

វិទ្យុសាស្ត្រ ក្រុម

# Kroïma

TAKE FREE

Vol. 14

2026 JUN - AUG

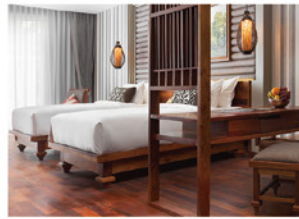
クロマーマガジン ライフ&トラベル MAGAZINE Life & Travel

Siem Reap

リーズナブルに都市巡り! 長距離バン会社一覧リスト  
シムリアップは今、古着が熱い

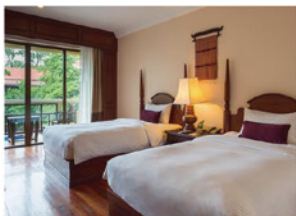


今までの歴史を背負いこれから新しく出発する  
町、遺産、人々も。



## 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 Bv, Mondul II, Sangkat Svay Dangkom, Siem Reap 93136  
 info@princeangkor.com | www.princeangkor.com | facebook/princeangkor



**COURTYARD**  
BY MARRIOTT  
Siem Reap Resort



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  
www.courtyardsiemreap.com

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



Siem Reap

Vol. 14

2026 JUN - AUG

## CONTENTS



### 【今日の一枚】 路上スポーツバー

最近市街地では見かけなくなりましたが、少し田舎に行けばまだまだ現役の路上スポーツバー。週末になるとコーヒなどを飲みながら、クメールボクシングやサッカーに熱狂するのがカンボジアですが、平日はソープドラマを見ることも。

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「無料定期配達希望」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

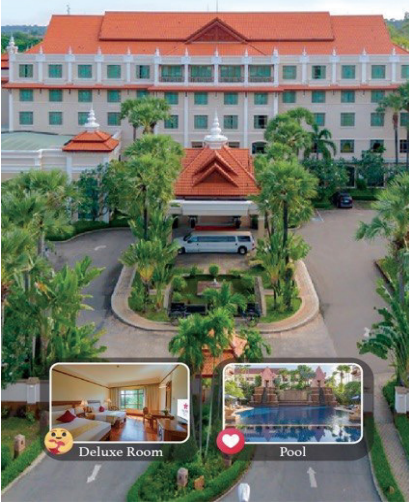
PDF版はこちら→



04	リーズナブルに都市巡り! 長距離バン会社一覧リスト
06	シェムリアップは今、古着が熱い。
08	Joy Of Art
	Cambodia Note
09	医療コラム
	クメールの風が吹く村から
10	クロマー女子の午後の紅茶
	カンボジアのゴハン
11	オタクが覗いたカンボジア
	祝日情報
	クメール語ミニレッスン
12	チリエン! テンオックニア!
	クロマー観光ニュース
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

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

**SOKHA**  
Angkor  
SIEM REAP

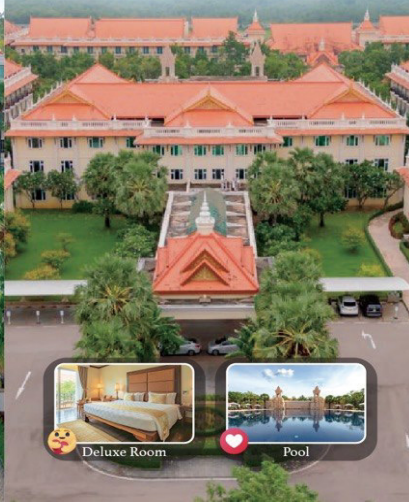


Deluxe Room



Pool

**SOKHA**  
Siem Reap  
RESORT

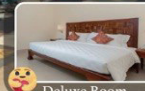
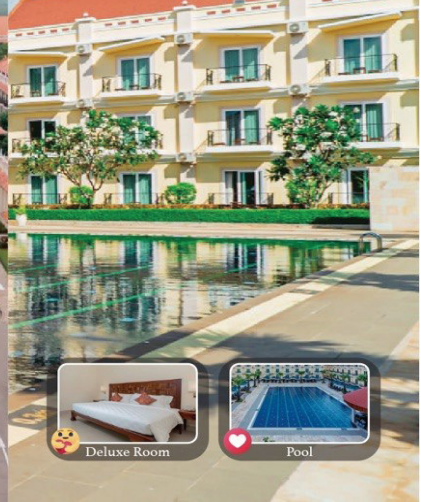


Deluxe Room

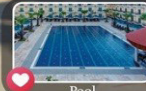


Pool

**SOKHA**  
Palace  
SIEM REAP



Deluxe Room



Pool

**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

CAMBODIA・TEA TIME

**カンボジアティータイム**  
空港 (プノンベン、シェムリアップ)  
ニョニヨム、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

Quick Run 30min  
**\$25**

**SEGWAY**  
Cambodia  
Tour

日本語ガイド  
or English Guide

City Tour 1hour  
**\$38**

Special 2h  
**\$68**

【選べるツアー】

1. お気軽体験	30分	\$25
2. シティツアー	1時間	\$38
3. ローカルツアー	2時間	\$68

日本語で予約OK!  
TEL: 012-890960 / 015-890960  
**セグウェイカンボジアツアー**  
Web: segway-cambodia.com

# リーズナブルに都市巡り！長距離バン会社一覧リスト

カンボジアでの長距離都市間移動にはバンやバスを利用することがほとんど。特にバンは、バスよりも安く所要時間が短いことが多く効率よく移動できます。「長時間のバン移動はきつそう、、」と感じるかもしれませんが、各社とも座席の配置や車内サービスに工夫を凝らしていて、快適性は年々向上中！それぞれ会社の特徴を知り、自分の旅スタイルに合った会社を選ぼう。さあ、次の目的地へ出発だ！

\*記載料金はプノンベン・シェムリアップ間の料金、情報は2026年6月1日時点のものとなります。制作：前田晟及 / クロマーマガジンインターン

・安心の大手企業

## Larryta Express



電話:016 20 20 20

サービスや乗り心地の良さから、評価の高い大手会社。車両は比較的新しく清潔で、Wi-Fi や充電設備も整う。プノンベン・シェムリアップ間は1日に30本ほど運行している。待合室では軽食の購入などができ、利便性が高い。



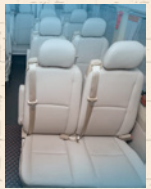
・迷ったらココ！

## Virak Buntham



電話:081 911 911

広く路線を持つ大手バス会社。国内はもちろん、海外行きの便も充実している。15席のバジェットバン(14.5ドル)と、12席のラグジュアリーバン(16.5ドル)を運行している。ラグジュアリーバンは座席が広く快適に移動できる。



ラグジュアリー バジェット

・安さで選ぶならコレ

## Capitol Tours and Transport



電話:093 404 650

とにかく安く移動したいならこちらの会社。タイミング次第では、プノンベン・シェムリアップ間で10ドル以下で移動できる。預け荷物の制限も特になく、地元民の利用もかなり多い。バン以外にもツアー会社やホテルなども経営している。



・PP⇄REP 特化型

## Seila Angkor Khmer Express



電話:012 555 319

プノンベン・シェムリアップ間に特化したミニバン会社。毎日6:30~18:30の間、1時間に一本運行している。速度制限を順守しており、比較的安全な運転。安全面を重視する人から一定の評価を得ている。



・未来のスタンダード？

## EVGo Express Cambodia



電話:086 217 666

カンボジアで初めて電気バンを導入。比較的新しい会社で、静かでスムーズな走行が特徴。車内はモダンでシートも柔らかく、快適性に関する評価が高い。カンボジア国内でも電気バンは環境の面でも注目されており、人気が高い。



・注目の新鋭企業

## Cambolink21 Express



電話:086 838 351

2021年に設立された比較的新しい会社で、車両も新しいのが特徴。国内各地に複数支店を持ち、路線を拡大中。サービスはシンプルだが、清潔な車内と安定した運行で徐々に利用者を増やしている成長中の会社。



・都市間移動に特化

## IBUS



電話:093 90 70 70

プノンベン、コンポントム、シェムリアップの三都市の間を運行している。コンポントムは途中下車することになるので、寝過ぎないように要注意。朝、昼はこちらのバンで、11時以降はスリーピングバスでの運行となる。



・清潔感のある内装

## Saly VIP



電話:010 799 010

トヨタ車を使用した清潔感のある車内が特徴のミニバンサービス。プノンベン、バタンバン、パンテアイミエンチェイ、バンコクに支店を持つ。会社のホームページが無いので、12GOやBookMeBusなどのサイトから予約する必要がある。



・外国人向けのサービスが充実

## E-Booking Express



電話:086 500 500

車両はフォードのトランジットかトヨタのハイエースを使用。英語対応スタッフが在籍しているので安心して乗ることができる。また、保険サービスも整っている点も特徴。

ちなみに荷物制限を設けており、バンの場合は1人1荷物、15kgまでとなっており、超過分は追加料金がかかるので注意。



・シェムリアップから移動するなら

## Garuda Transports & Travel



電話:016 690 073

シェムリアップを拠点にバンを手配する会社。シェムリアップ発の便が充実している。

ラオスやベトナムなどの国境を越えた移動、そしてカンボジア国内の都市間移動を専門としている。トリップアドバイザーから予約できる。



・ラオスまで快適に

## Seng Horn 168



電話:099 798 679

ラオス方面に強く、バクセーやドンデットなどの地域へのアクセスが可能。ややローカル寄りのサービスだが、その分特殊な移動ニーズに対応できる。ラオス国境越えルートを探している人に便利。



・バン以外もお任せあれ

## Sarah Transport Co. Ltd



電話:071 376 7575

ラオス国境に近いスタントレンに本社を構える。ブノンベンとシェムリアップに2つのオフィスがある。ラオス行きの便が多い。無料のピックアップサービスがある。ミニバンの他、バンのレンタル、グループツアー、ホテルの予約、ビザサービスの提供、輸送サービス、ビザ延長サービスなど幅広く行なっている。



・地方に強し

## Dara Panha Sak Transport



電話:012 673 689

ブノンベンやシェムリアップに加え、バクタンバンやケップなどの地方にも拠点を持つ。車両はトヨタとヒュンダイ。

レンタカーサービスも提供しており、移動手段の選択肢が広い。地方移動を考える人に便利。車両をレンタルする場合はテレグラムからも予約可能。



・国境越えに強い老舗会社

## AVT ASIA VAN TRANSFER Co.Ltd



電話:012 505 673

AVT はカンボジアのシェムリアップに拠点を置く老舗の会社。シェムリアップとラオス南部のチャンパサック県を結んでいる。主な目的地は、ドンデット島やドンコン島を含む島々とバクセー。座席は12人乗りのミニバンを使用している。外国人からの人気も高い。



