

Thailand

タイランド・ツーリスト・ガイド

初めての感動、ときめきの体験。



あなたが旅に求めているのは、ひとときの癒やしだけでしょうか?
タイを訪れる人が体感するのは、この地にしかない音や光。
圧倒的な自然と豊かな色彩。そして、人々の笑顔や美しい暮らし。
今まで知らなかった豊かさに触れることで、旅から帰ったあなたは
新しい価値観を得られた自分に気づくはず。
さあ、あなたも、人生を変える旅へ。

人生を変える

楽園、タイ。



CONTENTS

タイを思う存分楽しむ エリア別攻略ガイド

AREA GUIDE

タイ全土	04
バンコク	06
中央部(バンコク近郊)	08
アユタヤ、カンチャナブリー、 ホアヒン/チヤアム、パタヤ	
東北部(イサーン)	11
北イサーン、南イサーン	
北部	12
チエンマイ、スコータイ、チエンライ、 メーイホンソーン、ランプーン&ランバーン	

南部	14
ブーケット、クラビ、サムイ島、周辺の島々	
タイ観光主要エリアへのアクセス	17

タイを満喫! 7つのキーワード SEVEN KEYWORDS

グルメ&スイーツ	18
ネイチャーアクティビティ	20
ショッピング	22
ウェルネス&スパ	25
エンターテインメント	26
歴史&世界遺産	28
文化&伝統	30

タイをもっと深く知る テーマのある旅 SPECIAL INTEREST

ウェディング/ロングステイ/ユース	32
ラグジュアリー/マラソン/ムエタイ	33

トラベル・インフォメーション TRAVEL INFORMATION

旅の準備	34
免税・通貨	34
タイ基礎情報	34
エチケット&マナー	35

トラブル対策	35
出入国情報	36
タイ国内の交通	37
イベント&フェスティバル	38
タイ語会話&単語集	39

タイ国概要

国名	タイ王国
首都	バンコク
人口	約6,573万人
面積	513,115km ² (日本の約1.4倍)
公用語	タイ語
気候	熱帯性気候 乾期(11~2月)、暑期(3~5月)、雨期(6~10月)がある
時差	マイナス2時間(日本が午前10時の時、タイは午前8時)
通貨	バーツ(Baht/THB)為替レートは1バーツ約3.2円(2017年8月現在)
宗教	仏教94%、イスラム教5%、その他1%
アクセス	日本からバンコクへの直行便で約6時間

エリア別攻略ガイド

日本の約1.4倍の国土を持つタイは、豊かな自然に恵まれた美しい国。海、山、都市と多彩な表情を持ち、エリアごとにさまざまな魅力を堪能できます。初めての方も、再訪の方も優しく迎える微笑みの国。ここでは首都バンコク・中央部・東北部・北部・南部の5つエリアに分けて、タイの魅力をご紹介します。

バンコク BANGKOK ▶P.6

1782年にラーマ1世によって遷都されて以来、タイの政治・経済・文化の中心地として発展を続ける首都。先進的な国際都市でありつつも、厳かな仏教文化が今も息づいています。

中部（バンコク近郊） ▶P.8

チャオプラヤー川が潤す大平原が広がる中部。近代的な都市部、古都アユタヤ、周辺に広がる豊かな自然、沿岸部のビーチリゾートなど、さまざまな魅力を楽しめます。

アユタヤ AYUTTHAYA

カンチャナブリー KANCHANABURI

ホアヒン/チャアム HUA HIN/CHA-AM

パタヤ PATTAYA

北部 ▶P.12

タイ最高峰ドイ・インタノンを有し、緑豊かな山岳地帯が広がる北部。「北方のバラ」と称される古都チェンマイを中心に、世界中から訪れる多くの観光客で賑わっています。

チェンマイ CHIANG MAI

スコータイ SUKHOTHAI

チェンライ CHIANG RAI

メーソンソーン MAE HONG SON

ランプーン&ランパーン LAMPHUN&LAMPANG

東北部（イサーン） ▶P.11

「北イサーン」と「南イサーン」の2つのエリアから成り、国土の3分の1を占める広大な地域。のどかな田園風景や先史時代の遺跡など、タイの原風景に触れることができます。

北イサーン NORTHERN

南イサーン SOUTHERN

南部 ▶P.14

マレー半島の基部から延びてマレーシアと国境を接する南部。西はアンダマン海、東はタイ湾に面し、世界的にも有名な美しいビーチリゾートが数多く点在する地域です。

プーケット PHUKET

クラビ KRABI

サムイ島 SAMUI ISLAND

周辺の島々 SURROUNDING ISLANDS

世界遺産

タイには現在5つの世界遺産があり、3つが文化遺産、2つが自然遺産に登録されています。

歴史的にも重要な遺跡や、希少な動植物が生息する豊かな自然など、タイの奥深さを堪能できます。



**①古都アユタヤ
アユタヤ**

古都の歴史が眠る街・アユタヤ。当時の栄華を今に伝える遺跡群は歴史公園として整備され、1991年にはユネスコ世界文化遺産に登録。夜はライトアップされ、幻想的な美しさで訪れる人々を魅了しています。(P.8)

**自然
遺産**

**②トゥンヤイ・ファイ・カ・ケン野生生物保護区群
カンチャナブリー、ウタイタニー、ターグ**
ウタイタニー、カンチャナブリー、ターグの3つの県にまたがる広大な野生生物保護区。絶滅危惧種が生息する貴重な環境などから、1991年に世界自然遺産に登録されました。(P.10)

**文化
遺産**

**③古代都市スコータイと周辺の古代都市群
スコータイ**

「幸福の夜明け」を意味するその名の通り、タイ族による最初の王朝が開かれました。歴史的・芸術的価値から1991年に世界文化遺産に登録。現在のタイの礎を築いた都として重要視されています。(P.13)

**文化
遺産**

**文化
遺産**

**④バンチエンの古代遺跡
ウドーンタニー**

市街地から車で東へ約1時間。紀元前2500年にさかのほる先史時代の貴重な遺跡です。その歴史的価値から、1992年に世界文化遺産に登録。遺跡が発掘された状態を保存した遺構を見学することができます。(P.11)

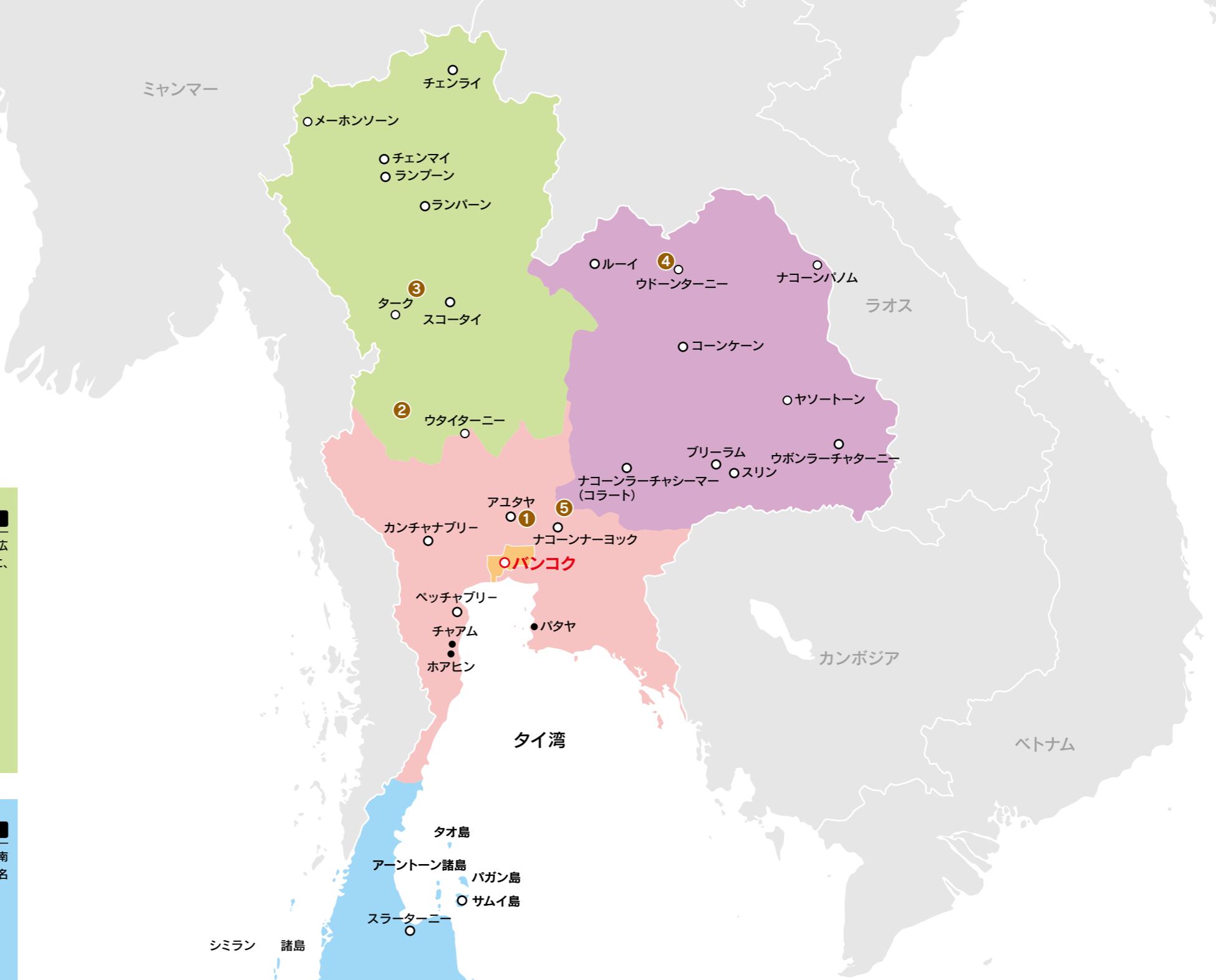
**文化
遺産**

**自然
遺産**

**⑤ドン・パヤーイエン・カオ・ヤイ森林群
ナコーンラーチャシマー（コラート）他**



2005年世界自然遺産に登録された、タイ6県にまたがる広大な森林群。4つの国立公園とひとつの保護区からなり、そのひとつカオヤイ国立公園はバンコクから205kmと車でのアクセスも良好。(P.11)



