテッレに旨みが濃縮したオックステールのラグーが素晴らしい。旨みたっぷりのプロシュートと香ばしいピザ生地も良し。柔らくジューシーに煮込まれたメインのミラノ風オッソブッコもなかなかの出来で大満足。

そして、お待ちかねのスイーツ第一号はまさにイタリアンレストランの定番のティラミスだ。濃厚でまったりと舌の上で余韻が続くマスカルポーネがこれでもかと入っていて、リキュールを含んだ生地とのバランスもたまらない。パンナコッタは、スイーツ専門店ではあまり出てこないレストランシェフのつくる一品。やや硬めのパンナコッタに若干塩分を忍ばせたパッションフルーツのソースもなかなか乙なもの。最後はバニラアイスクリームに濃いめのエスプレッソをかけて溶かしながら食べるアッフォガートで終了。

やはりレストランの定番ドルチェの安定感は良いものだな、と一人納得しきりのイタリアンディナーであった。

寄稿: スィーツおじぃ

カンボジアに土着して長い、甘いもの好きおじぃ。スイーツ王子になり切れなかったスイーツおじぃのプノンペンおすすめスイーツ紹介。

腹が…、減った。　孤独のグルメ in プノンペン

店主：川端 恵子
出身：愛知県
年齢：45歳
カンボジア歴：8年

飲食業歴20余年。元虎二郎ファン。2024年2月に創業者から店を継ぎ、プノンペンの老舗になるべく奮闘中。

虎二郎〜TORAJIRO〜

061-333-106
11:30-14:30/17:30-22:30
火曜定休
torajiro123
torajiro_pp

焼肉あり、豚しゃぶありの大衆居酒屋。酒のアテも豊富に取り揃えております。

ねぎ塩タン $9（税込）

当店で一番の人気アイテム。自家製だれで和えた青ネギをたっぷり載せた柔らかな牛タンを片面焼きし、仕上げにポン酢を数滴。口いっぱいに広がるジューシーな食感と風味がクセになる逸品です。ぜひご賞味ください。

店主：久保田 光広
出身：東京都檜原村
年齢：54歳
カンボジア歴：16年

昼飲みとサウナが好きなおじさんです。ぜひ遊びに来てください!

親タルサンド $3（税込）

南国鯛サンド

7:00-18:00　火日定休
nangokudai.com
CFF2016
nangokudai
cambodia_fresh_farm

南国鯛（ティラピア）の生産者が作る美味しいフィッシュサンドのお店です。

【親方レストラン】
高橋シェフのタルタルソースとサルサソースをミックスしました。食べたらわかる絶品です。
お店で食べれば他のソースもかけ放題。
小腹がすいたらどうぞ。

カンボジアサッカーよもやま話

Focus

どうなる?! 新生カンボジアサッカー代表

毎週末の熱戦が繰り広げられているCambodian Premier League。現在リーグ前期の終盤がせまり各チーム上位進出を目指して奮闘するなか、最近では代表チームの活動が行われました。実はそのカンボジア代表ですが、新監督が就任したばかり。そしてその新生代表チームを率いるのは日本人の行徳浩二監督。

行徳監督はもともとカンボジアのアンダー世代の代表を指導しチームを活躍に導き白羽の矢が。年末には東南アジアのワールドカップともいわれるASEANチャンピオンシップであるMitsubishi Electric Cupがひかえており、それに向け早速代表チームはメンバー選考、合宿キャンプ、Homeならびに海外Awayでの親善試合など積極的な活動を。今回の新生カンボジア代表には日本人選手も含めた帰化選手も召集されており、そんなメンバーがこれからどのようにチームに融合して東南アジアの強豪国と戦かっていくのか、楽しみですね。

さて代表監督も日本人ということで何かと日本に縁のある現在のカンボジアサッカーですが、次のコーナーでは引き続き現地カンボジアサッカーリーグで活躍する日本人選手の皆さんを紹介させて頂きます!

今回登場頂くのはISI DANGKOR SENGCHEY FC所属の音田聡ノ介選手です(27歳)。

大阪出身。大阪経済大学を卒業後、まずはヨーロッパのオーストリアへのぞむもシーズン中に前十字靭帯断裂という大怪我を。そこから手術とリハビリを乗り越えて復帰し、見事にリーグ優勝を果たします。引き続きヨーロッパでの移籍を目指すものの思う通りにはいかず、キャリアをかけてカンボジア移籍に捨て身でチャレンジし現チームとの契約を獲得。

初シーズンとなるカンボジアリーグでの今の目標はチームのトップ6入り。武器は正確な技術。ゲームを支える中盤の選手として戦かう音田選手の今シーズンを是非チェックしてみてください。

- 音田聡ノ介選手とのフルインタビュー動画はYoutubeチャンネル"東南アジアサッカーの風"で

ソリヤ フットボール

2012年設立。カンボジアで子供向けサッカースクールの運営、サッカー大会の企画、CSRサッカー活動、フットサルコミュニティの運営、スポーツマーケティング、スポーツ用品(Mizunoスパイク)の販売などを展開。

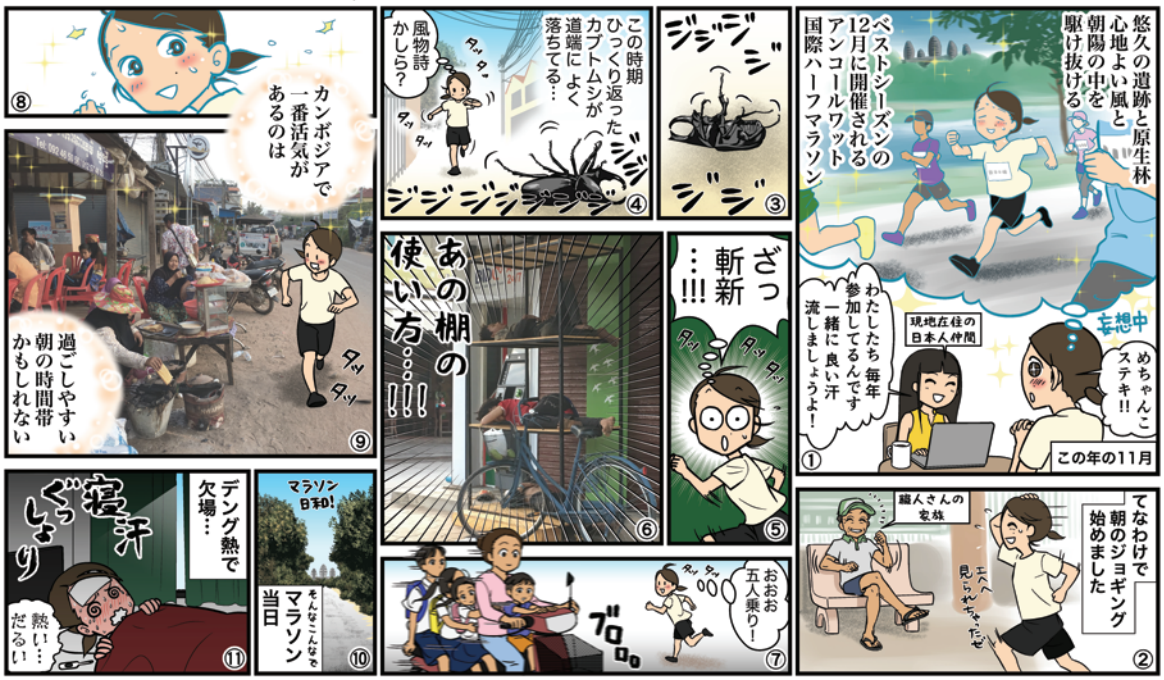
taisaito.ffe@gmail.com
Soriya.Football
@soriya_football

斉藤 泰一郎

オタクが覗いたカンボジア

5.朝走ったら多くの発見があったという話

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
←続き「デング熱」編読めます



JAH院長がお教えします！

カンボジア🐾ペット事情

昭和な職場 in カンボジア

東南アジア、特にカンボジアでも日本文化への関心が高まっていると感じる方も多いのではないでしょうか。私が運営しているJapan Animal Hospital(JAH)でも、日本の昭和時代の「働くことへの誇り」や「お客様第一」の精神をよく感じます。たとえば、スタッフに「無理しなくていいよ」と言っても、「飼い主さんが困るから」といって頑張り続ける姿を見ると、まさに昭和の価値観が息づいているなと思います。

私は群馬でも動物病院を運営していますが、現在の日本では規制や規則が増え、またパワハラの問題などが経営者を悩ませることが多くなっています。社員に無理をさせるどころか、もっと頑張ってほしいと思うこともありますが、若い世代はその厳しい環境を上手に利用して、無理せず効率的に働こうとする傾向もあります。（あくまで私の印象ですが）

一方で、タイやマレーシア、インドネシアの友人たちは、とにかく頑張って働いています。中には24時間勤務する獣医師もいるほどで、その仕事への熱意と勤勉さには驚かされます。それぞれの国に制度の違いはありますが、日本の生活がいかに幸せであるかを再確認する一方で、今のままではさまざまな分野で東南アジアに追い抜かれるのではないかと感じることも増えました。

カンボジアでご活躍されている皆さんも、同じように感じている方が多いのではないでしょうか？昭和の日本が持っていた「頑張る力」と現代の効率性をどうバランスさせるか、経営者としての悩みは尽きませんね。

そんな中、JAHスタッフとモンドルキリへの社員旅行を計画しています。バスに乗ってのんびりとした昭和の雰囲気を楽しむひととき、今の忙しい世の中で少しでも私は懐かしさをスタッフは新鮮な昭和を感じてもらえたらと思っています。　喜久田治郎

ジャパン アニマル ホスピタル

カンボジアの獣医療発展や狂犬病などの伝染病撲滅活動に貢献する為、カンボジア獣医師の育成に取り組み犬猫を中心とした治療や動物愛護啓蒙活動を行っている。

japananimalh@gmail.com
010-303-088
9:00-17:00
japananimal

JICAカンボジアリレー

Vol.9 カンボジアの金融教育と家計簿

多くの読者も実感されていることかと思いますが、カンボジアの金融セクターは近年急速に成長しています。その結果、これまで金融サービスにアクセスできなかった多くの人々が、金融機関からの借入や預金口座の開設を行うようになりました。しかし、この成長の一方で、多重債務に陥り、返済が困難になるケースも増えており、最悪の場合、自殺に至る事例も報告されています。この問題は日本でも昨年、日本経済新聞が取り上げるなど、国際的にも注目を集めるようになりました。

JICAはカンボジアの金融分野において、カンボジア中央銀行（National Bank of Cambodia, NBC）の調査研究能力を強化する目的で、現地通貨の普及や金融包摂の促進のための研究、さらには金融政策立案能力の向上に向けた技術支援や政策提言を行っています。その一環として、多重債務問題に対しても家計の金融リテラシー向上を目指し、様々な金融教育プログラムの効果検証を実施し、NBCや現地の金融機関に対して、政策提言を行っています。

特に、家計簿を活用した金融教育研究プロジェクトでは、カンボジアの家計を対象に1年間にわたり家計簿の記帳方法を指導し、その効果を実証的に分析しています。研究に参加した家計からは、「本研究に参加する前は家計簿をつけたことがなかったので、家族全体の収入や支出を厳密に記録するのは初めての経験となった」、「家族同士で収入や支出を確認し、見直すきっかけになっている」といった回答があり、家計簿をつけ始めたことで行動変容があったことをうかがえる家計が多くありました。さらに興味深い回答として、「収支の記録をつけることは女性の仕事という考えがあったが、考えが変わり、妻に代わって家計簿をつけている」と答えた男性もいました。一方で、「文字の読み書きができないので、子どもに収支の記録をさせている」といった回答もあり、家計簿をつける上で課題を持つ家計も存在することが分かりました。