・車内広々！

## SRL Transportation



電話:093 302 323

ラオス方面への路線に強みがあり、シェムリアップ発でバクセーやドンデットへアクセスできる。だいたいバンは15席だが、こちらの会社は一台10席のみ。ゆったりと体を伸ばすことができる。ちなみにラオスまで10時間ほどかかるが、この席なら辛くないだろう。



・田舎行き最適解

## Rith Mony Transport



電話:012 40 40 85

アンロンベン、パンテアイ、ミエンチェイ、オッドー、ミエンチェイなど少しニッチなところに広く交通網を持つ。ミニバンの他、大型バス、ホテルバスもある。休日に快適なバンで田舎に行ってゆっくり過ごすのはいかがですか？



## 予約方法

カンボジアの長距離移動バンの手配はオンラインでの事前予約がスムーズで便利です。人気サイト&アプリではBookMeBus、Camboticket、12Go、RedBusなどが有名。ルート、出発時間、会社名で絞って比較しながら簡単に予約することができます。また各会社の公式サイトやテレグラムから、はたまた車両会社の支店や市内のチケットカウンターで直接購入することも可能です。通常時は、ほとんど当日予約が可能なのでスケジュールが流動的な旅には便利な選択です。ただし、年末年始やクメール正月やお盆などの連休時は、人気路線を中心に混み合うため、数日前の予約がおすすめです。寝台車両・VIPバスは満席になることもあるため、確実に席を確保したい場合は事前予約をお忘れなく。

「ネット予約は少し難しいし、窓口で上手く説明して予約するのは不安。」という方には、クロマーツアーズでの代理予約サービスもおすすめです。希望の時間帯や快適さ、予算に合わせて、最適な会社や座席タイプをご提案します。日本語スタッフが常駐しているので、日本語で相談しながら安心して予約できます。右のLINE-QRからお気軽にお問い合わせください♪



# 1, The Sun Vintage Thrift



定休日：不定休  
 営業時間：10:00~21:00  
 Instagram：@thesun\_thriftstore  
 TikTok：@\_jin0\_



アイドルや海外セレブを中心に世界的なブームを起している Y2K。こちらのお店にはローライズのデニムやクロップ丈のTシャツなど、トレンドなシルエットのアイテムがずらり。ここは 2000 年代の原宿?と、カンボジアに在ることを忘れてしまうような空間だ。Y2K 系統のアイテムを中心に取り扱っていながらも、誰でも手に取りやすく、かといって普通すぎないアイテムを揃えるように意識しているんだとか。シムリアップの他、カンボットにも 2 店舗展開しており、今カンボジアで勢いのある古着屋だ。



# シムリアップは今

## 2, Thrift Up at Mex'd Up

Hi, I'm Lady.



定休日：日曜日  
 営業時間：17:00~深夜  
 Instagram：@thrift.up.siemreap  
 Facebook：@Thriftup



## 3, Repeat Secondhand Fashion



定休日：月曜日  
 営業時間：10:00~18:00  
 問い合わせ：015 775 752  
 Instagram：@repeat\_fashion\_sr  
 Facebook：@repeatsecondhandfashion



Mex'd Up というメキシコ料理屋の2階でっそりと営業する隠れ古着屋。個性的で派手なスタイルが好きなオーナーのエミリーさんが揃える服は、見ていて本当に面白い。メンズレディースどちらも、ジャンルレスに幅広い服を置いている。美味しいタコスとお酒を楽しみながら、お気に入りの古着を探そう。

質の高い古着をリーズナブルに探すならココ。アイテムは、タンクトップやショートパンツなど涼しげなアイテムが多くて東南アジアの気候にぴったり。アメリカ人のオーナー Darron さんがセレクトする服や店内の空気感はセンス抜群。まだオープンして8ヶ月ほどだけど、おしゃれなカンボジア人や欧米人で賑わっている。冷たい水を無料で飲めるし、フレンドリーに話しかけてくれるから、つい長居してしまう素敵な空間。

美味しいタコスを用意して待ってるぞ



こういうカジュアルなスタイルが結局一番落ち着くから買っちゃう。

## 4, Christina Shop



定休日：不定休  
 営業時間：9:00~19:00  
 Instagram: @badatlover  
 TikTok: @christinashop48



落ち着いたシャッター街に突如現れるカラフルでイカしたお店。Y2K、海外ギャル、グランジ、ストリート系の雰囲気が強い。レオパード柄やスパンコール、派手なプリントなど、インパクトあるアイテムがたくさん。服だけでなくベルトやアクセサリ、カバンなどの小物が充実しているのも魅力。ラックにギチギチに置かれているので根気よくディグしよう。

Christina Shop



## 古着が熱い。



## Thrifting through Siem Reap

世界中で巻き起こる古着ブーム。その熱は今、シエムリアップにもジワジワ来ている。古着と言っても、アメカジやアウトドア、ユーロヴィンテージ、Y2Kまで、そのスタイルはさまざま。お店ごとにカルチャーやこだわりが溢れていて、掘れば掘るほど面白い。シエムリアップで、自分だけのお気に入りの一着を見つけよう。

制作：前田晟及 / クロマーマガジンインターン



## 5, Andkow & Co.



定休日：日曜日  
 営業時間：12:30~18:30  
 Instagram: @andkow\_co  
 Twitter: @andkow\_co  
 Facebook: Andkow&Co.



シエムリアップのおしゃれエリア、カンダールヴィレッジに店を構えるヴィンテージショップ。オーナーは日本人の古白川真さん。革小物や金属アクセサリは、すべて職人によるハンドメイドで作られている。カンボジアで使用された銃の弾丸の空薬莖を溶かし、フォークへと生まれ変わらせる「Forks For Folks」というプロジェクトも展開。

Andkow のヴィンテージアイテムは、長く使い込むことで味が出て少しずつ自分に馴染んでいくのが魅力だ。シンプルで洗練されたデザインだからこそ、飽きずに愛用できる。ハンドメイド製品のほか、ヴィンテージの柄シャツやデニムなどの古着もたくさん。シエムリアップに来た際にはぜひ Andkow で自分だけのお気に入りの一点を見つけてほしい。きっと、カンボジア旅行の大切な思い出の品になるはずだ。

刺繍がかわいい手作りのスーベニアジャケット。まさに職人技だ。



## 初めての絵

## Joy of Art

カンボジア・カンボット州の田舎の小学校。  
昨年11月、KDDI財団が寄贈した真新しい校舎で、111名の子どもたちへの「生まれて初めての美術授業」を行いました。

初めて握る絵筆、使いかたもわからないスティックのり。最初は戸惑っていた子どもたちでしたが、いざ描き始めると、そこには驚くほど生き生きとした世界が広がっていきましました。その自由な筆の動きは、まるでずっと眠っていた「描きたい!」という喜びを、一気に溢れ出したかのようでした。

「そんなことをして、一体何になるのか」

完全無料の美術スクールを始めて20年、時にはそんな言葉を向けられることもありました。

確かに、絵を描いてもお腹は満たされません。将来の仕事が約束されるわけでもありません。けれど、あの日、子どもたちが描いた「初めての絵」には、その問いを超える力がありました。

子ども時代に、子どもの時間を心から楽しむこと。  
それは、何ものにも代えがたい「心の栄養」ではないでしょうか。

目で見て、肌で感じて、自分の頭で考える。  
たとえ手が思うように動かなくても、今の自分にできる精一杯の表現に夢中になる。その小さなワクワクの積み重ねが、やがて大人になった時の「豊かな心の土台」になると、私たちは信じています。

私たちはこれからも、私たちにできることを通して、子どもたちの「心の畑」を耕し続けたいと思っています。

笠原知子



### 小さな美術スクール Small Art School

元都立高校美術教師・笠原知子が2008年に開校した完全無料の美術スクールです。これまでに国内外で絵画展を実施。現在の生徒数は約380名。スクールの他に、2つの村への出張授業、カンボジア11州で美術授業を実施。

☒ [www.smallartschool.org](http://www.smallartschool.org)  
✉ [smallartschool@gmail.com](mailto:smallartschool@gmail.com)  
f SmallArtSchool

## 心奪われるクメール芸術の至宝

アンコール遺跡群の中でも、特に高い芸術性で知られる寺院「バンテアイ・スレイ」をご紹介します。シェムリアップ市内から少し離れた場所にありますが、「クメール芸術の至宝」とも称される遺跡で、多くの旅行者を魅了し続けています。

バンテアイは「岩」、スレイは「女性」という意味。その名の通り、繊細で優美な装飾が特徴で、他のアンコール遺跡とはまた違った華やかな雰囲気印象的です。中でも有名なのが、「東洋のモナリザ」の異名を持つ美しいデヴァター像。丸みを帯びた体つきや穏やかな表情には独特の気品があり、思わず見入ってしまう魅力があります。



バンテアイ・スレイ最大の見どころは、なんといってもその緻密なレリーフ。寺院全体に細やかな彫刻が施されており、特に破風やリンテル部分の装飾は必見！ヒンドゥー教神話や古代インドの叙事詩『マハーバーラタ』などの場面が描かれており、まるで絵巻物のように物語が紡がれています。場面の意味を知っていると鑑賞がさらに楽しくなるので、事前に予習しておくかガイド付きで訪れるのがおすすめです。

バンテアイ・スレイで使用されている赤色砂岩は通常の砂岩より硬質で、細かな彫刻に適していたと言われています。そのため、10世紀に創建されたとは思えないほど保存状態が良く、現在でも精巧な装飾を楽しむことができます。歴史好きはもちろん、美しい芸術や建築に興味がある方にも、ぜひ訪れてほしい名所です！

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で紹介。

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

## 医療コラム

### シェムリアップで広がる 緑内障検診の輪

こんにちは。アンコール共生病院医師の加藤です。

今回、5月に当院でシェムリアップ市民を対象とした、無料で緑内障検診の活動が行われました。

緑内障は徐々に視野がかけていく病気で、40歳以上の20人に一人が発症する病気です。進行すると失明してしまうこともあり、世界の失明原因の2位となっています。一度進行して失われた視野は、いくら治療しても改善はせず、もとはには戻りません。そのため、いかに早期のうちに緑内障を見つけるかが非常に重要です。

