

ក្រសួងវប្បធម៌ ក្រសួង

# Kroma

TAKE FREE

Vol. 12

2026 FEB - APR

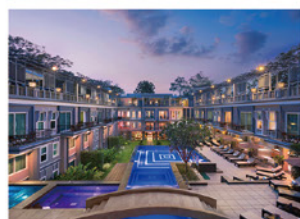
クロマーマガジン ライフ&トラベル MAGAZINE Life & Travel

Siem Reap

歴史・芸術・伝統を楽しむ  
シェムリアップ博物館、美術館巡り

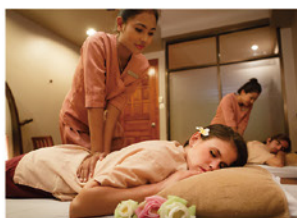
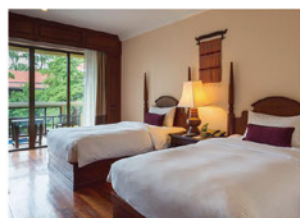
今までの歴史を背負いこれから新しく出発する  
町、遺産、人々も。





## J7 ANGKOR HOTEL

(855) 87 / 78 878 977 | ( 855 ) 63 768 777 / 63 768 778  
 info@j7hotel.com | www.j7hotel.com | facebook/j7hotel.com  
 Road 6 (Next to Royal Residence), Siem reap 17257, Cambodia



## PRINCE ANGKOR HOTEL & SPA

(855) 78 / 98 622 889 | ( 855 ) 63 763 888 / 63 963 333  
 Sivatha Blv, Mondul II, Sangkat Svay Dangkom, Siem Reap 93136  
 info@princeangkor.com | www.princeangkor.com | facebook/princeangkor





Showcasing sleek award winning Khmer architecture and forward thinking amenities, **Courtyard by Marriott Siem Reap Resort** offers a clean, comfortable stay in Siem Reap one of the worlds most inspiring locales.

## LOCAL ATTRACTION NEARBY

Explore legendary attractions like Angkor Wat and Angkor Archeological Park or spend a night out on Siem Reaps Pub Street just minutes away from our hotels in Siem Reap.



+855 (0) 63 96 8888 | 87 888 611  
E: [courtyard.Sr@marriott.Com](mailto:courtyard.Sr@marriott.Com)  
[www.courtyardsiemreap.com](http://www.courtyardsiemreap.com)

#0609, road N6A, phum  
chong kaosou, khum slor kram,  
siem reap, cambodia, 171201



Siem Reap

# Vol.12

2026 FEB - APR

## CONTENTS



【今日の一枚】 バイクデリバリー

たま〜に近所で見かけるバイク兄さん。本日は一袋50kgの米を7袋載せて運んでましたが、いつも不思議に思うのがどうやって載せているのかと、どうやって降ろすのか。ちなみに信号待ちにはへっちゃんらの模様。

表紙および写真：西村清志郎

04	シエムリアップで博物館、美術館巡り
06	Cambodia Note
07	医療コラム
	クメールの風が吹く村から
08	カンボジアのゴハン
09	Healing of Cambodia
	クロマー女子の午後の紅茶
10	オタクが覗いたカンボジア
	チリエン! テンオックニア!
11	クメール語ミニレッスン
13	JICAカンボジアリレー
14	アンコール補習授業校だより
	領事事務所通信
31	カンボジア観光省観光ニュース

### 【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→



15	シエムリアップ観光情報
16	カンボジア全土マップ/お勧め都市情報
17-18	シエムリアップ地図
19-25	アンコール遺跡ガイド
26	カンボジア便利情報
27-30	電話帳 - Listing -





2月上旬、*THE LABYRINTH* は「*SEASON 2*」へ。  
東南アジア No.1 の没入体験が、劇的進化を遂げて覚醒する  
*New Immersive Show “SOUM SOK SABAY!”*

境界線は、もうない。

静寂の「アプサラ」、激闘の古武術「ラボカタオ」、  
そして眼前を焼き尽くす「ファイヤーダンス」。  
世界一近い距離で繰り広げられるのは、息をもつかせぬスペクタクル。

夢を追う4人の男たちの冒険は、いつしかあなたの物語へ。

王直属の槍兵との戦いを経て届くのは、  
物語の鍵となる「王からのメッセージ」が込められた晚餐。  
これはとあるカンボジアの物語のようで、あなたの、みんなの物語。  
ただの観劇ではない。ただの食事ではない。五感のすべてで味わう。

これが *THE LABYRINTH* の新常識!

さあ、ソンソクサバイ!



DIGI-ART DINING

*The LABYRINTH*

✉ [info@labyrinth-cambodia.com](mailto:info@labyrinth-cambodia.com)

☎ +855 (0) 77 643 404

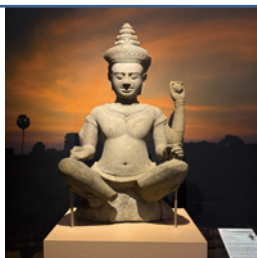
🌐 [www.labyrinthcambodia.com](http://www.labyrinthcambodia.com)

follow us





# 歴史・芸術・伝統を楽しむ！ シェムリアップで博物館、美術館巡り！



古代クメール文明の探検の旅に出かけよう！！

## アンコール国立博物館

2007年に開館したクメール王朝時代に没入できる博物館。カンボジアに点在する遺跡から発見された石像やレリーフ等を5000点以上保管、展示しています。「クメール文明・アンコール遺跡群の全体がわかる！！」と言っても過言ではないほど詳細な解説が添えられており、日本語での説明動画もあるので安心して楽しむことができます。ぜひ遺跡観光の予習や復習に訪れてみてはいかがでしょうか？

### 🔗 オススメポイント

屋内なので天候を気にせず楽しむことができます。テーマに分かれた展示がひとつひとつどれも貴重なものばかり。思ったよりもすぐに時間が過ぎてしまいますので時間に余裕を持って訪れることをお勧めします。日本語音声ガイドや、動画をうまく活用し、クメール文明への理解を深めましょう。



🕒 8:30～18:00(4月～9月)  
8:30～18:30(10月～3月)

💰 大人(12歳以上) \$12  
11歳以下\$6 6歳以下無料  
※ オーディオガイド1台\$5

【WEB】



【MAP】

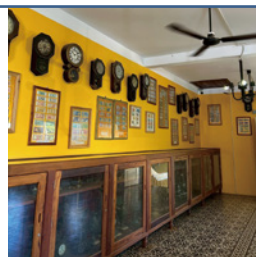


## アンコール遺跡だけじゃない！シェムリアップの宝物 ヴィミアンソカ博物館

シェムリアップと聞くと、大抵の人がアンコール遺跡を思い浮かべるとします。しかし街の少し外れた所には「時間が止まったような不思議な場所」があるのはご存知でしたでしょうか？それが個人コレクターが集め続けた宝物でいっぱいのヴィミアンソカ博物館(Vimean Sakhalin Museum)です。レトロ好きじゃなくても、思わず足を止めたくなる魅力が詰まっております！

### 🔗 オススメポイント

この博物館は、どこか温かくて懐かしい“時代の倉庫”のような場所。アンコール遺跡とはまったく違う角度からカンボジアを楽しめる穴場スポットです。気候や遺跡巡りで疲れた日の午後、ふらっと訪れてみてはいかがでしょうか。



🕒 8:00～17:00  
不定休

💰 \$5

【FB】



【MAP】



布に宿るアジアの想い！

## MGCアジア伝統テキスタイル博物館

アジア各地の伝統織物を一度に楽しめるスポットとして人気の色豊かな布や民族衣装が並ぶ見応えある博物館です。素材の触り比べなど体験型の展示も充実しています。

### 🔗 オススメポイント

昔から人々の暮らしの中で使われてきた布には、地域ごとの歴史・価値観・折りが込められています。そうした伝統の技術や美しさを丁寧に展示していて、ゆっくり見て回るだけでアジアの文化の豊かさを実感することができます。また、一つ一つの展示物をガイドの方が丁寧に説明してくださるので、布ってこんなに奥が深いのだと改めて感じさせられる場所です！

※ MGCとは、メコン川流域5か国(カンボジア・ラオス・ミャンマー・タイ・ベトナム)とガンジス川流域のインド文化交流を進める国際プロジェクト



🕒 8:30～16:00

💰 火祝休

【FB】



【MAP】





シェムリアップには、時代やジャンルを超えて楽しめる博物館や美術館が点在しています。  
歴史的遺産から現代アートまで、旅の合間に立ち寄ってみませんか？

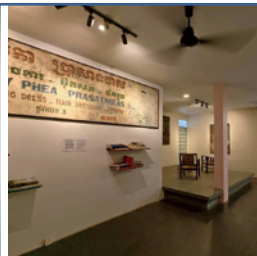
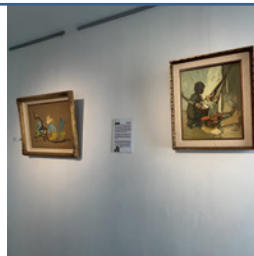
### 戦争を超えて受け継がれる現代美術

## Museum of Cambodian modern art - Sar - ស៊ែរ

現代美術とは、1950年ごろ以降に制作された作品を指します。カンボジアにおいては、内戦やクメール・ルージュ政権という激動の時代を経てきた美術でもあります。本展示では、ボル・ポト時代以前の手書き看板や、戦争の記憶を題材にした現代美術作品が紹介されています。暮らしの中に息づく美意識から内戦の歴史まで、近代美術を通してカンボジアの歩みを多角的に知ることができます。

### 📌 オススメポイント

シェムリアップの中心地、オールドマーケットから約200mほどの場所にあります。歩いて行ける美術館で気軽に伺うことができます。美術を通じてみるカンボジアの近代史と現代美術の旅にあなたも行ってみたいいかがでしょうか。



🕒 10:00～21:00

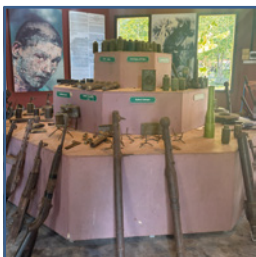
火休

💰 \$5（12歳以下は無料）

【FB】



【MAP】



### 自然に帰る戦車たち。歴史を学べる

## カンボジア戦争博物館

カンボジア内戦やボル・ポト時代の歴史を学べる場所です。旧ソ連や中国製の戦車や銃などが数多く展示されており、戦争の現実を強く感じることができます。

屋外には戦車をはじめ、航空機や大砲などの大型兵器が並び、損傷の激しさから当時の過酷な状況を想像させます。

朽ちていく兵器と木々が共存する光景は、今が平和な時代であることを静かに伝えてくれます。

### 📌 オススメポイント

戦車や銃、手榴弾などが無造作に置かれていました。ガラスショーケースなどがない分近くで見ることが出来ます。

銃は手に持って写真を撮影しても良いとのこと。銃火器の重さをぜひ感じてみてください。



🕒 8:00～17:30

休館日なし

💰 \$5

【FB】



【MAP】



### カンボジア負の遺産に触れる、学ぶ、

## アキ・ラー博物館

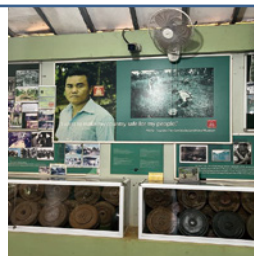
アキ・ラーは、元クメール・ルージュの少年兵で、任務として地雷を敷設していました。しかし、自身が設置した地雷によって農村の家族の生活が破壊される現実を目の当たりにし、密かに命令に背いて地雷の敷設をやめます。

戦争終結後は地雷除去活動に転じ、現在は国際基準に基づいた方法で、これまでに22,000個以上の地雷を除去してきました。

現在もNGO「CSHD」を立ち上げ、地雷除去と被害防止の活動に尽力しています。

### 📌 オススメポイント

ここでは様々な展示物やデモンストレーションよりカンボジアの歴史や戦争について学ぶことができます。シェムリアップを訪れた際は訪れるのはいかがでしょう。



🕒 8:00～17:00

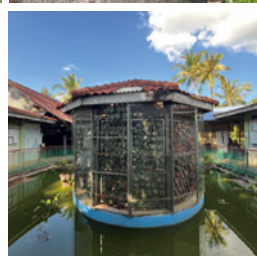
休館日なし

💰 \$6（10歳以下は無料）

【FB】



【MAP】

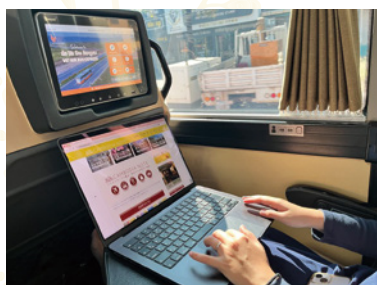




## 実際に体験！ 超快適なカンボジア長距離バスの裏側へ！

カンボジア国内の長距離移動手段には、飛行機、タクシー、ミニバンなどさまざまな選択がありますが、最近とくに注目したいのが長距離バス。先日、実際にシェムリアップ～スノンペン間で、VETの「Air Bus First Class」を利用してみました。

