

សៀវភៅ ក្រមា

Kroma

TAKE FREE

Vol. 13

2025 JUL - AUG

クロマーマガジン ライフ&ビズ

MAGAZINE Life & Biz

Phnom Penh



カルダモン山脈
「クノクロプー」へ
週末ハイキング

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

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。

PPC Bank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も
いますぐアクセス!!



リエル口座なら
越境QR決済も♪

タイやベトナムでの
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

『デジタル貯金箱』で楽しい貯蓄習慣をスタート
かわいい『貯金箱』がすくすく育って高金利。

PPC Bankモバイルは日本語を含む5言語表示に対応。
いつでもどこでも最新の銀行取引にアクセスできます。
新サービス『デジタル貯金箱』は、早くも話題沸騰！
かしこい貯蓄習慣を開始した皆様が日々急増中です。

※ PPC Bank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

PPC Bank 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

 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/

PPC Bank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. 13

2025 JUL - AUG

CONTENTS



【今日の一枚】 散髪屋さんのインテリア

プノンペンでよく行く散髪屋さんにプチレゴ風福の神が登場。オリジナルかどうかはさておき日本の漫画文化が普通に飾られるのは少しうれしく思います。真ん中のカンボジア国旗もかわい。

表紙および上写真: 西村清志郎

【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→



04	カルダモン山脈「クノクローパー」へ週末ハイキング
06	カンボジアの会計、税務のお話
07	カンボジア建築紀行
	銀行展望
08	カンボジア保険のお話
09	カンボジア経済ナビ
	LIFE OF CAMBODIA
10	おかっぱ日記
	カンボジア・ペット事情
11	孤独のグルメ in プノンペン
12	オタクが覗いたカンボジア
	A Journey of Cambodian Art
13	スイーツおじいのプノンペンおすすめスイーツ
	FOCUS-カンボジアサッカーよもやま話-
14	JICAカンボジアリレー
19	国際交流のわ
	CJCCだより
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	医療コラム
	クメール語ミニレッスン
29	JCA-日本カンボジア協会
30	チリエン! テアンオックニア!
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 -



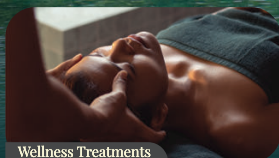
ANGKOR GRACE Wellness Resort

アンコールグレース
心身ともに整う極上の体験を

すこやかに美しく。あなたらしく。



Personal Training



Wellness Treatments



Japanese Style Bath House



Yoga Class



Pilates Session



Sound Healing Session

45以上のサービスがあり、
すべてあなたの生活に喜び
と健康をもたらすことを意
図して設けられています。

シェムリアップの5つ星リゾートホテル



Spacious Living Room



Fully Equipped Kitchen



Master Bedroom

アンコールグレースのスイートに足を踏み入れた瞬間から、アンコール
の遺産に触発された美しく広々とした光に満ちた客室を体験できます。

[Find Us on Google Maps](#)



ご予約: (+855) 63 900 288 日本人デスク: (+855) 11 501 666 | [angkorgrace.com](https://www.angkorgrace.com)



お子さまの可能性を広げる未来への第一歩

「カンボジア初の日系インターナショナルスクール：日本の保育と安全基準に基づく運営」

子どもの成長には、未来につながるしっかりとした土台が必要です。
当園では、遊びを通じて探究心を育み、個々の成長に応じた関わりを持つことで
自信、行動力、自己肯定感を高めます。



乳児クラス
12ヶ月～36ヶ月
幼児クラス
3歳～6歳



- ✓ 英語環境での保育教育を実施します。
- ✓ 子どもの個性を尊重しながら社会性を育てていきます。
- ✓ 専門の教育を受けた職員が個別サポートを行い、お子さま一人ひとりの成長を支えます。

Combi Plaza
International Pre-School



食育

健康的な食習慣を
身につけます。

道徳教育

人としての思いやりや
礼儀を育てます。

環境教育

自然と関わりながら
学びます。

011 222 162 combi.com.kh Level 4, Lucky Pavillion Mall, 160 Preah Sihanouk Blvd, BKK1, Phnom Penh

VOLONTE
REAL ESTATE

新年度応援 家電半額
キャンペーン中

プノンペンのお部屋探しはボランテ-VOLONTE-

LINEで簡単お問い合わせ

ボランテ不動産

詳細はこちらから



期間中賃貸ご成約された方へ

NOJIMA CAMBODIA 取扱商品の一部

Nojima 最大 50% OFF

「クロマーを見た」で 新規ご契約後、1ヶ月無料延長!

カンボジアで12年の実績



7日間
無料体験

- ✓ 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!



カルダモン山脈「クノクロプー」へ週末ハイキング

プノンペン発、ちょっと軽めのクメール風キャンプを満喫する旅。

©Google Map



カルダモン山脈。コンボンスプー州、ボーサット州、コンボンチュナン州にまたがり、カンボジア最高峰であるアオラル山（標高1813m）を有する。今回はその山脈内に位置し、少し軽めのハイキングが楽しめるクノクロプーへの一泊二日の旅をご紹介します。



①



②



③



④

Day 1 プノンペン - クノクロプー

4:30 プノンペン発、クノクロプーへ
6:30 途中少し休憩し朝食タイム
9:00 村に到着。トラクターで山麓へ移動
10:30 ハイキング開始（4～5時間）
12:00 山でお弁当タイム
15:00 キャンプサイトに到着。フリータイム
19:00 夕食、その後就寝

*一般的な大人参加者の目安時間となります



⑤



⑥

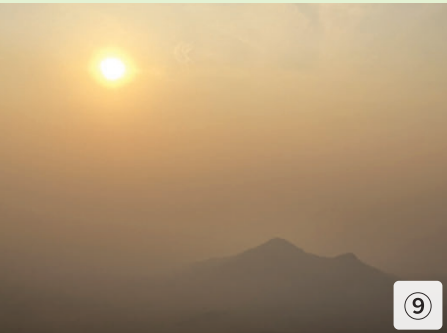


⑦



⑧

①暗闇の中、プノンペンを出発。途中地元の人気レストランで朝食タイム ②村に到着。山麓まではトラクターが牽引する荷台に乗って移動 ③ハイキングスタート。事前に依頼すれば村人が荷物を代理で運んでくれるサービスもある ④倒木の下をくぐって突き進んでいこう ⑤レストランで準備していたお弁当を楽しむ（環境保護のためお弁当ボックスは持参） ⑥もう少しでキャンプサイトに到着。ちょっと気分がアガります ⑦みんなで一緒にテントを設営 ⑧夜はビール片手に地鶏の丸焼きなどローカルパワーフードを満喫。空には満天の星がみられるかも？



⑨



⑩



⑪



⑫

Day 2 クノクロプー - プノンペン

4:30 起床。朝日鑑賞に行き、朝食
7:30 キャンプサイトに戻る
8:30 下山開始。途中お弁当タイム
12:00 山麓に到着。トラクターで村に移動
13:30 村到着。希望者は村で水浴びし出発
21:00 プノンペン到着、解散

* ツアーには英語を話す山岳ガイドが同行。
荷物運びのポーターさんを別途雇用可能



⑬



⑭



⑮



⑯

⑨ 早朝、暗闇の中、30分ほどのハイキングで崖上の朝日鑑賞ポイントに到着 ⑩ 朝から食べるカップラーメンはアリよりのアリだな ⑪ 崖上から次のポイントへ移動 ⑫ クノクロプーとは「ワニの背中」の意味。山上にワニの背中のような岩があるのが由縁だそう ⑬ ⑭ 様々な花や植物がこの山では楽しめる ⑮ 登りと比べるとやっぱり下山はスピーディー。標高640メートル地点から130メートル地点までガシガシと進んでいこう ⑯ 下山後に記念写真。みんなお疲れ様でした。あとは一路プノンペンへGO!



山上の朝日ポイントで集合写真。

クロマーツアーズでは、ここで紹介したクノクロプーの旅も行っています。

個人のお客様でも、家族旅行、チームビルディング、社員旅行にもお勧めです。

ご興味のある方はお気軽にお問い合わせください。 TEL/テレグラム：099-890-960



カンボジアの会計、税務のお話

GDTとGDCEの役割・連携と
その留意点

Faith International Tax Service Co., Ltd.代表社員の青木です。

今回は、カンボジアのGDT(カンボジア租税総局)とGDCE(関税消費税総局)の関係性についてご説明いたします。

カンボジア企業が毎月の月次申告や年に一回の年次申告の書類を提出する先は、GDTですが、輸出入に伴う関税支払いや手続きは、GDCEの管轄となっています。

通常、税務調査はGDTが、調査対象企業から提出された書類をもとに進めていきます。ただし、輸出入に関連する取引書類については、GDTがGDCEから独自に取り寄せ、企業側に説明を求めるケースも多々あります。

よくある指摘事項としては企業がGDTに申告している輸

出入関係の内容と、GDCEが管理している企業の輸出入リストの内容に相違があることです。このような場合、「売上の申告漏れがあるのではないか」といった指摘につながる可能性があります。

そのため、企業側はこうした税務調査に備え、日々輸出入取引の管理をきちんと行うことが非常に重要です。管理ミスが起きる原因は、輸出入取引で実際に物が入るタイムラグや、それに付随した自社、業者の請求漏れ、月次申告漏れなど、様々です。

輸出入は取引金額が大きくなる傾向があるため、特に留意していただくと良いと思います。



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！



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

カンボジア 建築紀行

知っているようで知らないヴェン・モリヴェン

オリンピック・スタジアム — アンコールの記憶をたたえる都市建築



カンボジアに息づくモダニズム建築の魅力を、日本人建築士の視点から紹介する本企画。第2回は、プノンペン中心部に広がる「オリンピック・スタジアム(National Sports Complex)」です。

1964年に完成したこのスタジアムは、約7万人収容の屋外競技場を中心に、水泳場や屋内アリーナが一体化した壮大な都市建築。着想源はアンコール・ワット。建物の配置や軸線、上下動線、視線の抜け、空間の展開(シークエンス)に、「連続した断面」の構成原理が応用されています。古代遺跡の空間体験を現代建築に再構成した試みです。

現地に立つと、スタジアム全体が大地から立ち上がるピラミッドのような丘に見えます。屋内アリーナの背面が屋外スタンドの一部となり、水泳場の屋根が東端に重なる構成により、異なる施設が重層的に機能し、奥行きとスケール感を生んでいます。