緑内障のやっかいなところは、末期になって失明が近くなるまで自覚症状が全くないところです。つまり、自覚症状がないうちから眼科の検診を受けて早期発見に努める必要があります。

当院では約3年前から、シェムリアップ州の公的なイベントとして、市民を対象とした緑内障検診を継続して行っています。最近では現地のローカルドクターのみでも積極的に検診活動を行うようになってきており、5月の活動もローカルドクターが主導してくれました。

約3年前に0から始めた活動が、政府の公認となり、現地の先生を巻き込んで自走し始めています。現地スタッフによる現地市民のための活動という自立した形こそ、国際協力のゴールとして、あるべき姿だと実感しています。

緑内障検診の重要性に国籍は関係ありません。是非みなさん一度は検診を受けましょう！ではまた！



現地企業の協賛により  
視力不良の方へ  
眼鏡が提供されました。



活動で診察している  
現地の先生たち。



病院の外では  
カンボジアの伝統薬子が  
ふるまわれました。



#### 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～

NPO法人スロラニユプロジェクトは、2010年にカンボジアの村で支援活動を開始しました。2012年の「スロラニユ小学校」建設を機に、現地の障がいのある子どもたちとご家族へのサポートを本格化させ、一人ひとりの尊厳に寄り添う活動を続けてきました。

その支援の輪は海を越え、2025年4月、兵庫県明石市に生活介護事業所こはくが誕生しました。ここでは医療的ケアが必要な方や重度の障がいのある方々(以下、パートナーさんと呼ぶ)が、絵画や草木染、動画制作といったクリエイティブな表現を通じ、自分らしいペースで社会と繋がっています。

このカンボジアと日本、二つの拠点を新たに結びつけたのが、サトウキビの搾りかすをアップサイクルして生まれた「KiBi」のサトウキビペーパーで

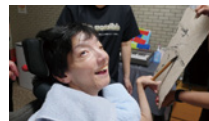
す。カンボジアの家庭で一枚ずつ丁寧にすかれたこの紙は、今、日本の生活介護事業所こはくで活動するパートナーさんたちの感性を受け止めるキャンバスへと姿を変えています。

本来出会うはずのなかった両国の障がい者同士が、この紙を通じて「作る人」と「描く人」として共鳴し、ひとつの作品を創り上げる。そのプロセスには、国境を越えた温かな絆と、生命の輝きが宿っています。

自然の風合い豊かなこのペーパーは、これからもパートナーさんたちの自己表現を支える大切な画材として、未永く物語を刻み続けます。「できない」ことではなく「できる」ことに光を当て、誰もが自分らしく未来を描ける社会へ。私たちはカンボジアと日本の架け橋となり、一人ひとりの自己実現に向けた温かな繋がりを大切に育てていきます。



口に筆をくわえて絵画制作



医療的ケアが必要な！さん



カンボジアから  
ペーパーのお届け



#### NPO法人スロラニユプロジェクト

シェ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年コムル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ェ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

## ✦ クロマー女子の 午後の紅茶 ✦

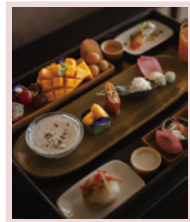
### ラッフルズ・グランドホテル

こんにちは、Natsumiです。カンボジアでは少しずつ曇り空の日が増え、雨季の気配を感じる季節になってきました。そんな時期だからこそ、気分まで晴れやかにしてくれる特別な体験としておすすめしたいのが、**ラッフルズ・グランドホテル**で楽しめる優雅なハイティーです。

こちらでは環境保護への取り組みとして、地元産やオーガニックなど持続可能な食材を積極的に使用。料理長が旬の最高級食材を使い、一品一品丁寧に仕上げたハイティーは、クメールスタイルと西洋スタイルの2種類から選ぶことができます。

西洋スタイルは、セイボリーや繊細なスイーツ、焼き菓子、ドリンクまでバランスよく揃い、上品で華やかな内容。一方のクメールスタイルでは、ローカルストリートフードや伝統菓子、旬のフルーツなど、カンボジアらしい魅力を存分に味わえるラインナップとなっています。どちらも満足感たっぷり、その日の気分に合わせて選べるのも魅力です。

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 ☪

会場となるコンサバトリーは、ホテルの美しいプールと緑豊かな庭園を望む開放的な空間。専属ピアニストが奏でるグランドピアノの優雅な音色に包まれながら、ゆったりと贅沢な時間を過ごせます。

さらに追加料金でシャンパンを合わせれば、特別感ほさらにアップ。雨季のしっとりとした空気の中で味わう、心まで満たされる至福のハイティーです。



### クロマーツアーズ (シムリアップ支店)

シ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、ピザ延長など、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

☎ 012-890-960 / 015-890-960

🕒 8:00-17:30 日・祝休み

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

📱 krormatours ✕ krormatours

## カンボジアのごはん 塩ライム (ナモガウ) を使ったスープ

こんにちは。カンボジアノゴハンです。暑い、暑い季節が過ぎました。日中の暑さをザッとリセットしてくれる雨の季節、雨季が始まりました。4月、5月とほんとに暑かった季節から、雨の後のひんやりとした空気や、また、突然の雨に打たれたりして、体調を崩す人も増える季節です。そんな時に嬉しいカンボジア料理がありますよ。以前お伝えした (SRP 8号の掲載) で塩ライム (ナモガウ) を使ったスープです。塩ライムとその汁には、ビタミンCや塩のミネラルがたっぷりです。爽やかな香りと、優しい塩味、酸味が体に嬉しいスープです。

### — 材料 (2-3人分) —

- ★ 水700ml
- ★ レモングラスの根っこ部分1本
- ★ コブみかんの葉1枚
- ★ 手羽元・手羽先でも5本ぐらい (骨付きの方がおいしい)
- ★ ナモガウ 1個
- ★ ナモガウの汁 大さじ1-2
- ★ ナンプラー大さじ1-2
- ★ 玉ねぎ 小半分
- ★ ノコギリパクチー
- ★ 青ネギ

- ① レモングラスの根っこ部分を包丁で叩き、コブみかんの葉っぱは軸を取り除いておく。
- ② 鍋に水をいれ、一緒にレモングラス、コブみかんの葉を入れる。水が沸騰し、レモングラスの香りがでてきたら、ぶつ切りにした鶏肉を入れる。
- ③ アクを取り除きながら鶏肉に火を通す。鶏肉に火が通ったら、ナモガウを横半分に切り、房の中の種を全て取り除き、(種が苦味の原因になるため) 果肉を潰すように鍋に加える。
- ④ ナモガウの汁、ナンプラーも加え一煮立ちさせる。玉ねぎを入れ、蓋をして火を止める。
- ⑤ 余熱で玉ねぎがやや透明になったら器に。パクチー、青ネギを散らして出来上がり。



### カンボジア料理教室 カンボジアノゴハン

前原とよみ

- カンボジアが大好きな人
- 看聴師
- 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

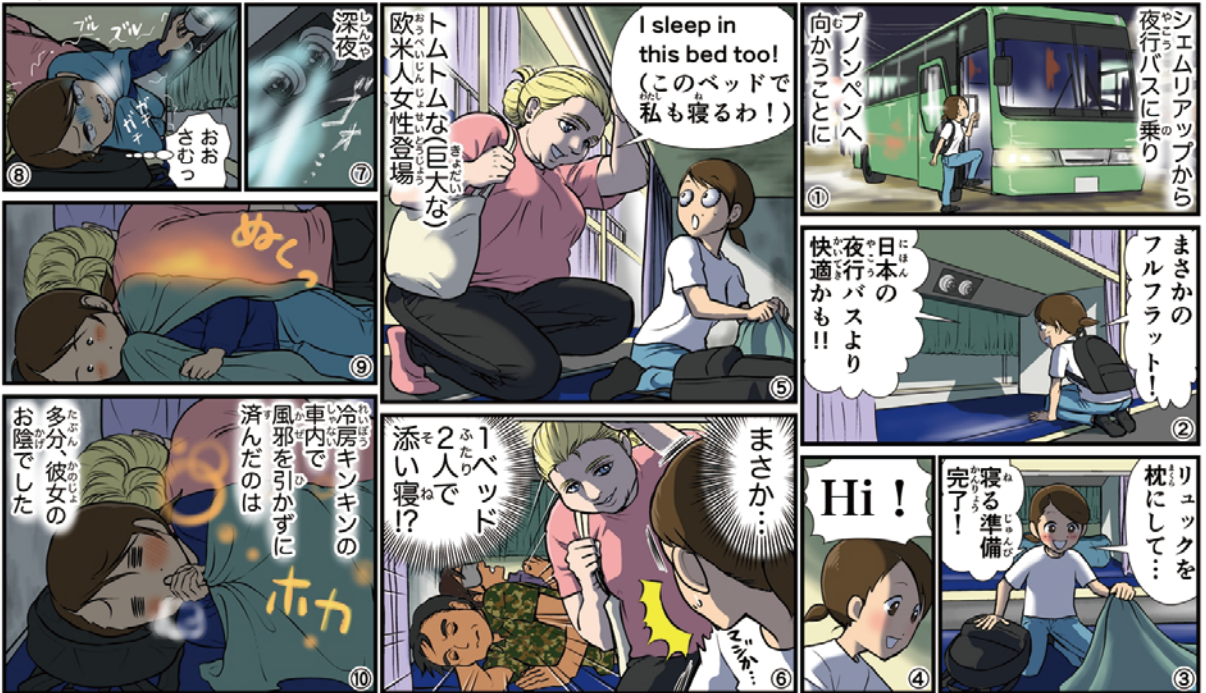
📱 cambodianogohan

# オタクが司見たカンボジア

安住だいイチ @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

## 14. まさかの添い寝バス

予備知識ゼロの乗車だったので衝撃的でした…!