正直な感想としては「ここまで快適なのか」とびっくり！料金は通常のバスよりやや高めですが、快適さを重視する方には十分その価値があります。最大の特徴は、通路を挟んで「1列+2列」というゆったりした座席配置。シート自体も広々としており、後ろの席を気にせずリクライニングを倒せるのがとても快適でした。足元も広く、長時間でも無理なく脚を伸ばせます。



今回利用したシートにはマッサージ機能まで付いており、移動中も体への負担が少なく感じました。シートは清潔感があり、長距離でも安心して身を預けられる座り心地。車内ではドリンクと軽食のサービスがあり、バスの中で温かいコーヒーが飲めるのも嬉しいポイントです。ちょっとした“おもてなし感”が旅気分を高めてくれます。





予約はオンラインで簡単に完結できるので、旅行者にとって使いやすいのも魅力。個人的には、空港移動や待ち時間を考えると、飛行機よりも楽に感じました。カンボジア国内を移動する機会があれば、ぜひ長距離バスも候補に入れてみてください。快適さと安心感を考えると、十分に料金に見合った価値のある移動手段だと思います。

カンボジアノート編集M



### カンボジアノート Cambodia Note

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

 <https://cambodianote.com/>  
 @cambodianote  
 @CambodiaNote  
 [info@cambodianote.com](mailto:info@cambodianote.com)



### 伝統舞踊ショー 每晚19:30～20:30開催

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

### 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





## 医療コラム

こんにちは。アンコール共生病院医師の加藤です。今回は検診・人間ドックについてのお話です。

日本では、企業勤めの方や、学生の方は基本的に年1回の健康診断が行われることになっています。一方カンボジアでは、毎年健康診断を受けるといった文化は浸透していません。シムリアップでも一部の会社が福利厚生の一環で健診を導入しているものの、制度化されているわけではないので、事業主の厚意に頼っているような状況です。在住者の中でも、もしかしたら10年以上も健康診断を受けていないなんていう方もいるんじゃないでしょうか？

高血圧・高脂血症・糖尿病といった生活習慣病などは通常自覚症状を起こさないうちに悪化していきます。症状がないからと言って放置していいわけではなく、生活習慣病によって血管にダメージが蓄積され、動脈硬化が進行することで心筋梗塞や脳梗塞といった恐ろしい病気を引き起こすことになります。動脈硬化は一度進行してしまうと元に戻していくのは難しいため、生活習慣病とはとにかく早期発見・早期治療すること

## 人生100年時代に備える『健康診断』

が非常に重要です。

健康診断を受けることで未病の状態で治療を開始することができるのです。「こしばらく健康診断を受けていない!」と思い当たった方は、是非受診を検討してみてください。

人生100年時代を謳歌するためには健康であることはとても重要だと思います。皆一緒に健康になりましょう!ではまた!



### アンコール共生病院

Angkor Japan Friendship International Hospital

総合・専門診療科、予防接種、健康診断に対応。

日本人医師と日本語が話せるスタッフが駐在している。

☎ 24時間365日(救急) ☑ <https://ajfih.org/>

☎ 076-677-7879

📱 ajfih

## クメールの風が吹く村から

## ～障がい児と共に歩む～

昨年12月、世界を舞台に活躍されているバイオリンソリストの五嶋みどりさんとのご縁を得て、彼女が主宰するNPO法人ミュージックシェアリングの若手演奏家によるカルテット(弦楽四重奏)のみなさんに、スロラニユプロジェクトが支援するシムリアップ州立孤児院センターや農村部の支援児家庭で演奏を披露していただく機会を頂きました。

孤児院センターでは恐らく初めて聞くであろう弦楽器の生演奏に子ども達は驚きの表情を浮かべ、目を輝かせて聞き入り、初めて目にする楽器にも触れ、多くの刺激を得たことでしょう。

そして、障がいのある3人の子ども達のためだけに、彼女たちの目の前で演奏を披露して頂いた時の事でした。重度の心身障がいのある女の子ピスナーが最初の音色を聞いた瞬間笑顔を見せ、声をあげて笑い始めたのです。彼女と出会って3年以上になりますが、意

識レベルは低く、いつも痰が絡み苦しげな表情を見せる彼女の笑い声を聞いたのは初めての事でした。どんなに重い障害が有っても音楽はその心に深く響く事を感じ、素晴らしい演奏と共に彼女の笑顔に私自身も心が洗われるような奇跡的な瞬間でした。

その後の村の家庭訪問でも、それぞれ家庭の軒下で演奏を披露して頂きました。演奏を始めると普段よく耳にするスピーカー越しの爆音音楽とは違う優しい音色を聞きつけ、近隣の子も達や村の人たちがたくさん集まって来て、皆さん興味深そうに耳を傾け、さながら村でのミニ演奏会の様相となりました。

素敵な音楽をカンボジアの村に届けてくださったミュージックシェアリングの皆さんへの感謝と共に、カンボジアでの活動も4年目を迎え、様々な分野の個人様や団体様から関心を持って頂き、お声がけ頂く機会も増え、活動の輪の広がりを実感しています。



チェロに触れる子ども達



障がいのある3人の目の前で演奏



村での演奏



### NPO法人スロラニユプロジェクト

シムリアップ市周辺の農村部に暮らす障がいのある子ども達及びご家庭への支援、及び2012年コムレー村に建設したスロラニユ小学校への継続的な支援、重症心身障がい児が入所するシムリアップ州立孤児院センターへの支援等

✉ obake627@yahoo.ne.jp

☎ 096-274-0590

📠 nposrolanhproject

📱 <https://www.srolanh.org/>



近藤 正樹



# カンボジアのごはん

こんにちは、カンボジアノゴハンです。発酵天国のカンボジア。今日はとっても簡単にできる高菜の漬物をご紹介します！

カンボジアにもある日本風の食材。それが高菜の漬物。日本では、仕上がりの色を綺麗にするためにウコンを加え、半年ほどかけて乳酸発酵させる高菜の漬物ですがここカンボジアでは材料は2つ！気温にもよりますが2週間ほどで出来上がります。また、衛生的に作れば長期常温保存も可能です。

市場で高菜を見つけたらぜひ作ってみてください。



## 材料

- ・高菜 1kg
- ・塩(粒状のものがいい) 30g  
注: 干す前の高菜の3%の塩
- ・水 1500ml
- ・瓶 2Lの水が入るサイズ
- ・鍋 塩水をつくるもの
- ・皿 1枚 押さえ

## ■ 前準備 ■

1. 高菜をたっぷりの水でよく洗う。特に根っこ部分は、砂や土が付いているので丁寧に洗う。
2. 高菜を干す。大きい場合は、根っこに十時の切り込みを入れて干す。もしくは半分に切る。

## 【ポイント】

あまり干しすぎない。カラカラになるまで干すと硬くなる。目安はしっとり。

## ■ 作り方 ■

1. 瓶を綺麗に洗い、しっかりと乾かしておく
2. 鍋に水・塩を入れて沸騰させ、塩がしっかり溶けたら火を止め冷めるまで放置。
3. 瓶の中に高菜を丸めるようにいれ、塩水がさめたらそそぎいれる。※口いっぱいまで入れない。高菜から水が上がってくるため。
4. 高菜が浮かんでくるので、皿で抑える。
5. そのまま常温放置。温度により発酵速度が異なる。出来上がりの目安は葉っぱの色は黄色になり好みの酸味になったら。





## カンボジア料理教室 カンボジアノゴハン

前原とよみ

- ・カンボジアが大好きな人
- ・看護師
- ・カンボジア料理家

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

 cambodianogohan  
 cambodianogohan



カンボジア伝統舞踊ショーが  
インターナショナルブッフェとともに楽しめます。



**MORAKOT ANGKOR Restaurant**  
Add: 300m northward Rd.6, Psar Dam Krolanh Rd, Siem Reap  
Tel: 098 776 777 Web: www.morakotangkor.com  
Mail: info@morakotangkor.com

多彩な料理と素晴らしいひとときを

\* Khmer cuisine  
\* French cuisine  
\* Fusion cuisine  
\* Chinese cuisine  
flavor Shanghai  
and Taiwanese

You can enjoy a variety of cuisines

 **Phum Traing Restaurant cafe and Art**  
Lunch: 11:00 - 14:00 Dinner: 18:00-22:00  
T: 012-868-795 / 069-567-168 A: Phum Traing Village, Siem Reap

▶ 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





# Healing of Cambodia

## ～ 寒熱とハーブ ～

東洋医学には「温める」「冷やす」という考え方がありますが、カンボジアのハーブにも、同様に明確な性質があります。

体を温めるハーブの代表例は、レモングラス、クローブ、生姜、ライムの葉などです。雨季の朝、湿気で体が重く感じる日や風邪のひき始めには、これらを煎じてお茶として飲むことが推奨されます。

体を冷やすハーブの代表例は、モリンガの葉、ローゼル、ミントやパンダンリーフなどです。酷暑期にはこれらのハーブティーを冷やして飲むのが一般的で、私もよく作って飲んでいました。

ちなみに、寒熱とは、体や症状が「冷えている状態」か、「熱がこもっている状態」かを見極めて、温めるか冷やすかでバランスを整える東洋医学の基本的な概念です。カンボジアにおける寒熱の考え方は、インド医学の理論、中

国医学の概念、そして高温多湿で雨季と乾季がある現地の環境が組み合わさって生まれたと言われています。

ただし、カンボジアの伝統医療の医師(クルクメール)の話を聞くと、単に「暑いから冷やす」「寒いから温める」という単純な対応ではなく、体の内部の状態を深く観察し、繊細に調整するということです。実際の医療行為としてはより実態に即しているなと感じています。

篠田ちひろ



kru khmer

クルクメールボタニカル

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

🕒 10:00-21:00

🌐 <https://krukhmer.com/>

📱 krukhmer

## ★ クロマー女子の

## ★ 午後の紅茶 ★

こんにちは、Natsumiです。カンボジアは乾季に入り、朝晩は涼しく、日中も心地よく過ごせる季節となりました。今回は、インスタ映え間違いなしの体験をお探しの方に、ぜひおすすめしたい**アンコールパレス**のハイティーをご紹介します。

大きなプールサイドで提供されるフローティングスタイルのハイティー。スイーツが美しく並んだトレーを水面に浮かべ、カンボジアのラグジュアリーホテルならではの開放的なリゾート空間の中で、優雅な時間をお過ごしいただけます。写真映えはもちろん、特に女性旅に人気の高い体験です。

メニューは「ヘルシー」「西洋風」「クメール」の3種類から選択可能。その日の気分やお好みに合わせてお楽しみいただけます。いずれも満足度の高い品数で、ドリンクはコーヒーまたは紅茶付き(おかわり可)です。

ハイティーは前日までのご予約が必要です。  
お気軽にお問い合わせください。



🌀 Natsumi 一押し 🌀

アンコールパレスならではの魅力は、プールに浮かべて楽しむフローティングスタイル。水面に映る青空やリゾートの景色とともに味わうハイティーは、ここでしか体験できない特別なひとときです。ひんやりとした水に浸かりながらハイティーを楽しめ、旅の思い出づくりにも最適です。



クロマーツアーズ (シェムリアップ支店)

シェムリアップ支店では、日本語でツアーや航空券、ホテル、ガイド、車両手配、ビザ延長など、旅や生活に関する各種様々な手配を承っております。どうぞお気軽にお問い合わせください。

✉ [cambodia@sketch-travel.com](mailto:cambodia@sketch-travel.com)

☎ 012-890-960 / 015-890-960

🕒 8:00-17:30 日・祝休み

🌐 <https://cambodia.sketch-travel.com/>

📱 krormatours ✖ krormatours

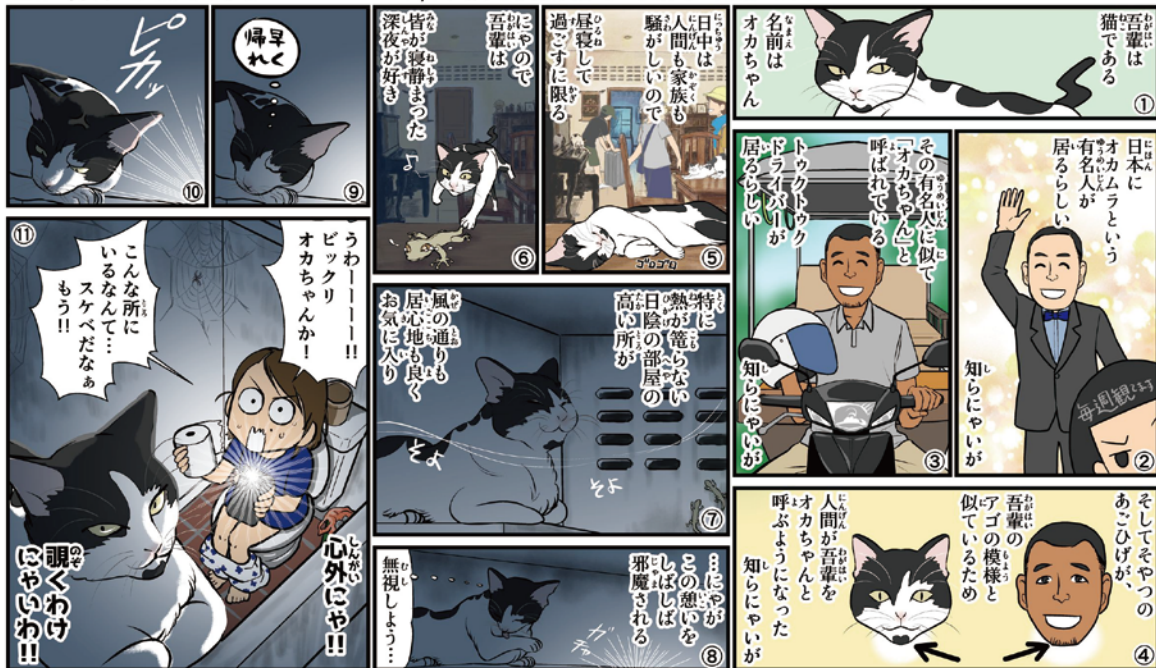


# オタクが司見たカンボジア

安住だいぢ@d\_azumi\_food  
コロナ前シェムリアップに滞在  
漫画家 兼 イラストレーター

## 12. 吾輩は猫である

2/22猫の日。暗がり初めて目が合った時はビビり散らかしました。



## ကျင့်သ် အိမ်ကုလှ

## チリエン! テンオックニア!

一緒に歌いましょう⑥  
Aprey te roub



今回は、**ကျင့်သ် အိမ်ကုလှ (Aprey te roub)** というカンボジアの曲です。1975 年に Ros Sereysothea さんが歌って大ヒットしたラブソング。「私は見てくれは不細工だけど、良い娘よ。家事もまめにこなすし、貞淑よ。誠実で、浮気をしない、クメールの典型的な娘よ。」という歌詞の曲です。この曲を、日本のバンドメンバーと一緒にカバーして、ライブで歌ったりしていますが、ついに去年、12 インチのレコードでリリースしました! 東南アジアが好きな人には、一気に東南アジアにいたいなる! と好評をいただいています。他にも関西圏のクラブでかけてくれている DJ さんがいるようで嬉しい限りです。Bandcamp にて絶賛発売中です!