また、敷地を開く環濠(堀)も建築の一部です。掘削で出た60万m³の土を造成に活用し、環濠は貯水・排水を担うインフラとして設計されています。自然環境と一体化した計画です。近年、老朽化した座席の一部が2024年に改修され、往時の雰囲気を残しつつ、安全性と快適性が向上。保存と活用の両立を目指す動きも始まっています。

このスタジアムは今も、「いつかカンボジアでオリンピックが開かれる日」への願いを託された建築です。訪れた際は、アンコール・ワットの空間を思い浮かべながら歩いてみてください。過去と未来が重なる感覚に出会えるかもしれません。

一級建築士 尾形雄樹



株式会社翔設計 プノンペン支店

社会ニーズの高度化・多様化に対応する建築総合コンサルティング企業です。建築・構造・設備の専門技術を活かし、新築・リノベ・FM・PMCなど多様な段階・手段で建物の課題を包括的に解決。プノンペンを海外拠点とし、グローバルに事業を展開。

☎ 096-431-0207
🕒 8:30-17:30
🌐 <https://www.sho-sekkei.co.jp/>
📱 Sho-Sekkei PHNOM PENH Branch
✉ phnom@sho-sekkei.co.jp

銀行 展望

国内ATMまるっとこの1枚! ご存知ですか? CSSカード

CSSカードが使える場所はこのロゴが目印。
2025年現在、PPCBank発行CSSカードなら
国内他行ATMでのお引き出しも手数料無料。



前は日本国内でのカード利用についての話題でしたが、今回はカンボジア独自の「CSSカード」をご紹介します。CSSカードは、カンボジア国立銀行が2023年7月に導入した決済規格「Cambodian Shared Switch」を採用しており、国内の主要金融機関でお求めいただけます。国際ブランドのカードと同様に、店頭でのカード決済やATMでの現金お引き出しができるカードです。

「だったら国際ブランドのカードと何が違うの?」と思われるかもしれません。CSSカードには以下のような特徴があります。

- ・ **カンボジア国内のCSS加盟店およびCSS加盟金融機関ATMでのみ利用できます。** 現在のところ、国外やオンラインでの使用はできません。
- ・ カード発行元の金融機関ATMだけでなく、**カンボジア全国のそれ以外のCSS加盟金融機関ATMでも安価な手数料で現金のお引き出しができます**(1取引あたり最大1,800リエル)。

一般的に、国際ブランドのカードでの他行ATM利用は出金手数料が高くつきがちですが、CSSカードなら少額の手数料でカンボジア国内ほとんどのATMを気軽に利用できます。そのため、空港到着時や地方滞在中にも便利です。オンライン決済や国外での使用に対応していない点は不便に感じるかもしれませんが、その反面、**不正利用のリスクが低い**というユニークな利点もあります。

カンボジア生活に便利なCSSカード。まだお持ちでない方は、ぜひ一度お試しください。

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 ※メール語&英語 ジャパンデスク担当
✉ y.kosuge@ppcb.com.kh 小菅 義之





ジャバンハート小児病院 給食施設



FIDR クラチエ州病院外科棟



住友電装第2工場 (PPSEZ)



Chenla クラチエ州病院小児科棟



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



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

カンボジア保険のお話

〈 漏電とその対策について 〉

私たちの生活に欠かせない電気ですが、湿度が高く雨季もあるカンボジアでは、火災の原因の多くが「漏電」と言われています。また、一歩間違えば漏電による感電事故につながる危険性も秘めています。安全な電気環境を保つために、日頃から意識したい漏電対策のポイントをご紹介します。

最も効果的と言われているのは「漏電遮断器」(図)の設置と点検です。これは漏電を検知すると瞬時に電気を遮断し、被害を防ぐ頼もしい存在ですが、カンボジアでは設置されていない場合が多いため、専門家へのご相談をお勧めします。

次に、電気設備自体の状態チェック。配線やコードに傷はないか、タコ足配線になっていないかなどを定期的に確認し、劣化が見られる場合は速やかに交換・修理を。特に水回りで電気器具を使う際は、濡れた手で触らない、アース(接地)を確実に接続するなど、細心の注意を払いましょう。

また、電気工事は専門知識を要します。増改築の際などに配線を傷つけたりしないよう、不安がある場合は必ず専門家に依頼し、安全な施工と定期的な点検を受けることが漏電事故を防ぐ上で何よりも大切です。日々の注意と適切な対策で、大切な家族や従業員の安全を守りましょう。



Bangkok Insurance (Cambodia) Plc.
バンコク・インシュランス(カンボジア)
三井住友海上が25%直接出資している損害保険会社

寄稿: 濱口 有知子

☎ 088 788 6610

✉ ayano@bkicambodia.com

🌐 https://www.bkicambodia.com/

カンボジア経済ナビ

カンボジア経済には4つのエンジンがあると言われていま
す。第1は、縫製業・製靴業等の労働集約型の輸出志向
型製造業です。低賃金を活かして、主に欧米向けの低価格
品(衣料品・靴・旅行用品等)を製造・輸出しています。また、
2010年以降、日系企業による労働集約型部品産業の直接
投資も増加してきています。第2は観光業です。新型コロナの
影響を最も厳しく受けましたが、回復の途上にあります。第3
は不動産・建設業です。外国資本(主に中国)による高層ビ
ルやニュータウンの建設も進められていました。しかし、中国
の不動産不況の影響で、カンボジアでも未完成物件が数多
く取り残されている状況です。最後は農業です。まだ生産性
は低いものの、コメを中心として、ゴムやキャッサバ、コー

経済のエンジンと イノベーション産業

ヒー、カシューナッツ等の商品作物の生産・輸出も好調です。

こうした中で、カンボジア政府は、将来的な目標として「イノ
ベーション産業」を振興したいとしています。カンボジアのよう
な途上国では、最新の技術を一気に導入して先進国に追い
つき、追い越していく「リープフロッグ(蛙飛び)現象」が見られ
ることがあります。カンボジアでは、世界に先駆けて実用化し
た中央銀行デジタル通貨(CBDC)「バコン」、モバイルバンキ
ング、電子支払といったフィンテック分野やデリバリーや配車
サービス等で、日本等の先進国よりも便利で安価なサービス
が提供され、普及しつつあります。こうした新たなサービス産
業が、第5のエンジンとなってカンボジア経済を牽引していくこ
とも期待できるようになってきています。



カンボジア総合研究所 (BRIC)

Business Research Institute for Cambodia

カンボジアの発展と日本企業のWin-Win関係の構築を
目指して、経済関係調査、情報発信等を行っています。

鈴木 博 CEO/チーフエコノミスト

<https://cambodiasoken.hatenablog.com/>

『カンボジア経済』BLOG

<https://economistphnompenh.hatenadiary.com/>

LIFE OF CAMBODIA

C S X株式上場企業の紹介③

～ロイヤルグループプノンペン経済特区社(PPSP)～

現在、カンボジア証券取引所(CSX)にはメインボード、グロースボード併せて11社が株
式を上場しています。カンボジアの上場企業の情報を日本語で入手するのは難しいと思
いますので、この連載で、上場企業の情報をわかりやすくまとめていこうと思います！

第三弾は、プノンペン自治港(PPAP)についてまとめていきます。

【ロイヤルグループプノンペン経済特区社 (PPSP)】

プノンペン経済特区はカンボジア政府より2006年4月16日に、多品種生産経済特別区の開発者として認可され、
2008年に稼働開始します。2010年にはISO9001とISO14001の両方を取得し、高品質で現代的なインフラや環境を
維持し、高いレベルの顧客サービスに取り組んでいることを証明することとなります。2014年には70社を超える企
業がプノンペン経済特区に入居し、カンボジア華僑と日系ディベロッパーとの合併会社ということもあり、その半数
以上を日系企業が占めました。

そして2016年5月30日にカンボジア証券取引所(CSX)に上場し、2018年10月には第三者割当により1400万株の
新株を発行しました。ちなみにプノンペン経済特区社100%出資によって2017年にタイの国境近くのポイペトに
Poipet PPSEZが設立され、バンコクから310kmと近距離のため注目されています。

2020年1月時点でプノンペン経済特区の入居企業数は106社まで増加し、そのうちの約半数が日系企業となっ
ています。2021年12月に現地財閥のロイヤルグループの子会社により約45%の株を買収され、現在に至ります。



カンボジ屋さん

「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



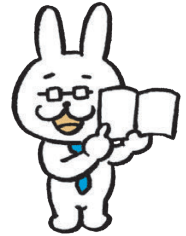
団塊ジュニアは語学を泣きながら学ぶ おかっぱ日記

プノンペンで暮らして8年。去年になってようやく重すぎる腰を上げてクメール語の学習をはじめたのだが、一向に上達せず先生を苛立たせる日々が続いている。

わたしは語学習得が苦手な団塊ジュニアである。26歳から27歳にかけてニュージーランドでインターンをして暮らした際には、自分の英語力の乏しさに何度も泣いた。北島一周のひとり旅に出たとき、安宿で「bookしてあるか？」と英語で聞かれて、バッグバックからごそごと本を取り出したのは嘘のような本当の話。受験戦争を勝ち抜くための対処療法的な英語の勉強しかしてこなかったし、そもそもわたしが通った高校の英語教師は英語が話せなかった。そんな時代の英語学習を6年やった世代だから仕方のないのだ、と時代のせいにしていた。

マクドナルドもハンバーガーもカタカナ英語がことごとく通じず、27歳にもなってバーガーひとつ買えない情けなさに涙を流し、帰国後一念発起して英語のガリ勉に励んだ。「増子さんってどこに留学していたのですか？」に対して「日本で独学ですけど、何か？」と答えるかっこいい自分を妄想することだけをモチベーションに。妄想通りには行かなかったが、今は英語で仕事をして生きているのだからあの涙は無駄ではなかった。

そういえば、クメール語は先生を困らせるだけで自身はまだ泣きを見ていない。一度大泣きするくらいの局面に立たないかぎり、わたしはクメール語を習得できないのかもしれない。



おかっぱ書房 Okappa Shobou

プノンペンの片隅でいとなむ代書屋です。原稿の執筆から、Webのコピー、お手紙、など「書く」に関するお仕事をしています。「書く」交々(こもごも)のご相談もたまわります。

寄稿：増子夕夏

☐ <https://note.com/okappashobou>
✉ yuukamasuko99@gmail.com



JAH院長がお教えます！



カンボジア🐾ペット事情



犬連れアウトドアはいかが？

日本では最近犬連れの旅がしやすくなり、多くの観光地で犬連れOKの飲食店やホテルというのが増えてきました。関東では那須高原や軽井沢などの行楽地やアウトレットモールでは着飾った犬たちが交流する姿を見ることが普通になっています。