## カンボジア祝日情報とプチ情報

### モニク前王妃誕生日

1936年6月18日、ノドムモニヤットシハヌーク妃(旧名:パウルモニクイヅ)が誕生。稀にみる美女と称されていた彼女がシハヌーク元国王と結婚したのが1952年、そしてその翌年1953年にシハモ二現国王が誕生、1954年にはナリンドラポン王子(1953-2003)を出産した。

彼女の父(第二次世界大戦で戦死)はフランスとイタリアの血統で、母はブノンペン生まれであった。生まれた場所はフランス植民地であったベトナム・サイゴン(現ホーチミン)である。



祝日情報

6月 18日 モニク前王妃誕生日

### クメール語ミニレッスン

### 雑談が楽しくなる! カンボジア語表現3つ



今回は、カンボジア人との雑談で使いやすい3つの基礎的な表現を紹介します。

#### ～したい ចង់(チョン)

主語 + ចង់(チョン) + 動詞 + 目的語

例文: 「アンコールワットを見たいです」  
 「日本食は食べたくないです」  
 「何がしたいですか?」

#### ～が好き ចូលចិត្ត(チョールチャット)

主語 + ចូលចិត្ត(チョールチャット) + 動詞や名詞

例文: 「カンボジア料理が好きです」  
 「日本食は好きですか?」

#### ～したことがある ធ្លាប់(トロアッブ)

主語 + ធ្លាប់(トロアッブ) + 動詞 + 目的語

例文: 「カンボジアに行ったことがあります」  
 「カンボジア料理を食べたことがあります」  
 「日本に行ったことがありますか?」



株式会社トライアンプカンボジア

☎ 9:00-18:00 ☎ 096-879-6753  
 🌐 https://www.triumph.jp/cambodia/  
 📱 @camphnompenh  
 ✉ matsuishibuki@gmail.com



松井 飛樹 Matsui Shibusaki

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!

# ក្រុង ទាំងអស់គ្នា 一緒に歌いましょう⑧ 涙そうそう

一緒に歌いましょう⑧  
涙そうそう

C Bb F Gm  
 4 C C Bb F Bb F Bb F  
 9 Bb F D7 Gm C7 F

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12  
 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12  
 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12  
 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12  
 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12  
 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12  
 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

今回は、日本の名曲「涙そうそう」です。カンボジアでは、ソクン ニサという女性の歌手が歌っています。

カンボジアの日本語学校ではよく歌われている定番曲。日本語ガイドさんや日本語学習者の方の前でカンボジア語で歌うと、一気に距離が縮まること間違い無し！ぜひカンボジア語で挑戦していただきたい一曲です。



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

## クロマー観光ニュース

### ▶ アンコールワット第三回廊見学に関するお知らせ

2026年6月より毎月14日及び28日の13時よりアンコールワット第三回廊の維持管理のため、回廊への訪問が禁止となる。なお、従来通り仏足日に関しては終日訪問不可となっている。観光の際はお気を付けてください。(2026/6/13)

### ▶ 国際ヨガデーイベント開催

毎年6月に国際ヨガデーとして、シェムリアップ及びプノンペンにて大々的なヨガイベントを開催しています。2026年度は6月19日および21日に開催されました。来年度も開催される予定で飛び込みも大歓迎。ご興味ある方は是非。(2026/6/11)

### ▶ 中国パスポート所持者向けビザ免除開始

2026年6月15日～10月15日までの3か月間、中華人民共和国パスポート所持者に対して、カンボジアビザ免除キャンペーンを開始。(2026/6/1)

### ▶ インディゴ航空、シェムリアップ線を一時休止

インドの格安航空会社であるインディゴ航空が、シェムリアップ線、ホーチミン線、クラビ線等、計6路線の運行を2026年7月1日より9月30日まで一時休止、10月1日以降に再開予定となっている。(2026/6/8)

観光分野の  
ニュースです。



## カンボジアビジネスの 広告・PRなら

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



シェムリアップ版  
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)

クロマーマガジンは2006年創刊。  
カンボジアの情報誌として、  
この国に住む人や、この国に訪れる人に  
生活、旅行、ビジネス情報等をお届けしています。  
2都市でそれぞれ異なった内容で発行中！！

雑誌版ご希望の方は、お近くのクロマーツアーズまで。

PDF版は→



## 地球の歩き方 アンコールワットとカンボジア

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

クロマー編集部

TEL/Telegram: 017-777110  
 Mail: info@seishiron.com

## 広告募集



## JICA在外健康管理員の仕事

皆様こんにちは。今回はJICAカンボジア事務所内の健康管理室からお届けしたいと思います。私はJICA在外健康管理員(英語表記はHealth Advisor、以下「HA」という職種で勤務しております、木田綾子と申します。日本での看護師資格を保持しております。これまで9回にわたりJICAカンボジア事務所の紹介をしまいましたが、本日はHAである私が、アンカーとしてリレーを締めくくりたいと思います。

JICAでは、年間約10,000人の専門家、海外協力隊、JICA職員などのJICA関係者(随伴家族も含む)を、医療・衛生事情の厳しい開発途上国に派遣しています。これら関係者の方々が、心身共に健康で生活、業務を遂行できるよう側面的に支援することが、HAの役割です。主な業務としては、日常的な健康相談や傷病対応、疾病予防対策、医療情報収集などの活動に加えて、JICA関係者が重大な病気に罹患したり、事故に遭遇したりした場合には、適切な治療を受けられるよう現地医療機関とJICA本部との間で"架け橋"となり、緊急移送の側面支援を行います。現在、JICAは約100か所のJICA在外拠点の内、46か国にHAが配置されています。



ODA事業で病棟建設した公立病院への医療調査訪問  
(筆者、右から2番目)



医療調査の様子



HA業務において、傷病者が発生した際の「傷病対応」は優先順位が高く、極めて重要な役割です。しかしながら、その前段階である「傷病発生時に迅速に対応するための準備」、さらに前々段階の「疾病発生の予防」も同様に、HAの果たすべき重要な役割であると考えています。不慮の事故や、既往症による病状悪化など、予防が困難なケースも存在しますが、多くの疾病は日頃の対策により予防が可能です。その一例がデング熱です。デング熱は、デングウイルスを保有する蚊に刺されることで感染し、一部の方では重症化し、時には死に至ることもある感染症です。HAから防蚊対策の重要性を積極的に発信し、一人ひとりの行動変容を促すことによって、感染リスクを低減させることが可能です。

HAとして常々発信しているメッセージは「安全と健康をなく(失く)して、よい仕事(活動)はできない!」です。心身ともに健康でなければ、本来持っている能力を十分に発揮することはできません。HAとして、また日本での看護師としての勤務経験から健康の保持・増進には、やはり自己健康管理が最も重要だと考えています。カンボジアに在住されるすべての皆様が、ご自身の健康を大切に、安全で健やかな日々をお過ごしになられることを心より祈念しています。

JICAカンボジア事務所 健康管理員  
木田 綾子



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

## 新年度スタート!



カンボジアでは一年で最も暑い4月のクメール正月明け、アンコール補習授業校も新年度が始まりました。今年はおそらく過去最高(!?) 22名の児童でスタート。新入学児童の笑顔が光っています。さらに今年度はJSL (Japanese as a Second Language) クラスも開設し、より丁寧に充実した授業になるよう取り組んでいきます。

私が担当する1年生クラスは、昨年幼稚部から継続の子と新しい子を合わせて6名でスタートしました。初々しくて元気いっぱいの子は、授業中も発言が止まりません。ひらがな一文字一文字を丁寧に追うその瞳は真剣そのもの。現在は国語の基礎からじっくりと学習を進めています。

休み時には学年を越えて賑やかに交流する子どもたちの姿があります。カンボジアという異国の地で、同じ言葉を共有する仲間と過ごす時間は、子どもたちにとって大切なアイデンティティの根っこを育む場でもあります。

一人ひとりの習熟度や背景に寄り添いながら、どの子にとってもここが「日本語で自分を表現できる」大切な場所でありたいと願っています。この一年、子どもたちの成長を地域の皆様とともに温かく見守っていければ幸いです。

小口佳納子



### アンコール補習授業校 Angkor Japanese School

毎週日曜日の午前、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](mailto:angkorjschool@gmail.com)

🕒 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日本食フェアの開催

5月1日から5日にかけて、シェムリアップにおいて初めてとなる日本食フェアがJETROプノンペン事務所主催で行われました。期間中、アンコールマーケット3号店において日本食特別ブースが設けられ、うどん及びぶりかけの試食が行われたほか、5月3日にはアンコールタイガー・スタジアムにおいて来場者にうどんの試食が約2,000食提供されました。

いずれのイベントも大変好評で、試食した地元の人からは美味しいとの声が多数寄せられました。また、うどん効果もあり、3日のサッカー試合の観客数は過去最多となる2,997名に上り、地元チームの劇的勝利も相まって、会場は大いに盛り上がりました。

在シェムリアップ日本国領事事務所 所長 米澤 篤



※在シェムリアップ日本国領事事務所は、在カンボジア日本大使館に付属する機関で、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、プレアピビア州、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行っています。

✉ [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

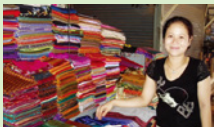
📘 [JapanEmbassyCambodia](https://www.facebook.com/JapanEmbassyCambodia)



## 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も味わえる。北側が地元向け、南側が観光客向けエリアとなる。

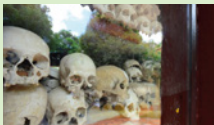
時 6:00頃～日没まで



## キングフィールド

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\$



## 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

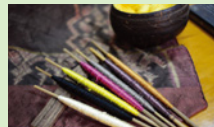


## クメール伝統織物研究所(IKTT)

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



## 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に及ぶ大ナマス、6mのバインソ、川カワウソなども飼育されている。

時 8:00-17:00/18:00(週末)

料 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、バンテアイクテイ遺跡で発見した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ペインティングが残っており、当時の生活や仏教の話をすることができる。



## 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\$



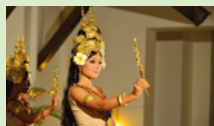
## バブ・ストリート

観光客や地元の人で賑わうブチ歓楽街。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

ハットバンの実力派 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勧め都市情報**

\* 距離と時間などは全てシェムリアップ発

**プノンペン(首都)**

王宮、シルバーパゴダ、ワットプノン、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**

ポーコー国立公園、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**

バンブートレイン、遺跡、サンボア山、コンピンバイ、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、アンコールトム、バヨン、タプロム、バンテイセレイ 定額!アンコール1日コース	 <b>106s</b> アンコールワット、アンコールトム、バヨン、タプロム、バンテイセレイ 1日メカ盛り!アンコールとベンメリア
 <b>55s</b> アンコールワット、アンコールトム、バヨン、タプロム、バンテイセレイ 人気森遺跡!半日ベンメリア	 <b>115s</b> アンコールワット、アンコールトム、バヨン、タプロム、バンテイセレイ ベンメリア、アンコールワット、アンコールトム、バンテイセレイ コーケー遺跡群
 <b>45s</b> アンコールワット、アンコールトム、バヨン、タプロム、バンテイセレイ タルムズして 夕日鑑賞 半日!シレサップ湖&夕日	 <b>95s</b> アンコールワット、アンコールトム、バヨン、タプロム、バンテイセレイ 穴場絶景スポットへ! ベンメリア & フノンケーレン
 <b>170s</b> アンコールワット、アンコールトム、バヨン、タプロム、バンテイセレイ 第3の世界遺産!サンホー・ブレイクック	 <b>22s</b> アンコールワット、アンコールトム、バヨン、タプロム、バンテイセレイ 無形文化遺産!アプサラダンス デイジーアップショー

日本語で簡単予約!

