

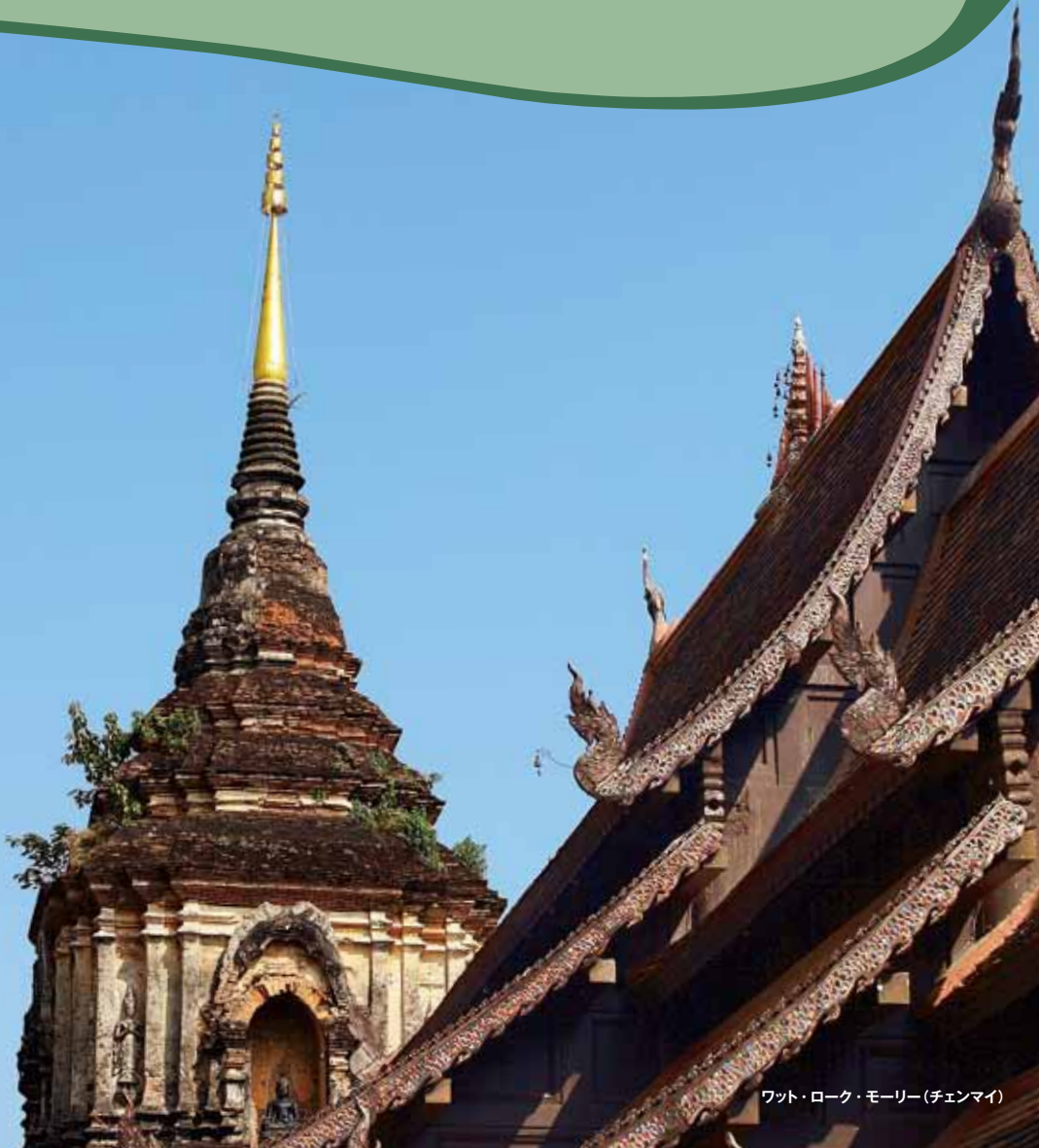


チェンマイ

タイ北部

チェンライ・ランブーン・ランバーン・
メーホンソーン・バーイ

Chiang Mai and Northern Thailand



ワット・ローク・モーリー (チェンマイ)



メーチャン郡の田園風景(チェンライ)

C O N T E N T S

■チェンマイの伝統・文化
ランナースタイル5つの寺院を巡る 3-4

■スピリチュアル・チェンマイ
ご利益別・9つの旧寺めぐり 5-6
ドイ・ステープ寺院へ行く 7-8

■1day・チェンマイ
エレファント・キャンプ体験 9-10
エコツーリズム 11-12

■エリアガイド
チェンライ 13-14
メーホンソーン 15
パーイ 16
ランブーン 17
ランパーン 18

■フェスティバル&イベント 19-20
■アクティビティ 21-22
■ダイニング 23-24
■ショッピング 25-28
■スパ&マッサージ 29
■ホテル 30-32

■旅の基礎知識 33-34

■巻末マップ

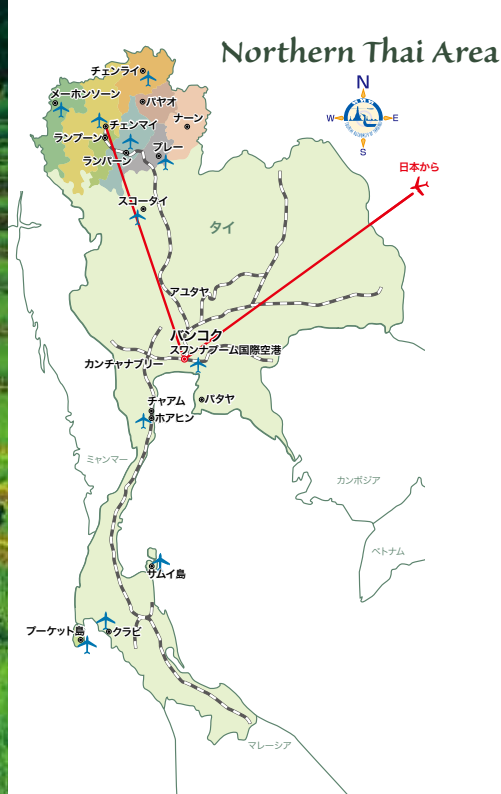
チェンマイ周辺の観光スポット/チェンマイ中心部/
ニンマーンヘーミン詳細図/チャーンラート詳細図

Enchanting North 魅惑の北部地方

古都・チェンマイに受け継がれる伝統文化と 雄大な自然が織りなす、タイの理想郷

多彩な魅力あふれるタイ。中でも北部地方は、様々な民族の影響を受けて築き上げられた個性的な文化と、ドイ・インタノン国立公園をはじめとする豊かな山岳地帯を有する美しい古都として有名です。

1262年、チェンライに都を開いたメンラーイ王は、北部を次々と統一し、1287年『ランナー王国』を建国。さらに、ピン川沿岸にあった都の拡大をはかり、1296年チェンマイに還都して、ここに280年に渡るチェンマイの歴史が始まりました。その後、ランナー王朝は、ビルマ、ラオス、アユタヤといった近隣諸国からの度重なる侵略によって一時荒廃しましたが、19世紀バンコクのチュラロンコーン大王が北部統治に乗り出して、見事に蘇えらせました。現代、チェンマイは「北方のバラ」と呼ばれるタイ第2の都市へと成長。壮麗なランナー王朝の歴史と広大な自然が織りなす独自の北部文化は、世界中の観光客を魅了し続けています。



ACCESS

■空路

バンコクのスワンナプーム国際空港又はドンムアン空港から直行便で1日約50便(約1時間20分)。チェンライ行きは、バンコクのスワンナプーム国際空港又はドンムアン空港から直行便で1日約20便(約1時間20分)。メーホンソーンへはバンコクからの直行便はなく、チェンマイからカン・エアー、バンコクエアウェイズで1日約4-5便(約35分)。パーイは、チェンマイからカン・エアーで1日約1-2便(約25分) ※チェンマイ空港から以下のルートでシャトルバス(9人乗りのバン)が運行。
(空港⇒ロータス・バン・スアン・ゲーオ・ホテル⇒グリーン・レイク・リゾート)
(空港⇒ル・メリディアン・チェンマイ⇒ホリデイ・イン・チェンマイ・ホテル)

チケット購入する際に、スタッフに行先を伝えてください。

料 金 1人40バツ

時 間 8:00~21:00、30分間隔で運行

乗車場所 国際線到着ロビー9番出口付近

※詳細は各航空会社のホームページにてご確認ください。

タイ国際航空 <http://www.thaiair.co.jp>

バンコクエアウェイズ <http://www.bangkokair.com>

エアアジア <http://www.airasia.com>

ノックエアー <http://www.nokair.co.th>

カン・エアー <https://www.kanairlines.com>

タイ・スマイル <https://www.thaismileair.com/en/>

タイ・ライオン・エア <http://www.lionairthai.com/en/>

タイ・ベトジェットエア <http://www.vietjetair.com/Sites/Web/en-US/Home>

■鉄道

バンコクのアランポーン駅からチェンマイ行きの北部線は1日約5本、所要時間は約12~15時間。

●チェンマイ駅 TEL:(053)242-094

●バンコク・アランポーン駅 TEL:(02)220-4444

※詳細は、State Railway of Thailandまで。 <http://www.railway.co.th/>

■バス

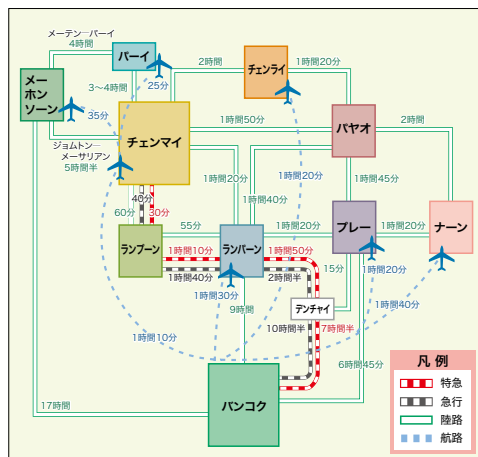
バンコクの北バスターミナル(モーチット)から約40分間隔で長距離バスが運行(始発5:40、23:00/所要時間約9時間30分~11時間)。チェンライまでは約13時間。メーホンソーンまで約17時間。

チェンマイからメーホンソーンやパーイへは所要約6~8時間。

●アーケード・バスステーション TEL:(053)242-664

詳細は、<http://www.transport.co.th/>(タイ語)

オンライン予約・購入サイト: <http://www.thaiticketmajor.com/>



かつての王朝が築いた歴史遺産 5ランナー寺院をめぐる旅



ワット・チェディ・リアム



ワット・チェット・ヨート



ワット・チェット・ヨート



ワット・チェディ・リアム

700年以上もの長い歴史を誇るチェンマイには、120にも及ぶ寺院があり、タイでも有数の信仰の場となっています。時代によって変化してきた様式を見ることがチェンマイの旅の魅力。その昔、チェンマイに都のあった、ランナー王朝時代の威風堂々たる建築様式や風情を感じられる5つの寺を紹介しします。

ワット・チェディ・リアム

Wat Chedi Liam

荘厳なビルマ様式の仏塔が
かつての都の栄華を伝える

ランナー王朝初代のメンラーイ王が最初の都を築いたウィアン・クム・カームの地に、1288年に創建されました。チェンマイの古文書では、その昔、クーカム寺院という名前であったと記されています。優美な四角錐の仏塔は、レンガに漆喰が施されたもの。各面にビルマ様式の様々な仏像が15体ずつ、60体が安置されています。周辺には21の寺院があり、その中でも随一の規模を誇っています。 ●チェンマイ市内中心部から車で約20分 拝観自由 巻末MAP C-D-6

ワット・チェット・ヨート

Wat Chet Yot

7基の仏塔にほどこされた
柔和な神々の浮き彫りが有名

正式名称をワット・ボタラムマハヴィハーンといい、ティロカラート王が1477年に建立。「チェット・ヨート」とは7つの塔という意味で、その名の通り、中央の高い仏塔を6基の低い仏塔が取り囲むような形になっているのが特徴です。仏陀が悟りを開いた地・インドのブッダガヤのマハーボディ寺院(大菩提寺)をモデルにしたとも言われています。周囲の壁に掘られた天上の神々の浮き彫りは、悠久の歴史を感じます。 ●チェンマイ市内中心部から車で約10分 拝観自由 巻末MAP C-B-1