【地図内 記号】

○…県 ●…郡・市

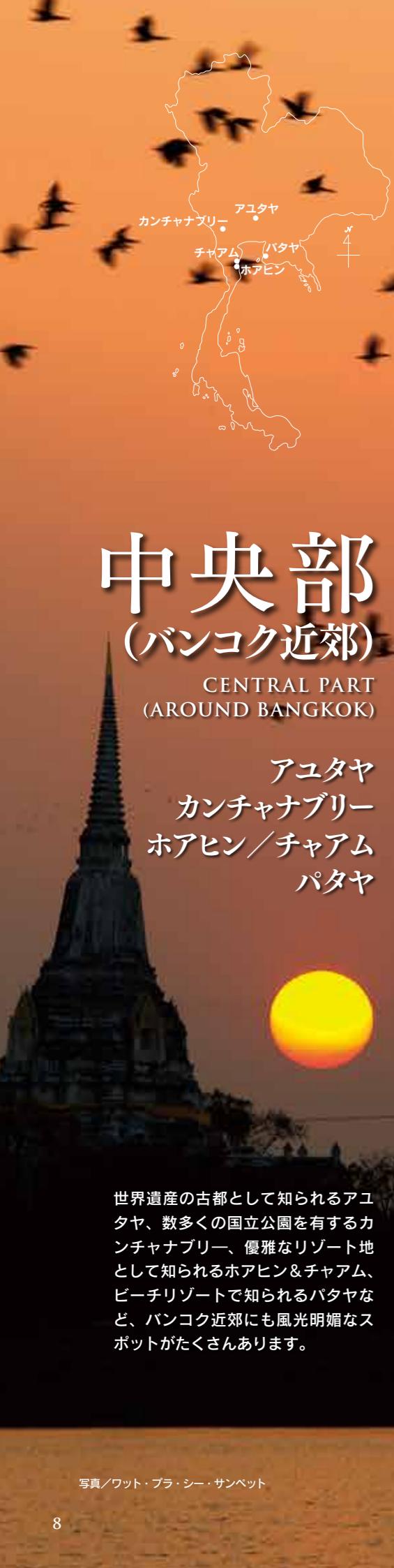
中央部 (バンコク近郊)

CENTRAL PART
(AROUND BANGKOK)

アユタヤ
カンチャナブリー
ホアヒン／チャアム
パタヤ

世界遺産の古都として知られるアユタヤ、数多くの国立公園を有するカンチャナブリー、優雅なリゾート地として知られるホアヒン＆チャアム、ビーチリゾートで知られるパタヤなど、バンコク近郊にも風光明媚なスポットがたくさんあります。

写真／ワット・プラ・シー・サンペット



文化
遺産



ワット・マハタート Wat Mahathat

13世紀に建造され、仏舎利が納められた重要な寺院のひとつ。かつて黄金に輝いた寺院もビルマ軍の侵攻で廃墟と化し、今は静かに悠久の歴史をそっと物語ります。開:8:00～18:00 休無 料50B

文化
遺産



ワット・ロカヤスタ Wat Lokya Sutha

広大な草原に悠然と横たわるのは、高さ5m、全長28mの巨大涅槃像。1956年に復元され、80歳で入滅した仏陀を表現しています。開:8:00～17:00 休無 料20B

日本とタイの交流を物語る居留跡「日本人村」

16世紀初頭、御朱印船貿易に携わっていた日本人が建設。最盛期2000～3000人以上の日本人が住んでいました。アユタヤ歴史研究センター別館では、日本とタイの交流の歴史をより深く学ぶことができます。

文化
遺産



ワット・ナープラメン Wat Na Phra Men

ビルマ軍の破壊を免れた13世紀の重要な寺院。入口にはガルーダにまたがり、威風堂々と立つヴィシュヌ神のレリーフが当時のまま残っています。開:8:00～18:00 休無 料20B

文化
遺産



ワット・ヤイチャイモンコン Wat Yai Chai Mongkon

1357年ウerton王がセイロン(現スリランカ)に留学中の修行僧の瞑想のために建立した寺院。72mの仏塔は1592年にビルマ軍に勝利した記念に造られました。開:8:00～17:00 休無 料20B

アユタヤ AYUTTHAYA HISTORICAL PARK 歴史公園

ワット・プラ・シー・サンペット Wat Phra Si Sanphet

1448年に建立され、アユタヤ王宮内で最も重要な王室専用寺院でした。かつて高さ16m、171キロの黄金の仏像がありました。今は東西に並ぶ3基の仏塔が残り、寺院のシンボルとなっています。

開:7:00～18:00 休無 料50B

アユタヤ観光スポット AYUTTHAYA SIGHTSEEING SPOT



アユタヤ宮殿 AYUTTHAYA PALACE

バンパイン宮殿 Bang Pa-in Summer Palace

アユタヤ朝時代の王が築き、現王朝のラーマ4世と5世が夏の離宮として再建。タイ様式のほか、スイス・ギリシャ・中国など、多彩な様式の建築を鑑賞できます。
開:8:30～16:30 休無 料100B



アユタヤ観光スポット AYUTTHAYA SIGHTSEEING SPOT



アユタヤ歴史研究センター Ayutthaya Historical Study Center

日タイ修好100年を記念して1990年に設立。模型や映像でのアユタヤの歴史紹介など、タイの文化を分かりやすく紹介。600年以上にわたる日タイ交流の軌跡も学べます。開:9:00～17:00 休無 料大人100B 子供50B



チャオサムプラヤー国立博物館 Chao Sam Phraya National Museum

1956～1957年、政府の発掘調査でワット・プラマハタートとワット・ラチャ・プラナから発見された黄金の仏像、木彫りの扉、仏像など多数展示されています。開:9:00～16:00 休月火祝 料150B



バンサイ王立郷土工芸センター The Bangsai Arts and Crafts Village

タイの郷土工芸について知りたいならぜひ訪みたい場所です。4万m²もの敷地内では、さまざまな工芸品の製作過程の見学はもちろんショッピングも楽しめます。開:8:30～16:30 休月火祝 料大人100B 子供50B



ロイヤル・エレファントクラール& パビリオン Royal Elephant Kraal & Pavilion

アユタヤ朝時代、王室関係者の移動や隣国との抗争時に重要な役割を果たしていた象。囲いの中には象が集められ、パビリオンは国王が使用していました。



タイ船舶博物館 Museum of Thai Vessels

1994年に個人によって開設された船の博物館。タイの伝統的な舟や中国式のボートなど、実物大から模型までさまざまなスタイルの船を目にすることができます。開:9:00～16:30 休不定 料無料



タイ工芸国際サポートセンター The Support Arts and Crafts International Center of Thailand

タイ郷土工芸の推進・支援に多大な影響を与えたシリキット王母の功績を称えて設立。タイの各時代を代表する金細工を展示したギャラリーも併設しています。開:8:30～17:00 (土日祝は18:00まで) 休不定 料無料

水上 マーケット

アユタヤやバンコク近郊では、タイのレトロな魅力を楽しめる水上マーケットを開催しています。かつて東洋のベニスと称されたバンコクや古都アユタヤの中でも人気の高い観光名所です。

FLOATING MARKET

■ ダムヌーン・サドゥアック 水上マーケット Damnoen Saduak Floating Market

バンコクから車で1時間。ローカル色が強く、タイの人々にとっても人気のお出かけスポットとして有名です。開:早朝～12時頃 休不定 料無料

■ タリンチャン水上マーケット Taling Chan Floating Market

バンコクの南西80kmに位置し、いつも多くの人が賑わっています。開:早朝～14時頃 休不定 料無料

■ アンパワー水上マーケット Amphawa Floating Market

バンコクから車で約1時間半。地元住民の昔ながらの水上生活に触れることができます。開:15:00～21:00 (毎週金土日のみ) 休月～木、不定 料無料

■ アヨタヤ水上マーケット Ayothaya Floating Market

レトロな街並みのなかで、ショッピングや郷土料理、タイ伝統舞踊やさまざまなショーが楽しめるアユタヤの新名所です。開:10:00～17:30 休無 料無料

カンチャナブリー KANCHANABURI

エラワン滝 Erawan Waterfall

「タイで一番美しい滝」といわれるエラワン国立公園内の滝。全長1500mの滝は、水遊びができる滝、木陰で涼みながら魚をゆっくり眺められる滝など7段階に分かれています。市内から車で約1時間30分。

開:8:00～18:00 休無 料200B



ターンロード洞窟 Tham Lot Cave

ターンロード国立公園内にある洞窟。鍾乳石と石筍が連なる空間を縫うように小さな川が流れ、神秘的な光景が広がっています。開:8:30～18:30 休無 料200B



クウェー川鉄橋 The Bridge Over River Kwae

映画「戦場にかける橋」の舞台となった橋で、対岸まで歩いて渡ることができます。アーチ部分はオリジナルで、当時の面影を今に伝えてくれます。



トウンヤイ・ファイ・カ・ケン野生生物保護区群 Thungyai-Huai Kha Khaeng Wildlife Sanctuaries

バンコクから北西に約350km、タイの西部に位置し、他に類を見ない生物多様性を維持する広大な原生地帯。開:8:00～16:00頃 休無 料大人200B 子供100B

ホアヒン/チャアム HUA HIN / CHA-AM



プラナコーンキリ歴史公園 Phra Nakhon Khiri

ペッチャブリーのカオ・ワンの丘に1859年ラーマ4世が建設した夏の離宮です。ヨーロピアンと中国様式を取り入れた優雅な宮殿で、塔からの眺望も見事です。開:8:30～16:00 休無 料150B



ケーンクラチャン国立公園 Kaeng Krachan National Park

タイ最大の国立公園。多種多様かつ貴重な動植物相で構成されており、トレッキングやエコ・ツーリズム・スポーツとしても愛されています。開:8:30～16:30 (ビジターセンターは8月～10月閉館) 休大人200B 子供100B



ホアヒン&チャアム・ビーチ Hua Hin & Cha-am Beach

ホアヒンの中心をなし、約5kmにわたってチャアムに続く白い砂浜が広がります。潮風を感じながら海辺を歩く乗馬も人気。このエリアは王室の別荘も多く、格調高いリゾート地としても知られています。開:8:30～16:00 休無 料無料