カンボジアでは逆にそういった風景は見ることが少なく、普段から気軽にお店やカフェと一緒に出かけたり、犬好きの方がオートバイの後ろに乗せて移動していたり、ピックアップトラックの荷台で飼い主と風を切っている犬を見ることが多く、規制ばかりで犬との行動がしづらい日本とは違いとても微笑ましく羨ましいです。

愛玩犬として飼っている方々はクーレン山にトレッキング、シアヌークビルなどの海岸散歩、カンボットの川沿い散歩などさまざまな場所でリード付きで犬との触れ合いを楽

しんでいらしゃいます。プノンペン市内だとノーリードOKという場所は少なく、いくつかの民営のパークがありましたがCOVID-19以降少なくなってしまいました。(JAHでは走り回れる程度のドックプール付きのノーリードドックランを併設しておりますのでご利用ください。)

まあ、日本よりも自由にしている犬が多いので、どこかへ連れて行くこともないですけどね。日本よりも規制が少なく、犬と一緒に行けるところもある意味多いカンボジア。犬を飼っている方は怪我など注意をしつつ、お出かけしてみはいかがでしょうか？

喜久田治郎



当院JAHのプール付きドッグラン



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](https://www.facebook.com/japananimal)





腹が…、減った。

孤独のグルメ in プノンペン



店主：奥田 真理子 Okuda Mariko
出身：東京都
カンボジア歴：12年

子育て奮闘中★ミステリー小説が大好き。お客様の「おいしい!」を追い続けています。

パンヤ
Bagel & Bakery PANYA
🕒 7:00-15:00
※隔週土曜は13:00まで
※不定休：大型連休時のみ休業
☎ 010-805-770
📱 Bagel & Bakery PANYA
📷 bagel_and_bakery_panya
「パン作りに必要な材料を必要なだけ」を理念に、2013年からスタートしました。



食パン《Pain de Mie》
\$ 1.15 (税込)



一人でも多くのお子さまが笑顔で食べられるように、油脂はバター100%、卵白も手作業で取り除いています。日本と同じふんわりやさしい食パンが、カンボジアでの暮らしに温かさを届けられるよう、日々の焼き上がりに向き合っています。

店主：齋藤 洋 Hiroshi Saito
出身：神奈川県
年齢：52歳
カンボジア歴：5カ月

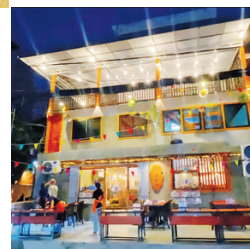
営業時間外は飲み歩いてます！
見かけたらカンボジア初心者なのでご指南をお願いします！



特選ロースとんかつ
\$11 (税込)



豚久寿
TONKATSU & PORK STEAK Tonthx
🕒 11:45-14:00
17:00-21:30 木曜定休
☎ 016-833-110
📱 phnompenh.tonkatsu9999
📷 tonthx_tonkatsu
📱 tonthx_tonkatsu_khm88
プノンペンにとんかつ革命！
カンボジアで厳選素材を使い、日本の味を追求します。



プノンペン唯一！30日間氷温熟成された特選オーガニック豚使用。サクッとジューシー、旨味爆発の絶品ロースとんかつをぜひ味わってください。とろけるような柔らかさとジューシーさが自慢の一皿です。

奇跡のお菓子

● カンボジアの伝統銘菓ノム・トム・ムーン
● 毎朝搾りたてのココナッツミルク使用
● 一本一本炭火を使って焼き上げる伝統製法



CAMODIA TEA TIME

カンボジアティータイム

空港 (プノンペン、シェムリアップ)
ニョニウム、アメージングカンボジア (イオン1)
シェムリアップ本店、オールドマーケット



小腹が空いたらどうぞ

ハパン・サイトライ・ポンボヘン

6000リエル〜




Produced by

カンボジアフレッシュファーム

St.398 BAR BlueHearts前

Tel: 0886007648

<https://www.nangokudai.com/>

オタクが司見たカンボジア

9. ナウシカにはなれない

安住だいぢ@_d_azumi_food
5年前にシェムリアップ在住
漫画家 兼 イラストレーター

翌朝、床が蚊と火垂るの墓場と化していました



YSA (ヤマダスクールオブアート) の カンボジアで活動する意義

1994年、私は日本画家として初めてカンボジアの地を踏みしました。アンコールの遺跡、美しい自然、そしてそこで出会った人々のまっすぐな瞳に、私は心を奪われました。この国には、計り知れない美しさと、未来への大きな可能性が秘められています。

日本では30年以上にわたり、画家として美術教育に携わり、幼稚園から高校、大学、さらには文化財の復元まで幅広く指導と制作に関わってきました。その経験を通して私が確信していること。それは、芸術には人を育て、社会を変える力があるということです。

カンボジアには、体系だった美術教育の仕組みがまだありません。だからこそ私は14年前、この国の子どもたちや若者たちが、自由に表現し、夢を描く力を育てられる場を作ろうと決意し、アートスクールを立ち上げました。

●アート教育の社会的意義

自身の考えで創造することは、自己肯定感と自信、そして人生を切り開く原動力となります。私たちは、アートを通してカンボジアの未来に新しい社会の礎を築こうとしています。これからも、美術の力で若者たちの可能性を解き放ち、未来のカンボジアを創り出す支えとなってまいります。

A Journey of Cambodian Art

●今なぜ美術教育が必要か

今こそカンボジアで美術教育を拡大する絶好の機会と考えます。コロナ禍を乗り越え、経済的にも徐々に安定してきている中、都市部を中心ではありますが「教育」や「文化的な価値」に対する関心が急速に高まっています。特に若い世代の親たちの間では海外の質の高い教育や文化を子供に学ばせたいというニーズが強くなっていると思います。

私たちのアートスクールはその責任を担いながら美術教育をより拡大をしていきたいと思っています。そして貧しい地方の子供達にもその教育を還元していきたいと強く思っています。私たちはその拡大に向けて、賛同をして頂ける出資者を募っています。コンボン・チャム、コンボン・トム、そしてプノンペンで2校目を計画しています。すでにシェムリアップは2年前に開校しました。これからも美術教育を広めるために、多くの子供たちに学びの場を提供していきます。ご連絡をお待ちしています。

代表 山田隆量



ヤマダ スクール オブ アート / シェムリアップ 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

スイーツおじいの プノンペンおすすめスイーツ

小さなケーキが8ドルを超えてる!?最近このような高級スイーツを提供するオシャレな店がプノンペンにもチラホラ出来始めたように思う。MOMAという名の当店も2階に上がるとスツキリとおしゃれモダンでかつ映える内装。食事も提供しているようだがまずはパンとスイーツでお試しといく。クロワッサンはほんのり温められる気遣いがあり、中はしっとり、クラストもさっくり、バターもしっかり香って好印象。この時期つい頼んでしまう季節のドリアン系商品はなんと塩パンドリアン。しっかりと揚げられたざっくり食感にとろけるドリアンとチーズクリームが良いコントラストでバランスもばっちり。主役のピスタチオドバイショートケーキは、スポンジ部分にもザクザク食感が忍ばせてあり、綺麗に形成されたピスタチ



オフレーバーの甘味控えめの生クリームに加えて上部の質の良いピスタチオのペーストにもしっかり塩分が加えられており、甘ったるくない良い仕上がりが。アメリカーノも、しっかりボディーがあり変に苦味もたらず安心感あり。



内装やスイーツの見た目ばかり重視して味がお留守になっているお店が多い中、細やかな配慮が見られる当店は好印象だ。お昼過ぎのタイミングで、10代後半から20代の煌びやかな女性達で満席なこちらの店。そんな中オジイは一人で場違い極まりなかったが、決して景気が良いとは言えない今のプノンペンでもクオリティーの高い商品をおしゃれ空間で提供すれば高級店も繁盛するんだと妙に納得。今度はスイーツだけでなく、食事にもお邪魔しますかね。



MOMA BAKEHOUSE & BISTRO

寄稿: スイーツおじい

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

世界一のクラブが決まる！サッカーの熱い夏、到来

Focus

今、世界のサッカーが激熱なのをご存知でしょうか?!なんと、あのワールドカップが開催されています。ワールドカップといってもお馴染みの国対抗ではなく、現在開催のものは「クラブワールドカップ」。そうなんです、世界中のサッカークラブのなかより真のチャンピオンを決めるという、これまた世界規模のサッカーの祭典。ヨーロッパ、南米、アジア、アフリカ、オセアニアなど各大陸からの強豪 32 チームが一同に集い、およそ一カ月かけて激戦を繰り広げます。ちょうど今年から大会のフォーマットがこのような規模に変更となり、なんと日本からも浦和レッズが参戦。4年に1回という周期で開催されるのですが、今年は開催地であるアメリカで6月15日から予選グループがスタート。決勝の7月15日に優勝カップを掲げるのははたしてどのチームが?!

カンボジア国内のサッカーも、Cambodian Premier League に所属する各チームはオフを終えて徐々に次シーズンに向けて始動。チームは来季に向けて補強に取り組むタイミングでもあり、今年は今までより選手の移籍が活発な印象です。

世界の頂点を争う戦いと、カンボジアサッカーの歩み、どちらも目が離せませんね。是非皆さんもこれを機に世界のサッカーを少しだけ覗いてみてはいかがでしょうか?



