

タイ 12 の 秘 宝

絶対に行っておくべき
12県の隠れた名所

Contents

Introduction

02 タイ12の秘宝

北部3県

04 **ランパーン** 眠れる森の美女／時が止まったかのような魅力的な街並み
Sleeping Beauty / A city lost in time

08 **ペッチャブーン** 霧の中の至福／朝霧と共に迎える一日のはじまり
Bliss in the Mist / Where morning mist greets you at your door

12 **ナーン** スローライフの街／ロマンチックな聖域、そして世界的に有名な愛をささやく壁画の郷
Slow Life City / A romantic sanctuary, home to the world famous love whispering mural

東北部2県

16 **ブリーラム** 2つの顔／2つの荘厳な城があるシックな東北地方
Dual Diversions / A chic northeastern province with two great castles

20 **ルーイ** 涼しさを感じて／美しい花、山、文化がある国境の町
Be Cool / A province of beautiful flowers, mountains and culture

中央部2県

24 **サムットソングクラーム** 川のせせらぎ／生活のリズムが川の流れと調和している街
River's Tempo / A city where the rhythm of life is in harmony with the river's

28 **ラーチャブリー** アートの街／芸術があふれる場所
Art et al / A province full of art

東部2県

32 **トラート** 夢の島／タイ湾の澄み渡り輝く海辺のリゾート
Islands of Dreams / A gem in the Thai Gulf's crystal clear waters

36 **チャンタブリー** フルーツの名産地／フルーツラバーの楽園
The Fruitful Land / A paradise for fruit lovers

南部3県

40 **トラン** 美食の饗宴／食通が集い楽しむ隠れたリゾート地
Gastronome Extravaganza / A playground for all palates

44 **チュンポーン** 悠久のビーチ／白い砂浜が美しいダイバー天国
Eternity Beach / A diver's heaven with pristine white sandy beaches

48 **ナコーンシータマラート** 真のパワースポット／徳と自然がひとつになった歴史的な場所
Pure Indulgence / A historical region where dharma and nature become one

表紙の写真 チャンタブリー県のパワースポット「カオキッチャクトの巨大仏足石」P37参照

裏表紙の写真 ルーイ県 チェンカーン「ノスタルジックな雰囲気漂うウォーキングストリート」P21参照



12 Hidden Gems

タイ国内には、魅力的な観光スポットがたくさんありますが、本誌で紹介する12県は、豊かな自然や文化遺産がたくさん詰まった、知られざるタイ12の秘宝です。

すでに知っている場所もあるかもしれませんが、別の視点で見えていただくことで新たな興味が湧いてきます。

タイ北部ランパーン県は、鶏の絵柄の陶器で有名ですが、歴史的な建造物も多く、風情を楽しむことができます。まるで時間が止まったような魅力的な場所です。

ナーン県は、タイラー族の文化がよく知られていますが、世界的に有名な壁画が描いたように、恋人たちが愛を語り合うようなロマンティックな場所でもあります。

ペッチャブーン県は、歴史的な戦争があった場所というだけでなく、息をのむような美しい花畑の里でもあります。この地域では、朝ドアを開けると、目の前に霧が広がっていることもあります。

どの街も、生活、芸術、文化、ユニークな体験をたっぷりと感じることができ、様々な発見があります。

真っ白な砂浜で海風を感じたり、霧の中を散歩したり、潮の満ち引きを眺めのんびり過ごしたり、素晴らしいアートや文化遺産に触れるなど、タイでしか味わえない様々な出来事が待っています。

本誌で紹介するタイ12の秘宝で、素晴らしい体験ができることを願っています。



ランパーン

花馬車、古い木造の家々、古代ランナー寺院、鶏の絵柄の陶器の街は、まるで時間が止まったかのような情緒ある街並みです。

- アクセス** バンコクエアウェイズ(www.bangkokair.com)とノックエア(www.nokair.com)がバンコク-ランパーン間を毎日往復しています。バンコクからランパーンまで電車(www.railway.co.th)を使えば、スローライフを満喫できます。
- お祭り** ランパーンの伝統的な新年の祭り「サルンラン・クローンヤイ・ピーマイアン・ナコンランパーン」が毎年4月9日から13日まで開催されます。バン郡にあるバーン・バー・ミエンで、毎年2月に半鐘木(オーキッドツリー)の花の開花祭りが開催されます。
- OnePointアドバイス** 花馬車による市内観光は、古い「町の柱」近くの花馬車駅からスタートします。ショー、音楽、食事、地元の手作り品などが楽しめる「カード・ム・アク・ラン」は、カルチャー・ロードあるいはワン・ヌア通りで毎週金曜日に開催されます。



花馬車で古都／歴史ある街巡り Old Town Tour By Horse-drawn Carriage

ランパーンに行ったら、花馬車に乗って古い街並みを観光するのがおすすめです。コースは、タイで最初のコンクリート造りの橋であるラチャダビセーク橋から始まり、植民地建築、ランナーとビルマの建築様式がユニークに混ざり合った古い木造の家が立ち並ぶカード・ム・アン地域に行きます。そこから、バーン・サオ・ナック、カルチャー・ロード(ワッタナータム通り)の古い寺院を巡ります。

●ランパーン県ムアン郡 ☎054-219-255, 054-224-166

チェーソン国立公園 Chae Son National Park

チェーソン国立公園ではタイ式温泉が楽しめるので、天然温泉に入ってくつろいだり、ストレス解消に鉱泉浴をするのもおすすめです。チェーソン滝や自然学習向けのトレッキングルートなどもあります。

●ランパーン県ムアン郡チェーソン町 ☎054-380-000, 089-851-3355



息をのむ美しさの
プラ・タート・ランパーン・ルアン
遺跡の仏塔

プラ・タート・ランパーン・ルアン寺院 Wat Phra That Lampang Luang

この寺院は1000年もの間ランパーンに建ち続け、遺跡の仏塔は金メッキで覆われたバガン様式です。特筆すべき点は、寺院入り口のアーチ型、プラ・チャオ・ラン・トン修道院、ランナーで最も美しい木彫りなどです。本堂の影が逆さまに反射する姿も必見です。

●Ban Lampang Luang, Lampang Luang Sub-district, Koh Ka District,

チャルムプラキアット・ブラジヨムクラオ・ラーチャヌット寺院 Wat Prajomklao Rachanusorn

寺院がある山の麓から観光するとガイドブックにはない光景に出会えます。仏塔に行く場合は、地元の乗り合いタクシーに乗り、仏塔と展望台があるドイ・ブー・ヤックの山頂までは徒歩約1kmです。

●Ban Thung Thong, Vichet Nakorn Sub-district, Chae Hom District,

メーモー鉱山 Mae Moh Mine

タイ国内で最も大きく近代的な褐炭鉱山博物館では、メーモー鉱山の歴史や褐炭の起源について学べ地質展示や産業博物館もあります。また、山麓には屋外スライダーで行ける緑鮮やかなゴルフコースもあります。

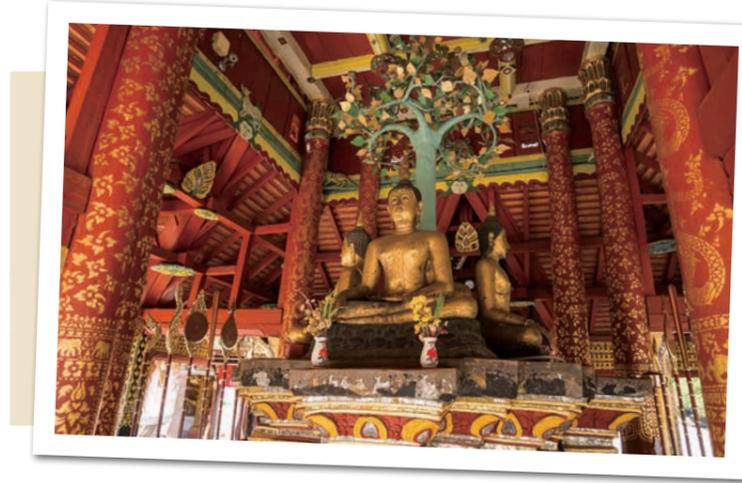
●801 Moo 6, Mae Moh Sub-district, Mae Moh District,
☎054-254-051-4, www.maemohmine.egat.co.th



ビルマの寺院建築 Burmese Temple Architecture

木材貿易が盛んだった時代に、大勢のミャンマー商人がランパーンにやってきました。このため、シー・ロン・ムアン寺院、シー・チュム寺院、プラ・ケオ・ドン・タオ寺院など、ランパーンの多くの寺院がミャンマーとランナーが混じり合った建築様式となっています。お城のような屋根、とても美しいガラスの装飾、そして繊細な木彫りが特徴です。

●ランパーン県ムアン郡



ボン・サヌック・ヌア寺院 Wat Pong Sa-nuk Nua

1300年以上前にランパーンに建てられた寺院です。保存状態の良い博物館に加え、ユネスコ文化遺産保全のためのアジア太平洋遺産賞である「功労賞」を受賞したことから必見の価値がある場所です。

●ランパーン県ムアン郡ウイアンヌア町



ナコーン・ランパーン駅 Nakhon Lampang Railway Station

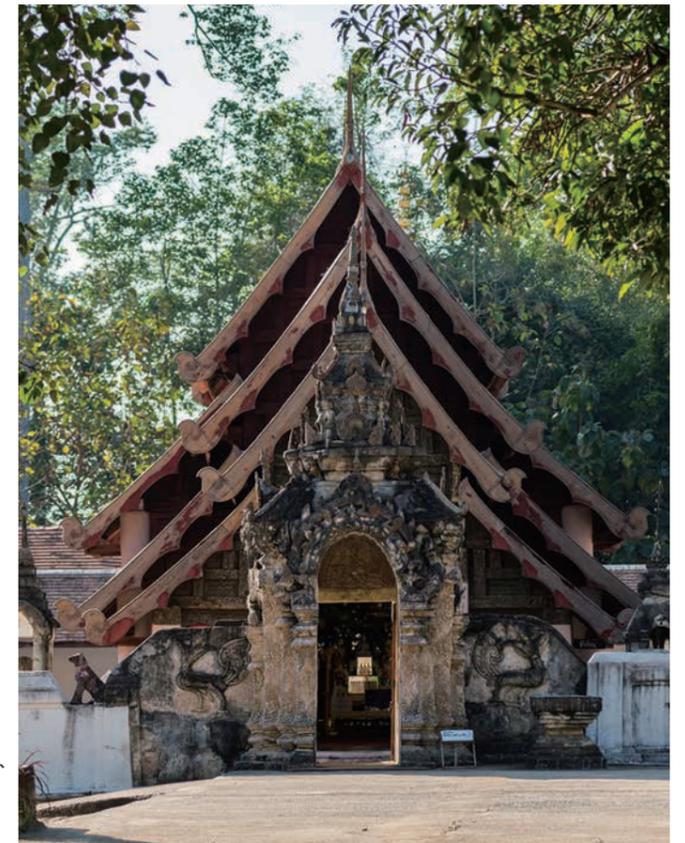
列車の旅でなくとも、ナコーン・ランパーン駅は訪れたいスポットです。この駅は、ラマ2世の時代に、ドイツ人技術者によるクワン・ター・トンネル以前に建てられました。民間および公共建造物の類で最も保存状態の良い建物のひとつに選ばれました。

●ランパーン県ムアン郡ソップツイ町 ☎054-318-648, 054-217-025

ライ・ヒン・ルアン寺院 Wat Lai Hin Luang

コーカー郡にあるこの小さな寺院には、数々の美しい芸術作品があります。プラ・タート・ランパーン・ルアン寺院よりずっと前に建てられたにもかかわらず、時が経っても損傷がないため、とても貴重な存在となっています。プラ・タート・ランパーン・ルアン寺院の美しさ、特に、神、動物、植物の繊細な浮き彫りで装飾された寺院入り口のアーチは、この寺院が原型だと言われています。

●ランパーン県コーカー郡ライヒン町第2地区



タナバディー陶器博物館 Dhanabadee Ceramic Museum

ランパーン陶器の伝統や先駆者の歴史を学び、実際に陶器を作っている様子を見ることができます。見どころは伝統的な焼き入れに使う龍窯です。高品質な地元陶器を手頃な値段で購入でき、絵付け体験もできます。

●32 Wat Jong Kham Road, Phra Bat District, Muang District,
☎054-351-099 ext 103, www.dhanabadeeceramicmuseum.com

タイ国立象保護センター The Thai Elephant Conservation Center

象使いを目指す人のためのトレーニングコースがあり、一般の観光客には、象の芸や水遊びのショーが披露されています。また、センター内には象の病院もあり手厚く保護されています。

●Km. 28-29, Lampang - Chiang Mai Road, Hang Chat District,
☎054-829-333 www.thailelandelephant.org

バーン・ラック Ban Luk

この村では木彫りの彫刻販売を行っています。美しい木彫りの家具や土産物を手頃な値段で購入したり、地元の人が芸術作品を作る様子を見学したりできます。

●ランパーン県メーター郡ナークルア町



タナバディー陶器博物館の陶器作りの実演

ランパーンおすすめの
HOTEL



アカムシリ・ホーム
Akhamsiri Home

パーマイ通りの緑豊かでのどかな雰囲気は、都会の喧騒から離れたという方々に人気です。2階建てで全14室あり、各部屋には花の名前が付いており、それぞれの花の色でデザインされています。宿泊客はボン・サヌック寺院、ブラ・ケオ・ドン・タオ寺院、パーン・サオ・ナックなど、周辺の観光地に自転車で行くことができます。
●54/1 Pa-mai Khet Road, Pa-mai Khet Road, Wieng Nua Sub-district, Muang District.
☎054-228-791 www.akhamsirihome.com



アウンカム・リゾート
Auangkham Resort

アウンカム・リゾートは緑豊かで落ち着いた雰囲気のリゾートホテルです。カルチャー・ロード(ワッタナータム通り)にある2階建ての建物で、広々とした部屋が全14室あります。各部屋バルコニー付きで、美しい庭の景色を楽しむことができます。
●Wang Nua Road, Wieng Nua Sub-district, Muang District.
☎054-221-305 www.auangkhamlampang.com



R-ランパーン
R-Lampang

オーナーが先代から受け継いだワン川沿いの小さくてかわいらしい宿泊施設。古い木造建物の中に客室があり、内装は緑とピンクに塗り替えられています。家具や床などを含め、基本的な構造は元のままです。川のそばに小さなレストランもあり、川辺でのんびりとつろぐのもおすすめです。
●Talat Kao Road, Suan Dok Sub-district, Muang District.
☎081-764-1497 www.r-lampang.com

ザ・リバーサイド・ゲストハウス
The Riverside Guesthouse

カード・コン・ター地域に最初にできた宿泊施設のひとつです。オーナーは、ランパーンのスローライフに魅了され、移住してきたイタリア人女性です。ランパーンでもツーリストにとりわけ人気の宿泊施設です。シングル、ダブル、ファミリールームを含めて全18室あります。
●286 Talat Kao Road, Suan Dok Sub-district, Muang District.
☎054-227-005
www.theriverside-lampang.com

チャイ・ライ
Chai Lai

バックパッカーのために、新たにオープンした宿泊施設で、カード・コン・ター地域近くの便利なロケーションにあります。その古い木造の建物には、客室、共同浴室、中央には共用スペースがあります。建物の裏側には、ワン川に面したレストランがあります。
●280 Talat Kao Road, Suan Dok Sub-district, Muang District.
☎083-581-6921

チャイ・ライの共有スペース



ザ・プリング
The Pring

1891年に建てられた長い歴史のある焦げ茶色のフォン・リーという建築物は、2008年に歴史的建造物保存賞を受賞しました。現在この建物は、全7室の小さなホテルに生まれ変わっています。おすすめは、カード・コン・ター地域の素晴らしい風景が楽しめる専用バルコニー付きの部屋です。
●262-264 Talat Kao Road, Suan Dok Sub-district, Muang District.
☎083-581-6921



DINING



ザ・リバーサイド・レストラン&バー
The Riverside Restaurant & Bar

くつろげる雰囲気とバンドの生演奏による素敵な音楽で人気のある、川沿いのレストランです。タイ中部の料理やイタリア料理、地元料理など、バラエティに富んだメニューが選べます。看板料理は、タイ北部風ソーセージ、ポークフライの北部風チリペスト、または発酵豚肉などをタイ風にトッピングした薄い生地のカリッと焼き上がったピザです。
●328 Thip Chang Road, Muang District, ☎054-221-861

メー・プラノム・タイ・デザート
Mae Pranom Thai Desserts

カード・コン・ター地域で50年以上も続いているデザート店です。オーナーのプラノム・ラッサミー・ゴーマン氏が、秘伝のレシピをカンチャナブリー県から取り寄せ、良質な食材を使って作ったタイ・デザートはおすすめです。
●50 Thip Chang Road, Muang District, ☎054-218-021



パー・ブーンシリ・カノムチーン・ヌードル
Pa Boonsri Khanom Jeen Noodles

ラチャダビセーク橋を渡ってくる人は、パー・ブーンシリの前で必ず足を止めます。グリーンカレーやトマト、ニンニク、赤タマネギ、豚挽き肉で作るタイ北部の特製ソースのナム・ニアオなど、さまざまな種類のソースで食べるカノムチーン・ヌードルのお店です。すべての料理をパー・ブーンシリ(ブーンシリおばさん)が心を込めて作ってくれます。デザートもとても美味しいので、別腹として残しておくのもおすすめです。
●Ratsada Road, Muang District, ☎054-322-162



アロイ・ワン・パーツ
Aroy One Baht

たったの1パーツで味わえるアロイ・ワン・パーツの一杯のおかゆを求めて、いつも長い行列ができています。安いだけでなく、バラエティに富んだ美味しい料理や最高のおもてなしが長い行列の理由です。おすすめメニューは、トム・ヤム、豆腐と焼き豚、発酵醤油で味付けした豚肉炒め、黒胡椒をかけた魚のフライなどです。
●328 Thip Chang Road, Muang District, ☎054-219-233



アッサウイン・チュアン・チム
Asawin Chuan Chim

汁なし麺がお好みなら、アッサウイン市場近くのこの店がおすすめです。大人気の汁なし麺やフライドチキン、鶏の脚の煮込み、他にもたくさんのメニューがあります。他店と違って、バリバリの米麺、揚げワンタン、新鮮なもやし、そこにライムを加えるだけで美味しくいただけます。
●Tha Kroaw Noi Road, Muang District.
☎054-222-066



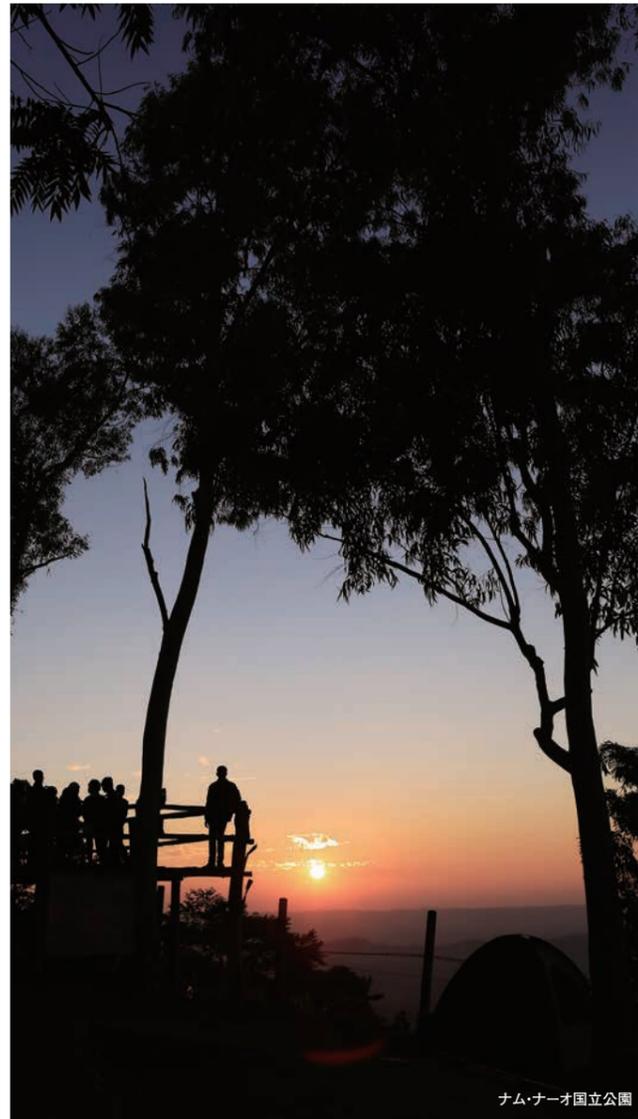
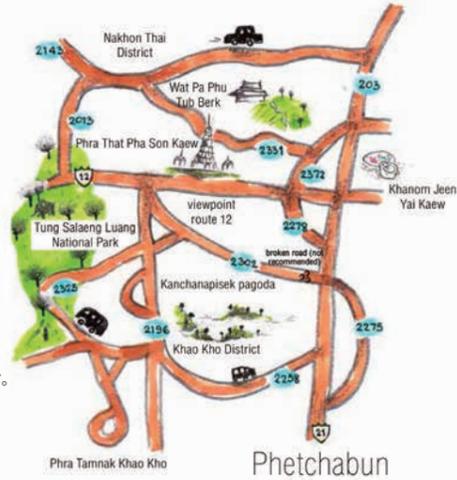
グアン・チュン・ヌードル
Nguan Chun Noodles

カード・コン・ター地域の最も古い店のひとつで、数世代に渡って受け継がれてきました。店内の壁には、中国から移住してきた最初のオーナーの写真が飾られ、ランパーンの歴史を物語る重大ニュースの切り抜きなどもたくさん貼られています。ビーフヌードルかポークヌードルのどちらかを選べます。どちらも余分な調味料を使っていない、シンプルでとても美味しいスープです。
●Ratsada Road, Muang District, ☎054-222-557

ペッチャブーン

別名「タイのスイス」と呼ばれるペッチャブーンでは霧、花、緑豊かな美しい自然を満喫できます。

- アクセス** ペッチャブーンには鉄道も空港もないので、車で行くのがベストです。バンコクからペッチャブーン、ロム・サク、カオ・コー行きのバスが毎日出ているので、バンコク北バスターミナル(モーチャット2バスターミナル)の利用も可能です。
- お祭り** スウィート・タマリンド&ペッチャブーン赤十字フェアが、毎年1月に開催されます。毎年10月に、仏像の沐浴儀式(ウム・ブラ・ダム・ナム)が行われます。地事がブラ・ブッタ・マハ・タンマラーチャー仏を抱えて、水の中に入ります。
- OnePoint アドバイス** 雨季になると野生の花が一面に咲き誇る国立公園が、ペッチャブーンのみならず、カオ・コーの郵便局周辺には手頃な値段のキャンプ場があり、満天の星空を観ることが出来ます。



ナム・ナーオ国立公園

ナム・ナーオ国立公園 Nam Nao National Park

年間の平均気温が25℃(乾期の夜には零下になることもあります)で快適に過ごせるので、たくさんの観光客が訪れ、松の木の下でキャンプをし、朝の草の上に霜が降りている様子を見て楽しめます。トレッキングや天体観測以外にも、パ・ホン洞窟から夕日が沈むと神秘的な光景も見どころのひとつです。

- ペッチャブーン県ナムナーオ郡 ☎081-962-6236, 056-810-724

カオ・コー Khao Kho

カオ・コーは一年を通して涼しく、乾期の朝はとて寒いですが、リゾートの魅力がたくさんあるため、別荘地としても絶好の環境です。道路はカーブが多いですが、きれいな花、イチゴ、野菜の農場、朝霧を求めて、バイカーたちが集まってきます。目覚めに、新鮮な空気を吸い込むだけでも満足できる場所です。

- ペッチャブーン県カオコー郡



プー・タブ・パーク Phu Tub Berk

プー・タブ・パークはまるで地上の楽園です。この山は、タイで最も大きなキャベツ畑や、道の両側に咲いている野生のヒマラヤザクラを見に来る大勢の観光客でにぎわっています。夜の星がきらめいているようなロムカオの街の灯や、雲の上で輝ききれいな朝日も大変美しいです。

- Ban Tub Berk, Wang Ban Sub-district, Lom Kao District, 問い合わせ: Phu Tub Berk community enterprise ☎085-733-9737



芸術と徳を同時に体験できる
プラ・タート・パー・ソン・ケオ寺院

プラ・タート・パー・ソン・ケオ寺院 Wat Phra That Pha Son Kaew

仏塔の壁や廊下の美しさは、宝石や粉々に砕かれた貴重な陶器を使って飾られているためです。アムナート・オーバーソー師によって、瞑想に訪れる人のために建てられました。修行や瞑想にふさわしい静かな場所です。

- Ban Tang Dang, Camp Son Sub-district, Khao Kho District, ☎084-494-1262

ウォンブラチャンの滝 Wongprajan Waterfall

ウォンブラチャンの滝もしくはシャオブラチャンの滝は、ペッチャブーンであまり知られていない場所のひとつで、ファイガボ村から約6kmのところにあります。道路が舗装されていないので、レンタカーはおすすめしません。土地勘のある地元ガイドが同行するハイヤーの利用が可能です。名前のとおり、水が三日月のように流れ落ちるのが、この滝の見どころです。

- Lak Dan Sub-district, Nam Nao District,

ワントゥムの滝 Wang Tum Waterfall

垂直に流れ落ちる水のカーテンは必見です。バーン・ドン・ロン環境保護共同体の協力により、カオ・コー探検隊がこの滝の管理をしています。霧の美しさだけでなく、カオ・コーの他の素晴らしい景色も知ってもらうことを目的としています。高さ40mの崖からの下降は、タイでも最もスリリングなアクティビティのひとつです。

- Ban Dong Long, Camp Son Sub-district, Khao Kho District, ☎089-894-9211



B.N.農園 Rai B.N

B.N.農園は約50年間の間、農業観光施設として人気を保持し、カオ・コーを代表する観光地のひとつになりました。果物として人気のライチを味わうことができる他、季節のフルーツで作るジャム、アイスクリーム、ジュースもあります。新鮮な農園野菜をB.N.農園のショップで購入できます。