カオ・ルアン洞窟 Khao Luang Cave

「Royal Cave」を意味する洞窟には、ラーマ3世、ラーマ4世に捧げるための仏像が祀られています。岩の裂け目から光が差しこみ、仏像を莊厳に照らします。開:8:00～18:00 休無 料600B～

パタヤ PATTAYA



パタヤビーチ Pattaya Beach

バンコクから南東に約150km、南北約4km、タイ湾に面するパタヤのメインビーチです。浜辺にはカラフルなパラソルが並び、パラセーリングやバナボートなど、さまざまなマリンアクティビティを楽しめます。



サンクチュアリー・オブ・トゥルース The Sanctuary of Truth

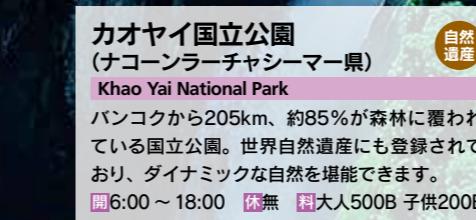
古典芸術、彫刻、技術保護を目的として1981年に着工。今も未完成で、その壮大さと緻密さから「アジアのサグラダファミリア」といわれています。開:8:00～18:00 休無 料大人600B～



東北部 (イサーン)

北イサーン NORTHEASTERN (I-SAN)

南イサーン SOUTHERN



カオヤイ国立公園 (ナコーンラーチャシマー県) Khao Yai National Park

バンコクから205km、約85%が森林に覆われている国立公園。世界自然遺産にも登録されており、ダイナミックな自然を堪能できます。開:6:00～18:00 休無 料大人500B 子供200B

北イサーン NORTHERN

パンチエンの古代遺跡(ウドーンターニー県) Ban Chiang

1992年に世界文化遺産に登録された先史時代の遺跡。隣接するパンチエン国立博物館には、人類史解明の鍵となりうる貴重な出土品が展示されています。開:9:00～16:00 休無 料150B



プラ・タート・パノム (ナコーンパノム県) Phra That Phanom

高さ57mもの高さを誇る仏塔がシンボル。釈迦の肋骨を安置しているともいわれ、他県からも多くの人々が訪れます。開:6:00～20:00 休無 料無料

赤い睡蓮の海のお祭り

ウドーンターニー県にあるノンハン湖では、12月～2月頃になると一面に赤い睡蓮が咲き乱れます。1月13日～15日には、「赤い睡蓮の海のお祭り(タレープアーン・バーン)」も開催され、ボートで周遊することができます。



南イサーン SOUTHERN

ピマーイ歴史公園 (ナコーンラーチャシマー県) Prasat Hin Phimai Historical Park

タイ東北部の中で最も有名な寺院で、数ある遺跡の中でも珍しいアンコール様式。タイと古代クメール帝国をつなぐ、考古学的にも重要なエリアです。開:7:00～18:00 休無 料100B



パー・テーム国立公園 (ウボンラーチャターニー県) Pha Taem National Park

最大の見どころは断崖絶壁に描かれた壁画で、3000～4000年前の人々の生活を表したもののが300以上発見されています。開:6:00～18:00 休無 料大人400B 子供200B



パノムルン歴史公園 (ブリーラム県) Phnom Rung Historical Park

17年におよぶ復旧作業の後、歴史公園としてオープン。アンコール期のバーラーン様式寺院で、最も保存状態が良いとされる国内最大のクメール遺跡です。開:6:00～18:00 休無 料100B



パクトンチャイ・シルク村 (ナコーンラーチャシマー県) Pak Thong Chai Silk Village

タイシルクの特産地として有名。世界的に高い評価を得ているタイ伝統の手織り絹布「マットミー」をはじめ、昔ながらの伝統技術が今も守り続けられています。開:8:00～18:00頃 休不定

スコータイ SUKHOTHAI

スコータイ歴史公園

Sukhothai Historical Park

密林の中に数百年眠っていたスコータイ王朝の遺跡群。修復で約70万m²もの大規模な歴史公園として生まれ変わり、1991年世界文化遺産に登録されました。広大な公園内は、トラムやレンタルサイクルで巡ることができます。土曜日は21時までライトアップされています。開8:00～18:00(土曜のみ21:00まで)休無 料100B

ワット・シー・チュム

Wat Sri Chum

屋根のない立方体の建築物の中に、降魔印を結んだ巨大な石仏が納められています。開8:30～17:00 休無 料30B

ワット・スアン・ドーク

Wat Suan Dok

本堂の青銅仏は、建立から500年を経た今でも国内最大級の大きさを誇ります。「花園」という名の通り、夕日に輝く仏塔は、思わず息をのむほどの美しさです。開8:00～18:00 休無

ワット・プラ・バイ・ルアン

Wat Phra Phai Luang

スコータイで最も古い寺院です。当初は大乗佛教の寺院でしたが、後に上座部佛教寺院に変わりました。開8:30～17:00 休無 料無料

ワット・チャンローム

Wat Chang Lom

スコータイ遺跡群を代表する寺院のひとつ。正方形の土台の上に建つ丸いスリランカ方式の仏塔の4方面に、39頭の象の彫刻が飾られています。開8:00～17:00 休無 料40B

ワット・マハタート

Wat Mahathat

スコータイで最も重要とされる王室寺院。先端が蓮のつぼみの形をした主仏塔と御堂跡があります。開6:00～21:00 休無 料30B

シーサッチャナーライ歴史公園

Sri Satchanalai Historical Park

スコータイ王朝第2の都市として栄え、副王が住んでいたとされる丘のほど近い遺跡群です。開8:30～17:00 休無 料各遺跡100B(園内トラム1人20B)

北部 NORTHERN PART

チェンマイ
スコータイ
チェンライ
メーソンソーン
ランプーン&ランパーン

さまざまな民族の文化に影響を受けて育まれた個性豊かな文化と、自然豊かな山岳地域を有する古都・チェンマイ。タイ第2の都市へと成長した現在は「北方のバラ」と呼ばれ、世界中の観光客を魅了し続けています。

チェンマイ CHIANG MAI

サンカンペーンの地で触れる タイ北部の伝統工芸

伝統工芸品の产地としても知られるサンカンペーン。チェンマイ市街から車で約30分ほどの村々では、制作の様子を見学することができます。



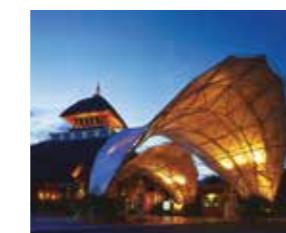
ワット・プラ・シン Wat Phra Sing

チェンマイで最も格式の高い寺院で、旧市街のアンドーク門の入口に位置しています。夜のライトアップでは幻想的な姿を見せてください。開8:00～18:00 休無 料無料



チェンマイ動物園&水族館 Chiang Mai Zoo & Aquarium

期間限定で公開されているパンダが人気。水族館も併設。開8:00～17:00 休無 料大人520B 子供390B(動物園&水族館)、大人450B 子供350B(水族館のみ)



チェンマイ・ナイトサファリ Chiang Mai Night Safari

園内では自然のままに、象・ライオン・ジャガーなど103種・約1000頭もの動物たちが生息しています。開11:00～22:00 休無 料大人800B 子供400B



ワット・チエディルアン Wat Chedi Luang

旧市街の中心にそびえ、ワット・プラ・シンと並んで格式の高い寺院のひとつ。仏塔の中には巨大仏が安置されています。開早朝～18:00頃 拝観自由

ローカルマーケット&バザールは掘り出し物と出会うチャンス大!



写真/ワット・プラ・タート・ドイ・ステープ

チェンライ CHIANG RAI

ワット・プラ・ケオ

Wat Phra Kaeo

バンコクのエマラルド仏はこの寺院で発見されました。現在は新しいエマラルド仏が安置されています。開早朝～18:00頃 拝観自由

ゴールデン・トライアングル Golden Triangle

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ラック川が合流し、3国が国境を接する珍しい景観を見下ろせる人気の観光スポットです。

ワット・プラ・タート・ドイ・コンム Wat Phra That Doi Kong Mu

Golden Triangle

町のどこからでも見える白亜の仏塔は、タイとミャンマーの混合様式になっており、ぜひ訪れておきたいランドマークです。開早朝～18:00頃 拝観自由

メーソンソーン MAE HONG SON



ワット・チョン・クラン& ワット・チョン・カム Wat Chong Klang & Wat Chong Kham

湖の畔に並んで佇む寺院。写真右が「ワット・チョン・クラン」、左が「ワット・チョン・カム」です。開早朝～18:00頃 拝観自由

花馬車に乗って悠久の古都を巡る
1914年にランバーン王族最後の王がこの地に初めて持ち込んで以来、移動の足として愛されている馬車。現在では国内で唯一「馬車の走る町」として知られています。



ランプーン &ランパーン LAMPHUN & LAMPANG

ワット・プラ・タート・ ハリブンチャイ Wat Phra That Hariphunchai

12世紀にメンラーイ王が建立した格式ある寺院。黄金のチエティと赤い御堂も必見です。開6:00～18:00頃 拝観自由

タイ象保護センター Thai Elephant Conservation Center

ケガを負って働けなくなった象の保護センター。水浴びの様子やショーを見学することができます。開8:30～16:30頃 休無 料大人80B 子供40B



写真／ボダ島(クラビ)

南 部

SOUTHERN PART

プーケット
クラビ
サムイ島
周辺の島々

「アンダマン海の真珠」と称されるプーケット。ココナツ林に覆われたサムイ。手つかずの自然に恵まれたクラビ。美しい海と白い砂浜、色とりどりのサンゴ礁で世界を魅了する、マリンリゾートの人気エリアです。



プーケット PHUKET BEACH ビーチ



パンガー湾 Ao Phang-nga



カロン&カタ・ビーチ Karon Beach & Kata Beach



マイカオ&ナイヤン・ビーチ Mai Khao Beach & Nai Yang Beach



シマラン諸島 Similan Islands

9つの島と数々の小岩からなるシマラン諸島は、マンタやシンベイザメなど大型生物との遭遇率も高く、多くのダイバーを魅了してやまない世界有数のダイビングスポットとしても知られています。

カオラック Khao Lak

プーケット島周辺のアイランドホッピングの拠点。南北十数kmにわたる美しい海岸線を持ち、日帰りでダイビングやシュノーケリング、エレファン特レッキングやラフティングなども楽しめます。