ソリヤ フットボール

Soriya Footballは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、マルチスポーツクラス事業、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

f Soriya.Football

✉ @soriya_football

齊藤 泰一郎



JICAカンボジアリレー

Vol.13

未来を築く人づくりとパートナーシップ

皆さま、こんにちは。JICAカンボジア事務所、社会開発班長の鈴木です。今回は、社会開発班の仕事について、「人づくり」と「パートナーシップ」の視点からご紹介したいと思います。

カンボジアの開発は、1970年代のポル・ポト政権およびその後の長引く内戦によって、深刻な打撃を受けました。国際社会の支援も受けながら、国の再建が進められましたが、国が持続的に発展していくためには、国づくりを担う「人」を育てていくことが大切です。

カンボジアの大学の学長の多くが、日本への留学経験者であることをご存じでしょうか？カンボジア工科大学のポ・キムトー学長もそのお一人です。JICAの留学生として2000年代に東京工業大学(当時)に留学し、現在は学長としてカンボジアの工学系教育を牽引しています。JICAはこれまで、カンボジア工科大学から延べ300人以上の教官を留学生として受け入れ、工学系人材の育成に貢献してきました。彼らが国内で次世代の工学系人材を育てる立場にあることで、日本の支援が単なる一時的な支援にとどまらず、持続的な成長に結びついており、JICAの協力を通じた「人づくり」の成果が、着実に今につながっていると感じます。

近年は、カンボジアにおける「人づくり」の根幹を担う、学校教員の育成にも力を入れています。JICAは、プノンペン都とバタンバン州にカンボジア初の4年制の教員養成大学(PTEC/BTEC)の設立を支援しました。良い学校教員を育成する仕組みをつくることで、小中学校の教育の質が向上し、カンボジアにおいて持続的に「人づくり」ができるようになると思っています。教員養成を主導しているンゴー・ベンロン教育省副総局長や、セツ・センPTEC学長は、2000年代からJICAと協力を共にしてきた大切なパートナーです。日本がカンボジアに一方的に支援を行うのではなく、日本とカンボジアの関係者が信頼し協力し合う「パートナーシップ」が、今を築いています。



教員養成大学の授業の様子

社会開発班が担当している教育・保健医療分野では、JICAのような開発機関だけでなく、NGO/NPO、民間企業など、様々な団体や個人が活躍されています。カンボジアの方々と手を携え、また皆さまとのパートナーシップをさらに促進し、共に未来をつくりあげていく共創の歩みこそが、JICAの協力の本質だと感じています。皆さんとも心をつなぐ、カンボジアのより良い開発のために、これからも尽力していきたいと思っています。



シェムリアップ州教員養成校での草の根技術協力事業終了式典の様子
筆者右から7番目

JICAカンボジア事務所 社会開発班 鈴木 夢大



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。



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)



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\$)



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吊う姿も見られる。



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「コン・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。



キリロム国立公園

プノンペンから120km、コンボンスプ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\$



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・ブン近く、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。



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、綺麗な格好が望ましい。



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。館内はブ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\$)



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 3\$



セントラルマーケット

1937年に建造のアールドデコ様式の特徴的なスタイルが目立つ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。



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)



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

時 8:30-17:00
料 大人5\$、子供2\$



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。



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。



ワット・ブン

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ベン夫人が1372年に建立した。卒塔婆にはベンヤーヤット王の聖骨が納められている。

時 7:00-19:00
料 1\$



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\$



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/>



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 1\$



カンボジア鉄道

プノンペン駅発バ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。



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み、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。



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つたりする。一度は体験してみたい。

料 2.5～3\$程度





基本情報

時差：日本より2時間遅い
面積：日本の約半分
気候：熱帯モンスーン気候。
乾季（11月～4月）と雨季（5月～10月）に分かれ、12月～1月が涼しく、3月～5月が暑い。雨季は夕方から約2～3時間スコールが降り、終日降ることはあまりない。
人口：約1700万人（2022年）
通貨：1\$=約4000リエル

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

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、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。バンやバスで3～3.5時間（10～16\$）、212km。鉄道移動可能。



バットアンバン

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



* 距離と時間などは全てプノンペン発

カンボット&ケップ

ボーコー国立公園、コンボントラッチ洞窟、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。



クラチエ

河イルカ、メコン河、ト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。





- Restaurant レストラン
- Bar バー
- Shop ショップ
- Hotel / G.H. ホテル
- Spa / Massage スパ・マッサージ
- Other-Service その他施設
- Travel バス・航空・旅行会社
- Bank 銀行
- Hospital / Clinic 病院
- Post Office 郵便局
- Embassy 大使館
- School 学校
- Gas Station ガソリンスタンド
- Pagoda 寺院





日本研究を支援しています！

はじめまして、国際交流基金プノンペン連絡事務所の松尾です。今回はわれわれの活動の中でも「日本研究」という分野についてご紹介します。日本研究とは、読んで字のごとく日本についての研究のこと。国際交流基金は主に人文・社会科学分野における海外の研究者や研究機関の支援を行っています。

たとえば、2025年の6月1日から4日間、アジア研究学会 (Association for Asian Studies、略称AAS) という学会の年次大会がネパールのカトマンズで開催されたのですが、その際王立プノンペン大学外国語学部のロイ・レスミー副学部長 (写真向かって右) と同学部タッチ・ラスメイ講師 (写真向かって左) の旅費支援を行いました。アジア研究学会では、40を

超える国・地域から約1,200名の参加者が集結し、日本研究だけではなく、中国研究や韓国研究、東南アジア研究等、様々なジャンルや内容の研究発表が行われました。

カンボジアから参加されたお二人も他国の日本研究者と交流されたり各国の研究者の発表を聴講されたりと、精力的に会場を回っていらっしゃいました。この経験が、ご帰国されてからのご自身の活動に少しでも役立つことを願っております。

松尾 優一



JAPAN FOUNDATION
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就職フェア及びCJBIのご案内

CJCCでは、2025年8月22日(金)・23日(土)の2日間にわたり、「就職フェア2025」を開催いたします。本フェアは、約4,000名の大学生・求職者の来場を見込む大規模な採用イベントで、幅広い層の来場が見込まれています。フェア当日は、会場内での面接も可能で、直接大学生や求職者との接点を持つことが可能です。

CJCCは国内有数の名門校である王立プノンペン大学 (RUPP) 構内に位置しており、本フェアは毎年同大学の敷地内(CJCC)で開催されています。本フェアにはRUPPの学生をはじめ、カンボジア工科大学 (ITC)、王立農業大学 (RUA)、王立法律経済大学 (RULE)、国立経営大学 (NUM) や日本語学習者など、意欲ある優秀な学生が多数参加が見込まれますので、参加企業様にとって有望な人材を発掘する好機となり得ます。昨年は30名以上の採用があり、実際に即戦力人材との出会いにつながっています。このような背景や企業様のご要望を踏まえ、今年は例年よりも開催期間を拡大して1日間から2日間の開催といたしました。



前回の就職フェアの様子



CJBI Money & Investment seminar



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。

他にも、参加企業様にはCJCCのFacebookページ「ジョブ・インフォメーションクラブ」や施設内掲示板での求人掲示 (いずれも1年間) など、採用広報支援も無料でご提供いたします。これらのサービスによって、参加企業様の認知向上や継続的な採用活動の強化に大きく寄与するものと考えております。

参加費につきましては通常350ドルのところ、JBACまたはCJBI (カンボジア日本ビジネス投資協会) 会員企業様は特別価格の200ドルでご参加いただけますので、是非、参加をご検討ください。

お申込み及び詳細情報につきましては以下のウェブサイトをご確認ください。皆さまのご参加を心よりお待ちしております。



▶ 詳細資料 (PDF)

<https://drive.google.com/file/d/1ig4WGJHy5x41Pyleu3nGH9RO-nfhkBO4/view>

▶ 申込フォーム

https://docs.google.com/forms/d/1nwBT4khQkUFbKgcjMeZ0uTJwP_rgcMe0hmzHr7Tybw

※申込締切: 2025年8月5日 (火)



上記のCJBI (カンボジア日本ビジネス投資協会) は、CJCCが運営に携わる「年会費100ドル (入会費なし) の会員制ビジネス団体です。カンボジア企業との強固なネットワークを活かしたビジネスマッチングサポートや企業紹介、現地ビジネスの情報提供、勉強会などを行っています。すでにカンボジアでご活躍の企業様はもちろん、今後の進出をご検討中の企業様にとっても、将来的な展開に向けた接点づくりの場としてネットワーク活用できるのが大きな魅力です。ご入会をご希望の方は、以下のリンクより詳細をご確認ください。



▶ CJBI 入会案内・申込ページ

<https://cjbi.asia/jp/become-a-member>

カンボジアでの人材採用やビジネス展開をご検討中の皆様にとって、有益な機会となれば幸いです。

✉ japandesk@cjcc.edu.kh (CJCCジャパンデスク)

☎ 089-700-650 096-417-1221

🕒 8:00-17:00 (土曜日・日曜日・祝日は休館)

🌐 【CJCC】<https://www.cjcc.edu.kh/ja/>

【CJBI】<https://cjbi.asia/jp/home>

📱 【CJCC】[cjcc.edu.kh](https://www.cjcc.edu.kh/ja/) 【CJBI】[cjbi.asia](https://cjbi.asia/jp/home)



プノンペン 日本人学校だより

10周年が面白い

昨年の12月、子供たちが10周年記念キャラクター「JSPP ココナッツダンサーズ」を誕生させました。そして今、そのキャラクターをモチーフにしたTシャツやキーホルダーなどの記念グッズを作る取組が始まっています。

記念グッズのデザインについても、できれば子供たちのアイデアを生かせたら素晴らしいということで、グッズデザインについての特別授業を中学部が受講しました。あの有名なワッティー君の生みの親であるソーシャルコンパスの中村氏が快く講師を引き受けてくださり、とても楽しく夢のある授業を受けることができました。

その品物を誰に届けたいのか、自分も身に着けたいと思



うか、値段はいくらぐらいなら買うかなど、商品デザインを考えるときの基本について丁寧に教えていただきました。プロフェッショナルの実践的な話に、生徒たちは興味津々、真剣な様子で受講していました。

最終的にどのような記念グッズが生まれるのかはまだわかりません。けれど、その過程で多くの人に協力いただき、子供たちが知恵を絞り合い、自分なりの達成感を感じることができたなら、それは子供たちにとって何物にも代えがたい貴重な体験です。「みんなで創り出している」という実感を大事にしながら、おもしろい10周年記念行事を進めたいと思っています。

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

我らが生徒会！補習校中学部の取り組み

プノンペン補習授業校には、生徒会があります。生徒の目線で、学校をよりよくしていくための活動をしている組織で、中学部の生徒たちが中心となって動いています。

生徒会の出番は普段からいろいろありますが、なかでも一番力を入れているのが、毎年10月に開かれる盆踊り大会です。カンボジアに住む日本人や地元の方々が集まり、日本の伝統文化を通じて交流を深める大きなイベントです。そんな中で、生徒会は毎年屋台を出すのが恒例で、一昨年はかき氷、昨年はチョコバナナを販売しました。生徒たち、教師や保護者の方々と協力し、みんなで力を合わせて取り組みます。

準備は本当に大変ですが、その分、終わった後の達成

感はひとしおです。売上で得た収益の使い道も、生徒たちが話し合って決めます。昨年は校内アンケートで希望を集めて、縄跳びやボールといった遊具、画用紙やペンなどの文房具、さらには図書館に本を寄贈することができました。この盆踊り大会の準備や屋台運営を通じて、生徒たちは「運営の大変さ」や「協力することの楽しさ」を学んでいます。中学部にとって、補習校行事の大きな楽しみのひとつです。

そして、今年もいよいよ準備の時期がやってきました。毎週、下校前の20分間に集まる生徒会。目を輝かせて真剣に取り組む生徒たち。今年はどんな姿を見せてくれるのか、今からとても楽しみです。

中学部担任 横須賀 愛

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

当校は、カンボジア日本人会によって設置され、幼稚園、小学部、中学部で構成されています。入学する児童またその保護者には、日本人会の会員になって頂き、保護者の協力を得ながら運営を行なっております。

🕒 毎週土曜日8:30~12:00

☎ 095-962-235 (開校時間中のみ)

🌐 <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 タイプを間に噛ませるとよい。



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。最近では 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ので、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。

カンボジア医療機関



プノンペン	Phnom Penh
ケン・クリニック Ken Clinic	Map ②C-4
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	Map ②C-2
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	Map ①D-2
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 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 Raffles Medical Cambodia	Map ②B-1
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	Map -
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.royalphenompenhospital.com	
シェムリアップ Siem Reap	
アンコール共生病院 Angkor JAPAN Friendship International Hospital	Map -
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 Royal Angkor International Hospital	Map -
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 Sihanoukville	
シーティ・クリニック CT Clinic	Map -
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	

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に注意!