- 2196 Road, Camp Son Sub-district, Khao Kho District, ☎056-750-419



農園ツアーで甘いウワの実狩りを楽しむ

カムナン・チュン農園 Rai Kamnan Chun

半世紀以上前に、「カムナン・チュン・クンウォン」という人物が10,000ライ(約1,600万㎡)を超える広い土地を改良し、タンジェリンや魚の酢漬けなどのさまざまな食品を作れるようにしました。また、絹織物の里でもあります。希望者は、ウワの実を摘んで、お腹いっぱい食べられるウワの有機農園ツアーもあります。

- Wangchompoo Sub-district, Muang District, Phetchabun, ☎056-771-109

トライ・プーム寺院 Wat Trai Phum

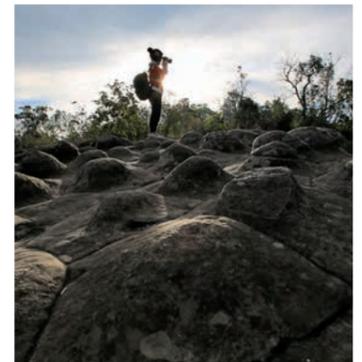
ペッチャブーンで作られたとされる宝石がちりばめられたロップリー様式の、ブラ・ブッタ・マハ・タンマラーチャーという仏像があります。サット・タイ寺院では毎年、仏像を沐浴させる「ウム・ブラ・ダム・ナム」という儀式が行われます。市長や知事が仏像の沐浴儀式を実施する際に、ブラ・ブッタ・マハ・タンマラーチャーの市内パレードも行われます。

- Phetcharat Road, Nai Muang Sub-district, Muang District,

ケーン・バングラジャンの滝 Kaeng Bangrajan Cascade

ペッチャブーンは海の近くではありませんが、ここでは3月から5月にかけてのみ珍しい淡水クラゲが見られます。バー・ノーン・メー・ナーにあり、手付かずの自然を発見できる場所です。

- Moo 6 Ban Nong Mae Na, Khao Kho District, 問い合わせ: Khon Rak Pa Nong Mae Na community, ☎081-046-2166, 084-813-7638, 087-198-6488



プー・ヒン・ロン・クラーク国立公園 Phu Hin Rong Kla National Park

この国立公園の見どころは、自然の素晴らしさだけではなく、プー・ヒン・ロン・クラークには、タイの歴史と政治、民主主義と共産主義の争いに関する逸話もあります。また、天候や浸食によってできたラン・ヒン・ブムやラン・ヒン・テークもあります。冬には、赤いカエデの落葉が、かつて政治や軍のトレーニングキャンプ地だった建物の廃墟を覆い尽くします。

- Khao Kho District, ☎055-356-607, 081-596-5977, 055-233-527



トゥン・サレーン・ルアン国立公園 Tung Salaeng Luang National Park

トゥン・サレーン・ルアンは、松林と野生の蘭に囲まれた大草原です。乾期になると、見渡す限りのトゥン・ナン・バヤーの広大な草原が黄金色に変わります。トゥン・ナン・ソンの周辺には、ミミカキグサ、ドリテイス、ホシクサ、ウツボカズラなどのさまざまな種類の花で埋め尽くされ、野生動物も多数生息しています。ハイキングなどのエコツアーが好きな方には最高の場所です。

- Nong Mae Na Sub-district, Khao Kho District, ☎025-795-734, 025-797-223

ペッチャブーンおすすめの
HOTEL



ザ・ブルー・スカイ・リゾート・カオ・コー
The Blue Sky Resort Khao Kho

香り高い青色のサルビア畑、イギリスの別荘風の庭、ヨーロッパの田舎風の建物など、のどかな雰囲気が魅力です。このリゾートホテルは全28室で、おしゃれなテーマでデザインされています。各部屋には、カオ・コーの素晴らしい風景を楽しめる専用バルコニーが付いています。
●ペッチャブーン県カオコー郡
www.theblueskyresort.com ☎081-355-0500



テーナック・タレーモーク
Tanrak Talaymok

カオ・コーのリゾートホテルの中でも、最も美しい夕日と朝霧の景色が見られると言われています。客室は、高い丘に位置しオレンジ色の建物の中にあります。また、素晴らしい雲海の光景が眺められるバルコニーが各部屋に付いています。美しい霞に囲まれるレストランやキャンプ場などもあります。
●ペッチャブーン県カオコー郡 www.tanrak.net ☎089-167-7748



コーシット・ヒル・ホテル
Kosit Hill Hotel

ペッチャブーン市内中心にあります。全143室で、全室シンプルな白で統一され、白い建物に調和する明るい茶色の木やコロニアル建築の雷文細工が施されています。館内には、美しいライ・タイ模様の本製家具が使われています。また、団体客向けにさまざまな用途に対応できる広い会議室もあります。
●ペッチャブーン県ムアン郡 www.kosithill-hotel.com ☎056-743-6425



HT. ホテル
HT. Hotel

ロムサック郡にできた新しいビジネスホテルで、低価格でありながら、客室やバスルームは広く清潔で、細かいところまで気配りが行き届き、とても親切で快適なホテルです。高速インターネットや美味しい朝食は無料です。料金は450バーツから。
●ペッチャブーン県ロムサック郡 ☎056-713-555



ナリサ・リゾート
Narisa Resort

白い漆喰の建物はヨーロッパの海辺にあるヴィラ風です。おもいっきりくつろぐのがナリサスタイル。各部屋は丘を降りていく小道に沿って建てられています。丘の下の方には、花畑や大きなチューリップ園があります。
●ペッチャブーン県カオコー郡
www.narisaresort.com ☎084-933-3633



ザ・タートル・ハット
The Turtle Hut

幹線道路から離れたところにあるため、自然のやすらぎを求める人には理想的な環境です。ヴィラが全部で16棟あり、部屋のインテリアは自然な灰色を基調としています。このリゾートホテルで育てた、季節の有機野菜を使った特製料理がおすすめです。
●ペッチャブーン県カオコー郡
www.theturtlehut.com ☎056-750-075, 092-962-2975

DINING



クルア・タレー・プー
Krua Talay Phu

クルア・タレー・プーは健康志向の人にとって理想的なお店です。料理にグルタミン酸ソーダなどの化学調味料を使わず、カオ・コー・タレー・プーの菜園で採れた有機野菜や地元の珍しいハーブなどを使っています。おすすめ料理は、タレー・プー・オムレツや鍋の下にバナナの葉を敷いた大豆オムレツなどです。他にも、地元野菜を添えたスパイシーマッシュルーム、ハーブ入りレッドカレー、バナナの花のスパイシー炒めなどがあり、ハーブドリンクや、純度が高いと証明されているカオ・コーの頂上から流れるミネラルウォーターも提供されています。
●ペッチャブーン県カオコー郡 ☎056-750-061-2

ガイヤーン・ブアトーン(ブアトーン・グリルド・チキン)
Kaiyang Buatong (Buatong Grilled Chicken)

ペッチャブーン伝統料理である、グリルドチキン、餅米、青パパイヤサラダ(ソムタム)が絶品です。美味しい地鶏がおすすめこのレストランは、20年以上の間この町の伝説になっています。ハーブでマリネにしたチキンは、ソースなしでも十分美味しく食べられます。
●ペッチャブーン県ウイチャンプリ郡スラブラドゥー町ウイチャンプリ交差点 ☎056-928-042

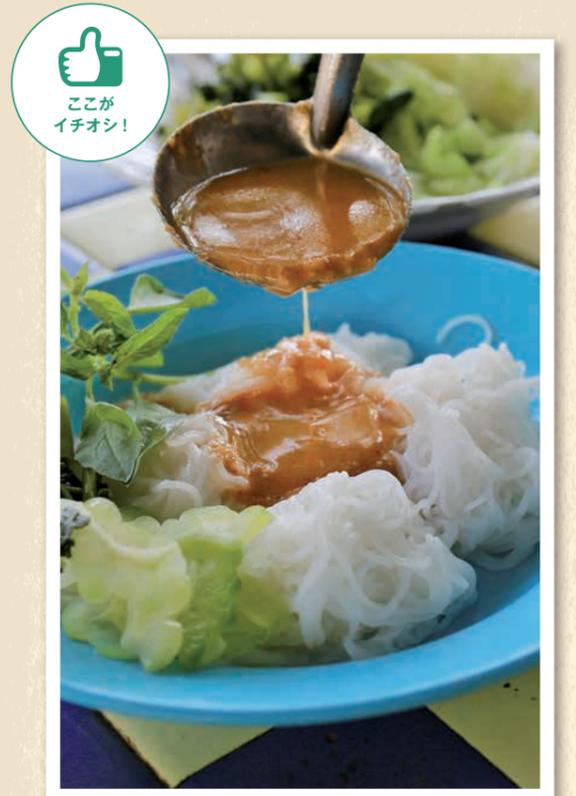
クルア・バンスアン(カオ・コー)
Krua Baansuan (Khao Kho)

カオ・コーに行ったら、キャベツの魚醤炒め、鳥もも肉、クルア・バンスアン特製の魚醤で味付けしたティラピアのフライの3つは必食です。キャベツの魚醤炒めには、有機キャベツとラヨンの特別な魚醤が使われています。ティラピアのフライは甘酸っぱい風味で絶品です。
●ペッチャブーン県カオコー郡 ☎081-841-1932, 081-823-8467



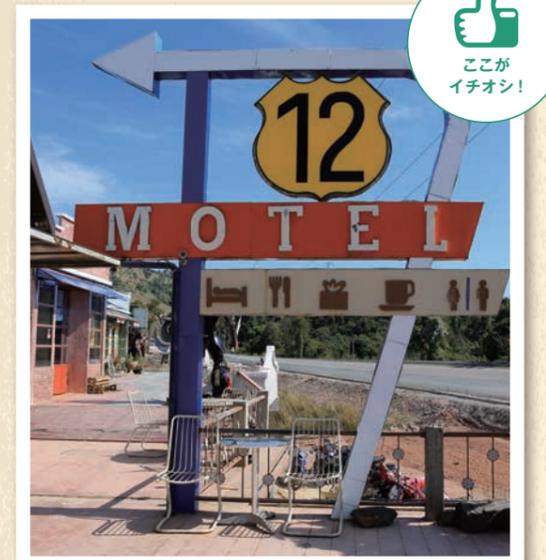
マリー
Malee

オープンから30年以上経つカオ・コーにあるレストランで、本物の郷土料理が味わえます。ナマズのチリフライ、ゲーン・バー・ハー・サ・ハーイというスパイシーなスープカレー、米麺と豚挽き肉を混ぜたクリスピーオムレツ、ハヤトウリの芽、ヤム・バック・クート(シダのスパイシーサラダ)などの季節の野菜料理がおすすめです。農場からレストランに直送される、甘くてシャキッとした新鮮な野菜は格別です。
●ペッチャブーン県カオコー郡
☎056-924-034, 086-216-3225



カノムチーン・ヤイ・ケオ
Khanom Jeen Yai Kaew

ペッチャブーンに行ったら、この地域のどこでも見かけるカノムチーン(タイ風そうめんにかレーをかけて食べる料理)は必食です。長年美味しいカノムチーンを提供し続けている元祖カノムチーンのお店で、毎朝その日に出す麺を作っています。カレーソース(ナム・ヤー・パー)、発酵魚のスープ(ブラ・ラー)などがおすすめです。
●ペッチャブーン県ロムサック郡 ☎056-704-524, 083-573-4001



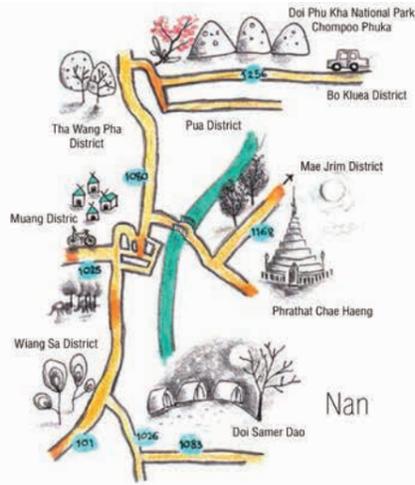
ルート12
Route 12

国道12号線のカオ・コーに向かう曲がり道の周辺には、多くのレストラン、カフェ、写真撮影スポット、土産物店、小さな宿泊施設が集まっています。古いカントリー風の建物や、小さくておしゃれな店が目に残り、多くの人が足を止める場所です。
●カオコー郡国道12号線チャンブン交差点の近く

ナーン

ラオスとの国境に位置するナーンは、北タイの山々に囲まれナーン川が流れる素朴な町です。様々な民族や文化が今に受け継がれ、自然との調和が生み出すのどかな空気がスローライフを求める人に最適な場所です。

- アクセス** バンコクからナーンへは、ノックエア、エアアジアなどの航空便が利用できます。カーンエアは、毎週金曜日と日曜日にチェンマイからナーンまで運航しています。列車はナーンまで通っていませんが、デンチャイ、プレーまで乗り入れているので、そこからバスでナーンへ行くことができます。
- お祭り** ナーンの人々が参加する伝統的なロングボートのレースは、カティンカーン祭、サラーク祭、ホアクアターン祭もしくはクアアターン祭などの期間中に開催されます。ボートは一本の木の幹から作られたものです。レースはムアン郡とウィアンサー郡のナーン川で開催されます。
- OnePoint アドバイス** ナーンの美しさや心優しいナーンの人々と触れ合うには、自転車で街を回るのが一番です。この小さな街を訪れる機会があれば、金色のミカン、ナーン川でとれた淡水海苔を味わってください。



プラタート・チャー・ヘーン寺院 Wat Phrathat Chae Haeng

プラタート・チャー・ヘーン寺院は、ナーンで最も人気のある神聖な場所のひとつです。600年余の古刹プラ・ポロマタット・チャー・ヘーンには、55.5mもの高さの卯年を象徴する黄金の仏塔があります。その他の見どころは、切妻屋根の上に8匹の蛇が巻き付いている芸術的な装飾が施されている本堂です。堂内には才能ある地元職人が造った仏像が納められていて、ナーンがかつて芸術的・文化的に栄えていた証となっています。

●Moo 3 Baan Nhong Tao, Mueng Tuet Sub-district, Phuphiang District, ☎054-751-846

ディックディアムの木 The Dik Diem Tree

ブラーン寺院にある樹齢100年のディックディアムという木は、ブア郡に行くなら訪れるべき、まさに自然の奇跡と言える場所です。かつてこの木の背が低かった時代に、地元の子供たちが木の周りをぐるっと回って手を叩くと、枝や葉、幹が揺れました。今でも、誰かが木に触ると揺れるので、人が木をくすぐっているような面白い光景を見ることができます。

●ナーン県ブア郡ブア町



ナーン国立博物館 Nan National Museum

西洋とランナーの様式が混ざった白い建物は「ホー・カム」と呼ばれていて、かつてのナーン王国を統治していたブラ・チャオ・スリヤポン・パーリデートの住居でした。現在、博物館はムアン・ナーンの歴史で満たされています。館内には、貴重な黒象牙の工芸品や、地元の歴史を物語る展示、ナーンの民族的遺産を表す絵などがあります。また、タイで最も美しくロマンティックなブルメリアのトンネルがあります。

●Pakong Road, Nai Wiang Sub-district, Muang District, ☎054-710-561

ドイ・サマー・ダオ Doi Samer Dao

この丘の上に立つと、きれいな夜空がより近くに感じられ、無数の星で埋め尽くされているように見えます。見下ろすと、ナーノイの街の灯りがきらめいて、まるで谷底一面に星が散りばめられたようです。朝日が昇る頃、シーナーン国立公園は濃い霧によく覆われます。「ドイ・サマー・ダオ」は、美しい海霧を体験できるナーンのベストスポットのひとつです。

●Sri Nan National Park, Na Noi District, ☎054-731-714

チョンプー・プーカー Chompoo Phuka

2月になると、ドイ・プー・カー国立公園には、乾期の終わりにキャンプを楽しむ人も訪れますが、一年に一度だけ咲くチョンプー・プーカーという美しい花を目的に来る観光客に人気です。ドイ・プー・カー国立公園は、チョンプー・プーカーの自然美を見ることができるタイで唯一の場所です。

●ナーン県ブア郡 ☎081-882-5999, 054-701-000



プーミン寺院 Wat Phumin

プーミン寺院ではブラ・プラター・チャウラティット仏が目を引きますが、ジャータカの物語やナーンの人々の暮らしを描いた巨大な壁画も大変魅力があります。特に人気があるのは「大地に共鳴する愛のささやき、または、ささやく人」という有名な壁画で、ランナーの「モナリザ」と呼ばれています。一組のカップル、プー・マン（おじいさん）とヤー・マン（おばあさん）の絵で、プー・マンがヤー・マンの耳に手を当てて、ささやいています。作品を見た人は、二人の愛の深さを想像できるといいます。

●ナーン県ムアン郡 ☎054-710-935



ボーグレア Bo Kluea

森の中の涼しい風を感じながら細い道を通って、何百年の間この地の経済の基盤となってきた塩湖ボーグレアも訪れておきたい場所です。ここでは伝統的な製塩方法を見ることができます。ただ、ボーグレアがロマンティックなリゾートのひとつになった主な理由は、そのひんやり澄んだ美味しい空気だと言えます。

●Nan city center から約133km



プア Pua

プアの魅力は、手付かずの自然やスローライフだけでなく、さまざまな文化の発祥の地であるということです。ろうけつ染の藍織物を代表するバーン・カン・ホー、ヤオの民族が美しく描かれた銀食器、19世紀に建てられたトンレン寺院のタイ・ルー様式建築などがあります。また、地元の食べ物を売る朝市では、外国人旅行者を迎える温かい笑顔があふれています。

●Nan city center から約60km

ゲー・ナム・ワー Kang Nam Wa

冒険的な体験ができる場所がナーン県のラム・ナム・ワー周辺にあります。ドイ・プー・カー、クン・ナーン、メー・チャリムなどの各国立公園にある、急流下りはレベルが1〜5まであり、スリルを味わいたい方におすすめです。一年中利用できますが、雨期の終わりは流れがより激しくなります。

●お問い合わせは、ナーン県メー・チャリム郡ナム・パイ町バーン・アイサイムンのメー・チャリム国立公園まで。 ☎054-731-757

パー・ラーイ・ナム・ライ(流水模様の織物) Pha Lai Nam Lai (The flowing water fabrics)

タイ・ルー族の鮮やかなライフスタイルは、150年以上続く流水模様の織物の生地に影響を与え、重要文化の基礎となりました。パー・ラーイ・ナム・ライ織物は、地元栽培の綿を自然に染め上げ、村を流れる川のリズムに合わせて織ったものです。

●Pa Kha Sub-district, Tha Wang Pha District,



ナーン・リバーサイド・アート・ギャラリー Nan Riverside Art Gallery

ナーン出身の名高い芸術家であるウイナイ・ブラブリアー教授が、伝説的な壁画「ささやく人」を研究し、謎を解明しました。ウイナイ教授は、芸術の推進とプーミン寺院の有名な壁画に影響を受けた近代芸術の収集物を展示する目的で、ナーンで初めてのアートギャラリーであるナーン・リバーサイド・アート・ギャラリーを設立しました。

●122 Moo 2, Bo Sub-district, Muang District, Nan city ☎054-798-046, 081-322-2912

ザ・ノーブル・ハウス(ホン・チャオ・フォンカム) The Noble House (Hong Chao Fongkham)

200年を超えるナーン王国の繁栄は、「ホン・チャオ・フォンカム(「ザ・ノーブル・ハウス」とも言われます)」に遺産として集約されています。建物は高床式のチーク材で、62代ナーン領主チャオ・アナタウォーラリディートの末裔のチャオ・フォンカムが所有していたものです。現在は博物館になっており、銀食器、流水模様の織物、服飾品など、ナーン王国の栄華を表す品々を所蔵しています。

●8 Soi 2, Sunonthavaraj Road, Nai Wiang Sub-district, Muang District, ☎054-710-537

ナーンおすすめの HOTEL



ナーン・ニトラ・ゲスト・ハウス Nan Nitra Guest House

一度宿泊すると、オーナーの心温かなもてなしを思い出し、必ず戻ってきたいくなります。100年以上の歴史がある木造の建物は、家庭的な雰囲気を醸し出しています。無料レンタサイクルサービスを利用して、街に行くのもおすすめです。

●Soi besides PTT gas station near Wat Suan Tan, Mahayong Road, Muang District,

☎054-772-298, 085-705-8598 www.nannitraguesthouse.com



ボーグルア・ビュー・リゾート Boklua View Resort

ボーグルアで唯一の高級ホテルです。ランナー様式の建築で、細部にわたりシンプルなお木の装飾が施されています。ボーグルアを包み込む朝の雲海や川など、素晴らしい風景を見ることができます。また一年中ひんやりとした空気や心地良い静寂を感じることができます。

●Ban Bo Luang, Bo Kluea Tai Sub-district, Bo Kluea District,

☎054-778-140 www.bokluaview.com



クム・ムアン・ミン・ブティック・ホテル Khum Muang Min Boutique Hotel

ナーンの建築様式を反映した木造2階建ての緑色の建物で、古き良き時代を感じることができます。1階には小さな庭とレストランがあり、ナーンのスローライフを実感できます。2階にはコロナル様式、ランナー様式の部屋が15室あり、全室広くて快適です。

●Achitawong Road, Nai Wieng Sub-district, Muang District,

☎054-774-166 www.nanhotels.com



バーン・バーン・ナーン・ナーン Baan Baan Nan Nan

トーム先生(チャロームチャイ・チャイヤパンタナカン)により、この古い木造の建物と図書室を合わせて全4室の宿泊施設に改装されました。各部屋にある庭では、1階のカフェから持ち込んだ美味しいコーヒーや自家製ジャムを付けたパンを味わったり、図書室で借りてきたお気に入りの本を読むこともできます。

●Monthien Road, Nai Wieng Sub-district, Muang District, ☎089-859-5898

プカ・ナンファー Pukha Nanfa

第二次世界大戦前に建てられたチーク材の小さなホテルから始まり、その後3階建てに改装されました。全14室の客室があり、各部屋は、織物、絵、彫刻など、ナーンの地元の芸術作品で飾られています。

●Sumonthavaraj Road, Nai Wieng Sub-district, Muang District,

☎054-771-111 www.pukhananfahotel.co.th

スットリット・アートギャラリー Sudrit Arts Gallery

若い芸術家による斬新なアートと究極のリラゼーションが一体化した宿泊施設です。1階にはオープンアートギャラリー、美術学校、カフェがあります。2階にはシングルルームと共用ルームが4部屋あります。バスルームにまで個性的な芸術作品が飾られています。

●Soi 2 Mahaprom road, Nai Wieng Sub-district, Muang District,

☎081-361-5689 www.facebook.com/SudritGallery



①キョウトで家庭的なゲストハウス。②古いチーク材で建てられたホテルがゲストハウスに。③美術学校、カフェ、ホームステイのすべてが組み合わさったスットリット・アートギャラリー。

DINING



スワン・サニアン

スワン・サニアン Suan Sanian

創業20年以上のレストランで、地元料理などいろいろなメニューがあります。ナーン川に隣接した目立つ場所にあり、派手な装飾はありませんが、ナーン川のひんやりとした空気が、5つ星レストランのような上品な雰囲気を感じさせます。おすすめの料理には、焼き牡蠣とほうれん草のカレー、レモンチキン、蒸しエビのカレー、ココナッツの果肉入りカスタード、スパイシーなタマリンドのサワースープなどがあります。

●Mano Road, Nai Wieng Sub-district, Muang, ☎054-710-919

カフェ・スット・ゴーン・ディー Café Sood Gong Dee

静かなナーン川のほとりにあるガーデンカフェで、スローライフが好きなお客さんにとっては最高の場所です。小さな木造建物、芸術作品、フォークミュージック、美味しいラテなど、すべてがユニークです。オーナーが季節ごとにメニューを変えるデザートや一品料理なども味わえます。

●Baan Sang Dao, Nan-Mae Charim road, Phu Phiang District,

☎086-995-6545 www.facebook.com/CafeSoodgongdee



フアンホーム Hueanhom

タイ北部の料理を楽しみたい方には、古民家のような雰囲気で、テーブルや床に座って食事ができる、フアンホーム・レストランはいかがでしょう。おすすめ料理には、サイ・ウア、青唐辛子のディップ、ラーブクア、新鮮野菜、ターメリックとバジルで味付けしたナマズ入りサワースープなどがあります。ゲーン・ホー、ナムプリック・ナムポー、ゲーン・ケーなども食べてみる価値があります。シェフが新鮮な地鶏を使って、本物のおいしい郷土料理を提供します。

●Suriyapong Road, Nai Wieng Sub-district, Muang District, ☎054-751-122, 081-961-7711



ポーンサー・レストラン Pong-Za Restaurant

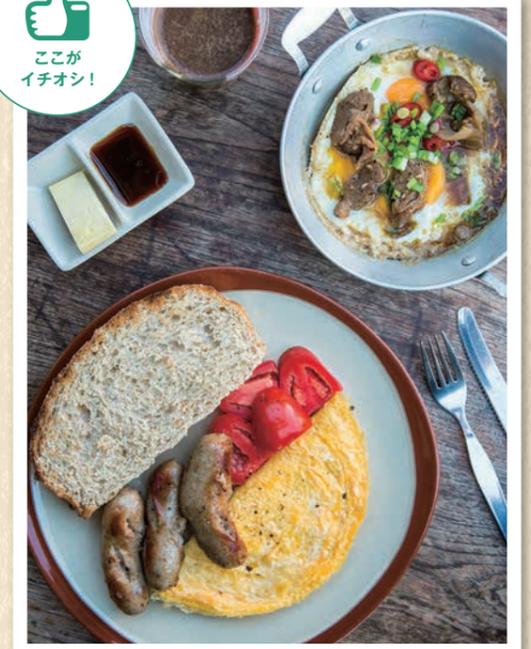
おすすめは、花椒風味のフライドチキン(ガイ・マクウェン)です。屋外レストランのため、夕方になると涼しいそよ風が吹き、ボーグルアの山の風景が見られます。店の庭で採れた新鮮な野菜や伝統的なボーグルアの塩など、高品質な季節の食材を使っています。塩は、クレープなどの伝統的なデザートを作る際にも使われます。

●Ban Bo Luang, Bo Kluea Tai Sub-district, Bo Kluea District,

☎054-778-140 www.bokluaview.com



ここがイチオシ!