ワット・ローク・モーリー



ワット・ローク・モーリー



ワット・パンタオ



ワット・ローク・モーリー



ワット・ローク・モーリー



ワット・パンタオ



ワット・ローク・モーリー



ワット・チェン・マン

ワット・ローク・モーリー

Wat Lok Molee

漆喰のレリーフが見事な 総チーク造りのランナー寺院

小規模ながらも見事なランナー様式の建築を今に伝える寺院です。1959年にタイの文化庁が伝統文化財に指定、伝統建築を学ぶ教材にも紹介されているほど。創建年代は不詳、第二次世界大戦後の建築とも言われています。本堂は3段重ねの漆黒の屋根と、総チーク造りで、内部の装飾も見事な美しさ。茶色レンガを積み上げたアーチ状の門や悠々とたたずむレンガ造りのチェディがひときわ目を引きます。

●旧市街 拝観自由 巻末MAP C-B-2

ワット・パンタオ

Wat Pan Tao

北部タイの王の象徴・ 金の孔雀の紋章が美しい“千倍仏”の寺

かつてエメラルド仏陀を納めた格式のある寺院、チェディルアン仏像を鑄造する寺院として建立されました。パンタオは千の窯の意味で、プラバンタオ(千倍仏)が安置され、何か願い事をすれば十倍、千倍になって叶うと言われています。モーム(雨の神・バチュナの乗り物)の背に立つ孔雀を描いた木彫りの紋章を掲げた本堂は、1980年に国の伝統文化財に指定されました。静かな微笑みをたたえた金の仏像も見事です。

●旧市街 拝観自由 巻末MAP C-C-3

ワット・チェン・マン

Wat Chiang Man

2体の珍しい仏像で知られる チェンマイ最古の寺院

1296年、メンラーイ王によるチェンマイ創都の時に建てられた寺院。かつては王の宮殿として利用されていました。太いチーク材の柱が使われた立派な本堂内部の壁は、色鮮やかな壁画で彩られています。ソンクラーン祭りの時に登場する大理石の仏像「ブラ・シラー・カオ」と水晶の像「ブラ・セータン・カマニイ」が納められていることでも有名です。また、基部に15頭の象の彫刻が施された仏塔は異彩を放っています。

●旧市街内 拝観自由 巻末MAP C-C-3

繁栄



ワット・ブラ・シン

Wat Phra Sing

5代目・パーユーム王が父の遺灰を納めるため、1345年に建立したチェンマイでもっとも格式の高い寺院。19世紀初頭に建てられた優美な礼拝堂の「ヴィラハーン・ライカム」には、寺の名前の由来になった黄金のブラ・シン仏が納められています。チェンマイの昔の暮らしなどを描いた障壁画も見事です。旧市街内。 巻末MAP C-B-3



ワット・チェン・ユーン

Wat Chiang Yuen

チェンマイで2番目に古いと言われる古刹。ビルマとの敗戦で破壊され、1794年に再建。「長寿」を意味し、今でもチェンマイの県知事や公務員が「仕事を長く続けられるように」と参詣します。旧市街。拝観自由。

巻末MAP C-2

健康、
災難厄除

長寿、安泰



ワット・ダップパイ

Wat Dab Pai

ダップは消す、パイは危険を意味し、まさに危険を消してくれる、災難厄除の寺。1478年創建、アバイ王が病氣になって祈願した際、平癒したことから厄除け、健康にご利益があると言われています。旧市街。拝観自由。 巻末MAP C-B-3



開運&ご利益を願って 9つの旧寺めぐり

開運



ワット・ドゥアン・ディー

Wat Duang Dee

約500年前に創建され、ドゥアンは運、ディーは良い、運勢が良い寺。新車を買った時など、縁起の良い寺でお祈りします。車内でよく見かける祈祷の印も僧侶によるものです。サンデーマーケットのある日曜は24:00頃まで開門。旧市街。拝観自由。 巻末MAP C-C-3



金運



ワット・モー・カムトゥアン

Wat Mor Kham Tuang

モーは瓶、カムは金、トゥアンはためるという意味から、お金が貯まる、金運にご利益があると言われています。寺内には大きな金色の亀が置かれています。また、占い師でも有名(寺内にブースあり、タイ語)。旧市街。拝観自由。 巻末MAP C-C-3





ワット・チャイモンコン

Wat Chai Mong Kon

ピン川の畔に建つ寺院で、チャイはいつでも勝利、モンコンは吉祥を意味します。川へ放魚するタンブン(功德を積むこと)でも有名。ロイクラント祭の灯籠流しや多くのコムローイが上げられます。市内中心部から車で約10分。拝観自由。

巻末MAP C-D-4

繁栄



タイでは、何かあった時の厄払いや開運祈願のために、縁起の良い名前の寺や格式の高い寺院を巡ります。特に、数字の9は「進む」と同じ発音をすることから、1〜2カ寺より、9カ寺にお参りするのが最も良いとされています(ワット・ブラ・タート・ドイ・ステープはP7参照)。



繁栄

ワット・チェディ・ルアン

Wat Chedi Luang

「ワット・ブラ・シン」と並ぶ格式の高さを誇る寺。1391年に建立され、1545年の大地震などの震災によって、当時の建物是一部のみ現存。高さ86mもあったという仏塔は、1411年に建立され、大地震で崩壊し、1993年に修復。仏塔には、巨大な仏像が安置されています。旧市街内。拝観自由。

巻末MAP C-4



金運



ワット・ムーン・グン・コーン

Wat Meun Ngerm Kong

640年前の創建。ムーンは万、グンはお金、コーンは積み重ねという意味で、まさに金運にご利益があると言われています。涅槃仏など、映画「プール」にも登場した美しい寺です。市内中心部から車で約10分。拝観自由。巻末MAP C-B-4



厄除け



ワット・ローイクロツ

Wat Loi Kroh

厄落としならこの寺、と言われるほど有名な寺。ローイは流す、クロツは運という意味で、タイの人々はバナナの皮で作った箱に108種の供物を入れて悪運をお祓いしてもらいます。旧市街。拝観自由。

巻末MAP C-D-4



レンタサイクルでまわろう!

古い城壁の内側・旧市街に点在する寺院やカフェめぐりもおおすすめです。レンタサイクルショップ / Jackky Bike
TEL:(053)225-278、
Crank Adventures
TEL:(081)952-7699、
NK TEL:(053)202460



奉納

線香とろうそく、花を供えてお参りする他、願い事を書いたラカン(風鈴)などを供えます。仏像には金箔を、体で治して欲しい所と同じ箇所貼って祈願します。



厄落しを
してもらおう

お祓い

堂内で僧侶によるお祓いが受けられます。手を合わせて祈禱してもらい、手首に紐を結んでもらいます。女性は僧侶に触れてはならないため、僧侶の代理に結んでもらいます。紐は切れるまで身につけておくのが良いとされています。



306段ものナーガ(蛇神)の階段を登って寺院へ(ケーブルカーもあり)。



チェンマイの大本山 ドイ・ステープへ行こう！

チェンマイ市街から約15km西、標高1080mのステープ山頂に建つこの寺院は、「ドイ・ステープの参拝なくしてはチェンマイに来たことにならない」と言われるほどチェンマイきっての名所。1383年、当時のクーナ王によって建立された大寺院は、今も人々の篤い信仰を集めています。仏舍利(仏陀の遺骨)が納められている高さ22mの金色に輝く仏塔は、蓮の花と線香を携えて周囲を3回歩き、祈りを捧げます。寺院からは市街を一望できます。

ワット・プラ・タート・ドイ・ステープ

Wat Phra That Doi Suthep

●7:00~18:00(ケーブルカーは5:30~20:00運行)

料金 50B) 無休 料金:30B

チェンマイ市内中心部から車で約40分。

TEL:(053)295-003

仏像 仏塔



ワットは寺、プラは「最高の～」といった仏や僧侶への尊称や、仏像、チェディは仏塔を意味します。仏教はスリランカより伝えられ、仏像、建築もその流れをくんでいます。長い年月をかけてタイ独自の形に変化したものや、チェンセーン、スコータイ、アユタヤなど時代によって様々な仏教美術に触れることができます。チェンマイでは、ランナー王朝時代の寺院が数多く残されています。

自分の
仏様は？

曜日ごとの守護仏



タイの寺院には、生まれた曜日の守護仏も祀られています。タイの人々は、お守りだけでなく、曜日のテーマカラーを身につけることもあります。仏像は向かって左が日曜始まりです(水曜のみ昼と夜の仏像があり)。

日曜=ワンアーティット・赤色・北東/月曜=ワンチャン・黄色・東/火曜=ワンアンカーン・桃色・南東/水曜(昼)=ワンブット・緑色・南/水曜(夜)=ワンブット・黒色・北西/木曜=ワンバルハッサボディー・オレンジ色・西/金曜=ワンスック・青色・北/土曜=ワンサオ・紫色・南西(曜日は神様名、曜日の色、守護する方角)

※生まれた曜日は事前にインターネットなどでお調べ下さい。現地に着て置いてある場合もありますがすべてタイ語です。

お守り

仏陀、高僧のお守りを身につけます。写真左下/お蔵いでいただいたドイ・ステップの高僧・クルーパーシーウィチャイ師のお守り写真上/店の軒先などに飾る縁起物



おみくじ

ドイステップでは20種ほどのおみくじがあります。くじを引いて該当する物ももらいますが、日本のように「大吉」といった明確な分け方はなく、読んで理解するタイプ。一部の観光寺院では英語が添えられている場合もあります。



立ち寄りたいチェンマイの寺

ワット・ウモン

Wat Umong

森の中にたたずむ静かな瞑想寺院

14世紀末、メンラーイ王によって創建された寺院。森の入口にはメンラーイ王の銅像があり、さらに奥の木々に囲まれたレンガ造りのトンネルに仏像が祀られています。ウモンは洞窟やトンネルという意味。左右に分かれたトンネルを進むことができ、神秘的な雰囲気の中いくつかの仏像が安置されています。古来より、瞑想寺院としても有名です。仏教図書館も併設。チェンマイ市内中心部より車で約15分



●8:00~18:00 拝観自由 TEL:(053)811-100 巻末MAPWB-2

ワット・スアン・ドーク

Wat Suan Dok

花園の名前にふさわしい 夕暮れ時の美しさが印象的

1383年に建立された寺院で、本堂の中に納められた青銅の仏像は、500年を経た現在でも国内で1、2位の大きさとされています。また、境内に点在する歴代の王の遺灰を納める白い仏塔も有名。夕暮れ時のこの仏塔の光景は、スアン・ドーク(=花園)の名前にふさわしい美しさと言えるでしょう。旧市街のスアンドーク門よりすぐ。



●8:00~18:00 拝観自由 TEL:(053)278-304 巻末MAPCA-3

タイの仏教

仏教+column

日本が大乗仏教であるのに対し、タイは上座部仏教(テラワダ仏教)です。仏陀本来の教えに忠実に、227戒を守って厳しい修行と禁欲をもって救済の道が開かれるという精神が守り継がれています。

参詣のマナー

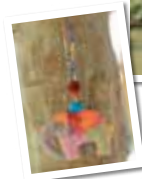


タイは国民の95%が仏教徒です。信心深く、生活文化、あらゆる所に仏教思想が根付いています。寺院は観光地でなく、信仰の場。ノースリーブ、短パンなど肌の露出度の高い服は控え、靴や帽子を脱いで参詣しましょう。参詣する際は、線香と花を手に携え、仏陀の前に3回こうべを垂れます。

エレファント・キャンプ体験

山々の自然に恵まれたチェンマイ。郊外には、のどかな山村の風景や象と触れ合えるエレファント・キャンプがあります。ゆったりとした渓谷の地形を活かした敷地には、多くの象が象使いと共に暮らしています。川に入って水浴びをする象の気持ちよさそうな姿を見たり、ショータイムでは鼻で筆を持ち、器用に絵を描く様子やサッカーなどの芸を見学することもできます。象の背に乗って川を渡り、起伏のある山道を散策できるトレッキングは少しスリリングな体験。高い象の背から眺める山の緑はとても清々しく感じられます。敷地内を巡るだけでなく、象と一緒に、1～2泊3日かけて山岳民族の村を訪ねたり、より深い森の中を歩くトレッキングコースも人気です。

写真はチェンマイ市内中心部から車で約1時間の「メータマン・エレファント・キャンプ」。約40頭の象が暮らしており、お馴染みのお絵描き象さんのショーを見られる。象をモチーフにした小物も充実。



●エレファント・キャンプDATA

Maesa Elephant Camp メーサー・エレファント・キャンプ

TEL:(053)206-247 <http://www.maesaelephantcamp.com/>
8:00～15:00 無休 料金:大人200B、子供120B、象乗り30分コース800B～
ショーは毎日3回(8:00～、9:40～、13:30～) 巻末MAP W-A-1