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)



電話帳

In Phnom Penh

広告主

食べる Japanese Restaurant

日本料理

酒蔵 Sakagura

📍📞C-4

10 席ほどのこじんまりとしたイタリアン居酒屋。シェフのオムライスが人気。
📞 096-931-7074 📍 No.9-16, St. 398, BKK1

大入 OOHRI

📍📞B-4

熊本県発、日本人シェフの居る店。鮎、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)

📍📞C-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

📍📞A-2

焼鳥、沖縄料理、ホットボット等、貸切り宴会可能、お手頃価格でご提供。
📞 087-453-606 📍 St.288, BKK1

鯉富士 UnaFuji

📍📞B-3

様々な鯉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

📍📞C-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

📍📞B-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

📍📞A-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

📍📞B-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

📍📞C-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

📍📞C-1

定食メニューも豊富な、海鮮・鮎居酒屋。
📞 023-901-373 📍 09 Oknha Pich St.(242)

型無 Katanashi

📍📞C-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

📍📞D-3

リバーサイドにあるお酒落日本料理店、外国人にも人気。
📞 085-759-884 📍 No.173, 175 Preah Sisowath Quay

からから KARA KARA

📍📞B-3

ビ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

📍📞B-5

しっとりとした雰囲気がある高級店、個室ありでビジネス会食にも。
📞 023-210-428 📍 No.283, St.63

牛角 Gyu-Kaku

📍📞C-4

言わずと知れたあの味がブ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

📍📞C-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

📍📞C-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

📍📞C-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)

アムハングリー 454 STEAK&BEER I'm Hungry 454

📍📞B-5

Hungry Steak ランチが大人気！ジューシーな絶品ステーキを手頃な価格で！
📞 010-308-894 📍 KH Phnompenh Tuol Tum Pong II st454 No100

時代屋 Jidaiya Yakitori

📍📞B-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

📍📞C-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

📍📞C-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

鮎井丸 Sushi Donmaru

📍📞B-2

日本人鮎職人がいる鮎&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

スシゾウ Sushi Zo 《臨時休業中》

📍📞C-3

洗練された“おまかせ”スタイル。自慢のお寿司、備長炭（本マグロ）が素晴らしい。
📞 076-253-9168 📍 Vattanac Capital Mall, Level B1, Unit B1-01, Daun Penh

空夢 Soran

📍📞A-2

居酒屋メニューや丼物等、多彩なメニューの和食店。
📞 088-861-2228 📍 No.12, St.252

匠 Takumi Sushi

📍📞C-4

ボンケンコンの高級寿司店。おまかせコース 65US\$ へ。
📞 099-647-177 📍 No.176, St.370

竹園 Takezono

📍📞D-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

📍📞B-2

沖縄出身の店主がカウンターに立つ和食居酒屋。ランチもボリューム満点。
📞 093-839-647 📍 No.54, St.288, BKK1

さんらいず SUNRISE

📍📞C-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

📍📞C-6

焼肉、しゃぶしゃぶが味わえる店、ロサンマーケット近く。
📞 061-333-106 📍 No.54, St.123

とりあえず TORIAEZU

📍📞B-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

📍📞B-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

焼肉ライク YAKINIKU LIKE

📍📞D-4

リーズナブルな価格で、一人焼肉が楽しめる、日本発人気焼肉店。
📞 077-377-377 📍 No.132, Sothearos Blvd (2F Aeon Mall)

ハ Hachi

📍📞D-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

📍📞D-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

📍📞B-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

📍📞B-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

📍📞B-4

ヘルシーなお惣菜とおにぎりのお店、イ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

📍📞D-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

📍 —

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

広告のお問い合わせは info@krorma.com まで！

食べる Khmer Restaurant

カンボジア料理

クアンシーフード KUANG SEAFOOD

📍📞B-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ボンカレー。
📞 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

📍📞B-1

フランス人オーナーの創作クメール料理の名店がブノンペンに進出。
📞 099-358-520 📍 29 Samdech Mongkol lem St.(228)

クメールスリン Khmer Surin Restaurant

📍📞B-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

📍📞C-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)

リスト広告掲載
始めました。

ゾンボック 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 Sotheaors 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
シッケ 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	
大長今韓国焼肉 BKK1 BKK1 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	
ラ・マリーナ La Marina Restaurant	📍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 BIDD Bank, No.2, St.462	
ママ・タイ MA MA THAI Restaurant	📍②C-3
洒落た雰囲気タイ料理店、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・フォービース 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 📍 E0-125, 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	

SAKURA CLUB 桜

初めてご来店のお客様には
ボトル1本目半額サービス

日本語、英語を話せる
スタッフ20人以上在籍

個室チャージなし
全室日本語カラオケ完備

毎週月曜日 19:00~21:00
まで飲み放題プラン開催

事前のご連絡を頂けますと、
お待たせせずにご案内できます。

営業時間:19:00~深夜(年中無休) 住所:No.8B, St. 288, BKK1, Phnom Penh TEL:097-673-8835/088-818-5355(日本語対応)

食べる Bar & Lounge パー&テュンジ

- さくらクラブ Sakura Club** ㊟ ㉑B-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** ㉑B-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** ㉑A-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** ㉑B-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)** ㉑A-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** ㉑A-2
日系の落ち着いた雰囲気、隠れ家バー、2 件目にピッタリ。
☎ 070-242-254 ㊟ St.288, BKK1
- マウシム MAWSIM** ㉑C-3
日系クラフトジ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** ㉑A-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** ㉑C-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。
☎ - ㊟ 1st floor, No.9, St.242

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

- J ブレッド J Bread** ㉑-
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** ㉑C-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

- アップ バイ ケービエル Up by KVL - Rooftop Bar** ㉑D-3
ホテル KVL のルーフトップバー。トンレサップ川の素晴らしい景色を楽しめる。
☎ 023-936-333 ㊟ 8th floor of Hotel KVL, 379 Preah Sisowath Quay
- ふわり Fuwari** ㉑D-2
日系スイーツショップ、ふわふわロールケーキが絶品。
☎ 092-766-632 ㊟ 25 Oknha Chhun You Hak St.(294)
- ベーグル&ベーカリー パンヤ Bagel & Bakery PANYA** ㉑C-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
- バックヤード・カフェ Backyard Cafe** ㉑D-4
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 ㊟ 32E, Street 240

買う Shop 衣料&雑貨&その他

- エルスウェア Elsewhere** ㉑C-1
コロ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** ㉑D-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** ㉑B-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
- オンデーズ ONWINDAYS** ㉑D-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, Sotheas Blvd.(AEON Mall)
- カンボジアフレッシュファーム Cambodia Fresh Farm** ㉑-
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** ㉑C-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** ㉑D-5
日本人フロリストのオーダーメイド専門花屋、Bar としてイベント店出店もしている。
☎ - ㊟ 1st floor, No.9, St.242
- ミーア MI-A Japan** ㉑D-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, Sotheas Blvd.(AEON Mall)
- メガネ・パリミキ・カンボジア Paris Miki Cambodia** ㉑C-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** ㉑C-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** ㉑B-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** ㉑-
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
- イオンモールブノンペン AEON MALL Phnom Penh** ㉑D-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, Sotheas Blvd.
- イオンモールミンチエイ AEON MALL Mean Chey** ㉑-
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** ㉑B-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** ㉑C-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** ㉑A-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 Max Valu** ㉑B-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** ㉑A-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.

シェムリアップ発・人気アンコール遺跡ツアー



大人気 **62\$**
アンコールワット
タプローム
クメール料理
アンコールワット/夕日
定番!アンコール1日コース



大人気 **55\$**
ラピュタを彷彿!
魔窟寺院
人気森遺跡!半日ベンメリア



お薦め **45\$**
クルーズして
夕日鑑賞
半日!トンレサップ湖&夕日



大人気 **158\$**
死ぬまでに見たい
絶景にある天空寺院
第2の世界遺産!プレアヴィヒア



大人気 **106\$**
アンコールワット
朝日、パイオン
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



大人気 **115\$**
ベンメリア
コーケー遺跡群
第4の世界遺産!コーケー遺跡



LINE
シェムリアップ ㊟ [855]12-890960
krormatours ㊟ [855]15-890960



**日本語で
簡単予約!**
⇒ その他のツアーは裏表紙に!!

買う	Souvenir	お土産
アメージング・カンボジア Amazing Cambodia カンボジアの素敵で上質なお土産が買えるお店。 ☎ 099-439-879 ☎ No.132, Sotheas Blvd.(AEON Mall)		📍 ②D-4
クラタ・ペッパー Kurata Papper 日本人がカンボジ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		📍 ①A-3
クラタペッパー 2 号店 Kurata Pepper 2 Toul Tompong 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		📍 ①B-5
スマテリア Smateria デザイン性の高いリサイクル素材で手作りのバッグを販売、お土産にも。 ☎ 023-211-701 ☎ No.8Eo, St.57		📍 ②C-2
ニョニウム・ショップ Nyonyum Shop カンボジアメイトの雑貨や食品を集めたお土産物店。 ☎ 012-500-052 ☎ No.132, Sotheas Blvd.(AEON Mall)		📍 ②D-4
カンボジアティータイム Cambodia Tea Time 伝統菓子ノムトムモン、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、ニョニウム、アメージングなどで販売)		📍 ②D-4

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・カンボジア MENARD COSMETIC 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	📍 ②C-1
イル・ヴリール il BRILLE 日本にもお店がある美容サロンのカンボジア店。 ☎ 081-749-769 ☎ EURP1-BLB-SLE91 of PH Euro Park Phum Boeung Chhouk	📍 ①C-2
髪結 Camiyui 日本人美容師常駐の日系ヘアサロン。 ☎ 016-668-972 ☎ No.7, St.360	📍 ②B-3
ソリスト Solist 日本人スタイリスト常駐の美容室、要予約。 ☎ 010-231-234 ☎ No9, St.242	📍 ②C-4
ハート HEART hair salon and eyelash salon 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	📍 ①C-5
和心 Beauty salon hair and nail wako 日本人スタイリスト経営・常駐の個人店。 ☎ 077-694-411 ☎ St.306, BBK1	📍 ②C-2
オリエンタルジャパンスキンケア Oriental Japan Skin Clinic 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	📍 ②B-2

広告のお問い合わせは info@krorma.com まで!