ちなみにこの歌詞の和訳は、シェムリアップにある国際日本文化学園で先生をされているアジアさんをお願いしました。レコードの裏面の写真は、いつもシェムリアップでライブをさせてもらう Laundry Bar の写真にしました。思い出がたっぷり詰まったレコードです。カンボジアにいる皆様も是非チェックしてみてくださいね!



山内彩椰  
AYA Yamanouchi

2006年からシェムリアップで音楽集団miloとして音楽活動を始める。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、関西のレゲエバンドで活動を続け、2025年にカンボジアの曲「Aprey te roub」を12インチレコードで発売。✉ urataaya@gmail.com 📷 ayaoyoyo8



## クメール語 ミニレッスン

## 通じると楽しい！ 便利なクメール語フレーズ



まだまだクメール語は得意じゃないけど自分のクメール語が通じるか挑戦してみたいという人もいます。今回は実際にカンボジア人と会話する際に知っておくと便利な表現を紹介します。

### មិន ដឹង ឬ មិន (ミエン ネイ ター マッチ?) 「どういう意味？」

よく意味が分からなかったときはこの表現を使ってみましょう。

### ឧទាហរណ៍ (ウッティアホー) 「例えば」

何か具体例を出す際には使えますし、語尾を上げて疑問っぽく発音すれば「例えば？」と聞くこともできます。

### សូម ឆ្លើយ ម្តង ទៀត (ソム ニジェイ ドーン ティエット) 「もう一度教えてください」

クメール語が聞き取れなかったらこの表現を使ってみてください。

### យល់ ហើយ (ヨル ハウイ) 「分かりました」

語尾を上げて疑問っぽく発音すれば「分かった？」と聞くこともできます。

### សូម ចាំ បន្តិច (ソム チャム ボンティ) 「少し待ってください」

これを伝えられるだけでも会話は楽になります。トゥクトゥクやフードデリバリーなどでドライバーから電話がかかってきた際にも使えます。

会話ができるようになるためにはまずは勇気を出して話してみることが大事です。ぜひ一緒に勉強をしていきましょう。



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

📧 matsushibuki@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！



エアコン完備、モダンクラムスタイルの店内で特別なひと時を。

## Discover the Good Atmosphere of PT HOUSE RESTAURANT

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



伝統的なクメール料理や  
地元食材を使った西洋料理を楽しめます



緑豊かな庭園を見渡せる、静かでリラックスした雰囲気の中にあるモダンクメールハウス。そんな空間で楽しむ伝統的なクメール料理と、地元の食材を取り入れた多国籍料理、特別な時間を、特別な料理とともに、特別な人たちとお楽しみ下さい。



## PT HOUSE

T: (+855) 15-929-999 E: info@pthouserestaurant.com

A: Street 30, Krong Siem Reap



## KORKO 1979

Lunch & Dinner: 11:00-10:00pm

T: (+855) 12-809-123 A: Street 27, Krong Siem Reap



## カンボジアの伝統料理で 忘れられない旅の思い出を

## クロマー観光ニュース

### ▶ ラオスビエンチャンーブノンペン直行便運航開始

カンボジア航空が、2026年1月29日より、ラオスビエンチャンからブノンペンへの直行便を開始した。フライトは週2回、木、日曜となり、ビエンチャンからは16:55に出発しブノンペンには18:50に到着、ブノンペンからは14:10に出発し15:55にビエンチャンに到着する。(2026/01/30)

### ▶ タイとの国境紛争による危険情報

12月7日、タイ - カンボジア間の国境にて両国間の武力衝突が

再燃し、民間人を含む数名が死亡、またシェムリッップやバタンバン州近郊エリアに対する爆撃があったことにより、日本の外務省海外安全情報では、タイ国境から50km以内の地域を危険レベル3（渡航中止勧告）としている。また一時期危険レベルが引き上げられていた50km～80km以内の地域に關しては、危険レベルを1に引き下げた。これによりコーケー遺跡等の一部の遺跡への訪問も再開されることとなった。(2026/02/09)

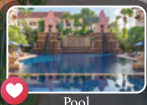
観光分野の  
ニュースです。







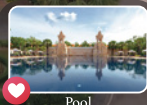
Deluxe Room



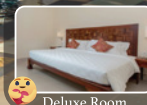
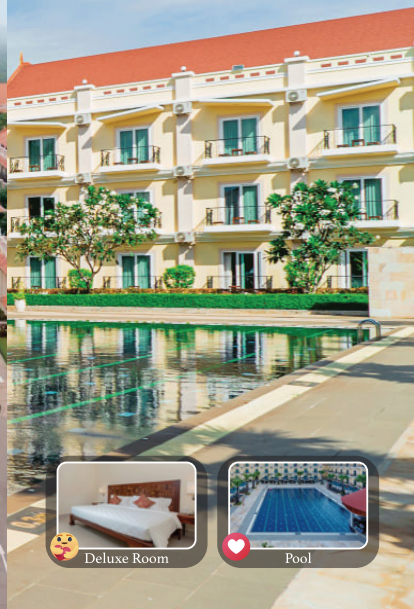
Pool



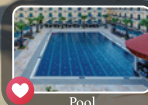
Deluxe Room



Pool



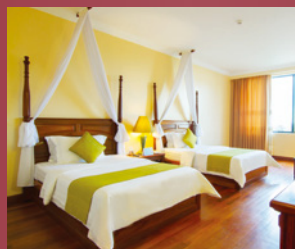
Deluxe Room



Pool



*Redefining the  
Cultural Experience.*

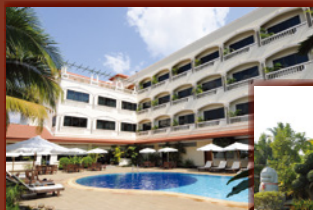


パシフィック・ホテル・シェムリアップ

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

## Khemara Angkor Hotel ケマラ・アンコール ホテル

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



*Classic & Traditional Hotel with all wooden furnished rooms.*

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



# JICA カンボジアリレー

## JICAカンボジアでOJT中：新入職員の紹介

チョムリアップスオ！今回の「JICAカンボジアリレー」は、2025年度に入構したOJT (On-the-Job Training) 中の職員をご紹介します。JICAカンボジア事務所で3か月間勤務中の岡本と松下です。OJTではプロジェクト現場に赴き、カンボジアの方々やプロジェクト関係者の皆様と対話する中で、一緒に考え・課題を解決する視点を養います。

### 一岡本一

JICAに入構して以降、本部の「都市・地域開発グループ」で、途上国のまちづくり計画に携わってきました。本部でのプロジェクト形成や管理も重要ですが、それらが実際の現場で形になったとき、人々の暮らしにどのような変化をもたらすのかを知ることは、より良い国際協力を実施するうえで不可欠です。

カンボジアでは、都市開発はもちろん、インフラ整備から教育、平和構築まで、日本による幅広い協力が行われています。私は事務所内での業務に加え、現場や会議の場に足を運び、多様な人々と関わりながら開発が現地に与える影響を肌で感じています。

現在取り組んでいるJICAカンボジア事務所のPR動画制作では、「カンボジアと日本の協力の先にどんな未来があるのか？」という問いを胸に、現地の方々との対話を重ねています。



つばさ橋の点検



SDGsイベントのブース運営の様子

そこで気づいたのは、日本の協力がカンボジアの社会・経済の発展を支援しているだけでなく、両国の絆を深めることにも繋がっているのではということです。この現場での経験を、今後のプロジェクト形成や方針決定に反映させ、質の高い国際協力に貢献していきたいと考えています。

### 一松下一

先生や学校だけでなく多様な人が一緒になって教育を創る・人を育てる制度作りに貢献したいと思いJICAに入構しました。JICA本部では長期研修事業を担当しています。

長期研修事業とは、日本と途上国をつなぐ次世代の親日派・知日派リーダーとなりうる各国政府機関の人材を主に受け入れ、日本の大学で修士・博士課程の学位取得を支援する事業です。カンボジアでも長期研修を始め日本で留学された方々が帰国後に各所で活躍されています。

OJT中は、長期研修修了生のデータ整理やインタビューを通じ、日本での経験がいかに帰国後のキャリアやカンボジアと日本両国の課題解決に影響しているか調査しています。調査結果を踏まえ、長期研修事業に参加されたカンボジア行政官がさらに活躍でき、カンボジア行政官を受け入れていただいている日本の大学や自治体、企業の皆様にも意義のある機会に出来るよう本部で取り組みたいと考えています。

**JICAカンボジア事務所 海外OJT  
岡本・松下**



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。

## アンコール補習授業校だより

新年あけまして  
おめでとうございます!



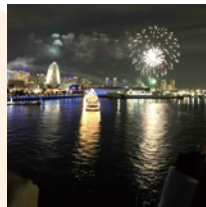
2026年、明けましておめでとうございます。昨年度は隣国とのいざこざで多くの人が辛い日々を強いられました。早く元の生活に戻り、みんな元気でみんな幸せになる事を心より願っております。

さて、私は年末に一時帰国をして冬の日本を10年ぶりぐらいに楽しみました。日本に置きっぱなしだった私のジャンパーやらフリースやらが、12歳になった息子が着れるサイズになっておりびっくり。美味しいものをいっぱい食べ、親戚や友達に会い、大晦日には打ち上げ花火も見えました。

息子が特に楽しみにしていたのは、2年前に本帰国をした補習校の友達と会う事です。初めはちょっと照れくさそうに、でもすぐにお喋りを始めて嬉しそうな笑顔でした。(お互いにインター校育ちなので、会話は英語です...)日本人でも日本育ちではなく、英語ネイティブでもなく。似たような立場で、補習校で友達になったキズナは強いようです。

新年は1月4日から補習校の三学期が始まりました。新校舎の広々としたスペースにブルーシートを敷き、今年も書初めをやりました。幼稚園と小学生に分けての二部構成。最初は水書道の道具で練習をし、本番は墨汁を使って書きました。生徒数が徐々に増えてきて、こういった合同授業は大変そうですが、講師の皆様、今年もよろしくお願い致します!