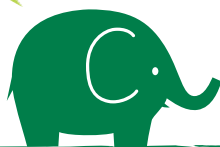
Maetaman Elephant Camp メータマン・エレファント・キャンプ

TEL:(053)297-060
8:00～16:00 無休 料金:大人200B、象乗りと筏下りセットで800B、
ショーは毎日8:00～、15:00～ 1泊2日、2泊3日のキャンプもあり

Elephant Life Experience エレファント・ライフ・エクスペリエンス

TEL:(053)872-571
9:00～17:00 無休 料金:各プログラムにより異なるため要問い合わせ

ゾウに
乗れるヨ



チェンマイ動物園&水族館

Chiang Mai Zoo & Aquarium

ドイ・ステープ山麓に造られた 見晴らしの良いレジャー施設

約300種以上もの動物が飼育され、中でも2003年から10年間の期間限定で公開されているパンダが人気です。広い園内には、133mに及ぶ水底トンネルを有するアクアリウムも併設されています。チェンマイ市街から車で約30分。●8:00~17:00 無休 料金:大人520B、子供390B(動物園&水族館)、大人450B、子供350B(水族館のみ) TEL:(053)893-111



<http://www.chiangmaizoo.com/> 巻末MAP W A-2

メーラム・オーキッド・ファーム

Mae Ram Orchid Farm

ラン王国・タイを代表する 優美で華麗なラン栽培場

メーラムにある、タイ屈指のランの栽培場兼即売場。カトレアやデンドロビウムなどもあり、生花を加工してブローチにしてくれるコーナーもあります。施設の奥には、蝶の飼育場『バタフライ・ファーム』も併設し、美しい熱帯の蝶を鑑賞できます。チェンマイ市内中心部から車で約40分。

●8:00~16:00 無休
料金:大人40B、子供20B
TEL:(053)298-801



巻末MAP W A-1

チェンマイ・ナイトサファリ

Chiang Mai Night Safari

チェンマイ屈指の一大テーマパーク

緑豊かなステープ・ブイ国立公園内にある人気のテーマパークです。園内には自然のままに、象、ライオン、ジャガーなど100種以上、約1000頭もの動物達を見ることができます。チェンマイ市街から車で約40分。●11:00~22:00 無休 料金:大人800B、子供400B TEL:(053)999-000 <http://www.chiangmainightsafari.com/> 巻末MAP W A-3



チェンマイのルーツを訪ねよう!

文化・column

ウィアン・クム・カーム遺跡

Wiang Kum Kam Remains

ランナー王朝最初首都、 かつての都を馬車で巡ろう

チェンマイの南東約5km、車で約20分のこの場所に、メンラーイ王によって築かれたランナー王朝、最初の都がありました。度重なる洪水によって、都は土砂に埋まり、何百年もの間、『ウィアン・クム・カーム』



という名前も忘れ去られていたといいます。かつての堀の中に寺院が点在し、考古学者や歴史家の調査・修復された仏塔や遺跡は、ランナー文化を今に伝える貴重な歴史遺産と言えるでしょう。

●ターワンターン区役所 TEL:(053)410-981~2 巻末MAP W B-3



民族・column

山岳民族

色鮮やかな民族衣装が印象的な 北方の山岳民族たちに会える

国境にほど近いタイの北部地方には、21部族約50万人の山岳民族が暮らしています。それぞれに独自の文化や言語、宗教、オリジナルの素晴らしい民族衣装を持ち、彼らの工芸品は北部の土産物にもなっています。代表的なのは、象の調教が上手なカレン族、美男美女が多いと言われるリス族、モン族、アカ族、ヤオ族などです。



エコツーリズムで 自然と遊ぼう



プーチーファー(チェンライ)ノラオス国境の標高1628mの切り立った断崖絶壁の山。メコン川の眺めや、日の出スポットとしても有名。チェンライから東へ約110km

タイ北部には、ドイ・インタノン国立公園、ドイ・ルアンチェンダオ国立公園、ラオス国境のメコン川エリアなど、緑豊かなトレッキングエリアが豊富です。象に乗って辺境の山々を散策したり、山岳民族の村を訪れることができ、日帰りコース、1泊～数泊コースまで、様々なツアーが用意されています。雄大な自然の中を歩くトレッキング、バードウォッチングなどのエコツアーも人気です。



ドイ・インタノン国立公園

Doi Inthanon National Park

チェンマイ市内から車で約2時間のドイ・インタノン(標高2565m)は、タイで一番高い山です。タイ有数のメーヤ滝をはじめ、多くの滝が点在しています。ヒマラヤ山脈から続く山並みの外れに位置し、山頂付近は一年中涼しく、平均気温は12度ほど。



プーチーファー(チェンライ)

Phu Chi Fa (Chiang Rai)

日の出が美しく、12～1月頃が雲海の見頃。

2 National Park & Nature つの国立公園

ドイ・ルアンチェンダオ国立公園

Doi Luang Chiang Dao National Park

チェンマイ市内から約75km、チェンダオ野生生物保護区となっている石灰岩層の山。標高2225m、馬蹄型の山は、タイで3番目の高さを誇ります。登山道は3つあり、「デンヤーカートルート」は比較的に楽なルートで、頂上まで所要約5～6時間。野鳥や蝶が生息し、高山植物の生育地として知られています。鍾乳洞のあるチェンダオ洞窟も見えます。訪問の2週間～1ヶ月前に公園管理事務所へ事前の許可申請が必要となります。TEL:(053)261-466(タイ語) FAX:(053)317-498





エコツーリズム

ツアーガイドが
プランニング



Model Course

日帰りモデルコース

ドイ・インタノン国立公園

7:00頃 ホテル出発
↓
午 前 ドイ・インタノン山頂
↓
国王と王妃の記念仏塔と植物園
↓
昼食
↓
午 後 メークラン滝
↓
ジョムトン寺院
↓
17:00頃 ホテル解散
(所要約9時間30分)

山岳民族の村とチェンダオ洞窟

8:00頃 ホテル出発
↓
午 前 オーキッドファーム(ラン園)
バタフライファーム(蝶園)見学
タイ最大級の洞窟・
チェンダオ洞窟見学
↓
昼食
↓
午 後 山岳民族の村を訪問
↓
17:00頃 ホテル解散
(所要約9時間)

※あくまでも一例ですので、詳細は各ツアー会社にお問い合わせください。

●タイ国政府観光庁エコツアー URL
<http://www.thailandtravel.or.jp/activity/ecotour.html>

〈1DAYチェンライ～日帰りモデルコース～〉

ドイ・アンカーンはチェンマイ市内より約157km、タイで最初に王室によるロイヤルプロジェクトが立ち上げられた地です。広い庭園には盆栽やバラ園、茶畑などがあり、大自然溢れるリゾート地として人気。また、サイクリングやバードウォッチングなどのアクティビティを楽しむこともできます。



ドイ・アンカーン(チェンマイ)

Doi Angkhang (Chiang Mai)



原生林の木から木へ、ターザンロープを伝いながら空中散策を楽しめる「フライト・オブ・ザ・ギボン」(写真上)でのスリリングな体験や、山歩きなどを楽しみたい。

●申し込みは
日本語の通じる現地主要旅行会社まで

〈チェンマイ〉

Bonus Smile Tour ボーナスマイルツアー
 TEL:(053)207-126
<http://www.bonussmiletour.com/>

Nara Tour ナラツアー
 インベリアルメービンホテル支店
 TEL:(053)206-708
<http://www.naratour.co.th/>

Ranvel Tour ランベルツアー
 スリドンチャイ支店 TEL:(053)819-255
 フアイケーオ支店 TEL:(053)894-199
<http://www.ranveltour.com/>

ワット・ロンクン(Wat Rong Khun)／チェンライ出身のアーティストのチャンルーンチャイ・コーシビバット氏が仏教や神話をモチーフにデザインした白亜の寺院
●チェンライ市街から約14km



Chiang Rai

チェンマイから北へ約180km。チェンライは1262年にメンラーイ王の手で開かれました。静かな佇まいの中に寺院や美しい庭園などが点在し、心を和ませてくれます。また、タイ・ラオス・ミャンマーの3国の国境が接するゴールデン・トライアングルなど魅力的なスポットへも足をのびしてみましょう。



ホール・オブ・オピウム・ゴールデン・トライアングル

Hall of Opium Golden Triangle Park

アヘン交易の歴史を今に伝える

2001年、ゴールデン・トライアングル近くにアヘンの怖さを伝えるミュージアムが設立されました。アヘンの栽培過程などの写真パネル、資料を通して、ゴールデン・トライアングルの歴史を知ることができます。



●8:30～16:00 月休 料金:200B
TEL:(053)784-444

ドイ・メーサロン

Doi Mae Salong

北部の暮らしが残る美しい村

山頂の標高1600mの地点には、宿泊施設や美しい庭園などを備えたメーサロン・リゾートがあり、涼しい気候と壮大な山岳地帯の眺望が人気を集めています。村の周辺にはアカ族・ラフ族・リス族の村があり、独自の衣装を着た人々を目にすることもできます。チェンライ市街から約70km。



ワット・プラ・ケオ

Wat Phra Kaew

バンコクのエメラルド仏の故郷として知られる名利

バンコクのワット・プラ・ケオにある有名なエメラルド仏は、1436年にこの寺で発見されました。その後、エメラルド仏はランパーンやチェンマイなどを点々と流され、ラマ1世によりバンコクへ移されたと言われています。現在は信者の寄進によって1991年に奉納された新しいエメラルド仏が安置されています。チェンライ市内中心部より車で約5分。●早朝～18:00頃 拝観自由



ワット・プラタート・ドイ・トゥン

Wat Phrathat Doi Tung

山頂にあでやかな姿を見せる10世紀に建立された寺院

標高2000mのトゥン山の頂上の寺院は、まだタイ王国が建国される以前の10世紀に建立されました。仏陀の骨が納められていると言われる舎舎利塔が見事です。寺院の周囲には大小いくつもの鐘が吊され、信者たちは願いを込めながら鳴らしています。チェンライ市街から約60km。●早朝～18:00頃 拝観自由 TEL:(053) 767-061



ゴールデン・トライアングル

Golden Triangle

3国の国境が接する人気の観光スポット

タイとラオスを隔てるメコン川と、タイとミャンマーを隔てるルアック川が合流し、この3国が国境を接する地帯をゴールデン・トライアングル(黄金の三角地帯)と呼びます。3国が国境を接するポイントを見下ろせる展望台もあります。



●アクセス: ゴールデン・トライアングルへは、チェンマイ市内からチェンライまでバスを利用。チェンライから、チェンセン行きのバスに乗り換え、約1時間

メーサイ

Mae Sai

対岸にミャンマーを眺める賑やかな国境の街

メーサイは、タイ最北端の街です。唯一、ミャンマーと陸路で結ばれていて、両国の人々や物資が賑やかに行き交い、活気を見せています。サーイ川に架かる橋を渡ると、ミャンマーのターキレックに到着しますが、外国人は手続きが必要です。国境地点が封鎖されることもあり、流動的な状況ですので事前の確認が必要です。●アクセス: チェンライからメーサイはバスで約1時間30分



チェンセン

Chiang Saen

メコン川交易の核となる波乱の歴史を刻んだ古都

チェンセンは1327年、チェンセン王国の首都として建設されました。その後、歴史の中で盛衰を繰り返してきましたが、現在はメコン川再開発に伴い、ラオス・ミャンマーなどとの交易の玄関口として注目を集めています。博物館などを擁する静かな街は、観光地として人気のスポットになっています。

●アクセス: チェンライからはバスで約1時間



メーファー・ルアン・ガーデン

Mae Fa Luang Garden

皇太后の造成による艶やかなフラワーガーデン

北部の開発推進計画の一部として、皇太后が造成を推進したフラワーガーデン。園内の華やかなイギリス式庭園のほか、ランの栽培も盛んに行われていて、年中鮮やかな姿を見せてくれます。チェンライ市街から車で約1時間。



●8:00～18:00 無休 料金:90B TEL:(053) 767-015～17



Mae Hong Son

メーホンソーンはチェンマイの北西130kmにあり、ミャンマーとの国境にほど近い山あいの小さな街です。住民の約40%がミャンマーから入ってきたシャン族であるため、人々の生活にもその影響が強く出ています。また、観光名所となる二つの寺院もタイの建築様式とは異なったビルマ建築の繊細さを留めています。山に囲まれているだけに霧が多く発生し、乾季の朝には街全体が霧に包まれた幻想的な雰囲気になります。