ホット・ブレット Hot Bread

ナーンの中心にある木造の小さなレストランです。焼きたてのパンやヨーロッパ式朝食から、優雅な一日が始まります。定番のものからオリジナルのものまでバラエティに富んだパンの他にも、自家製ソーセージ、サンドイッチ、目玉焼き(カイ・ガタ)がおすすめです。これらのスペシャルメニューは、オーナーが体験した旅行から思いついたレシピです。

●Suriyapong Road, Nai Wieng Sub-district, Muang District,

☎089-635-9375



ここがイチオシ!



パー・ニム Pa Nim

創業20年余りの、ナーンの伝説的なタイデザートレストラン「パー・ニム」は、あらゆる年齢層に人気です。おすすめは、プア・ロイ(ココナッツミルクの中にタロイモ団子が入ったデザート)。冷え込む時に食べると体が温まります。新鮮なココナッツミルクを使った餅米やハトムギのスイーツも甘さ控えめでおすすめです。

●Chao Fah Road, Nai Wieng Sub-district, Muang District,

☎085-036-6108

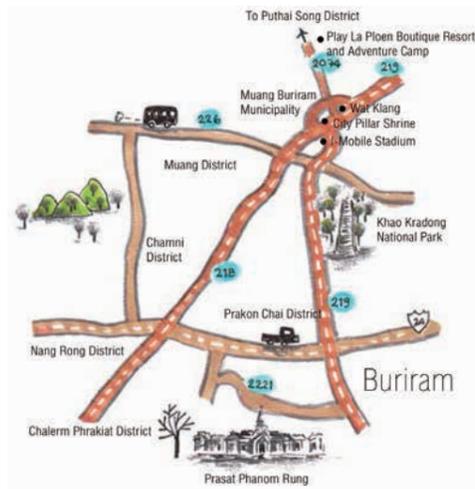
ブリーラム

ブリーラムには、文明誕生時の考古学上の不思議な謎が近代的な観光・スポーツ施設と隣り合わせに存在しています。昔と今がユニークに共存し、この地を訪れるたくさんの観光客に感動と喜びを与えてくれます。

アクセス 市街地の中心から40kmほどのブリーラム空港(サトゥック郡)にノックエアが毎日就航(往復)しています。モーチット2(南バスターミナル)からバスも出ています。 ☎029-361-880, 029-360-657

お祭り パノムルン奇跡祭が毎年4月の第一金・土・日曜日に開催されます。古代マーケットを散歩するのも、パノムルンの繁栄と美を再現するマジックショーを見るのもおすすめです。

OnePoint アドバイス ブリーラムの魅力を知りたい場合は、古代遺跡を巡るだけでは足りません。ぜひ、サッカーの試合が開催される日に訪れて、スポーツ観戦をするのもおすすめです。



パノムルン歴史公園 Prasad Phanom Rung

千年の月日が過ぎても、ブラサート・パノムルン寺院の荘厳さが失われることはありません。それどころか、時が経つにつれて神秘性は増すばかりです。保存状態の良い寺院装飾は、優美でタイの寺院装飾の顕著な例となっています。死火山の頂上に位置する目を見張る景観は、到着した瞬間から訪れる者を魅了します。ナーガ橋を歩いて渡ると、かつて栄華を極めたクメール王朝時代にタイムスリップしたような気持ちになります。
●チャルムプラキアット郡 午前6時から午後6時まで見学可 年中無休
☎044-666-251-2

ペーラーブルン・ブティック・リゾート&アドベンチャー・キャンプ Playlapoen Boutique Resort and Adventure Camp

ペーラーブルン・ブティック・リゾート&アドベンチャー・キャンプは、観光と学習センターを兼ねた施設になっています。近隣にある国立公園の野草や、さまざまな花を栽培する屋内種苗場を見学することもできます。
●ゲームン郡ノンカマン町
☎087-797-4936, 087-798-1039



アイ・モバイル・スタジアム I-Mobile Stadium

一万人を超える観客が大声で応援する中での観戦は、驚きの体験となることでしょう。地元のサッカーチーム、ブリーラム・ユナイテッドFC(通称サンダー・キャッスル)のホームスタジアムで、多くの有名英国サッカーチームのスタジアムをモデルに設計・建築されたものです。現代のお城とも言えるアイ・モバイル・スタジアムは、ブリーラムの観光名所のひとつになっています。
●ムアン郡イサーン町
☎044-666-448-9

パープーアッカニー(火山灰で染めた綿織物) Pa Phu Akanee (Volcanic earth dyed cotton)

パープーアッカニーとは、バーンチャルンスック地域の人々によって生み出された、火山灰で染めた綿織物のことです。地元の火山性土が綿の染料に使えることに気づいたのが始まりで、その綿織物は薄茶色に染め上がります。また、火山の形がうつ伏せになった神鳥ガルーダに似ていることから、宗教的に重要な意味があると地元の人々に信じられています。
●チャルムプラキアット郡チャルンスック町 ☎089-526-6071, 085-632-7629

チャーン・インターナショナル・サーキット Chang International Circuit

レースコースに鳴り響くエンジン音が魂を奮い立たせ、興奮は最高潮に達します。アドレナリンが身体中を駆け巡り、モーターファンの情熱がさらに湧き上がる。そんな体験ができるチャーン・インターナショナル・サーキットでは、カーレースだけではなく、ワールドクラスのレースイベントなども開催されています。
●ムアン郡イサーン町 ☎081-070-2626



アート&クラフト・サポートセンターのナーポーシルク

ナーポーシルク Na Po Silk

この小さくて静かな場所に、あまり知られていないブリーラムの特産品が見られるバーン・ナーポー・アート&クラフト・センターがあります。パートゥムトーン・ショップは、サポートセンターのメンバーである地元の村民が運営しています。ナーポーシルクを作る技術や知識は何世代にも渡って受け継がれ発展してきたものです。この絹織物の品質は世界的にも高く評価され、ヨーロッパ、アメリカ、アジア諸国に輸出されています。
●ナーポー郡ナーポー町 ☎044-686-044, 044-681-657, 081-967-3849



ムアンタム遺跡 Prasad Muang Tam

パノムルン歴史公園を主演とすると、ブラサート・ムアンタムは主演と並ぶ共演者であり、同じく重要な役割を果たしています。この文化の意義は、あまり見られないバーブアンとクメールの建築様式の融合にあります。また、五頭龍像や四角い池があったり、装飾類がないなど、他のクメール遺跡とは明らかな違いがあるのも見どころです。
●ブラコンチャイ郡ジョラケーマーク町 ☎044-666-251-2



アンコール・ワットに似た設計の古城のひとつ
ブラーン・クワースワン・テーン



カオクラドーン火山林公園 Khao Kradong Volcano Forest Park

カオクラドーントレッキングは期待を裏切りません。気晴らし程度でもどんな目的でも良いので、一度行かれることをおすすめします。大きな黄金色のパッタラボーピット仏や、山頂から見るブリーラムの景観に感動することでしょう。火山の噴火口にかかる橋からは、さらに美しい風景を眺められます。
●ムアンブリーラム郡サメット町
☎044-637-349



ブリーラムの町の柱 The City Pillar Shrine of Buriram

ここを訪れば、その建築の美しさに驚くことでしょう。柱はタイ芸術局のプロのアーティストにより設計されたものです。ブリーラムの過去の文明を意識した、独特なクメール建築様式となっています。四方に平安が拡がることを意味するように建てられた、4面ある五重塔の中心に町の柱があります。
●ジラ通り沿いのクランアラムラン寺院の近く

ブラーン・クワースワン・テーン Prang Ku Suan Taeng

他の堂塔に比べると大きくはないですが、ブラーン・クワースワン・テーンの価値は大小では計れません。歴史的・考古学的な意味においても訪れる価値があるのです。3つのレンガ造りの塔からなるこの古代神殿は、アンコール・ワットの様式に似ています。また、不思議な力に満ち溢れていると信じられています。
●バーンマイチョイボット郡クワースワンテン町にあるクワースワンテンウィタヤークム学校の向かい

スロー・グラウンド・ウォーキング・ストリート Sroew Ground Walking Street

地元の名産品や人気のOTOP製品などがあり、のんびりと夕方の散歩をするには格好の場所です。活気がありますが、くつろげる雰囲気でもあります。地元有志による文化ショーなど、興味深い催し物もあります。毎週末の午後5時から10時まで、ショッピングを楽しみたい人や、ただのんびりしたい人にとっても楽しめる場所です。
●ロムブリー通り、ブリーラム市庁舎前

クン・ジョム Kung Jom

ブラコンチャイ郡に来たら、「クン・ジョム」という新鮮なエビや魚類をフィッシュソースでマリネにしたものとスパイスをきかせた炒り米を合わせた地元料理がおすすめです。この妙味をぜひお試しください。クン・ジョムは、街中の道路沿いの店で売られています。
●ブラコンチャイ郡のアムヌアイキット通りで売られているクン・ジョムがおすすめです。

ブリーラムおすすめの
HOTEL



ターダー・シャトー・ホテル
Thada Chateau Hotel

このブティックホテルでは、ヨーロッパスタイルの色調やデザインを取り入れています。西イサーンの建築様式で造られた緑豊かな芝生や可愛らしい羊の牧場もあります。客室は全48室です。
●299 Buriram-Prachonchai Road, Isan Sub-district, Muang District, ☎044-666-616 <http://thadachateau.com>



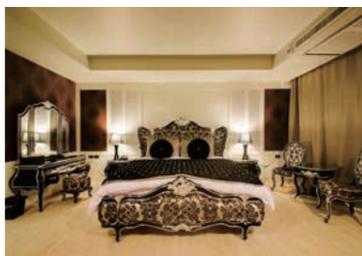
ベスト・ウエスタン・ロイヤル・ブリーラム・ホテル
Best Western Royal Buriram Hotel

ベスト・ウエスタン・ロイヤル・ブリーラム・ホテルはタイと西洋の現代的なスタイルを融合させた3.5星のホテルです。食事やホテルの外観と同様にカラフルに彩られています。市内の中心にありながら、リゾートスタイルの設計のため、敷地の真ん中にスイミングプールがあります。全79室はすべてモダンタイプです。
●332/22-23 Jira Road, Nai Muang Sub-district, Muang District, ☎044-666-600 www.bestwesternburiram.com



マ・メゾン
Ma Maison

マ・メゾンはフランス語で「私の家」という意味です。明るい家庭的な色調で、プライベート感覚で安心してくつろげるホテルです。客室は全部で38室。どの部屋も美しいアートが施され、広々として風通しが良いです。マ・ウイジーヌ・レストランもおすすめです。
●388 Jira Road (Opposite Taweekit supercentre) Muang District, ☎044-620-070, 086-430-5202



アルバレス・ホテル
Alvarez Hotel

アルバレス・ホテルはテーブナコーン・ホテルの提携ホテルで、バラエティに富んだ客室や設備、サービスを提供しています。主な施設は、フィットネス、スパ、スイミングプール、カフェ、中華レストラン、美味しい料理と素晴らしい景観を楽しめるロマンティックな屋上レストランなど。また、団体客用の会議室もあります。
●139 Moo 3, Isan Sub-district, Muang District, ☎044-611-555-7 <http://alvarez-hotel.com>



ジントナ・リゾート&レイ・ホテル
Jintana Resort and Ray Hotel

並列して建てられたジントナ・リゾート&レイ・ホテルはオーナーが同じなので、どちらのホテルに滞在するかを選択できます。ジントナ・リゾートはいわゆるリゾートホテルの雰囲気です。レイ・ホテルは現代のミニマリストを対象とした新感覚のホテルで、リーズナブルでモダンな客室です。
●416 Isan Sub-district, Muang District, ☎044-062-0150 and Ray Hotel ☎044-620-767 www.rayhotelburiram.com



アマリ・ブリーラム・ユナイテッド
Amari Buriram United

アマリ・ブリーラム・ユナイテッドの客室はサッカーをテーマにデザインした、タイで初めてのホテルです。全60室にアマリホテルグループ標準の家具を備え付けており、その見事な設計はサッカーファンがとて快適にくつろげる空間を作り出しています。
●444 Buriram-Prachonchai Road, Isan Sub-district, Muang District, ☎044-111-444 www.amari.com/buriram-united



パノムルンプリ・ブティック・ホテル & リゾート
Phanomrungpuri Boutique Hotels & Resorts

古城スタイルのホテルが希望であれば、パノムルンプリ・ブティック・ホテル&リゾートがおすすめです。クメール建築様式と南イサーン建築様式を融合した、ブリーラム唯一のホテルです。パノムルン歴史公園から20分の場所にあり便利です。
●212 Prachantaket Road (Nang Rong-Lamplai Mat), Nang Rong Sub-district, Nang Rong District, ☎044-632-222 www.phanomrungpuri.co.th

DINING

ムアン・ピザ(ピザ・タウン)
Muang Pizza (Pizza Town)

オランダ人シェフのシーモア・コートレヴァー氏がブリーラムの魅力に惹かれた当時、美味しいピザの店がないことに気づきました。故郷ではベテランのパン職人だった彼は独自のレシピで、何種類ものピザを作り始めました。豚の挽き肉、ハム、トマトソース、マッシュルーム、モッツァレラチーズでトッピングをした「ピザ・ブリーラム」がイチオシメニューです。
●514/10-11 Harnchana Road, Nai Muang Sub-district, Muang District, ☎044-612-032



モータウン・バー&ビストロ
Motown Bar & Bistro

モータウン・バー&ビストロは、スチールと木で作られた内装と美しい照明により、上品、ユニークかつ、クラシックなムードを醸し出した近代的なスタイルのお店です。店内はくつろぎやすい空間で、よく冷えたビールやカクテル、ウイスキーなどと一緒に食事が楽しめます。毎晩タイや各国音楽の生演奏もあります。
●18/15-16 Thani Road, Nai Muang Sub-district, Muang District, ☎044-111-319 オープン 18:00~25:00



キック・オフ
Kick Off

タイ料理や各国料理を提供する、アマリ・ブリーラム・ユナイテッド・ホテルのレストランです。スポーツチャンネルがいつでも観られるので、ライブ中継を観戦でき、最高の雰囲気を楽しめます。ブリーラムソーセージ、イサーンピザ、タイ風味のスパイシーで柔らかいアメリカ牛ステーキなどおすすめです。
●444 Moo 15, Buriram-Prachonchai Road, Isan Sub-district, Muang District, ☎044-111-444 オープン 06:00~23:30



クリム・キッチン
Klim Kitchen

クリム・キッチンは地元でも人気のレストランです。バラエティに富んだタイのフュージョン料理や各国料理、郷土料理を提供しています。ソフトシェル入りガバオ(バジル)ライスやカリカリに揚げた魚とヤムヌードルが入った辛くて酸味のあるスープがおすすめです。一品料理の値段は65~90バーツ。ハニートースト、クレープ、ケーキなどのデザートもあります。
●1/114-115 Na Satanee Road, Nai Muang Sub-district, Muang District, ☎044-601-989, 044-625-393 オープン 10:30~22:30



バーン・チャイ・ナム
Ban Chai Nam

イサーン(東北)地方でタイ料理やイサーン料理の夕食におすすめのレストランです。貝類の入ったタイカレー、ポークリブ入りスパイススープ、タケノコ入りレッドカレー、カニと茹で麺入りレッドカレー、5つの風味の魚料理などがおすすめです。また、店内には毎晩民族音楽が流れ、毎月第1・第3土曜日の午後8時からはイサーン文化ショーが開催されます。
●456 Bypass Road, Isan Sub-district, Muang District, ☎044-620-713 オープン 16:00~24:00



ネクロマンティックス
Nekromantik

ネクロマンティックスはブリーラムでは珍しい隠れ家的なお店で、醸造所直送の「地ビール」が飲める小さなバブです。イギリス、アメリカ、ベルギー、ドイツ、デンマーク、スコットランドでも手に入らない貴重なビールが味わえます。また、各国のジャズミュージックの生演奏もあります。一歩足を踏み入れれば、まるで別世界に入ったような異国の雰囲気を楽しめます。
●13/22-23 Na Satanee Rod Fai Road, Nai Muang Sub-district, District, ☎085-243-3313 オープン 金土日のみ 18:30~24:00

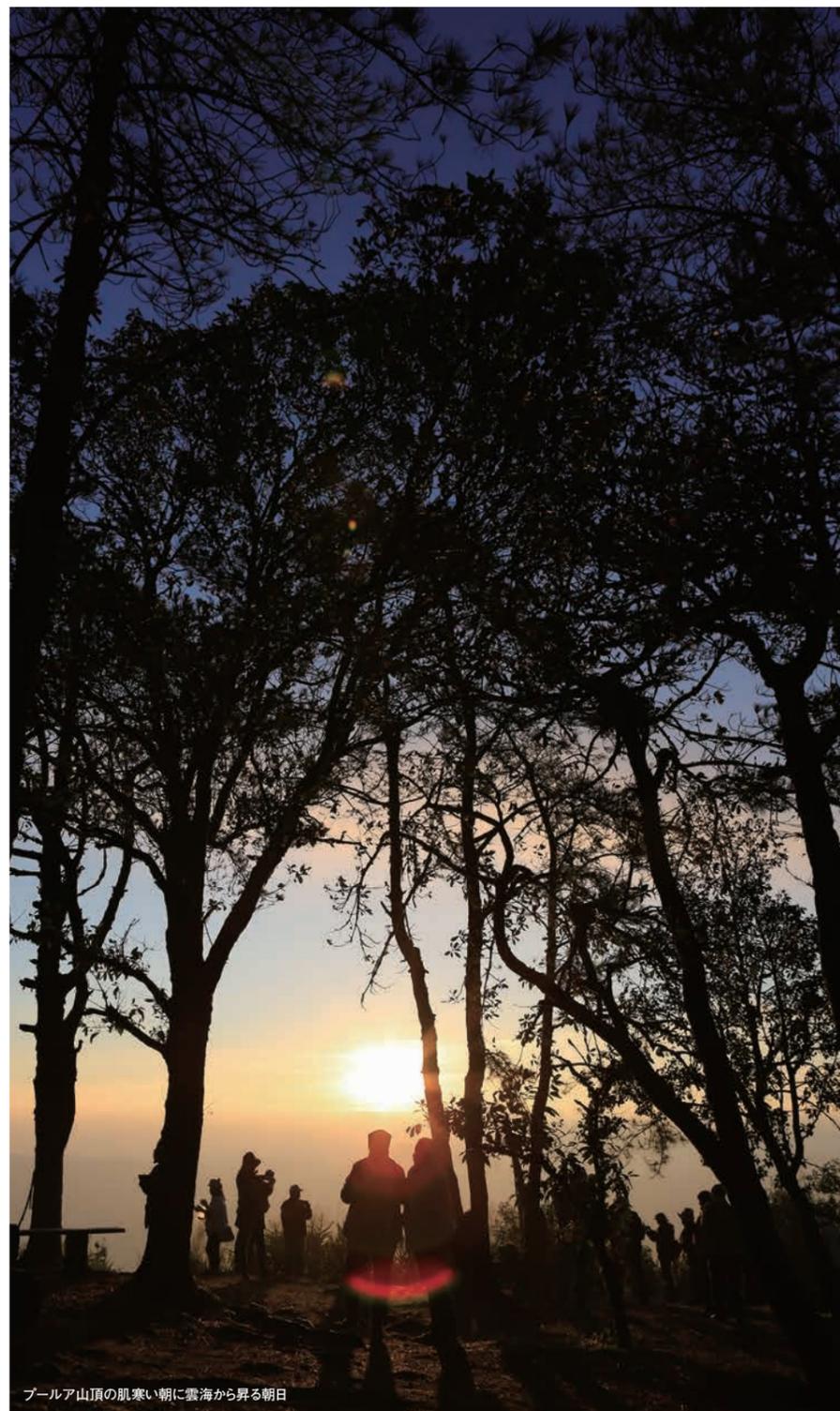
ルーイ

メコン川を挟んでラオスと国境を接するルーイは、山岳地帯にある緑豊かで風光明媚な場所です。また、タイで最も涼しく快適な気候のエリアです。

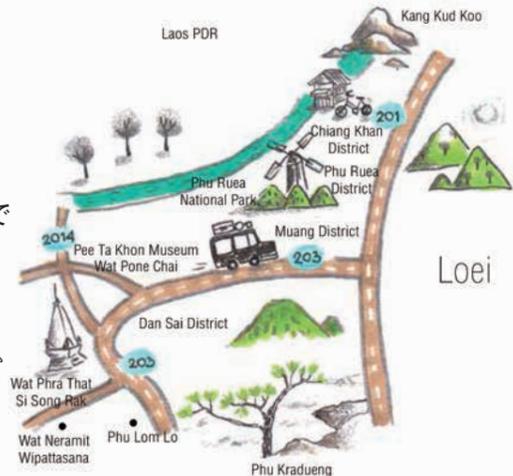
アクセス ノックエアとエアアジアが毎日バンコク〜ルーイ間に就航しています。
☎089-710-7768, 086-240-7918

お祭り ダンサーイ郡ボンチャイ寺院のピーターコーンフェスティバルの時期は世界中から人々が集まりとても賑やかになることでも有名です。毎年7月もしくは8月に開催されます。

OnePointアドバイス 国立公園や野生動物保護区は、その地域を洪水などから守るため、雨季は休園している場合があります。旅行前に、国立公園の開園日や休園日を調べておきましょう。テントやリゾート施設は要電話予約。
☎025-620-760



プルーア山頂の肌寒い朝に雲海から昇る朝日



プルーア国立公園

Phu Ruea National Park

プルーア国立公園にはたくさんの観光客が自然の神秘を求めて訪れます。霜が降りた足元の草がバリバリと音を立てる光景や、雲海の中から太陽が昇る壮大な光景に感動すること間違いなしです。一年を通して咲いている野生のバラやデンドロビウム蘭も、この山の見所のひとつです。

●ルーイ県プルーア郡ノーンブア町
☎088-509-5299, 042-810-965

プルー・ボー・ビット

Phu Bo Bit

プルー・ボー・ビットはルーイで最も高い山で、美しい夕日が見られます。海拔500m以上の高さですが、頂上までは鉄製の階段もあるので登りやすいです。山頂からの日の出・日の入りや、街のきらめく明かりを眺めるために、少しだけ町を離れるのもおすすめです。

●Loei-Na Duang Road, Muang District.



プルー・ロム・ロー

Phu Lom Lo

プルー・ロム・ロー国立公園は、ピンクの花が咲くことで有名です。その花は野生のヒマヤヤザクラです。開発局と保護局の強力な連携により、森林地帯が守られ、村民の生活も向上しています。

●Kok Sathon Sub-district, Dan Sai District,
問い合わせ: Kok Sathon tourist information
088-439-5727, 091-282-0536.