家計簿プログラムに参加している家計に対するヒアリング調査
（筆者、左から2番目）

一連の金融教育研究の成果に関しては、地道ながらも現地機関にフィードバックを行っています。2023年、多重債務問題に対処するため、NBCとカンボジアマイクロファイナンス協会が「Safe Finance in Community Project」を立ち上げ、全国的に金融リテラシーの向上を図る取り組みを始めました。筆者もこのプロジェクトに参画し、教育プログラムの策定や効果検証に協力しており、各家庭に家計簿のつけ方を教えることを提案しています。ちなみに、カンボジアでは家計簿に相当する固有名詞がないそうで、日本語の「Kakeibo」という言葉を使用しています。プロジェクトを通じてカンボジアで各家庭の金融リテラシーが改善され、金融セクター全体の健全性が向上することを、金融分野の専門家として願っています。

金融政策のための経済分析・調査・運営能力強化プロジェクト
相場 大樹（専門家）

Safe Finance in Community Projectの進捗報告ワークショップ
（筆者、左から2番目）

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行っています。

国際交流の わ

プノンペンでの映画祭、始まります！

皆様お待ちかね、とうとうプノンペンでの映画祭がやってきました！今年は、11月29日から12月15日にかけて、3会場で14作品をお届けします。

どれも注目作品ですが、まずは第96回アカデミー賞視覚効果賞を受賞した『ゴジラ-1.0』、大人気のゴジラシリーズ最新作です。大迫力の映像をぜひ映画館でお楽しみください。併せて第1作目となる1954年公開の『ゴジラ』も上映します。2つのゴジラを見比べるというのも楽しいかもしれません。そして、第80回ヴェネチア国際映画祭銀獅子賞を受賞した『悪は存在しない』も必見。他にも、青春キラキラ映画『交換ウソ日記』や、ドラゴンボールの作者・鳥山明原作映画『SAND LAND』などなど、コメディやアニメ、サスペンスやクラシックなど、多種多様な作品が皆様をお待ちしております。もちろん全作品無料です。

カンボジアで日本の映画を一挙にみられる機会はここしかありません。フェイスブックから詳細情報をゲットしながら、ぜひ全作品コンプリートする勢いで見に来てください！

田中　晴輝

©2023 TOHO CO.,LTD.

©2023 NEOPA, Fictive

©2023 “OUR SECRET DIARY” Film Partners

FB : Japanese Film Festival - Cabbodia

JAPANFOUNDATION 国際交流基金

世界の全地域で総合的に国際文化交流事業を実施する日本で唯一の専門機関です。「文化」と「言語」と「対話」を通じて日本と世界をつなぐ場を作り、人々の間に共感や信頼、好意をはぐくんでいきます。

The Japan Foundation, Phnom Penh Liaison Office
独立行政法人国際交流基金プノンペン連絡事務所

8:00-17:00 (Mon-Fri)
https://pp.jpf.go.jp/
JFphn

CJCC Business-Japanese-Culture だより

カンボジア日本人材開発センター（CJCC）

カンボジア日本人材開発センター（CJCC）は、独立採算で運営されているカンボジア政府の教育機関です。教育・青年・スポーツ省を通じたカンボジア政府、そして国際協力機構（JICA）および国際交流基金（JF）を通じた日本政府の協力を受けています。カンボジアへの進出や投資を行う日本企業が増加する中で、カンボジアの産業人材の育成および企業向け情報提供・支援のプラットフォームとなることを目指しています。

CJCCの主要な活動は、ビジネストレーニングコース、日本語コース、文化・教育交流事業の3つです。ビジネストレーニングコースは、豊富な経験を持つJICA専門家、CJCCの職員、外部の専門家によって提供されています。日本語コースは、JFが開発した「まるごと」教材を使用して日本語教育を行っています。また、日本語ビジネスともに多くの日本の企業、団体、学生のご要望に応じたコースを提供しています。さらに、日本とカンボジアの文化交流を図ることを目的に、毎年7月には七夕フェスティバル、2月には絆フェスティバルを開催しています。

11月7日（木）および8日（金）には、CJCCでカンボジアの学生に対して日本留学を知っていただくための「日本留学フェア2024」を開催しました。今年度は11の大学及び4の関連機関が参加し、カンボジア文部科学省や在カンボジア日本大使館、王立プノンペン大学、独立行政法人国際協力機構（JICA）など、多くの教育機関や関係者の協力を得て実施されました。

日本留学フェア2024 ポスター

また、岡山大学の「日本留学促進のための海外ネットワーク機能強化事業」との連携により、カンボジアと日本の大学やその他の関係者とのネットワーク構築を進めています。

以上のような活動に加え、CJCCはカンボジア日本ビジネス投資協会（CJBI）の運営も担っています。CJBIは、会員企業に対しビジネスマッチングの機会や両国のビジネスに関する情報を提供するとともに、セミナーやワークショップ等のイベントを通じて両国のビジネスを促進しています。今後も日本とカンボジアをつなぐ機関として、皆様のご期待に沿えるようサービスの提供に努めてまいります。

Cambodia-Japan Cooperation Center
カンボジア日本人材開発センター

CJCCはビジネス、日本語、文化交流を通して日本とカンボジアを繋ぐカンボジア政府の教育機関です。CJCCは王立プノンペン大学（RUPP）内に位置しており、施設レンタル、ネイチャーカフェ、図書館の運営も行っています。

japandesk@cjcc.edu.kh (CJCCジャパンデスク)
089-700-650
8:00-17:00（土曜日・日曜日・祝日は休館）
https://www.cjcc.edu.kh/ja/
cjcc.fb

プノンペンと周辺エリア観光情報

観光地＆アクティビティ！

王宮・シルバーパゴダ

国王の居住の場で、戴冠式等の公式行事も行われる。建造物の外観、皇室の庭園内の散策を十分に楽しめる。シルバーパゴダも併せて見学できる。

時 8:00-17:00
料 10$（6歳以下無料）

プノンペン国立博物館

カンボジア各地から出土したクメール遺跡の石像や美術品が収集・展示されている。館内はプレアンコール期から展示品が年代順に展示されている。

時 8:00-17:00
料 10$（10～18歳5$）

ワット・プノン

小高い丘の上にある由緒ある格式の高い寺で「プノンペン」の名前の由来になったペン夫人が1372年に建立した。卒塔婆にはポニャーヤット王の聖骨が納められている。

時 7:00-19:00
料 1$

トゥールスレン博物館

通称 S21。元々は高校の校舎だったが 1975-79 年のポル・ポト政権下で約 2 万人が収容され、拷問の末虐殺された。独房や尋問室などが当時のまま保存展示されている。

時 8:00-17:00
料 5$（10～18歳3$）

キリングフィールド

市内中心から約15kmにあるポルポト時代の処刑場。トゥールスレン刑務所から1万7千人の囚人が運ばれ処刑された。今なお残る犠牲者が埋められた穴の総数は129に及ぶ。

時 7:30-17:30
料 6$

ソーソーロー博物館

カンボジア経済と通貨の歴史を学べる博物館。植民地時代の紙幣なども展示。ゲームを通して歴史を学べるコーナーや、デジタルアーカイブが閲覧できるコーナーなどあり。

時 9:00-18:00
料 5$

独立記念塔

フランス支配からの独立（1953 年 11 月 9 日）を記念して 1958 年に建造された大きなモニュメント。毎年同日早朝には盛大なセレモニーが開催され、戦でなくなった人々を大勢の兵士達が弔う姿も見られる。

セントラルマーケット

1937年に建造のアールデコ様式の特徴的なスタイルが目を引くプノンペン最大の市場。世界でも指折りの大きさのドーム型市場で、日用品、食品などありとあらゆるものが売られている。観光客のほか地元客でも溢れている。

アーキテクチャーツアー

1900年代初頭から中期にかけて建造されたフレンチコロニアルの建物散策をしよう。ツアーは不定期で、詳細はサイトより。建造物データのダウンロード可能。
https://ka-tours.org/

シルクアイランド

市内より北 18km、メコン河を北上した小島「コッ・ダイ」にあるシルク機織り村。フェリーに乗ってわたると田舎風景や機織り村などを見学できる。現地では、シルク製品の購入も可能。

プノンペン・サファリ

トラの火の輪くぐりやオランウータン、ワニのショー、キリンのエサやり体験、子豚レースなど、様々な動物のショーが楽しめ、週末は家族連れで賑わう。市内から片道約40分。

時 9:00-18:00
料 15$ /8$(90cm-120cm)

ウドン

プノンペンから北に約40km地点にある17～19世紀の古都で山頂に4本の仏塔が建っている。山頂の巨大仏像は内戦時1972年に爆撃されたが、近年修復された。

料 2$

キリロム国立公園

プノンペンから120km、コンポンスプー州の山にある国立公園。公園内にはVキリロムリゾート、テーマパークやチョンボック滝、ホテル、レストラン等もある。民泊体験なども楽しめる。

料 大人5$

プノン・タマウ野生動物保護公園

2 号線を南に約 40km の野生動物保護区。サファリパーク形式で敷地は広い。車のまま移動し、動物の檻前で降車し見学する。危険がない動物は檻に入ってもOK。

時 8:30-17:00
料 大人5$、子供2$

カンボジア鉄道

プノンペン駅発バッタンバン州行き北線は通常毎日 6:40 発、シハヌークビル行き南線は 7:00 発と 1 日 1 本走っている。また、週末限定で往復 1 時間のお気軽体験乗車もある。

ナイトマーケット

市内各所に新しいナイトマーケットが誕生しているが、一番古いのが、ワットプノン近く、リバーサイドにあるプノンペンナイトマーケット。市場裏には屋台街があり、ローカルライフが満喫できる。

バサックレーン

在住外国人に人気のプチ歓楽街。夜は歩行者天国となり、洒落たレストラン、バー、などがオープンし、夜にはとても活気があるエリアとなる。店舗にもよるが18～24時ごろまで営業する店が多い。

リバー・クルーズ

メコン河をゆっくり遊覧するクルーズツアー(5$~)。昼のツアーでは沿岸のローカルな生活風景が楽しめ、夕方のサンセットツアーでは夕日鑑賞が楽しめる。船によっては、ディナークルーズも楽しめる。

カジノ（ナーガ・ホテル）

スロット、ブラックジャック等、様々なゲームが楽しめる外国人専用の大型カジノ兼宿泊施設。入館する際にはパスポート持参で小綺麗な格好が望ましい。

ゴルフ

ヴァタナックゴルフ、グランドプノンペン、ガーデンシティ、ロイヤルカンボジア、ゴルフ&カントリーなど。キャディー、カートなどを含めると18ホールで平日約70～140$、週末約90～180$とお値段はなかなか。

耳掃除

プロ耳掃除師により施術で、約20分で耳の中がすっきり。追加できゅうりを使ったフェイシャルケアなどがあったりする。一度は体験してみたい。

料 2.5～3$程度

カンボジア全土マップ

プノンペン以外のお薦め都市情報

* 距離と時間などは全てプノンペン発

シェムリアップ

世界遺産アンコールワットがある観光都市。外国人旅行者が多く、リゾートホテルや洒落た飲食店も多い。バスで6～8時間（10～18$）、314km。飛行機（30分）

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。海の幸が美味い。バンやバスで3～3.5時間（10～16$）、212km。鉄道移動可能。

バッタンバン

バンブートレイン、遺跡、サンポー山、コンピンプイ、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。バスで5時間（10～15$程度）、288km。鉄道移動可能。

カンポット＆ケップ

ボーコー国立公園、コンポントラッチ洞窟、胡椒園、ビーチ、塩田など。在住者には避暑地的な街。バスで3時間（8～10$）、148～172km。鉄道移動可能。

クラチェ

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5～6時間（11～16$）、240km。

モンドルキリ&ラタナキリ

山岳民族、象、滝、コーヒー園など手つかずの自然が残る。モンドルキリはバスで6時間（12～17$）、380km程度。時期により結構寒い。ラタナキリはバンで8時間（14～19$）、482km。

MAP

MAP

医療コラム

Vol.9　子供の身長と食事

前回は「傷の治りと食べ物」に関するお話をお届けしましたが、今回は「子供の身長と食事」に関するお話です。

皆様は身長を伸ばすのに良い食べ物と聞くと、何を思い浮かべるでしょうか？

おそらく多くの方が牛乳を思い浮かべるのではないでしょうか。日本でも、お子様の身長を気にかける親御さんは多いですが、カンボジアでも同様のようで、当院の外来でも身長の相談に来られる方が多くいらっしゃいます。先日、身長の相談で来られた10歳の男の子の患者さんも、ご両親が非常に身長を気にされていました。

「先生、とにかくこの子の身長を伸ばしたいんですよ」
「そうですか。成長曲線では一応正常範囲にはありますね」
「でも、もっと高身長になってほしいんです」
「そ、そうですか」
「とにかく牛乳をたくさん飲ませています！」
「牛乳も良いと思いますよ。どれくらい飲んでいるのですか？」
「最低1日1Lは飲んでいますね！」
「1L、おお…」

身長に良い食べ物については、たくさんの議論がなされていますが、1つの食品を過剰に摂取するのではなく、バランスよく様々な栄養素を摂ることが重要とされています。

牛乳の飲み過ぎは、脂質や糖質の過剰摂取、便秘、下痢などの原因になる可能性もあり、注意が必要です。牛乳はカルシウムやタンパク質が豊富で、成長に必要な栄養素を多く含んでいますが、飲み過ぎには気をつけましょう！
（推奨摂取量は約200-300ml/日、最大でも500ml/日程度とされています）

最後までお付き合いいただきありがとうございます。
それではまた次回！

サンライズジャパン病院
プノンペン

サンライズジャパン病院
プノンペン市内にある日系の救急総合病院（診療科：救急、総合診療、脳外科、消化器、小児科、婦人科）。2023年4月にAEON MALL Sen Sok内に、サンライズメディカルセンターを開設（診療科：総合診療、健康診断）。
24時間365日（救急）
https://www.sunrise-hs.com/index.php/jp/
sunrise.jhpp

「クロマーを見た」で ご契約後、期間 1ヶ月無料延長!