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

QRコードとLINEコードが示されています。

🍽️ 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

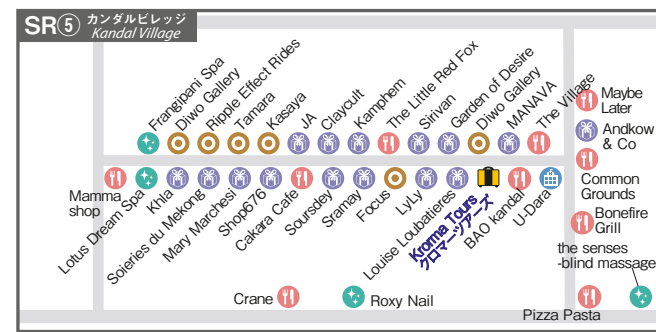
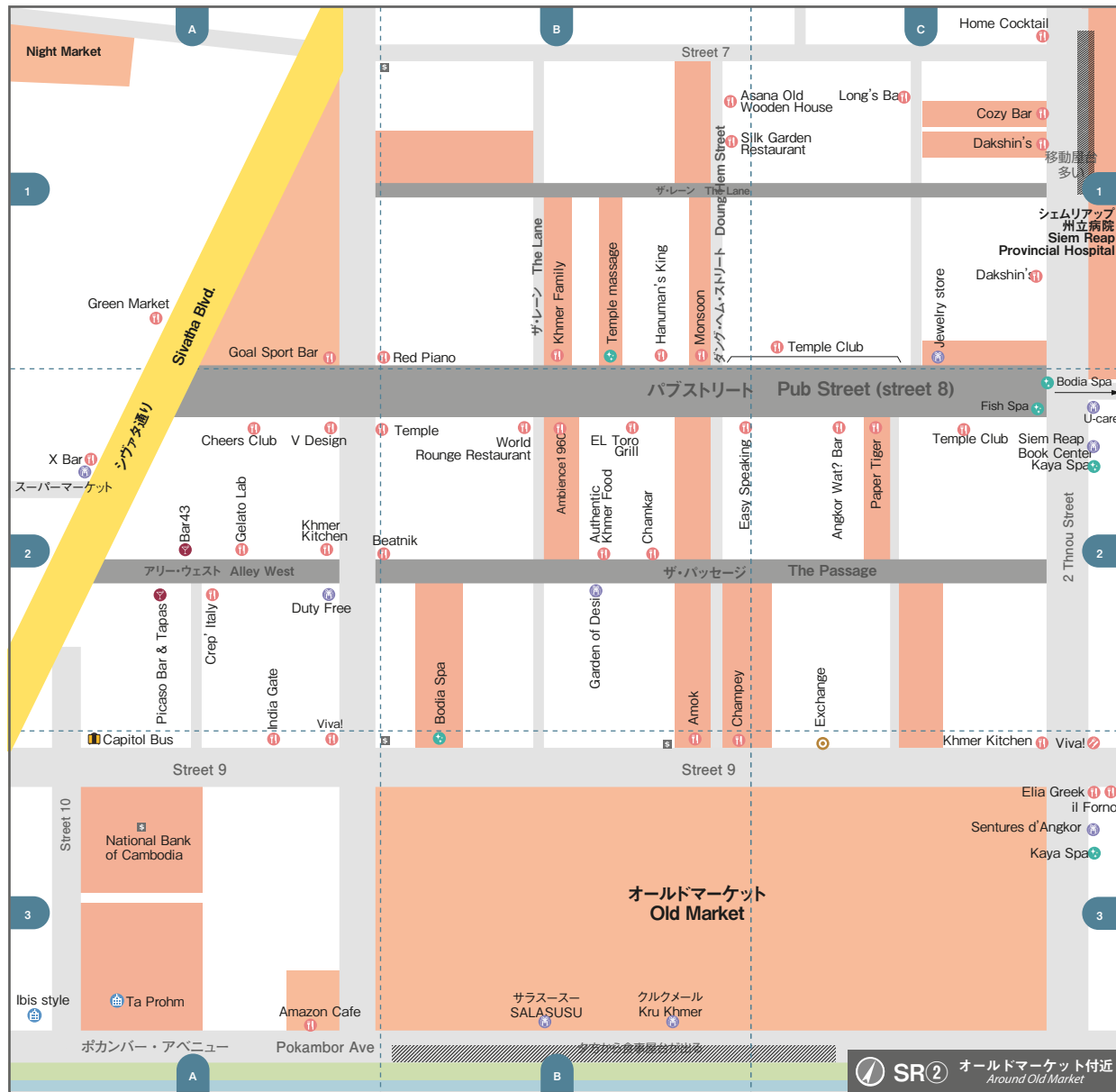
旅行会社で旅を学ぼう!

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



<p><b>小回りコース -Small Circuit-</b></p> <p>主にアンコールトムの東南（またはアンコールワットの東北）エリアにある遺跡を回る観光ルート。アンコールトムの北門から出て、プリアカン〜プレ・ループ間の観光要素をつないでいる。所々にめったに人が訪れない小道跡もあり、自転車でゆっくりと回るのもよい。</p> <p>主要遺跡：タブローム、バンテア・クディ、スラ・スラン、タケウ、クラバン、トマン、チャウ・サイ・テボダなど</p>	<p><b>大回りコース -Big Circuit-</b></p> <p>アンコールトムの北西〜西側エリアにある遺跡を回る観光ルート。アンコールトムの北門から出て、プリアカン〜プレ・ループ間の観光要素をつないでいる。所々にめったに人が訪れない小道跡もあり、自転車でゆっくりと回るのもよい。</p> <p>主要遺跡：プリアカン、ニャックポアン、タソム、東メボン、プレ・ループなど</p>
<p><b>アンコール遺跡入場券</b></p> <p>1日券：37US\$ (有効期限：1日)          3日券：62US\$ (有効期限：1週間)          7日券：72US\$ (有効期限：1か月)          ※12歳未満・無料</p>	<p><b>アンコール遺跡以外入場券</b></p> <p>コーケー：15US\$          プンクレーン：20US\$          プレアヴィヒア：10US\$          サンボークレイック：10US\$</p>



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

圍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

## 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。



① マハーバーラタ



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 ラーマーヤナ

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。

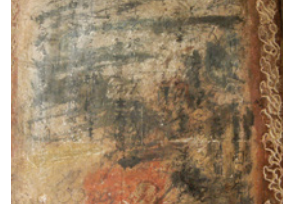
最も神聖な場所と  
言われている



### 第三回廊

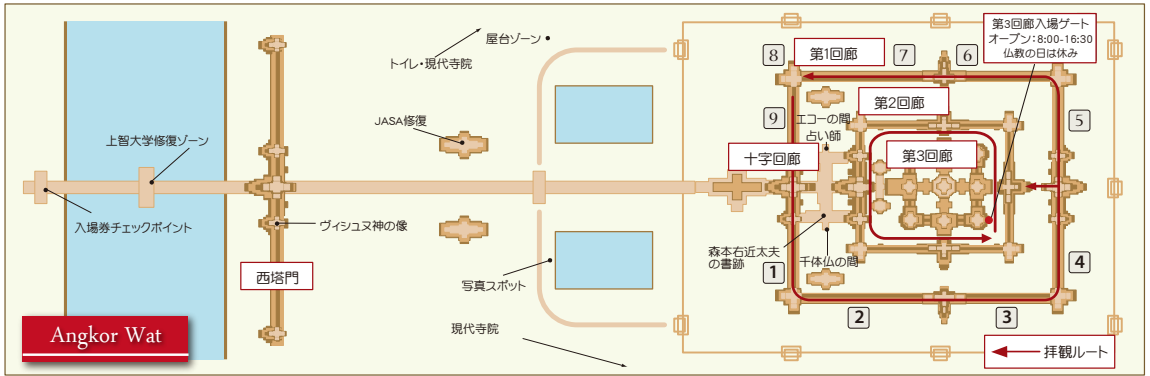
「神々の住む場所」中央塔。仏陀立像が四方に立ち、その周りには三段に並ぶ美しい女神像がある。8~17時までで入場可。仏教の日(終日、毎月14日、18日は13時より入場不可)。

森本右近太夫の書  
を見つけよう!



### 十字回廊

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



## アンコール・トム Angkor Tom

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描かれている。これは中心にあるバイヨン寺院が不老不死の薬アマリタを生み出したマンダラ山であると言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「ヤシヨダラブラ」。

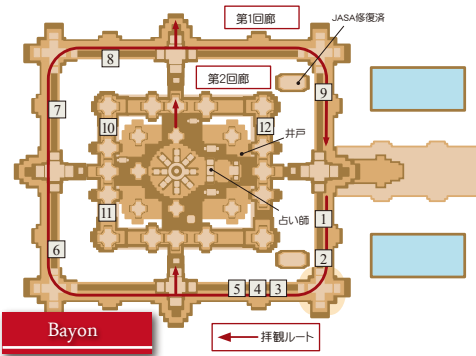
### アンコール・トム内遺跡 Inside of Angkor Thom

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  
巨大涅槃像が!