バーン・ナ・パ・ナット(黒タイ族の家) Ban Na Pa Nat, the houses of the Thai Dam people

ディアン・ピアン・フーの黒タイ族の文化遺産が、今でもルーイ県に残っています。村の前には小さな博物館があり、当時の家屋や人々の暮らしを再現した模型が飾られています。毎年4月6日には、黒タイ族の織物や文化についての展示があります。また、村の中心では、古代黒タイ族の伝統的なショーも見られます。

●Ban Na Pa Nat, Khao Kaeo Sub-district,
Chiang Khan District.
☎083-338-2828, 084-925-0771



ダンサーイ民族博物館 (ピーターコーン博物館)

Dan Sai Folk Museum or Phi Ta Khon Museum

ピーターコーン・フェスティバルに行く機会を逃しても、仮面ダンス(ピーターコーン)を習ったり、その歴史を展示している博物館の里であるボンチャイ寺院でいろいろな精霊の話を知ることができます。この博物館には、さまざまなタイプのピーターコーン用の仮面が展示されています。シンプルなものから豪華なデザインのものまで、ピーターコーンの仮面の歴史的な進化を見ることができます。他にも、ピーターコーンにちなんだ物を売るおみやげ店もあります。

●Located in Wat Phon Chai, Dan Sai District.
☎081-954-9966



チェンカーンのメコン川沿いで週末に催される歩行者天国

チェンカーン

Chiang Khan

メコン川沿いの古い木造の家々は、タイのイサーン(東北)とラオスの文化が融合したもので、チェンカーン特有の遺産でもあります。地元の人々は今でも毎朝、修行僧にお供え物を献上するため、もち飯が入った小さなカゴを持っています。週末の夕方には、道を歩く人がいっぱい、とてもにぎわっています。プートックの川沿い周辺では、チェンカーンの人気の避暑地、ケーンクックー同様、雲海を眺めることができます。

●ルーイ県チェンカーン郡

プルー・クラドゥン国立公園

Phu Kradueng National Park

ハイカーの間で伝説となっている場所です。1,316mの山頂に登ってキャンプ場の零下の気温を体験し、早朝にパー・ノック・エーンまでトレッキングして朝日を見て、タイで有数の美しい夕日が見られるパー・ロム・サックで夕日を見る。ここを訪れた誰もがその体験を手に入れるために集まります。

●Moo 1, Sri Than Sub-district,
Phu Kradueng District,
☎042-810-833-4

スワン・ヒン・パー・ガム

(クンミン・ムアンルーイ)

Suan Hin Pha Ngam or Kunning Muang Loei

スワン・ヒン・パー・ガムは、石灰岩でできた断崖や絶壁の連なりが自然の誓いのようになっているため「ルーイの昆明」と呼ばれています。迷路のような石庭の中の曲がりくねった道を通っていきます。中には這うようにしないと進めない場所もありますが、向こう側に到達し、岩壁の美しい光景を目にすれば、疲れも吹き飛びます。

●Ban Pha Ngam, Puan Phu Sub-district, Nong Hin District,
☎081-462-1719



プラタート・シー・ソンラック

Phra That Sri Song Rak

白いレンガ造りの仏舎利塔は、アユタヤとラオスのラン・チャンの友好記念に建てられました。タイとラオス両国の人々が、毎年この場所で行われる式典に参加します。愛と友情の信仰として、蜜蝋で作った花の彫刻を捧げます。この平和の記念碑の前では、血と暴力の色とされる赤い服を着ることは禁じられています。

●ルーイ県ダンサイ郡



筏の上からホアイ・クラティンの美しい自然を眺めながら美味しい食事を楽しむ

ホアイ・クラティン

Huay Krating

以前はルーイ地区に水資源を供給する、1,500エーカーある貯水池でした。現在、ホアイ・クラティン(マントンボン貯水池)は、季節ごとに美しさが変化するレクリエーション施設になっています。夏には涼を求める大勢の人々でにぎわい、バンブーラフティングを楽しむことができます。雨期には周囲の竹林が青々と茂り、乾期には冷たい霧が水面に浮かんで夢のような不思議な現象が起こります。

●ルーイ県ムアン郡

プルー・パー・ポ

Phu Pa Po

プルー・パー・ポ山は頂上が平らなため、ルーイの富士山と言われます。この山の最も美しい景観が見られる場所が、プルー・パーの反対側にあるプルー・パー・ポです。車で頂上まで登れば全景を望めます。乾期には頂上に霧がかかることがあり、雨期にはルーイの富士山が雲海に浮かぶ島のように見えます。

●Ban Pha Wai, Puan Phu Sub-district, Nong Hin District,
☎089-764-6829

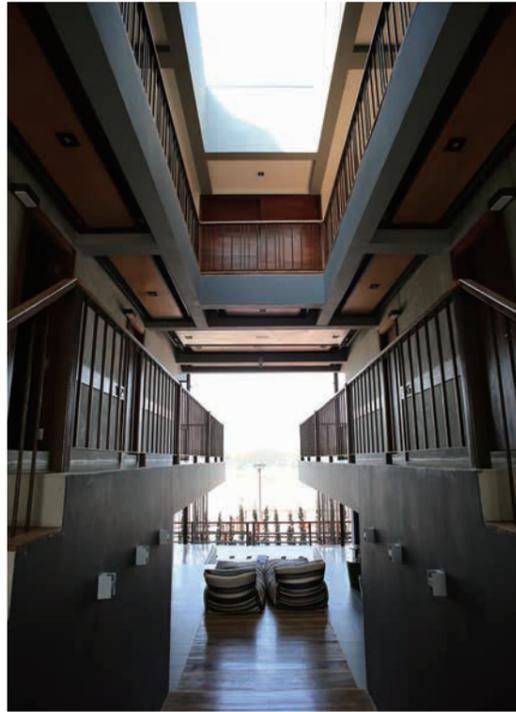
プルー・ルアン

Phu Luang

ルーイやパー・サック川の豊かな自然に囲まれたプルー・ルアン野生動物保護区は、ぜひとも訪れるべきスポットです。その豊富な緑が、たくさんの種類の草食動物の生命の源となっています。早春には、白と赤の野生のバラが満開となり、とてもきれいです。

●ルーイ県プルーア郡ターサーラー町 ☎042-801-955

ルーイおすすめの HOTEL



シック・チェンカーン Chic Chiangkhan

シック・チェンカーンはチェンカーンの最先端スポットです。選び抜かれた木材を主な材質に使っていて、周囲の景観に見事に溶け込んでいます。シャープなラインを用いた幾何学的なデザインで、館内のどこからでもメコン川からの爽やかな風を感じられます。

●ルーイ県チェンカーン郡 ☎042-822-199



ダイ・ヘン・ブティック・ホテル Dai Heng Boutique Hotel

メコン川沿いにある、部屋数の多いリゾートホテルをお探しの方におすすめの「ダイ・ヘン・ブティック・ホテル」。2つのホテルからお好きな方を選べます。どちらも全9室でスタイルは良く似ています。地元の人々から愛されている伝統的な家屋のデザインに基づいて、部屋が中央のホールを囲むような設計になっています。チャイナム通り近辺の古い家々に行くこともでき、メコン川に沿ったサイクリングコースもあります。

●ルーイ県チェンカーン郡 ☎081-261-4672



ス नेता・ホステル Sumeta Hostel

ス नेता・ホステルはチェンカーンの歴史の中でも、早期に建てられたロマンティックなホステルです。この木造のホステルは全7室で、チェンカーンの古い時代の魅力が伝わる作りになっています。各部屋には、ビンテージ家具、古い映画のポスター、腰巻、メコン川を眺めながら入浴できる木製のバスなど備え付けられています。また、建物の裏には小さな庭があるので、川辺からの新鮮な空気を味わうことができます。

●Chiang Khan District, ☎086-999-9218



プー・ルア・ルアン・マイ・リゾート Phu Ruea Ruan Mai Resort

プー・ルア・ルアン・マイ・リゾートは緑豊かな熱帯林に囲まれた小さなリゾートホテルで、親切なサービスと心温まるおもてなしで歓迎してくれます。会議やセミナー、トレーニングキャンプ用にも利用できます。ルーイ県の人々の暮らしを学べる、古い木造の建物もあります。

●471 Moo 7 Ban Phu Ruea, Nong Bua Sub-district, Phu Ruea District, ☎081-954-2915



ウォン・サイ・シリ・シー・チェンカーン・ホテル Wong Sai Siri Srichiangkhan Hotel

ウォン・サイ・シリ・シー・チェンカーン・ホテルは、ダブル24部屋とシングル3部屋の近代建築ホテルです。各部屋には、エアコン、ケーブルテレビ、冷蔵庫、給湯器、マットレスと枕などが完備されています。夜はぐっすり眠れるので、朝すっきりと目覚めた後は豪華な朝食を楽しみ、川沿いや遊歩道を散歩することをおすすめします。

●266 Wong Sai Siri Srichiangkhan Hotel 18 (Chai Kong), Chiang Khan District, ☎042-822-289, 081-843-9708



ウン・ラック・リム・コーン・リゾート Un Rak Rim Khong Resort

ウン・ラック・リム・コーン・リゾートは、9室のインラック・ルーム、14室のテムラック・ルーム、13室のウンラック・ルーム、そして、24室のホテルスタイル・ルーム、計60室のホテルです。チェンカーンでメコン川の魅力を感じたい方は、最も美しい場所のひとつです。早朝の川にかかる朝霧の景色を見れば、このリゾートホテルの魅力がさらに知ることができそうです。まるでおとぎの国にいるような気分がさせてくれます。

●40/12 Moo 4 Chiang Khan Sub-district, Chiang Khan District, ☎086-859-8550, 081-739-0648

DINING



ファン・ルアン・ババーンのオリジナル料理である美味しい発酵魚とスパイシーなポークソーセージ

ファン・ルアン・ババーン Huan Luang Prabang

チェンカーンの文化遺産は、メコン川を越えたラオスのルアン・ババーンの影響を受けていることが他の町と異なります。ルアン・ババーンの本当の生活を体験したい方は、ぜひメコン川沿いの「ファン・ルアン・ババーン」に行ってみてください。伝統的なルアン・ババーンの郷土料理が楽しめます。オーラム、発酵魚のフライ、スパイシーなポークソーセージ、ルアン・ババーン・チリペーストと豚肉の炒め物がおすすです。

●ルーイ県チェンカーン郡 ☎042-821-046

カー・オ・ピアック・パーク・マー Kao Pieg Pak Mah

ルーイでは祖先がベトナム人だったことから、ベトナム風ヌードルスープが朝食として人気です。このレストランのシェフ兼ウェーターでもあり、オーナーのウィルン・ウォーラウィルンウォン氏の大きな声と独特な話し方から店の名前が付けられました。甘いスープのベトナム風ヌードルには、白いポークソーセージ、ポークスペアリブ、半熟卵が添えられます。

●ルーイ県ムアン郡 ☎042-833-376

キアン・ルーイ Kiang Loei

ココナッツキャンディは、ケーナッククック地域で最も人気のあるデザートのひとつです。世を越えて受け継がれた秘伝のレシピで作る、キアン・ルーイ・レストランのココナッツキャンディは最も美味しく、柔らかいです。ソフトココナッツには、黒糖が振りかけられています。キアン・ルーイのココナッツキャンディは、無添加でほど良い甘さに仕上がっています。

●ルーイ県チェンカーン郡 ☎081-871-2054



コーヒー・ヌア@ルーイ Coffee Nua @ Loei

アート・カフェは芸術作品が飾られた庭にあり、世界中の旅行者を歓迎するアートな雰囲気を作り出しています。香りの良いコーヒーの他にも、ステーキ、点心、ケーキ、ペストリーなど豊富なメニューがあります。オーナーによる数々のアート作品が飾られた美しい庭で、くつろぎのひとときを過ごせ、カフェという枠を越えた店です。

●Sai Loei-Dan Sai Road の近く



カー・オ・ブン・ナム・ジェーウ Kao Pun Nam Jaew

チェンカーン地域ならではの朝食がブア・ワーン・レストランで食べられます。この店では、チェンカーンのレシピに基づいた東北地方スタイルのユニークなライスヌードルを提供しています。通常は細麺に、豚の内臓、地産の野菜、レモン、唐辛子を混ぜますが、チェンカーンではエビのペーストを加えて、よりスパイシーに仕上げられており、何杯でも食べられそうなメニューです。

●ルーイ県チェンカーン郡 ☎042-821-404



ルーイ・ダーナン・レストラン Loei Danang Restaurant

「ルーイ・ダーナン・レストラン」では、落ち着いた雰囲気の中でベトナム料理を味わえます。17年前にオープンして好評だった1号店に続いて、この2号店がオープンしました。おすすめは、ポーピアート(タイ風揚げ春巻き)やサトウキビに巻いたエビのフライなど。その他にも、ネーム・ヌアン(ベトナム風春巻き)、バックモー、バーン・ベオ、タイ東北地方とベトナムのフュージョン料理などがあります。

●ルーイ県ムアン郡 ☎083-454-6777

サムットソングラム

果樹園に囲まれた田園風景の広がるサムットソングラムは、都会の喧騒を離れてスローライフが楽しめるゆったりとした場所です。

- アクセス** サムットソングラムに車で行く場合、高速35号線で63kmの距離です。他にも、戦勝記念塔からのミニバンに乗れば、メークローン市場で降りられます。電車はウォンウェイヤイから毎日出ています。
- お祭り** ロイクラトン祭り中は、バナナの本の幹で作ったクラトン(灯籠)の見学など、さまざまな文化活動に参加できます。毎年2月には、プラバートサムデット・ブッタルート・ラーナバーライ王(ラマ2世)フェスティバルが開催されます。
- OnePoint アドバイス** 寺院や教会を訪れる際には、その場所にふさわしい服装を身に付けてください。自転車で日陰の多い農園を通るのが、アンパワーに行く一番良い方法です。



地域の保護と観光というテーマが出会うアンパワーの川

ルアン・ポー・ワット・バーン・レーム、 ペット・サムット・ウォラウイハーン寺院 Luang Phor Wat Ban Laem, Wat Phet Samut Worawihan

托鉢の鉢を持って立つブロンズの仏像、ルアン・ポー・ワット・バーン・レームは、この町の秘宝と言えます。この仏像は、かつて漁師の網にかり、ブラサート・トーン王の統治時代に建てられた寺院、シー・チャンパ寺院に運ばれたと言われていました。現在はペット・サムット・ウォラウイハーン寺院と呼ばれています。修復後、寺院は王室守護寺院に指定されました。

- Phet Samut Road, Maeklong Sub-district, Muang District.

アンパワー・チャイ・パッタナヌラク・プロジェクト Amphawa Chai Pattanapurak Project

運河沿いの家々が、ギャラリーやギフトショップとして営業しています。このプロジェクトの目的は、地域の生活を守ると同時に観光業を推進することです。パームシュガーやココナッツの菓子の工芸品作りの紹介、また公園でタイのクラシック音楽を演奏したり、地域に関する展示会や地元の商品を売る市場など、さまざまなイベントを行っています。

- 185-191 Amphawa Sub-district, Amphawa District.



メークローン鉄道市場 Maeklong Railway Market

メークローン鉄道市場はあまり知られていないタイの観光名所のひとつで、魚介類などの生鮮食品や乾燥食品を販売している市場です。見所は、列車が通る前の数秒間、列車が通るように店のパラソルが一同に閉じられることです。別名傘をたたむ市場とも呼ばれています。列車が通り過ぎると、またパラソルが開いて、何事もなかったように普通に営業を始めます。列車が通るのは、一日に6回(6:20、9:45、10:20、13:45、14:30、18:20)です。

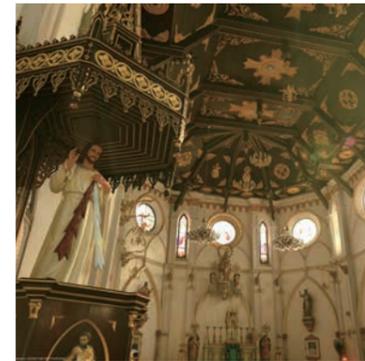
- Maeklong Railway station



ルアン・ポー・コン、バーン・クラボム寺院 Luang Phor Kong, Wat Bang Krapom

この小さな寺院には、4つの大きな仏足石と、真珠で美しく装飾された1つの小さな仏足石があります。また、仏陀の一生を表した彫刻、神や天使、中国式の家屋を描いた驚くほど美しい色合いの絵画もあります。

- アンパワー郡アンパワー町 ☎034-751-334



聖母誕生大聖堂 Nativity of Our Lady Cathedral

この荘厳なローマ・カトリック大聖堂は、フランスのゴシック建築様式で建てられました。カラフルなステンドグラスの優美な装飾は、タイで最も美しい古典建築のひとつです。メークローン川の近くにあり、毎週金曜日から日曜日まで一般公開されています。

- Moo 7, Bang Nok Kwae Sub-district, Bang Kon Tee District, ☎034-761-347



ター・カー水上マーケット Tha Kha Floating Market

ココナッツと果物の農園があり、平和でとても静かな雰囲気です。地元の果物や野菜をいっぱい積んだボートがそれぞれの店になります。安くて美味しいおかずを売るボートもあります。市場は、毎週土曜日と日曜日の朝と、上弦・下弦の月からそれぞれ2日目、7日目、12日目の夜にも開催されています。

- サムットソングラム県アンパワー郡ターカー町 ☎034-766-208



バーン・クン寺院 Wat Bang Kung

バーン・クン寺院は、菩提樹に覆われた小さな本堂が有名です。タイ・ビルマ戦争時代の軍のキャンプ跡地に建てられた、神秘的で人々を魅了する本堂には、ルアン・ポー・ニンマナーという仏像が納められています。

- サムットソングラム県バーンコンティ郡バーンクン町

運河沿いで托鉢 Offering food to monks along the canal

朝早く起きて、新鮮な空気をいっぱい吸い込み、運河で小さなボートを漕いでいる托鉢僧に食事をお供えしましょう。この地で長い間続いている素晴らしい伝統です。

バーン・ノイ水上マーケット Bang Noi Floating Market

週末のみ開かれていましたが、現在は、農場直送の新鮮な食材や地元の人々の愛情が込められた食品が販売され、買物客でにぎわっています。また、ちょっとした宿泊施設もあり、忙しき都会の生活から少しだけ離れたという方にもおすすめです。

- Bang Noi Canal, in front of Wat Koh Kaew, Kradang Nga Sub-district, Bang Kon Tee District, ☎034-761-537

クロン・クローン地区 Klong Klone Community

エコツーリズムが体験できるクロン・クローン地区では、地元漁師の生活を学んだり、サルガイやカキの養殖場の見学やカニクイザルに餌をあげたり、泥スキーを楽しんだり、ホームステイ施設で地元の料理を堪能したりと、さまざまな体験ができます。

- Moo 3, Klong Klone Sub-district, Muang District, ☎081-941-9152

ラマ2世記念公園 King Rama II Memorial Park

ラマ2世記念公園内の博物館には、初期ラッタナコーシン時代の人々の生活がタイの伝統的な4軒の家をモデルに、分かりやすく展示されています。公園内には、屋外映画館、タイ文学植物園、地元の商品を売るギフトショップなどもあります。

- アンパワー郡アンパワー町 ☎034-751-666

バーン・ブラップ地区 Bang Plub Community

バーン・ブラップは、保存用の果物や野菜の工程作業を見学できる果物農園や、エコツーリズムを体験できます。地元の特産品を買うこともできます。

- Moo 4, Bang Prom Sub-district, Bang Kon Tee District, ☎034-761-985, 089-829-7100



クロン・クローン地区の素敵な夕暮れ

サムットソクラームおすすめの

HOTEL



チャバ・バーン・チャム・リゾート
Chaba Baan Cham Resort

この小さなリゾートホテルは、全12室あり、室内は新旧が見事に調和された木とコンクリートのデザインとなっています。部屋のタイプは2種類で、デラックスとVIPがあります。各部屋には広いバルコニーもあり、くつろげる共用スペースとして伝統的なタイ風の別棟もあります。

☎ 081-984-1000 www.chababaancham.com



タニチャー・ヘルシー・リゾート
Thanicha Healthy Resort

一世紀ほど前に建てられた木造の家が、快適なリゾートホテルに生まれ変わりました。高齢者や身体の不自由な人のための客室もあります。また、ポートツアーや朝の托鉢僧へのお供えなど、各種アクティビティも手配しています。

● 261 Amphawa Sub-district, Amphawa District, ☎034-725-511, 089-104-5444



バーン・アンパワー・リゾート&スパ
Baan Amphawa Resort and Spa

部屋は全60室あり、広々としていてベッドも大きく、リビング・ルームもあります。部屋の一部は伝統的なタイ家屋風の館内にあり、それ以外はタイ文学植物園内のガーデンヴィラとなります。設備やアメニティが充実し、Wi-Fi、レストラン、スパなどがあります。運河沿いの虫鑑賞、夜のポートツアーの手配も可能です。

● 22 Bang Kra Pom - Kaew Fa Road, Amphawa Sub-district, Amphawa District, ☎034-752-222



リバー・ココ・ベッド&ブレイクファースト
River Coco Bed and Breakfast

豊かな緑に囲まれた、リゾートホテルは、家庭的な雰囲気でのんびりできます。また、スタッフが近隣の観光地について役立つアドバイスをしてくれるので安心です。

● アンパワー郡アンパワー町
☎081-868-9853, 080-922-2247



アンパワー・ナ・ノン・ホテル
Amphawa Na Non Hotel

この新しいホテルは、近代的なトロピカルスタイルで、タイと現代の要素がうまく調和された、明るくきれいで落ち着いた雰囲気です。豪華なスパや、ココナツの木の間に沈む夕日の絶景を見られるバーは、おすすめです。また、会議や結婚式の用広間もあります。

● 96 Prachaset Road, Amphawa Sub-district,
☎034-752-111



バーン・ラック・アンパワー・ホームステイ
Baan Rak Amphawa Homestay

スタッフがいつも笑顔で出迎えてくれる木造のホームステイ施設です。骨董品やカラフルな花がセンス良く飾られています。托鉢僧に朝のお供えをしたり、ベランダで食事をしたり、運河で水遊びをしたりと、さまざまな体験ができます。

● Amphawa canal side, ☎097-224-2354 www.baanrak-amphawa.com

DINING



メー・ポー特製の
アジチャーハンと地元野菜の付け合わせ

メー・ポーのアジチャーハン
Mae Poo Fried Rice with Mackerel

バーン・ノイ水上マーケットで土曜日と日曜日のみ営業している小さな店です。オーナーの祖母の秘伝のレシピで調理した、アジ入りチャーハンが人気です。材料は、蒸しご飯、メークローン川のアジ、塩分控えめのクロン・クロンのエビのペーストなど。料理には地元の野菜も添えられます。

● オープン11:00~13:00 hrs, In front of Bang Noi coffee shop, Kradangnga Sub-district, Bang Kon Tee District, ☎081-308-7378

クルア・バーン・スワン・リンチー
Krua Baan Suan Lynjee

ココナツシェルカレーという、他では味わえない料理が食べられます。材料は角切りにしたココナツの殻、ドライチリ、エシャロット、ニンニク、エビのペースト、月桃、レモングラス、コブミカンの皮、コリアンダー、ココナツミルク、フィッシュソース、スウィートバジル、ボークまたはチキンなどです。

● 101 Moo 1, Bang Sakae Sub-district, Bang Kon Tee District,
☎081-496-5184



クルア・ピー・クン、バーン・プロム川
Krua Pae Kung, Bang Prom River

この店の看板料理は、スパイシーで甘酸っぱいソースで炒めた手長エビを添えたタイの焼きそばパッタイです。新鮮なエビに、美味しいパッタイとタマリンドソースが組み合わさった絶妙な味です。手長エビのサイズは自分で選ぶことができます。この他にも、フィッシュソース・ニンニク・チリを添えた手長エビのフライ、ゲーン・ソム、ミックス野菜炒め、カボチャとタマゴの炒め物などが人気メニューです。

● Close to Wat Bang Prom, Amphawa -
Bang Nok Kwaek Road, ☎086-505-9934



コンティー・リムナム・レストラン
Khonthi Rim Nam Restaurant

メークローン川のアジは、とても人気がある食材です。煮たり、揚げたり、トム・ヤム・スープに入れたりします。このレストランの美味しいアジ入りトム・ヤム・スープは、月桃、レモングラス、チリ、コブミカンの葉、タイの果物マダンなど、さまざまな材料を使っています。この他にも、たくさんの特別な郷土料理を提供しています。

● 246 Amphawa - Bang Nok Kwaek Road,
Bang Kon Tee Sub-district, ☎034-730-817



ホームクラティン・チャオレイ
Homekrateng Chaolay

海で獲れたばかりの新鮮な魚介料理を提供します。おすすめは、ご飯にアジのフライや海藻とチリペーストを添えた一品で、地元漁師の伝統的な料理です。

● 124 Moo 7, Ban Klong Chong, Klong Klone Sub-district, Muang District, ☎087-828-5420 www.homekratengchaolay



ルン・カン・レストラン
Lung Khan Restaurant

ドンホイローを訪れたら、地元名産のマテ貝がおすすめです。タイのハーブで風味を付けた、店の看板料理のマテ貝炒めは絶品です。他にもたくさんのシーフード料理があるので、是非行って下さい。

● near Wat Sattra Tham, Don Hoi Lot, ☎081-755-5530, 034-762-918

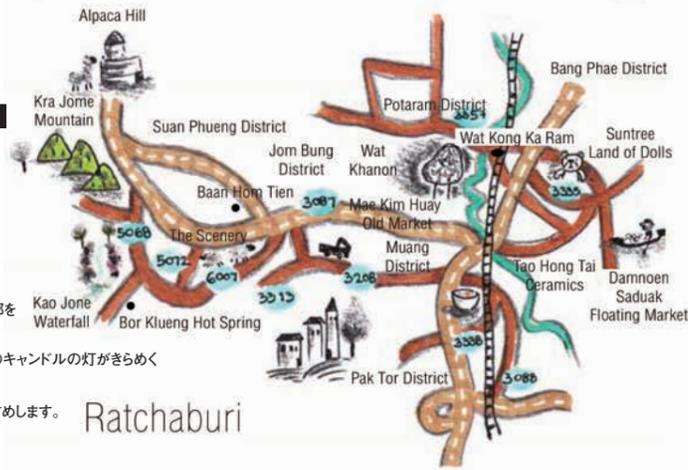
ラーチャブリー

バンコク近郊ののどかな芸術の町です。
この町はアートとともに共存しています。

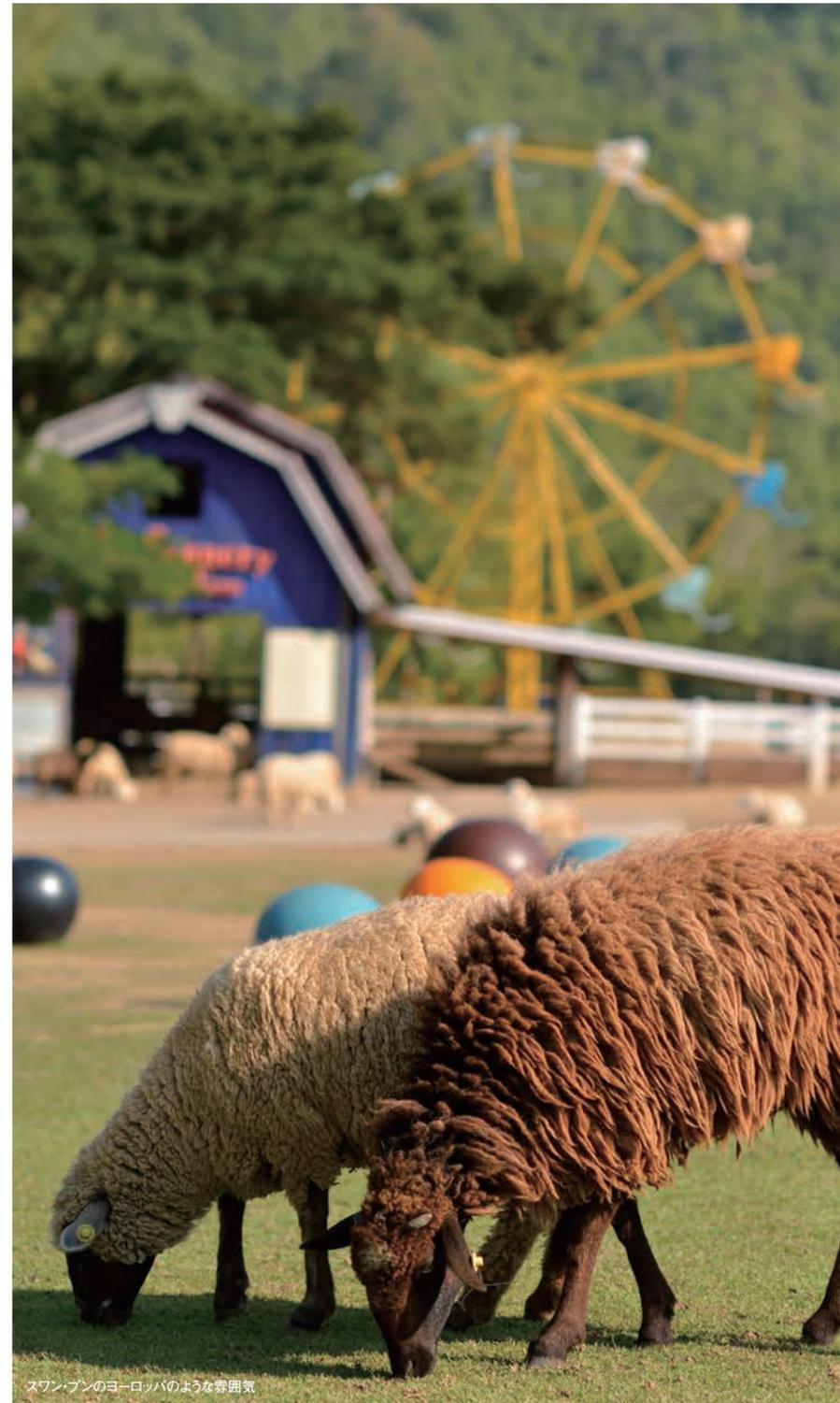
アクセス ラーチャブリーはバンコクからおよそ100kmです。車では、国道338号線でナコンチャイシー郡を通るか国道35号線で(トンブリーからパークトゥーへ)。鉄道も利用できます(☎1690)。