カンボジアで12年の実績

✓ 日本の民放・BS・CS最大66チャンネル
✓ 過去4週間の番組を視聴・DL録画可能
✓ 年間一括支払いで2ヶ月無料($36.5～/月)
✓ 途中で解約されても返金します

日本のテレビを見るなら
MyslingTV!
（日本人駐在）
088 4507 505
myslingtvcam@gmail.com
詳しいご紹介サイトは↓

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。

撮影、編集、営業等業務実績一覧

撮影コーディネート

イベント撮影

オンラインツアー
教育ツアー用撮影

広告撮影
観光・PR用撮影

TV/CM/広告撮影

空撮・VR撮影

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
info@seishiron.com
017-777-110

プノンペン日本人学校だより

ココナッツダンス

10月20日に開催された日本人会盆踊り大会では、補習授業校及び本校の子供たちが、それぞれ素晴らしいパフォーマンスで会場を盛り上げてくれました。本校は、開校以来の伝統であるカンボジア舞踊「ココナッツダンス」を披露しました。しかしながら、「このダンスは、本当に仕上がるのだろうか？」というのが、練習を見ながら私が抱いた率直な感想でした。

ココナッツダンスは、見た目以上に難しいダンスなのです。まず、曲の変わり目がはっきりしないため、タイミングが合わせづらいのです。また、曲の進行に伴い動きが次々に変化していくため、どの動作をどの順番で何回ずつ行うのか、覚えるのがとても大変です。さらに、全体の隊形も次々に変化していきます。

練習が5月中旬にスタートし、少し覚えてきたかなと思ったら夏休み。途中の転出入者も少なくない中、その都度フォーメーションを変更し、練習を重ねました。この間の先生方と子供たちの努力は大変なものです。

そうして迎えた大会本番、子供たちは見事に演じ切ってくれました。それぞれの習熟度の差を、お互いの協力で補い合いました。子供たちの可能性に、改めて感心させられましたし、とても誇らしかったです。

伝統的な日本文化を表現できる現代日本人は意外に少数派です。私自身、自信を持って表現できるものは何もありません。それゆえ、縁あってカンボジアで生活している子供たちが、カンボジアの伝統舞踊に触れ表現者となることは、彼らが自身のアイデンティティを確立していくうえでとても意義深い経験であると信じています。

校長　伊藤 潔

プノンペン日本人学校　Japanese School of Phnom Penh（JSPP）

2015年に日本人会により設置され、小学部、中学部で構成される。基本は日本の教育内容（文部科学省の指導要領）に準じたカリキュラムとしつつ、カンボジアらしさを加味した特色ある学校経営を行っている。

jsppcambodia@gmail.com
092-882-140
https://jspp.tv/
jsppcambodia

プノンペン補習授業校だより

子どもたちが織り成す祭りの感動

10月20日(日)に行われたカンボジア日本人会主催の盆踊り大会に、補習校から幼稚部と小中学部、総勢72名が参加しました。幼稚部は「獅子舞」、小中学部は恒例の「よさこいソーラン」を披露しました。今年は大雨の影響等で練習時間が少なかったのですが練習よりもリハーサル、さらに本番とぐんぐん輝きが増していき、総じて本番に強い補習校の子どもたちの底力が発揮されていました。

普段は日本から遠く離れて暮らしていますが、いざ芽魂太鼓さんの和太鼓が響きわたり、御神輿が登場すれば子どもたちの「わっしょい」のかけ声も自然に大きくなります。櫓の周りを練り歩く法被姿はなんとも頼もしく、力強さに溢れていました。「わっしょい」は諸説ありますが、みんなで神を背負う「和を背負う」という意味のかけ声だと言われます。子どもたちは意識せずとも、その日、あの場所に、祭られている何か大いなるものがそこにいたように感じました。幼稚部の「獅子舞」も可愛らしさの中に獅子の豪快さがあり、よさこいソーランは鳴子さばきもすばらしく、一体感と躍動する皆の頑張りが胸を打ちました。

また中学部と小学部6年生は生徒自らの企画でチョコバナナ屋さんを出店しました。保護者、先生方にご協力いただき事前に試作を何度も重ねたチョコバナナは大好評。想定を上回る早さで完売しました。

普段グローバルな環境にある子どもたちにとっても、日本の祭りの雰囲気が再現されていた空間で日本文化を体感し、存分に楽しむことができた1日でした。盆踊り大会実行委員の皆様をはじめ、たくさんの方々の協力の輪の中でこのような特別な時間をいただいたこと、改めて感謝を申し上げます。

行事役員　西原・八木・奥田

プノンペン補習授業校　PPJS（Japanese Supplementary School of Phnom Penh）

平日はインター校等に通う日本語を母語とするお子様を対象に、日本語で日本式の授業を行っています（幼稚部・小学部・中学部合計で現在約70名在籍）。事前見学・授業体験・入校申込を随時受付中です。常勤教師も募集中です。メールでご連絡下さい。

ppjshoshuko@gmail.com
095-962-235（土曜午前中）
毎週土曜日8:30〜12:00
https://ppjs.info/
ppjskh

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よい。

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よい。

通貨・両替

現地通貨はリエル(Riel)だが、US$ の流通率が高く、US$ での支払いが可能。最近は 5US$ 以下の支払いは主にリエルにて行なわれる。1US$＝約 4000R（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が多数あるが、手数料を取られる場合が多い(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―やトゥクトゥクが一般的。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

在カンボジア日本大使館

Map ②C-5

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

在シェムリアップ日本国領事事務所

Map -

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

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　ツーリストポリス

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

プノンペン　ツーリストポリス

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

プノンペン　Phnom Penh

ケン・クリニック

Map ②C-4

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

Map ②C-2

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

Map ①D-2

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いる。

Add 177E, Kola Loum 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

Map ②B-1

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、専門医診療、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

Map -

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. 888, Russian Blvd.　Tel 023-991-000
Web www.royalphnompenhhospital.com

シェムリアップ　Siem Reap

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://ajfih.org/

ロイヤルアンコール国際病院

Map -

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

シハヌークビル　Preah Sihanoukvill

シーティ・クリニック

Map -

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://ajfih.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：バンコクインシュランス、FORTE

ひとこと 電話帳
In Phnom Penh

広 広告主

食べる Japanese Restaurant 日本料理

大入 OOIRI 今 ②B-4
熊本県発、日本人シェフの居る店。鮨、刺身、焼き鳥からお好み焼きまで楽しめる。
☎ 095-375-584 No.241, St. 63, BKK1

イザ IZA (Rosewood Hotel) ①C-3
ローズウッドホテル内の日本食店。高層階から見える市内は絶景。
☎ 023-936-860 Vattanac Capital Tower, Rosewood

さくらんぼ Sakuranbo ②A-2
焼鳥、沖縄料理、ホットポット等、貸切り宴会可能、お手頃価格でご提供。
☎ 087-453-606 St.288, BKK1

鰻富士 UnaFuji 今 ②B-3
様々な鰻料理が楽しめる専門店。ランチはお得なセット有り。一品料理などもある。
☎ 096-965-8889 37A, St.306, BKK1

浦江亭 Uraetei ②C-3
日本・ベトナムにもある焼肉店、お手頃ランチが充実。
☎ 023-218-037 No.5, St.360

海老の世界 Ebi no Sekai ②B-3
海老を使った料理が楽しめる店。ランチタイム限定割引メニューもある。
☎ 096-960-5444 235D, St.63

小料理屋 縁 YEN ②A-4
落ち着いた雰囲気の小料理屋、日本酒や焼酎もあり。
☎ 095-301-010 73B, St.95, BKK3

翁さんラーメン&ビヨンド Oh San Ramen & Beyond ②B-3
ラーメン職人経営の本格ラーメン居酒屋。一品料理も充実している。
☎ 099-227-140 No.102, St.310

親方 OYAKATA ②C-4
在住日本人に人気の日本料理店が現在の場所に移転
☎ 078-423-311 St.57 & 54, BKK1

海宝丸 SUSHI KAIHOMARU ②C-1
定食メニューも豊富な、海鮮 & 鮨居酒屋。
☎ 023-901-373 09 Oknha Pich St.(242)

型無 Katanashi ②C-2
一風変わったサービスが人気のおしゃれ居酒屋。
☎ 096-397-3313 No.51, St.village 5

カナザワ Kanazawa Japanese Restaurant ①D-3
リバーサイドにあるお洒落な日本料理店、外国人にも人気。
☎ 085-759-884 No.173, 175 Preah Sisowath Quay

からから KARA KARA ②B-3
ピリ辛から激辛まで美味しい麺、デリバリーも可。
☎ 086 619 966 No.216AB, St.63

雅楽 Japanese seafood restaurant GARAKU ②B-5
しっとりとした雰囲気が素敵な高級店、個室ありでビジネス会食にも。
☎ 023-210-428 No.283, St.63

牛角 Gyu-Kaku ②C-4
言わずと知れたあの味がプノンペンで味わえる焼肉屋。
☎ 076-222-2925 No.1, St.370

くずし割烹 安達 Adachi Japanese Restaurant ②C-2
お造りや焼き物など本格的な和を味わえる高級和食店。
☎ 023-679-9997 No.33, St.294

サカナ・ラボ SaKaNa LaB ②C-2
築地と近海から仕入れた鮮魚を味わえる居酒屋。
☎ 085-986-915 No.39, St.51

佐藤 SATO Japanese Restaurant ①C-4
元日本大使公邸料理人がオーナーシェフの日本料理店。
☎ 092-372-614 No.11, Oknha Men St.(200)

茶房利休 SABOH Rikyu ②C-2
こだわりのインテリアと料理の和食ダイニングバー。
☎ 066-861-777 140 Rue Pasteur No.51

時代屋 Jidaiya Yakitori ②B-2
どてカツ・鶏手羽などが人気の居酒屋。
☎ 016-854-837 No.17, St.278

しゃかりき 432 Shakariki432 ②C-3
バンコク発の日本食店が登場。300 種類以上の料理、個室カラオケ有。
☎ 015-432-432 No.16, St.322, BKK1

シャングリ・ラ Shangri-la ②C-4
本格北海道旭川ラーメン店、居酒屋としてもグッド。
☎ 069-624-322 No.477, Sisowath Quay

鮨丼丸 Sushi Donmaru 今 ②B-2
日本人鮨職人がいる鮨&日本料理店。天ぷらやラーメンなどもある。個室あり。
☎ 096-990-0055 No.144Eo, St.51