ワット・チョン・克蘭&ワット・チョン・カム

Wat Chong Klang & Wat Chong Kham

双子のようにたたずむミャンマー様式の寺院

街の南東部にあるチョン・カム池の畔に双子のようにたたずむ寺院で、写真右が「ワット・チョン・克蘭」、左が「ワット・チョン・カム」です。何層にも重な



り合った屋根には美しい銀色の装飾が施されています。メーホンソーン市内中心部から車で約10分。

●早朝～18:00頃 拝観自由 TEL:(053)611-352

ワット・プラタート・ドイ・コンムー

Wat Phra That Doi Kong Mu

眼下に街が見下ろせる メーホンソーンのランドマーク

標高600mのコン・ムー山の頂上に建つ寺院。東を見ればメーホンソーンの街並みや空港の滑走路が、西方向にはミャンマーの街並みが見下ろせ、眺望の美しさは抜群。白亜の仏塔は、タイとミャンマーの混合スタイルです。メーホンソーン市内中心部から車で約20分。●早朝～18:00頃 拝観自由 TEL:(053)620-680、(081)026-4544





Pai

メーホンソーン県内で、7つの町からなる山間の小さな町・パイは、チェンマイとメーホンソーンを結ぶバスの休憩地として知られています。気温は、タイ中部の都市より4～5度ほど低く、一年を通して過ごしやすい避暑地として、また、タイ映画のロケ地にもなっているのんびりとした雰囲気が相まって、近年、ヨーロッパをはじめとする多くの観光客たちの注目を集めています。12月～2月には、霧が立ちこめる景色も見られ、一層賑わいを見せます。また、リス族、ラフ族などの少数民族の村が点在していることから、民族の伝統文化に触れることもできます。



A



B



C



D

A B トレッキング、エコツアーも人気 C D 外国人向けの店も多く、観光客で賑わう

●パイへのアクセス

■空港

チェンマイからカン・エアーで1日約1-2便(所要時間約25分)
<https://www.kanairlines.com>

■バス/ロットゥー(9人乗りのバン)

チェンマイ、またはメーホンソーンからバス/ロットゥー
 (チェンマイはアーケードバスターミナル、メーホンソーンは市内のバスターミナルから乗車)

チェンマイ→パイ→メーホンソーン(※ロットゥー)

出発時刻：6:30～17:30の間1時間毎に約1本

料金：約200バーツ～ 所要時間：約3時間

Prempracha Transport TEL: +66-53-492-999

<http://premprachatransports.com/home/>





Lamphun

ランプーンは、11世紀頃、モーン族によってハリブンチャイ王国が築かれ、13世紀後半、ランナー・タイ王国に吸収されました。古い石垣が残り、街の至る所にラムヤイ(龍眼)の木が見られます。8月にはラムヤイ祭りが行われる他、5月には寺院でお祈りするのためのソンナム・ブラタート・ハリブンチャイという行事も行われます。



ワット・プラ・タート・ハリブンチャイ

Wat Phrathat Hariphunchai

黄金のチェディがきらめく格式ある寺院

1108年、メンライ王が建立した寺院です。重要な歴史的建造物である高さ46mもの黄金のチェディと、大きな青銅のドラを吊した赤い御堂も必見です。寺院の向かいには、ハリブンチャイ様式の仏像などを展示した「ハリブンチャイ博物館」があります。ランプーン市内中心部。●6:00～18:00 拝観自由 TEL:(053)31-1104 ハリブンチャイ国立博物館は、9:00～16:00、月・火・祝日休館、料金:100B



ワット・チャマ・ティーウィー

Wat Cham Thewi

高さ21mの多層式石造のチェディが美しい

通称ワット・クードットと呼ばれ、仏歴1298(西暦755)年にラヴォー様式で創建。インドのビハール州にある仏教の聖地ブッタガヤのチェディに似た正方形のチェディは、周囲に60もの仏像が納められ、チャマ・ティーウィー王妃の遺骨が祀られています。ランプーン市内中心部より車で約10分。

●8:00～18:00 拝観自由
TEL:(053)511-149





Lampang

モン族によって開かれたのち、長きに渡ってハリブンチャイ王国、ランナー・タイ王国の支配下に置かれました。その後ビルマ軍に侵略されたため、街はランナー・タイとビルマの両文化が色濃く残っています。花馬車に乗って、古い街並みをひと巡りするのもいいでしょう。

ワット・プラケオ・ドーン・タオ

Wat Phra Kaew Don Tao

ランナー時代の古代遺物を展示した博物館も併設

バンコクにあるワット・プラケオのエメラルド仏を安置していたこともある寺院。ハリブンチャイ様式の仏塔やビルマ風の屋根や壁のモザイク装飾などが見どころです。このほか、ランナー・タイ様式のチェディが20基も並ぶ「ワット・プラ・チェディ・サオ・ラーン」を訪ねるのもおすすめです。市内中心部から車で約5分。

●8:00～18:00 拝観自由 TEL:(054)218-154



タイ象保護センター/子象トレーニングセンター

Thai Elephant Conservation Center

象と共存する国タイならではの保護施設を見学できる

農作業などでケガを負って働けなくなった象の保護センターがあり、水浴びの様子や象のショーを見学できます。敷地内には、支援団体による世界唯一の象の病院や象使いになるための調教センターがあります。チェンマイから約70km。●8:30～16:30、象乗り体験8:00～15:30、象のショー 10:00～、11:00～、13:30～、象の水浴び9:40～、13:10～ 料金：大人80B、子供40B（身長135cm以下）TEL:(054)829-333 <http://www.thaielephant.org/>



Annual Events

フェスティバル&イベント

タイの人々はお祭り好き。特に北部地方では例年多くの祭りが開催されます。仏教や主要産業など生活に深く根付いたものがほとんどで、それだけに人々は特別な思い入れを持って祭りの日を迎えます。華麗な民族衣装やファンタジックなパレードなど、そのスタイルも多彩です。

ボーサーン傘祭り& サンカンペン工芸品フェスティバル

Bo Sang Umbrella Fair & Sankampaeng Handicraft Festival

● 1月中旬

日傘の名産地として知られるボーサーンで開催されます。色鮮やかな傘のコンテストや展示会、手工芸品の販売、ミス・ボーサーンの選出など、盛り沢山の内容で賑わいます。



チェンマイ花祭り 2月初旬の週末 ●

Flower Festival

熱帯・温帯の花が満開になる時期に合わせて開催されます。色鮮やかなフロート(山車)によるパレードや、博覧会などで盛り上がる、チェンマイで人気の花祭りです。



3月下旬~4月上旬 ●

ポイ・サン・ロン

Poi Sang Long

メーホンソーンで行われる宗教儀式です。シャン族の6~7歳の男子を美しく着飾らせ、大人が肩車して街を練り歩くというもの。最後にワット・プラート・ドイ・コンムーで得度をします。



毎年4月13日~15日

ソングラン祭り ● (水かけ祭り)

Songkran Festival

タイの旧暦の正月を祝って行われる祭りです。特にチェンマイは熱狂的。パレードの他、水かけ合戦が有名で、街のあちこちで盛り上がっています。観光客の参加も大歓迎です。



10~11月

チェンマイ・イーペン祭り

Chiang Mai Yeepeng Festival

タイでは、毎年陰暦12月(新暦10月~11月頃)の満月の夜、川の恵みへの感謝の気持ちを表し、自らに宿る穢れを濯ぐため、ロウソク、線香、花などで美しく飾られた、たくさんのクラトン(灯籠)を川に流す「ロイクラトン」と呼ばれるお祭りが全国各地で行われます。チェンマイのロイクラトン祭りは、ランナー王朝として栄えたタイ北部の方言で「イーペン」(「イー=2(数字)」、「ペン=月」と呼ばれ、かつては「イーベン」を意味する2月に開催されていた。毎年10~11月頃に開催される現在も、ピン川を流れるクラトン(灯籠)が川面に浮かんだ天の川のように幻想的で、タイで

最も美しいお祭りとして有名です。また、お祭りのメインは美しい山車(フロート)のパレードで、美しく飾られたクラトンを模した数十基のフロートが街を優雅にゆく様子は、チェンマイで見ることのできない光景で観光客にも人気です。詳しくは、公式ウェブサイトのイベントページをご覧ください。

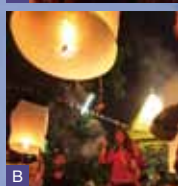
参考: イベントハイライトは満月の前日に行われるランタン山車のパレード、

満月当日(ロイクラトン当日)のミニクラトン山車のパレード、満月翌日の巨大クラトン山車のパレードと3日間に渡って美しいパレードをご覧頂けます。



お問い合わせ先:
TATチェンマイ
TEL:(053)248-604 ※英語可
チェンマイ県庁 TEL:(053)245-032
または(053)233-178 ※タイ語のみ

イーペン・サンサーイ & イーペン・ランナー・インターナショナル Yeepeng Sansai & Yeepeng Lanna International



チェンマイ・イーペン祭り (ロイクラトン祭り)

Chiang Mai Yeepeng Festival
(Loi krathong Festival)

10月～11月

罪を洗い清めるため、バナナの葉で作った「クラトン」という灯籠にろうそくや花などをのせ、満月の下でそれを川に流すという祭りです。美しいフロート(山車)のパレードも見どころです。

ピン川へ流すクラトン(灯籠)は街中で買うことができる



ブアトーン祭り

Mexican Sunflower Blooming Season

11月下旬～12月上旬

11月下旬頃からメーホンソーン周辺で咲き誇るブアトンの花にちなんで行われます。別名「メキシコヒマワリ」と呼ばれる黄色いコスモスのような花が山一面に咲き誇り、多くの屋台や人々が出て賑わいを見せます。



くす筆舌に尽くしがたいその迫力と美しさは必見です。イーペン・ランナー・インターナショナルは、イーペン・サンサーイ祭りと同内容のセレモニーで、外国人旅行者が北部タイやランナーの伝統文化に親しめるフェスティバルとして新たに開催。英語MCによる進行でランナーの伝統文化のパフォーマンスが披露され、何万ものコムローイ(熱気球)を空に放つ圧巻の光景もご堪能いただけます。参加費が必要になりますので、詳しくは下記ウェブサイトをご参照ください。

<http://pitchiangmai.com/>

【A】チェンマイ旧市街地より車で約30分のサンサーイ地区にあるメージョー大学の敷地内で行われている「イーペン・サンサーイ」。何万ものコムローイ(熱気球)が夜空に舞い上がる光景は感動必至 【B】ピン川そば、ワット・チャイ・モンコン前でたくさんのコムローイが上げられる 【C】僧侶による読経 【D】街中に飾り付けられた色とりどりのランタンが美しい

※コムローイの打ち上げは、通常新暦10月～11月頃の満月の日(ロイクラトン当日)と12月31日の2日間のみ許可されますが、年により変更の場合がございますので、事前に上記のURLよりご確認ください。また、現地の事情により予告なく変更又は中止する場合があります。予めご了承ください。



12月～2月

チェンライン花祭り & 公園内の音楽イベント

Chiang Rai Flower Festival & Music in the Park

チェンライン市内 Tung and Khom Parkの公園内でユリやチューリップ、ダリアなど色とりどりの花が植えられ、昼間はもちろん、夜のライトに照らし出された花やイルミネーションの美しさは幻想的で、満開の花とその香りに圧倒されるお祭りです。有名歌手のコンサートなども開催されます

● イベントに関する詳細は
<http://www.thailandtravel.or.jp/search/event/>
<http://www.thaifest.org/en>

Activity
アクティビティ



チェンマイやチェンライは市街から車で小1時間も走れば、そこはもう大自然の宝庫。象の背中に揺られてジャングルを行くエレファント・トレッキングやラフティングなど、自然を謳歌できるアクティビティが充実しています。街の散策と併せて、北部観光の醍醐味を満喫してください。

●表記のない施設は英語での申し込みになります



Golf ゴルフ



チェンマイをはじめ、山々に囲まれた北部地方は、豊かな起伏を活かしたコースが充実。混雑もなく、山岳地帯ならではの爽やかな気候と自然に囲まれて、日本よりも低料金でプレイできるのが魅力です。ビギナーから上級者まで、タイでのゴルフライフをお楽しみ下さい。

●申し込みは

Alpine Golf Resort Chiang Mai アルパイン・ゴルフリゾート・チェンマイ
TEL:(053)880-888 <http://www.alpinegolfresort.com/> 巻末MAP W C-3

Summit Green Valley Chiang Mai Country Club
サミット・グリーンバレー・チェンマイ・カントリークラブ
TEL:(053)298-222 <http://summitgreenvally.com/> 巻末MAP W B-1