癒す Spa & Massage	スパ & マッサージ
ボディアスバ BKK1 Bodia spa BKK1 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	📍 ②B-3
ユー&ミースパ U&ME Spa_Massage_Nail Salon_BKK63 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)	📍 ②B-3
ロカスバ ROKHA SPA 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	📍 ②B-2



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 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)	📍 ①C-2
国立博物館 National Museum of Cambodia 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)	📍 ①D-3
ソーソー博物館 SOSORO - Preah Srey ICANAVRMAN Museum 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 Ksatreiyan Kossamak Ave.	📍 ①C-3

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 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 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 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 Club 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・ブノンベン・ゴルフクラブ Royal Phnom Penh Golf Club 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 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 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 Sotheas Blvd (3)	📍 ①D-5
フライ・ブノンベン Fly Phnom Penh ファクトリーブノンベン内にあるトランボリン場。 ☎ 010-288-223 ☎ National Rd. No2	📍 —
ブルー・オー Blu O 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 Sotheas Blvd (3)	📍 ②D-4
ブノン・クライム Phnom Climb 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	📍 ①C-6

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 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 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、スーパーリアホテル
アーモンド・ホテル・ソーティアロス Almond Hotel Sotheas 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, Sotheas Blvd.	📍 ①D-5
東屋 Azumaya Phnom Penh ブ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	📍 ②A-1
アニク・ブティックホテル Anik Boutique Hotel 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	📍 ②C-3
オハナ・ブノンベンパレス Ohana Phnom Penh Places 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	📍 ①D-3
サン・アンド・ムーン Sun & Moon Urban Hotel 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)	📍 ①C-3
ブノンベン Phnom Penh Hotel 市内北にある大型スーパーリアホテル。 ☎ 023-991-868 ☎ No.53, Monivong Blvd.	📍 ①C-2
東京ホテルアパートメント&スパ Tokyo Hotel Apartment & Spa 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 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 Bldg. C3, 5F	📍 ①B-4
サンウェイ Sunway Hotel Phnom Penh ワットブノン隣のホテル、レジャーもビジネスも◎。 ☎ 023-430-333 ☎ No.1, St.92	📍 ①C-2
ヒマワリ・ホテル・アパートメント Himawari Hotel Appartments 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	📍 ①D-4

泊まる	Delux Hotel	デラックスホテル
エミオン Hotel Emion Phnom Penh	📞 010-733-000 📠 No.192, Sisowath Quay	📍 ⑨①D-4
ガーデンシティ Garden City Hotel	📞 023-900-561 📠 St.Ly Yong Phat	📍 ⑨①D-4
カンボジアーナ Hotel Cambodiana	📞 023-426-288 📠 No.313, Sisowath Quay	📍 ⑨①D-4
ケーバイエル Hotel KVL	📞 023-936-333 📠 379 Preah Sisowath Quay	📍 ⑨①D-3
コートヤード・バイ・マリオート・フノンペン Courtyard by Marriott Phnom Penh	📞 023-238-888 📠 No.115, St.214 Corner St.63	📍 ⑨①C-4
サン・アンド・ムーン・リバーサイド Sun & Moon Urban Riverside	📞 023-866-668 📠 Waterfront, Norodom Blvd. Tonle Bassac	📍 ⑨①D-6
ソカ・フノンペン Sokha Phnom Penh Hotel & Residence	📞 023-685-8888 📠 St.Keo Chenda	📍 ⑨①D-3
ナーガ・ワールド NagaWorld Integrated Resort	📞 023-228-822 📠 Hun Sen Park	📍 ⑨①D-4
フェアフィールド・バイ・マリオート Fairfield by Marriott Phnom Penh	📞 023-626-8888 📠 Russian Federation Blvd, 10 Village	📍 ⑨①B-3

泊まる	Luxury Hotel	ラグジュアリーホテル
ソフィテル・フノンペン Sofitel Phnom Penh Phokeethra	📞 023-999-200 📠 No.26, Samdach Sothearos Blvd.	📍 ⑨②D-4
ラッフルズ・ル・ロイヤル Raffles Hotel Le Royal	📞 023-981-888 📠 St.92	📍 ⑨①C-2
ローズウッド・フノンペン Rosewood Phnom Penh	📞 023-936-888 📠 Vattanac Capitol, No.66, Monivong Blvd.	📍 ⑨①C-3

泊まる	Boutique Hotel	ブティック
アクエリアス・ホテル Aquarius Hotel	📞 023-972-089 📠 Preah Ang Phanavong St.(240)	📍 ⑨②C-1
アニク・パレス・ホテル Anik Palace Hotel	📞 023-955-544 📠 House No.14, St.278	📍 ⑨②B-2
イロハ・ガーデン iRoha Garden	📞 023-966-330 📠 No.8, St.73	📍 ⑨①C-5
チアーズ Social Apartment & Hotel Cheers	📞 023-999-338 📠 No.14, St.310, BKK1	📍 ⑨②C-3
バイトン・ホテル&リゾート Baitong Hotel & Resort	📞 023-223-838 📠 No.10, St.282, BKK1	📍 ⑨②B-2
パヴィリオン・ホテル Pavilion Hotel	📞 023-222-280 📠 227, St.19	📍 ⑨①C-4
プランテーション Plantation Urban Resort & Spa	📞 023-215-151 📠 No.28, St.184	📍 ⑨①C-3

暮らす	Travel & Media	旅行会社&メディア
クロマー・ツアーズ Kromma Tours	📞 099-890-960 📠 No.129, St.228 BKK1	📍 ⑨②B-3

暮らす	School & Kids	学校 & キッズ
フノンペン日本人学校 Japanese School of Phnom Penh	📞 092-882-140 📠 No.205B, St. Lum, Group 5	📍 ⑨①D-4
フノンペン補習授業校 Japanese Supplementary School of Phnom Penh	📞 095-962-235 📠 No. 205B, St. Lum, Group 5	📍 ⑨①D-4
フノンペンビッグハウス公民館活動 Phnom Penh Big House	📞 011-222-162 📠 160 Preah Sihanouk Blvd.	📍 ⑨①D-5
コンビ プラザ インターナショナル プレスクール Combi Plaza International Pre-School		📍 ⑨②A-2

暮らす	Finance & Insurance	金融 & 保険
バンコクインシュランス Bangkok Insurance (Cambodia) Plc.	📞 088-788-6610 (濱口) 📠 No. 181, Preah Norodom Blvd.	📍 ⑨②C-3
エーアイエー生命 AIA (Cambodia) Life Insurance Plc	📞 086-999-242 📠 GIA Tower 31st FL., St.Phum 14	📍 ⑨①D-5
アクレダ銀行 ACLEDA Bank Plc. Headquarters	📞 023-994-444 📠 61 Preah Monivong Blvd. (93)	📍 ⑨①C-2
ABA 銀行 ABA Bank Head Office	📞 098-203-333 📠 148 Preah Sihanouk Blvd.(274)	📍 ⑨②A-2
SBI リーダーバンク SBI LY HOUR Bank PLC.	📞 023-980-888/093-671-111 📠 Bldg. 219, St. 128 & 169	📍 ⑨①B-3
サタパナ銀行 Sathapana Bank	📞 023-999-010 📠 Sathapana Tower, Bldg 63, Preah Norodom Blvd.	📍 ⑨①C-3
Jトラストロイヤル銀行 J Trust Royal Bank Kramoun Sar Branch	📞 023-999-000 📠 Royal Railway Bldg., 10 Russian Federation Blvd (110)	📍 ⑨①C-3
第一生命 Dai-ichi Life Insurance	📞 023-955-333 📠 No.66, Preah Monivong Blvd. (93)	📍 ⑨①C-3
フォルテ Forte Insurance (Cambodia)	📞 023-885-077 📠 No. 66, Vattanac Capital Lvl. 18, Preah Monivong Blvd.	📍 ⑨①C-3
フノンペン商業銀行 PPCBank Ou Ruessef Branch	📞 061-444-608 📠 No. 437 Preah Monivong Blvd., Corner of St. 214	📍 ⑨②A-1
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	📞 010-267-377 📠 City Tower, Unit M4, Mezzanine Floor, No.321 Toul Kork	📍 ⑨①B-4

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	📞 023-901-200 📠 St.398	📍 ⑨②A-1
マリス・デンタルクリニック MALIS dental clinic	📞 012-513-222 📠 136 Norodom Blvd.	📍 ⑨②A-1



Kromma Tours
クロマー・ツアー

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

正社員・インターンシップ生募集中

2ヵ月～可。6ヵ月以上は生活支援金有
シェムリアップ/スノンペン勤務

017-777110 / info@seishiron.comまで

暮らし Other その他

ジャパニーズヘルプデスク Japanese Help Desk/P.I.Prestige International ①A-4
病院の受診時に日本人 / カンボジア人通訳がサポート。医療通訳、相談業務等。
☎ 070-880-277 ☎ Royal Phnom Penh Hospital / Intercare Hospital

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 Sotheas 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)

日本送り出し機関ブロンベン JSIP ②C-5
カンボジアからの送り出し機関として、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

マイスリグ TV MyslingTV ② --
日本の民放、BS、CS 等、最大 66 チャンネルがいつでも視聴可能なサービス。
☎ 088-4507-505 ☎ ---

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 buddies 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 ① --
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 ☎ ---

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 シェムリッブ

アンコール・グレース・レジデンス Angkor Grace Residence & wellness ① --
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 ① --
伝統菓子ノムトムーン。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、ニョニウム、アメーjingなどで販売)

クロマーツアーズ Krorma Tours ① --
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 ① --
書籍、動画、各種メディア業務。取材代行、アボどり、誌面チェック、撮影業務など。
☎ 017-777-110 ☎ Kandal Village