スシラボ SuShi LaB ②C-2
日本クオリティの鮨が食べられる、高級寿司店。
☎ 061-809-955 No.179, St.63, BKK1

空夢 Soran ②A-2
居酒屋メニューや并物等、多彩なメニューの和食店。
☎ 088-861-2228 No.12, St.252

匠 Takumi Sushi ②C-4
ボンケンコンの高級寿司店。おまかせコース 65US$ ～。
☎ 099-647-177 No.176, St.370

竹園 Takezono ①D-3
ソカホテル内にある高級日本料理店、個室あり。
☎ 088-263-6328 St.Keo Chenda

たまや TAMAYA Japanese Restaurant ②B-2
和食居酒屋で、本日のおすすめが人気。金曜日は焼き鳥デー。カラオケもある。
☎ 093-839-647 No.54,St.288, BKK1

さんらいず SUNRISE 今 ②C-2
日本食のお総菜屋さん。日替わり2ドル～メニューが大好評！！
☎ 016-599-736 134S, Street Pasteur51, Phum 5, BKK1

虎二郎 Torajiro ①C-6
焼肉、しゃぶしゃぶが味わえる店、ロシアンマーケット近く。
☎ 061-333-106 No.54, St.123

とりあえず TORIAEZU ②B-2
BKK1 エリアにあるカジュアルな焼き鳥居酒屋。本日のおすすめがねらい目。
☎ 087-452-439 St.294, BKK1

忍者 NINJA ②B-2
ラーメンを中心に豊富なメニューを取りそろえている居酒屋。
☎ 088-861-7623 No.14B, St.278

ノースタイル No Style ②C-2
焼き鳥を中心に串焼きやつまみを提供する居酒屋。
☎ 096-397-3318 St.51, St288

八 Hachi ①D-5
ソフィテル内にある高級寿司店、ビュッフェもある。
☎ 023-999-200 No.26, Sothearos Blvd

ひばち Teppan&Bar HIBACHI ①D-5
鉄板式のカウンターでお好み焼きなどが味わえる。
☎ 070-288-065 No.7b, St.101

丸亀製麺 Marugame UDON ②B-2
日本の讃岐うどんチェーン店、リーズナブルな価格でカンボジア人にも人気。
☎ 023-986-398 No.189, St.63,corner St.302, BKK1

やきとりラボ YaKiToRi LaB ②B-3
焼き鳥や串焼きなど、居酒屋メニューが揃う。
☎ 078-642-211 No.37B, St.306, Village 7, BKK1

ライスボール RiceBall Phnom Penh ②B-4
ヘルシーなお惣菜とおにぎりのお店、イートインコーナーあり。
☎ 069-823-736 St.360 and St.57, BKK1

リンガーハット Ringer Hut ②D-4
イオンモール内にある、長崎ちゃんぽんチェーン店。
☎ 023-933-132 No.132, Sothearos Blvd (Aeon Mall)

レストラン東京 Restaurant Tokyo ー
PPSEZ 内にある日本料理店、各種宴会手配も可能。
☎ 023-968-023 Phnom Penh Special Economic Zone

和牛 さいとう Wagyu Saito ①D-3
日本風焼肉&ステーキレストラン。刺身、鮨、串などもある。キッズルーム有。
☎ 010-854-871 F3-01 St 1、313 Quayside, Preah Sisowath Quay

食べる Khmer Restaurant カンボジア料理

クアンシーフード KUANG SEAFOOD ②B-2
バイトンホテル内のタイ料理店、看板メニューはプーパッポンカリー。
☎ 023-230-599 Samdach Louis Em St.(282)

クイジーン・ワットダムナック Cuisine Wat Damnak Phnom Penh ②B-1
フランス人オーナーの創作クメール料理の名店がプノンペンに進出。
☎ 099-358-520 29 Samdech Mongkol Iem St.(228)

クメールスリン Khmer Surin Restaurant ②B-2
老舗クメール料理、セットメニューも豊富。
☎ 012-887-320 8e0, St.57

クラバン kravanhrestaurant ②C-3
デザイン性の高い店内が特徴のクメール料理店。
☎ 012-539-977 74 Oknha Ket St.(174)

ソンボック　Sombok Restaurant ①C-3
高級クメール創作料理店、ビジネス会食にもOK。
☎ 093-575-157　No.1, St.154, Preah Sisowath Quay

タイタニック　Bopha Phnom Penh Titanic Restaurant ①C-3
船を模した店内が特徴の川沿いにあるクメール料理。
☎ 023-427-209　Preah Sisowath Quay

ニセット　NESAT Seafood House ①C-5
美味しいシーフードがリーズナブルに食べられる人気店。
☎ 077-683-003　St.446

マリス　Malis ②C-2
市内随一の高級クメール料理店、お客様が来た時に◎。
☎ 023-221-022　No.136, St.41

ラバブ・レストラン　Labaab Restaurant ①C-3
メコン料理と銘打った淡水魚料理が自慢のクメール料理店。
☎ 012-955-661　N81 E2 Preah Monivong Blvd.(93)

ル・ロイヤル (Raffles)　Le Royal ①C-2
ラッフルズホテル内にある、宮廷料理を提供する高級店。
☎ 023-981-888　St.92

食べる　Chinese Restaurant　中華料理

エンペラーズ・オブ・チャイナ　Emperors Of China ①C-4
飲茶が楽しめる中華料理店。
☎ 070-837-238　No.19, St.163

オールドパレス　Old Place Seafood Restaurant ①B-5
ツアーやビジネスにも使われる、本格中華レストラン。個室もある。
☎ 012-556-292　No.113C-D, Mao Tse Toung Blvd.(245)

クリスタル・ジェイド　Crystal Jade BKK ①B-3
落ち着いた雰囲気の香港料理店。
☎ 093-850-777　St.57 corner St.310

フルズ　Fu Lu Zu ②D-4
ソフィテル内にある高級中華料理店。
☎ 023-999-200　26 Old August Site Sothearos Blvd.

鹿港小鎮台菜餐廳　Lu Gang Xiao Zhen ①B-3
羽根つき餃子が人気の、安くて美味しい台湾料理店。
☎ 017-982-231　No.30,　St.225

食べる　Asian Restaurant　アジア料理

シッゲ　Sikgaek Korean Restaurant ②B-3
夜は高級韓国料理店、ランチはリーズナブルに楽しめる。
☎ 011-238-933　House 231, St.352 & 63, BKK1

大長今韓國燒肉 BKK1　BKK I Dae Jang Geum Restaurant ②B-2
本格的な韓国焼肉が楽しめる韓国料理店。
☎ 012-576-147　St.63, No.176, BKK1

トンキン・ガーデン　Tonkin Garden ①D-5
高級ベトナム料理店、店内にステージもありパーティーにも使える。
☎ 097-656-4794　Next to BIDC Bank, No.2, St.462

ママ・タイ　MA MA THAI Restaurant ②C-3
洒落た雰囲気のタイ料理店、クメール料理とのフュージョンに近い。
☎ 092-761-110　St.352, St.19, BKK1

ンゴン　Ngon Restaurant ②C-2
独立記念塔近くにある、老舗のベトナム料理店。
☎ 023-987-151　No.477, Sisowath Quay

食べる　Western Restaurant　西洋料理

ケマ・レストラン・ラポステ　Khéma Restaurant La Poste ①C-3
落ち着いた雰囲気のカジュアルフレンチレストラン。
☎ 015-841-888　Preah Ang Eng St. (13)

テル　Tell Restaurant ②C-2
老舗のドイツ&スイス料理店、自家製ソーセージは必食。
☎ 081-722-282　No.49, St.294, BKK1

トパーズ　Topaz ②C-4
大人の雰囲気漂う高級フレンチ。個室も有り接待に◎。
☎ 023-221-622　No.162, St.41

トラットリア・ベッロ　Trattoria Bello ①C-6
日本人経営のレストラン。欧米人が多く来店。
☎ 096-341-0936　No.17C, St.460

ニューヨーク・ステーキハウス　New York Steakhouse ②B-5
正統派アメリカンステーキハウス、上質なお肉を食べるならここ。
☎ 023-987-500　No.264, Preah Trasak Paem St. (63)

パレス・ドゥ・ラ・ポステ　Palais de La Poste Restaurant ①C-1
植民地時代に郵便局だった歴史的建物のフレンチレストラン。
☎ 011-735-576/016-735 - 576　Next to Post office, No.5, St. 102

ピッツェリア・マッテオ　Pizzeria Matteo ①C-6
日本人オーナーの本格イタリアンレストラン。
☎ 070-370-672　No.21Eo, St.466

ピッツァ・フォーピース　Pizza 4P's Phnom Penh ②C-3
ベトナムの人気ピザのお店がカンボジアに登場。自家製ブラータのピザは絶品。
☎ 089-242-264　F02-01 Preah Sisowath Quay

ブション　Bouchon Wine Bar ①C-3
ワインが豊富な本格フレンチワインバー、コロニアル建築でお洒落な店。
☎ 077-881-103　82 Oknha Ket St.(174)

ペペビストロ　Pépé Bistro ①D-3
在住者に人気の個性派フレンチビストロ。
☎ 087-911-871　St. 13, No.223

ボタニコワイン&ビアガーデン　Botanico Wine & Beer Garden ②D-2
室内と屋外のビアガーデンがあり、クラフトビールが楽しめる。
☎ 077-943-135　9B St.29

ホップス クラフトビアガーデン　Hops craft beer garden & Restaurant ②B-1
マイクロブルワリー併設の、クラフトビールが楽しめるビアガーデン。
☎ 093-999-014　No.17, St.228

ルポワン カフェ & ビストロ　Le Point Cafe&Bistro ①C-4
日本人オーナーの洋食店、正統派の洋食が楽しめる。
☎ 077-974-921　House 10, St.208

食べる　Other Restaurant　その他

タージマハル　Taj Mahal Restaurant ①C-3
本格的なインド / パキスタン料理がリーズナブルに食べられる。
☎ 016-961-833　EO-125, St.36

ナマステインディア　Namaste India Restaurant BKK ②D-2
落ち着いた雰囲気のインド料理店。
☎ 076-626-2783　177 St.63 Corner St.294

メキシカーノリバーサイド　Mexicano Riverside ①D-3
リバーサイドにあるメキシカン料理店、ボリュームたっぷり。
☎ 087-834-738　277A, GF, Preah Sisowath Quay Blvd

食べる　Bar & Lounge　バー&ラウンジ

さくらクラブ　Sakura Club 今 ②B-2
日本語、英語を話すスタッフ 20 人以上在籍。個室日本語カラオケ完備。
☎ 097-673-8835　No.8B, St.288 BKK1

クラブ京都　Club Kyoto 今 ②B-3
本格的な日本食を楽しみながら、楽しめるスナック。最新カラオケ完備。
☎ 096-896-5390　#37A, St. 306, BKK1(UNAFUJI)

エクリプス・スカイバー　Eclipse Sky Bar ②A-2
高層ビルの屋上にある 360°パノラマ景色が楽しめるスカイバー。
☎ 023-964-171　Phnom Penh Tower, 23rd FL, 455 Preah Monivong Blvd.(93)

オーディン・バー　Odin bar ②B-2
お酒の種類が豊富な、和食バー。
☎ 078-772-210　No.50, St.306, BKK1

ソラ　SORA (Rosewood Phnom Penh) ②A-1
高層階のラウンジ・バー、屋外バーカウンターからの眺めは最高。
☎ 023-936-860　Rosewood Phnom Penh 37F, 66 Monivong Blvd.