プーケット PHUKET SIGHTSEEING SPOT 観光スポット

プーケットタウン Phuket Town

島の東南部に位置するプーケットタウン。中国とインド貿易の拠点として栄えた時代に育まれた独自の文化が息づいています。歴史的価値の高いポルトガル様式の建物も多数点在しており、おしゃれなカフェやスタイリッシュなショップも充実。見応えもたっぷりで、街歩きの楽しさを堪能できます。



プロムテープ岬 Laem Promthep

「タイで最も美しい」と称されるサンセットが見られる、島最南端の岬。アンダマン海に沈みゆく真っ赤な太陽を見に、多くの人々が訪れます。特に3～5月の夕日は、夕暮れ時の散策に最適なシーズンです。



ワット・チャローン Wat Chalong

プーケットで最も篤い信仰を集めるタイ式仏教寺院です。仏像の他に高僧の像が安置され、参拝客が寄進した金箔が隙間なく貼り付けられています。

開 7:00～17:00 休無



ワット・プラ・トン Wat Phra Tong

胸から下が地中に埋まった仏像で知られる寺院。昔、息子を亡くした父親が夢のお告げで地面から出た棒を掘り起こしたところ、仏像が出てきたといわれています。

開 7:00～17:00 休無



ライレイ・ビーチ Railay Beach

西側のライレイ・ウエストは白い砂浜が続く広いビーチで、長期滞在派の外国人観光客に人気。東側にはマングローブが生い茂り、秘境のような雰囲気です。



ピピ諸島 Phi Phi Island

クラビ本土から南へ約42kmに位置するピピ諸島は6つの群生島からなり、美しいサンゴ礁に囲まれた神祕の香り漂う楽園です。タイでも有数のダイビングスポットとしても知られています。



アオナン・ビーチ Ao Nang Beach

他の島々への出発点となるクラビのビーチ・アクティビティの拠点。レストランやショップが軒を連ね、夕刻になると多くの人々で賑わいます。



ホットスプリング Hot Springs

水温約38℃の天然温泉が森の中の滝や川に湧き出ています。木陰でゆったり温浴を楽しんでみては？入浴の際は水着の着用をお忘れなく。



エメラルドプール&ブループール Emerald Pool & Blue Pool

トゥンティアオ山の遊歩道を抜けると水遊びが楽しめる天然温泉・エメラルドプール、さらに奥に進むと青い天然温泉・ブループールがあります。※写真はブループール



サムイ島 SAMUI ISLAND



ボプット・ビーチ Bo Phut Beach

約2kmの美しいビーチと、古い建物をリノベーションした店舗が並ぶユニークでおしゃれなエリア。レストランやバーが並び、街なかの散策も楽しめます。



周辺の島々 SURROUNDING ISLANDS



ナンユアン島 Nangyuan Island

サムイ諸島を形成する島々のひとつです。サンゴ礁からなる3つの島を、白砂の道がつないでいます。世界のダイバーたちが憧れるほど海の透明度も抜群。その美しさに思わず言葉を失うほど。※タオ島からスピードボートで約20分



タオ島 Tao Island

サムイ島の沖に浮かぶ南北約7km・東西約3kmの小さな島。ダイバーの間で「シンベイザメに会える島」として知られ、タイ有数のダイビングサイトとして、世界中の人々を魅了しています。※サムイ島から定期便で約2時間



アントーン諸島 Ang Thong Island

サムイ島の西約30kmに位置するアントーン諸島は大小50の島々が多彩な景観を見せる国立海洋公園です。海中にはサンゴやさまざまな生物が生息し、シュノーケリングを楽しめます。サムイ島から行けるツアーも多数開催され、近年注目が高まっています。



ワオ島 Wao Island

アントーン諸島のなかでアイランドホッピングで立ち寄る人気の島のひとつ。船から直接ダイブしながら、シュノーケリングを楽しめます。サムイ島から行けるツアーも多数開催され、近年注目が高まっています。



メナム・ビーチ Mae Nam Beach

サムイ島の北側、約4kmにわたって穏やかな遠浅のビーチが続きます。高級ホテルからバンガローまでいろいろな宿泊施設があり、ゆったり過ごしたいハネムーナーやファミリー層に人気です。



ラマイ・ビーチ Lamai Beach

チャウエン・ビーチの南側に位置する島内第2のビーチ。さまざまな宿泊施設や飲食店、ビアバー、土産物屋なども充実しています。観光客にも人気高く、昼夜を問わずに楽しめます。



ビッグ・ブッダ寺院 The Big Buddha

ファン島にあるビッグ・ブッダは、島内屈指の観光名所。高さ12mの黄金色の仏像が、訪れる人を微笑みで迎えます。階段を上ると、バガン島まで見渡せるほど眺望も抜群です。

タイ観光主要エリアへのアクセス

日本からタイ（バンコク）への直行便は、飛行機で約6時間。国内の主な交通は、航空網・鉄道・長距離バスなどがあり、各地方都市や島々へのアクセスネットワークも年々拡大しています。



チェンマイ CHIANG MAI

バンコク・スワンナプーム国際空港またはドンムアン空港から直行便で1日約50便(所要約1時間20分)。
バンコク・フランポーン駅から1日5本運行(所要12時間～15時間)。
バンコク北バスターーミナルより5:30から23:00まで約40分間隔で運行(所要約10時間)。

スコータイ SUKHOTHAI

バンコク・スワンナプーム国際空港からバンコク・エアウェイズ(PG)直行便で毎日約3便(所要約1時間15分) <http://www.bangkokair.com/>
バンコク・フランポーン駅発ピッサヌローク駅、またはサワンカローク駅下車(所要約7時間)、サワンカローク駅からスコータイ新市街までバスで約45分。<http://www.railway.co.th/home/>
バンコク北バスターーミナルからノンエアコン、エアコンバスが8:00～22:30の間、毎日運行。公営のほか私営バスも運行(所要約7時間)。

チェンライ CHIANG RAI

バンコク・スワンナプーム国際空港とドンムアン空港からタイ国際航空のほか、バンコクエアウェイズ、エアアジア、ノックエアーなど、1日約20便が運航しています(所要約1時間20分)。
バンコク北ターミナル発(所要約10時間)／チェンマイ第1バスターーミナル発(所要約3時間20分)。

プーケット PHUKET

バンコク・スワンナプーム国際空港からタイ国際航空、バンコクエアウェイズ、ノックエア、オリエントタイ/ワントゥーゴー航空が毎日20便以上運航(所要約1時間20分)。また、チェンマイからタイ国際空港が毎日1便(所要約2時間)発着。その他の国内線は、タイ国際航空、バンコクエアウェイズ、エアアジアがサムイ、ラヨーン、パタヤからそれぞれ発着。
バンコク・フランポーン駅発スラーターニー駅下車(所要約12時間)後、路線バスでプーケットまで(所要約4時間)。
バンコク南ターミナル発(所要約14時間)。

クラビ KRABI

バンコク・スワンナプーム国際空港からタイ国際航空、バンコクエアウェイズ、ドンムアン空港からエアアジア、ノックエア、タイライオンエアが運航(各社毎日2～5便・所要約1時間20分)。
隣県のスラーターニー、トランを経由してクラビへ(所要約9時間)。
バンコク南バスターーミナルからVIPバス1日2便運行(所要約12時間)。

サムイ島 SAMUI ISLAND

バンコク・スワンナプーム国際空港から、サムイ島行きのタイ国際航空が1日2便、バンコクエアウェイズが1日20便以上運航(所要約1時間20分)。
バンコク・フランポーン駅から南線の夜行列車でスラーターニー駅下車。駅からタートン港を経由して船でサムイ島のナートン港へ(所要約17時間)。
バンコク南バスターーミナル発スラーターニー行き(所要約10時間)、フェリーに乗り換えてサムイ島へ(所要約1時間半)。

タイを満喫！7つのキーワード グルメ&スイーツ

スープ & シーフード



トム・ヤム・クン / Tom yum kung

世界三大スープの一つとして有名。トムは「煮る」、ヤムは「和える」、クンは「エビ」のこと。凝縮されたハーブの香りとライム汁の酸味が、濃厚な出汁の旨みを引き立てます。