狐塚 恵



### アンコール補習授業校 Angkor Japanese School

毎週日曜日の午前には、小学部は国語を中心に音楽、図工、算数、理科、書道などの授業もやっております。幼稚園部はお絵描きや歌、ひらがな・カタカナも個々に合わせて取り入れております。見学は事前連絡の上、随時可能です。

✉ angkorjschool@gmail.com

☎ 077 508 905 (狐塚)

🕒 毎週日曜日 8:30 ~ 11:30

🌐 <https://angkorjschool.blogspot.com/>

## 領事事務所通信

### シェムリアップにおける外務大臣表彰レセプション

2025年12月11日、シェムリアップにおいて笠原知子・小さな美術スクール創立者に対する令和7年度外務大臣表彰レセプションを開催しました。本表彰レセプションは、植野大使主催の下、カンボジアの子どもたちが描いた作品が数多く展示されている小さな美術スクールにて行い、ユン・リンネ州副知事、リー・ブンナ州教育局長、メー・ソンボー州文化局次長に加え、これまでスクールを支えてきた多くの方々にご参加いただきました。

笠原先生は2008年にシェムリアップに美術スクールを設立されて以来、経済的に恵まれない子どもたちに対して、完全無料で美術教育と日本語指導を提供してこられました。その活動の一環として、出張授業も含め、これまでに12州で4,200回以上の授業を実施しており、受講者数は毎年350名から450名に及ぶとのこと。生徒たちの作品は、カンボジアや日本で様々な機会に展示・紹介され、両国の文化交流と相互理解の促進に貢献しています。

今回の表彰を通して小さな美術スクールを訪問した際には、生徒たちが描いた色彩豊かな絵やメッセージ性のある絵に心動かされ、彼らの持つ感性や表現力を引き出す美術教育の大切さを再認識する機会となりました。笠原先生の御貢献に感謝するとともに、小さな美術スクールの活動により、さらに多くの子どもたちが美術を通して夢や希望、生きる喜びを見つけ、心豊かに成長していくことを願っています。

在シェムリアップ日本国領事事務所 所長 米澤 篤

在シェムリアップ日本国領事事務所は、在カンボジア日本国大使館の傘下の機関であり、カンボジア北西地域5州(シェムリアップ州、バンテアイミエンチェイ州、コンポントム州、プレアビヒア州、ウドーミエンチェイ州)を管轄地域として、領事事務、広報文化業務などを取り扱っています。



✉ [consuljp.rep@re.mofa.go.jp](mailto:consuljp.rep@re.mofa.go.jp)

☎ 063-963-801~3 (国番号:855)

🕒 09:00~11:30 / 14:00~16:30

月~金 (休館日を除く)

🌐 [kh.emb-japan.go.jp](http://kh.emb-japan.go.jp)

在カンボジア日本国大使館のサイト内

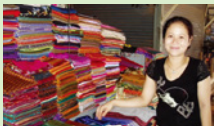
📘 JapanEmbassyCambodia



## オールマーケット

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

時 6:00頃～日没まで



## アーティザン・アンコール

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

時 7:30-18:00 (無休)

料 無料

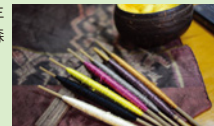


## クメール伝統織物研究所(IKTT)

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

時 8:00-17:00(無休)

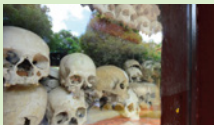
料 無料



## キリングフィールド

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

料 3\$



## カンボジア地雷対策センター(CMAC)

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

料 無料だがチップ要



## APOPO

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

時 8:30-17:00

料 10\$



## アンコールボタニカルガーデン

15 ヘクタールの敷地に 500 種類以上の植物や花が育てられている。植物以外にもダチョウやクジャクなども育てられている。庭園内にはカフェや図書室もある。

時 8:00-18:00(火休)

料 無料



## アンコール生物多様性保護センター(ACCB)

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

時 9:00- / 13:30-

料 5\$



## アンコールワイルドライフ&アクアリウム

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

時 8:00-17:00/18:00(週末)

料 20\$/140cm以下11\$



## クレーンエレファントフォレスト

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

時 8:00- / 13:30

料 半日ツアー100\$



## アンコール国立博物館

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

時 8:30-18:00

料 12\$ (12歳以下6\$)



## プレア・ノロドムシハヌーク・アンコール博物館

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

時 8:30-16:00 (休:月祝)

料 3\$ (12歳以下無料)



## 現代寺院

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



## セグウェイカンボジアツアー

のんびりした小さな市場、現代寺院、小さなクメール遺跡、カンボジアの田舎道をゆっくりとセグウェイで散策。体験的な30分コースから2時間コースまである。

時 8:00-16:30

料 25\$～



## アンコール・アイ(観覧車)

シェムリアップの美しい景色を一望できる観覧車。特に夕暮れ時の眺めは素晴らしい。北九州市のスペースワールドにあった観覧車が、海を渡ってカンボジアで活躍中。

時 14:00-20:00

料 12\$ /12歳未満6\$



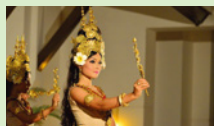
## バブ・ストリート

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



## アプサラダンス

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



## カンボジアサーカス・ファー

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

時 19:30-21:00

料 大人18\$, 28\$, 38\$

5~11歳10\$～



## トンレサップ湖

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

## ▶ チョンクニア地区

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



## ▶ コンボン・ブルック ▶ コンボンクリアン

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





### 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（2024年）  
両替：1\$=約4000リエル

## シェムリアップ以外のお薦め都市情報

\* 距離と時間などは全てシェムリアップ発

### プノンペン(首都)

王宮、シルバークボダ、ワットプノン、博物館、トゥールスレン博物館、キングフィールド、カジノなど。バンやバスで6～8時間（6～17\$）、314km。飛行機（30分）



### カンポット&ケップ

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



### シハヌークビル

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



### クラチェ

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10時間（コンボンチャムで乗り継ぎ計13\$程）、425km。



### バタンバン

バンブートレーン、遺跡、サンボー山、コンビンバイ、サーカス、ワイナリー、フレンチコロニアル建築物や、NGOも多い。シェムリアップ在住者がこそと遊びに行く街。バスで3時間（6～10\$程度）、173km。



### モンドルキリ&ラタナキリ

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







**ガイド、車付き、人気のアンコール遺跡ツアー**

<b>62s</b> アンコールワット 朝日、パティオ アンコールワット/夕日 定番!アンコール1日コース	<b>106s</b> アンコールワット 朝日、パティオ アンコールワット/夕日 1日メカ盛り!アンコールとベンメリア
<b>55s</b> ラピュタを彷彿と させる雄偉な アンコールワット/夕日 人気森遺跡!半日ベンメリア	<b>115s</b> 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
<b>45s</b> タムルメして 夕日鑑賞 半日!トシレサップ湖&夕日	<b>158s</b> 死ぬまでに見たい 絶景にある天空寺院 第2の世界遺産!フレアヴィア
<b>170s</b> 第3の世界遺産!サンホー・ブレイクック	<b>22s</b> ディナー ブッフエショー 無形文化遺産!アプサラダンス

**日本語で簡単予約!**

**Krorma Tours**  
シェムリアップ 電話 [855] 12-890960  
kormatours 電話 [855] 15-890960

QRコード: LINE, 電話予約

- |                   |            |
|-------------------|------------|
| 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         |

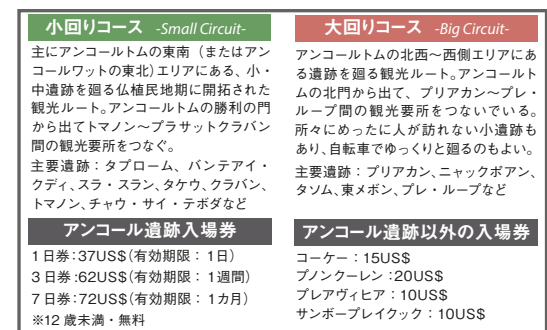
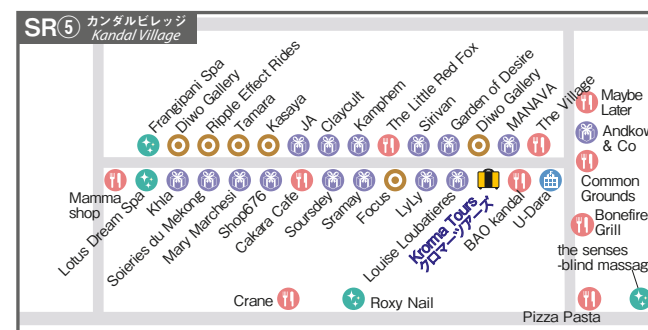
**旅行会社で旅を学ぼう!**

手配、企画、営業、出版など

**正社員・インターン生募集中**

1ヵ月〜可。3ヵ月以上は生活支援金有  
シェムリアップ/スノペン勤務

017-777110 / info@seishiron.comまで





これだけあれば大丈夫！

# アンコール遺跡ガイド

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

CHECK!

## アンコールパス

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

料 金 1日券：37US\$  
3日券：62US\$  
7日券：72US\$

## アンコール・ワット Angkor Wat

### 遺跡MEMO

年代 12世紀前半  
創建 スーリヤバルマン2世  
宗教 ヒンドゥー教

必見度 ★★★★★  
パス check有  
朝日スポット◎

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

アンコールワットの中央伽藍は須弥山を具現しており、周

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

## 第一回廊

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

回廊に刻まれた物語  
それぞれの壁画に注目



① マハーバータ



② 王の行軍



③ 天国と地獄



④ 乳海攪伴



⑤ ビシュヌ神と阿修羅の戦い



⑥ クリシュナ神パーナの戦い



⑦ アムリタを巡る戦い



⑧ ガルダに乗ったビシュヌ神



⑨ ラーマヤナ

## 中心塔に太陽が昇る日



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

CHECK!



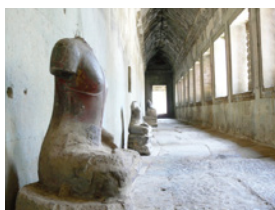
歯を見せて笑う  
デバダーは必見!



### 西塔門

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

内戦時代に多くの  
仏像が破壊された



### 第二回廊

内側には彫刻はほとんどなく、首が切られた仏像などが置かれている。外側第三回廊に向かってたくさんの美しい女神像が彫刻されている。

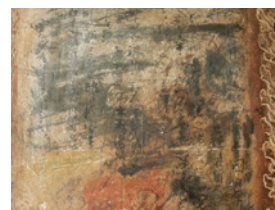
最も神聖な場所と  
言われている



### 第三回廊

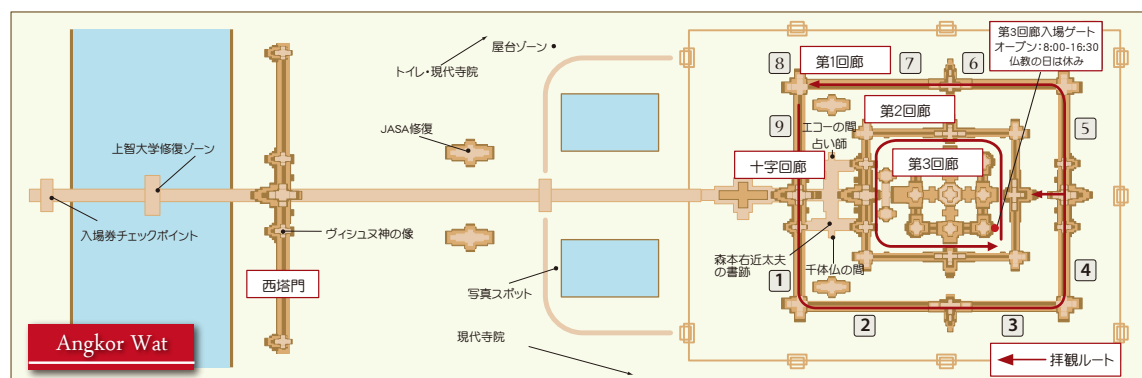
「神々の住む場所」中央塔。仏陀立像が四方に立ち、その周りには三段に並び美しい女神像がある。朝8時から17時まで入場可。仏教の日には休み。

森本右近太夫の書  
を見つけよう!



### 十字回廊

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



一辺3km、ほぼ正方形のアンコールトムはクメール時代最大の都城であったとされる。1177年、ベトナムのチャンパ族により一時的に王都は陥落したが、ジャヤバルマン7世の指揮のもと4年後には奪還に成功した。中心にあるバイヨン寺院、王宮からはまっすぐな道が伸び、四方にある5つの大きな門へと続く。周壁外には環濠があり、それにかかる橋には神と悪魔が大蛇ヴァースキで綱引きをしている乳海攪拌の様子がある。これは中心にあるバイヨン寺院が不老不死の薬アムリタを生み出したマンダラ山であるということを示している。ちなみにアンコールは「都市」、トムは「大きい」を意味する。正式名称は「ヤショダラプラ」。

### アンコール・トム内遺跡 Inside of Angkor Thom

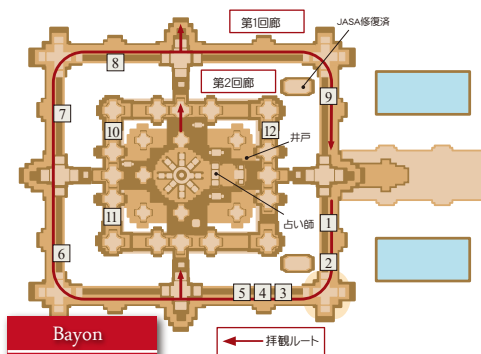
アンコール王朝最盛期に作られた巨大な都、アンコール・トム。1日では回りきれないほど多くの遺跡が残るため、有名なバイヨンや五つの大門から回るのがオススメ。



### バイヨン

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



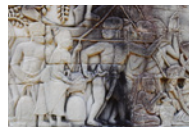


### 【第一回廊壁画】

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

### 【第二回廊壁画】

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

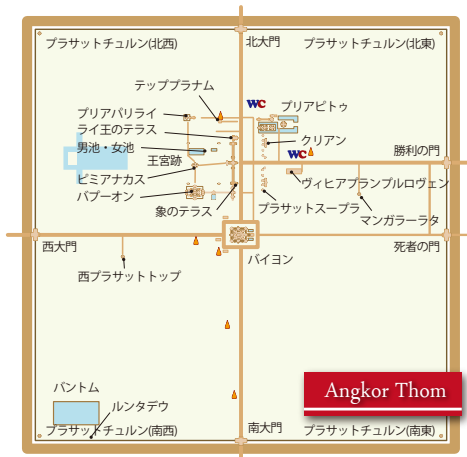


亀にお尻を咬まれて怒る兵士(第一回廊)