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

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。

### ピミアナカス



年代 10世紀前半  
創建 スーリヤバルマン1世  
宗教 ヒンドゥー教

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。

### 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「瀧王のテラス」の題材となった。

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

### タブローム



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。

### バンテアイクデイ



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 ヒンドゥー教  
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

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

### プリアカン



年代 1191年  
創建 ジャヤバルマン7世  
宗教 仏教

「聖なる剣」という意。当時の王がチャム王と戦った地に建造し、父の菩提寺として祭ったとされる。敷地外周は東西約800m、南北約700m。四方にはアンコールトム同様、乳海攪拌の欄干が残り、外側周壁には50m毎に大きなガ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 ヒンドゥー教

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

### タ・ソム

年代 12世紀末 宗教 仏教  
創建 ジャヤバルマン7世



ジャヤタターカ(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無いが、東塔門の四面仏には高木リエップの根が絡みつき見るものに忘れられない印象を与える。入口は西側。

### 東メボン

年代 952年 宗教 ヒンドゥー教  
創建 ラジェンドラバルマン2世



王朝初期に造られた巨大貯水池東バライ(東西7.5km、南北1.8km)中心に建つ寺院。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

大人券 62s  
アンコールトム  
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

大人券 55s  
ラピエダを彷彿!  
屍羅寺院  
人気森遺跡!半日ベンメリア

大人券 106s  
アンコールワット  
朝日、バイヨン  
タブローム、ベンメリア  
1日メカ盛りアンコールとベンメリア

大人券 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

お風呂! 45s  
クルーズして  
夕日鑑賞  
半日!トシレサップ湖&夕日

大人券 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!プレアヴィヒア

お風呂! 170s  
第3の世界遺産!サンポブレイクク

大人券 22s  
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!



LINE



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

## ロリュオス遺跡群 Roluos Group

シュ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。

### バコン



年代 881年  
創建 インドラバ爾マン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。

### プリア・コー



年代 879年  
創建 インドラバ爾マン1世  
宗教 ヒンドゥー教

ロリュオス遺跡群の中では最古の遺跡で「聖なる牛」の意。シヴァ神の乗り物とされるナン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。

### ロレイ



年代 893年  
創建 ヤショーバ爾マン1世  
宗教 ヒンドゥー教

大貯水池インドラタターカ(創建者の父・インドラヴァルマンの名を称えた呼称)の中央小島に建設された寺院。先祖供養のために構築したと言われており、王の祖父母、両親にそれぞれ1基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 ラジェンドラバ爾マン2世  
宗教 ヒンドゥー教

東洋のモナリザと評される美しいテバダーは必見!

シュ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る。「東洋のモナリザ」と呼ばれるテ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 ジャショーバ爾マン1世  
宗教 ヒンドゥー教

シュムリアップ南部、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 スーリヤバ爾マン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 スーリヤバ爾マン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  
創建 ヤショーバ爾マン1世

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

### チャウスレイヴィイボル

年代 11世紀頃  
創建 スーリヤバ爾マン1世

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

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時間で聖山ブ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 ウダヤティティヤバルマン2世  
宗教 ヒンドゥー教

ブノンクーレン



年代 802年  
創建 ジャヤバルマン2世  
宗教 ヒンドゥー教

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  
巨象は圧巻



年代 不明  
創建 不明  
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。

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\$。

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 ヒンドゥー教  
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」「ガルダに乗るヴィシュヌ神」「神々」が刻み込まれている。



撮影、編集、営業等業務実績一覧

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

各種撮影許可取り等各種お問合せ、  
お見積もりはこちらから

クロマーメディア事業部



017-777-110  
info@seishiron.com



## 遠距離遺跡 Outlying Temples

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



### ベンメリア

年代 12世紀中頃  
創建 スーリヤバルマン2世  
宗教 ヒンドゥー教

南門テラスにある  
ナーガは一見の価値あり

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

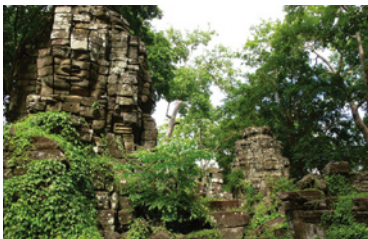
シェムリアップから北東へ約120km。この地には928年から944年頃まで、アンコール地方から王都が移されていたが、王の死後、再びアンコールに王都を戻し、その後ずっと放棄された。遺跡群はブラサットムと呼ばれる高さ35mの7段ピラミッド型寺院を中心に30以上の祠堂や貯水池跡等の遺跡が残っている。寺院は比較的綺麗に残っている。入場料15US\$。

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の首都として建造された寺院群。コンボントムの町からは東へ約30km地点。シェムリアップから南東に約170km。森に囲まれた寺院群は大まかに分けて4つのグループ、130以上ものレンガ造りの遺跡から形成されている。中でも八角形の祀堂、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)」「プレアストーン(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\$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、口座を持っていくと便利。また、ATMはクレジットカードでの現金引出しが可能(要手数料)。都市部ではATMが日々増設されている。カンボジアの銀行は、銀行が破産申請した場合の預金保証制度が無いため、注意が必要。※T/Cの取扱いは2013年9月より停止している。

## 交通事情

三輪のリキシャーやト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 consulp.jp@re.mofa.go.jp

緊急連絡先 夜間及び休館日  
023-962-664

### 在カンボジア日本大使館

Map --

住所 No.194, Norodom Blvd., Phnom Penh  
電話 023-217161 ~ 4(代表) Fax 023-216162  
開館 8:00-12:00 / 14:00-16:30(平日) 土日祝休  
Web www.kh.emb-japan.go.jp Mail japan.embassy@pp.mofa.go.jp

緊急連絡先 平日昼休み 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で注意!

### 市警察外国人課

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

### シェムリアップ ツーリストホリス

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

### プノンペン ツーリストホリス

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://ajfh.org/

### ロイヤルアンコール国際病院

Map ③A

Royal Angkor International Hospital

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

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

### ホテルドクターサービス

Map

Hotel Doctor Service

体調が悪い時にホテルまで駆けつけてくれる。日本人看護師在籍。

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

## プノンペン

Phnom Penh

### ケンクリニック

Ken Clinic

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

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

### サン・インターナショナル・クリニック

Sun International Clinic

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

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

### サンライズ・ジャパン・ホスピタル

Sunrise Japan Hospital Phnom Penh

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

Add 177E, Kola Loum St. Tel 012-816-911/023-722-058  
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.royalphenompenhhospital.com

### シハヌークビル

Preah Sihanoukvill

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



# 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** ①A-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** ①B-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** ①A-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** ①A-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** ①A-4  
サイドメニューも豊富な寿司居酒屋。ランチセットはお得。  
☎ 010-634-620 ☎ Night Market St.

**居酒屋大 IZAKAYA DAI** ①A-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

**花紋 Kamon Japanese Dining and Cafe** ①C-4  
カツカレー、お寿司など定番の和食をリーズナブルに楽しめる。  
☎ 092-990-986 ☎ Sombai Rd.

**タイガーラーメン Tiger Ramen** ①A-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** ①B-3  
ソカアンコール内にある、高級日本料理店。  
☎ 096-616-1999 ☎ National Rd.6

**鳥居 TORII** ①B-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** ①B-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 Sangreath Tep Vong St.

**ハシ Hashi** ①C-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.

**ラーメン 餃子 宮崎 Japanese Ramen Dumplin Miyazaki** ①A-3  
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。  
☎ --- ☎ Taphul Street

**やきとり大将 Yakitori Taisyo** ①A-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** ①A-3  
カンボジア産の牛タン専門店。上質なタンを堪能できる。  
☎ 087-428-965 ☎ Bakheng Rd.

## 食べる Khmer Restaurant カンボジア料理

**アマゾン・アンコール Amazon Angkor** ③B  
アプサラダンスショーを每晚開催しているインターナショナルブッフエレストラン。  
☎ 012-966-988 ☎ Phum Kruos

**クメールテイスト Khmer Taste** ①B-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** ②C-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** ③A  
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** ①B-1  
本格的なクメール料理。古民家を改装している。雰囲気、サービスよし。  
☎ 012-809-123 ☎ Near Charming City

**デヴィシアター Devi Theater Siem Reap** ①A-2  
幻想的な演出と伝統舞踊、クメール料理を楽しめる人気のディナーシアター。  
☎ 011-858-688 ☎ Khmer Pub L

**ロバム シアター Robam Theater** ①D-1  
カンボジア伝統舞踊を鑑賞しながら食事ができる。ビュッフェの料理は絶品。  
☎ 010-667-788 ☎ Ring Road

**リバー スクエア 24 River Square 24** ①D-4  
モダン・クメール料理を、洗練された空間で楽しめる川沿いのレストラン。  
☎ 012-614-695 ☎ River Road

**ぼくちゃん食堂 Bokuchan Shokudo** ①A-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

**ストリート 27 The Street27 Restaurant & Cafe** ①C-3  
落ち着いた雰囲気でお食事とカフェを楽しめる。プールもある。  
☎ 012-660-052 ☎ street27

**チャンレイ・ツリー Chanrey Tree** ①B-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** ①A-2  
正統派のカンボジア料理。報道写真家一ノ瀬泰三が通っていた。  
☎ 012-682-832 ☎ National Rd.6

**ポー・クイジーン Por Cuisine** ①D-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** ①C-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

**マリリス Malis** ①B-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** ①C-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 Morakat Angkor** ①A-1  
アプサラダンスショー、クメール格闘技ポックタオショー開催のショーレストラン  
☎ 098-776-777 ☎ Psar Dam Krolanh Rd.