オースワン / Oo swan

新鮮な牡蠣と卵をタピオカ粉の生地で炒め、シャキシャキのもやしをプラス。



ケン・オップ・ウンセン / Kung op woon sen

春雨に殻付きのエビを乗せて蒸し焼きに。エビの旨みをたっぷり吸った春雨が主役です。



トム・カーカイ / Tom kha kai

トム・ヤムスープをベースに鶏肉やスパイス、ココナッツミルクでマイルドに仕上げました。



タイスキ / Sukiya

鶏ガラスープに野菜や肉など、海鮮などの具がたっぷり！タイで人気の鍋料理です。



ブー・パッ・ポン・カリ / Phu pad pong kari

カニを殻ごとカレーパウダーで炒め、溶き卵でふんわり優しく包みました。



ブー・ヌン・マナー / Pla nung ma nao

白身魚を柑橘果汁の酸味の効いたピリ辛スープで蒸しあげる味わい深い一皿です。

カレー



グリーンカレー / Kaeng khia waan

タイカレーは多種多様な唐辛子をベースに、ナンブラーなどの調味料やハーブ、ココナツミルクを用いて作られます。グリーンカレーは青唐辛子の爽快な辛さが特徴です。



イエローカレー / Kaeng kari

インドのスパイスをたっぷり使った香り高いカレー。ふんわりとした甘みが特徴です。



レッドカレー / Kaeng phed

赤唐辛子と甘口の唐辛子を使用。奥深い辛味と旨味、ハーブの香りを楽しめます。



マッサマンカレー / Kaeng massaman

カレーダモンやシナモンなどのスパイスや南部名産のピーナッツが奏ぐる濃厚な味わいで人気。

ごはん・麺



パッ・ガパオ・ガイ / Pad ka prao kai

タイも日本と同じく米が主食で、おかずが乗った手軽なワンプレートも大人気！また、タイの人々は麺類も大好きで、米粉の麺やたまご麺など、さまざまな種類があります。



パッタイ / Pad thai

腰の強い中太の米麺を使ったタイ式焼きそば。具材はエビや卵が定番です。



カオ・マン・ガイ / Khao man kai

鶏スープにショウガを加えて炊き上げたご飯に、茹でた鶏肉を乗せた人気の一品。



カオ・ソイ / Khao soi

中華めんとカリカリの揚げ麺にカレーソースをかけた、北部を代表する麺料理。

肉料理



ガイヤーン / Kai yaang

地鶏を骨付きのままハーブたっぷりのタレに漬け込み、じっくり遠火で炙ります。表面はカリカリ、中の肉はふっくらジューシー。見た目シンプル、味わい豊かな逸品です。



カオ・カ・ムー / Khao kha moo

コラーゲンたっぷりの豚足を、甘辛のタレでじっくり煮込みます。



サイクローケ・イサン / Sai grok l-san

豚肉にもち米を混ぜて、腸詰めにしてから発酵させるタイのソーセージ。優しい酸味が特徴。



ラープ / Laap

ハーブの香りと煮ったお米を細かく潰した食感が印象的。ライムでさっぱり味付けます。

野菜料理



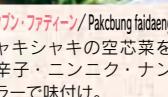
ヤム・ウン・セン / Yam woon sen

春雨をナンブラー、生唐辛子、ライム果汁で和えたタイの代表的なサラダ。酸っぱくてほんのり甘い春雨に、エビのぶりぶり感と豚ミンチのコクが加わります。



パッ・パック・ルアミット / Phat phak ruammit

新鮮な野菜をオイスターソースで炒めます。辛さはなし控えめなことが多いです。



パクブン・ファイエン / Pakbung faidaeng

タイのワイン&ビール

タイ産ワインは世界のコンペティションで数々の賞を獲得しています。ビールは現在5種の地ビールがあり、銘柄によって喉ごしも味わいもさまざま。タイではビールのグラスに氷を入れて飲むのがボビュラーです。



タイの調味料&ハーブ

タイ料理店の卓上には砂糖・ナンブラー・粉唐辛子・唐辛子入りの酢の計4種の調味料があり、自分流にアレンジできます。たっぷりのハーブとともに、「医食同源」としてタイの人々の健康に役立っています。



スイーツ & フルーツ



スイーツ & フルーツ

タイの人々は甘いものが大好き！スイーツは優しい甘みのものが多く、後味もさっぱりしています。熱帯地方のためフルーツも豊富で、マンゴーやババイヤ、マンゴスチンなど、1年中さまざまな果物を堪能できます。



カノム・ブアン / Kanom buang

新鮮マンゴーとココナツミルク味のもち米が絶妙！



タップティム・グローブ / Tap tim krob

クワイの実を、ブルブルのゼリーで包みました。



ドリアン / Durian

香り高くねっとり甘い「フルーツの王様」。



ババイヤ / Malako

さっぱりとした甘さが特徴。ライムで召し上がれ。



マンゴー / Mangoung

日本人にも人気。オレンジ色の果肉と濃厚な甘みが特徴。



ジュース&シェーク / Nam pan

タイではさまざまなジュースやシェークが味わえます。

郷土料理



日本で知られているタイ料理は、バンコクなど中部で発展したものが多いのですが、タイ各地にはそれぞれの風土や文化から生まれた地方色豊かな郷土料理があります。



北部

19世紀までランナー王朝という連邦国家があった地域で、ミャンマーやラオスの影響が受けられるのが特徴。もてなしの場では、丸テーブルに盛られた料理を自分で取り分けて食べるのが主流です。



東北部

「イサーン料理」と呼ばれることが多く、唐辛子の辛みが強いのが特徴。野菜やハーブと一緒に食べることが多く、「ソム・タム」、「ガイヤーン」はこの地方の代表的な料理です。



中央部

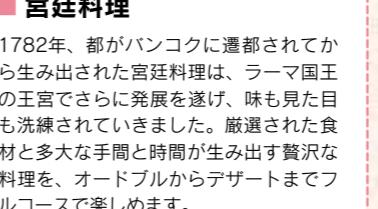
日本人が知っているタイ料理は中部で発展したものが多く、さまざまな食文化が融合して誕生しました。タイ料理に形容される「辛・甘・酸・塩」のバランスが良いのが特徴です。



南部

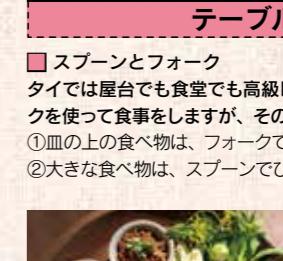
シーフード、ココナツ、フルーツを使つた料理が豊富。辛さの中にもまろやかさとコクがあり、カレー風味の串焼き「サーサー」、ピーナッツと月桂樹を使った「マッサマンカレー」などが有名です。

宮廷料理

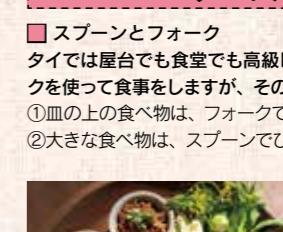


カービング

宮廷料理に欠かせない「カービング」。1本のナイフだけで、野菜や果物を見事に彫刻ていきます。ホテルやレストランで実演を見るのはもちろん、旅行者向けの体験教室もあります。



テーブルマナー

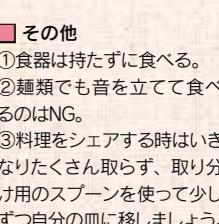


スプーンとフォーク

タイでは屋台でも食堂でも高級レストランでもスプーンとフォークを使って食事をしますが、その使い方が少し独特です。

①皿の上の食べ物は、フォークでスプーンに乗せてから口に運ぶ。

②大きな食べ物は、スプーンでひと口大に切って食べる。



その他

①食器は持たずに食べる。
②麺類でも音を立てて食べるのはNG。
③料理をシェアする時はいきなりたくさん取らず、取り分け用のスプーンを使って少しづつ自分の皿に移しましょう。

タイを満喫！ 7つのキーワード ネイチャーアクティビティ

マリンスポーツ



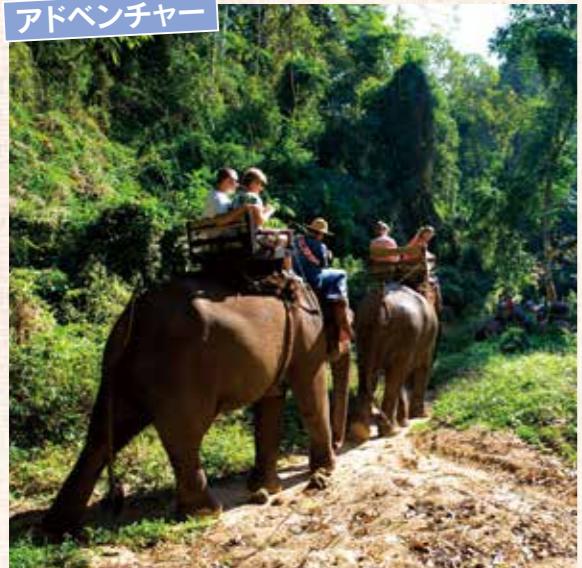
ダイビング
アンダマン海とタイ湾を擁するタイ。サンゴ礁と熱帯魚が織りなす神秘的なダイビングスポットが多数あります。



スタンドアップパドル

ブーケットで人気のスタンドアップパドル。ブーケット周辺は波が優しいため、男女を問わず初心者でも気軽にクルーズを楽しめます。

アドベンチャー



ロッククライミング
タイでは海沿いの崖などに、世界的なクライミングの聖地とされるスポットが多数あります。

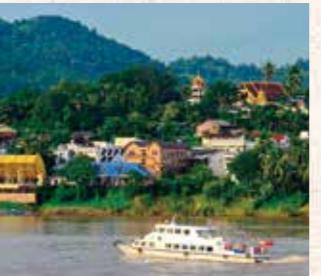


ラフティング

バギー

エレファントトレッキング

「タイならではの体験」ともいえるエレファントトレッキング。象の背中に乗ってのんびりと豊かな自然を楽しむことができます。経験豊富な調教師が付いてくれるので安心です。



アドベンチャーツアー
マウンテンバイクに乗ってタイ北部地方の丘陵地帯を巡るツアーも行われています。サイクリングの後山岳民族の村を訪ね、人々と触れ合えるプランも。

リバーカルーズ
バンコクから足をのばして山のリゾート地へ。古都チェンセーンやラオスのドーンサオ島へのリバーカルーズも、近年人気が高まっているアクティビティです。

ゴルフ
国際トーナメントが行われる「タイ・カントリークラブ」をはじめ、豊かな山の起伏を最大限に活かしたコースなど、ビギナーから上級者まで楽しめます。

ジップライン
熱帯ジャングルの木々に張り巡らされたワイヤーを、滑車を使って滑り降りるジップライン。大自然をワイルドに楽しめるアクティビティとして、世界的な人気を集めています。

ビーチリゾート&国立公園

アイコンの説明

●世界遺産 ビーチリゾート テーマパーク



ドイ・インタノン国立公園
エコツアー
バードウォッチング
トレッキング



バンコク周辺
ゴルフ



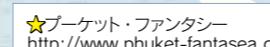
ホアヒン/チャアム

乗馬
ラフティング
ゴルフ



クラビ周辺

ロッククライミング
ダイビング
シュノーケリング



ブーケット・ファンタジー

<http://www.phuket-fantasea.com>



ブーケット
スタンドアップパドル
ゴーカート
バージャンプ

チェンマイ動物園・水族館
<http://www.chiangmaizoo.com>

チェンマイナイトサファリ
<http://www.chiangmainightsafari.com>

北東丘陵地帯

アドベンチャーツアー
エコツアー
ジップライン



東北(イサーン)地方
ゴルフ
エレファントトレッキング



カオヤイ国立公園(ドン・バヤイエン・カオ・ヤイ森林群)
エコツアー
トレッキング
バードウォッチング



バンコク
ゴルフ
アスレチック
リバーカルーズ



カートゥーン・ネットワーク・アマゾン・ウォーターパーク

<http://www.cartoonnetworkamazone.com>

アートインパラダイス <http://www.artinparadise.co.th/>

カーン <http://www.kaanshow.com/>



トラン
水中結婚式
ダイビング

アンダマン海・タイ湾
ダイビング
シュノーケリング
スタンドアップパドル
サーフィン
フィッシング
パラセーリング

タイを満喫！7つのキーワード ショッピング

スパ&アロマアイテム



スパグッズ 美容大国タイのスパグッズは実力派ぞろい。天然由来成分たっぷりでお肌にも優しく、香りもマイルドです。

タイブランド& セレクトグッズ



ファッショングッズ インパクトのあるデザインと斬新な素材のコンビネーションでタイセレブをも魅了する話題のブランドも必見。



シュガー&スパイスボッド タイの伝統技術とヨーロッパの感性が融合したおしゃれな日用雑貨も豊富です。



レザーアイテム タイ人デザイナーが手掛ける革製品。洗練されたデザインと丁寧な手仕事、上質な素材にこだわっています。



ファッション 自由な感性で新境地を創造する、タイ発のデザイナーズブランドも注目を集めています。



ハンドメイドグラス 有名ホテルやレストランで愛用されているハンドメイドグラスは、食卓を華やかに彩ります。



イヤホンコードホルダー ユニークで個性的なステーショナリーやデジタルガジェットは、学生やオフィスワーカーにも人気です。



タイ伝統素材 古くからある自然素材を活かしてモダンなデザインに仕上げたオリジナルアイテムも豊富です。



シルク小物 タイ産シルクを使用した、落ち着いた色合いの小物。ハンカチやポーチなど、普段使いにも最適です。

■ ジュエル・フェスト・クラブ

「ジュエル・フェスト・クラブ」はThe Thai Gems and Jewelry Traders Association (TGJTA) (英)で構成され、貿易促進及び品質保証された商品を扱っている非営利団体です。加盟店には右記のロゴ表示がされています。加盟店の最新リストは下記URLをご覧ください。