年代 12世紀前半  
創建 ジャヤバルマン7世  
宗教 仏教

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



### パプーオン

遺跡裏には  
巨大淫樂物!／

### ピミアナカス



年代 1060年  
創建 ウダヤディティヤバルマン2世  
宗教 ヒンドゥー教



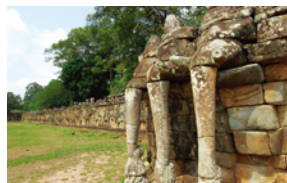
年代 10世紀前半  
創建 スーリヤバルマン1世  
宗教 ヒンドゥー教

### ライ王のテラス



年代 13世紀前半  
創建 ジャヤバルマン7世  
宗教 仏教

### 象のテラス



年代 12世紀後半  
創建 ジャヤバルマン7世  
宗教 仏教

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

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

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

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

### 南大門近くの遺跡 Ruins near S.Gate

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

### プノン・バケン

聖山から見る  
夕日は◎



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



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

## 小回りコース Small Circuit

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

### タプローム



年代 12世紀後半  
創建 ジャヤバルマン7世  
宗教 仏教

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

### バンテアイクディ



年代 12世紀後半  
創建 ジャヤバルマン7世  
宗教 仏教

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

### スラ・スラン



年代 12世紀後半  
創建 ジャヤバルマン7世  
宗教 仏教

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

### タ・ケウ

年代 10世紀 宗教 仏教  
創建 ジャヤバルマン5世



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

### プラサットクラバン

年代 912年 宗教 ヒンドウ教  
創建 ハルシャバルマン1世



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

## 大回りコース Big Circuit

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

### プリアカン



年代 1191年  
創建 ジャヤバルマン7世  
宗教 仏教

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

### ニャックポアン



年代 12世紀後半  
創建 ジャヤバルマン7世  
宗教 仏教

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

### プレ・ループ



年代 961年  
創建 ラジェンドラバルマン2世  
宗教 ヒンドウ教

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

### タ・ソム

年代 12世紀末 宗教 仏教  
創建 ジャヤバルマン7世



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

### 東メボン

年代 952年 宗教 ヒンドウ教  
創建 ラジェンドラバルマン2世



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

## ガイド、車付き、人気のアンコール遺跡ツアー

大人 62s  
アンコールトム  
クジローム  
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 55s  
ラビュダを彷彿!  
屍屋寺院  
人気森遺跡!半日ベンメリア

106s  
アンコールワット  
朝日、バイヨン  
タプローム、ベンメリア  
1日メカ盛り!アンコールとベンメリア

115s  
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

45s  
クルーズして  
夕日鑑賞  
半日!トンレサップ湖&夕日

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

170s  
第3の世界遺産!サンボブレック  
第3の世界遺産!サンボブレック

22s  
ディナー  
ブッシュショー  
無形文化遺産アプサラダンス

日本語で  
簡単予約!



シェムリアップ 85(5) 12-890960  
kromatours 85(5) 15-890960



## ロリュオス遺跡群 Roluos Group

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

### パコン



年代 881年  
創建 インドラバラン1世  
宗教 ヒンドゥー教

### プリア・コー



年代 879年  
創建 インドラバラン1世  
宗教 ヒンドゥー教

### ロレイ



年代 893年  
創建 ヤショーバラン1世  
宗教 ヒンドゥー教

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

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

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

## 少し離れた遺跡 Remote Ruins

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

### バンテアイスレイ



年代 967年  
創建 ラジェンドラバラン2世  
宗教 ヒンドゥー教

東洋のモナリザと評される美しいデバダーは必見!

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

### プノンクロム



年代 9~10世紀前半  
創建 ジャショーバラン1世  
宗教 ヒンドゥー教

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

### 西メボン/西バライ



年代 11世紀中頃  
創建 スーリヤバラン1世  
宗教 ヒンドゥー教

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

### バンテアイサムレ



年代 12世紀前半  
創建 スーリヤバラン2世  
宗教 ヒンドゥー教

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

### プノンボック

年代 9~10世紀前半 ヒンドゥー教  
創建 ヤショーバラン1世

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

### チャウスレイヴィボル

年代 11世紀頃 宗教 ヒンドゥー教  
創建 スーリヤバラン1世

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

## クーレン山遺跡 Temple in Kulen

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

### クバールスピアン



年代 11世紀中頃  
創建 ウダヤディティヤバルマン2世  
宗教 ヒンドゥー教

クーレン山西部にはシェムリアップ川の源流があり、その上流約200mに及ぶ範囲に、千本リンガと呼ばれる彫刻、ヒンドゥー教の神々、カエルの彫像など、多くの彫刻が点在している。ただし乾期には川の水が全くなり川底が露出する。ちなみにクバールスピアンとは「頭の橋」という意味。午後3時を過ぎると入山が禁止される。遺跡までは40分程。



### プノンクーレン



年代 802年  
創建 ジャヤバルマン2世  
宗教 ヒンドゥー教

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



### アンコール王朝 発祥の地

### スラードムライ

高さ3m、体長6mの  
巨像は圧巻



年代 不明  
創建 不明  
宗教 ヒンドゥー教

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

### プーン・コムヌー

年代 不明  
創建 不明

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



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

各種撮影許可取り等各種お問合せ、  
お見積もりはこちらから

クロマーメディア事業部



017-777-110  
info@seishiron.com



撮影、編集、営業等業務実績一覧



撮影コーディネート



広告撮影  
観光・PR用撮影



空撮・VR撮影



イベント撮影



TV/CM/広告撮影



オンラインツアー  
教育ツアー用撮影



## 遠距離遺跡 Outlying Temples

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



### ベンメリア

年代 12世紀中頃  
創建 スーリヤバルマン2世  
宗教 ヒンドゥー教

南門テラスにある  
ナーガは一見の価値あり

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

### プレアヴィヒア

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

カンボジア  
第二の世界遺産

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



### コーケー遺跡群

年代 928年  
創建 ジャヤバルマン4世  
宗教 ヒンドゥー教

カンボジア  
第四の世界遺産

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

カンボジア  
第三の世界遺産

### サンボープレイクック

年代 7世紀前半  
創建 イシャナバルマン1世  
宗教 ヒンドゥー教

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



### バンテアイチュマル

年代 12世紀中頃  
創建 ジャヤバルマン7世  
宗教 仏教

珍しいレリーフが  
数多く残る

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

### 大プリアカン

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

一辺5kmもある  
大きな寺院。

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



## カンボジア便利情報



### 時差

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

### 電気

電圧: 220V(ボルト) 周波数: 50Hz(ヘルツ)

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



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

### 銀行

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

## 安全とトラブル

### 在シェムリアップ日本国領事事務所

Map ①D-1

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

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

開館 9:00-11:30 / 14:00-16:30(平日) 土日祝休

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

緊急連絡先 夜間及び休館日  
023-962-664

### 在カンボジア日本大使館

Map --

住所 No.194, Norodom Blvd., Phnom Penh

電話 023-217161 ~ 4(代表) Fax 023-216162

開館 8:00-12:00 / 14:00-16:30(平日) 土日祝休

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

緊急連絡先 平日昼休み 夜間及び休館日  
061-799-883 023-217-161

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)

## カンボジア医療機関



### シェムリアップ

#### アンコール共生病院

Map

Angkor JAPAN Friendship International Hospital

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

Add No. Bun Rany Hun Sen St. Tel 076-677-7879 / 087-789-150

Web http://ajfih.org/

#### ロイヤルアンコール国際病院

Map ③A

Royal Angkor International Hospital

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

Add National Rd. No.6 Tel 063-761-888 / 012-235-888

Web www.royalangkorphospital.com

#### ホテルドクターサービス

Map

Hotel Doctor Service

体調が悪い時にホテルまで駆けつけてくれる。日本人看護師在籍。

Add Funky Lane Tel 017-713-690

Web https://www.hotel-doctor-service.com/

### プノンペン

Phnom Penh

#### ケンクリニック

Ken Clinic

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

Add No.14A, St.370, BKK1 Tel 023-223-843

Web www.kenclinic-cambodia.com/

#### サン・インターナショナル・クリニック

Sun International Clinic

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

Add No.18, St.302 Tel 069-268-060 / 092-116-613

Web www.siclinic.com/jp

#### サンライズ・ジャパン・ホスピタル

Sunrise Japan Hospital Phnom Penh

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

Add 177E, Kola 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

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.afflesmedicalgroup.com

#### ロイヤルプノンペン病院

Royal Phnom Penh Hospital

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

Add No. 888, Russian Blvd. Tel 023-991-000

Web www.royalphnompenhphospital.com

### シハヌークビル

Preah Sihanoukville

#### シーティ・ポリークリニック

CT Polyclinic

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カード取扱可。

Add No 47, Borei Kamakor Street Tel 081-886-666 / 034-936-666

Web

## 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、病気や怪けに備えて保険には必ず加入しておくこと。在住外国人向けの医療保険も、いくつかの保険会社でサービスを提供しているので、現地で保険に加入することもできる。保険適用の病院であれば、キャッシュレスで診療が可能。

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





# 電話帳

In Siem Reap

広告主

## 食べる Japanese Restaurant 日本料理

**朝ごはん カフェ Asagohan Cafe&Eatery** ⑨①A-4  
朝から夜まで営業している解放感のお洒落カフェ。食事やアルコールも楽しめる。  
☎ 069-212-555 ☎ Night Market St.

**からから Karakara Spicy Ramen** ⑨①B-3  
シブオタ通りにある日本のラーメン屋。辛さが選べる。つまみもありお酒も飲める。  
☎ 069-778-284 ☎ Sivutha Blvd.

**元気家 Genkiya** ⑨①A-5  
バリエーション豊かな定食メイン。個室あり。  
☎ 099-787-985 ☎ Night Market St.

**侍 SAMURAI** ⑨①A-4  
ラーメン、餃子、焼き鳥、お寿司、丼ものなどなんでも美味しい。  
☎ 099-372-929 ☎ Steung Thmei St.

**スシ×バー・心 Sushi×Bar Shin** ⑨①A-4  
サイドメニューも豊富の寿司居酒屋。ランチセットはお得。  
☎ 010-634-620 ☎ Night Market St.

**居酒屋大 IZAKAYA DAI** ⑨①A-4  
日本人経営の居酒屋。焼き鳥や小鉢なども多い。  
☎ 092-137-074 ☎ Steung Thmey Village

**タイガーラーメン Tiger Ramen** ⑨①A-2  
アンコールタイガー FC が経営するラーメン屋。くせになる味  
☎ 069-940-213 ☎ Platinum Rd.

**竹園 Takezono** ⑨①B-3  
ソカンコール内にある、高級日本料理店。  
☎ 096-616-1999 ☎ National Rd.6

**鳥居 TORII** ⑨①B-4  
ソクサン通りにあり、気軽に入れる日本食屋。大きな赤い鳥居が目印。  
☎ ---- ☎ Sok San Rd.

**とんかつふみぜん FUMIZEN** ⑨①B-4  
日本のホテルニューオータニに本店がある。とんかつは絶品。  
☎ 099-666-265 ☎ Preah Sangreach Tep Vong St.

**ハシ Hashi** ⑨①C-4  
お刺身やお寿司など和食が食べられる。メニューが豊富。  
☎ 081-226-007 ☎ Wat Bo Rd.

**シェムリアップ ホルモン SiemReap Horumon** ⑨①A-4  
カンボジア産オーガニック豚使用。こだわりの特製タレも見逃せない。  
☎ ---- ☎ Angkor Night Market St.

**ラーメン 餃子 宮崎 Japanese Ramen Dumplin Miyazaki** ⑨①A-4  
ラーメンや餃子などもある。日本の有名店王将を引き継ぐ味!! 2号店有。  
☎ ---- ☎ Funky Lane

**やきとり大将 Yakitori Taisyo** ⑨①A-4  
炭火焼き鳥店。サイドメニューも有。ローテーブルもあり、まさしく日本の居酒屋。  
☎ 012-716-642 ☎ St.Tep Vong

**Re: 与作 Re:YOSAKU** ⑨①A-3  
カンボジア国産の牛タン専門店。上質なタンを堪能できる。  
☎ 087-428-965 ☎ Bakheng Rd.

リスト掲載の推薦受付中! info@krorma.com まで!