お祭り 毎年ソクランの日に、カノン寺院でナン・ヤイ影人形劇が開催されます。数千本のキャンドルの灯がきらめく冬のロマンス、ロマンチック・アート・フェスティバルがスワンブンで開催されます。

OnePoint アドバイス アルパカ牧場は入場制限する場合もあります。旅行前にオンライン予約されることをおすすめします。冬季や音楽祭の期間中は、スワンブン地区のホテルの空室が少なくなります。こちらも旅行前にオンライン予約されることをおすすめします。



Ratchaburi



スワンブンのヨーロッパのような雰囲気

スワン・ブン Suan Phueng

山々に囲まれたスワン・ブンは、地中海周辺を連想させる風景であることから「シャムのヨーロッパ」と呼ばれています。代表的な場所には、スワン・ブンのシンボルになっているザ・シーナリー・ビンテージ羊牧場があります。この牧場では、羊の毛の刈り方を学んだり、羊の乳で作ったアイスクリームを試食したりできます。

●234 Moo 7, Suan Phueng Sub-district,
Suan Phueng District, Ratchaburi,
☎081-000-7070

スワン・シン・バーン・ディン Suan Sin Ban Din

2005年シラバトーン賞受賞者マーン・ノップ・ミー・ジャムラットが管理するスワン・シン・バーン・ディンは、歌やダンスも含め、多岐に渡って芸術を学べる場所です。館内には、劇場、図書室、毎月最終週末に現代劇を上演するオープンスペースがあります。

●Jed Samian Marketの近く
☎081-818-2542



ストリー・ランド・オブ・ドールズ Suntree Land of Dolls

人形工場の一部が子供達や人形収集家のための遊び場や展示場になっています。また、写真撮影や人形の着付け体験もできます。ワンダフルナイト(音と光のショー)も新たに加わりました。

●1/2 Moo 1, Ban Sing Sub-district,
Potaram District,
☎082-024-2888
www.suntreelandofdolls.com



D Kunstアートギャラリー D Kunst Art Gallery

アートがラーチャブリーの活気の源だとわかったD Kunstの創設者ワシブリー氏が友人たちと自分の芸術作品を一般公開したのが始まりで、ラーチャブリー初の現代美術館です。ラーチャブリー国立美術館近くのウォンラデート通りにある古い3階建ての木造の建物に、現代アーティストの作品を展示するスペースがあります。カフェもあり、芸術を愛する人々が集える場を提供しています。

●323 Woradet Road, Na Muang Sub-district, Muang District,
www.facebook.com/THT.dKunst



スワン・ブンのキュートなアルパカ

アルパカ牧場 Alpaca Farm

スーリとウーカイヤという2種類のかわいいモコモコのアルパカがいます。250ライ(約40万㎡)以上の広さがあり、一般開放しているので、アルパカと写真を撮ったり、餌付けができます。アルパカの他にもたくさんの動物があり、迷路などのアトラクションもあります。

●357 Moo 8, Pha Pok - Ta Ko Lang Road,
www.alpacahill.com

ブルック・ラック農場 Rai Pluk Rak

品質を最優先する有機農場です。農業に興味のある人が気軽に訪れて、農業体験ができます。オーガニックメニューの提供や農産物の販売も行っています。農業体験は事前連絡が必要です。

●130 Moo 1, Petchkasem Road,
Wang Yen Sub-district, Ban Phae District,
☎086-332-7365



黒豆腐 Black Tofu

中国広東省・潮州の伝統的なレシピで作られる大豆100%のメーカーの黒豆腐が名物です。豆腐をスパイスと一緒に何日も煮ることで色が黒くなります。黒豆腐は、あらゆる料理の基本食材として使われます。

●Rat-Uthit Road, Potaram District,
☎032-231-429, 086-758-5490



まるで生きているような繊細工

サイアム文化園 Siam Cultural Park

42ライ(6.72万㎡)の広大な敷地にあるダム公園での散歩がおすすめです。園内には、蠟彫刻による国内外の著名人、仏像、タイのさまざまな地域の伝統建築様式などが蠟彫刻が音声ガイド付きで展示されています。

●41/1, Moo 3, Wang Yen Sub-district, Bang Phae District,
☎032-381-401, 032-381-404, 081-526-5930

龍をモチーフにした艶のある水瓶 Glazed Water Jars with Dragon Motif

タオ・ホン・タイ陶磁器工場は、80年以上前に設立されました。工場のオーナーは、鉢、テーブル、椅子、花瓶、その他の室内装飾品など、時代に合った現代的な製品を作っています。一般公開されていて、製造過程も見学できます。

●234/1, Moo 2, Chedi Hak Road, Chedi Hak Sub-district, Muang District,
☎032-337-574, 032-323-630 www.thtceramic.com

ノーンホイ寺院 Wat Nong Hoi

山頂には高さ16mのグアン・イム像が立っています。その反対側にはラタナコーシン・マハー・ムニー・仏(ルアン・ポー・ヤイ)が立ち、たくさんの人々がこの神聖な寺院を訪れて、祈りを捧げます。麓の素晴らしい景観が見られる展望台もあります。

●ノーンホイ寺院は、市内から3080号線および3089号線を通って約12km。



バーン・ホーム・ティアン Baan Hom Tian

アロマ・キャンドルで有名になった小さな町です。ショップ、カフェ、レストラン、おみやげ店、キャンドルの作り方を学べる場所などがあります。また、写真を撮りたくなるようなおしゃれな場所もたくさんあり、キャンドルフェスティバルや音楽祭などが毎年行われる会場でもあります。

●Kilometer stone no. 33, Suan Phueng District,
☎081-841-1895, 085-845-7379



芸術の町 芸術家のコミュニティ The City of Art and The Community of Artists

ラーチャブリーの芸術家が、街中で才能あふれる作品を展示しています。チャペルにある絵、壁の落書き、メークローン川近くにある子供の織布彫刻、斑模様の子の石膏彫刻など、いたるところでバラエティ豊かな芸術作品を見ることができます。優秀な作品の展覧会も、一年を通して開催されています。●芸術作品のほとんどは、ウォンラデート通りやメークローン川沿いで見られます。

ラーチャブリーおすすめの

HOTEL



アリスト・シック・リゾート&ファーム Aristo Chic Resort and Farm

アリスト・シック・リゾート&ファームは、緑の茂った丘を背景に、27軒の白いコテージが建ち並ぶリゾートホテルです。ゲストハウスは3種類あります。プライベートジャグジーでくつろぎ、バーベキューを楽しみ、羊と馬の牧場を散歩するのもおすすめです。

●777 Moo 8, Ban Pong Maew, Suan Phueng Sub-district, Suan Phueng District, ☎085-566-5533



ザ・バンヤン・リーフ・リゾート The Banyan Leaf Resort

タイのデザート(カヌム・チャン)、カプセル、鳥の巣、キャンディ、ロボット、農家など、さまざまなテーマの部屋があります。また、アクティビティには、気球飛行、ボート漕ぎ、サイクリング、乗馬などがあります。他にも、羊の餌付けや夜にコムローイ(ランタン)を上げる体験ができます。

●504 Moo 8, Ratchaburi-Nam Tok Bo Khlung Road, Suan Phueng Sub-district, ☎081-441-2743 www.thebanyanleaf-resort.com



アトリータイムリゾート aTree Time Resort

このリゾートホテルの一角にはくつろげる庭があります。農耕具をあしらったデザインの客室は、他では見られない風変わった雰囲気です。他にも、コテージの庭、養鶏場、キャンプ場など、珍しい施設もあります。

●80/8 Moo 7, Suan Phueng Sub-district, ☎081-952-4149



スペース59

スペース59 Space 59

スペース59は市街地の中心にある、リーズナブルでおしゃれなホテルです。6階建てで、スタンダードルームや中2階でつながるスペシャルルームの2種類の客室があり、スタイリッシュな空間を演出しています。

●Tao U-Thong Road, near Ratchaburi Railway Station, Na Muang District, Muang District, ☎032-315-559

パノラマ・バレー Panorama Valley

パノラマ・バレーは自然の中に位置し、ヨーロッパの田舎にいるような気分になれるホテルです。丘の中腹にあるヴィラは、どこか懐かしい雰囲気です。屋外にある大きくて心地よいハンモックに揺られながら、壮麗な日の出を眺めるのもおすすめです。

●22/2 Moo 3, Pong Krating - Tha Kha Road, Tha Koey Sub-district, Suan Phueng District, ☎083-608-0008

スイス・バレー・ヒップ&リゾート Swiss Valley Hip and Resort

とてもロマンティックな雰囲気の地中海リゾートホテルです。ハネムーンや家族旅行など、プライベートな時間を楽しめます。すべての客室に充実した設備とアメニティが完備されています。

●77/7, Moo 7, opposite the Scenery Vintage Farm, www.swissvalleyhipresort.com, ☎087-773-3950

DINING



ムンプロート・スワン・ブン Moomprod Suan Phueng

芸術性あふれる装飾がほどこされたムンプロート・スワン・ブンは、快適なBGMが流れる心地良い雰囲気のこじんまりとしたレストランです。料理はどれもシンプルで美味しいものばかり。マッシュルーム入りトム・ヤム・スープ、クア・グリーン、ラープ・ムー・トート、スパイシーなエビのサラダ、フィッシュソースを添えた豚肉のフライ、しいたけとエビの炒め物などがおすすめです。

●Across the road from Ban Bo Community School, Suan Phueng Sub-district, Suan Phueng District, ☎032-395-150

クラア・モーン・カイ Krua Mon Kai

開店当初は小さな店からはじめたクラア・モーン・カイ。今では、食欲をそそる豊富な料理、デザート、健康ドリンクなどを揃えた大型レストランに成長しました。店内・店外・バルコニーの、3つ座席を選べます。店の看板料理は迷うことなく、シダのヤム・サラダです。

●Moo 3, Suan Pa Sirikit - On Suan Phueng Road, on the way to Kra Jome Mountain, ☎086-173-5762



アルパカ・ポーターラーム Alpaca Potaram

上品でモダンな装飾の店内で、タイ料理、中華料理、その他の各国料理を食べられるポーターラームの新しい憩いの場です。会議やセミナーにも使える宴会場や、輸入ワインを味わえるワインコーナーなどもあります。豚足のローストは必食です。

●Potaram Muang Mai Village, close to JC Sport Club, ☎032-347-693, 061-412-1924



クン・メームのエッグ・ヌードル Khun Mam Egg Noodles

ラーチャブリーといえばエッグ・ヌードルが有名ですが、各店それぞれのレシピがあります。創業50年を超えるクン・メームの味の秘訣は、半熟卵、BBQポーク、揚げニンニクです。温かいスープも付きます。

●Close to Prompathya Hospital, Ratsadon Yindee Road, Na Muang Sub-district, Muang District, ☎081-944-5406



ここがイチオシ!

ジェー・オーン(クー・ブア寺院前) Je Orn, in front of Wat Khu Bua

郊外にあるレストランですが、美味しい郷土料理を味わうために、いつも大勢の客が列を作っています。おすすめメニューは、ナスの炒め物に添えた雷魚のフライ、フィッシュソースで煮たチキン、スパイシーなつみれの炒め物やエビ入りミックス野菜スープです。

●59/9 Moo 5, Khu Bua Sub-district, Muang District, ☎081-007-6993, 032-730-200



ここがイチオシ!

ヌア・トム・バーン・シン Nuea Tom Ban Sing

さまざまなタイのハーブで風味を付けた牛肉とモツ煮込みが絶品の伝説的な地元のレストランです。

●Lieb Klong Chonpratan Road, Ban Sing Sub-district, Potaram District, ☎081-011-8685

トラート

トラートは、豊かな自然あふれる楽園。
青い海と、手つかずの自然とけ込む旅を満喫できます。

アクセス 車の場合:クレーン郡とチャンタブリーを抜けるとトラートです。
飛行機の場合:バンコクエアウェイズが毎日3往復(バンコク-トラート)運航しています。

お祭り トラートの独立記念フェスティバルが市庁舎で毎年3月下旬頃に開催されます。
毎年5月~6月に、サラック祭りやトラート・フルーツ・フェアが開催されます。

OnePoint アドバイス 移動はマイカーやレンタカーがおすすめです。特にチャーン島に行く場合はドライブが便利です。
※タイ国内の運転には国際免許証が必要です。事前に日本で取得。



タイ式ボート(マッドボート)の旅



カイバー・ビーチ Kai Bae Beach View Point

美しいタイ湾を一望できる場所です。目の前には島々が点在する広い海、足元にはきれいな砂浜、そしてココナッツツリーのパラソル。たくさんの観光客が美しい海を満喫しています。チャーン島を訪れるなら、ぜひカイバー・ビーチの美しさを味わってください。
●カイバイビーチはチャーン島の西岸にあります。

バーンサラックコークで タイ式ボート(マッドボート)の旅 Thai Boat(Mad Boat) Trip at Baan Salak Kok

チャーン島の東側で自然を満喫し、のどかな時間を過ごすのもおすすめです。伝統的なタイ式ボート(マッドボート)に乗り、大自然の中を移動すれば、サラック・コークの地元漁師たちの生活を見ることができます。一日中のんびりと、空想にふけてみるのはいかがですか。

●バーンサラックコーク、ローカルツーリズムクラブ ☎087-748-9497



ソムポート農園での農業観光体験サラックプラムを味わう Agricultural Tourism at Suan Som Pote to experience Salak Plum Fruit

経験豊富な栽培者たちの情熱によって育てられた果樹園で、サラックプラム(スマリー種)が栽培されています。オーナーと園芸師が丹念に育て、作り上げ、選別から剪定、販売まで行っています。甘くて新鮮なサラックプラムを味わえる果樹園ツアーが楽しめます。団体の方は事前に電話でご連絡下さい。

●所在地:バーンターイワン、ワンクラチェ寺院を通過して入園
☎081-438-2015

カラフルなクラゲのパレード Parade of Colorful Jellyfish

10月後半になると、カラフルでさまざまな形のクラゲが、マナオ運河口、マイルトビーチ、ラチャカルンビーチ周辺の海面に浮かび、浜辺に打ち寄せられます。そんなクラゲのパレードは、多くの観光客を驚かせます。

●クロンヤイ郡のマイルトビーチやラチャカルンビーチにて。
☎039-521-838



シロガシラトビ Brahminy Kites

釣り人に人気の広大な沼地、クアパラットティンにはゴムの木の森に囲まれています。昼下がりに、数千羽もの首の赤いシロガシラトビの群れが、餌を捕まえるために水面すれすれを優雅に飛び交う姿が見られます。

●クアパラットティンでシロガシラトビを見るツアーがあります。
☎087-135-7423



黒砂のビーチ Black Sand Beach

マングローブ林に囲まれたバーンクランビーチでは自然の神秘を体験できます。砂浜はもともと貝殻だった褐鉄鉱、そして珪岩からできています。タイで唯一「黒い砂浜」が見られる場所で、世界に5ヶ所しかありません。マングローブの林を通過して海岸に出ると、引き潮時には約2kmにわたって「黒い砂浜」が広がります。

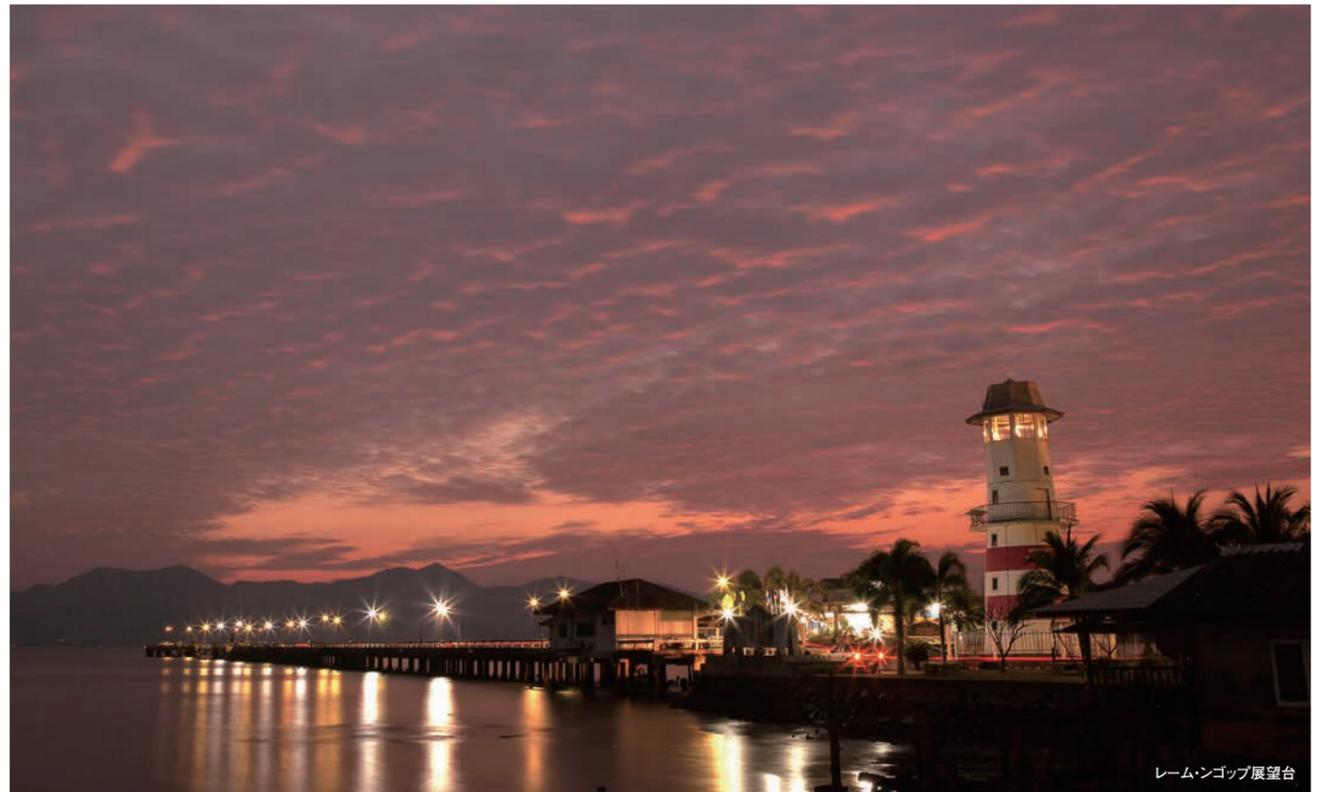
●黒砂のビーチにはエコシステム学習センターがあります。
☎080-574-5544



パイローム寺院、 ブッパラーーム寺院、町の柱 Wat Phai Lom, Wat Buppha Ram, City Pillar Shrine

パイローム寺院は3人の高位の僧侶がいた鐘の形をした寺院です。院内には住職であった3人の僧侶の蠟人形が飾られています。ブッパラーーム寺院では、本堂で宗教を学ぶことができます。古代の壁画も見ることができ、涅槃仏は感動的な大きさで美しさです。そして一日の終わりに、中国式の幸運のシンボルである町の柱を収めた社を訪れてみてはいかがでしょうか。

●所在地:市内 ☎039-520-333, 039-511-238



レーム・ンゴップ展望台

レーム・ンゴップ展望台 Laem Ngop Viewpoint

広大な空と海の見え方は、訪れた観光客だけでなく地元住民も多く訪れる魅力の場所です。そよ風に吹かれながら、大きな灯台や橋などの景色を眺めることができます。

●車で国道3148号線を最東端地区という看板が見えるまで進む。
(市内から約17km)

クラダード島 Ko Kra Dad

クラダード島は大自然がそのまま残るプライベートアイランドで、手つかずの自然の雰囲気を感じたい方におすすめです。静かなビーチを満喫する以外に、シーサファリも楽しむことができます。また、島には数百頭もの野生の鹿が生息しているため、探検や野生動物の観察も楽しめます。

●所在地:マーク島の北東側
☎088-500-0667, 089-099-7917

ラン諸島 Moo Ko Rang

眩しい太陽が照りつけるラン諸島は、世界有数のダイビングスポットです。美しい海が水中の冒険へと誘ってくれるでしょう。綺麗なサンゴやイソギンチャクの中を泳ぐカラフルな魚を見ることが出来ます。やわらかな白砂のビーチを歩けば、今まで味わったことのない感触に驚くことでしょう。ここはまさにタイ湾の知られざる楽園です。

●所在地:チャーン島から、ボートで約30~40分。



バーンターラネのマングローブ林 Ban Tha Ranae Mangrove Forest

バーンターラネのマングローブ林は歴史的な自然遺産のため、クロンジェーク運河沿いの地域で保護活動が行われています。「チュアンプロイ」(宝石ラッシュ)時代に土砂が隆起したことにより、この地域の生態系に変化が起こり、樹齢100年を超えるタブンの木やランブーの木が茂り、潮の満ち引きのあるマングローブ林が誕生しました。美しい自然や現地の人々の生活に触れることができるマングローブ林のスペシャルツアーをはじめ、多くの自然保護活動が行われています。

●バーンターラネ、ノンカンソン町
☎081-161-6694



クロンバーンプラ地区 Khlong Bang Phra Community

古い家、印刷所、診療所が建ち並び、タナチャーン通り沿いには、国王のラマ5世(チュラロンコーン王)が訪れたというタイ式東屋タールアンもあります。最近では、地元アーティストによって再興され、観光地としてにぎわっています。

●タナチャーン通り、クロンバーンプラ地区事務所
☎081-428-1909

トラートおすすめの
HOTEL



ホテル・トスカーナ・トラッド
Hotel Toscana Trad
ホテル・トスカーナ・トラッドはトラートのイタリア村というコンセプトのカラフルで近代的なスタイルの建物で、写真好きの方におすすめのホテルです。各部屋には屋根つき小さな庭があり、部屋の前にはフラワーポットが置いてあります。プールも完備。
●155/4 Moo 5 Laem Ngop-Koh Chang Road, Nong Samet Sub-District, Muang District, ☎039-512-512

リムクロン・ブティック・ホテル
Rimklong Boutique Hotel
リムクロン・ブティック・ホテルは市街地の中心に位置し、木造モルタルのシンプルな建物です。リーズナブルな料金設定で、いろいろな種類の部屋を選べます。各部屋には座って休める庭があるため、とてもリラックスできます。ホテルはクロンバーンブラ地区にあり、古い家屋や近代的な建物に囲まれています。スタッフやオーナーが親切にもてなしてくれます。トラートのことを聞けばいつでも教えてくれ、快適に過ごすことができます。
●194 Lak Muang Road, Bang Phra Sub-District, Muang District, ☎081-861-7181

バンプー・リゾート&スパ
Banpu Resort & Spa
バンプー・リゾート&スパで新鮮な空気を胸いっぱい吸い込んで、マングローブ林に近いリゾート施設を満喫してみませんか。海に突き出たような部屋や緑の庭の中にある川沿いの部屋など、バラエティに富んだ部屋が選べます。セミナーや企業関係のパーティー、その他の宴会にも利用できるため、団体客にもおすすめのホテルです。
●199 Moo 1 Nong Khan Song Sub-District, Muang District, ☎086-314-1060



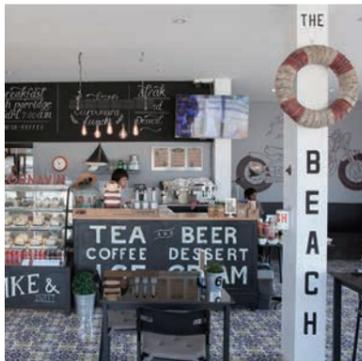
リムクロン・ブティック・ホテル: 寝室(上)と外観(下)



ラーマヤナ・コー・チャーン・リゾート&スパ
Ramayana Koh Chang Resort & Spa
ラーマヤナ・コー・チャーン・リゾート&スパはチャーン島の自然の中にあります。究極のリラゼーションを体験でき、17以上あるコテージはまさに平穏な聖域と言えます。全65部屋はオリエンタル調のデザインで、その豪華な雰囲気と引き込まれることでしょう。レストラン、会議室、フィットネスセンター、レクリエーションスペース、大型スパなどの施設も充実しています。のんびりとマッサージをして、心身ともにリフレッシュしてみたいいかがですか。
●19/9 Moo 4 Ban Khlong Phrao, Koh Chang ☎022-616-364 www.ramayana.co.th



マンゴー・ビーチ・リゾート
Mango Beach Resort
マンゴー・ビーチ・リゾートは市街地から離れたバーンチュンビーチにある、静かでプライベートな雰囲気のホテルです。ハネムーンのカップルやファミリー向けには、小さくてロマンティックなコテージも用意しています。サイクリング、カヤックなどのアクティビティも存分に楽しめます。遊び疲れたらウォーターバーでリフレッシュし、世界各国の美味しい料理を味わってください。
●61/5 Moo 2, Mai Rut Sub-District, Khlong Yai District, ☎039-510-900



ホテル・ヒル
Hotel Hill
ホテル・ヒルは上品なカフェを併設する新しいスタイルのリゾートホテルです。海に関連したアートや現代風の壁画で装飾された館内に興味をそられることでしょう。各部屋のアメニティも充実し、部屋の前にはパーティーをしたりくつろいだりできる小さな庭もあります。
●所在地:トラート方面に向かうスクンビット通り沿い、いすゞの向かい側。 ☎084-358-7511