▶ <http://www.thaigemjewelry.or.th/> (英語)
TEL 02-630-1390 FAX 02-630-1398



伝統工芸品



タイシルク タイの伝統工芸を代表するタイシルク。上品な光沢と美しい色合いで、タイの工芸品の中でも特に人気の品です。



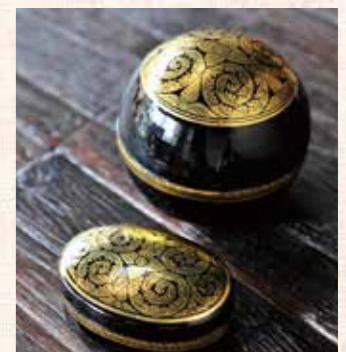
ペンジャロン焼 王室専用の高級伝統磁器として発展。さまざまな色と、タイの花や植物をモチーフにした模様が美しい逸品です。



セラドン焼 タイに古くから伝わる陶器のひとつ。淡いグリーンの伝統色はもちろん、鮮やかな色の陶器も豊富に作られています。



リーバオ タイ南部の熱帯雨林に自生しているシダ系植物を使用して、熟練の職人が精巧に編み上げます。



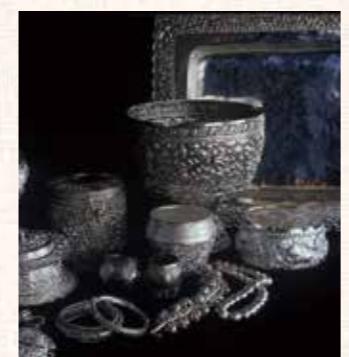
タイ漆 漆器に金彩でタイの伝統舞踊や植物が描かれるタイの漆器。チェンマイなど北部地方で盛んに生産されています。

■ 戻し税について

タイへの旅行者は、タイ国内の同日同一店で購入した合計2,000バーツ以上の買い物につき、7%の税金分を帰国時に空港で払い戻してもらうことができます。詳しい手続き方法などは、下記URLをご覧ください。

▶ <http://www.thailandtravel.or.jp/about/leave.html>

このマークのあるお店でご購入ください。



銀細工 高度な加工技術から生まれる銀細工。タイ北部を中心に食器や花器、アクセサリーなど多彩な品が作られています。



バティック 織地に独特の色彩を描くろうけつ染め。ブーケットが主な産地で、ベッドカバー やタペストリーにも活用できます。



フォークロア織物 タイ北部の山岳民族に今も伝わる伝統的な文様の織物。独自の文化が薫る美しい意匠が特徴。



英語や日本語ができるスタッフもいるので、気軽に相談してみましょう。

オーダーメイドの流れ

- ①デザインのイメージを伝える
どんな洋服を作りたいか決まつたら、雑誌などからイメージに近い画像を見つけて持参し、仕上がりイメージを相談しましょう。
- ②採寸
オーダーメイドに必要なサイズを採寸します。

- ③パターンを作成
採寸後、白い布で作られたパターンを試着できます。この時のサイズ感や着用イメージは仕上がりに反映されるので、希望があればしっかりと伝えておきましょう。
- ④仕上がり
パターン試着後、約2~3週間で完成! 帰国後、タイの国際郵便などで日本に届きます。

持ち込む生地幅の目安

- | | |
|----------------------|-------------|
| ● スーツの場合(ジャケット&スカート) | ● ワンピースの場合 |
| 100cm幅=4.5m | 100cm幅=3.0m |
| 120cm幅=3.5m | 120cm幅=2.5m |
| 140cm幅=2.5m | 140cm幅=1.5m |

※上記はMサイズの目安です。身長や体格、着丈やデザインにより変わってきますので、多目にご用意されることをおすすめします。

仕立て料金の目安

- | | |
|------------------|--------------------|
| ● スーツ : 5000バーツ~ | ● ワンピース : 3000バーツ~ |
|------------------|--------------------|

※いずれも生地持ち込みの場合です。
※後日空輸(EMS便)は1kg750バーツ~

注意事項

生地・料金目安、工程はランドマークホテル&プラザ内にある「ビーチ・タイ・デザイン」の場合です。
生地・料金目安、工程は店舗によって異なります。完成まで数日かかるので、5泊以上タイに滞在する人におすすめです。また、納品は滞在中の手渡しか国際郵便での輸送かを支払い前に必ず確認をしてください。

バンコクのショッピングスポット情報



デパート・ショッピングセンター 国内外の有名ブランドがそろう高級店

サイアム・パラゴン / Siam Paragon

バンコク屈指の大型ショッピングセンター。高級ブランドのブティックが並ぶエリア、上質な品ぞろえのデパートに加え、1階にはフードコートもあります。開10:00～22:00 休無



デパート・ショッピングセンター 空港のターミナルをコンセプトに誕生！

ターミナル21 / Terminal21

2011年にオープンしたショッピングセンター。空港のターミナルをイメージして建てられており、フロアごとに世界の都市名が付けられています。開10:00～22:00 休無

ローカルマーケット 地元ならではの生活用品や食料品が豊富なマーケットは、値段交渉も楽しみのひとつ



チャトウチャック・ウィークエンド・マーケット

Chatuchak Weekend Market

毎週土日だけ開催されるバンコクの名物マーケット。店舗の数約1万、買い物客20万人以上と、その規模もアジア最大級です。

開8:00頃～18:00頃 毎週土日のみ開催

オートコーコー市場

Or Tor Kor Market

タイ農業協同組合が運営。新鮮な生鮮食品が集まり、市場内にはフードコートも。MRTガムベーンベット駅からすぐとアクセスもよく、地元の人や観光客で賑わっています。

開6:00～20:00頃 休不定

パーククローンフラワー市場

Pak Klong flower Market

ワット・ボーの南、チャカベット通りの両脇に100軒ほどの花屋や露店が立ち並ぶ花市です。タイ全土からカラフルな花々が集まっています。

開8:00～18:00頃 休不定

プラトゥナム市場

Pratunam Market

ベッパー通りとラチャダムリ通りの交差点の北に位置。服飾や生鮮食料品が卸値で購入できます。日本から多くの人が買い付けに来る卸売市場でもあります。

開8:00～18:00頃 休不定

ナイトバザール

再開発・リニューアルで生まれ変わった話題のエリア



アジアティック・ザ・リバー・フロント

チャオプラヤー川沿いにシам時代(タイ王国の旧名称)の船着き場を再現した複合施設。アジア雑貨やお土産、ファッショなどのショッピングやレストランが軒を連ねています。開17:00～24:00

スーパー&コンビニ 本場タイの味をGET！



人気のタイフードや調味料、スナック菓子を購入するなら、地元のスーパー・マーケットやコンビニへ。トム・ヤム・クンスープやカレーの素など、価格もリーズナブルで種類も豊富です。

KEYWORD

4

タイを満喫！7つのキーワード ウェルネス&スパ

「アジアンスパの首都」と称され、心身の癒やしを求めて世界中から多くの人々が訪れるタイ。高級ホテルのスパから街のマッサージ店、自然の中でのメディテーションなどバリエーションも豊富で、予算に応じて選ぶことができるもう嬉しいポイントです。

タイ古式マッサージ



体中のツボをゆっくり時間をかけて刺激しながら、筋を伸ばしていくマッサージ。総本山とされる「ワット・ボー」をはじめ、街なかにもたくさんのサロンがあります。

スパ



世界各国のセレブリティをはじめ、多くの人々を魅了するタイのスパ。まるで別世界にいるような癒やしと安らぎの空間で、熟練セラピストによる施術を受けられます。身も心も解き放つ最高のリラクゼーションをあなたも体験しませんか？

地域別の特徴



バンコク

ホテルのゴージャスなスパ、有名なアロマブランドや自然素材を使ったスパなど選択肢も豊富。落ち着いたたたずまいの一軒家スパも人気です。



チエンマイ

バザールや城壁内、大きな通りにも大小さまざまなサロンがあり、気軽に立ち寄れます。目的・好みに合わせて選びましょう。

ヨガ



メディテーション



心身の疲れを癒やし、集中力を高めるトマホーク。タイには瞑想寺などの施設も多く、外国人観光客を対象に瞑想教室が多数開かれています。

メディカルチェック



アジアのなかでも最先端の医療レベルを誇るタイ。人間ドックや健康診断などのメディカルチェックを受けに、世界中から多くの人が訪れます。

ルーシー・ダットン



文字通りに訳すと、「ルーシー=聖人・行者、ダット=矯正する、トン=自己」を意味するタイ伝統の健康法のひとつ。「ワット・ボー」で毎朝8時から行われているセッションは、予約なし・無料(ワット・ボー拝観料100バーツは必要)で参加できます。©ワイワイタイランド

5

タイを満喫！ 7つのキーワード
エンターテインメントシアター&キャバレー
(ニューハーフショー)