バー・チャカチャカ　BAR CHAKA CHAKA ②A-2
日系の落ち着いた雰囲気の隠れ家バー、2 件目にピッタリ。
☎ 070-242-254　St.288, BKK1

バサック 24　Basac 24 Lounge & Bar ②D-2
日本人オーナーが経営するバー、イベントも開催。
☎ -　St.308, Basac Lane

マウシム　MAWSIM ①C-3
日系クラフトジンメーカーが運営する隠れ家ジン・バー。
☎ 098-420-205　Sk. Sras Chhork, St.108

ブルーハーツ　Blue Hearts ②A-2
日本人経営のミュージックバー。在住外国人が多く集まる人気店。月曜定休日
☎ 096-900-8844　#129, St.398, BKK1

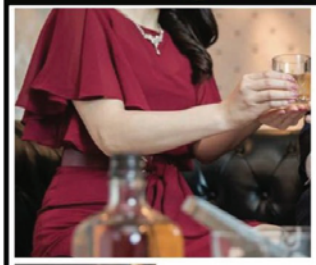
ヤタ　Flower Atelier&Bar YATA ②C-1
お酒が飲めるお花屋さん。昼は花屋、夜はバーになります。ノンアルコールも充実。
☎ ー　St.242, 海宝丸2階

食べる　Cafe & Bakary　カフェ & ベーカリー

J ブレッド　J Bread ------
日系ベーカリー、メロンパンなどの菓子パンも販売。
☎ 081-552-208　St.1986

シェ・シゲ　ストロベリーファーム　Chez shige Strawberry Farm ①C-6
日本人パティシエのケーキ屋、中でもショートケーキが人気。
☎ 096-223-3625　St.103

CLUB KYOTO



プノンペン最大の日本人キャストを目指す、CLUB KYOTOオープン。日本語を話せる美人なカンボジア人キャスト多数在籍。
鰻富士を8時からキャバクラとして営業おりますので、本格的な日本食を楽しみながら、綺麗な女性と楽しいひと時を過ごせます。
最大20名のVVIPルームを初め、大小の個室から、スナック感覚のカウンター迄ございますので、用途に合わせてご利用頂けます。
各種宴会、プライベートの飲み会、1人でのくつろぎ!!

CLUB KYOTO
#37A, St. 306, BKK1(UNA FUJI)
TEL: 096-896- 5390

バックヤード・カフェ　Backyard Cafe ②B-2
在住者に人気のカフェ、フルーツたっぷりのスムージーボールが人気。
☎ 0968-534-334　No.159, St.63

ふわり　Fuwari ②D-2
日系スーツショップ、ふわふわロールケーキが絶品。
☎ 092-766-632　25 Oknha Chrun You Hak St.(294)

ベーグル&ベーカリー パンヤ　Bagel & Bakery PANYA ②C-3
菓子パンメニューが豊富な日系ベーカリー、飲み物も販売。
☎ 010-805-770　14, Room A, St.310, BKK1

ワット・チョコレート　WAT chocolate Phnom Penh ②B-3
カンボジア産のカカオを使ったクラフトチョコレート専門店。
☎ 078-270-914　64, St.360, BKK1

買う　Shop　衣料&雑貨&その他

エルスウェア　Elswhere ②C-1
コットンやリネンのシンプルなデザインの服を扱うブティック。
☎ 078-770-377　54 Preah Ang Phanavong St. (240)

スイジョー　Sui Joh ②D-2
日系テーラー、中でもテーラーメイドのシャツが大人気。
☎ 017-230-583　No.25Z, St.294

ザ・ジャパンショップ　The Japan Shop ②B-2
在住日本人や日本食レストラン等に多く利用されている日本食材店。
☎ 096-888-3388　St. 57, BKK1

オウンデーズ　OWNDAYS ②D-4
イオンモール内にある日系メガネチェーン店、日本と同じサービスが受けられる。
☎ 023-986-405　No.132, Sothearos Blvd.(AEON Mall)

カンボジアフレッシュファーム　Cambodia Fresh Farm 今 ------
ティラピアの養殖・加工しての販売。イオン等で購入可。多くの飲食店で楽しめる。
☎ 012-811-343　Thool Bat Village Punhealeu District, Kandal

サン・ファーマシー　Sun Pharmacy-jp ②C-3
日本の薬も取り扱っている日系薬局。
☎ 088-314-8150　No.8CEo, St.310

フラワーアトリエ & バー・ヤタ　Flower Atelier&Bar YATA ②D-5
日本人フロリストのオーダーメイド専門花屋、Bar としてイベント出店もしている。
☎ -　No.11, St. Sothearos

ミーア　MI-A Japan ②D-4
イオンモール内にある 8000 リエル均一ショップ。
☎ 077-666-814　No.132, Sothearos Blvd.(AEON Mall)

メガネ・パリミキ・カンボジア　Paris Miki Cambodia ①C-3
日系大手メガネ店のカンボジア 1 号店。
☎ 096-842-2064　No.82A, St.154, Phsar Thmei III

モニュメント・ブックス　Monument Books ①C-3
洋書やデザイン書籍、文具も扱う大型書店。
☎ 023-217-617　Preah Norodom Blvd.(41)

ユーケア・ファーマシー　UCare Pharmacy Mao Tse Toung ②B-5
薬剤師が常駐するフランス系のドラッグストア。
☎ 095-888-532　29 Mao Tse Toung Blvd.(245)

買う　Super Market & MALL　スーパー & モール

イオンモールセンソックシティ　AEON MALL Sen Sok City ー
郊外のセンソックエリアにある、イオンモールの 2 号店。
☎ 023-911-888　St.1003, Khan Sen Sok

イオンモールプノンペン　AEON MALL Phnom Penh ②D-4
カンボジアにあるイオンモールの 1 号店、中心近くの立地が便利。
☎ 023-901-091　No.132, Sothearos Blvd.

イオンモールミエンチェイ　AEON MALL Mean Chey ー
ASEAN のイオンモールの中でも最大規模となる店舗。
☎ -　Hun Sen Blvd., Khan Mean Chey

オリンピアモール　Olimpia Mall ①B-4
オリンピックスタジアム横にあるショッピングモール。
☎ 023-921-969　St.217 corner St.182

セブンイレブン　Seven Eleven ②C-3
日本でもおなじみのコンビニエンスストア。品揃えはタイの店舗に近い。
☎ -　227 Preah Norodom Blvd.(41), BKK1

ナチュラルガーデン　Natural Garden ①A-2
主にオーガニック食品を取り扱うスーパー。
☎ 023-555-2028　St.598

マックスバリュー　Max Valu ②B-2
イオン系列のスーパーマーケット、小さいながら品揃え豊富。
☎ 023-988-580　St.57 corner St.282, BKK1

ラッキースーパーマーケット　Lucky Super Market ②A-2
生鮮食品から輸入食品や生活雑貨まで揃う便利なスーパー。
☎ 081-222-028　No.154, Preah Sihanouk Blvd.

買う Souvenior お土産

アメージング・カンジボア　Amazing Cambodia ②D-4
カンジボアの素敵で上質なお土産が買えるお店。
☎ 099-439-879　No.132, Sothearos Blvd.(AEON Mall)

クラタ・ペッパー　Kurata Papper ①A-3
日本人がカンジボアで有機栽培している胡椒の専門店。
☎ 012-842-970　No.35B, St.606, Toul Kork

クラタペッパー 2 号店　Kurata Pepper 2 Toul Tompong ①B-5
ロシアンマーケット近くにあるクラタペッパーの 2 号店。
☎ 081-737-737　No.149, St.444

スマテリア　Smateria ②C-2
デザイン性の高いリサイクル素材で手作りしたバッグを販売、お土産にも。
☎ 023-211-701　No.8Eo, St.57

ニョニュム・ショップ　Nyonyum Shop ②D-4
カンジボアメイドの雑貨や食品を集めたお土産物店。
☎ 012-500-052　No.132, Sothearos Blvd.(AEON Mall)

カンジボアティータイム　Cambodia Tea Time 今 ②D-4
伝統菓子ノムトムムーン。手作りで個包装されており、ばら撒きお土産としてもいい。
☎ 092-671-928　Siem Reap（空港、ニョニュム、アメージングなどで販売）

癒す Beauty Salon & Aesthetic ビューティーサロン & エステティック

メナード・コスメティック・カンジボア　MENARD COSMETIC 今 ②C-1
日本の有名化粧品メーカー。スキンケア用品、フェイシャルの施術が受けられる。
☎ 011-229-999　Oknha Pich St.242, Chaktomok

イル・ヴリール　iL BRiLLE ①C-2
日本にもお店がある美容サロンのカンボジア店。
☎ 081-749-769　Hotel GF, 53 Preah Monivong Blvd. (93),

髪結　Camiyui ②B-3
日本人美容師常駐の日系ヘアーサロン。
☎ 016-668-972　No.7, St.360

ジャパン・ビューティ・ケア　JAPAN Beauty CARE ②C-1
プノンペンタワー近くにある、日本人経営の脱毛サロン。
☎ 089-714-601　No.29, St.232

ソリスト　Solist ②C-4
日本人スタイリスト常駐の美容室、要予約。
☎ 010-231-234　No9, St.242

ハート　HEART hair salon and eyelash salon ①C-5
日本人スタイリスト常駐、アイラッシュもできる。
☎ 093-326-543　81 St.370

和心　Beauty salon hair and nail wako ②C-2
日本人スタイリスト経営&常駐の個人店。
☎ 077-694-411　St.306, BBK1

オリエンタルジャパンスキンクリニック　Oriental Japan Skin Clinic ②B-2
スキンケア、診断、レーザー治療、注射療法、薄毛治療など。
☎ 092-237-137　#20E1 St.57 & St.294, BKK1

癒す Spa & Massage スパ & マッサージ

ボディアスパ BKK1　Bodia spa BKK1 ②B-3
オリジナルのスパプロダクトを使った施術が人気のスパ。
☎ 023-210-215　No.40 Eo, St.63 corner St.352

ユー&ミースパ　U&ME Spa_Massage_Nail Salon_BKK63 ②B-3
スパサロンの他、マッサージトレーニングクラスもある。
☎ 023-986-822　No.216B, Preah Trasak Paem St.(63)

ロカスパ　ROKHA SPA ②B-2
クメールマッサージ、オイルマッサージなどが体験できる街中スパ。
☎ 098-902-846　No.26 CD, St.302, BKK1

クロマーツアーズ PPSEZ店オープン
毎週火曜日、東京ホテル内ロビーにて、日本人担当者による各種相談サービス行っています。お気軽にどうぞ。
012-890960 / 099-890960

体験する Museum & Exhibition ミュージアム & 展示

国立図書館　National Library of Cambodia ①C-2
誰でも入場できる公立図書館、懐かしい雰囲気。
☎ ---　Oknha Hing Penn St. (61)

国立博物館　National Museum of Cambodia ①D-3
カンボジア国内の仏教関係の石像やレリーフを主に展示。
☎ 023-217-643　Preah Ang Eng St. (13)

ソーソーロ博物館　SOSORO - Preah Srey ICANAVRMAN Museum ①C-3
カンボジアの歴史を経済の視点から映像やゲームも用いながら学べる博物館。
☎ 012-901-542/023-901-543　No.19, Preah Moha Ksatreiyani Kossamak Ave.

体験する Cinema & Theater 映画 & シアター

メイジャーシネプレックス　Major Cineplex ー
主にショッピングモールで展開している映画館、市内に数か所あり。
☎ ---　---

レジェンド・シネマ　Legend Cinema ー
通信会社のスマートが出資している映画館、スマートユーザーに割引あり。
☎ ---　---

体験する Sports ゴルフ&その他のスポーツ

ヴァタナック・ゴルフ・リゾート　Vattanac Golf Resort ー
遺跡のモニュメントがコース内に点在、3 コースあり内 1 つはナイトコース。
☎ 023-963-369　National Rd. 21B,

ガーデンシティ・ゴルフクラブ　Garden City Golf Culb ー
ガーデンシティホテル併設、ドライビングレンジもある本格的なゴルフ場。
☎ 088-338-8555　St.Ly yongphat

ロイヤル・プノンペン・ゴルフクラブ　Royal Phnom Penh Golf Club ー
空港近くにあるゴルフ場、初心者向けで比較的リーズナブル。
☎ 068-370-370　National Rd.4, Kob Srov, Kandal

バーディーズ・ミニゴルフ　Birdies Mini Golf ー
18 ホールのパターゴルフ場、大人から子供まで安心してプレイできる。
☎ 081-310-013　Koh Pich St.