▶訪日旅行、各種手配やってます。
日本でも、もちろん旅行業ライセンス有り。

- Private / Group Trip
- Visa Arrangement
- JR pass sales agent

Krorma Tours
TEL: 012-890-960 cambodia@sketch-travel.com



運転手付き車両レンタル
月額980\$~
TEL: 099-890-960




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) f 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) f 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) f Soriya.Football

タッチラグビー
コンタクトのない安全なラグビー。初心者、老若男女歓迎!詳細はFBにて!
f Phnom Penh Touch Rugby

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~) f Cambodia Kyokushin Karate Club

ブロンベン剣道クラブ
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 f PPKendoClub

ブロンベ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 f 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) f 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) f ---

ブロンベン走友会
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) f PPSoyukai

ブロンベン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) f ---

茅魂太鼓
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) f mekongdaiko

ザ・ブロンベシンガーズ
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12.5\$
☎ 017-888-622 (上田) f ThePPSingers

ブロンベ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) f ---

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) f 虎二郎・Torajiro-

ブロンベン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 (重富) f ---

ブロンベン三田会
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) f ブロンベン三田会

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) f ---

ロータリークラブ ブロンベンメトロ日本語部
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) f rc.ppmjl

ライオンズクラブ ブロンベキスナクラブ
世界的な奉仕団体ライオンズクラブ。
☎ --- f kizuna.lions

食べる

買う

癒す

体験する

泊まる

暮らす

医療コラム

Vol.13 ドクターショッピング

皆さまこんにちは!サンライズジャパンホスピタルの岩井です。
これまで10回以上にわたって「カンボジアの食と健康」についてお届けしてきましたが、今回は少し趣向を変えて、「カンボジアの医療制度と文化」についてご紹介していきたいと思います。
第1回のテーマは「ドクターショッピング」です。

皆さまは、主治医以外の意見を聞くためにセカンドオピニオンを受けたことはありますか?症状がなかなか良くならないときや、診断に納得がいけないときなど、他の医師の見解を聞きたいこと、ありますよね。ただ、紹介状なしに何度も医療機関を変える(一般的には3~4回以上)ようになると、「ドクターショッピング」と呼ばれる行動になります。

カンボジアでは、公的医療保険の制限が少ないことや、国民性もあって、このような行動が比較的好く見られます。たとえば、こんな患者さんがいました。「扁桃腺が大きくて手術が必要かどうか知りたい」と受診された、5歳のカンボジア人の男の子です。

「今の状態なら、手術は必要ないと思いますよ。しばらく様子を見て大丈夫です。安心してください」
「本当ですか?前の先生は、手術が必要だって言っていました」

「そういう見解もありますね」
「でも、前の前の先生は『様子見』って言ってたんです」
「え?“前の前”?」
「その前の前の先生は、手術って言っていました」
「・・・前の前の前!?今まで何力所くらい病院を受診されたんですか?」
「ここが7カ所目です!そろそろハッキリさせたいんです!」
「そ、そうですか・・・」

色々な意見を聞くことは大切ですが、**情報が多すぎるとかえって混乱**してしまうこともあるかもしれませんね。別の医療機関を受診される際には、これまでの**検査結果や紹介状**を持参されると、無駄な検査や投薬を避けられることもあります。当院でも、そうした資料の作成はもちろん対応しておりますので、どうぞお気軽にご相談ください。

最後までお読みいただきありがとうございました。それではまた次回、お楽しみに!

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.jhph



クメール語ミニレッスン

直訳では理解できない 結婚式でのクメール語



カンボジアで結婚式を行いました。
式の間で7回衣装を変えたことや、結婚式場ではなく奥さんの実家で式を挙げたことなど全てが新鮮で楽しい式を迎えることが出来ました。

今回は結婚式に関する**ចំណី(チョンダイ)**というクメール語を紹介します。

ចំណី(チョン)は縛る、**នំ(ダイ)**は手という意味があり、**ចំណី(チョンダイ)**で手を縛るという意味になるのですが、他にも**新婚夫婦へのお祝い**という意味もあります。

“手を縛る”と“お祝い”は何の関係も無さそうですが、これはカンボジアの結婚式(婚約式)を知らないといイメージにくいです。

手首の黄色い糸は
チョンダイで
結ばれたもの。



式の途中で、新郎新婦のもとに行き、親指辺りに封筒のようなものを差し込んだ後に糸のようなものを手首に結びます。これが**ចំណី(チョンダイ)**です。

イメージしにくい表現はGoogleの画像検索で表示させると分かるかもしれません。

婚約に関するクメール語

結ぶ **ចំណី** チョーン 手 **នំ** ダイ
新婚夫婦へのお祝い **ចំណី** チョーン ダイ



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
Matsui Shibuki



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!



病院のご受診を 日本語でサポート



ジャニーズヘルプデスクへお気軽にご連絡ください

24時間対応
日本人相談窓口



ご受診希望の
病院受診手配



病院内での
日本語医療通訳



日本人 / カンボジア人通訳スタッフ常駐病院はこちら



プノンペン 日本人直通窓口

☎ 070 880 277

📞 jhd-rph-2024

✉ infopcam@prestigein.com



ジェムリアップ窓口

ロイヤルアンコール病院内に
日本人通訳 常駐

☎ 070 880 112

📞 jhd-rah2020



フン・マネット首相への表敬訪問と今後の展望

一般社団法人 日本カンボジア協会
JCA事務局 加藤和則

5月28日（水）東京のニューオータニホテルにて、フン・マネット首相にご招待いただき、JCAとして高橋会長、岩崎専務理事、田中常務理事、安藤理事、田村理事、吉村理事、佐藤監事で表敬訪問をさせていただきました。

短い時間の中ではありましたが、JCAからは中小企業のカンボジア進出の新しい形として、日本の名前を冠したレンタル工場の工業団地の立地、カンボジアの企業と合併企業を設立するなどの進出の仕方を模索できないか、など日本の中小企業が現地企業と共に出口戦略を踏まえた形での進出形態について提案をさせていただきました。

フン・マネット首相からも非常に前向きでポジティブなご意見をいただき、JCAとしての存在感と今後の動きについても大きな期待を寄せられました。

JCAとしては11月に第5回ビジネス投資視察団を企画しております。これまで過去4回の際に協議され、実施されている事業の進捗報告及び2030年までのJCA戦略のマイルストーンをもとに一つずつ協議を積み重ねてまいりたいと思います。決して大きなことはできませんが、一つずつ丁寧にカンボジアとの連携を深めていきたいと思っています。



フン・マネット首相への
表敬訪問の様子



協会ウェブサイト

クロマー観光ニュース

▶ 電子入国許可証「V-Pass（ビジターパス）」運用開始

外国人旅行者を対象とした電子入国許可証「V-Pass」が7月1日より本格運用となった。これによりパスポートへの押印、QRステッカー等は廃止され、出国時にはパスポートの提示のみで出国が可能となる。（2025/06/30）

▶ タイ - カンボジア間の陸路国境閉鎖

2025年5月28日、カンボジア北部にてタイとの交戦によりカンボジア兵1人が死亡した。それを発端とし、6月23日よりタイとカンボジア間の全ての国境検問所が閉鎖された。そのため、全ての国境バスは運航停止となり、両国の行き来は空路のみとなっている。（2025/06/24）

▶ 新しいプノンペン空港、テチョ国際空港は9月9日より開港予定

カンボジア民間航空局（SSCA）は、現在使用されている空港運用は2025年9月8日をもって停止、その後9月9日より新しいプノンペンの空港、テチョ国際空港へと切り替わる旨を発表。新空港では、現在の6倍の旅客数を処理できる体制となり、将来的にこの地域のハブ空港となることを目指しているという。（2025/07/10）

観光分野の
ニュースです。



カンボジア人向け 訪日観光旅行・視察各種手配

有資格者、専任担当者による無料相談行っています。

- ▶ 訪日ビザ取得代行サポート
- ▶ カンボジアパスポート発行サポート
- ▶ JRパス引換券発行
- ▶ SIMカード、Wi-Fiレンタル
- ▶ ホテル、通訳、車両、航空券手配
- ▶ スタディツアー/ホームステイ手配
- ▶ メディカルツアー/ MICEイベント手配

取引先や、社員の報奨旅行先として、訪日旅行はいかがですか？弊社は日本でもライセンス取得済み旅行会社であり、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、学生向けスタディツアーまで、お気軽にお問い合わせください。

日本語可！通訳、車両、ビザ、航空券等、各種手配

Krorma Tours

クロマーツアーズ

012-890960 / 099-890960

cambodia@sketch-travel.com



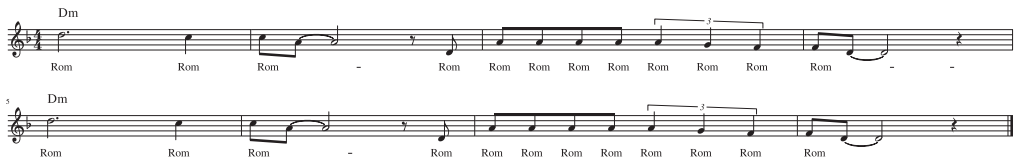
krormatourspp

099-890960

ក្រុង ទាំងអស់គ្នា

チリエン！テンオックニア！

一緒に歌いましょう②
Wedding day (Pan Ron)



今日は結婚式だから 踊り方なんて気にしないわ
踊ろう 踊ろう 一緒に踊ろう

音楽がもう始まるわ さぁ一緒に踊ろう
踊ろう 踊ろう さぁ踊ろう

これから私たち もっと上手く踊れるようになるわ
踊ろう 踊ろう もっと踊ろう

今回の歌は、結婚式で流れる定番曲、「Wedding day」Pan Ron という 70 年代を一世風靡した女性ボーカルの曲です。

サビの歌詞は、Rom Rom Rom だけ！ しかもコードは 1 つだけで歌えるので、ギター初心者の方にもぴったり！

カンボジア語で Rom は踊るという動詞、カタカナにする とロムですが、ルオムの方が伝わりやすいと思います。できればルのところ舌をちょっと巻いて歌うと更に雰囲気が出ますよ！ オリジナル曲を聴きながら練習してみてくださいね。

楽譜は、サビの部分だけ載せますが、仲良くなったカンボジアの方に教えてもらってね！ 全部歌えるよ♪



山内彩椰
AYA Yamanouchi

2006年からシェムリアップで音楽集団miloとして音楽活動始める。シェムリアップ州の小学校で音楽の授業をしたり、カンボジア人とバンドを組んで、カンボジア国内で数々のライブをした。2017年に帰国。京都府八幡市を拠点に、関西のいろんなレゲエバンドに入れてもらって、音楽活動を継続中。

✉ urataaya@gmail.com 📷 ayaoyoyo8



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

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



生活に、旅行に

クメール語 会話帳

ちょこっと
便利な

基本編

こんにちは

ជំរាបសួរ
チョムリアップ スオ

はい

បាទ/ចាស
パー(男)/チャー(女)

いいえ

អត់ទេ
オッ テー

お元気ですか?