## 食べる Khmer Restaurant カンボジア料理

**アマゾン・アンコール Amazon Angkor** ⑨③B  
アプサラダンスショーを毎晩開催しているインターナショナルbuffetレストラン。  
☎ 012-966-988 ☎ Phum Kruos

**クメールテイスト Khmer Taste** ⑨①B-4  
クメール家庭料理がリーズナブルに楽しめる人気店  
☎ 093-224-242 ☎ Sok San Rd.

**クメールキッチン Khmer Kitchen** ⑨②C-3  
オールドマーケット近くで立地良い老舗人気クメールレストラン  
☎ 012-763-468 ☎ Old market

**クリスタル・アンコール Crystal Angkor** ⑨③A  
部屋数、座席数共に多い大型ショーレストラン。アプサラダンスがある。  
☎ 012-786-786 ☎ Krous Village

**コーコー 1979 korko 1979** ⑨①B-1

本格的なクメール料理。古民家を改装している。雰囲気、サービス良し。  
☎ 012-809-123 ☎ Near Charming City

**プム・トライン Phum Traing Restaurant cafe and Art** ⑨①D-1  
クメール、中華、フレンチなど多様な食事が楽しめる。ショー開催のガーデンもある。  
☎ 087-578-888 ☎ Phum Traing Village

**ぼくちゃん食堂 Bokuchan Shokudo** ⑨①A-1  
カンボジアヌードルのお店。米粉の麺、もやし、お肉、豚骨スープ。あっさりで美味しい。  
☎ 088-855-4410 ☎ Pave Road. Wat Damnak

**スプーンズ Spoons** ⑨①B-5  
自然の竹を利用した店内とサービスの良いソーシャルレストラン。  
☎ 076-277-6667 ☎ Pave Road. Wat Damnak

**スラトム Slatoum** ⑨①B-4  
木造高床式家屋に水車が回っていて目立つ川沿いのレストラン  
☎ 010-300-188 ☎ King's Road

**チャンレイ・ツリー Chanrey Tree** ⑨①B-4  
古民家を利用したお洒落な店内で伝統的なクメール料理が楽しめる。  
☎ 017-799-587 ☎ St.Pokambor Ave.

**バンテイ・スレイ Banteay Srey** ⑨①A-2  
正統派のカンボジア料理。報道写真家ノ瀬泰三が通っていた。  
☎ 012-682-832 ☎ National Rd.6

**ポー・クイジーン Por Cuisine** ⑨①D-4  
アプサラダンスショーが見れるモダンなクメールレストラン。  
☎ 093-224-242 ☎ No.298, St.22

**マホーブ Mahob** ⑨①C-1  
カンボジアの食材を活かした創作料理。肉料理に定評がある。  
☎ 017-376-038 ☎ Traing village

**マリス Malis** ⑨①B-4  
高級クメール料理店、お客様が来た時に○。  
☎ 015-814-888 ☎ Pokambor Ave.

**メン・バーベキュー Meng BBQ** ⑨①C-4  
\$7.5ドルの食べ放題 BBQ。海鮮もありお腹一杯になる  
☎ 093-422-224 ☎ Wat Bo Stree

**モラコット・アンコール Morakot Angkor** ⑨①A-1  
アプサラダンスショー、クメール格闘技ボクサオショー開催のショーレストラン  
☎ 098-776-777 ☎ Psar Dam Krolanh Rd.

**ロッボ・ルツサイ Mlobb Russei** ⑨ ---  
ローカル感満載の焼き鶏の店。西バイリ近く。  
☎ 012-659-616 ☎ Sangkat Teuk Thlal Chre

## 食べる Chinese Restaurant 中国料理

**インペリアルレストラン Imperial Restaurant** ⑨①C-1  
リージェンシー アンコール ホテル内。広々とした店内で点心を堪能できる。  
☎ 092-990-986 ☎ Charles De Gaulle

**トロピカルアンコール Tropical Angkor Restaurant** ⑨①A-1  
多国籍の料理が堪能できる大型レストラン。鍋もある。  
☎ 012-862-111 ☎ Krous Village

## 食べる Western Restaurant 西洋料理

**ラビリス THE LABYRINTH** ⑨①A-2  
カンボジア最大級のシアター型ダイニング。3D マッピング、ショー、料理全一流。  
☎ 077-390-867 ☎ National Rd.6

**アバカス Abacus** ⑨①A-2  
日本人もよく訪れる。本格フレンチが食べられる。  
☎ 012-644-286 ☎ Abacus Lane

**イル・フォルノ Il Forno** ⑨②C-3  
イタリアンといえはここイタリアンで在住者からも絶大な人気を誇る。  
☎ 078-208-174 ☎ Street 09

**ソカ・リバー・ラウンジ Sokkhak River Lounge** ⑨①B-4  
リバーサイドのお洒落なフュージョン・フレンチ。  
☎ 099-210-776 ☎ St.Pokambor Ave.

**テル・ステーキハウス Tell Steak House** ⑨①C-4  
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 ☎ Wat Bo Rd.

**フェリーニ Fellini** ⑨①B-5  
欧米人で賑わうハイセンスな建築空間のイタリアン。  
☎ 061-448-899 ☎ Bamboo St. Wat Damnak

**マンマショップ Mamma Shop** ⑨①B-4  
カンダールレッジ内のイタリアン。パスタは自家製。  
☎ 088-413-8649 ☎ Kandal Village

**ピーティエハウス PT House** ⑨①B-1  
ビョーンスタイルな店で、イタリアン、西洋料理、そしてクメール料理も楽しめる。  
☎ 015-929-999 ☎ Street 30

食べる	Other Restaurant	その他
カレーワラ	Curry Walla	📍 ①B-3
お手頃価格の本格インド料理の老舗店。 ☎ 063-965-451 📍 Sivatha Blvd.		
ダエバク	Dae Bak	📍 ①A-3
在住者御用達の韓国料理。食べ放題 BBQ 有名。 ☎ 092-355-811 📍 Taphul Rd.		
ビバ	Viva	📍 ②C-3
メキシカン料理。全て外なし。2 号店もある。 ☎ 092-209-154 📍 Near Old Market		

食べる	Bar	バー
アサナ・オールドウッドハウス	ASANA old wooden house	📍 ②B-1
木造住宅を改装したバー。カクテル教室も開催。 ☎ 092-987-801 📍 St.7		
アトランティスメタルバー	Atlantis Metal Bar	📍 ①A-1
ロック&メタルバー。ライブイベントなどを定期的に開催。 ☎ 096-876-9042 📍 Sok San Rd		
X バー	X Bar	📍 ①B-4
セブンイレブンの上にありバブストリートを見下ろせる老舗クラブ ☎ 012-263-271 📍 Sivatha Blvd.		
シルク・ガーデン	Silk Garden	📍 ②B-1
欧米人、カンボジア人で賑わう。自由な雰囲気人気。 ☎ --- 📍 St.7		
ハードロックカフェ	HardRockCafe	📍 ①B-4
世界で展開しているレストラン。オリジナルグッズも販売。 ☎ 095-983-889 📍 Achar Sva St.		
ピカソ	Picasso	📍 ②A-2
カウンター席のみ。お客さん同士で会話が弾む。サングリアが美味しい。 ☎ 081-316-042 📍 Alley West		
バー 43	Bar43	📍 ②A-2
ハイセンスな店内。オリジナルカクテルが美味。 ☎ 077-997-515 📍 Alley West		

いろんな企画とライター募集中! info@krorma.com まで!

食べる	Cafe & Bakery	カフェ & ベーカリー
カンム	KANMU	📍 ①C-5
日本をモチーフとしたユニークで大人気のコーヒーショップ ☎ --- 📍 Sombai Rd.		
クメールタイム	Khmer Time	📍 ①C-2
アンコールクッキー併設、マンゴーかき氷が人気 No.1 ☎ 017-976-660 📍 Charles de Gaulle Blvd.		
ブラウンコーヒー	Brown Coffee	📍 ①B-3
天井が高く広々とした空間で落ち着く。ブロンベンにもあるチェーン店。 ☎ 098-999-818 📍 National Rd.6		
ジェラートラボ	Gelato Lab	📍 ②A-2
カンボジア産の材料を使用したジェラートがお勧め。 ☎ 085-757-590 📍 Alley West		
テンプル・コーヒー	Temple Coffee	📍 ①B-4
川沿いで奇抜な外観が目立つ。屋上はスカイバー。 ☎ 090-999-955 📍 Riverside		
バイヨン・コーヒーショップ	Bayon Coffee Shop	📍 ①A-3
NGO 運営のベストリススクール併設のカフェ。小道を入るとある。 ☎ 077-806-229 📍 Taphul Rd.		
パコン	Bakong Restaurant & Cafe	📍 ①B-4
カジュアルで素敵なお絵が飾られている。明るくて落ち着いている。 ☎ 012-333-932 📍 No.001, Sivatha Blvd.		
ピース・カフェ	Peace Cafe	📍 ①C-2
オープンエアが気持ちいいガーデンカフェ。 ☎ 092-177-127 📍 Riverside		
フレッシュフルーツファクトリー	Fresh Fruit Factory	📍 ①A-3
ふわふわかき氷とパンケーキを極上フルーツと一緒にどうぞ! ☎ 081-313-616 📍 Taphul Rd.		
エムエム・イーイー・カフェ	MM_EE cafe	📍 ---
オリジナルクリームソーダ、手作りクッキーなど。週末はチョコレートガーデンにも出店。 ☎ 077-391-073 📍 7Makara Rd.		
レイズカフェ	Rays Mrech Kampot Cafe	📍 ①A-4
カンボット産胡椒を使ったお洒落カフェ。胡椒の販売もしている。 ☎ 015-384-745 📍 Angkor Night Market St.		

リスト掲載の推薦受付中! info@krorma.com まで!

買う	Boutique & Variety Goods	お土産
アンコール・クッキー	Angkor Cookies	📍 ①C-2
アンコールワット型のクッキーが有名なお土産物店。 ☎ 012-315-804 📍 Charles de Gaulle Blvd.		
カンボジア・ティータイム	Cambodia Tea Time	📍 ①B-1
伝統菓子ノム・トム・ムーンを中心に土産が揃う。 ☎ 092-671-928 📍 Charles de Gaulle Blvd.		
セントウル・ダンコール	Senteures d'Angkor	📍 ②C-3
フランス人オーナー。石けんやオイル、スパイスなど品揃え豊富。 ☎ 063-964-861 📍 Opposit Old Market		
ベリーベリー	Very Berry	📍 ①B-4
カンボジア各地の良いものを販売。水草バッグ・パヴァナサラはこちら。 ☎ 077-850-602 📍 Psah Chas Alley		
メイドイン カンボジア マーケット	Made in Cambodia Market	📍 ①B-3
カンボジアメイドのこだわりの土産が揃う青空市。 ☎ 010-345-643 📍 Oum Khun St.		

買う	Artisan stores, Crafts	伝統工芸、手作り工房
アーティザン・アンコール	Artisans Angkor	📍 ①A-4
高品質で品揃え豊富。自立支援と伝統工芸伝承の工房見学もできる。 ☎ 063-963-330 📍 Stung Thmey St.		
アンドコウ	Andkow & Co	📍 ①B-4
菓莢を使ったアクセサリ、革製品が多数。手作業でこだわりのもの。 ☎ 010-872-254 📍 Kandal Village		
クメール伝統織物研究所	IKTT	📍 ①B-5
伝統織物の研究と作品販売をしている。見学可。 ☎ 063-964-437 📍 Viherchen Village, Rd to Lake		
クル・クメール	Kru Khmer	📍 ②B-3
ハーブを中心に手作りのコスメをプロダクト。スパ・クメールと同経営。 ☎ 017-418-196 📍 Old Market		
サラスーソー	SALASUSU	📍 ②B-3
村の女性達で作るイグサを使用した雑貨やサンダルが人気。 ☎ 016-808-712 📍 Old Market		
パヴァナサラ	Pavanasara	📍 ①B-4
トンレサップ湖のホテイアオイを使ったバッグなど。工房あり。 ☎ 077-850-602 📍 Psah Chas Alley		

買う	Super Market & MALL	スーパー & モール
アンコールマーケット	Angkor Market	📍 ①A-2
在住者御用達のスーパー。 ☎ 012-222-285 📍 Sivatha Blvd./National 6 Rd.		
グリーンマーケット	Green Market	📍 ①B-4
様々な国の料理が楽しめるフードコート。 ☎ 066-265-935 📍 Sivatha Blvd.		
セブンイレブン	7-Eleven	📍 ---
日本でもお馴染みのコンビニ。タイの製品が多い。 ☎ --- 📍 Krong Siem Reap		
ヘリテージウォーク	The Heritage Walk	📍 ①B-3
カフェやレストラン、ブティックが集まる複合施設。 ☎ 089-577-727 📍 National 6 Rd.		

買う	Others	その他
インターナショナルブック (IBC)	International Book Center	📍 ①C-3
大型の文具店。2 階が本屋になっている。 ☎ 010-385-168 📍 National 6 Rd.		
ユーケア	U care	📍 ---
観光客も多い中心部にあるドラッグストア。 ☎ 095-888-562 📍 Sivatha Blvd.		

広告のお問い合わせは info@krorma.com まで!

旅行会社で旅を学ぼう!