ノーブル・スポーツセンター　Noble Sports Center ①D-5
バーチャルゴルフと多彩なクラスがあるジムのスポーツクラブ。
☎ 023-902-218　1 Samdach Sothearos Blvd (3)

フライ・プノンペン　Fly Phnom Penh ー
ファクトリープノンペン内にあるトランポリン場。
☎ 010-288-223　National Rd. No2

ブルー・オー　Blu O ②D-4
イオンモール 1 にあるボーリング場、レーン横に飲食できるテーブル席がある。
☎ 023-901-000　1 Samdach Sothearos Blvd (3)

プノン・クライム　Phnom Climb ①C-6
ボルダリングジム、コースは毎週変更されるので飽きることなく通える。
☎ 017-897-105　No.345, St.460

体験する Pool & Water Sports プール & ウォータースポーツ

DIB クラブ　DIB Club ー
レストランも併設のプール施設、パーティーやイベントもできる。
☎ 099-997-740　Koh Pich St.

ガーデン・シティ・ウォーター・パーク　Garden City Water Park ー
郊外にある大きなプール施設、ウォータースライダーや子供用プールもある。
☎ 089-843-333　St. Ly Yong Phat

泊まる Standard-Superior Hotel スタンダード、スーペリアホテル

アーモンド・ホテル・ソーティアロス　Almond Hotel Sothearos ①D-5
館内のレストランは評判が良く、のんびりするのにおすすめ。
☎ 023-220-822　No.128F, Sothearos Blvd.

東屋　Azumaya Phnom Penh ②A-1
プノンペンタワー正面の日系ホテル。露天風呂あり。
☎ 023-218-961　No.302, St.228

アニク・ブティックホテル　Anik Boutique Hotel ②C-3
レンガをおしゃれに使ったホテル、イオンモール近く。
☎ 023-982-174　No.N12, St.Tonle Bassac

オハナ・プノンペンパレス　Ohana Phnom Penh Places ①D-3
市内のどこにでも行きやすい立地、コストパフォーマンス◎。
☎ 023-989-671　No.4&6, St.148

サン・アンド・ムーン　Sun & Moon Urban Hotel ①C-3
リバーサイド近く、客室はビビットカラーを使ったユニークな内装。
☎ 023-961-888　No.68, St.136(Coner of St.15)

プノンペン　Phnom Penh Hotel ①C-2
市内北にある大型スーペリアホテル。
☎ 023-991-868　No.53, Monivong Blvd.

東京ホテルアパートメント&スパ　Tokyo Hotel Apartment & Spa ー
PPSEZ 内にあるアパートメント型ホテル。PPSEZ エリアへの出張者利用が多い。
☎ 086-616-100　PPSEZ, Road No.4 Kambol

オリンピア・シティ・ホテル・バイ ダラ　Olympia City Hotel by DARA ①B-4
オリンピアシティ内の宿泊施設、運営はダラグループが手掛ける。
☎ 023-999-228　St.217 & St.182, Olympia City Bidg. C3, 5F

サンウェイ　Sunway Hotel Phnom Penh ①C-2
ワットプノン隣のホテル、レジャーもビジネスも◎。
☎ 023-430-333　No.1, St.92

ヒマワリ・ホテル・アパートメント　Himawari Hotel Appartments ①D-4
低価格ながら大きく快適な客室が評判の中型ホテル。
☎ 023-214-555　No.313, Sisowath Quay

泊まる Delux Hotel デラックスホテル

エミオン Hotel Emion Phnom Penh ①D-4
設備からサービスまで日本品質の快適ホテル。
☎ 010-733-000 No.192, Sisowath Quay

ガーデンシティ Garden City Hotel ー
郊外にある高級ホテル。ゴルフ場や会議施設も充実
☎ 023-900-561 St.Ly Yong Phat

カンボジアーナ Hotel Cambodiana ①D-4
川沿いに建つ歴史あるデラックスホテル。
☎ 023-426-288 No.313, Sisowath Quay

コートヤード・バイ・マリオット・プノンペン Courtyard by Marriott Phnom Penh ①C-4
マリオットが手掛ける、中価格帯のビジネスホテル。
☎ 023-238-888 No.115, St.214 Corner St.63

サン・アンド・ムーン・リバーサイド Sun & Moon Urban Riverside ①D-6
プノンペン中心部南に位置するホテル。
☎ 023-866-668 Waterfront, Norodom Blvd. Tonle Bassac

ソカ・プノンペン Sokha Phnom Penh Hotel & Residence ①D-3
川に挟まれた半島に建つ大型ホテル、レジャーに人気。
☎ 023-685-8888 St.Keo Chenda

ナーガ・ワールド NagaWorld Integrated Resort ①D-4
プノンペン唯一のカジノを有するホテル、娯楽も充実。
☎ 023-228-822 Hun Sen Park

フェアフィールド・バイ・マリオット Fairfield by Marriott Phnom Penh ①B-3
インターナショナルホテルチェーン。シンプルな作りだがクオリティは高い。
☎ 023-626-8888 Russian Federation Blvd, 10 Village

泊まる Luxury Hotel ラグジュアリーホテル

ソフィテル・プノンペン Sofitel Phnom Penh Phokeethra ②D-4
市内の好立地にあるフランス系ラグジュアリーホテル。
☎ 023-999-200 No.26, Samdach Sothearos Blvd.

ラッフルズ・ル・ロイヤル Raffles Hotel Le Royal ①C-2
植民地期から続く、エレガントな格式高い高級ホテル。
☎ 023-981-888 St.92

ローズウッド・プノンペン Rosewood Phnom Penh ①C-3
プノンペン最高級のタワーホテル、高層階からの眺めが素晴らしい。
☎ 023-936-888 Vattanac Capitol, No.66, Monivong Blvd.

泊まる Boutique Hotel ブティック

アクエリアス・ホテル Aquarius Hotel ②C-1
カジュアルな雰囲気と便利な立地で観光にも良い、屋上プールバーが人気。
☎ 023-972-089 Preah Ang Phanavong St.(240)

アニク・パレス・ホテル Anik Palace Hotel ②B-2
ロマンティックな内装のブティックホテル、便利な立地でコスパよし。
☎ 023-955-544 House No.14, St.278

イロハ・ガーデン iRoha Garden ①C-5
コロニアルスタイルがお洒落な日系ホテル。
☎ 023-966-330 No.8, St.73

シム・ブティック SIM boutique hotel ①C-4
コスパの良いブティックホテル、スカイバーもある。
☎ 078-708-029 St.143

チアーズ Social Apartment & Hotel Cheers ②C-3
日本人経営のシックなデザインのブティックホテル。
☎ 023-999-338 No.14, St.310, BKK1

バイトン・ホテル&リゾート Baitong Hotel & Resort ②B-2
中央吹き抜けの流線型のデザインが特徴、緑溢れるプールは必見。
☎ 023-223-838 No.10, St.282, BKK1

パヴィリオン・ホテル Pavilion Hotel ①C-4
1920 年代の歴史的建物をリノベーションしたホテル。
☎ 023-222-280 227, St.19

プランテーション Plantation Urban Resort &Spa ①-C3
王宮近くのブティックホテル、アーティスティックな空間。
☎ 023-215-151 No.28, St.184

暮らす Travel & Media 旅行会社&メディア

クロマーツアーズ Kroma Tours ②B-3
ツアーや航空券、車両手配などを扱う日系旅行社。メディア制作、起業支援なども。
☎ 099-890-960 No.129, St.228 BKK1

暮らす School & Kids 学校 & キッズ

プノンペン日本人学校 Japanese School of Phnom Penh ー
文部科学省から在外教育施設として認定を受けている日本人学校。
☎ 092-882-140 No.205B, St. Lum, Group 5

プノンペン補習授業校 Japanese Supplementary School of Phnom Penh ー
日本人会運営の日本文化を学ぶための補習授業校、土曜日午前のみ開校。
☎ 095-962-235 No. 205B, St. Lum, Group 5

プノンペンビッグハウス公民館活動 Phnom Penh Big House ー
「子ども達の成長にとってより良い環境を創りたい」という思いで始まった公民館活動。
☎ FB で検索 No.133 St.95, Beoung Tra Bek

暮らす Finance & Insurance 金融 & 保険

バンコクインシュランス Bangkok Insurance (Cambodia) Plc. ②C-3
三井住友海上が 25%直接出資している損害保険会社。日本人スタッフ常駐。
☎ 088-788-6610 (濱口) No. 181, Preah Norodom Blvd.

イッシン Isshin Co.,Ltd. ②A-4
日本の会社が設立した、保険代理店。日本人スタッフがいる。
☎ 023-214-579 ROOM 4A FLOOR 4, No.53, St.446

エーアイエー生命 AIA (Cambodia) Life Insurance Plc ①D-5
アジア・パシフィック地域で最大規模の保険グループ。
☎ 086-999-242 GIA Tower 31st FL., St.Phum 14

アクレダ銀行 ACLEDA Bank Plc. Headquarters ①C-2
公共料金の支払いもアプリで可能。
☎ 023-994-444 61 Preah Monivong Blvd. (93)

ABA 銀行 ABA Bank Head Office ②A-2
モバイルバンキングアプリが便利な銀行、市内のいたるところに ATM 有。
☎ 098-203-333 148 Preah Sihanouk Blvd.(274)

SBI リーホーバンク SBI LY HOUR Bank PLC. ①B-3
日本の SBI とカンボジアの Ly HOUR グループの合弁会社の商業銀行。
☎ 023-980-888/093-671-111 Bldg. 219, St. 128 & 169

サパタナ銀行 Sathapana Bank ①C-3
カンボジア最大手 MFIs のサパタナとマルハンの合弁、金利もよい。
☎ 023-999-010 Sathapana Tower, Bldg 63, Preah Norodom Blvd.

Jトラストロイヤル銀行 J Trust Royal Bank Kramoun Sar Branch ①C-3
日本の J トラストとカンボジアのロイヤルグループの合弁会社。
☎ 023-999-000 Royal Railway Bldg., 10 Russian Federation Blvd (110)

第一生命 Dai-ichi Life Insurance ①C-3
日本の第一生命ホールディングスのカンボジア子会社。
☎ 023-955-333 No.66, Preah Monivong Blvd. (93)

フォルテ Forte Insurance (Cambodia) ①C-3
カンボジア最大手の保険会社。
☎ 023-885-077 No. 66, Vattanac Capital Lvl. 18, Preah Monivong Blvd.

プノンペン商業銀行 PPCBank Ou Ruessei Branch ②A-1
ジャパンデスクがあり、日本語で口座開設できる。
☎ 061-444-608 No. 437 Preah Monivong Blvd., Corner of St. 214

フェイスインターナショナルタックスサービス Faith International Tax Service ①B-4
カンボジアで 10 年以上の実績の日系会計、税務会社。
☎ 010-267-377 City Tower, Unit M4, Mezzanine Floor,No.321Toul Kork

暮らす Dental 歯科

デンリッシュ・アジア・デンタル・クリニック Denriche Asia Dental Clinic ②A-1
日本人歯科医師のもと、新しい設備で日本クオリティの治療が受けられる。
☎ 023-901-200 St.398

マリス・デンタルクリニック MALIS dental clinic ②A-1
日本人歯科医師が常駐しており、綺麗なクリニックで安心して治療を受けられる。
☎ 012-513-222 136 Norodom Blvd.

旅行会社で旅を学ぼう！
旅行手配、企画、営業、出版、動画制作、SNSマーケティングなど
インターンシップ生募集中
1ヵ月～可。3ヵ月以上は生活支援金有
シェムリアップ／プノンペン勤務
Kroma Tours クロマーツアーズ
017-777110 / info@seishiron.comまで

暮らす　Other　その他

エムズ・カスタム・ファクトリー　M's Custom Factory ①A-4
日本人整備士がいる修理店、出張点検もしてくれる。
☎ 096-481-7238　No.80A, St.186, Toul Kork

DHL　DHL Express Service Point ②A-3
国際配送会社、地方都市にも支店があり便利。
☎ 023-970-999　577 Monivong Blvd.