DINING



スアン・プー・レストラン
Suan Pu Restaurant
マングローブ林のすぐそばにあり、農場直送の食材を使った幅広いメニューの地元料理が楽しめるお店です。海からのそよ風にあたりながら、大きなバリオンの下でいただく食事は格別です。海のコーナーやプライベートなVIPルームなど、さまざまな席を選べます。おすすめのメニューは、パイナップルカレー(ゲーン・クア・サバロット)、ローストしたエビのペースト、プラー・トム・ソム・ラカム、低炭水化物のデザート、スペシャルレシピのスムージー、ヘロ・ホーラバー、ヘハ・サラネーなど。
●199 Moo 1, Nong Khan Song Sub-District, Muang District, ☎039-512-400

スクンビット・クラブ・ヌードルズ
Sukhumvit Crab Noodles
スクンビット・クラブ・ヌードルズはエビ、カニ、シャコ、魚類などの新鮮な食材を使った、バラエティに富んだメニューで有名なヌードルショップです。おすすめはカニのヌードル、シャコのヌードル、カニの卵とシーフードソースで炒めたスパイシーな炒飯。どれも美味しく、独特な味わいを楽しめます。
●Soi Sukhumvit, Bang Phra Sub-District, Muang District, ☎039-512-389 オープン 8:00~15:00

クルア・パット・ティン
Krua Phat Tin
バードウォッチングに出かけるなら、クルア・パット・ティンという小さな店で美味しい地元料理を食べてみてください。海辺のそよ風が心地良い自然の中でいただく料理は格別です。トム・ヤムなどのクリーミーなシーフード料理、スパイシーなタビアン(コイ科の魚)のラーブなどの特製料理や炒め物もおすすめです。
●114/1 Moo 4 Trat-Laem Sok road, Nong Khan Song Sub-District, Muang District, ☎039-542-431



サラクベット・シーフード
Salakphet Seafood
サラクベット・シーフードは、もともと小さな木造小屋から始まった伝統的なレストランです。今はレストランだけでなく、ホームステイ、ボートツアーなどのサービスも行っています。新鮮で安全な食材のみを取り扱っています。大きな干しイカ、胡椒の実とチリペッパーでツテーしたホタテ、クリーミーなトム・ヤム・クン、渡り蟹、エビの春雨蒸し、フィッシュソースを添えたスズキのフライ、ボラのラーブ、その他、魚介のグリルやローストなどをぜひ一度お試しください。
●チャーン島バーンサラクベット周辺 ☎039-553-099, 081-821-2706



ノック・ノイ・シーフード
Nok Noi Seafood
海に突き出たようなロケーションの伝統的なシーフードレストランで、50年以上にわたり美味しい料理で人気です。レストラン所有の漁船があり、水揚げした食材をレストラン前の水槽に入れているので、いつも新鮮な料理を堪能できます。料理はスパイシーなものがほとんどで、シーフードのグリルは店自慢のノック・ノイ特製シーフードソースでいただきます。
●Ban Bangbao Pier Market, Koh Chang Tai, ☎085-249-4439



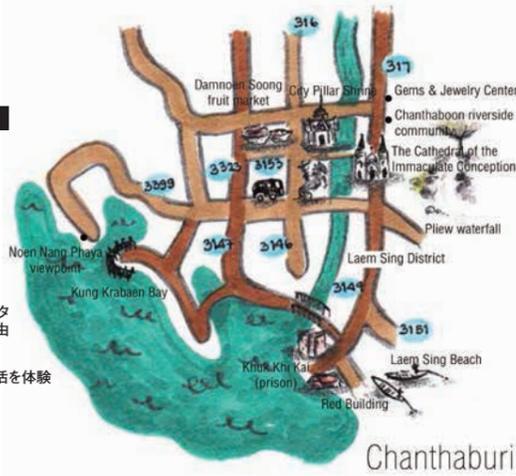
カオゲン・ジェーモン・セーンタウン(トラート)
Khao Kang Jeh Mol Saentung (Trat)
40年以上続いているカレーショップです。トラートの伝統的でスパイシーな調理法で作られたカレーを毎日20種類も提供しています。ゲーン・パー、ゲーン・クア、ムー・チャムアン、めずらしいナギナタナマズのつみれ入りグリーンカレーなどがおすすめです。
●85 Moo 1 Located in front of Thetsaban Tambon San Tung Market, Jintakanon Road, San Tung Sub-District, Khao Saming District, ☎089-545-3315



チャンタブリー

チャンタブリーは、美しい海を臨む豊かな自然に囲まれたトロピカルフルーツの名産地です。

- アクセス** バンコクからチャンタブリーまで4つのルートがあります。1) 国道3号線(スクムビット)のバーン・セン、シーラチャ、サタヒップ、バーン・チャー、ラヨーンを通るルート、2) バーン・ブンクレーン道路を経由するルート、3) カピンブリー経由のルート、4) バタヤまでの高速道路から国道36号線に入るルートです。
- お祭り** 毎年10月から11月に、チャンタブーンの川沿いの家屋が公開され、プラ・ナーラーイ・マハーラト時代の集落の生活を体験できるイベントが開催されます。毎年12月初旬にチャンタブリー世界の宝石祭が開催されます。
- OnePoint アドバイス** 2車線の湾岸道路は事故が起こりやすいので、マナーを守り、安全運転を心がけましょう。※タイ国内の運転には国際免許証が必要です。事前に日本で要取得。



チャルムブーラーパーチョンラティット通り
Chalerm Burapa Chollathit Road
チャルムブーラーパーチョンラティット通りは東部地方で最も美しい海岸通りのひとつです。全長111kmで、クンウィマンビーチ、クンクラバエン湾、レームシンビーチ沿いに延び、山側はカーブが続いています。レームソンビーチ、チャンタブリー川河口、ナンパーヤ丘陵展望台など多くの絶景スポットを通ります。この眺めの良い道はドライブに最適で、自転車で行きたい方にはサイクリングロードもあります。
●スクムビット通り(3)から出発して、301キロメートル地点で右折し3999号線に入り、イルカ環状交差点まで進む。



カトリック大聖堂
The Cathedral of the Immaculate Conception
フランスのノートルダム大聖堂を真似て建てられたカトリック教会です。木の衣装や聖者に関係した色を使ったステンドグラスの窓は美しく、感動することでしょう。純銀と宝石で作られた美しいマリア像の礼拝に訪れる方も多くいます。この教会はキリスト教の聖堂としてだけでなく、タイ天然資源・環境省監督下のシャム建築協会から保護に関する賞を受賞した建物として有名です。
●所在地:ムアン郡チャンタニミット町にあるサトリ-ピタック学校の近く
☎039-311-578, www.cathedralchan.or.th



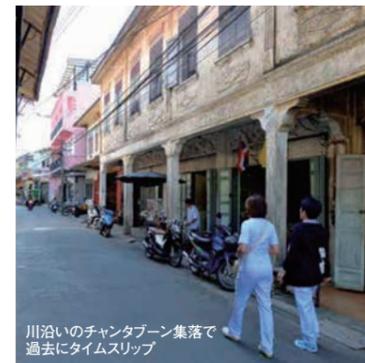
オアシス・シーワールド
Oasis Sea World
オアシス・シーワールドは創業者のウィチャイ・ワッタナポン氏が、自分が救ったイルカたちのために建てた水族館です。現在はイルカの保養場となっており、バンドウイルカやピンクイルカなどの姿を見ることができます。イルカたちと間近で接する貴重な体験ができます。
●48/2 Moo 5 Pak Nam Laem Sing Sub-District.
☎039-499-222, www.thaioasisseaworld.com



クンクラバエン湾王立開発研究センター
Kung Krabaen Bay Royal Development Study Center
豊かな自然の景観を眺めることができます。大きな木々の中を歩き、鳥のさえずりに耳を傾け、チャンタブリーの壮大なマングローブ林を満喫しながら、さまざまなマリナライフを楽しめます。甲殻類の展示や足を知る経済の研究センターもあります。
●ターマイ郡クロンコート町 ☎039-369-216-8
www.fisheries.go.th/cf-kung_krabaen



チャンタブリー・ジェム&ジュエリー・センター
Chanthaburi Gems & Jewelry Center
チャンタブリー・ジェム&ジュエリー・センターの大きな新しいビルには、世界中から観光客が訪れます。最先端技術を備えた生活博物館には3D映像の視聴室があり、世界中のさまざまな宝石の起源などを説明してくれます。
●1/29 Maharat road, Tarad Sub-District, Muang District.
☎039-303-118, オープン 9:00~17:00



川沿いのチャンタブーン集落
Chanthaboon Riverside Community
チャンタブーン集落は昔の白黒写真の時代にタイムスリップしたような気分になれる場所です。かつて繁栄した川沿いの3地区(タールアン、タラートクラン、タラートラン)に住む中国系、タイ系、ベトナム系の人々の生活や文化を体験できます。
●Sukapiban Road, Muang District. チャンタブリー川に沿って1km以上に渡って広がる集落です。

ウェルー川でのシロガシラトビ観察
Brahminy kite watching on the Welu River
ウェルー川のマングローブ林では、自然学習としてシロガシラトビ観察ができ、水鳥や他の種類の鳥も見ることができます。シロガシラトビの群れが魚を捕まえる姿は、一見の価値があります。
●詳細はマングローブ資源開発センター2まで
☎039-424-186, 089-245-3509



カオキッチャクト国立公園
Khao Khitchakut National Park
ひんやりした空気と朝霞がカオキッチャクト国立公園の最大の魅力です。神聖な仏足石を参拝するために多くの観光客や仏教徒が訪れる信仰の山です。ここを訪れば天国の扉に近づくことができると言われています。
登頂できるのは、陰暦3月・新月の日から陰暦4月・新月の日まで。2016年:2月16日~4月7日、2017年:1月28日~3月29日(実際に登頂できる期間は変更になることがあります)
●アクセス:山の麓から途中まで乗り合いタクシーが出ています。降りてから山頂(ストーン)までは徒歩で約1.2キロ。Located in Khao Khitchakut National Park, Phluang Sub-District, Khao Khitchakut District, ☎039-452-074

ライペンディン村
Rai Phan Din Village
マングローブ林の中をゆっくり進みながら、バーンチャンの地元漁師の生活を見ることが出来ます。ライペンディン村は水面に建てられた400以上の家々から形成されています。村民の移動手段はモーターボートです。寺院、学校、観光客用のホームステイ施設などもあり、パークナムウェルー神社を参拝する人もいます。
●クルン栈橋からボートで約30分。
観光客用のスピードボートも出ています。

赤い建物
Red Building
1893年にフランス人兵士たちが建てた美しい赤色の建物が観光名所になっています。近くの城を取り崩したレンガを用いて建てたもので、当時は軍の司令部や、パークナムレームシンに駐屯する兵士の宿舎としても使われていました。
●Beach, Laem Sing Sub-District, Laem Sing District

果樹園で美味しいフルーツを味わう
Visiting farms and tasting delicious fruits
チャンタブリーの魅力は、海や森といった自然の美しさはもちろんのこと、土地が広いことです。5月から6月は実りの季節で、その時期に訪れば豊富な種類の果物に驚くことでしょう。日帰りでフルーツビュッフェを楽しむことも、ホームステイで地元農家の生活を体験することもできます。
●Fruit farms can be found in most areas in Chanthaburi, including Tha Mai District, Khlung District, Makhm District and Muang District.

バーンレーム国境検問所
Ban Laem Immigration Checkpoint
タイとカンボジアの国境につながる新しい道路です。バーンレーム国境検問所やバイリン特別市のバーンオーサクロームでは、現地の生活に触れ、国境ならではの商品を買うこともできます。バーンレームはカンボジアとの国境を訪れたい観光客にとって重要な通過地点です。
●ボンナムロン群テーブンミット町第4地区(プラタボンより約96km)

チャンタブリーおすすめの
HOTEL



カセムサーン・ホテル
Kasemsarn Hotel

カセムサーン・ホテルはリニューアル後に初めて三つ星になり、人気のホテルとなりました。部屋は4タイプ、全60室以上あります。市街地の中心の目立つ場所にあり、チャンタブーン集落や有名な寺院など、主要な観光地へのアクセスも便利です。
● Located on Benjamrachutit Road, Muang District, ☎039-311-100 www.hotelkasemsarn.com

KPグランド・ホテル・チャンタブリー
KP Grand Hotel Chanthaburi

KPグランド・ホテル・チャンタブリーはチャンタブリーで最も高い建物のひとつとして有名です。客室数は202あり、スタッフもよく教育されていて、最高のおもてなしを受けられます。アメニティも充実し、セミナーや大宴会などにも利用できます。このホテルは宝石の貿易センターでもあり、ショッピングモールにも近く便利です。
● 35/200-201 Trirat Road, Chanthanimitr Sub-District, Muang District, ☎039-323-201-10



バーン・ルアン・ラチャマイトリ・ヒストリック・イン
Baan Luang Rajamaitri Historic Inn

バーン・ルアン・ラチャマイトリ・ヒストリック・インは昔ながらの建築様式に現代の要素を取り入れた、ウォーターフロントにあるホテルです。12部屋あり、各部屋はルアン・ラチャマイトリの伝記に基づき、テーマやデザインが異なります。伝統的なスタイルでありながら近代設備も兼ね備えているのが、このホテルの魅力です。
● 252 Sukapiban Road, Wat Mai Sub-District, Muang District, ☎088-434-516 www.baanluangrajamaitri.com



チャンチャオラー・オ・ビーチ・リゾート
Chanchaolao Beach Resort

チャンチャオラー・オ・ビーチ・リゾートのテーマは「大自然の中でのくつろぎ」です。目の前には静かに輝く海、背後には山々が連なるチャオラー・オ・ビーチに位置しています。部屋は館内だけでなく、ビーチサイドのヴィラなど、バラエティに富んでいます。レストラン、スイミングプール、フィットネスセンターもあります。
● 168 Moo 6 Khlong Khut Sub-District, Tha Mai District, ☎039-436-9222 www.chanchaolao.com



チャオラー・オ・カバナ・リゾート
Chaolao Cabana Resort

カバナ・パラダイス風にデザインした部屋と、海の見えるヴィラが自慢です。プライベートな空間を大切にしたいお客様には、本館の部屋がおすすめです。ビーチバレー、ミニゴルフ、大きなダイニングルーム、スイミングプールなど、いろいろな施設があり、ゆっくりと過ごせます。
● 18/1 Moo 5 Chao Lao Beach, Khlong Khut Sub-District, Tha Mai District, ☎039-433-3145



シーシェル・ビレッジ・リゾート
& スパ・チャンタブリー
Seashell Village Resort & Spa Chanthaburi

シーシェル・ビレッジ・リゾート&スパ・チャンタブリーは完全なるプライベート空間を提供しています。他のリゾートから離れた入江に位置しているので、静寂の中で過ごすことができます。ヴィラルームやスタンダードルームなど、さまざまなタイプの部屋があります。スタッフの教育も行き届いており、とても親切にしてくれるので安心です。無線LANやスパなどの設備も充実し、最高にリラックスできます。
● 49/9 Moo 6 Khlong Khut Road, Khlong Khut Sub-District, www.seashell-village.net



マニーチャン・リゾート・チャンタブリー
Maneechan Resort Chanthaburi

マニーチャン・リゾート・チャンタブリーは青々と茂った木やたくさんの花に囲まれたリゾートホテルです。チャンタブリー最大のスポーツジムが人気で、スイミングプール、フィットネスセンター、エアロビクススタジオ、スチームサウナ、マッサージなどを完備しています。会議や大小宴会料用にアレンジできる、設備の充実した部屋もあります。本物のタイ料理、中華料理、チャンタブリーの特別な郷土料理をいただくことができます。
● ☎039-343-777, 039-373-666 www.maneechan.com

DINING



チャンタブリーで絶対おすすめの
リアン・ポー・クヌー

チャントラ・ポー・チャナー (1号店)
Chandra Pochana (Branch 1)

1962年にオープンしたチャントラ・ポー・チャナー (1号店)は、美味しい本物の地元料理を幅広いメニューで提供してくれる人気のお店です。おすすめはチャムアン葉を添えたポークシチュー、カニ入り焼きビーフン、生姜入りポークカレー、マッサマンカレー、セーン・ワー、クラワーン菜を添えた魚の炒め物、ロー・マー・ジュー・スープなどです。お土産店もあり、近隣の農園から直送されたドリアンフライやマンゴーシート、マルバナッツなど、地元農場の果物製品も買えます。
● 102/5-8 Benjamrachutit Road, opposite Kasemsarn School, ☎039-312-339

ムー・リアン・ヌードル (プラーヤ・トラン)
Moo Liang Noodle (Phraya Trang)

ムー・リアン・ヌードル (プラーヤ・トラン)はチャンタブリーで最も人気のあるヌードルショップです。「リアン」という地元の調理法で、すり鉢で麺を打ちます。麺を香ばしくするカルダモンなどのタイのハーブを混ぜたポークヌードルスープ、ビーフヌードルスープがおすすめです。メニューも豊富なので、お好みの麺を選べます。
● 60/1 Moo 12 Tha Chang Sub-District, Muang District, ☎039-339-761, 081-1377-3770 オープン (毎日) 8:00~16:00



ヤー・イトゥ・シーフード
Yai Tu Seafood

ビーチで楽しんだ後は、ヤー・イトゥ・シーフードがおすすめ。地元ならではの雰囲気漂うチャオラー・オ・ビーチ沿いにある鮮やかな青い建物が目印です。エビ、貝類、カニ、魚類、イカ、ジャコなどの新鮮な食材を使った煮物、炒め物、スパイシーな炒め物は絶品。希望により、煮たり、湯通ししたり、焼いたり、炙ったりと、どんな調理法でも魚介料理を食べられます。美味しい上に料金はリーズナブルです。
● チャンタブリー県ターマイ郡にあるチャオラー・オ寺院に隣接
☎039-369-265, 086-138-1705

ジェー・ベン・シーフード・イエンターフォー
カニとジャコ (2号店)
Je Pen Seafood Yentafo (Crab and Mantis Shrimp) (Branch 2)

ジェー・ベン・シーフード・イエンターフォーは40年以上前に開業しました。そして、時代が移り変わってチャンタブリーに2号店をオープンしました。おすすめのメニューは、新鮮なカニのシーフード・イエンターフォーやボールいっぱい盛られたジャコのイエンターフォー・スープなど。料金は60~80パーツからサイズにより200パーツまで選べます。いつもお客様にぜひおすすめのお店ですが、特に日中は混みます。
● 所在地:ムアン郡ワットマイ町ターアン通り
☎085-823-8019



ピクン・ポー・チャナー
Pikul Phochna

ピクン・ポー・チャナーはクルン郡にある老舗シーフードレストランです。店の前の生簀に入ったエビ、ジャコ、カニ、魚類やイカなどを調理するので、100%新鮮な海の幸が食べられます。特製シーフードソースで食べるグリルの味は最高。プー・ロン (大きなカニと付けダレ) は特におすすめです。
● 53/7 Moo 10 Tha Tieb Ruea Klung Road, Kwian Hak Sub-District, ☎039-441-275



クルア・クン・デー・リム・クローン
Krua Khun Dang Rim Khlong

チャンタブリーは新鮮な魚介類と地元の農産物が豊富なため、食材を活かしたシーフードレストランがたくさんあります。クルア・クン・デー・リム・クローンもそのようなお店のひとつです。当店のおすすめは、カニと付けダレ (プー・ロン)、スパイシーなシーフードの炒め物、魚のミンチが入ったガバオ炒めです。シンプルで落ち着いた雰囲気の中で食事が楽しめます。
● 37/3 Moo 2 Nong Bua Sub-District, Muang Chanthaburi District, ☎039-450-687, 085-275-588

トラン

山・海・文化・歴史に限らず、バラエティに富んだ観光スポットが点在する小さな街で、見過ごしてはならないのは「美食の街」であること。また野生のジュゴンが生息していることでも有名で美しいビーチや島々も見どころです。

アクセス バンコクからトランへ行くには、エアアジアとノックエアがあり、毎日、複数便就航しています。アランポーン駅から街の中心にあるトラン駅への列車が出ているのでアクセスが便利です。

お祭り 美味しい焼き豚をお探しならトランを訪れて下さい。9月の第1日曜日に開催される焼き豚祭りでは、特別価格で購入することができます。トラン県ケーキ祭りは、8月の第1週目に開催されます。

OnePoint アドバイス トランの焼き豚はレストランを始め、至るところで販売されています。しかし、焼き立てを購入したければ早起きして、生鮮市場に行ってみてください。精肉店が販売する焼き豚の味は絶品です。



美味しさで満たされる24時間 24 Hours Deliciousness

美食家の街トランには、早朝から夜更けまで、味わう価値のあるさまざまな料理があります。おすすめは、ボン・オーチャー、ルアン・タイの焼き豚や点心、シン・ジウの美味しい朝食、シン・オーチャーのコーチャイ・シーフード、コーチャイ・ヌードル、昔ながらのコーヒー、屋台のパンなどです。これ以外にも100店以上のお店があるので、あなたのお気に入りを見つけてみてください。

●Tourism Authority of Thailand (TAT)
Trang Office
Visetkul Road, Tabtieng sub-district, Muang District, ☎075-215-867



美しいトランの島々を日帰り観光

トランの島々

Ko Kaeng Talay Trang

1日あればトランの美しい島々を見て回ることができます。崖に囲まれた砂浜からボートに乗ってエメラルドの洞窟を通り抜けることができるムック島、ロマンチックで美しい砂浜のあるグラダーン島、アンダマンの美しい海を体験できるダイビングスポットのチュアック島とマー島などといった最も人気のある4島を巡る日帰りツアーもあります。

●人気の4島を巡るボートは、シーカオ郡のパークメン船着き場から出しています。

“トラン市内の観光はカエル頭のトゥクトゥクで”

“Visit Trang, Travel by Frog-head Tuk Tuk”

インスタグラム、フェイスブックが流行っている今、トランのカエル頭のトゥクトゥクとの記念撮影は外せません。日本からやって来たこのクラシックな車は、半世紀以上もの間、トランのいたるところを走り続けてきました。トゥクトゥク運転手が市内各所の主要観光地へと連れて行ってくれます。お一人でもカップルでも、あるいはグループでも、料金は1時間につき250バーツです。



テーブターローの木で作られた巨大な竜の像

ワンテプターロー

Wang Thep Taro

ワンテプターローは、ジャルーン・ゲエオライアット先生の公共へのボランティア精神から生まれ、地元の知識人を結集して、学習をテーマにした観光地に生まれ変わりました。テーブターロー木とジュワンホーム木を継ぎ足して、巨大な竜の像に仕上げた彫刻は必見です。神秘的で精巧に作られた85体の竜も見どころです。

●ホイヨート郡カオコップ町 ☎089-645-0477

スコン島

Ko Sukorn

個人旅行でスコン島を訪れローカルな生活を体験してみましょう。イスラム教徒の集落のある小島です。自転車やバイクをレンタルして、農場へ牛や水牛を見に行ったり、海鮮料理を味わったりしてみませんか。村人と一緒に魚釣りを楽しむこともできます。静寂を好む人には、スコン島がおすすめです。

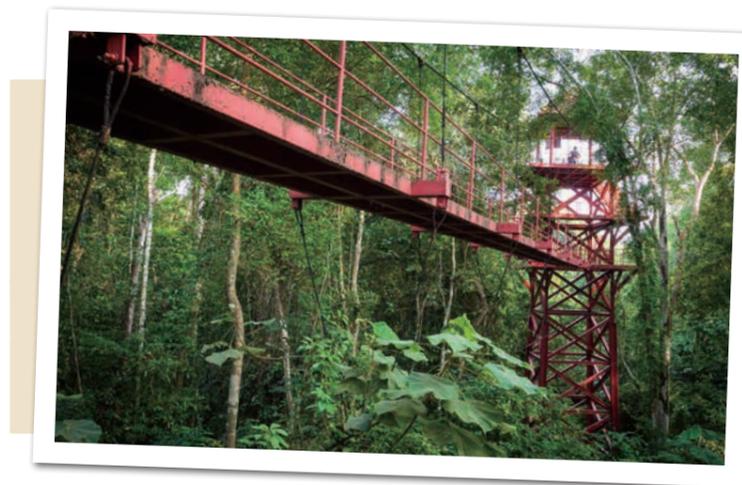
●スコン島へはハートサムラン郡のタセ船着き場から乗船します。料金は一人30バーツ。(チャーター価格は240バーツ)

レー・カオコップ洞窟

Le Khaokob Cave

遊園地のアトラクションよりもスリリングで、エキサイティングなレー・カオコップ洞窟は外せない観光地のひとつです。ボートに乗って洞窟内をゆっくと進んでいくと、竜の姿に似た岩壁が現れます。それは思わず息を呑むような体験ですが、洞窟を潜り抜けた者には幸運が訪れると信じられています。

●Khao Kob sub-district Administrative Organization (SAO), Huay Yod District, ☎075-500-088 ボートツアー料金 1艘につき300バーツ 定員5名



半島植物園(トゥン・カイ) Peninsular Botanical Garden (Thung Khai)

半島植物園(トゥン・カイ)は20年以上の歳月をかけて、約416万㎡の土地をさまざまな絶滅危惧種の野生植物であふれる森に変えました。徒歩もしくは自転車で、森の中の美しい植物を見学して回ることができます。興味深い自然を観光し、学習するルートを用意して、徒歩か自転車で緑したたる美しさに触れます。ハイライトは、高さ20mの展望橋から眺める自然の森のすばらしい景観です。

●Trang-Pa-Lien Road, Km. 11, Thung Khai sub-district, Yan Ta Khao District, ☎075-280-166



プラントイズ子供博物館 PlanToys Children Museum

玩具製品業界において、世界中に製品を輸出するプラントイズを知らない人はいないでしょう。ここには玩具博物館もあり、無料で遊べるようになっています。ゴムの木やブリキで出来た玩具が用意されています。製造工程を見学したい方は事前に連絡が必要です。

●Trang-Pa-Lien Road, Thung Kra Bue sub-district, Yan Ta Khao District, ☎075-280-200~4 オープン日曜日～金曜日



ボー・ヒン・ファームステイ Bo Hin Farmstay

ボーヒン村の地元漁民たちが経済的危機脱却に向け打ち出した策、それが観光客に漁民の生活を学んでもらうファームステイでした。ここではロングテイルボートに乗り、海岸線に沿って広がる美しいマングローブの森を見学できます。そのほか、海藻の植林活動にも参加できます。