ブーケット
ブーケット・ファンタジー
Phuket FantaSea
約25万坪もの敷地をもつテーマパーク。タイの歴史と伝統文化をテーマに、最新技術を駆使した華麗なショーが開催されています。
開:17:30 ~ 23:30 休:木 料:ショーのみ
大人1800B 子供1800B

テーマパーク



バタヤ **カートゥーン・ネットワーク・アマゾン・ウォーターパーク** / **Cartoon Network Amazon Waterpark**
アニメ専門チャンネル「カートゥーン・ネットワーク」による世界初のウォーターパーク。360度のドーム型滑り台や人工波のサーフィンなどがあります。開:10:00 ~ 18:00
休:無 料:大人1290B 子供・高齢者990B



ホアヒン **バナ・ナバ・ホアヒン** / **VANA NAVA HUAHIN**
高さ31mのウォーターフォールや、長さ175mのウォータースライダーなど、タイ最大級のウォータータラクションをはじめ、キッズプールやユニークな水中スタジオなど、大人から子供まで楽しめます。開:10:00 ~ 18:00
休:不定 料:大人1000B 子供・高齢者600B

観戦する



体験する

立ち技世界最強といわれるムエタイ。観戦して楽しむのはもちろん、観光客でも飛び込みでエクササイズできる施設が数多くあります。

パンコク ルンピニ・ボクシング・スタジアム

Lumpinee Boxing Stadium
国内最大級の収容人数を誇るスタジアム。車・ BTSでのアクセスも便利。ローカルの人々も多数訪れ、試合を楽しんでいます。
開:14:00 ~ 20:30 (火金) 料:500B ~
<http://www.muaythailumpinee.net/>

パンコク ラチャダムヌン・スタジアム

Ratchadamnoen Stadium
1941年開設。ルンピニ・ボクシング・スタジアムと並ぶ「ムエタイ試合会場の二大殿堂」。空調も完備され、快適に観戦できます。
開:18:00 ~ (月火水日) 料:1000B ~ <http://rajadamnern.com/>

ブーケット パトン・ボクシング・スタジアム

Patong Boxing Stadium
ブーケットで最も歴史あるボクシング・スタジアム。サイナム通りにある「パトンパーク」内にあります。開:21:00 ~ (木木土)
料:1300B ~ <http://www.boxingstadiumapatong.com/>

体験する



体験する

立ち技世界最強といわれるムエタイ。観戦して楽しむのはもちろん、観光客でも飛び込みでエクササイズできる施設が数多くあります。

パンコク レジェンド・タイ・ボクシング

Legend Thai Boxing
女性や初心者向けのエクササイズをしっかり指導してくれる草分け的存在。施設も近代的で交通も便利です。
開:9:00 ~ 22:00 休:無 料:英・タイ
<https://www.facebook.com/legendthaiboxing/>

パンコク ムエタイ・ラブ / Muay Thai Lab

王宮にもほど近い場所にある洗練されたジム。ムエタイ元世界チャンピオンをはじめ、本格派のトレーナーたちと楽しくレッスンできます。
開:11:00 ~ 21:00 休:無 料:英・タイ
<http://www.muaythailab.net/>

パンコク フェアテックス・パタヤ ホテル&スポーツクラブ

Fairtex Pattaya Hotel & Sportsclub
ホテル内にあるジムで本格的なムエタイ・エクササイズを体験できます。開:10:00 ~ 20:00 休:無 料:英・タイ
<http://fairteexpattaya.com/sportsclub/muaythai-fitness/>

アート&ミュージアム



バンコク エラワン・ミュージアム / **The Erawan Museum**
バンコクとサムットプラカーン県を結ぶスクンビット通り沿いにそびえ立つ巨大象が目印の建物。個人所蔵の仏像や骨董品が多数展示されています。開:8:00 ~ 17:00 料:150B



バンコク サイアム博物館 / **Museum of Siam**
「タイ国がどのようにしててきたのか」をテーマに、タイ人とタイ国のルーツを探り、今にいたるまでの歴史をることができます。開:10:00 ~ 18:00 休:木 料:大人200B 子供100B



バンコク 国立美術館 / **National Art Gallery**
かつて造幣局として使われていた建物を、1974年に国立美術館としました。伝統絵画やタイ現代絵画が常設展示され、さまざまなエキシビションも催されています。開:9:00 ~ 16:00 休:火祝 料:200B

バンコク クッキングスクール



ブルーエレファント・クッキングスクール
Blue Elephant Cooking School
朝のコースは市場見学からスタート。食材の選び方・買ひ方から調理まで幅広く学べます。開:8:45 ~ (2800B・市場見学含む)、13:30 ~ (2500B・調理のみ) 料:英
<http://www.blueelephant.com/cooking-school>

ナート・タイ・クッキングスクール
Naj thai Cooking School
ハーブ園で行う、タイの食材や暮らしに関する講義からスタートします。開:9:00 ~ 13:30 ~ (各4時間) 料:2500B <https://www.najthaicooking-school.com>

スパイス・スプーン / **Spice Spoon**
「アナンタラ・バンコク・リバーサイド」主催。リバーサイドをしながらタイ料理を学べます。 <http://bangkok-riverside.anantara.jp/Resort-Activities/>

クッキング・クロニクル / **Cooking Chronicle**
タイ料理の研究者としてタイの国立大学でも教えている先生からタイ料理の奥深さを学ぶことができます。開:13:00 ~ 20:00 料:英・タイ <https://www.facebook.com/Cooking-Chronicle-595711967271494>

モダン・ウーマン・クッキングスクール
Modern Woman Cooking School
メディアで活躍中の料理家が教える本格的なクッキングスクールです。 <http://www.mwthaicook.com/index.php>



バンコク ヘンジャロン工房
Bencharrong House
アユタヤ王朝時代に誕生し、王室にも愛用されたヘンジャロン焼。タイ各地にある工房では、制作過程の見学や購入はもちろん、絵付けの体験ができるところもあります。

バンコク ボールド・クッキングスクール
Bangkok Bold Cooking School
海外で修行を積んだタイ料理のカリスマシェフから直接指導を受けられます。開:11:00 ~ 22:00 料:英・タイ <https://www.facebook.com/BangkokBoldCookingStudio>

UFMベーキング&クッキングスクール
UMF Baking & Cooking School
タイ料理から洋食、製パン、和食まで学べます。 <http://www.ufmeducation.com>



バンコク近郊 サンプラン・リバーサイド
Sampran Riverside
バンコクの「サンプラン・リバーサイド」をはじめ、伝統的なタイカルチャーやタイの人々のライフスタイルを楽しく体験できる施設もあります。

ブーケット タラーン国立博物館

Thalang National Museum
1985年、ヒロインズ像の姉妹に敬意を表して建てられた博物館。ブーケットとアンダマン海沿岸の歴史、民族、美術などを物語る品々を展示しています。開:9:00 ~ 16:00 休:火祝 料:100B

タイを満喫！ 7つのキーワード 歴史＆世界遺産

歴史



3000～4000年前に描かれた壁画(東北部バー・チーム国立公園)

紀元前後から近代国家の成立まで

タイの歴史は、先史時代の遺跡が数多く出土するイサーン地方(東北部)から始まります。ウドーンターニー県のバンチエン遺跡は世界史上でも比較的早期の農耕文明を持ち、東南アジアで最も重要な遺跡のひとつとして世界文化遺産にも登録されています。9世紀になると、現在のカンボジア付近にあったクメール王朝がタイ東北部へ勢力を拡大し、その支配が13世紀初頭まで続きました。

タイ族初の独立王朝「スコータイ王朝」

13世紀初頭に入るとクメール王朝の支配が弱まり、その配下にあったタイ人土侯がクメール人勢力を驅逐。現在のスコータイとシーサッチャナーライ両都市を中心とした地域に、「幸福の夜明け」(スコータイ)と名づけた王朝を築きました。これがタイ族による国家の始まりです。第3代ラームカムヘーン王(在位1279～1298)は諸外国との貿易で経済力を高め、やがてランナー王朝などの周辺国家をその支配下におきます。タイ文字の制定やスリランカから伝わったとされる『上座部仏教』を国教に制定するなど、國家の基盤を作りました。ラームカムヘーン王の死とともに王朝は衰退を始め、15世紀なか頃になると、チャオプラヤー川沿いに台頭していたアユタヤ王朝の属国となりました。



スコータイ王朝ラームカムヘーン王の銅像(スコータイ歴史公園)

現在へと続く「ラッタナーコーシン王朝」

トンブリー王朝に仕え、猛将として名高いチャオプラヤー・チャクリーは、タクシン王の死後の混乱をおさめ、ラッタナーコーシン島に新しい都を建設。ラーマ1世(在位1782～1809)として即位しました。これが現在も続くラッタナーコーシン王朝(チャクリー王朝またはバンコク王朝とも呼ばれます)の始まりです。続くラーマ2世、ラーマ3世の治世に入ると国内は平安を取り戻し、寺院の建立・修繕などにも力を注ぎました。

タイの近代化

かつては専制君主制を築いていたラッタナーコーシン王朝ですが、近隣諸国が相次いで欧米列強の植民地となつた19世紀から20世紀初頭に方向を転換します。ラーマ4世は欧米諸国と通商貿易条約を締結。ラーマ5世(チュラロンコン大王)の治世では、中央集権制のもと奴隸制の廃止や貿易の強化、官制度の整備に加え、行政組織の改革や鉄道・道路などインフラの整備、電気や電報事業などの近代化が行われました。これらの努力と巧みな外交政策の結果、タイは列強の侵略から東南アジアで唯一独立を守り通すことができたのです。



王宮とワット・プラ・ケオ(バンコク)

国際貿易港の首都として隆盛を極めた「アユタヤ王朝」

1351年にタイ湾にほど近い中央部で成立したアユタヤ朝。その恵まれた土地を背景に、周辺の農村や森林地帯から集積する物資の交易拠点として繁栄しました。隣国スコータイを併合した後、東北部を支配していたクメール王



当時の栄華を今に伝えるアユタヤ王朝の遺跡群(アユタヤ歴史公園)

絶対王政から立憲君主制へ

1932年の立憲革命により、王は象徴的な存在として憲法に定められ、政治には直接関わらない立憲君主制へと移行しました。1939年には「タイ王国」と呼称を改め、現在に至ります。