Chiang Mai High Land Golf & Spa Resort
チェンマイ・ハイランド・ゴルフ&スパリゾート
TEL:(053)261-354~9 <http://www.chiangmaihighlands.com/>

Chiang Mai Inthanon Golf Natural & Resort
チェンマイ・インタノン・ゴルフ・ナチュラル&リゾート
TEL:(053)267-115 <http://www.chiangmainthanongolfresort.com>

Gassan Khuntan Golf & Resort ガッサン・クンタン・ゴルフ&リゾート
TEL:(053)507-006~8 <http://gassangolf.com/gassan/html/index.html>

Lanna Golf Course ランナー・ゴルフ・コース
TEL:(053)221-911 巻末MAP W B-2

Maejo Golf Club & Resort メージョー・ゴルフクラブ&リゾート
TEL:(053)354-431~2 <http://maejogolfclub.com/> 巻末MAP W B-1

The Royal Chiang Mai Golf Resort ザ・ロイヤル・チェンマイ・ゴルフ・リゾート
TEL:(053)849-301~6 <http://www.royalchiangmai.com/>

アドベンチャー・ツアー Adventure Tour

マウンテンバイクでのサイクリングの後、エレファントライドやゴムボートでのラフティング。山岳民族の村訪問なども楽しめて、北部地方のネイチャー体験を一気に凝縮した魅力溢れるツアーです。

●申し込みは現地主要旅行会社まで

Contact Travel (Active Thailand) コンタクト・トラベル(アクティブ・タイランド)
TEL:(053)850-160 <http://www.activethailand.com>

The Peak Adventure Tour ザ・ピーク・アドベンチャーツアー
TEL:(053)800-567 <http://www.thepeakadventure.com>

『チェンマイゴルフフェスティバル』開催情報は下記へ。
<http://www.chiangmaigolffestival.org/>



Elephant Trekking エレファント・トレッキング

象の調教ができるカレン族の村で象に乗り、山を分け入ったり川を渡りながら大自然と戯れる1日ツアーなどが人気です。カレン族の村から他の山岳少数民族の村を訪問するツアーもあります。

●申し込みは現地主要旅行会社まで

Northern Smile Travel ノーザン・スマイル・トラベル

TEL:(053)449-560 <http://www.northernsmiletravel.com>

Thai Elephants Home Stay タイ・エレファンツ・ホームステイ

TEL:(053)233-358

■ツアーのお合わせ先(日本語の通じる現地旅行会社)

Bonus Smile Tour ボーナスマイルツアー

TEL:(053)207-126 <http://www.bonussmiletour.com/>

Nara Tour ナラツアー

インペリアルメービンホテル支店 TEL:(053)206-708 <http://www.naratour.co.th/>

Ranvel Tour ランベルツアー

スリドンチャイ支店 TEL:(053)819-255

ファイケーオ支店 TEL:(053)894-199

<http://www.ranveltour.com/>



Rafting ラフティング

象に乗ってのんびり川に入った後、筏に乗り換えて川下りを楽しみましょう。ゆるやかな流れに揺られながら、緑が薫り立つようなジャングルの中を行けば、日本では見られない珍しい花に遭遇できるチャンスもあります。

●申し込みは

Chiang Mai Adventure チェンマイ・アドベンチャー

TEL:(053)283-695 www.cmadventure.com



M.T.B. マウンテンバイク

特にアウトドア派の方におすすめしたいのが、このマウンテンバイクです。緩やかなアップダウンのある道をするのも爽快です。走りやすい道を行き、スタッフが最後尾に付くので初心者も安心です。

●申し込みは

Chiang Mai Mountain Biking チェンマイ・マウンテン・バイキング

TEL:081-024-7046 <http://www.mountainbikingchiangmai.com>



Ping River Cruise ピン川クルーズ

チェンマイを南北に流れるピン川をゆったりと下るクルーズです。デイ・クルーズは約1時間30分。季節のフレッシュな果実を食べながら川下りを楽しんだ後で、沿岸の農家を訪問して日常生活を見学することもできます。スペシャルカクテルを飲みながらのナイトクルーズは約1時間。

●申し込みは

乗船場は 巻末MAP D-4

Scorpion Tailed River Cruise スコーピン・テイルド・リパークルーズ

TEL:(081)960-9398 <http://www.scorpiontailed.com>

Mae Ping River Cruise メーピン・リパークルーズ

TEL:(053)274-822 <http://www.maepringrivercruise.com/>

Dining ダイニング



タイ料理は一概に「辛い」というイメージがありますが、北部地方の料理はタイの中で比較的マイルドです。国境に近いこともあって、ミャンマーや中国雲南省の影響を色濃く受けたと考えられるものも多く、料理からそれぞれの文化を感じることができます。



カオソーイ



Restaurant レストラン

タイ・フード

Antique House 巻末MAP C-D-4
(アンティーク・ハウス)
71 Charoen Phatthet Rd., TEL:(053)276-810

Comedara(カムダラ) 巻末MAP C-A-1
193 Charoenraj Rd., TEL:(053)248-751

Good View(グッド・ビュー) 巻末MAP C-B-2
13 Charoenraj Rd., TEL:(053)241-866
<http://www.goodview.co.th>

Hong Taew Inn 巻末MAP N 詳細①
(ホン・テウ・イン)
95/17-18 Moo 2, Nimmanhaemin Rd.,
TEL:(053)218-333

Khao Soy Lamduang
(カオソーイ・ラム・ドゥアン) 巻末MAP C-D-2
352/22 Charoenraj Rd., TEL:(053)243-519

Le Grand Lanna 巻末MAP W-B-2
(ル・グラン・ランナー)
51/4 Chiang Mai -Sankampaeng Rd.,
TEL:(053)888-888
<http://www.dharadhevi.com/>

Ruen Come-in 巻末MAP C-B-1
(ルアン・カムイン)
79/3 Sirithron Rd., Changphuek,

TEL:(053)212-516
<http://www.ruencomein.com/>

The Gallery 巻末MAP C-B-2
(ザ・ギャラリー)
25-29 Charoenraj Rd.,
TEL:(053)248-601~2

The Whole Earth 巻末MAP C-D-4
(ザ・ホール・アース)
88 Sridonchai Rd., A.Muang, TEL:(053)282-463
<http://www.wholeearthrestaurant.com/>

Saiua Mengrai 巻末MAP C-D-6
(サイウア・メンライ)
322 Chiang Mai-Lamphun Rd.,
TEL:(053)141-620
<http://www.thaisausage.com/>

W by Wanlamun 巻末MAP C-D-3
(ダブルユー・バイ・ワンラムン)
1 Chang Moi Rd., Soi 2, TEL:(053)232-328
<http://www.wanlamun.com/>

カントーク

Khum Kantoke 巻末MAP C-F-2
(クム・カントーク)
139 Moo 4, Nong Pakrung,
TEL:(053)304-121 <http://khantoke.com>

Old Chang Mai Cultural Center
(オールド・チェンマイ・カルチュラル・センター)
巻末MAP C-B-5
185/3 Wualai Rd., TEL:(053)202-993
<http://www.oldchiangmai.com>

インターナショナル

Jasmine 巻末MAP C-D-4
(ジャスミン/中華)
Royal Princess Hotel, 112 Chang Klan Rd.,
TEL:(053)253-900
<http://www.royalprincess-chiangmai.com/>

Le Coqd'Or 巻末MAP C-D-6
(ル・コックド・オー/フレンチ)
11 soi 2 Kohklang Rd., Nonghoi
TEL:(053)141-555
<http://www.lecoqdorrestaurant.com/en/>



サンカンペーンの工房めぐり

チェンマイをはじめとする北部地方には、手先の器用な民族性を生かした質の高い、伝統的な手工芸技術が今も受け継がれています。特にタイシルクやコットン、木彫り、漆器、陶磁器、銀製品などが有名で、その多くはチェンマイ中心部から車で約30分のサンカンペーンで作られています。「ポーサーン・アンブレラ・メイキング・センター」や、銀製品、セラドン焼、タイシルクの工房では、制作工程を見学することができます。

巻末MAP

Sankampaeng

Baan Celadon (バーン・セラドン)

7 Moo 3, Chiang Mai-Sankampaeng Rd.,
TEL: (053) 338-288
<http://www.baan-celadon.com/>

Bo Sang Umbrella Making Center (ポーサーン・アンブレラ・メイキング・センター)

280/1 Bo Sang Rd., Ton Pao, Sankampaeng,
TEL: (053) 338-648 ~ 9
<http://www.handmade-umbrella.com/site/>

Cotton Chic by Huan Fai Dai Ngam (コットン・シック・バイ・フアン・ファイ・ダイ・ンガム)

145/2 Moo 3, Chiangmai-Sankampaeng Rd.,
TEL: (053) 960-314

P Collection (ピー・コレクション)

120/33 Moo 3, Chiangmai-Sankampaeng Rd.,
TEL: (053) 339-351
<http://www.pcollection.com/>

Shinawatra Thai Silk (シナワトラ・タイ・シルク)

145/1-2 Chiang Mai-Sankampaeng Rd.,
TEL: (053) 221-076

Siam Celadon (サイアム・セラドン)

38 Moo 10 Chiang Mai-Sankampaeng Rd.,
TEL: (053) 331-526
<http://www.siamceladon.com>

Market

チェンマイのマーケット

チェンマイ市内には代表的なワローロット市場、ソンペット市場など、いくつかのマーケットがあり、地元ならではの生活用品や食料品が豊富に揃います。値段交渉次第でお得に買える、ナイトバザールや週末のマーケットで掘り出し物を見つけるのも楽しみの一つです。

サンデーマーケット 巻MAP C-3

毎週日曜、昼過ぎから深夜まで、ラチャダムヌン通り(城壁東側のターペー門からワット・ブラ・シンの旧市街まで約1km)に多数の露店が並ぶ一大マーケット。ターペー門内のラチャダムヌン通りは歩行者天国になります。

サタデーマーケット 巻MAP B-5~C-4

毎週土曜、チェンマイ門の西側、ウアライ通りに手工芸品や雑貨などの露店が並びます。ジューススタンド、足ツボマッサージができる露店が賑わいを見せます。

ナイトバザール

[チェンマイ] 巻MAP D-4

夕方6時頃になると、チャンクラン通りに地元の新進アーティストの工芸品や、山岳少数民族による色鮮やかなテキスタイルなどの屋台が並んでいます。買いたい物が決まったら必ず交渉してみましょう。路地を少し入ればタイ料理やシーフードを食べられる屋台やレストランも充実しています。

[チェンライ] MAP-P13

チェンライでもバスターミナル周辺では、毎晩23時近くまでナイトバザールが行われています。山岳民族が手がける織物やポーチなどの工芸品はチェンマイよりも多種多様。屋外のフードコートもあり、庶民的なタイ料理を味わえます。



Sunday Market



Saturday Market



Night Bazaar

OTOP

One Tambon One Product

タイー村一品(OTOP)

<http://www.thaitambon.com>



北部地方の名産品といえば、色鮮やかな日傘が有名です。日傘の一大生産地・ポーサーンでは、1月に盛大な傘祭りも行われています。少数山岳民族による刺繍や銀製品、漆器、木彫りなど、数多くの工芸品が生産されています。ウアライ通りからチェンマイ門に至るまでのエリアに多数のショップがあり、モダンデザインを取り入れたセレクトショップも増えています。また、チェンマイ市内中心部から車で約30分の「Baan Tawai工芸村」はぜひとも訪れてみたい場所。約70店もの工芸ショップが集まり、木工芸作家達

の作業風景を見ることもできます。製造直売だけに比較的安価で購入できるのも魅力的です。タイ政府が特産品を生かした地域振興策として進めているのが一村一品のプロジェクトです。全国に7,000近くある「行政村(Tambon)」を単位として「一品」を開発するこの運動-One Tambon One Product in Thailand-により、「タイ各地の職人の技」「先祖代々受け継がれた伝統」「その地に産する素材」「その地の気候」-これらが渾然一体となって産み出された一品を手にすることができるようになりました。

チェンマイで買いたい！ 伝統工芸からファッションアイテムまで

チェンマイには、バンコクはもちろん、世界のバイヤーが買い付けに来る工房直営店や、タイのデザイナーが手がけるファッション、小物まで幅広く揃っています。シルク、シルバーなどの伝統工芸品をはじめ、フォークロアティストを現代風にアレンジした小物、アーティストのギャラリーグッズなど、チェンマイならではのショッピングが楽しめます。