●シーカオ郡ボーヒン町 ☎081-892-7440



チャーンハイ山洞窟内の柱状鍾乳石と石筍

チャーンハイ山洞窟 Tham Khao Chang Hai

チャーンハイ山洞窟は、小さな山の中に隠れた美しい場所です。洞窟と言っても階段を少し登ってコンクリートで舗装された通路を進むだけなので、簡単に行くことができます。誘導灯が設置されているので、巨大で曲がりくねった洞窟内を鍾乳石や石筍の姿を見学しながら歩いて回れるようになっています。

●ナーヨーン郡ナムーンシー町 ☎075-299-551

パークメン・ビーチ Pak Meng Beach

太陽の光が降り注ぐロマンチックな場所と言えば、パークメン・ビーチがおすすです。美しい三日月形の長いビーチには光り輝く砂が広がり、自然を邪魔する店や建物はありません。潮が引いたときには、海の真ん中に高くそびえる巨大な石灰岩の島を眺めることができます。

●シーカオ郡マイファート町 トラン市街から約35Km

ガンタン駅

Gun Tung Train Station

2009年に修復を後え、2013年に100周年を迎えたガンタン駅は、アンダマン海側の終着駅ということで、再び注目が集まっています。駅のクラシックな美しさと甘い香りが漂うビンテージスタイルのコーヒーショップは、最も人気の撮影スポットです。特にプレウエディングの写真撮影に訪れるカップルたちに人気で、愛の駅として知られています。

●ガンタン郡ガンタン町(列車の到着時刻11:20、発車時刻12:40)

トランおすすめの

HOTEL



タン・ハウス・ベッド&ブレイクファースト Tang House Bed and Breakfast

もともとは普通の家屋だったタン・ハウス・ベッド&ブレイクファーストは、自宅にいるようにくつろげる宿泊所に生まれ変わりました。芝生が敷かれた建物には、モダンタイスタイルの客室がわずか4部屋入っています。
●82/30 Wien Ka Phang road, Tub-Tieng sub-district, Muang District, ☎083-638-9070

タマリン・タナー・ホテル Thumrin Thana Hotel

1996開業のタマリン・タナー・ホテルは地元ならではのホスピタリティで宿泊客を迎えてくれます。設備の整った客室が289室あり、レジャーにもビジネスにも最適です。スイミングプール、レストラン、カフェ、ツアーカウンターなどの各施設が充実しており、ツーリズムアワードを受賞したこともあります。スタッフのおもてなしが期待以上の素晴らしい滞在にしてくれることでしょう。
●ムアン郡タプティアン町ホワイヨート通り69/8番地
☎075-211-211 www.thumrin.co.th



ルア・ラッサダー・ホテル Rua Rasada Hotel

4年前に改装されたルア・ラッサダー・ホテルは、さまざまなタイプのモダンな客室をそろえた4つ星のシティホテルに生まれ変わりました。サンゴ礁のような内装のレストランでは、美味しい郷土料理を堪能できます。ホテルを代表するドリンクのひとつであるマンゴースムージーをぜひ味わって。
●188 Phatthalung Road, Tub-Tieng sub-district, Muang District, ☎075-214-230, 075-226-999
www.ruarasadahotel.com



キアングワン・リゾート Kiengkuan Resort

カラフルな外観のキアングワン・リゾートには全部で16室の客室があります。それぞれの部屋にはハンドペインティングの絵が描かれ、トラン各所の特徴と魅力を伝えています。例えば、シンボルガール風の時計台、クラシックな駅舎、カエル頭のトゥクトゥクなどです。いくつかの部屋には、ポップアートや不思議な3Dアートが描かれ、宿泊客の目を楽しませてくれます。
●76 Na Yong Tai sub-district, Muang District, ☎075-299-801



ラビアン・トラン・ホテル Rabaeng Trang Hotel

オープンして2年の小さなビンテージスタイルのラビアン・トラン・ホテルには、甘い色調の12の客室があります。建物のメインカラーは白で、部屋ごとにテーマカラーがあり、優雅で居心地のいい空間を提供しています。また、各部屋にはパステルカラーのクッションが備えられています。広くて清潔な客室ながら、リーズナブルな価格で宿泊できます。
●25/93-95 Rakchan road, Tub-Tieng sub-district, Muang District, ☎086-966-2490, 083-173-1879



アナンタラー・シーカオ・リゾート&スパ Anantara Si Kao Resort & Spa

アナンタラー・シーカオ・リゾート&スパは、家族旅行やハネムーンでの利用に最適な5つ星のホテルです。静かなチャンラーン・ビーチの美しい景観を堪能できます。エレガントな装飾の中でゆっくりとくつろげる客室は全139室。シービューのスタイリッシュなレストランでは、波音の中で美味しい食事が楽しめます。
●198-199 Hat Pak Meng-Changlang road, Mai Fat sub-district, Sikao District, ☎075-205-888 http://sikao.anantara.com



ノック・フー・ハウス Nok Hook House

“ノック・フー”はタイ語でフクロウを意味し、フクロウは夢の守護神であり、眠りの時間を見守るといふ言い伝えに基づいて、グラフィックデザイナーのオーナーが設計したホテルです。このリゾートは、シンプルで素材感に重点をおいた客室が7部屋。そのうちの2部屋はドミトリタイプの部屋です。
●135/8-9 Udom-Larb road Soi 9, Tub-Tieng sub-district, Muang District, ☎061-569-4262

DINING



ゴーガン・ヌードル(ゴーガン細麺) Go Gung Noodle (Mee Go Gung)

1杯1パーツの屋台からスタートしたゴーガン・ヌードルの具だくさんで柔らかいヌードルは、ナーヨン郡の人達に人気のメニューです。食材には焼き豚、ワンタン、豚の挽肉等が使われ、甘めの味のスープは豚骨からダシを取っています。これ以外にも、焼き豚・揚げ豚のせご飯、鶏肉のせご飯、スープなどといったメニューがあります。
●10 Soi Thetsaban 16, Phetkasem Road, Na Yong Nuea sub-district, Na Yong District
オープン毎日 9:30-14:00(月曜日を除く)

カノム・ピア・ソイ9 Khanom Pia Soi 9

バラエティに富んだ味のカノム・ピア(饅頭)が有名で、すべての饅頭がその日の作り立てです。お茶は無料です。中でもゴマがまぶされた薄生地の柔らかい饅頭は必食です。餡たっぷりの饅頭は全種類を食べてみてください。
●231/1 Soi 9 Huay Yod road, Tub-Tieng sub-district, Muang District, ☎075-222-734



チャーロントウアイ Cha Loan Toui

大通りから路地裏を入ったところにある小さな家屋を改装した店で、お茶、コーヒー、パンなどを販売しています。内装はレトロな配色で、古き良き時代を彷彿とさせます。パンダンリーフ入りの温かいワッフルやミントとライチのお茶は外せないメニューです。
●Soi besides Trang Municipal Stadium, Rasada Road, Muang District, ☎081-569-1589, 083-280-6663
オープン毎日 10:00-22:00(水曜日を除く)

レイトラン2 Lay-Trang 2

パークメンビーチ沿いの1号店の味が人気となり、トラン市内に2号店をオープンしました。レイトラン2号店の朝食は、新鮮でバラエティー豊かな点心です。おすすめはカニ肉がぎっしり詰まったカニ焼売(ホイジョー)です。また、焼き豚が入った肉まんはOTOP賞を受賞しました。このほかにも、1号店と同様に伝統的な南部料理も注文できます。
●13 Sai Ngam Soi 1, Sai Ngam road, Tub-Tieng sub-district, Muang District, ☎075-217-700
オープン 6:00-14:00 / 17:00-22:00



ピア88 Pier 88

ピア88はトランで最も雰囲気の良いレストラン・パブです。座席は目的に合わせて、ゆっくり座って音楽を楽しむエリア、ファミリー向けのエリアに区分けされています。日本料理、西洋料理、多国籍料理、そしてタイ料理など、多種多様に取り揃えています。おすすめメニューは、マンゴーのヤム・サラダとピア88のオリジナルパスタです。
●Located in front of Rua Rasada Hotel
☎075-217-666 オープン 17:30~25:00(金、土曜は26:00閉店)



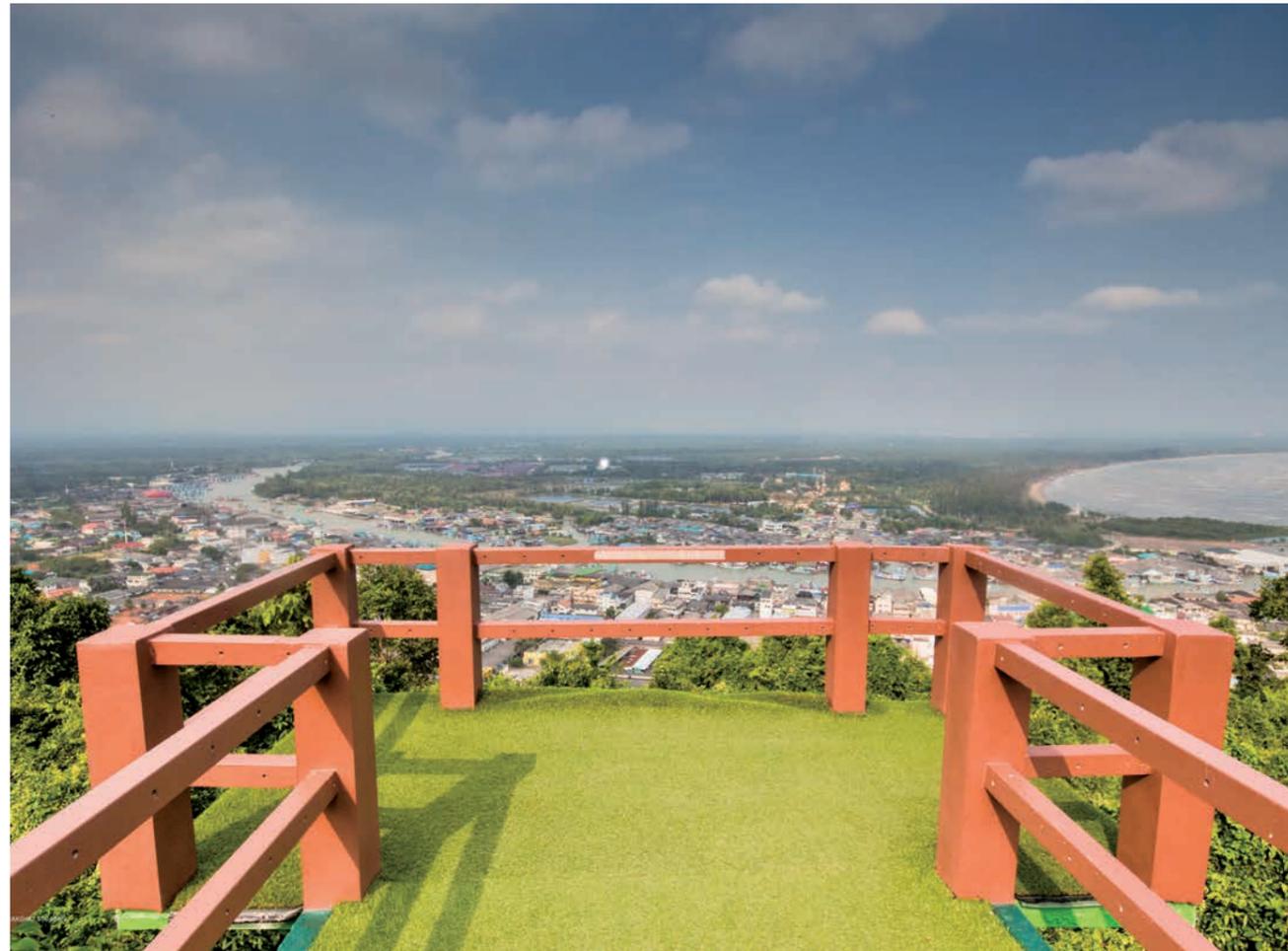
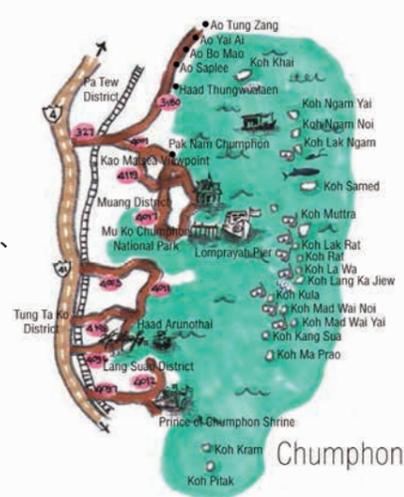
メレンゲ&ミー Meringue & Mee

自身の得意とする芸術を菓子作りに生かしたいと思ったベーン氏は、パンとコーヒーについて学ぶため、ル・コンドン・ブルードゥシット料理学校に入学しました。まずはココナッツフォンケーキやオレンジケーキなどのシンプルメニューから販売を始めました。現在、ベーン氏のメレンゲ&ミーでは、さまざまな種類のパンやスイーツを取り揃えています。美味しいパンとコーヒーを味わえば、彼女の創造性を感じることができるでしょう。
●245/5 Udom Larb Road (Road after the governor's office), Tub-Tieng sub-district, Muang Trang District, ☎081-499-8588 オープン 9:00-19:00

チュンポーン

澄み切った海と美しいビーチを有するタイ湾沿いに南北に延びる美しい自然と、ローカルな町の雰囲気が融合した静かなビーチ・リゾートです。

- アクセス** ノックエアの往復便が毎日就航。1日2便。飛行機はバテウ郡内の空港(市内から約40Km)に発着します。長距離バスは、バンコクの南バスターミナルとモーチット2バスターミナルから毎日運行。所要時間は約6時間。
- お祭り** チュンポーンには数々の伝統的な祭りがあります。10月にはランスワン川でロングテイルボートのレース、12月19日から25日にはチュンポーン王子を讃える祭り、2月の第2週の土日にはバト・ラフティング・フェスティバルがあります。
- OnePoint アドバイス** 国道4号線から海岸線に沿って進み、国道1015号線、続いて4015号線に入ります。街からチュンポーン南部の県境までの400Kmに渡る海辺に沿ったルートでは、様々な観光スポットをお楽しみいただけます。



マッシー山の展望台 Mutsea Mountain Viewpoint

マッシー山の頂上では、360度のチュンポーン市街の美しい景観を見渡すことができます。この山頂からはチュンポーンの河口集落と、どこまでも続くタイ湾の海岸線が一望でき、ここには観世音菩薩像が安置されています。また、メニューが豊富なレストランやコーヒーショップも営業しています。

- ムアン郡パークナム町



トゥンウアレーン・ビーチ Thungwualaen Beach

トゥンウアレーン・ビーチはオールシーズン楽しめるビーチです。サーファーたちにも人気のあるビーチのひとつで、波風が強い日はサーファーたちで賑わい、波が穏やかな日には白砂のビーチが広がります。観光客向けアトラクションの豊富なトゥンウアレーン・ビーチは、チュンポーン県で最も有名なビーチで、魅力的なダイビングスポットでもあります。ダイビング愛好家たちのたくさんのボードが浮かぶ美しいビーチです。

- バテウ郡サボリー町



サイリービーチと チュンポーン王子記念碑 Sai Ree Beach and Prince of Chumphon Shrine

チュンポーン王子記念碑は見逃せない観光スポットです。この場所は、海軍提督チュンポーン王子(ティア殿下)を称えるために建立されました。タイ王国に海軍の基礎を作ったチュンポーン王子記念碑があるサイリービーチは活気に満ちているので、いつもたくさんの人々が賑わっています。

- ムアン郡ハートサイリー町



ピタック島 Ko Pitak

干潮時に陸側から島に歩いて行ける島がいくつかあり、ピタック島もそのような島のひとつです。ピタック島に歩いて渡るというイベントが毎年6月に開催されます。この島のもうひとつの魅力は、地元漁民のんびり暮らすレトロな雰囲気です。

- ランスワン郡バーナムジュート町
- ☎081-093-1443, 089-018-0644

チュンポーン諸島国立公園 Mu Ko Chumphon National Park

チュンポーン諸島国立公園事務所では「自然は語る」をコンセプトに、湾岸の生態系や自然を学ぶことができます。また、予約をすれば、ボートに乗ってタイ湾の他の島に渡ることもできます。

- ムアン郡ハートサイリー町
- ☎077-558-144, 086-269-2279



バンブートにあるタイ唯一の砂丘



バンブートの砂丘 Sand Dune at Ao Bang Berd

高さ約20mの巨大な砂丘の上に立てば、壮大な自然を感じることができます。バンブートはタイ唯一の自然が作り出した不思議な現象です。この砂丘は強烈な海風に吹かれるという地理的な特徴によって、長い時間をかけて砂が堆積してきたものです。浜から眺めても、砂丘の上に立っても、目を見張るような光景です。

- バテウ郡パーククロン町

ディンソー山 Khao Din So

少し早起きして、バテウ郡の最高峰、海拔約400mのディンソー山に登ると、太陽が水平線から現れる姿を目にすることができます。目の前に広がる美しい湾の景色はどこまでも広がっています。バードウォッチャーにとっては、何千羽ものタカがシベリア、中国、韓国そして日本から寒さを逃れて渡ってくる10月~11月は見逃せない季節です。

- バテウ郡バーンソン町バーンソン役場
- ☎077-591-003

ゲームヤイ島(仏陀の手、チュンポーン) Ko Ngam Yai (Buddha Hand, Chumphon)

才能ある芸術家でも、自然の芸術家に匹敵する美しさを創造することはできません。ゲームヤイ島はまるで自然界における芸術家の作品です。そこには美しく巨大な仏陀の手があります。地元の漁民にとってこの島は神聖な場所であり、嵐を避け、漁民の安全を守ってくれると信じています。

- ゲームヤイ島はトゥンウアレーン・ビーチから約17Km離れています。

国王の開発プロジェクト His Majesty Development Project

ここは静寂の大地です。400ライ(約64万㎡)以上の敷地は、バンブートの砂丘に隣接しています。国王の開発プロジェクトは、自然保護観光の拠点となり、生態系や自然について学びながら観光することができます。喧騒から離れた砂浜に身を横たえ、風の流れと波の音に身をゆだねれば、時間を忘れてしまいます。

- バテウ郡パーククロン町
- ☎081-958-7842



トゥンチャーン湾、ボーマオビーチとテーン岬 Thung Zang Bay, Bo Mao Beach, and Laem Thaen

バテウ郡の湾岸道路沿いには、トゥンチャーン湾の白砂の小さなビーチなどの非常に美しいビーチがあります。ボーマオビーチには岩礁があり、カイ島へと続いています。美しいダイビングスポットでは、巨大な二枚貝を見ることができます。また、未舗装の道をテーン岬に向かえば、ボーマオビーチの美しい風景を大パノラマで見ることができます。

- Chumko sub-district, Pa Tew district, driving along a coastal road No. 3253, linking to coastal road No. 4004 is recommended.

ケーオ・プラサート寺院 Wat Kaew Pra Seart

巨大で美しいルアン・ポー・オン・カーオ仏は、横幅が29.99mもあります。丘陵の上にあるので、海からでもはっきりとその姿を眺めることができます。ケーオ・プラ・サート寺院は特別な場所です。寺院の装飾はタイと中国の美術が融合したものであり、トゥンマハー湾の美しい風景を眺めるための展望台にもなっています。

- Located on the Road no. 4015, Pak Khlong sub-district, Pa Tew district, ☎087-910-8809, 089-799-3629.

ナーイダムみかん園 Suan Som Nai Dumm

ナーイダムみかん園は大胆な発想と創造性によって造られました。この農園には、様々なコンセプトのトイレが設置されていて、惑星トイレ、アバター・トイレ、空中トイレ、ターザン・トイレなどがあります。ナーイダム・ミカン園では、クリエイティブなアイデアによって、タイの公衆衛生とトイレについての娯楽教育が垣間みられる場所でもあります。

- トゥンタゴー郡タゴー町
- ☎089-652-0734, 077-611-900-1

チュンポンおすすめの
HOTEL



ノボテル・チュンポン・ビーチ・リゾート&ゴルフ
Novotel Chumphon Beach Resort And Golf

ノボテル・チュンポン・ビーチ&ゴルフは、アコグループの豪華なホテルです。86室の客室は、海岸の美しい景色とマッチしており、スパ、フィットネス、インターナショナルレストラン、クラブや島々を巡る日帰り観光などの手配も可能です。リゾート内には、海と山が融合した美しい景観に囲まれた9ホールゴルフ場もあります。

●110 Moo 4 Paradorn Phap Beach, Pak Nam sub-district, Muang district,
☎077-529-529 www.novotel-chumphon.com



デ・シー・アーモンド・ホテル
De Sea Almond Hotel

デ・シー・アーモンド・ホテルは、ビーチ通り沿いにあるリゾートです。西洋ヴィンテージスタイルのカラフルなコンドミニアムには、細部の芸術性にこだわるオーナーの発想によるユニークな内装の客室が18室あります。

●119/16 Moo 6, Had Sai Ree sub-district, Muang District, ☎077-558-167, 081-916-9461
www.de-sea-almond.com



チャリチャー・リゾート
Chalicha Resort

チャリチャー・リゾートはチュンポン市内にありながら、大小の木々に囲まれているため、プライベートな静けさが保たれたリゾートです。大規模なホテルとは違い、各室は近代的なスタイルと伝統的なタイのスタイルが融合したデザインとなっています。また、建物内の客室と一戸建ての客室があります。宿泊料金は約100バーツ。

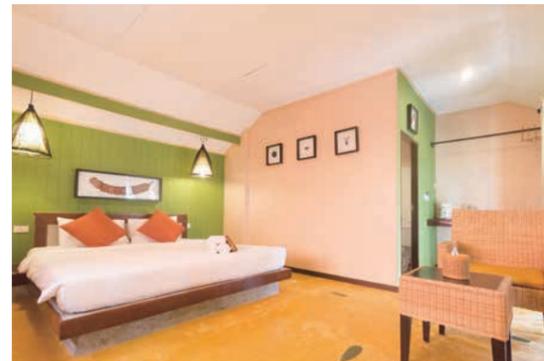
●185 M.9, Tak Daet sub-district, Muang District, ☎077-502-888 www.chalicha.com



ナーナー・ビーチ・リゾート
Nana Beach Resort

緑の芝とカラフルな木々とのコントラストが爽やかで心地よいリゾートです。大型のスイミングプールもあります。バンガロースタイルの宿泊棟は藁ぶき屋根になっていて、トゥンウアレーン・ビーチに立ち並ぶヤシなどの南国の木々とマッチしています。ナーナー・ビーチ・リゾートは、家族旅行に最適で、各客室はモダンなデザインになっています。

●10/2 Lieb Thungwualaen Beach Road, M.8, Saplee sub-district, Pa Tew District,
☎077-622-999, 080-530-6674



チュンポン・カバナ・リゾート
Chumphon Cabana Resort

チュンポン・カバナ・リゾートはダイバーに良く知られた、ダイビングの拠点となるリゾートです。また、独立独行をコンセプトにしており、国王陛下の足を知る経済におけるモデル施設となっています。バンガロー式客室と心地よい木陰の庭風の客室があります。また、見逃せない食事メニューは、ボラのタマリンドスープや自家製のパンとアイスクリームです。

●69 Moo 8 Thungwualaen Beach, Muang District, ☎077-560-245-7
www.chumphoncabanaresort.com

DINING



パーントムマヨム・ヌードル
Baan Ton Ma Yom Noodle

パーントムマヨム・ヌードルは、チュンポン県の人たちや観光客からとても人気があり、さまざまなテレビ番組でも紹介されています。特に目を引くのはカニ身、カリカリのワンタン、肉団子、エビ、イカなどの素材の新鮮さです。特別なレシピで調理された食材は、追加の味付けが必要ないくらいです。行列必至のお店ですが並ぶ価値があります。営業時間は9時30分から15時まで(水曜は定休日)。

●105/2 Moo 5, on Road No. 3180, サホリー市場から約1Km
Saplee sub-district, Pa Tew District, ☎ 077-560-154

ティーバーンノック・レストラン マッシー山支店
Teebannok Restaurant, Mutsea Mountain Branch

マッシー山支店と他のティーバーンノックの支店との違いは、マッシー山からの眺望が楽しめることです。このお店はマッシー山の山頂に立地しているため、テラスからはチュンポン川の河口と美しい曲線を描く湾を眺めることができます。おすすめメニューは100%天然のツバメの巣で、値段はわずか200バーツ。熱い中国茶と一緒に、または、餃子や中華まんなどの一品料理と一緒に頂きます。

●オープン 8:30~19:30
Pak Nam sub-district, Muang District, ☎ 081-273-6066

ブリック・ホーム・レストラン
Prik Hom Restaurant

ハジャイ郡のジェイ・レック・レストランが好きな美食家なら、きっとブリック・ホーム・レストランを気に入るでしょう。こちらで伝統的な定番メニューを中心に提供しており、味は保証つきです。ネジレフサマとエビの炒め物、キンマの葉が入ったタニシのカレー、クーンの葉が入ったイエローカレーなどのメニューを取り揃えています。最高の食材を最高の腕で調理しています。また、このレストランは古き良き時代の雰囲気を感じられるので、どの世代の方たちにも好まれます。11時から23時まで営業。

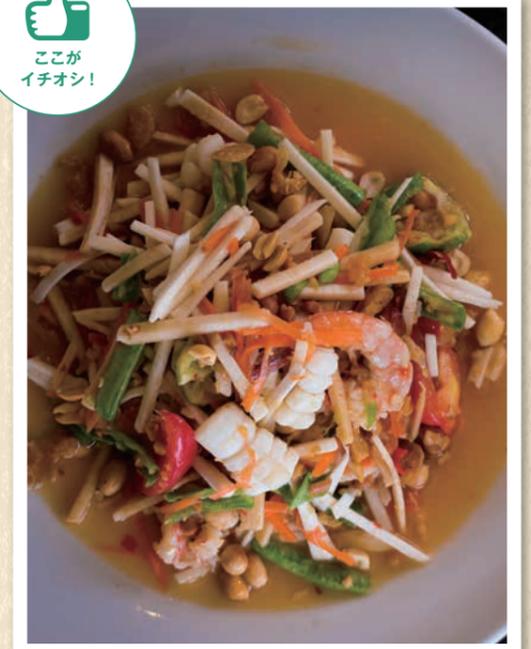
●38 Building opposite Virajsilp Hospital, Ta Ta-Pao sub-district, Muang District,
☎ 077-570-707