**ブム・トライン Phum Traing Restaurant caf'e and Art** ①D-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

## 食べる Chinese Restaurant 中国料理

**インペリアルレストラン Imperial Restaurant** ①C-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** ①A-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

**ラビリンス THE LABYRINTH** ①A-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、料理全て一流。  
☎ 077-390-867 ☎ National Rd.6

**アバカス Abacus** ①A-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** ②C-3  
イタリアンといえばここ!老舗で在住者からも絶大な人気を誇る。  
☎ 078-208-174 ☎ Street 09

**ソカ・リバー・ラウンジ Sokkhak River Lounge** ①B-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** ①C-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** ①B-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** ①B-4  
カンダールピレッジ内のイタリアン。パスタは自家製。  
☎ 088-413-8649 ☎ Kandal Village

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

食べる

買う

癒す

体験する

泊まる

暮らす

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

食べる Bar	バー
アサナ・オールドウッドハウス ASANA old wooden house 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	📍 ②B-1
アトランティスメタルバー Atlantis Metal Bar 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	📍 ①A-1
Xバー X Bar 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.	📍 ①B-4
シルク・ガーデン Silk Garden 欧米人、カンボジア人で賑わう。自由な雰囲気人気。 ☎ ---- ☎ St.7	📍 ②B-1
ハードロックカフェ HardRockCafe 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.	📍 ①B-4
ピカソ Picasso 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	📍 ②A-2
二次会 NIJIKAI-KARAOKE BAR- ソクサン通りあり。歌えるカラオケバー。日本語の歌も充実。夜 22 時～。 ☎ ---- ☎ Sok San St.	📍 ①A-4

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
カム KANMU 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.	📍 ①C-5
クメールタイム Khmer Time アンコールクッキー併設、マンゴーかき氷人気 No.1 ☎ 017-976-660 ☎ Charles de Gaulle Blvd.	📍 ①C-2
ブラウンコーヒー Brown Coffee 天井が高く広々とした空間で落ち着く。プノンベンにもあるチェーン店。 ☎ 098-999-818 ☎ National Rd.6	📍 ①B-3
ジェラートラボ Gelato Lab 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	📍 ②A-2
テンプル・コーヒー Temple Coffee 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	📍 ①B-4
バイオン・コーヒーショップ Bayon Coffee Shop NGO 運営のペストリースクール併設のカフェ。小道を入るとある。 ☎ 077-806-229 ☎ Taphul Rd.	📍 ①A-3
パコン Bakong Restaurant & Cafe カジュアルで素敵なお店が飾られている。明るくて落ち着いている。 ☎ 012-333-932 ☎ No.001, Sivatha Blvd.	📍 ①B-4
ピース・カフェ Peace Cafe オープンエアが気持ちいいガーデンカフェ。 ☎ 092-177-127 ☎ Riverside	📍 ①C-2
フレッシュフルーツファクトリー Fresh Fruit Factory 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.	📍 ①A-3
EMEM・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 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.	📍 ①A-4

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 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.	📍 ①C-2
カンボジア・ティータイム Cambodia Tea Time 伝統菓子ノム・トム・ムーンを中心にお土産が揃う。 ☎ 092-671-928 ☎ Charles de Gaulle Blvd.	📍 ①B-1
セントウル・ダンコール Senteures d'Angkor 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	📍 ②C-3
ベリーベリー Very Berry 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	📍 ①B-4
メイドインカンボジアマーケット Made in Cambodia Market カンボジアメイドのこだわりのお土産が揃う青空市。 ☎ 010-345-643 ☎ Oum Khun St.	📍 ①B-3

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 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.	📍 ①A-4
アンドコ Andkow & Co 薬莢を使ったアクセサリー、革製品が多数。手作業でこだわりのもの。 ☎ 010-872-254 ☎ Kandal Village	📍 ①B-4
クメール伝統織物研究所 IKTT 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	📍 ①B-5
クル・クメール Kru Khmer 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	📍 ②B-3
サラスー SUSALASUSU 村の女性達が作るイグサを使用した雑貨やサンダルが人気。 ☎ 016-808-712 ☎ Old Market	📍 ②B-3
パヴァナサラ Pavanasara 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	📍 ①B-4

買う Super Market & MALL	スーパー & モール
アンコールマーケット Angkor Market 在住者御用達のスーパー。 ☎ 012-222-285 ☎ Sivatha Blvd./National 6 Rd.	📍 ①A-2
グリーンマーケット Green Market 様々な国の料理が楽しめるフードコート。 ☎ 066-265-935 ☎ Sivatha Blvd.	📍 ①B-4
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 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.	📍 ①B-3

買う Others	その他
インターナショナルブック (IBC) International Book Center 大型の文具店。2階が本屋になっている。 ☎ 010-385-168 ☎ National 6 Rd.	📍 ①C-3
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ヵ月～可。3ヵ月以上は生活支援金有  
シエムリアップ/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

- ザ・センス THE SENSES - blind massage -** ⑨①B-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.
- スパ・クメール Spa Khmer** ⑨①C-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.
- セラピーマッサージ Therapy Massage** ⑨①B-4  
1時間 \$5程度〜、リーズナブルな町スパ。  
☎ 012-732-220 📍 Sok San Rd.
- ボディア・スパ Bodia Spa** ⑨①B-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
- ロキシーネイル ROXY NAIL SPA** ⑨①B-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** エクスぺリエンス

- アンコール・ジップライン Angkor Zipline** ⑨④  
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
- アンコール・バルーン Angkor Balloon** ⑨④  
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
- クメール・セラミック Khmer Ceramic** ⑨①C-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
- ハッピーレンチ・ホース・ファーム Happy Rench Horse Farm** ⑨---  
シ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

- メイジャーシネプレックス Major Cineplex** ⑨①B-4  
シムリアップ最大の映画館。3Dも対応の大画面。  
☎ 081-666-210 📍 Sivatha Blvd.
- レジェンド・シネマ Legend Cinemas, Heritage Walk** ⑨①B-3  
ヘリテージウォークの上の階にある。  
☎ 081-300-400 📍 National Road No. 6.
- バンブー・ステージ Bambu Stage ※リノベーション中** ⑨①B-5  
伝統芸能の影絵芝居をオリジナル演出で見られる。  
☎ 097-726-1110 📍 Ring Rd.
- ファー カンボジアサーカス Phare, The Cambodian Circus** ⑨---  
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

- アンコール・アイ Angkor Eye** ⑨③A  
85mの高さを誇る大観覧車。シムリアップのランドマーク的存在。  
☎ 098-261-888 📍 Sivatha Blvd.
- アンコール・ボタニカル・ガーデン Angkor Botanical Garden** ⑨---  
南国の植物園。オシャレカフェもある。  
☎ 017-865-656 📍 Krong Siem Reap
- アンコールワイルドライフ&アクアリウム Angkor Wildlife & Aquarium** ⑨---  
メコン川やトレンサップ湖の魚淡水魚の水族館。動物園もある。  
☎ 095-882-421 📍 Khchas Commune
- ウェイクパーク Wake Park Cambodia** ⑨---  
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
- 二次会 NIJKAI - KARAOKE LOUNGE -** ⑨①A-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

- アンコール国立博物館 Angkor National Museum** ⑨①B-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.
- アキ・ラー地雷博物館 Akira Landmine Museum** ⑨---  
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

- 地雷撤去平和博物館 The Peace Musum of Mine Action(CMAC)** ⑨---  
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
- 戦争博物館 War Museum** ⑨③A  
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
- プラー・ロードム・シアヌークアンコア・ミュージアム Preah Norodom Sihanouk-Angkor Museum** ⑨④  
「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

- アンコールゴルフリゾート Angkor Golf Resort ※一時休業中** ⑨④  
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
- ポキットラー・カントリークラブ Pokheethra Country Club** ⑨④  
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
- アンコールフィットネス Angkor Fitness** ⑨④  
町の中心地にあり広くしっかりしている。プログラムも多い。  
☎ 092-317-330 📍 Watbo Bridge
- オウム ヨガセンター AUM Yoga Center** ⑨④  
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
- ゴールドフィットネス Gold Fitness** ⑨①A-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.
- ヨガ・スペース Yoga Space** ⑨①A-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

- クロマーツアーズ Krorma Tours** ⑨①B-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 📍 Kasekam Village

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

- アンコール・パラダイス Angkor paradise Hotel** ⑨①A-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
- エンプレス・アンコール Empress Angkor Hotel** ⑨③A  
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
- ケメラ・アンコール Khemara Angkor Hotel** ⑨③B  
国道沿いにあり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
- ザ・ピースハウス The Peace House** ⑨---  
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 Siem Reap
- シティアンコールホテル City angkor hotel** ⑨③A  
国道沿いの老舗大型ホテル。会議などでよくつかわれる。  
☎ 063-760-336 📍 National Rd.6
- ストウンシムリアップ Steung Siemreap Hotel** ⑨①B-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
- タラ・アンコール Tara Angkor Hotel** ⑨①C-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.
- チーサタ CTS ホテル Cheatatha cts angkor hotel** ⑨①A-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
- パシフィック Pacific Hotel** ⑨③A  
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
- クーレン セントラル モール&ホテル Koulen Central Mall and Hotel** ⑨①B-4  
広い客室と便利な立地で、観光にも滞在にも使いやすい快適ホテル  
☎ 092-630-063 📍 Oukha Oum chhay
- ホームウッドホテル Homewood Hotel** ⑨①C-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
- ソカ・パレス Sokha Palace Siem Reap** ⑨①D-1  
昨年ソカシ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

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	📍📞📍
国道とシヴァタに面し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	📍📞
国道から小道に入ってすぐ。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	📍📞
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	📍📞
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	📍📞
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	
エフシーシー アンコール	FCC Angkor	📍📞
全室スイートルーム。非日常の贅沢な空間を堪能できる。		
☎ 063-760-280	🏠 Pokambor Ave	
シントamani・アンコール	Shinta Mani Angkor, Shack	📍📞
著名リゾートデザイナーの手掛けるリゾートホテル。		
☎ 063-964-123	🏠 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	📍📞
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	📍📞
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	📍📞
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	📍📞
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	📍📞
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	📍📞
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	📍📞
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	
ラ・プラント	LA PLANTE	📍📞
自然に囲まれた落ち着いた空間で、快適な滞在を楽しめる。		
☎ 016-252-254	🏠 412 Samdech Tep Vong Street	

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	📍📞
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	📍📞
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	📍📞
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	📍📞
南国の雰囲気漂う滞り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	📍📞
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	📍📞
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	
ソフィテル・アンコール	Sofitel Angkor Phokeethra Golf & Spa	📍📞
優雅な庭園と充実した館内施設の高級リゾート。		
☎ 063-964-600	🏠 Charles de Gaulle Blvd.	
ツリーライン・アーバンリゾート	Treeline urban Resort	📍📞
モダンで緑溢れるアーティスティックなホテル。		
☎ 063-961-234	🏠 Ahasva St. Wat Bo Village	

ロイヤルアンコールリゾート&スパ	Royal Angkor Resort & Spa	📍📞
国道沿いの五つ星リゾート。緑豊かな庭園とスパが魅力の上質ホテル。		
☎ 097-265-5555	🏠 National Road 6	
テンプレーション	Templation	📍📞
全室ヴィラタイプのラグジュアリーブティック。		
☎ 012-233-350	🏠 Rte du petit pont.	
パークハイアット	Park Hyatt Siem Reap	📍📞
中心部にあるモダンでシックな雰囲気の 5 つ星ホテル。		
☎ 063-211-234	🏠 Sivatha Blvd.	
プームバイタン	Phum Baitang	📍
カンボジアの農村を再現した高級デザインリゾート。		
☎ 063-961-111	🏠 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も全てにおいて上級。		
☎ 099-234-523	🏠 Sala Kamreuk Rd	
ヘリテージ・スイーツ	Heritage Suites Hotel	📍📞
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	📍📞
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	📍📞
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	📍📞
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	📍📞
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	ブティックホテル
アンコールタイガールゾート	Angkor Tiger Resort	📍📞
サッカーチーム、アンコールタイガーが運営するホテル。		
☎ 097-964-6279	🏠 Platinum Rd, Krong Siem Reap	
デン	DEN	📍📞
部屋が広くて雰囲気が良い。バーが併設している。		
☎ 092-530-143	🏠 Taphul St.	