Thai Silk & Cotton



Silver

【A】カレン族の伝統技術を活かしたデザインが人気／ソップ・ムーイ・アーツ 【B】養蚕からシルク加工まで手がけるタイシルクのお舗ブランド「ヴィラ・チニ」。ポーチャや写真立てなどの小物も豊富 【C】大小様々なサイズのタイシルクやコットンショール。比較的安価で買えるのでおみやげにも 【D】少数山岳民族の手作り小物やアクセサリー／シップソーン・パンナー・シルバー 【E】サンカンペーンの工房では職人手作りの銀製品が多数ある

Charoenraj Rd (チャロエンラート通り／ピン川沿い)

La Luna Gallery 巻末MAP【B】B-1
(ラルナ・ギャラリー)
190 Charoenraj Rd.,
TEL: (053) 306-678

Sop Moei Arts 巻末MAP【B】B-1
(ソップ・ムーイ・アーツ)
150/10 Charoenraj Rd.,
TEL: (053) 306-123
<http://www.sopmoeiarts.com>

The Gallery (ザ・ギャラリー) 巻末MAP【B】B-2
25-27-29 Charoenraj Rd.,
TEL: (053) 248-601～2
<http://www.thegallery-restaurant.com>

Vila Cini (ヴィラ・チニ) 巻末MAP【B】B-2
30 Charoenraj Rd.,
TEL: (053) 246-246
<http://www.vilacini.com/>

Nimmanhaemin Rd (ニンマンヘーミン通り)

Chabaa (チャバー) 巻末MAP【A】A-2
14/32 Nimman Promenard, Soi 4 Nimmanhaemin Rd.,
TEL: (053) 221-824

Gerard Collection 巻末MAP【N】詳細①
(ジェラード・コレクション)
6/23-24 Nimmanhaemin Rd.,
TEL: (053) 220-604
<http://www.thaibambooboo.com>

Gong Dee Gallery 巻末MAP【N】詳細①
(ゴンディー・ギャラリー)
Nimmanhaemin Rd., Soi 1, No.30
TEL: (053) 225-032
<http://gongdee.com>

Studio Naenna 巻末MAP【N】詳細①
(スタジオ・ネンナー)
22 Soi 1 Nimmanhaeminda Rd., T. Suthep,
TEL: (053) 895-136
<http://www.studio-naenna.com/>

Sipsong Panna Silver (シップソーン・パンナー・シルバー)

巻末MAP【N】詳細①

95/19 Nimmanhaemin Rd.,
TEL: (053) 216-096

Srisan Panmai 巻末MAP【N】詳細①
(シーサン・パンマイ)
6 Soi 1, Nimmanhaemin Rd.,
TEL: (053) 894-717

Suriyan Chandra 巻末MAP【C】A-3
(スリヤン・チャンドラ)
7 Soi, Siri Mangkhalajan 11,
(Behind Nimmanhaemin Soi 17)
TEL: (053) 212-777

Wit's Collection 巻末MAP【B】B-1
(ウィッツ・コレクション)
12 Soi 3, Nimmanhaemin Rd.,
TEL: (053) 217-544



F



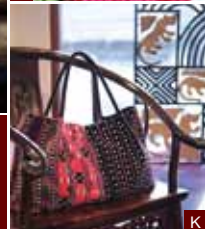
G



F G H チェンマイに伝わり、多数の工房を構える「セラドン焼き」。本来は、青磁色(英語名: セラドン)が主流だが、紫や赤といった鮮やかな色合いも増えている。サンカンペーンの工房他、セレクトショップやギャラリーで買える



I



J

Folklore Fashion

I J K 北部地方には今も多く、山岳民族が暮らし、手工芸品を手がけている。伝統的な民族の文様、ヴィヴィッドな色合わせを受け継ぎながら、現代のファッションに合う洋服や小物にアレンジする若手アーティストの作品を探すのも楽しい



Accessory & Stationary

L



M



Q



N



O

L 北部地方ではペーパークラフトも盛んに行われている。カードやノートなどおみやげに最適 **M N** 天然石や流行を意識したアクセサリ。ニンマンヘミン・プロムナードには注目の若手ショップが多い **O** ハンドクラフトの代表格・竹細工 **P** 絵画やアーティストグッズを扱うラ・ルナ・ギャラリー **Q R** ヨーロッパテイストのインテリアや小物が揃うウィッツ・コレクション



P

Gallery & Interior



R

Other Area(その他のエリア)

Herb Basics 巻末MAP **C-3**
(ハーブ・ベーシックス)

344 Tapae Rd., T.Chang Moi, A.Muang,
TEL: (053) 234-585
<http://herbbasicschiangmai.com/>

JJ(Jing Jai) Market Chiang Mai

(JJマーケット・チェンマイ) 巻末MAP **C-1**
45 Assadathon Rd.,
TEL: (053) 231-520~9
<http://www.jjchiangmai.com>



Mengrai Kilns 巻末MAP **C-B-4**
(メンライ・キルン)

79/2 Arak Rd., Samlan6
T.Pharsingh A.Muang
TEL: (053) 272-063
<http://www.mengraikilns.com>

Ginger b2b 巻末MAP **W-B-3**
(ジンジャー b2b)

61/4 Moo12 T. Thawangthan, A. Sarapee,
TEL: (053) 124-283
<http://gingerb2b.com/>

ショップリスト Shop in Chiang Mai

Department Store
(デパート)

Central Airport Plaza
Chiang Mai 巻末MAP **C-B-6**

(セントラル・エアポート・プラザ・チェンマイ)
2 Mahidol Rd., TEL: (053) 999-199
<http://www.centralplaza.co.th/about.aspx>

Central Kad Suan Kaew
Shopping Center 巻末MAP **C-B-2**

(セントラル・カドスアンケーオ・ショッピングセンター)
21 Huay Kaew Rd., TEL: (053) 224-444
<http://www.kadsuankaew.co.th/>

Mee Chok Plaza 巻末MAP **W-B-2**
(ミーチョーク・プラザ)

206/8, Chiang Mai Somphot Rd.,
TEL: (053) 230-370
<http://www.meechokplaza.com/>

Spa & Massage

スパ&マッサージ

チェンマイは、タイのオリジナルハーブを使ったアロマオイルやハーブボールのマッサージやエステが充実しています。一軒家のスパからホテルリゾート内のスパなど、様々なスパをお楽しみ下さい。



Spa & Massage

Cheevaspa

(シーワスバ) 巻末MAP B-2

Tel: (053)-405-129

4/2 Hussadhisewee Rd.,

<http://www.cheevaspa.com/>

Ban Sabai

(バン・サバイ) 巻末MAP B-2

219 Moo 9 San Pee Sua,

TEL: (053) 854-778

<http://www.bansabaivillage.com>

Let's Relax

(レッツ・リラックス) 巻末MAP D-4

145/28-30 Chang Klan Rd.,

Chiang Mai Pavilion (Night Bazaar)

TEL: (053) 818-498

<http://www.letsrelaxspa.com>

Chana Massage & Spa

(チャナ・マッサージ&スパ) 巻末MAP B-2

5/4 Soi 5, Nimmanhaemin Rd.,

TEL: (086) 074-6767

<http://www.chanaspa.com>

Oasis Spa Lanna

(オアシス・スパ・ランナー) 巻末MAP A-3

4 Samlan Rd., Prasing,

TEL: (053) 920-111 (コールセンター)

<http://www.chiangmaioasis.com>

Rarin Jinda Wellness Spa Resort

(ラリン・ジнда・ウェルネス・スパ・リゾート)

巻末MAP B-3

1,14 Charoenraj Rd., T.Wat Kate,

TEL: (053) 247-000

<http://www.rarinjinda.com>

Siam Spa

(サイアム・スパ) 巻末MAP A-2

3rd Fl. Hillside Plaza Condotel 4,

50/107-108 Huay Kaew Rd.,

TEL: (053) 404-451

<http://www.siam-spa.com/>

Sinativa Spa Club

(シナティヴァ・スパ・クラブ) 巻末MAP E-6

14/5 Chiangmai-Lamphun Rd., Soi 7, T. Wat Ket M,

TEL: (053) 800-788

<http://www.sinativaspacub.com/>

The Lanna Come Spa

(ザ・ランナー・カム・スパ) 巻末MAP D-4

88/4 Sridonchai Rd., Chang Klan, Muang,

TEL: (053) 274-377

<http://www.lannacomespa.com>

●タイマッサージやスパに関する詳細は、
下記ホームページをご参照下さい。

タイ・スパ協会

<http://www.thaispaassociation.com>

タイ式マッサージスクール

●Chiang Mai Classic Art Thai Massage School

(チェンマイ・クラシックアート・タイ・マッサージスクール)

巻末MAP B-2

8/7 Sirimangkalajarn Rd.,

TEL: (053) 894-285

<http://nimmanhemin.deejai.jp/>

●ITM International Training Massage School

(アイ・ティー・エム・インターナショナル・マッサージ・スクール)

巻末MAP B-2

59/9 Chang Puek Rd., Soi 4, T. Sri Phum,

TEL: (085) 522-6978

<http://www.itmthaimassage.com>

●Loikroh Thai Traditional Massage & Yoga

(ロイクロ・タイ・トラディショナル・マッサージ&ヨガ)

巻末MAP D-4

1/3 Loikroh Rd., Soi3,

TEL: (053) 449-643

<http://www.loikrohmassage.com/>

●Thai Massage School Shivagakomarpaj

(タイ・マッサージ・スクール・シヴァカコー

マラバッド/オールド・メディカル病院)

巻末MAP B-5

238/1 Wualai Rd., Haiya, Muang, (Across

Old Chiang Mai Cultural Center)

TEL: (053) 201-663

<http://www.thaimassageschool.ac.th/>

チェンマイだけの スパメニューを体験

ピン川を臨むラグジュアリー空間「ラリンジнда・ウェルネス・スパリゾート」は、インド医学のセラピストのカウンセリング、最新のデトックスマシン、タイ古式マッサージなどが受けられる。「エレメント・オブ・ライフ」は、マッサージ、ポリッシャー、チベット式サウンドセラピーを取り入れたチェンマイだけのスパメニュー(1時間30分2500B〜/参考価格)。



シンギング・ボールの音色でリラックス





Hotel Information & Facilities ホテルリスト

避暑地として心地良く過ごすことのできるチェンマイは、シティタイプからデラックスリゾートまで多数のホテルが点在しています。のどかな田園風景の中にたたずむ郊外のリゾートはもちろん、市内には、こじんまりとしていて居心地の良いブティックホテルもありますので、目的に合わせた滞在を楽しみましょう。

タイホテル協会のホームページ <http://www.thaihotels.org>

凡例

- デラックスリゾート
- シティリゾート
- ブティックホテル
- ゴルフリゾート
- マウンテンリゾート
- スパ併設

チェンマイ

Anantara Chiang Mai Resort & Spa
(アナタラ・チェンマイ・リゾート&スパ) 巻末MAP D-4
123-123/1 Charoen Prathet Rd., T. Changklan,
TEL: (053) 253-333
<http://www.anantara.com/>

Banthal Village
(バンタイ・ヴィレッジ) 巻末MAP C-D-3
19 Thapae Soi 3, Thapae Rd.,
TEL: (053) 252-789
<http://www.banthalvillage.com>

Belle Villa Resort
(ベル・ヴィラ・リゾート) 巻末MAP B-A-3
135 Moo 5, T. Baanpong A. Hangdong,
TEL: (053) 365-318~21
<http://www.bellevillaresort.com>

Botanic Resort Chiang Mai
(ボタニック・リゾート・チェンマイ) 巻末MAP B-A-1
Maerim-Samueng Rd., Mae Ram,
TEL: (053) 290-029
<http://www.botanicresortchiangmai.com/>

Duangtawan Hotel Chiang Mai
(ドゥアタワン・ホテル・チェンマイ) 巻末MAP C-D-4
132 Loykroh Rd., Chang Klan Muang,
TEL: (053) 905-000
<http://www.duangtawanhotelchiangmai.com>

Centara Khum Phaya Resort & Spa 巻末MAP C-F-2
(センタラ・クンパヤ・リゾート&スパ)
137 Moo 5, Nongpaklang, A. Muang,
TEL: (053) 415-555
<http://www.centarahotelsresorts.com/>

Chiang Mai Hill 2000 Hotel
(チェンマイ・ヒル・ホテル) 巻末MAP C-A-2
211 Huay Kaew Rd., T. Sutep Muang,
TEL: (053) 400-601~5
<http://www.chiangmaihillhotel.com/>

Chiang Mai Plaza Hotel
(チェンマイ・プラザ・ホテル) 巻末MAP C-D-4
92 Sridonchai Rd.,
TEL: (053) 820-920
<http://www.chiangmaiplazahotel.com/>