ស្មើសប្បាយ?
ソック サバーイ?

ありがとう

អរគុណ
オー クン

すみません

សុំទោស
ソム トーツ

私の名前は～です

ខ្ញុំឈ្មោះ～
クニョム チュモツ ～

あなたのお名前は?

ឈ្មោះអ្វី?
チュモツ アヴァイ? アーユウツ ポンマーン チュナム?

何歳ですか?

អាយុប៉ុន្មានឆ្នាំ?
アーユウツ ポンマーン チュナム?

～歳です

ខ្ញុំអាយុ～ឆ្នាំ
アーユウツ ～ チュナム

わかりません

អត់យល់ទេ
オッ ヨル テー

大丈夫です

អត់អីទេ
オッアイテー

さようなら

លាហើយ
リア ハウイ

また会いましょう

ជួបម្តងទៀត
チュオプ クニア ムドーン ティエツ

数字編

～ドル

～ដុល្លារ
～ドゥッラー

～リエル

～រៀល
～リエイ

～時/～分

ម៉ោង~/~/នាទី
マオン~/～ニアティー

～時間

～ម៉ោង
～マオン

～月/～日

ខែ~/ថ្ងៃ～
カエ~/タガイティー

～日間

～ថ្ងៃ
～タガイ

0

1

2

3

4

5

ソーン

モオイ

ピー

バイ

ブウオン

ブラム

6

7

8

9

10

20

ブラムモイ

ブラムピー

ブラムバイ

ブラムブアオン

ドゥッ

ムペイ

30

40

50

60

70

80

サムサブ

サエサブ

ハーサブ

ホックサブ

チェツサブ

ハーエツサブ

90

100

500

1000

1500

10000

カウサブ

ムオイローイ

ブラムローイ

ムオイボアン

ムアムロイ

ムアムン

レストラン編

メニューをください

សៀវភៅម៉ឺនុយ
ソーム アオイ メヌイ

どれが美味しいですか?

មួយណាស្រស់?
ムオイ ナー チュガニョ?

これ/あれをください

ស្រេច/ស្រេច
ソーム アオイ ニツ/ヌフツ

氷は入れないでください

សូមកុំដាក់ទឹកកក
ソーム コム ダック タツコー

まだ料理が来ていません

ម្ហូបអានមកទេ
ムホーブ オットアン マオ テー

美味しいです

ស្រស់
チュガニョ

会計してください

សុំគិតលុយ
ソーム クツルイ

包んでください(持ち帰る)

សូមខ្ចប់
ソーム クチョップ

移動編

私は～に行きたいです

ខ្ញុំចង់ទៅ～
クニョム チョン タウ～

～に行ってください

សូមទៅ～
ソーム タウ～

～までいくらですか?

ទៅ～ថ្លៃប៉ុន្មាន?
タウ～タライ ポンマーン?

停まってください

សូមឈប់
ソーム チョップ

待ってください

សូមចាំ
ソーム チャム

ここ / あそこ

ទីនេះ / ទីនោះ
ティーニツ/ティーヌフツ

～はありますか?

មាន～ទេ?
ミエン ～ テー?

いくらですか?

ថ្លៃប៉ុន្មាន?
タライ ポンマーン?

高すぎます!

ថ្លៃណាស់
タライ ナツ!

安くしてください

សូមចុះថ្លៃ
ソーム チョホトライ

どこで売っていますか?

លក់～នៅណា?
ルオツ ～ ナウ ナー?

いません

អត់យកទេ
オッ ヨー テー

～が欲しいです

ចង់បាន～
チョン パーン～

ショッピング編

トラブル編

(頭/おなか)が痛いです

មានឈឺក្បាល/ឈឺពោះ
ミエン チュー(クバール/ポー)

熱があります

មានក្តៅ
ミエン クダウ クルオン

薬はありますか?

មានថ្នាំទេ
ミエン タナム テー?

病院へ連れてってください

សូមនាំទៅមន្ទីរពេទ្យ
ソーム ナエム タウ モンティペート

救急車を呼んでください

សូមហៅឡានពេទ្យ
ソーム ハウ ラーン ペート

泥棒だ!

ចោរ!
チャオ!

警察を呼びます

ខ្ញុំនឹងហៅប៉ូលីស
クニョム ヌン ハウ ポリーヒ

あなたを訴えます

ខ្ញុំនឹងប្តឹងអ្នក
クニョム ヌン バダン ネアック

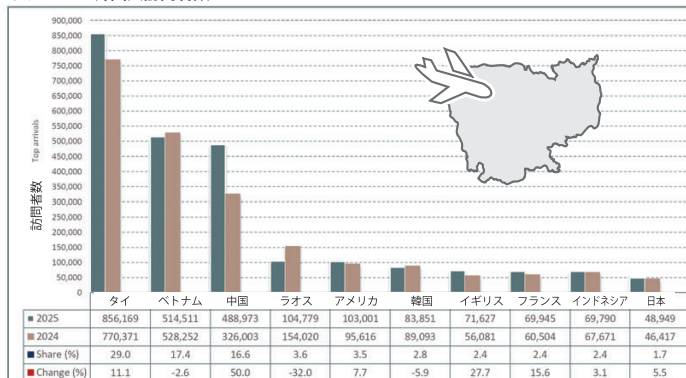


カンボジア観光省観光ニュース

外国人訪問者数の比較(2025年度1月～5月)

	インバウンド旅行者数				比率 (%)	昨年度比 (%)		
	2019	2023	2024	2025		24/23	25/19	2025/24
Air	2,018,935	780,795	986,435	1,216,252	41.2	26.3	-39.8	23.3
Phnom Penh Intl Airport (PNH)	923,771	572,472	699,007	886,244	30.0	22.1	-4.1	26.8
Siem Reap Angkor Intl Airport (SAI)	846,267	201,490	281,370	308,818	10.5	39.6	-63.5	9.8
Sihanouk Intl Airport (KOS)	248,897	6,833	6,058	21,190	0.7	-11.3	-91.5	249.8
Land and Waterways	869,526	1,382,987	1,654,564	1,734,572	58.8	19.6	99.5	4.8
Land	785,774	1,353,925	1,612,547	1,691,243	57.3	19.1	115.2	4.9
Waterways	83,752	29,062	42,017	43,329	1.5	44.6	-48.3	3.1
Total	2,888,461	2,163,782	2,640,999	2,950,824	100.0	22.1	2.2	11.7

トップ10 外国人訪問者数



Source: Tourism Statistics Department, MOT.

2025年度1月～5月にカンボジアを訪れた外国人渡航者数は合計295.1万人、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288.8万人、微増となっていることが分かります。入国地、空港別で見ると、陸路入国が約57.3%、プノンペン空港が30%、シェムリアップ空港は10.5%となっています。また2025年9月9日より、旧空港から新しいテチョ国際空港に全フライトの離発着が切り替わることが発表されました。

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



f 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か月 \$70	1か月 \$??
3か月 \$100	3か月 \$??
6か月 \$180	6か月 \$???
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ります。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バス、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すか？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18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

cambodia@sketch-travel.com

012-890960 / 099-890960

krormatours



日本語でどうぞ！



krormatourssp

■弊社刊行物/ Our Magazines



シェムリアップ版
プノンペン版
生活 & ビジネス & 旅行



くろまる
シェムリアップの便利地図 & 新聞



クロマップ
プノンペンシティマップ (英語版)

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/ 1 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

2025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・転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 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。





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。

大人気

62\$

アンコールワット
タブローム
クメール料理
アンコールワット/夕日

定番!アンコール1日コース

お薦め

45\$

クルーズして
夕日鑑賞

半日!トレンサップ湖&夕日

106\$

アンコールワット
朝日、パイヨン
タブローム、ベンメリア

1日メガ盛り!アンコールとベンメリア

ベジタリアン
コーケー遺跡
プリアヴィヒア

179\$

世界遺産2つとベンメリア

C席 18\$
B席 28\$
A席 38\$

カシボシアサーカス

22\$

プナー
プファショー

無形文化遺産アプサラダンス

【車レンタル・ガイド手配】

	30\$	35\$	110\$	30\$
シェムリアップ市内 半日				
シェムリアップ市内 1日	50\$	55\$	160\$	60\$
空港送迎	片道 55\$	65\$	75\$	40\$

【遠距離追加】 朝日/トレンサップ湖/バンテアイスレイ +15\$, ベンメリア/プノンクレン +50\$
コーケー&ベンメリア +130\$, プリアヴィヒア/プノンベン(片道) +200\$等。他の観光地はお問合せ!

1ヵ月 70\$
3ヵ月 100\$
6ヵ月 180\$
1年 ???\$

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バス バス・航空券手配 短期～長期 運転手付車両レンタル



日本語で簡単予約!!

[+855]012-890960 / 015-890960

krormatours 012-890960

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。

大人気

55\$
70\$
70\$

王宮
シルバーパゴダ
ワットプノン
国立博物館

人気!市内半日観光ツアー

お薦め

120\$
130\$
70\$

17-19世紀の王都
5時間ツアー

古都ウドンと現代寺院散策

170\$
190\$
120\$

カンボジアの
映えスポット

プリアプットバゴダとクメール遺跡

船のみ 15\$
船+橋 23\$
船+夕食 33\$

メコン河・リバークルーズ

180\$
200\$
120\$

ベトナム国境バベット/ビザラン

180\$
190\$
120\$

カンボジアでゴルフ

335\$~

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、宿泊) 380\$/460\$

【車レンタル・ガイド手配】

	半日	1日
プノンペン市内	55\$ / 70\$ / 70\$ / 70\$	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\$
バタンバン	日帰り 250\$ / 330\$ / 380\$ / 130\$ 1泊2日 350\$ / 390\$ / 450\$ / 290\$	
プリアヴィヒア	日帰り 250\$ / 330\$ / 360\$ / 200\$ 1泊2日 350\$ / 390\$ / 430\$ / 400\$	
ケップ/カンボット	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\$	

【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]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
アボ代行/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