泊まる	Economy Hotel, Guesthouse	エコノミーホテル、ゲストハウス
イキイキ	Iki Iki	📍📞
ドミトリーの他個室もある。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	📍📞
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	🏠 Dapo Village Slatram Commune, NR6	
ブランク	BLANK	📍📞
バックパッカーが集まる。お徳ツアーや飲み会あり。		
☎ 017-626-298	🏠 Angkor Night Market St	
ワンダース	Onderz	📍📞
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	

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

## សូចនាករទេសចរណ៍ និងស្ថិតិទេសចរណ៍ឆ្នាំ២០២៥

១. ទេសចរអន្តរជាតិ International Tourists:	៤,៥៧ លាននាក់ ថយចុះ ១៦,៩%
២. ទេសចរជាតិ Domestic Tourists:	២៥,១៦ លាននាក់ កើនឡើង ១១,៧%
៣. ទេសចរជាតិចេញប្រទេស Cambodia Outbound Tourists:	១,៣៦ លាននាក់ ថយចុះ ២៦,៤%
៤. មូលដ្ឋានកម្រិតទេសចរណ៍ (Tourism Establishments):	
- សេវាកម្មស្នាក់នៅ Accommodations:	៩៥ ៥៨៨ បន្ទប់ 95,588 Rooms
- ភោជនីយដ្ឋាន និងអាហារដ្ឋាន Restaurants:	២ ៣០១ ទីតាំង 2,301 Locations
- ករណីទេសចរណ៍ និងភ្នាក់ងារទេសចរណ៍ Tour Operators and Travel Agencies:	៦៥២ អាជ្ញាប័ណ្ណ 652 Licenses
- រមណីយដ្ឋានទេសចរណ៍ Tourism Resorts:	៥៧ ទីតាំង 57 Locations
- សហគមន៍ទេសចរណ៍ Community-Based Tourism:	១២២ ទីតាំង 129 Locations
- មន្ត្រីទូរស័ព្ទទេសចរណ៍ Tour Guides:	៦ ៦០៥ នាក់ 6,605 Persons
- ម៉ាស្សា និងស្ប៉ា Massage & SPA:	៥១០ អាជ្ញាប័ណ្ណ 510 Licenses
- កីឡាទេសចរណ៍ Sports Tourism:	៥៥ ទីតាំង 55 Locations
- មណ្ឌលកម្សាន្តមនុស្សពេញវ័យ Adult Entertainment Venues:	៥៨៤ ទីតាំង 584 Locations
៥. ចំណូលទេសចរណ៍អន្តរជាតិ International Tourism Receipts:	៣ ៨៧៨ លានដុល្លារអាមេរិក កើនឡើង ៦,៦%
៦. មុខរបរនិងការងារទេសចរណ៍ Tourism Direct Jobs:	៤២០ ម៉ឺននាក់ 420,000 Persons
៧. អត្រាចំណូលទេសចរណ៍សរុបនៃផលិតផលក្នុងស្រុកសរុប Tourism Receipts as a % of GDP:	១៥,៦% 15.6%



今回は、2025年度のカンボジア観光指標をご紹介します。

1. 渡航者数: 557万人 (16.9%減少)
2. 国内旅行者数 2516万人 (11.7%増加)
3. 海外旅行者数 136万人 (26.4%減少)
4. 観光産業関連施設数
  - 宿泊施設: 95,588室
  - 飲食店数: 2,301店
  - スポーツ施設: 55か所
  - 旅行会社: 652社
  - ツアーガイド: 6,605人
  - 観光施設: 57施設
  - マッサージ、スパ: 510店
  - コミュニティベースドツーリズム: 129か所
  - エンターテインメント施設: 584施設
5. 国際観光収入: 38億7800万ドル (6.6%増加)
6. 観光直接雇用: 42万人 となります。

各種統計情報は下記から取得可能です。

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

▶カンボジア観光省  
広報部アドバイザー  
西村清志郎



- [motcambodia.japan](https://www.facebook.com/motcambodia.japan)
- [motcambodia\\_jap](https://twitter.com/motcambodia_jap)
- [info@seishiron.com](mailto: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](mailto:cambodia@sketch-travel.com)
- 012-890960 / 099-890960
- [krormatours](https://www.facebook.com/krormatours)



日本語でどうぞ!



[krormatourspp](https://www.krormatourspp.com)

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  
ចំណាប់ស្តាប់  
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?  
ស្រេចសប្បាយរយ?  
ソック サバーイ?

ありがとうございます  
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?  
アーユウツ ボンマーン 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  
オツ ヨル テー

大丈夫です  
អត់អីទេ  
オツアイテー

さようなら  
លាហើយ  
リア ハウイ

また会いましょう  
ជួបគ្នាម្តងទៀត  
チュオプクニアムドーンティエツ

数字編

～ドル  
～ដុល្លា  
～ドゥラ

～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
プラムモオイ	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
サムサブ	サエサブ	ハーサブ	ホックサブ	チュツサブ	ハーエサブ
90	100	500	1000	1500	10000
カウサブ	ムイロイ	プラムロイ	ムイボアン	ムイボアン プラムロイ	ムイムン

レストラン編

メニューをください  
ស្តាប់អាជ្ញាប័ណ្ណ  
ソーム アオイ メヌイ

これ/あれをください  
សំនេរ/ស្រាវ  
ソーム アオイ ニツ/ヌフツ

まだ料理が来ていません  
ម្ហូបអាហារមិនមកទេ  
ムホーブ オットアン マオテー

美味いです  
ស្អាញ  
チュガニユ

どれが美味しいですか?  
មួយណាស្អាញ?  
ムオイ ナー チュガニユ?

氷は入れないでください  
សូមកុំដាក់ទឹកកក  
ソーム コム ダック タッコ

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~

～までいくらですか?  
ទៅ~ត្រូវប៉ុន្មាន?  
タウ~タライ ボンマーン?

待ってください  
សូមចាំ  
ソーム チャム

～に行ってください  
សូមទៅ~  
ソーム タウ~

停まってください  
សូមឈប់  
ソーム チョップ

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?

高すぎます!  
ថ្លៃណាស់  
タライ ナツ!

どこで売っていますか?  
លក់~នៅណា?  
ルオツ ~ ナウ ナー?

いくらですか?  
ត្រូវប៉ុន្មាន?  
タライ ボンマーン?

安くしてください  
សូមចុះថ្លៃ  
ソーム チョホトライ

いりません  
អត់យកទេ  
オツ 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(クバル/ポー)

熱があります  
មានក្តៅគ្រុន  
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  
ខ្ញុំនឹងហៅប៉ូលិស  
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あり、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6月発行

発行：Krorma Tours Co., Ltd.

制作：クローママガジン編集部

- ✉ 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を除き、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

クローマーツアーズへ!

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

B-05

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

B-08/B-11

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

B-04s

半日!トンレサップ湖&夕日

お薦め

95\$

穴場!絶景スポットへ!

A-54

ベンメリア & プノンクレーン

106\$

アンコールワット  
朝日、パイロン  
タプローム、ベンメリア

B-10

1日メガ盛り!アンコールとベンメリア

115\$

ベンメリア  
コーケー遺跡群

A-25

第4の世界遺産!コーケー遺跡

120\$

4つの人気遺跡廻り

A-22

179\$

世界遺産2つとベンメリア

A-32

25\$  
30分  
1時間 38\$  
2時間 68\$

セクウエイで市内観光

V-21

18\$  
C席 18\$  
B席 28\$  
A席 38\$

カンボジアサーカス

M-24

【空港送迎+観光】[半日] ロリュオス+空港送迎 55\$  
[半日] アクアリウム+CMAC+空港送迎 85\$  
[半日] コンボクリアン+空港送迎 80\$  
[4時間] ベンメリア+空港送迎 80\$  
[1日] ベンメリア+コーケー遺跡+空港送迎 140\$

空港送迎+お勧め観光

【車レンタル・ガイド手配】

シェムリアップ市内 半日 30\$ 35\$ 110\$ 30\$  
シェムリアップ市内 1日 50\$ 55\$ 160\$ 60\$  
空港送迎 (7:00-21:00) 55\$ 65\$ 75\$ 40\$

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

【車レンタル・ガイド手配】

メコン河・リパークルーズ 15\$  
ベトナム国境バット/ビザラン 180\$  
200\$  
120\$  
カンボジアでゴルフ 18\$ 95\$  
PT-10

## プノンペン

- 車1台当たりの料金。セタンは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

57\$

王宮  
シルバーペゴダ  
ワットプノン  
国立博物館

PT-02

人気!市内半日観光ツアー

70\$

カンボジアの  
食の歴史を知る  
半日ツアー

PT-04

キングフィールドとS21博物館

お薦め

115\$

17-19世紀の王都  
5時間ツアー

P0-01

古都ウドンと現代寺院散策

45\$

家族旅行にもピッタリ  
ワタクワの動物ショー  
半日ツアー

PT-13

楽しさいっぱい!プノンベンサファリ

170\$

カンボジアの  
映えスポット

P-11

プットキリバゴダとクメール遺跡

155\$

長閑な村落と  
プリアンコール寺院

P0-08

第3の世界遺産!サンボブレイクック

15\$

メコン河・リパークルーズ

180\$  
200\$  
120\$

ベトナム国境バット/ビザラン

18\$ 95\$

PT-10

カンボジアでゴルフ

【車レンタル・ガイド手配】

プノンペン市内 半日 55\$ / 65\$ / 70\$ / 70\$  
1日 80\$ / 90\$ / 100\$ / 115\$  
空港送迎 (7:00-20:00) 60\$ / 65\$ / 80\$ / 55\$

1ヵ月 70\$  
3ヵ月 100\$  
6ヵ月 180\$  
1年 ???\$

ビザ延長・他国ビザ手配

75\$

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]12-890960 / 15-890960

QRコード

krormatours 012-890960



日本語で簡単予約!!

[+855]99-890960 / 81-890960

QRコード

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