Chiang Mai Orchid Hotel
(チェンマイ・オーキッド) 巻末MAP C-B-2
23 Huay Kaew Rd.,
TEL: (053) 222-091
<http://www.chiangmaiorchid.com>

Dhara Dhevi Chiang Mai
(ダラデヴィ・チェンマイ) 巻末MAP D-B-2
51/4 Chiang Mai-Sankampaeng Rd.,
Moo 1, T. Tasala A. Muang,
TEL: (053) 888-888
<http://www.dharadhevi.com/>

Diamond Riverside Hotel
(ダイヤモンド・リバーサイド・ホテル) 巻末MAP C-D-4
33/10 Charoenprated Rd.,
TEL: (053) 270-080~5

Dusit D2 Chiang Mai
(デュシット D2 チェンマイ) 巻末MAP C-D-3
100 Chang Klan Rd., TEL: (053) 999-999
<http://www.dusit.com/dusitd2/chiangmai/ja/>

Four Seasons Resort Chiang Mai
(フォーシーズンズ・リゾート・チェンマイ) 巻末MAP D-A-1
Mae Rim-Sameong Old Rd., Mae Rim,
TEL: (053) 298-181
<http://www.fourseasons.com/chiangmai/>

Holiday Inn Chiang Mai
(ホリデイ・イン・チェンマイ) 巻末MAP D-C-6
318/1 Chiang Mai-Lamphun Rd.,
TEL: (053) 275-300
<http://www.ihg.com/>

Jirung Health Village
(ジラン・ヘルス・ヴィレッジ) 巻末MAP C-A-1
99 Moo 7, T. Rim Tai, A. Mae Rim,
TEL: (053) 861-511~3
<http://www.jirunghealthvillage.com>

Le Meridien Chiang Mai
(ル・メリディアン・チェンマイ) 巻末MAP D-4
108 Chang Klan Rd., Tambol Chang Klan, A. Muang,
TEL: (053) 253-666
<http://www.lemeridienchiangmai.com>

Lotus Hotel Pang Suan Kaew 巻末MAP C-B-3
(ロータスホテル・パン・スアン・ケオ)
21 Huay Kaew Rd.,
TEL: (053) 224-333
<http://www.lotuspskhotel.com>

Mercure Chiang Mai
(メルキュール・チェンマイ) 巻末MAP C-C-2
183 Changpuak Rd., Sri Poom, Muang,
TEL: (053) 225-500
<http://www.mercure.com/>



C Pornping Tower Hotel Chiang Mai
(ボンピン・タワー・ホテル・チェンマイ)
巻末MAP C-D-3
46.48 Charoen Prathet Rd.,
TEL: (053) 270-099
<http://www.pornpinghotelchiangmai.com>

B Rachamankha
(ラチャマンカ) 巻末MAP C-B-4
6 Rachamankha 9, Phra Singh,
TEL: (053) 904-111
<http://www.rachamankha.com/>

DX Rati Lanna Riverside Spa Resort
(ラティ・ランナー・リバーサイド・スパ・リゾート)
巻末MAP C-D-6
33 Chang Klan Rd.,
TEL: (053) 999-333
<http://www.ratilannachiangmai.com>

C Royal Princess Chiang Mai
(ロイヤル・プリンセス・チェンマイ)
巻末MAP C-D-4
112 Changklan Rd.,
TEL: (053) 253-900
<http://www.dusit.com/>

DX Shangri-La Hotel Chiang Mai
(シャングリラ・ホテル・チェンマイ)
巻末MAP C-D-4
89/8 Chang Klan Rd.,
TEL: (053) 253-888
<http://www.shangri-la.com>

C Suriwongse Hotel
(スリウォン・ホテル) 巻末MAP C-D-4
110 Chang Klan Rd.,
TEL: (053) 270-051~7
<http://www.suriwongsehotels.com/>



B Tamarind Village Chiang Mai
(タマリンド・ヴィレッジ・チェンマイ)
巻末MAP C-C-3
50/1 Rajdamnoen Rd., T.Sri Phum,
TEL: (053) 418-896
<http://www.tamarindvillage.com>

C The Empress Hotel Chiang Mai
(ザ・エンプレス・ホテル・チェンマイ)
巻末MAP C-D-5
199/42 Changklan Rd.,
TEL: (053) 270-240 (予約)
<http://www.empresshotels.com>

C The Imperial Mae Ping Hotel
(ザ・インペリアル・マープینگ・ホテル)
巻末MAP C-D-4
153 Sridonchai Rd., Chang Klan,
TEL: (053) 283-900
<http://www.imperialhotels.com>

C The Royal Chiang Mai Golf Resort
(ザ・ロイヤル・チェンマイ・ゴルフリゾート)
巻末MAP W-B-1
169 Moo 5, Chiangmai-prao Rd., Km 26, T.Maefak, A.Sansai,
TEL: (053) 849-301~6
<http://www.royalchiangmai.com>

B U Chiang Mai
(ユー・チェンマイ) 巻末MAP C-C-3
70 Rachadamnoen Rd.,
TEL: (053) 327-000
<http://www.uchiangmai.com>

チェンライ

DX Anantara Golden Triangle Elephant Camp & Resort
(アナンタラ・ゴールデン・トライアングル・エレファントキャンプ&リゾート)
229 Moo 1, Chiang Saen,
TEL: (053) 784-084
<http://goldentriangle.anantara.com/>

DX Dusit Island Resort
(デュシット・アイランド・リゾート) MAP-P13
1129 Kraisorasit Rd., Vieng District,
TEL: (053) 607-999
<http://www.dusit.com>

DX Four Seasons Tented Camps Golden Triangle
(フォーシーズンズ・テントッド・キャンプ・ゴールデン・トライアングル)
P.O. Box 18, Chiang Saen Post Office,
TEL: (053) 910-200
<http://www.fourseasons.com/goldentriangle/>

DX Le Meridien Chiang Rai Resort
(ル・メリディアン・チェンライ・リゾート)
221/2 Moo 20 Kwaewai Rd.,
T. Robwieng, A.Muang,
TEL: (053) 603-333
www.lemeridienchiangrai.com

M Wiang Indra Riverside Resort
(ウィアン・インドラ・リバーサイド・リゾート)
6 Moo 4, Maekok Rd., A.Muang,
TEL: (053) 716-445
<http://www.wiangindra.com>

M The Imperial Golden Triangle Resort
(ザ・インペリアル・ゴールデン・トライアングル・リゾート)
222 Golden Triangle, Chiang Saen,
TEL: (053) 784-001~5
www.imperialgoldentriangleresort.com

B The Legend Chiang Rai Boutique River Resort & Spa
(ザ・レジェンド・チェンライ・ブティック・リバー・リゾート&スパ)
124/15 Moo 21 Kohloy Rd., A.Muang,
TEL: (053) 910-400
<http://www.thelegend-chiangrai.com/>





Wang Come Hotel MAP-P13

(ワン・カム・ホテル)
869/90 Pemawibhata Rd.,
TEL: (053) 711-800
<http://www.wangcome.com>

Wiang Inn Hotel MAP-P13

(ウィアン・イン・ホテル)
893 Phaholyothin Rd.,
TEL: (053) 711-533
<http://www.wianginn.com>

メーホンソーン&パーイ

B Belle Villa Resort Pai Mae Hong Son

(ベルヴィラリゾート・パーイ・メーホンソーン)
113 Moo 6, Huay Poo Wiang Nua Rd.,
TEL: (053) 698-226~7
<http://www.bellevillaresort.com>

M Mae Hong Son Mountain Inn Hotel & Resort

(メーホンソン・マウンテン・イン・ホテル&リゾート)
112/2 Kunlumprapas Rd., Muang District,
TEL: (053) 611-802~3
<http://mhsmountaininn.com/>

M Pai HotSpring Spa Resort

(パーイ・ホットスプリング・スパリゾート)
84-84/1 Moo 2, Mae Hee, Pai
TEL: (053) 065-748
<http://www.paihotspringssparesort.com>

M The Imperial Mae Hong Son Resort

(ザ・インペリアル・メーホンソーン・リゾート)
149 Moo 8, Pang Moo, Muang,
TEL: (053) 684-444
<http://www.imperialhotels.com/>

B The Quarter Pai

(ザ・クォーター・パーイ) MAP-P16
245 Moo 1 Chaisongkram Rd.,
TEL: (053) 699-423
<http://www.thequarterhotel.com>

ランブーン

C Lamphun Will Hotel

(ランブーン・ウィル・ホテル) MAP-P17
204/10 Charmmathewi Rd., Tumbol
Naimuang,
TEL: (053) 534-865~6
<http://www.lamphunwillhotel.com>

ランバン

M Lampang River Lodge

(ランバン・リバー・ロッジ)
330 Moo 11, T. Chompoo, A. Muang,
TEL: (054) 209-778~9
<http://www.lampangriverlodge.com>

C Lampang Wiengthong Hotel

(ランバン・ウィエントン・ホテル) MAP-P18
138/109 Phaholyothin Rd.,
T. Suandok, A. Muang,
TEL: (054) 225-801~2
<http://www.lampangwiengthong.co.th/>

C Wienglakor Hotel MAP-P18

(ウィエンラコー・ホテル)
38/109 Phaholyothin Rd., Suandok,
Muang,
TEL: (054) 224-470~1
<http://www.lampangwienglakor.com/>



**ロングステイに便利な
サービスアパート**



Kantary Hills Hotel & Serviced Apartments

(カンタリーヒルズ・ホテル&サービスアパートメンツ)
巻末MAP C-A-3

44,44/1-2 Nimmanhaemin Rd.,
Soi 12, Suthep,
TEL: (053) 222-111
<http://www.kantarygroup.com/>

The Grand Wipanan Residence

(ザ・グランド・ウィパーナン・レジデンス)
巻末MAP C-C-2
7/8 Soi Kulawongutid, Changphuak Rd.,
TEL: (053) 222-785~8
<http://thegrandwipanan.com/>

Viangbua Mansion

(ヴィアンブア・マンション) 巻末MAP C-B-1
3/1 Viangbua Rd., Chang Puek, Muang,
TEL: (053) 411-202

The Grand Napat

(ザ・グランド・ナパット) 巻末MAP C-C-1
70/1 Muen Dam Prakot Rd.,
T. Changphuak, A. Muang,
TEL: (053) 231-777
<http://www.thegrandnapat.com>

タイ北部地方への旅を快適にするために、
覚えておきたい情報と緊急時の連絡先を併せてご紹介。

気 候

北部地方は山岳地帯だけに、昼夜の温度差が大きいのが特徴です。チェンマイでは乾季の早朝は日によっては10度まで気温が低下。昼間の平均が28度まで上がるので温度差は約15度にもなり、夜はかなり寒く感じられます。

「タイは暑い」というイメージにとらわれず、必ず長袖を1枚バッグに入れておきましょう。メーホンソーンやチェンライでも、乾期は朝晩冷え込む場合もありますので注意しましょう。

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、レストランなどでは、エアコンが効きすぎているところがありますので注意しましょう。タイ北部の11～2月は朝晩冷え込むため、薄手のセーターかカーディガンが必要です。また、

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下さい。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では入場できません。

喫煙マナー

レストランを含む、冷房のきいた建物内では基本的に禁煙となっています。また、路上への吸い殻のポイ捨てはも

ちろん、ゴミのポイ捨て、唾を吐くことも処罰の対象となっています。

飲み水

水道水は飲めませんので、飲料水を購入して下さい。

両替・銀行

チェンマイには多くの銀行があります。通常の営業時間は8:30～15:00で土日は休み。また、ナイトバザールで有名なチャングラン通り周辺に銀行直営の出張両替所も

多数営業しており、こちらは20:00頃まで開いているので便利です。チェンライにも銀行や両替所は多くありますが、メーホンソーンではかなり少なくなるので注意しましょう。

DUTY FREE 免税範囲

タバコ:紙巻は200本(1カートン)まで。紙巻含め葉巻などは総重量250gまで。

酒類:1人1本(1ℓまで)。それ以上は、没収・罰金の対象。その他:カメラ、ビデオカメラは各1台、フィルム5本。

乗り継ぎの場合の「液体物免税品」購入の注意

国際線から国内線へ乗り継ぐ場合、日本の空港の免税店や機内で購入した液体物の免税品(飲料類、クリーム・ローション・オイル類、口紅、マスカラ、香水、スプレー、シャンプー類、シェービングフォーム、防臭剤等のエアゾール類、歯磨き粉等の練り状物、半固形物など)は制限エ