日本通運　Nippon Express ①D-4
国内・海外への引っ越しサービスなら安心の日通へ。
☎ 023-223-357　No. 361, 3rd FL, South Bldg. Samdach Sothearos Blvd.(3)

ヤマト運輸　Yamato Transport ①D-4
クロネコヤマトの海外引越サービス。日本人スタッフもいるので安心。
☎ 086-216-651　No.313 Sisowath Quay (in Hotel Cambodiana)

日本送り出し機関プノンペン　JSIP ②C-5
カンボジアからの送出し機関として、将来的に日本で働く技能実習生などを育成。
☎ 069-350-641　26A, Street 420, 2nd Village, Boeng Trabek

エイブル (LIA JC GLOBAL)　ABLE (LIA JC GLOBAL) ②A-3
日系不動産仲介業者、日本人スタッフがいる。
☎ 086-406-080　St.310, BKK1

シティハウス　CITY HOUSE (CAMBODIA) CO., LTD. ①C-4
日本人オーナーの不動産会社、日本語対応あり。
☎ 0997-821910　212, St. 304, BKK2

センチュリー 21 富士リアルティ　Century 21 Fuji Realty ②B-2
アメリカ大手不動産会社のフランチャイズ店、日本語対応あり。
☎ 023-219-021　193Eo, St.63, BKK1

ボランテ不動産　VOLONTE REAL ESTATE ①C-4
日系不動産仲介業者。地域密着で取り扱い物件が豊富。アフターフォローも充実
☎ 093-802-133　St.208,Sangkat Beoug Raing

大村インダストリー　OMURA INDUSTRIES ①C-4
工場、倉庫、店舗など様々な建物を設計・施工。日本人エンジニアが対応。
☎ 023-964-250　The Office No.28 No. 28, St.288

バディバディバディーズ　Buddy Buddy Buddies ①C-5
店舗内装、設計デザイン、施工管理。日本で工務店 18 年の経験と実績。
☎ 096-752-0233　No. 5 St. 396, Village 8 BKK3

キレイライフ　Kirei Life ー
カンボジア初のレンタル浄水器。個人向け、ビジネス向けがある。
☎ 012-800-218　ーー

カムアップジョブセンター　Camup Job Center ①C-4
日本人経営の人材紹介会社。カンボジアで仕事を探すときに。
☎ 010-777-983　2F, Sayon PP Building, 15 Samdach Pan Ave (214)

シェムリアップ情報　Siem Reap　シェムリップ

アンコール・グレース・レジデンス　Angkor Grace Residence & wellness ー
ウェルネスを意識した高級感あるホテル。スパ、ジム、ヨガ、キッズルームが充実。
☎ 063-900-288　Siem Reap (Preah Norodom Sihamoni St.)

カンボジアティータイム　Cambodia Tea Time ー
伝統菓子ノムトムムーン。手作りで個包装されており、ばら撒きお土産としてもいい。
☎ 092-671-928　Siem Reap（空港、ニョニュム、アメージングなどで販売）

クロマーツアーズ　Krorma Tours ー
ツアーや航空券、車両手配などを扱う日系旅行社。メディア制作、起業支援なども。
☎ 012-890-960　Kandal Village

クロマーマガジン編集部　Krorma Magazine ー
書籍、動画、各種メディア業務。取材代行、アポどり、誌面チェック、撮影業務など。
☎ 017-777-110　Kandal Village

サークル活動等　Club Activities

ゴールデンバッツ硬式野球部
結成2004年。約30名の在住者、駐在者が所属。日曜8:00-9:30 会費：$50/年
☎ 010-728-033（江頭）　GoldenBatsBaseballClubPP

ゴールデンバッツソフトボール
結成2004年。日曜9:30～12:00（月2回、第2、4）会費：$1-3/回（中学まで無料）
☎ 092-612-755（弓田）　Golden Bats Softball

ソリヤ フットボール アカデミー
経験者向けフットサルコミュニティ。日曜17:00-18:30 会費：$8/回
✉ taisaito.ffe@gmail.com（斉藤）　Soriya.Football

タッチラグビー
未経験者歓迎。場所はバントラベック高校。日曜8:00-9:30（月2回）会費：$5/回
☎ 093-717-691（小澤）　ーーー

極真空手クラブ
日曜：中級12:00-13:00/初級13:00-14:00 水曜 19:00-20:00 会費：$20/月　$2.5/回
☎ 010-714-105（越智 16 時～）　Cambodia Kyokushin Karate Club

プノンペン剣道クラブ
2009年発足。見学歓迎！日曜10:00-12:00　会費：子供・学生$10/月、社会人$15/月
✉ phnompenhkendo@gmail.com　PPKendoClub

プノンペン剣道クラブ居合道部
剣道クラブ内の居合道部。土・日曜9:00-10:00 会費：$5/月
✉ phnompenhkendo@gmail.com　PPKendoClub

カンボジア合気道協会
2002年発足。年齢性別問わず誰でも稽古に参加可能。毎日開催。会費：$25/月
☎ 070-228188（上松）　Cambodia Aikido Association

サンデーゴルフ
初心者から上級者、男女問わず募集中。日曜午前開催。
☎ 096-510-6900（尾方）　ーーー

プノンペン走友会
2015年開始。登録者数250名超え。日曜練習会6:00-/水曜ファンラン19:00-。
☎ 078-855-349（鳥居）　PPsoyukai

プノンペン HIIT クラブ
HIITを愛するコミュニティ。水曜18:30-20:00/日曜16:00-17:30　会費：$2/回
☎ 086-774292（肥田野）　ーーー

芽魂太鼓
結成21年。練習は週に1～2回、和太鼓経験者大歓迎！！
☎ 088-600-7648（久保田）　mekongdaiko

ザ・プノンペンシンガーズ
2022年1月に発足したコーラスグループ。火曜18:00-20:00 会費：月10$
☎ 017-888-622（上田）　ThePPSingers

プノンペンシンフォニーオーケストラ
アマチュアオーケストラ。楽器経験者の方。火曜18:00-20:00 会費：無料
☎ 077-566-690（濱口）　ーーー

MWA
カンボジア在住女性有志の集まり。イベント企画等の活動、情報交換など。
☎ 012-834-922（川端）　虎二郎 -Torajiro-

プノンペン 1982 年会
同学年の集まりで50人程。交流会は子供と一緒に参加可、新メンバーも歓迎。
☎ 016-958-178（重冨）　ーーー

プノンペン三田会
慶応義塾出身者の任意団体組織。10名程度がアクティブな会員。不定期開催。
✉ yunagata@tmi.gr.jp（永田）　プノンペン三田会

カンボジア立教会
立教大学出身者の任意団体組織。四半期に1回を目処に懇親会を開催。
☎ 010-426-777（加藤）　ーーー

ロータリークラブ　プノンペンメトロ日本語部
世界的な奉仕団体ロータリークラブの日本人部。
☎ 017-777-110（西村）　rc.ppmjl

ライオンズクラブ　プノンペンキズナクラブ
世界的な奉仕団体ライオンズクラブ。
☎ ーーー　kizuna.lions

記事広告

日本の歯科医療を海外へ　デンリッシュ Presents

カンボジアの歯医者さん

歯科医院での定期検診やクリーニングの必要性

歯科技工士の尾方です。
Denriche Asia Dental clinic で、歯の作製に従事して10年目になります。

この10年、カンボジアでも作製する側も、新しい機材や新しい材料の変化があります。今年当院では口腔内スキャナーを導入し3Dプリンターで歯科模型を作製、歯科矯正アライナーを作製してます。

口腔内スキャナーでの光学写真なので型取りの苦痛がありません。
以前はアメリカにオーダーして、患者様に提供出来るまでに2ヶ月ほどお時間かかりましたが、今では自院での作製の為1週間ほどで提供出来る事が可能になりました。

歯科矯正アライナーは、ワイヤー矯正と違い，マウスピースでの歯科矯正です。
透明なので、周囲からも気付かれる事は少ないです。
この機会に是非、歯科矯正アライナーをご検討下さい。
歯科矯正アライナーのご相談は無料で受付してます。

DENRICHE ASIA
DENTAL CLINIC

DENRICHE BKK DENTAL CLINIC

デンリッシュアジアデンタルクリニックは医療法人社団海星会グループです。日本人歯科医、歯科技工士在籍。日本の国民保険の還付金書類作成可能、また各種クレジットカードもご利用いただけます。

089-533-511 / 093-533-511
月～土 8:30-19:00 /　日祝 8:30-16:00
Denriche Asia Dental Clinic -BKK
#08A St. 398 BKK1 Phnom Penh

Krorma Tours クロマーツアーズ

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ご同行いたします。
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！
krormatourspp　099-890960

Krorma Tours クロマーツアーズ

1日から、中期～長期、仕事用、家族用向け、運転手付き車両レンタル。契約後も日本人スタッフにより定期的なヒアリングを行い、運転手に対するご不満など、調整を行いますので、ストレスフリーでご利用いただけます。（保険完備）

今回のお得な長期車両リース情報

アルファード
アバンザ
ハイランダー
カムリ　等

980＄～/1ヵ月

運転手付き車両レンタル

クロマーツアーズ
cambodia@sketch-travel.com
099-890960
krormatours

日本語でどうぞ！
krormatourspp　099-890960

クメール語のミスで食事がもう１セット来た

カンボジアで生活し始めて１ヶ月たった頃カンボジアの生活に慣れてきてローカルのご飯屋さんで豚ご飯を注文しました。白ご飯に豚肉、スープに漬物も付いた満足感たっぷりの食事で5000 リエル！お腹が空いていたので**「ご飯のおかわりください」**សុំបាយមួយទៀតសម្ល **バーイ ムオイ ティエット**と伝えました。すると、白ご飯だけでなく豚肉やスープ漬物など最初に注文した食事がもう１セット出てきたのです。

実は、バーイにはお米以外にも食事という意味があり（日本語の“ご飯”と同じ）「お米のおかわりください」ではなく「食事のおかわりください」という意味で伝わったのです。

今回の例は少し特殊ですが、白米をおかわりしたい場合は、**バーイソー（ソーは白という意味）を使ってសុំបាយសម្ងួយទៀត（ソム バーイソー ムオイ ティエット）**が良いですね！

屋台などで使えるクメール語

・メニューを見せてください	សុំមើលម៉ឺនុយ	ソム ムール メーヌイ
・香草(パクチー)を入れないで	កុំដាក់ជីរ	コム ダック チー
・持ち帰ります	សូមខ្ជូប់	ソーム クチョップ
・ABA で支払います	ប៉ង់តាមABA	ボン ターム ABA
・小さいお金が無いです	អត់មានលុយតូច	オッ ミエン ルイ リエイ

株式会社トライアンフカンボジア
9:00-18:00　096-879-6753
https://www.triumph.jp/cambodia/
@camphnompenh
matsuishibuki@gmail.com　松井 飛樹

初心者向けにクメール語のレッスンをしています！
クメール語全体のレベルの底上げができるよう一緒に勉強しましょう！

カンボジアビジネスの
広告・PRなら

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

シェムリアップ版
生活＆旅行

プノンペン版
生活＆ビジネス

くろまる
シェムリアップの便利地図＆新聞

クロマーマガジンは2006年創刊。
カンボジアの情報誌として、
この国に住む人や、この国に訪れる人に
生活、旅行、ビジネス情報等をお届けしています。

くろまるは、クロマーマガジンの簡略版の地図＆新聞です。
雑誌版ご希望の方は、お近くのクロマーツアーズまで。
PDF版は→

広告募集

地球の歩き方
アンコールワットとカンボジア

旅好きで知らない人はいない定番ガイドブック。1～2年に1回発行。　発行部数:30000部+デジタル版
広告費:$1800程度～(為替変動)

クロマー編集部
TEL/Telegram: 017-777110
Mail: info@seishiron.com

ジャパンハート小児病院 給食施設

FIDRクラチェ州病院新病棟

住友電装第２工場（PPSEZ）

TOKYO HOTEL

住友電装第３工場（PPSEZ）

カンボジアでの建築設計・施工は、
OMURA INDUSTRIESにお任せください！

PPSEZ内 TOKYO HOTEL
APARTMENTS & SPA

Omura Industries はカンボジアにて、工場、倉庫、医療施設、ホテル、店舗、事務所など様々な建物を設計・施工してまいりました。
カンボジアでの建設は不安なことも多いかもしれませんが、経験豊富な日本人エンジニアが誠心誠意ご対応いたします。
どうぞお気軽にお問い合わせください。