セラ・ガーデン
Cera Garden

ゆっくり座って美味しいコーヒーが楽しめるお店をお探しなら、セラ・ガーデンも選択肢のひとつです。お店の裏手には緑が美しい草原が広がっていて様々な種類の花と木に囲まれた南国風のガーデンハウスが喧騒から逃避させてくれます。素敵な音楽にも癒されること間違いなしです。フレッシュなコーヒーとパンなどの軽食が楽しめます。

●タラドン・リゾートに隣接
Chalermprakiat road, Na Thung sub-district, Muang District, ☎089-683-6927
オープン 8:00~22:00



カシータ
Casita

ノボテル・チュンポン・ホテルが運営する「カシータ」は、南部地方の味にこだわりを持っており、地元食材を使った新メニューが続々と考案されています。おすすめはココナッツの新芽を使ったソムタム、タイハーブで味付けした焼き鳥などです。

●110 building, 1st floor Novotel Chumphon Hotel, Pak Nam sub-district, Muang District, ☎077-529-529
オープン 11:00~23:00



クルア・リム・クロン
Krua Rim Khleng

味自慢のクルア・リム・クロンはターバオ川沿いにあり、涼しくリラックスできる空間で食事を楽しむことができます。ここは家族向けのレストランで、ディナータイムは毎晩生演奏が楽しめます。おすすめメニューはタイハーブを添えた魚のフライ、辛くて酸っぱい大ナマズのカレー、揚げたカニが入ったサラダなどです。

●119/9 Soi Charoonraj Pattana (Ko Khun), Tak Daet sub-district, Muang District, ☎081-979-7719, 077-504-203
オープン 11:00~24:00

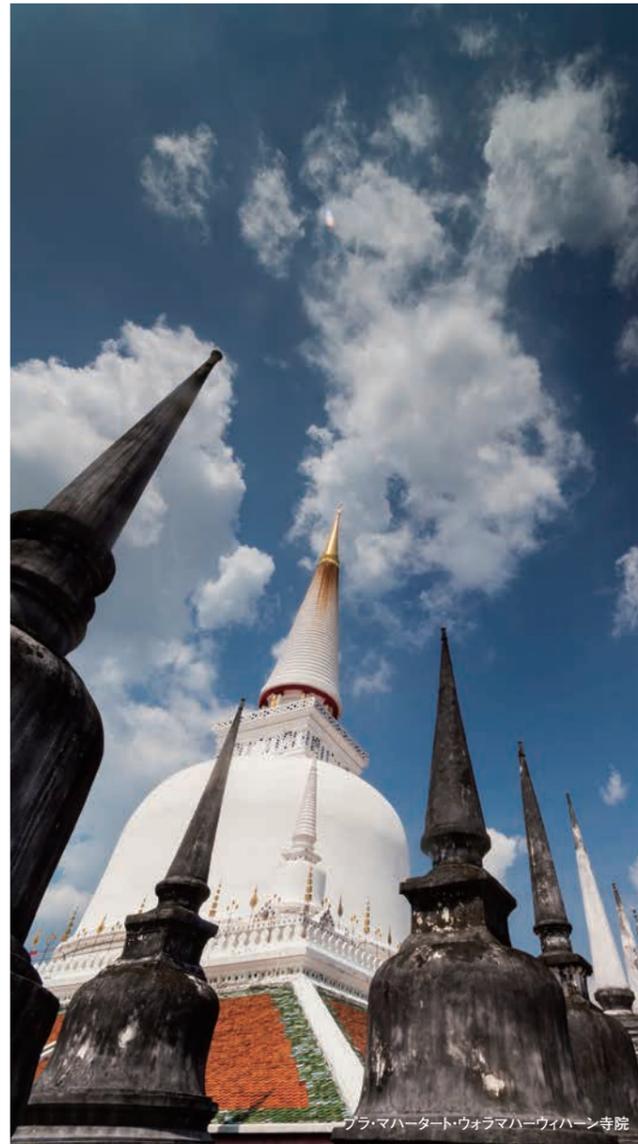
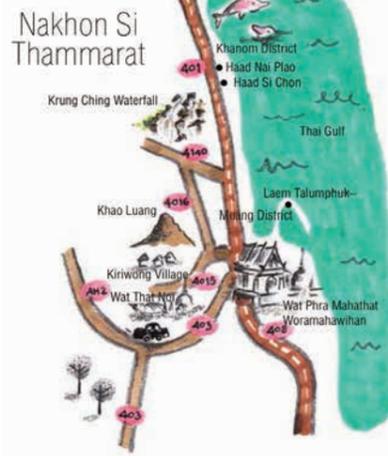
ナコンシータマラート

世界遺産の暫定リストにも登録されている寺院をはじめ、タイ南部仏教の聖地としても有名なナコンシータマラート。タイ湾に面した美しい自然の恵みを存分に感じてください。

アクセス バンコクからナコンシータマラートまでは、エアアジアとノックエアが、毎日、複数便運航しています。列車でもナコンシータマラートへ行くことができます。

お祭り ヘーパークン・プラ・タート祭りは、万仏節の日と仏誕節の日の年2回開催されます。十月祭ではラチャダムヌアン通りを美しいパレードが行進します。

OnePoint アドバイス 串に刺したマンガスチン、もしくはカットしたマンガスチンは、ナコンシータマラートでのみ食べられます。三輪タクシーに乗ってナコンシータマラートの夜景を鑑賞するツアーをお楽しみください。お問い合わせはソムラック氏まで。☎089-645-2614



ブラ・マハタート・ウォラマハーウィーン寺院

ブラ・マハタート・ウォラマハーウィーン寺院 Wat Phra Mahathat Woramahawihan

ユネスコの世界遺産の登録準備が進められているブラ・マハタート・ウォラマハーウィーン寺院は黄金の仏舎利塔で有名です。影が地面につくことがないため、影のない仏塔とも呼ばれています。

●ムアン郡ナイムアン町ラチャダムヌアン通り

ヌイノク島でルアン・プー・トゥアットを参拝 Pay homage to Luang Pu Thuat at Koh Nui Nok

小さな島ヌイノクには、海水の中にあるにもかかわらず淡水が湧き出るといふ伝説があります。科学的には地殻の割れ目によって発生したものだとされていますが仏教の言い伝えによれば、ルアン・プー・トゥアットという不思議な力を持った僧侶が踏んだ場所の海水が淡水に変わったのだと信じられています。

●カノム郡トーンニアン町レームプラタップ船着き場から乗船



プラーイダム山

プラーイダム山 Khao Plai Dan

プラーイダム山は森に覆われた山で、清々しい滝、澄み切った海、白砂のビーチ、美しい公園を有しています。高さ800mのプラーイダム山はかつて「南海の竜」と呼ばれていました。

●カノム郡とシチョン郡の郡境 ☎075-376-110

カオヒンパップパー Khao Hin Pab Pa

カオヒンパップパーは多くの外国人観光客から「バンケーキ岩」と呼ばれています。それは、ニュージーランドの南の島にある岩山に似ているからです。この岩山はクレープが何層にも折重なったような美しい形状をしています。地質学的にもユニークな現象です。

●カノム郡トーンニアン町レームプラタップ船着き場から乗船

ピンクイルカ Pink Dolphins

カノム郡に来たら絶対にはずせない体験がボートでのピンクイルカウォッチングツアーです。この地はピンクイルカの人気により有名なスポットになりました。このツアーでは、他にも様々な種類のイルカを見ることができますが、ここでの見どころは何と言ってもピンクイルカウォッチングです。

●カノム郡トーンニアン町レームプラタップ船着き場から乗船(1,000バーツで7人まで乗船可能)



タート・ノイ寺院 Wat That Noi

タート・ノイ寺院はナコンシータマラートの仏教徒のシンボルとして知られるボー・タン・クライという僧侶のご遺骨を納めた寺院です。寺院内にはブラ・マハタート・ウォラマハーウィーン寺院とよく似た仏塔があります。

●チャーンクラン郡ラクチャーン町国道4195号線沿い



スチャート・サップシン氏の影絵芝居の家 Ban Nang Talung Suchart Subsin

演劇部門において国家を代表する芸術家であるスチャート・サップシン氏の住宅が、文化遺産を保存する施設になっています。賞を受賞したこともあるローカルな博物館には、世界中から集めた影絵芝居の人形が所蔵されています。また、影絵芝居を製作する工房にもなっており、美しいハンドメイド製品を購入することができるギフトショップもあります。

●Sritammak Road, Soi 3, Muang District, ☎075-346-394



キーリーウォン村の豊かな自然

キーリーウォン村 Kiriwong Village

キーリーウォン村への道中で、ユニークで魅力あふれた地元の人々の暮らしを垣間見ることができます。この村では手作りの工芸品や加工食品の製造販売も行っています。

●ランサーカー郡カムローン町

☎075-533-113

タルムブック岬 Laem Talumphuk

50年以上も前に嵐により大被害を受けたタルムブック岬は、美しい景観が広がり人気のスポットとなっています。美しい白砂のビーチを散歩したり、水晶のように澄んだ海で泳いだりできます。

●パークパン郡レームタルムブック町

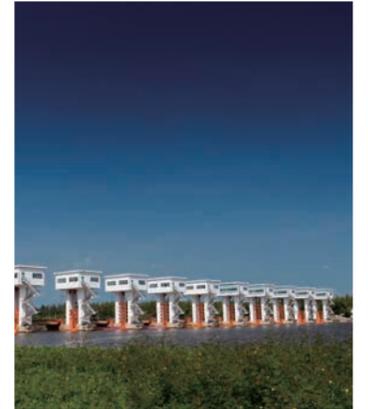
国道4013号線を通って約16Kmのレームタルムブック交差点を出る。

プロムロックの滝 Phrom Lok Waterfall

水の落ちる音に導かれ、森の中の曲がりくねった石段の道を進むと、息を呑むほどに美しい4階層から成る滝が現れます。プロムロックの滝は一年を通していつでも訪れることができます。

●プロムシー郡プロムロック町

☎075-300-494



王室プロジェクトの パークパン流域開発 Pak Phanang Basin Area Development Project under Royal Initiatives

パークパン川に隣接した公園からウトウッカウィバーチャプラシット水門を眺めれば、穏やかな気持ちになれるでしょう。近くには離宮があり、週末には一般開放されています。

●パークパン郡フーローン町 ☎075-416-127



パークパンの人々の暮らし

The way of life of people in Pak Phanang

パークパン川の流れに乗る乗船料は1バーツ。パークパンの人々は昔と変わらない素朴な生活を営んでいます。100年前から続く市場を散歩したり、ツバメの巣を眺めたり、古い建物を見学したりできます。パークパン川のリゾートクルーズもおすすめです。

●パークパン郡はナコンシータマラートの中心から約36Km。

問い合わせ：Municipality of Muang Pak Phanang, ☎075-517-058

ナコーンシータマラートおすすめの

HOTEL



マディソン・ブティック・ホテル+カフェ&バー Madison Boutique Hotel + Cafe & Bar

ラボラトリーとアートギャラリーを備えたマディソン・ブティック・ホテル+カフェ&バーに一步足を踏み入れれば、ニューヨークのクラブに来たような気分。全12室のこのホテルは、芸術界、ファッション界での経験を持つオーナーのチャンプ氏の人生を見事に反映しています。街中で最もシックなホテルです。

●19/1 opposite Thasala Prasit Suksa School, Thasala District,
☎ 075-355-988, 087-592-5042



アナーヴィラ・タンゲー・リゾート Anavilla Tangke Resort

もともとは地元のカノム郡で漁業を営んでいたオーナーが、リゾートとレストラン(クアア・タンゲー)をオープンしました。全33室の客室には、8種類のタイプが用意されています。すべての客室は、漁船の部屋、珊瑚の部屋、帆船の部屋などといったように、この地を象徴したモチーフの内装になっています。

●81/2 Moo 1, Tong Nien sub-district, Khanom District,
☎086-280-9222 www.facebook.com/anavilla.resort



ザ・オリジナル・オレンジ・ルームズ The Original Orange Rooms

オレンジ色が好きな人なら一目で気に入るホテルです。モダンなスタイルの138室の客室は、内装と家具が鮮やかなオレンジとホワイトに塗り分けられています。特筆すべきは快適なベッドです。一日中リラックスして過ごせます。

●6/37-40, Pattanakarn Koo Kwang Road, Nai Muang sub-district, Muang District,
☎075-774-675-6
www.theoriginalorangerooms.com



イングリッシュ・コテージ English Cottage

わずか6室の客室は、オーナーの旅行経験からインスピレーションを得た英国スタイルとなっています。パステルカラーの花をあしらったヴィンテージ・ルーム、カラフルな装飾のシック・ルーム、英国の田舎の雰囲気溢れるコテージ・ルームなど、さまざまなテーマの部屋があります。

●88/8, Makam Chum Road, Nakien sub-district, Muang District,
☎075-311-455, 081-650-6689
www.cottage888.com



アーバ・リゾート&スパ

アーバ・リゾート&スパ Aava Resort & Spa

フィンランドのトップデザイナーによって設計された5つ星のリゾート&スパで、客室は4種類のタイプがあります。ファミリーヴィラは、2階建ての建物の中に2つの寝室があり、プライベートバルコニーには屋外型のジャグジーバスが備えられています。このリゾートではタイらしさに触れることができる極上のおもてなしが提供されます。

●Haad Nadan Road, 28/3, Khanom sub-district, Khanom District,
☎075-300-310 www.aavaresort.com

シー・ストーン・ホテル Sea Stone Hotel

シチョン郡のヒンガム・ビーチにほど近い場所にある全38室のホテルです。プライベートな雰囲気の客室は現代的なロフトスタイルで、街の喧騒から逃れたい人に最適です。ホテル内の創作タイ料理レストランではシェフによる美味しい料理の数々が提供されています。

●327/55 Moo 3, Sichon sub-district, Sichon District,
☎075-536-197

DINING



カノムチーン Kanom Jeen

カノムチーン・ムアン・コーン(カノムチーン・パーンヨム)は、1977年にオープンした老舗店です。麺にかけるソースはいくつかある中から選択でき、たくさんの野菜と一緒に提供されます。この店のカノムチーンはハサミで切って食べます。

●Kanom Jeen Muang Kon, ☎075-342-615 Kano Jeen Sen Sod ☎075-345-327



コーピー Ko Pee

シンボルトガル風の建物の中にあるこのローカルな食堂は、いつもお客で満杯です。ナコーンシータマラートで最も古いレストラン、コーピーでの朝食はクラシックなスタイルです。おすすめはバクテー、チキンカレーとココナッツライス、中華饅頭、コーピー(昔ながらのコーピー)、5色のもち米などです。

●ロビンソンデパートの近くと、市庁舎の近くの2店舗
☎075-340-160

ター・サーラー・シーフード Tha Sala Seafood

ター・サーラー・シーフードは20年近くも続く人気の海鮮レストランです。地元の新鮮な素材を使った、辛くて美味しい南部スタイルの海鮮料理を提供しています。おすすめはナスとニンニクの入った辛いエビのサラダ、フェダイとココナッツの新芽入りゲーン・ソム、蒸した渡り蟹、海ナマズのゲーン・ソムなどです。

●159/17 Moo 13, Tha Sala sub-district, Tha Sala District, ☎075-521-222, 075-522-744



「ブラ・タートを眺めながらコーピーを味わう」これがタイチのスローガン

タイチ Tai Chi

ブラ・マハー・タート・ウオラマハーウィーハーン寺院の向かいにある、今と昔が融合したような特徴的な建物が目印です。以前はコーピーとパンのお店でしたが、現在はステーキや玉子焼き付き朝食セット、パスタや、スベアリップのロースト、そしてタイ料理など、さまざまなメニューを取り揃えています。その雰囲気の良さから、ますます人気が高まっているお店です。お店の近くにあるタイの伝統的なバン・ヤー様式の家屋「パーン・タン・クン」は入場無料で一般開放されています。

●512 Ratchadamnoen Road, Nai Muang sub-district, Muang District,
☎086-475-6605



ローティ・パー・ノーム Roti Pa Nom

ローティ・パー・ノームは地元の老舗ローティ店で、10ヶ所の支店があります。地元で人気の美味しいローティとローカルなお店の雰囲気を味わうことができます。

●Recommended branch opposite National Museum, Ratchadamnoen Road, Muang District



クア・ナイ・ナン Krua Nai Nang

郷土料理と影絵芝居が楽しめるお店です。ゲーン・ソム、カニカレー、ネジレフサマメとエビの味噌炒め、ホー・モックなどの伝統的な南部料理が味わえます。また、地元の伝統芸能である影絵芝居が毎晩上映されています。

●Pattanakarn Koo Kwang, Muang District,
☎075-346-006, 081-893-5625

タイ基本情報

Information

国名

日本語:タイ王国
タイ語名:プラテート・タイ
英語名:Kingdom of Thailand

首都

日本語:バンコク
タイ語名:クルンテープ・マハーナコーン※
英語名:Bangkok

※正式名称:クルンテープ・マハーナコーン・アモーンラッタナコーン・マヒンタラーユッタヤー・マハーディロック・ポップ・ノッパラット・ラーチャタニーブリーロム・ウドムラーチャニウェートマハーサターン・アモーンピマーン・アワターンサティット・サクカッタティヤウィサヌカムプラシット

地理・時差・気候

東南アジアの中心に位置し、国土面積は約51万4000平方キロメートル(日本の約1.4倍) ミャンマー(ビルマ)、ラオス、カンボジア、マレーシアと国境を接しています。

日本からスワンナプーム国際空港へは、所要時間約6時間です。日本とタイの時差はマイナス2時間で、タイで午前8時のとき日本は午前10時です。

気候タイは熱帯性気候です。年間の平均気温は約29℃で、バンコクでは一番暑い4月の平均気温が35℃、一番涼しい12月の平均気温が17℃です。季節は11月～2月の乾期、3月～4月の暑期、5月～10月のグリーン・シーズン(雨期)があります。

人口

約6,000万人
民族的には、タイ族が約85%、中華系が10%、他にモン・クメール系、マレー系、ラオス系、インド系が暮らしており、山岳部にはそれぞれの文化や言語をもった少数民族が暮らしています。

服装について

服装一年を通して日差しが強く、高温多湿の気候なので、通気性の良い服装をおすすめします。ただし、チェンマイなどの山岳部では、朝晩冷え込むこともあり、また、デパートやレストランの中、エアコンバス・空調寝台車などでは、エアコンが効きすぎているところがあるので注意してください。羽織るものが一枚あると便利です。敬虔な仏教国であるタイでは、寺院は神聖なる信仰の場所です。参拝するときは、節度ある服装を心がけてください。ワット・ブラケオ、王宮や一部寺院ではタンクトップ、ホットパンツなど極端に肌を露出した服装やかかとの無いサンダルでは入場できません。

マナー

空港内やレストランを含む冷房のきいた建物内では、スモークエリアを除き「禁煙」となっています。路上への吸殻のポイ捨てはもちろんゴミのポイ捨てや唾を吐くことも罰金の対象となっています。マナーを守って、楽しい旅にしましょう。

電気

電圧は交流220V(50Hz)で、プラグはBF、Cタイプ。中級以上のホテルでは、日本と同じプラグもありますが、電圧にはくれぐれも注意してください。日本の電化製品をご利用の場合はプラグ・アダプター・キットを携帯されることをおすすめいたします。

チップ

タイには、チップの習慣があります。ホテルでは、荷物を運んでくれたポーターやハウスキーパーへのチップに20バーツ程度をご用意ください。また、サービス料を含まないレストランで食事をした場合は、料金の10%を目安にチップとしてテーブルに置いておきましょう。マッサージを受けた場合も同様です。

両替・銀行

空港や両替のできるホテルを除いて、タイでは円やドルは使えません。タイ到着時に空港で必要な両替を行ってください。スワンナプーム国際空港内の銀行両替所は、24時間営業しており、市内の銀行は月曜日から金曜日の10:00～16:00まで、観光地やホテル街にある出張両替所なら8:30～20:00頃まで開いています。

パスポート&ビザ

日本国籍でタイ入国後30日(29泊30日)以内の観光目的の滞在中の場合、FIXの往復航空券を所持していれば、ビザ無しで入国することができますが、国際規定により、パスポートの残存期間はタイ入国時に6ヶ月以上と定められています。空路での入国は30日、陸路での入国は15日の滞在が可能です。30日以上滞在を予定されている方、あるいは観光目的以外で入国される方は事前にタイ王国大使館・領事館においてビザを取得してください。また各航空会社によりパスポート残存期間の規定が異なるため、ご利用になる航空会社にお問い合わせください。

在京タイ王国大使館 VISA課
TEL:(03)5789-2449 www.thaiembassy.jp

外国通貨

入国時の持込制限:
【パーツ】無制限。
【外貨】原則無制限。ただし、2万米ドル相当以上の場合は税関申告が必要。
出国時の持出制限:
【パーツ】5万パーツ(ラオス、ミャンマー、カンボジア、マレーシア、ベトナムへの出国は50万パーツ)。
【外貨】入国時申請同等額または、2万米ドル相当。

いざという時に

外国人観光旅行者の安全を図るため観光地にはツーリスト・ポリス警察署や派出所が設けてあり、英語を話すことができます。トラブルに巻き込まれた場合は連絡をしましょう。

電話番号システム

タイ国内で電話をかける場合:
市内、市外を問わず0から始まる9ケタの数字を(携帯は10ケタ)ダイヤルしてください。
日本からタイへ電話をかける場合:
(タイの国番号)66+(0を除いた)8ケタの数字をダイヤルしてください。
タイから日本へ電話をかける場合:
(国際電話認識番号)001(その他 007,008,009)+(日本の国番号)81+(一般及び携帯電話番号の頭の0を除く)相手先の電話番号

ツーリストポリス・コールセンター 局番なし:1155
www.tourist.police.go.th
スワンナプーム国際空港内 02-132-6596
ドンムアン空港内 02-5351-641
警察 局番なし:191

在タイ日本国大使館領事部
177 Witthayu Rd.,Lumphini,Pathum Wan,Bangkok 10330
TEL:(02)207-8500/(02)696-3000(代表)
日本大使館 www.th.emb-japan.go.jp
邦人援護 TEL:02-207-8502

タイ国政府観光庁(TAT) 日本事務所

●東京事務所
〒100-0006 東京都千代田区有楽町1-7-1 有楽町電気ビル南館2F
TEL:03-3218-0355 info@tat.tky.com

●大阪事務所
〒550-0014 大阪市西区北堀江1-6-8 テクノブル四ツ橋ビル2F
TEL:06-6543-6654, 06-6543-6655
FAX:06-6543-6660 info@tatosa.com

タイ国政府観光庁 本庁

●バンコク ヘッドオフィス1階・インフォメーションカウンター
1600 New Phetchaburi Road, Makkasan, Ratchathevi, Bangkok 10400
毎日8:30～16:30
Tel:66-2-250-5500 TATコールセンター 局番なし:1672
www.tourismthailand.org

12県管轄のTAT現地事務所

北部

ピッサヌローク事務所(ベッチャブーン県管轄)
209/7-8 Surasi Trade Center, Boromtrailokanat Rd., Amphoe Mueang, Phitsanulok 65000
E-mail Address : tatphlok@tat.or.th

プレー事務所(ナーン県管轄)
Uttaradit 2, Baan Mai Road, Tambon Nai Viang, Amphoe Mueang, Phrae 54000
E-mail Address : tatphrae@tat.or.th, tatphrae@gmail.com

チェンマイ事務所(ランパーン県管轄)
105/1 Chiang Mai-Lamphun Road, Tambon Watgate, Amphoe Mueang, Chiang Mai 50000
E-mail Address : tatchmai@tat.or.th

東北地方

ルーイ事務所
Nong Bua Lam Phu District Office (Old building) Charoenrat Road, Tambon Kut Pong, Amphoe Mueang, Loei 42000
E-mail Address : tatloei@tat.or.th

スリン事務所(ブリーラム県管轄)
355/3-6 Thessaban Road 1, Tambon Nai Muang, Amphoe Muang, Surin 32000
E-mail Address : tatsurin@tat.or.th

東部

ラヨーン事務所(チャンタプリー県管轄)
153/4 Mu. 12 Sukhumvit Road, Tambon Taphong, Amphoe Mueang, Rayong 21000
E-mail Address : tatryong@tat.or.th

トラート事務所
100 Mu. 1, Trat-Laem Ngob Road, Tambon Laem Ngob, Amphoe Laem Ngob, Trat 23120
E-mail Address : tattrat@tat.or.th

中央部

ベッチャブリー事務所(ラーチャブリー県管轄)
500/51 Phetkasem Rd. Amphoe Cha-am, Phetchaburi 76120
E-mail Address : tatphet@tat.or.th

サムットソクラーム事務所
2/1, 2nd Floor Amphawa Municipality City Hall, Phuangsombun Road, Tambon Amphawa, Amphoe Amphawa, Samut Songkhram 75110
E-mail Address : tatsmsk@tat.or.th



南部

チュンブーン事務所
111/11-12 Taweeksa Road, Tambon Thatapao, Amphoe Muang, Chumphon 86000
E-mail Address : tatchumphon@tat.or.th

ナコーンシータマラート事務所
Sanannamueang, Ratchadamnoen Road, Amphoe Mueang, Nakhon Si Thammarat 80000
E-mail Address : tatnksri@tat.or.th

トラン事務所
199/2 Wisetkul Road, Tambon Tab Tiang, Amphoe Mueang, Trang 92000
E-mail Address : tattrang@tat.or.th

タイ国政府観光庁では、 様々な情報をSNSで 配信しています。

URL www.thailandtravel.or.jp

f タイ国政府観光庁

t @tat_jp

LINE @tat_jp



タイファンクラブ・TATメールマガジンのご登録はこちらから。

タイの最新観光情報、
ニュース、キャンペーン
情報の配信をしております。

※本誌記載内容は予告なく変更する場合があります。
予めご了承ください。

写真提供: lonely planet



12

HIDDEN GEMS

タイ12の秘宝