リア外で購入した商品と同等に扱われる(日本では、免税品用の特別包装でないため開封済みと見なされる)ことから、乗り継ぎ空港での検査場にて、没収・罰金の対象となりますのでご注意ください。経由便でタイに到着する場合も同様です。

貨幣の持ち込み・持ち出しについて

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請が必要。出国時の持ち出し制限:【パーツ】15万バート(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

万バート)。【外貨】入国時申請同等額または、2万米ドル相当。【その他】美術・骨董品、仏像はタイ芸術局の許可が必要。

禁 禁制品

麻薬、猥褻物、一部の果物・野菜・植物、知的財産侵害物品等。

VAT 買い物の戻し税 (VAT)

タイ国内において、同日同一店で購入した合計2,000バート以上の買い物について7%の税金(Value-Added Tax)分を帰国時に空港で払い戻してもらうことができます。払い戻しを受けるためには「VAT REFUND FOR TOURISTS」の表示のあるお店で購入し、購入時に必要事項を書類に記入します。必ず空港のVAT窓口でチェックイン前にその

書類にて申告を行って下さい。詳しい手続きについては、タイ国政府観光庁日本語ホームページか、<http://www.rd.go.th/vrt> をご覧下さい。



電 気

電圧は交流220V(50Hz)で、プラグはBF、Cタイプ。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します。



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の場合、日付の入ったFIXの往復航空券を保持していればビザなしで入国できますが、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、また隣国より陸路での入国は15日の滞在が可能です。30日以上での滞在を予定され

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下さい。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
<http://www.thaibembassy.jp>

タイ王国大阪総領事館
TEL:06-6262-9226
<http://www.thaiconsulate.jp/>



移動手段

Transportation

チェンマイはそれほど大きな都市ではありません。特に城壁の中の旧市街なら、全周囲が約8kmと歩ける距離です。ただし、日中は季節によって気温が高くなりますので、トゥクトゥクやソンテウといった乗り物を上手に組み合わせながら、寺院などの観光やショッピングを楽しんで下さい。

タクシー

台数は少なめですがタクシー利用も可能。屋根上の表示が「TAXI METER」はメーター制で走行距離と時間で料金が決まります(乗車の際メーターが倒れているか要確認)。「TAXI」とのみ表示したメーター無しの料金交渉制タクシーもあります。

ソンテウ

トラックを改造したミニバスがソンテウです(赤色が市内ルート・写真右)。料金は交渉制(乗り合いの場合20B～)。



トゥクトゥク



チェンマイの移動手段はソンテウが主流ですが、オート三輪のトゥクトゥクも走行しています。料金は交渉制ですので、乗車前にドライバーに行き先を告げ、値段が決まってから乗るようにしましょう。

〈病院(英語可)〉

食習慣や気候の違い、また旅先での緊張や疲れなどで体調が崩れた時は、迷わず病院に行きましょう。

CHIANG MAI チェンマイ

Chiang Mai Ram Hospital

(チェンマイ・ラム病院)

8 Boonruangrit Rd., T.Sriphum A.Muang

TEL: (053) 920-300

<http://www.chiangmairam.com>

Lanna Hospital(ランナー病院)

1 Sukkasem Rd., T.Paton A.Muang

TEL: (053) 999-798

<http://www.lanna-hospital.com>

Rajavej Chiang Mai Hospital

(ラジャヴェー・チェンマイ病院)

316/1 Chiang Mai-Lamphun Rd.,

T.Watgate, A.Muang

TEL: (053) 801-999 内線777

<http://www.rajavejchiangmai.com/>

CHIANG RAI チェンライ

Chiang Rai

Prachanukroh Hospital

(チェンライ・プラチャヌクロ病院)

1039 Sathanpayabal Rd., T. Robvian, A. Muang,

TEL: (053) 711-300, 711-009

<http://www.crhospital.org/crhospital/> (タイ語)

Overbrook Hospital(オーバーブルック病院)

17 Singhakli Rd., TEL: (053) 711-366

<http://www.overbrook-hospital.com/>

Kasemrad Sriburin Hospital

(カセムラッド・シーブリン病院)

111/5 Moo 13, Asia Rd., T. Sansai, A. Muang,

TEL: (053) 910-999

<http://www.ksbrhospital.com/>

MAE HONG SON メーホンソーン

Srisangwan Hospital

(シーサンワン病院)

101 Singhanach Bamroong Rd., Jong Khum, Muang,

TEL: (053) 611-378

<http://www.srih.moph.go.th/srisangwan.php> (タイ語)

〈ツーリストポリス〉

外国人観光客の保護を専門に行っている警察の部署で、トラブルに英語で対処してくれるのが特徴です。北部地方には3ヶ所にありますので、万一の場合は頼りにしてみましょう。

局番なし1155

<http://www.thailandtouristpolice.com/>

CHIANG MAI チェンマイ

2/4 Sri Jan Rd., Chang Klan, Muang,

TEL: (053) 278-559

CHIANG RAI チェンライ

Uttarakit Rd., A. Muang,

TEL: (053) 717-779

MAE HONG SON メーホンソーン

1 Rajthampituk Rd., Jong Khum, Muang,

TEL: (053) 611-812

〈在チェンマイ日本国総領事館〉

Unit 104-107, Airport Business Park, 90 Mahidol Rd., T. Haiya, A. Muang Chiang Mai

TEL: (053) 203-367 FAX: (053) 203-373

<http://www.chiangmai.th.emb-japan.go.jp/>

〈イミグレーション〉

<http://www.immigration.go.th/>

●チェンマイ・エアポート・オフィス

71 Airport Rd., Sutthep, Muang,

TEL: (053) 277-510

(8:30~16:30 土日・祝祭日休)

●チェンライ県メーサイ

117 Moo 10, T. Wiang Phang Kham, A. Mae Sai,

TEL: (053) 731-008

(8:30~16:30 土日・祝祭日休)

●メーホンソーン

202 Moo 11, Pang Mu, Muang,

TEL: (053) 612-106

(8:30~16:30 土日・祝祭日休)

いざという時に

Useful Information



Chiang Mai Map

チェンマイ・マップ



Wide Area Map チェンマイ周辺 MAP W

MEMO

凡例

- ★ 観光名所
- ▲ 寺院
- U 大学
- 警察署
- H ホテル
- G ゴルフ場
- S ショップ/マーケット
- スバ
- R レストラン
- その他
- バス発着所

Nimmanhaemin Rd.

ニンマンハーミン通り MAP N



Charoen Rat Rd.

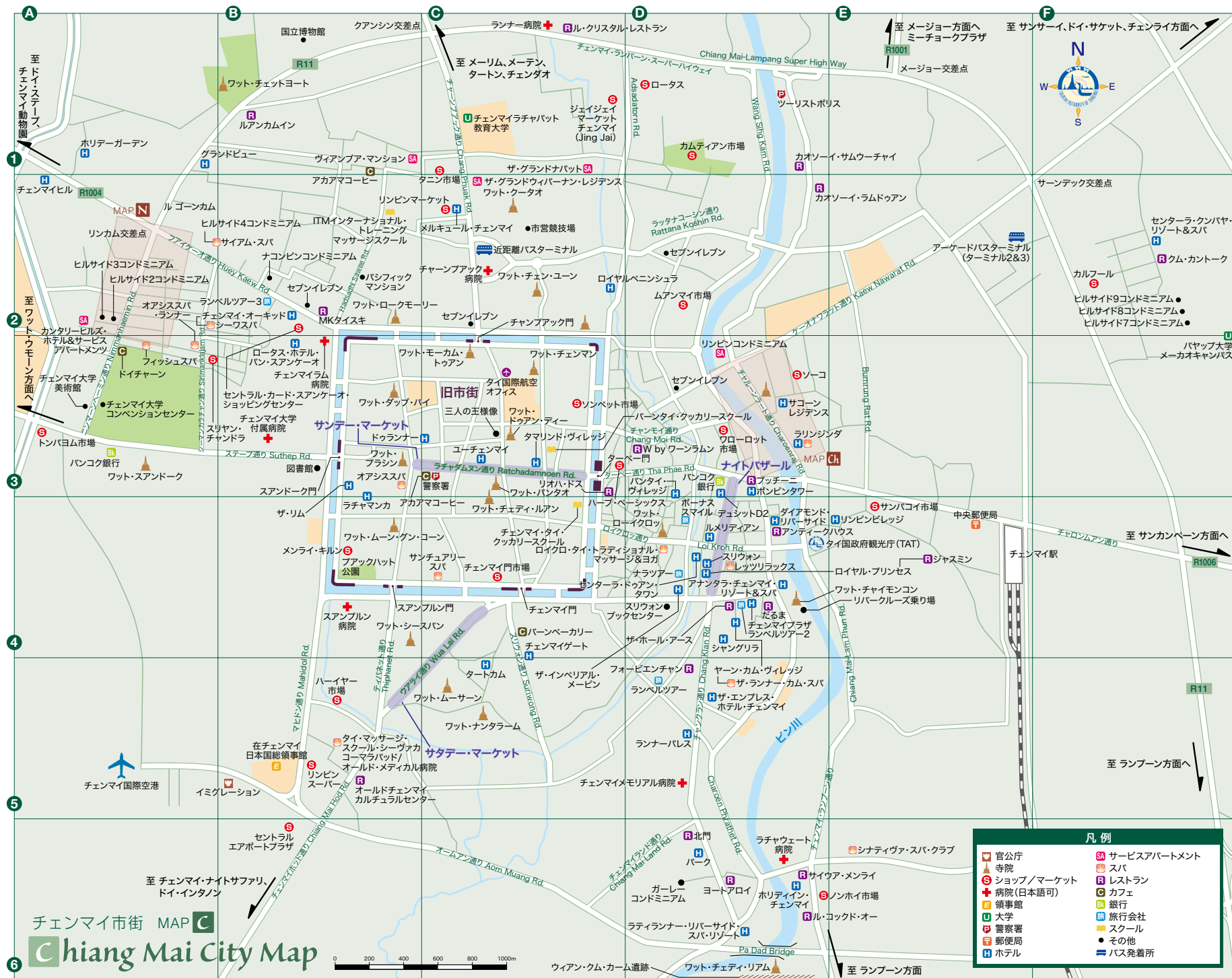
チャルーンラート通り MAP Ch



MEMO

凡例

- ★ 観光名所
- ▲ 寺院
- S ショップ/マーケット
- 警察署
- H ホテル
- サービスアパートメント
- スバ
- R レストラン
- C カフェ
- スクール
- その他
- バス発着所



チェンマイ市街 MAP C
Chiang Mai City Map

凡例	
官公庁	サービスアパートメント
寺院	スパ
ショップ/マーケット	レストラン
病院(日本語可)	カフェ
領事館	銀行
大学	旅行会社
警察署	スクール
郵便局	その他
ホテル	バス発着所



●バンコク(ヘッドオフィス)

1600 New Phetchaburi Rd., Makkasan, Rachathewi, Bangkok 10400

TEL: (02) 250-5500 FAX: (02) 250-5511

TATコールセンター 局番無し: 1672

●バンコク(インフォメーションオフィス) : 毎日8:30~16:30

4 Ratchadamnoen Nok Avenue, Bangkok 10100

TEL: (02) 283-1556

●チェンマイオフィス(チェンマイ、ランブーン、ランパーン)

105/1 Chiang Mai-Lamphun Rd., T.Wat Ket, A.Muang, Chiang Mai 50000

TEL: (053) 248-604, 248-607 FAX: (053) 248-605

●チェンライオフィス(チェンライ、バヤオ)

448/16 Singhaklai Rd., Muang District, Chiang Rai 57000

TEL: (053) 717-433 FAX: (053) 744-674

●メーホンソーンオフィス(メーホンソーン、パーイ)

4 Ratchathamphithak Rd., T.Chong Kham, A. Muang,

Mae Hong Son 58000

TEL: (053) 612-982~3 FAX: (053) 612-984

●プレーオフィス(プレー、ウッタラディット、ナーン)

34/130-131, Muang, Hid Rd., Tambon Nai Muang, A. Muang, Phrae 54000

TEL: (054) 521-118~9 FAX: (054) 521-119



ボーサーンの唐傘(チェンマイの工芸品)

●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 FAX: 03(3218)0655 info@tattky.com

●大阪事務所 〒550-0013 大阪市西区新町1-4-26 ニッケ四ツ橋ビル

TEL: 06(6543)6654, 6655 FAX: 06(6543)6660 info@tatosa.com

インターネットホームページアドレス <http://www.thailandtravel.or.jp> (日本語) <http://www.tourismthailand.org> (英語)

@tat_jp



タイ国政府観光庁



@tat_jp



@thailand_jp