手配、企画、営業、出版など  
**正社員・インターン生募集中**

2 か月~可。3 か月以上は生活支援金有  
シエリアッス/スノンペン勤務

017-777110 / info@seishiron.com まで





**癒す Beauty & Spa/Massage ビューティーサロン & スパ / マッサージ**

<b>ザ・センス THE SENSES - blind massage -</b>	📍①B-4
盲目のセラピストが丁寧に施術。オシャレ空間&リーズナブル。	
☎ 017-337-250 📍 Central Market St.	
<b>スパ・クメール Spa Khmer</b>	📍①C-5
自然の中のプライベートヴィラで行う上質なスパ。日本語可。	
☎ 011-345-039 📍 Thmor Meas Rd.	
<b>セラピーマッサージ Therapy Massage</b>	📍①B-4
1 時間 \$5 程度〜、リーズナブルな町スバ。	
☎ 012-732-220 📍 Sok San Rd.	
<b>ボディ・スパ Bodia Spa</b>	📍①B-4
アジアと西洋をミックスの本格スパの店舗。	
☎ 077-473-951 📍 Old Market	
<b>ロキシーネイル ROXY NAIL SPA</b>	📍①B-4
ジェルネイル、まつエクができる。リーズナブルで在住者御用店。	
☎ 096-999-9395 📍 Central Market St	

**体験する Experience エクスperiences**

<b>アンコール・ジップライン Angkor Zipline</b>	📍④
アンコールワット近くの森を抜ける本格ジップライン	
☎ 096-999-9100 📍 Phnom Mondol3	
<b>アンコール・バルーン Angkor Balloon</b>	📍④
気球に乗ってアンコールワットを空から眺められる。	
☎ 092-765-386 📍 1km west of Ankor Wat Entrance	
<b>クメール・セラミック Khmer Ceramic</b>	📍①C-1
アンコール時代の製作方法で陶器を焼き上げている。体験あり。	
☎ 017-843-014 📍 River Road	
<b>ハッピーレンチ・ホース・ファーム Happy Rench Horse Farm</b>	📍---
シェムリアップ郊外の田舎道で乗馬体験ができる。	
☎ 016-920-002 📍 Group4,Svay Dangkun	

**体験する Cinema & Theater 映画 & シアター**

<b>メイジャーシネプレックス Major Cineplex</b>	📍①B-4
シェムリアップ最大の映画館。3D も対応の大画面。	
☎ 081-666-210 📍 Sivatha Blvd.	
<b>レジェンド・シネマ Legend Cinemas, Heritage Walk</b>	📍①B-3
ヘリテージウォークの上の階にある。	
☎ 081-300-400 📍 National Road No. 6.	
<b>バンブー・ステージ Bambu Stage ※リノベーション中</b>	📍①B-5
伝統芸能の影絵芝居をオリジナル演出で見れる。	
☎ 097-726-1110 📍 Ring Rd.	
<b>ファー カンボジアサーカス Phare, The Cambodian Circus</b>	📍---
オリジナルストーリーと躍動感溢れる演技が魅力。	
☎ 092-225-320 📍 Krong Siem Reap	

**体験する Amusement アミューズメント**

<b>アンコール・アイ Angkor Eye</b>	📍③A
85m の高さを誇る大観覧車。シェムリアップのランドマーク的存在。	
☎ 098-261-888 📍 Sivatha Blvd.	
<b>アンコール・ボタニカル・ガーデン Angkor Botanical Garden</b>	📍---
南国の植物園。オシャレカフェもある。	
☎ 017-865-656 📍 Krong Siem Reap	
<b>アンコールワイルドライフ&amp;アクアリウム Angkor Wildlife &amp; Aquarium</b>	📍---
メコン川やトンレサップ湖の魚淡水魚の水族館。動物園もある。	
☎ 095-882-421 📍 Khchas Commune	
<b>ウェイクパーク Wake Park Cambodia</b>	📍---
人工的なビーチでウェイクボードやお食事が楽しめる。	
☎ 081-502-555 📍 Krong Siem Reap	
<b>二次会 NIJIKAI - KARAOKE LOUNGE -</b>	📍①A-4
日本人スタッフ常駐。日本の歌もある。	
☎ --- 📍 Angkor Night Marketo St.	

**体験する Museum & Exhibition ミュージアム & 展示**

<b>アンコール国立博物館 Angkor National Museum</b>	📍①B-2
アンコール遺跡の彫刻等を展示。国内最大級の博物館。	
☎ 063-966-601 📍 Charles de Gaulle Blvd.	
<b>アキ・ラー地雷博物館 Akira Landmine Museum</b>	📍---
少年兵だったアキラ氏が撤去した地雷が並べられている。	
☎ 012-971-198 📍 Phumi Khna	

<b>地雷撤去平和博物館 The Peace Musum of Mine Action(CMAC)</b>	📍---
市内から 40 分程にある CMAC 運営の地雷博物館。	
☎ 097-4944-194 📍 Anlong2village, Tropeang Thom	
<b>戦争博物館 War Museum</b>	📍③A
内戦時の戦車や爆弾・銃を展示する屋外ミュージアム。	
☎ 097-457-8666 📍 Sra Nge Commune	
<b>プラー・ノロダム・シアヌーク・アンコア・ミュージアム Preah Norodom Sihanouk-Angkor Museum</b>	📍④
「AEON」が寄贈した博物館。千体仏は必見。	
☎ 063-763-575 📍 Krong Siem Reap	

**体験する Golf&Sport ゴルフ & スポーツ**

<b>アンコールゴルフリゾート Angkor Golf Resort</b>	📍④
市内から車で 10 分の好立地。コースは 18 ホール。	
☎ 063-218-288 📍 Kasekam Village	
<b>ボキッター・カントリークラブ Pokheethra Country Club</b>	📍④
ソフィテルの運営するラグジュアリーゴルフコース。	
☎ 063-964-600 📍 Puok District, National Rd.6	
<b>アンコールフィットネス Angkor Fitness</b>	📍④
町の中心地にあり広くしゃかりしている。プログラムも多い。	
☎ 092-317-330 📍 Watbo Bridge	
<b>オウム ヨガセンター AUM Yoga Center</b>	📍④
アンコールグレースの中にある本格ヨガセンター。	
☎ 092-317-330 📍 Watbo Bridge	
<b>ゴールドフィットネス Gold Fitness</b>	📍①A-2
のびのびした施設。サウナとプールあり。	
☎ 017-959-697 📍 Psar Dam Krolanh Rd.	
<b>ヨガ・スペース Yoga Space</b>	📍①A-5
ベビーエレファントゲストハウスの屋上。欧米人の先生が多い。	
☎ 077-769-126 📍 Krong Siem Reap	

**体験する Travel&Transfer 旅行・交通**

<b>クロマーツアーズ Korma Tours</b>	📍①B-4
日系旅行会社。ツアーやバスチケット、ビザ、幅広く取り扱う。	
☎ 012-890-960 📍 Kandal Village	

**泊まる Standard-Superior Hotel スタンダード・スーパーホテル**

<b>アンコール・パラダイス Angkor paradise Hotel</b>	📍①A-2
国道沿いにある大型ホテル。町へのアクセス良し。	
☎ 078-760-690 📍 National Rd.6	
<b>エンプレス・アンコール Empress Angkor Hotel</b>	📍③A
伝統的なクメール様式のホテル。高級感のある老舗ホテル。	
☎ 063-963-999 📍 National Rd.6	
<b>ケメラ・アンコール Khemara Angkor Hotel</b>	📍③B
国道沿いにあるフロアと家具は全て木を使用していて高級感あり。	
☎ 063-760-666 📍 National Rd.6	
<b>ザ・ピースハウス The Peace House</b>	📍---
旧空港近くの緑豊かで解放感溢れるホテル&レストラン	
☎ 069-777-767 📍 Krong SiemReap	
<b>シティ・アンコール ホテル City angkor hotel</b>	📍③A
国道沿いの老舗大型ホテル。会議などでもよくつかわれる。	
☎ 063-760-336 📍 National Rd.6	
<b>ストウンシェムリアップ Steung Siemreap Hotel</b>	📍①B-4
オールドマーケットのすぐそばのハイセンスな老舗ホテル。	
☎ 012-249-249 📍 Street 09	
<b>タラ・アンコール Tara Angkor Hotel</b>	📍①C-2
エレガントで落ち着いた雰囲気。人気のホテル。	
☎ 063-966-661 📍 Charles de Gaulle Blvd.	
<b>チーサタ CTS ホテル Cheatatha cts angkor hotel</b>	📍①A-4
ナイトマーケット近くにあり賑やかな立地にある。	
☎ 063-966-565 📍 Angkor Night Market St	
<b>パシフィック Pacific Hotel</b>	📍③A
旧空港近くの大型ホテル。館内が広々としている。	
☎ 063-761-818 📍 Kandal Village	
<b>ハリレジデンス &amp; スパ HARI Residence &amp; Spa</b>	📍①B-5
BBU 通りにある。屋上にプールあり。	
☎ 077-761-990 📍 BBU Rd.	
<b>ホームウッドホテル Homewood Hotel</b>	📍①C-4
ワットボー近く、オールドマーケットまで徒歩圏内のリーズナブルな宿。	
☎ 096-258-6888 📍 Street 27, Wat Bo Road	
<b>BB アンコールグリーンリゾート BB Angkor Green Resort</b>	📍---
町から離れていて静か。広いバンガロータイプでキッチン付。	
☎ 069-803-918 📍 Borei Seng Nam II	

泊まる	Standard Hotel	スタンダードホテル
バイトン ヘリテージ Baitong Heritage Hotel		📍📍B-3
国道とシヴォタに面していてどこへ行くにも便利。		
☎ 063-966-777	🏠 Sivatha Blvd.	
コーブレイ ホテル Kouprey Hotel		📍📍B
国道から小道に入っていく。静かな環境で設備が整っている。		
☎ 095-522-269	🏠 Top Town Rd.	
タ・プローム Ta Prohm Hotel and Spa		📍📍B-4
創業 30 年の老舗ホテル。客室は広く設備も充実している。		
☎ 016/17-760-08	🏠 Pokambor Ave.	

泊まる	Delux Hotel	デラックスホテル
アヴィアリー The Aviary Hotel		📍 ①B-4
客室の鳥のイラストが可愛らしいデザインホテル。		
☎ 063-767-876	🏠 Preah Sangreach Tep Vong St.	
アンコール ミラクル リゾート & スパ Angkor Miracle Resort & Spa	🔗	📍 ③A
ホテルやロビーがアースカラーでまとまっているリゾートホテル。		
☎ 063-969-900	🏠 National Rd.6	
エフシー アンコール FCC Angkor		📍 ①B-3
全室スイートルーム。非日常の贅沢な空間を堪能できる。		
☎ 063-760-280	🏠 Pokambor Ave	
シントamani・アンコール Shinta Mani Angkor, Shack		📍 ①B-3
著名リゾートデザイナーの手掛けるリゾートホテル。		
☎ 063-964-123	🏠 Oum Khun and 14th St.	
ソカシエムリアップリゾート&コンベンションセンター Sokha Siem Reap & Convention Center	🔗	📍 ①D-1
3 つの宿泊棟を持つ大規模な 5 つ星ホテル。		
☎ 096-616-1789	🏠 Road 60	
ソマデヴィ アンコール Somadevi Angkor		📍 ①B-3
立地良い老舗大型ホテルで信用がある。		
☎ 056-396-7666	🏠 Sivatha Blvd.	
ソマデヴィ プティック Somadevi Boutique		📍 ①B-3
シンプルで高級感のあるモダンデザインのホテル。		
☎ 063-962-666	🏠 Oknha Oum-Chhay St.	
プリンス・アンコール Prince Angkor Hotel & Spa	🔗	📍 ①B-3
シヴァタ通り沿いで便利な立地のデラックスホテル。		
☎ 063-763-888	🏠 Sivatha Blvd.	
リージェンシー アンコール ホテル Regency Angkor Hotel		📍 ①C-1
アンコール・ワットへ行く通り沿いの大型ホテル。		
☎ 063-767-700	🏠 Charles de Gaulle Blvd.	
ジェイセブンホテル J7 Hotel	🔗	📍 ①B-3
王宮すぐ横のお洒落なホテル。どこに行くにも便利。		
☎ 063-768-777	🏠 Road 6, Next to Royal Residence	
コートヤード by マリオット Coutyard by Marriott	🔗	📍 ③D
マリオット系高級ホテル。6 号線沿い、新空港にも近い人気ホテル。		
☎ 063-096-8888	🏠 #0609,Road 6, Phum Chong Kaosou	

泊まる

Luxury Hotel

ラグジュアリーホテル

アナンタラ・アンコール Anantara Angkor

📍📍A

全室スイートルーム。非日常の贅沢な空間を堪能できる。

☎ 063-966-788 🏠 National 6 Rd

アマンサラ・リゾート Amansara Resort

📍📍C-2

王族の邸宅を改装、アマングループの最高級リゾート。

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

アンコール・グレース Angkor Grace Residence & Wellness Resort

📍📍B-1

広々としたジャグジー、ヨガセンターを併設したウェルネスリゾート。日本人常駐

☎ 011-501-666 🏠 Preah Norodom Sihamoni St.