大嶋　信
Director
東京大学工学部建築学科卒業、大学院修士修了、硬式野球部
2011年、日系ゼネコンのプロジェクトマネージャーとしてミネベア・カンボジア工場の建設に従事。
2015年、Omura Groupの設立に参加。
一級建築士、一級建築施工管理技士、一級土木施工管理技士

日本人が対応致します！
023-964-250
info@omuraindustries.com.kh

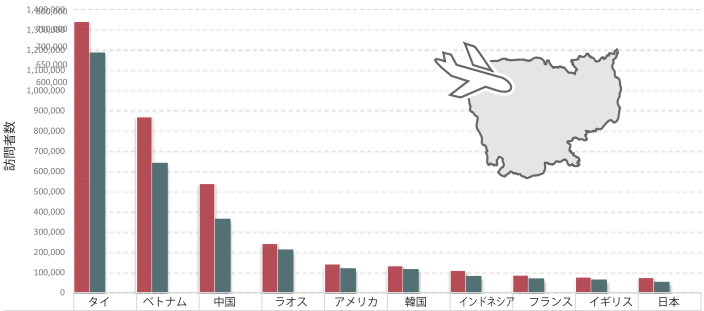
OMURA GROUP
The Office No.28
No.28 St.288
Phnom Penh

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～8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	**3,104,489**	**396,591**	**1,213,770**	**1,536,701**	**35.8**	**206.1**	**-50.5**	**26.6**
Phnom Penh Int'l Airport (PNH)	1,427,487	329,596	900,637	1,131,248	26.4	173.3	-20.8	25.6
Siem Reap Angkor Int'l Airport (SAI)	1,188,254	55,818	302,347	392,634	9.2	441.7	-67.0	29.9
Sihanouk Int'l Airport (KOS)	488,748	11,177	10,786	12,819	0.3	-3.5	-97.4	18.8
Land and Waterways	**1,255,908**	**601,681**	**2,288,211**	**2,754,357**	**64.2**	**280.3**	**119.3**	**20.4**
Land	1,160,746	594,666	2,250,241	2,700,579	62.9	278.4	132.7	20.0
Waterways	95,162	7,015	37,970	53,778	1.3	441.3	-43.5	41.6
Total	**4,360,397**	**998,272**	**3,501,981**	**4,291,058**	**100.0**	**250.8**	**-1.6**	**22.5**

トップ10　外国人訪問者数（2024年度1月～8月）



	タイ	ベトナム	中国	ラオス	アメリカ	韓国	インドネシア	フランス	イギリス	日本
2024	1,340,750	868,445	538,834	242,104	140,857	132,286	109,297	85,600	76,240	73,756
2023	1,186,999	641,758	364,844	212,984	119,655	115,399	82,226	69,567	63,857	52,379
Share (%)	31.2	20.2	12.6	5.6	3.3	3.1	2.5	2.0	1.8	1.7
Change (%)	13.0	35.3	47.7	13.7	17.7	14.6	32.9	23.0	19.4	40.8

Source: Tourism Statistics Department, MOT.

2024年度1月～8月までにカンボジアに訪れた外国人渡航者数は合計429万人、2023年度と比較し22.5%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436万人であったことを考えると、ほぼ回復し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63%、プノンペン空港が26.4%、シェムリアップ空港は9.2%未満（2019年度比マイナス67%）となっています。また、他国からシハヌークビルへの直行便が決定し、今後増加すると思われます。

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

【各種ビザ取得、延長、労働許可証取得代行サービス】

観光ビザ（Tビザ）、一般ビジネスビザ（Eビザ）の更新、ワークパミット取得代行サービス。

【通常価格】		【特別価格】	
1カ月	$70	1カ月	$??
3カ月	$100 →	3カ月	$??
6カ月	$180	6カ月	$???
1年	$310	1年	$???
労働許可証	→		$???

【短期、中期、長期　運転手付き車両リース】

1日から、中期～長期、仕事用、ファミリー用、ゴルフ用でも、運転手付き車両レンタルやってます。日本人スタッフが運転手との調整を行いますので、トラブル時のストレスも緩和されます。

【個人の起業、法人企業向け、各種ワンストップサービス】

海外進出支援（会社設立、法人登記、各種ライセンス取得、延長代行等）、各種調査（市場調査、企業マッチング、現地訪問調査代行等）、各種イベント、アポイントメント代行業務（NGO、日系企業、ローカル企業等）、通訳、翻訳、視察ツアー各種手配、経験豊かな日本人スタッフとの面談、チャットで、お客様のニーズに合わせて、スピーディーなお見積りと、サービスをご提供。

【訪日旅行手配、JRパス、ビザ＆パスポート取得サポート】

取引先や、社員の報奨旅行先として、訪日旅行はいかがでしょうか？弊社は日本での受入責任者登録資格がある旅行会社であり、日本、カンボジア両方に総合旅行業務取扱管理者が在籍。VIP旅行から、一般の旅行まで、お気軽にお問い合わせください。

【銀行口座・証券口座開設、不動産視察、ロングステイ相談】

現地在住ロングステイアドバイザーによる無料相談いつでも開催中！不動産投資、銀行口座・証券口座開設ツアー開催中！LINE、FB、テレグラム等でお気軽にお問い合わせ下さい。

カンボジアで17年、日本語可！通訳、車両、ビザ、航空券等、各種手配

クロマーツアーズ

Krorma Tours クロマーツアーズ

日本語でどうぞ！

cambodia@sketch-travel.com
012-890960 / 099-890960
krormatours

krormatourspp

ទស្សនាវដ្ដី ក្រមា
Krorma
MAGAZINE Life & Biz

プノンペンのビジネスと生活を伝える情報誌
Life Style and Business information magazine in Phnom Penh

■弊社刊行物/ Our Magazines

シェムリアップ版
生活＆旅行

プノンペン版
生活＆ビジネス

くろまる
シェムリアップの便利地図＆新聞

広告掲載のメリット

■ プノンペンの在住者やビジネス渡航者に対し、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、プノンペンはもとより、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、メディアの視点からの情報配信が可能です。

■ プノンペン市内の飲食店様ならびにプノンペンの日系企業様への直接配布、在カンボジア日本大使館・領事館、プノンペン市内の日系レストラン、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、一部シェムリアップの日系企業様。別途、PDF版ダウンロード、Web、SNS等で配信。

■広告料金表/ AD Rates

掲載面 Publishing Size	広告料 -1号当たり Advertising Rate/ 1issue	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%が含まれておりません。
The listed price 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.

■媒体資料/Media Information

言語：日本語
Written by Japanese

発行月：年6回発行予定
Every 2 months, 6 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：2,000部 及びPDF Web配信
Circulation 2,000copies & PDF Web Distribution

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

PDF版はこちら

2024年11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覗き、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.

雑誌コンセプト

この雑誌は、この街、この国に住む人たちが、それぞれのビジネス、日常生活で得た経験、知識を、新しくこの街、この国に訪れる人たちへと伝えることで、みなさまのカンボジアライフをより快適に、そしてビジネスをよりスムーズにと、そんな思いが詰まって創られています。

小さなコミュニティの1メディアとして皆様のビジネスと生活の中での薄めのスパイスとして、続けていければと考えております。

広告掲載のお問い合わせは
こちらまでお願いいたします。

KRORMA TOURS Co., Ltd. / Krorma Magazine Editing Department
Mail: info@krorma.com
[Siem Reap Office] : 012-890-960
[Phnom Penh Office] : 099-890-960

日本人のみなさまへ

Visit Japan Web

Visit Japan Web は、帰国時の税関申告（携帯品・別送品申告）に必要な情報を登録できるオンラインサービスです。

https://services.digital.go.jp/visit-japan-web/

登録がお済みでない場合は、税関申告の前にVisit Japan Webで情報を登録するため、2次元コードを読み取ってください。

WELLNESS EXPERIENCE

In Siem Reap

心身ともに整う、極上の体験を

MIND - BODY- SPIRIT

すこやかに美しくあなたらしく

Mahalaya
Wellness& Spa

Meru
FitnessCenter

Aum
YogaCenter

ANGKOR GRACE

Residence & Wellness Resort

アンコール グレース　ウェルネス リゾート

ご予約: (+855) 63 900 288
日本人デスク: (+855) 11 501 666

2024年11月発行（隔月刊）発行：KRORMA TOURS Co., Ltd.（Tel: +855-17-777-110）
禁・無断転載　企画編集：KRORMA TOURS Co., Ltd. 広報部

Krorma Tours クロマーツアーズ

人生の一選択肢として海外就職!海外生活を満喫!
▶正社員とインターンシップ生も募集中!

人気観光一覧

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!

シェムリアップ

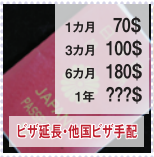
●料金は2名様から催行の1名様料金
●乗り合いガイド付ツアー●各施設入場券別
●GW、お盆、年末年始は料金UPすることがあります。

運転手付き車レンタル

【車レンタル・ガイド手配】

		S	V	B	G
シェムリアップ市内	半日	30$	35$	110$	30$
シェムリアップ市内	1日	50$	55$	160$	60$
空港送迎	片道	55$	65$	75$	30$

【遠距離追加】 朝日/トンレサップ湖/バンテアイスレイ +15$、ベンメリア/プノンクーレン +50$
コーケー&ベンメリア　+130$、プレアヴィヒア/プノンペン（片道）+200$等。他の観光地はお問合せ!

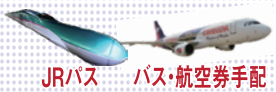


ビザ延長・他国ビザ手配

労働許可証申請

銀行・証券口座開設

訪日旅行・ビザ申請


JRパス　バス・航空券手配

短期～長期　運転手付車両レンタル

プノンペン

●車1台当たりの料金。セダンは4人、バンは8人乗車可
●ガイドが必要な場合は別途追加　●各施設入場券別
●カンボジア連休時、20時以降の利用は料金UPすることがあります。

メコン河・リバークルーズ

ベトナム国境バベット/ビザラン

カンボジアでゴルフ

飛行機で行くアンコールワット観光

*飛行機利用は一人当たりの料金、車利用は一台当たり

日帰りアンコールワット見学（飛行機）		335$/410$
1泊2日アンコールワット（飛行機、宿付）		380$/460$

【車レンタル・ガイド手配】

		S	V	B	G
プノンペン市内	半日	55$	70$	70$	70$
	1日	70$	90$	100$	115$
空港送迎		30$	40$	55$	55$
シェムリアップ	片道	115$	130$	280$	-
	日帰り	250$	330$	380$	60$
	1泊2日	350$	390$	450$	80$
バッタンバン	日帰り	250$	330$	380$	130$
	1泊2日	350$	390$	450$	290$
プレアヴィヒア	日帰り	250$	330$	360$	200$
	1泊2日	350$	390$	430$	400$
ケップ/カンポット	日帰り	180$	190$	220$	120$
	1泊2日	240$	260$	290$	290$
シハヌークビル	日帰り	200$	250$	320$	130$
	1泊2日	290$	320$	380$	290$

運転手付き車レンタル

運転手付きバス手配

【遠距離追加】 キリングフィールド S+15/V+25$、PPSEZ S+35$/V+45$/G+20、
ガーデンシティゴルフ+S25$/V+50$/G+20$等。その他の観光地はお問合せ下さい。

日本語で簡単予約!!
[+855]012-890960 /015-890960
krormatours　012-890960

日本語で簡単予約!!
[+855]099-890960 /081-890960
krormatourspp　099-890960

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

ホテル /VIP・一般車両/ガイド・通訳 /レストラン/バス /航空券
視察ツアー /ビザ更新＆手配 / MICE / 取材・撮影手配・同行
アポ代行 / スタディツアー/訪日ツアーなど各種手配も承り中!

総合旅行業務取扱管理者在籍　2013年度インバウンドカテゴリーアワード　2014年度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