アンコール・パレス Angkor Palace Resort & Spa

📍📍A

南国の雰囲気漂う滞在型のリゾートホテル。

☎ 063-760-511 🏠 555 Kruos

ジャヤハウスリバー パーク Jaya House River Park

📍📍C-2

全てにおいてサービスが行き届いている川沿い 5 つ星ホテル

☎ 063-962-555 🏠 Riverside

ソカ・アンコール Sokha Angkor Resort & Spa

📍📍B-3

市内中心に近いエレガントな雰囲気の高級リゾート。

☎ 063-969-999 🏠 National Rd.6

ソカ・パレス Sokha Palace Siem Reap

📍📍D-1

昨年ソカシエムリアップ内にオープンした 4 つ星ホテル。

☎ 096-616-1789 🏠 Road No.60

ソフィテル・アンコール Sofitel Angkor Phokeethra Golf & Spa

📍📍B-1

優雅な庭園と充実した館内施設の高級リゾート。

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

ツリーライン・アーバンリゾート Treeline urban Resort

📍📍C-4

モダンで緑溢れるアーティスティックなホテル。

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

テンプレーション Templantation	📍📍C-1
全室ヴィラタイプのラグジュアリープティック。 ☎ 012-233-350 🏠 Rte du petit pont.	
パークハイアット Park Hyatt Siem Reap	📍📍B-4
中心部にあるモダンでシックな雰囲気の高級 5 つ星ホテル。 ☎ 063-211-234 🏠 Sivatha Blvd.	
プームバヤタン Phum Baitang	📍📍---
カンボジアの農村を再現した高級デザインリゾート。 ☎ 063-961-111 🏠 Neelka Way Sangkat	
ザ ベイジ The Beige	📍📍---
高いデザイン性と斬新なコンセプトのテントリゾート。 ☎ 099-297-298 🏠 Svay Chek Village	
ベリータ Vellita Siem reap	📍📍---
大型リゾートホテル。モダンでサービス食事で全てにおいて上級。 ☎ 099-234-523 🏠 Sala Kamreuk Rd	
ヘリテージ・スイーツ Heritage Suites Hotel	📍📍C-2
アールデコ様式のシックな館内に全室スイートの客室。 ☎ 011-969-100 🏠 Heritage road	
ベルモンド・ラ・レジデンス Belmond La Résidence d'Angkor	📍📍C-3
モダンアートと伝統建築が融合した贅沢なリゾート。 ☎ 063-963-390 🏠 River Rd	
ボレイ・アンコール Borei Angkor Resort & Spa	📍📍D-3
木をふんだんに使用した高級感溢れるホテル。 ☎ 015-430-222 🏠 National Rd.6	
ラッフルズ・グランド Raffles Grand Hotel d'Angkor	📍📍B-3
市内で最も歴史ある高級ホテル。格が高い。 ☎ 063-963-888 🏠 No.1, Charles de Gaulle Blvd.	
ワカヴィラ Waka Villa	📍📍D-5
日本人経営の高級ヴィラ。部屋ごとにプール付きの邸宅になっている。 ☎ 096-234-1111 🏠 Sala Kamreuk Rd	

泊まる	Boutique Hotel	プティックホテル
アンコールタイガーリゾート	Angkor Tiger Resort	📍📍A-2
サッカーチーム、アンコールタイガーが運営するホテル。		
☎ 097-964-6279	🏠 Platinum Rd, Krong Siem Reap	
デン	DEN	📍📍A-3
部屋が広くて雰囲気の良い。バーが併設している。		
☎ 092-530-143	🏠 Taphul St.	
プティアクマエ	Pteas Kumae	📍📍A-4
清潔感がある部屋。バナナペーパー Ashi 商品が購入できる。		
☎ 096-876-2010	🏠 West of Night Market Rd.	

泊まる	Economy Hotel, Guesthouse	エコノミーホテル、ゲストハウス
イキイキ	Iki Iki	📍📍A-2
ドミトリーの他個室もある。日本語可。エアコンも有。		
☎ 012-614-678	🏠 Salakonseang Village	
クリ・アンコール・イン	Kry Angkor Inn	📍📍B
6号に面している。広くてリーズナブル。		
☎ 011-586-269	🏠 National Rd.6	
グリーンパークビレッジ	Green Park Village	📍📍---
町から少し離れている。大きなローカル市場の近く。居心地が良い。		
☎ 099-622-662	🏠 Dorpo Village Sakram Commune, NR6	
ご縁	SAUNA&HOSTEL Goen	📍📍A-4
サウナ、キッチン付き。長期滞在者が多い。		
☎ 012 893 001	🏠 Angkor Night Market St	
ブランク	BLANK	📍📍A-5
バックパッカーが集まる。お得ツアーや飲み会あり。		
☎ 017-626-298	🏠 Angkor Night Market St	
ワンダース	Onederz	📍📍A-4
ドミトリーの他個室もある。日本語可。エアコンも有。		
☎ 097-211-7100	🏠 Angkor Night Market St	

旅行会社で旅を学ぼう！

手配、企画、営業、出版など

**正社員募集中**

社員は1年～募集。近隣諸国も検討中！  
シエムリアップ/スノンペン勤務

017-777110 / info@seishiron.comまで





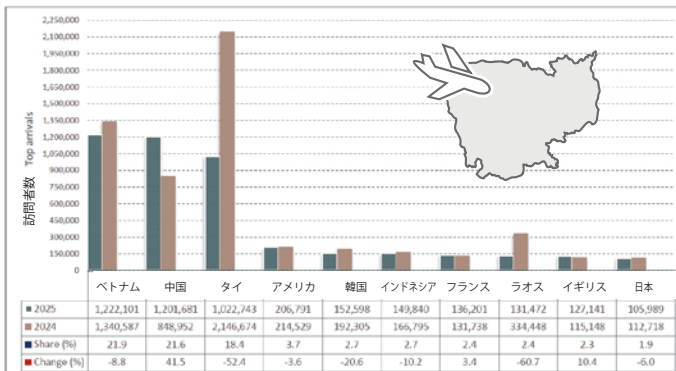


# カンボジア観光省観光ニュース

## 外国人訪問者数の比較(2025年度1月～12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
<b>Air</b>	<b>4,403,995</b>	<b>1,866,231</b>	<b>2,396,937</b>	<b>2,857,716</b>	<b>51.3</b>	<b>28.4</b>	<b>-35.1</b>	<b>19.2</b>
Phnom Penh Int'l Airport (PNH)	2,071,907	1,365,735	1,752,583	2,114,234	38.0	28.3	2.0	20.6
Siem Reap Angkor Int'l Airport (SAI)	1,665,385	484,742	615,126	672,031	12.1	26.9	-59.6	9.3
Sihanouk Int'l Airport (KOS)	666,723	15,754	29,228	71,451	1.3	85.5	-89.3	144.5
<b>Land and Waterways</b>	<b>2,206,597</b>	<b>3,587,000</b>	<b>4,303,188</b>	<b>2,712,036</b>	<b>48.7</b>	<b>20.0</b>	<b>22.9</b>	<b>-37.0</b>
Land	2,049,748	3,520,730	4,218,811	2,622,305	47.1	19.8	27.9	-37.8
Waterways	156,849	66,270	84,377	89,731	1.6	27.3	-42.8	6.3
<b>Total</b>	<b>6,610,592</b>	<b>5,453,231</b>	<b>6,700,125</b>	<b>5,569,752</b>	<b>100.0</b>	<b>22.9</b>	<b>-15.7</b>	<b>-16.9</b>

## トップ10 外国人訪問者数



Source: Tourism Statistics Department, MOT.

2025年度1月～12月にカンボジアに訪れた外国人渡航者数は合計約557万人、2024年度と比較すると16.9%の減少となっています。コロナ前の2019年度の同時期総数は約661万人、こちらも減少していることが分かります。入国地、空港別で見ると、陸路入国が約47.1%、プノンベン空港が38%、シェムリアップ空港は12.1%となっています。12月には再びタイとの国境紛争があり、一部の国では「渡航の是非を検討してください」というエリアのアナウンスもあり、旅行者がさらに減少しました。

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

t 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)、一般ビザ  
ネスビザ(Eビザ)の更新、ワー

【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

cambodia@sketch-travel.com

012-890960 / 099-890960

krormatours



日本語でどうぞ！



krormatourspp

# 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 バー(男)/チャー(女)	いいえ អត់ទេ オッ テー
お元気ですか? សូខសប្បាយ? 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 ボンマーン チュナム?	何歳ですか? អាយុប៉ុន្មានឆ្នាំ? マユツ 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 ជួបម្តងម្តងទៀត チュオプ クニアムドーンティエット	

## 数字編

～ドル ～ដុល្លា ～ドッラー	～リエル ～រៀល ～リエイ	～時/～分 ម៉ោង~/～នាទី マオン~/～ニアティ			
～時間 ～ម៉ោង ～マオン	～月/～日 ខែ~/～ថ្ងៃ カエ~/タガイティ	～日間 ～ថ្ងៃ ～タガイ			
0	1	2	3	4	5
ソーン	モオイ	ピー	バイ	プアオン	プラム
6	7	8	9	10	20
プラムモイ	プラムピー	プラムバイ	プラムプアオン	ドップ	ムペイ
30	40	50	60	70	80
サムサップ	サエサップ	ハーサップ	ホックサップ	チェツサップ	パーエツサップ
90	100	500	1000	1500	10000
カウサップ	ムオイローイ	プラムローイ	ムオイボアン	ムオイボアン	ムオイムーン

## レストラン編

メニューをください សុំអាហារមីនុយ ソーム アオイ メヌイ	どれが美味しいですか? មួយណាផ្អែម? ムオイ ナー チュガニョ?
これ/あれをください សុំនេះ/នោះ 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 ម្ហូបអីចាំទាន់មកទេ ムホー プ オットアン マオ テー	美味しいです ផ្អែម 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 ボンマーン?	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 ボンマーン?
高すぎます! ថ្លៃណាស់ タライ ナッ!	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? លក់នៅណា? ルオツ ～ ナウ ナー?	いりません អត់យកទេ オッ ヨー テー

## ショッピング編

～が欲しいです  
ចង់បាន~  
チョン バーン～

## 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 មានព្រៅផ្អែម 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 សូមហៅម៉ាស៊ីនពេទ្យ 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 プダン ネアック



■ 弊社刊行物 / Our Magazines



シェムリアップ版  
フノンペン版  
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  
フノンペンシティマップ (英語版)

## 広告掲載のメリット

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

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

■ シェムリアップ市内の飲食店様、日系企業様への配布、在カンボジア日本大使館・領事館、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。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/ Tissue	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 発行月：年6回発行予定  
Written by Japanese Every 2 months, 6 times a year  
判型：B5版中綴じ 頁数：36ページ  
B5 Size, Saddle stitch 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

### 2026年2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

© 2025 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に、それぞれのビジネス、日常生活で得た経験、知識をカジュアルテイストでご寄稿いただいております。皆様に現在のカンボジアを知っていただき、ここでの滞在をより深く、そして一歩踏み込んだ旅を満喫頂けると幸いです。

小さなコミュニティの1メディアとして皆様の生活、そして旅中の小さな思い出となれるように緩く長く創って行ければと考えています。

広告掲載のお問い合わせは  
こちらまでお願いいたします。





▶ 旅の専門家になろう!

正社員とインターン生募集!

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!

🚗 大人気観光一覧

## 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!  
魔境寺院

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!トシレサップ湖&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、パピオン  
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

大人気

120\$

ベンメリア  
コーケー遺跡  
プレアヴィヒア

4つの人気遺跡巡り

大人気

179\$

ベンメリア  
コーケー遺跡  
プレアヴィヒア

世界遺産2つとベンメリア

大人気

25\$  
38\$  
68\$

セグウェイで市内観光

大人気

18\$  
28\$  
38\$

カンボジアサーカス

大人気

55\$  
65\$  
80\$  
80\$  
140\$

【空港送迎+観光】[半日] ロリュオス+空港送迎  
[半日] アクアリウム+CMAC+空港送迎  
[半日] コンボクリアン+空港送迎  
[5時間] ベンメリア+空港送迎  
[1日] ベンメリア+コーケー遺跡+空港送迎

大人気

60\$  
100\$

カンボジアでゴルフ

大人気

30\$  
50\$  
55\$  
60\$  
40\$

【車レンタル・ガイド手配】  
シェムリアップ市内 半日  
シェムリアップ市内 1日  
空港送迎 (7:00-21:00)

大人気

22\$

ダイナ  
プッシュショー

無形文化遺産アサラタニス

【遠距離追加】朝日/トシレサップ湖/バンテアイスレイ+15\$、ベンメリア/フンクレン+50\$  
コーケー+ベンメリア+130\$、サンボブレイクック、プレアヴィヒア (往復)/プノンペン (片道)+200\$  
その他の観光地はお問合せ下さい。

日本語で簡単予約!!

[+855]12-890960 /15-890960



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\$  
65\$  
70\$

王宮  
シルバーペゴダ  
ワットポン  
国立博物館

人気!市内半日観光ツアー

大人気

70\$  
85\$  
70\$

カンボジアの  
食の歴史を知る  
半日ツアー

キリングフィールドとS21博物館

お薦め

120\$  
130\$  
120\$

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

お薦め

70\$  
85\$  
120\$

家族旅行にもピッタリ  
ワットク動物ショー  
半日ツアー

楽しさいっぱい!プノンペンサファリ

大人気

170\$  
190\$  
120\$

カンボジアの  
映えスポット

プレアブットバゴダとクメール遺跡

お薦め

180\$  
190\$  
120\$

長閑な村落と  
プレアノール寺院

第3の世界遺産!サンボブレイクック

大人気

15\$  
23\$  
33\$

メコン河・リパークルーズ

大人気

95\$

カンボジアでゴルフ

大人気

180\$  
200\$  
120\$

ベトナム国境バット/ビザラン

大人気

248\$  
G

カンボジアでゴルフ

大人気

70\$  
100\$  
180\$  
1年 ???\$

ビザ延長・他国ビザ手配

大人気

75\$

労働許可証申請

大人気

銀行・証券口座開設

大人気

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]99-890960 /81-890960



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](mailto: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/スタディーツアー/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・ロングステイアドバイザー在籍 インバウンドカテゴリーアワード/グッドホスピタリティアワード受賞 by カンボジア観光省