日本との交流は、600年ほど前の御朱印船貿易にさかのぼるといわれています。当時の王都アユタヤには日本人村が形成されるなど、官民ともに活発な交流がなされていましたが、日本の鎖国により関係は一時断絶。日本が明治

維新により近代国家建設を開始したのとほぼ時を同じくして、タイ王国も近代化の道を進みます。そして1887年、日タイ修好宣言で正式に国交が結ばれ、再び交流が活発化。現在では経済や文化など、さまざまな面において良好なパートナーシップを築いています。



旧国会議事堂(バンコク)

タイと日本の歴史年表

タイ	西暦	日本
7～8世紀 先住民の中でモーン族のドヴァラヴァティー人がチャオプラヤー川流域に王国を形成	700	奈良時代 710年 平城京遷都 平安時代 794年 平安京遷都
11～12世紀 タイ族によって形成された小国家がクメール王朝の支配下に置かれる	1000	鎌倉時代 1192年 源頼朝、征夷大将军になる 1274・1281年 蒙古襲来
スコータイ王朝 1240年頃 タイ族の統一国家が成立 タイ文字が制定され、上座部仏教が国教となる	1300	室町時代 1338年 足利尊氏、征夷大将军となる 戦国時代 1467年 応仁の乱
アユタヤ王朝 1351年 ロップリーとスパンブリーが統合され、アユタヤ朝成立	1600	15世紀中頃、スコータイ王朝はアユタヤ王朝の属国になる。 16世紀以降、歐州諸国との海上貿易が盛んに行われる。
1686年 フランスに大使を派遣し、ルイ14世に謁見。	1700	1590年 豊臣秀吉、天下統一 1600年 関ヶ原の戦い 江戸時代 1603年 德川家康、征夷大将军になる 1612年 山田長政、御朱印船でタイに渡り、のちに日本人村の棟梁になる 1637年 島原の乱 1639年 ポルトガル船入港禁止(鎖国)の開始 1702年 赤穂浪士討ち入り
トンブリー王朝 1767年 タクシンが初代国王になり 王朝成立 トンブリーに遷都するも、他国との戦争で国内は混亂状態へ。	1800	1772年 田沼意次 老中になる
チャクリー王朝 1782年 ラーマ1世即位。王都をバンコクへ移す	1832年	1826年 イギリストバーネイ条約締結 1832年 アメリカと通商条約締結
1872年 英語学校の開校 1887年 陸軍士官学校の開校 日タイ修好宣言	1900	1837年 大塙の乱 1853年 ベリー来航 1854年 日米和親条約(鎖国の終了) 1860年 桜田門外の変 1867年 大政奉還
1906年 海軍士官学校の開校	1932年	明治時代 1889年 大日本帝国憲法発布 1894年 日清戦争 1904年 日露戦争 大正時代 1914年 第一次世界大戦 1923年 関東大震災
1932年 絶対王政から民主主義体制へ移行 1939年 シャム国から「タイ王国」と呼称を改め、現在に至る。 1946年 ラーマ9世即位	1940年	昭和時代 1937年 日中戦争 1940年 日独伊三国軍事同盟 1941年 第二次世界大戦 1964年 東京オリンピック
2006年 ラーマ9世即位60周年記念式典に天皇皇后両陛下ご出席 2007年 日タイ修好120周年ワチラロンコーン皇太子(現ラーマ10世)、同妃、ラッサミチヨット王子来日	2005年	平成時代 2005年 日タイ経済連携協定に合意
2011年 東日本大震災 2016年 伊勢志摩サミット	2017年	2011年 東日本大震災 2016年 伊勢志摩サミット

文化遺産



古都アユタヤ

古都の壮大な歴史が眠る遺跡の街、アユタヤ。400年以上続いた王朝時代に建設された荘厳な遺跡群は歴史公園として整備され、当時の繁栄の様子を今に伝えてくれます。

文化遺産



バンチエンの古代遺跡

イサーン東北地方、ラオスとの国境付近のウドーンターニーにあるバンチエン遺跡。先史時代の重要な遺跡が残り、発掘時の状態を保存した遺構を見学できます。

文化遺産



古代都市スコータイと周辺の古代都市群

現在のタイ文化の礎を築きあげたスコータイ王朝。その栄華をしのばせる遺跡群は、東南アジアで最も価値のある史跡のひとつとされています。

自然遺産



トゥンヤイ・ファイ・カ・ケン野生生物保護区群

国際的な絶滅危惧種や、東南アジア本土で生息が確認されている哺乳類の約3分の1が生息するなど、世界的にも非常に重要視されている野生生物保護区です。

自然遺産



トン・バヤーイエン・カオ・ヤイ森林群

大自然に抱かれた野生動植物の宝庫。バンコクから205kmの地にある「カオヤイ国立公園」には12ものトレッキングコースがあり、美しい眺望を楽しめます。

▶世界遺産の場所はP.4～5、P.21をご覧ください。



タイを満喫！ 7つのキーワード 文化 & 伝統

文化



仏暦

タイでは今でも仏暦が使われています（略号B.E）。仏暦とは釈迦が入滅した年を起源としています。仏暦=西暦+543年（例：2017年は仏暦2560年）

タンブン（功德）

輪廻転生を信じているタイの人々にとって、『徳を積み重ねる行為=タンブン』は非常に重要な意味を持ちます。最大のタンブンは僧侶として出家することですが、出家できない場合でも、日常生活の中で徳を積むこともできます。托鉢をして回る僧侶に衣服や食事の供養をしたり、困っている人を助けたり、先祖を供養したりといったこともタンブンになります。善行を重ねて徳を積むことは、上座部仏教を信じる人々にとって日常のことなのです。



タンブンになる行為

- 寺院や僧侶に寄進をする ■出家する ■息子を出家させる
- 五戒（殺生をしない・盜まない・異性に触れない・嘘をつかない・酒を飲まない）を守る

寺院建築

タイの寺院は主に本堂、礼拝堂、回廊、鐘楼などで構成されています。仏舍利を納める仏塔には、1段ごとに仏教的な意味が込められており、スリランカから伝わって独自の発展を遂げた釣鐘型の「チエーティー」や、レンガを積み上げてトウモロコシのようなシルエットを描いた「プラン」などがあります。

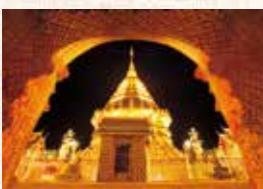


寺院や僧侶へのタブー

- タイの寺院は観光地ではなく、あくまでも信仰の場です。ノースリーブや短パンなど肌の露出度が高い服装は控えましょう。
- 参拝中に大声で笑ったり、走り回ったりしてはいけません。
- 参拝する際は、線香と花を手に携え、仏陀の前に座り3回こうべをたれます。
- 女性は僧侶の体や衣、持ち物に直接手を触れてはいけません。托鉢などの際、物を差し上げる場合は直接鉢に入れるか、僧が差し出した黄色い布の上に置いてください。

タイの佛教

タイでは国民の94%が佛教徒で、厳しい修行と禁欲によって救済の道を開くとされる「上座部佛教」が主流です。男性は出家をしてようやく一人前とみなされるため、一生に一度は出家をして修行をします。女性を中心とする在家者は、僧侶が必要とする袈裟や食べ物を納めたり、寺院修復の寄進などをして徳を積みます。上座部佛教では「徳を積む=タンブン（功德）」が根本的な行いであると説かれているため、「持つ人が持たぬ人へ施しを行う」「間違いを起こした人に対して憎しみを持たない」というようなことも、タイではごく当たり前。人々の穏やかな笑顔の背景には、佛教の教えが今も息づいているのです。



僧院の役割

タイには約3万もの佛教寺院があります。祈りの場としてはもちろん、集会所や学校などの役割も果たし、人々の暮らしと密接に結び付いています。

タイの結婚式

タイの伝統的な結婚式は宗教とは無縁のものですが、僧侶を9人招くのが良いとされています。挙式は午前中に執り行われ、タイの伝統音楽と舞踊が披露されます。皆の祝福を受けながら、聖糸・聖水の儀式が行われます。



タイの主な祝祭日

- | | |
|------|---|
| 1月 | お正月 |
| 2月 | マカブーチャ（万仏祭）…釈迦の弟子1250人が一堂に会したことを祝う日 |
| 4月 | チャクリー王朝記念日…現王朝の初代・チャクリー王が即位した日 ソンクラーン（タイ旧正月） |
| 5月 | 農耕祭…豊作を祈って行われる儀式 |
| 5～6月 | ヴィサカブーチャ（仮誕節）…釈迦が誕生し悟りを開いて死んだとされる仏教上の最も聖なる日 |
| 7月 | アサラハブーチャ（三宝節）…釈迦が5人の弟子に悟りを説いて「仏・宝・僧」の三宝が完成した日／カオバンサー（入安居）…僧侶がこれから3カ月間、修行のためにお寺にこまる日／ワチラロンコーン国王陛下生誕日 |
| 8月 | 王母誕生日 |
| 12月 | ラーマ9世生誕日／憲法記念日／大晦日 |

上記以外にも各地域には独自に伝わる祭りが数多くあります。近年では、ミュージック・フェスティバルや一般参加可能なマラソン大会、ゴルフの国際大会なども開催されています。詳しい日程は下記URLをご覧ください。

<https://www.thailandtravel.or.jp/about/calendar/>

伝統～芸能～



舞踊

タイの舞踊は、伝統的な古典舞踊と庶民の身近にある民族舞踊とに大別されます。もともとは宮廷用の舞踊として、スコータイ王朝やアユタヤ王朝時代から伝承されてきました。物語は、サンスクリット語の大叙事詩「ラーマーヤナ」をタイ風に翻訳した「ラーマキエン」の中から題材を集めめたものが代表的。コーン・マスクという魔神の仮面をかぶる舞は「コーン」、仮面をつけずにスローなテンポで優雅に舞う舞踊は「ラコーン」と呼ばれています。

楽器

タイの舞踊に欠かせない古典音楽を奏てる楽器。弦楽器、打楽器、管楽器など、さまざまな種類があります。楽譜は基本的に存在せず、演奏者は旋律を聴いて学びます。



ラナート

コンウォンヤイ

伝統～工芸～



東北部(イサーン)

タイシルクの中心的な産地として知られるイサーン。地元の陶土を活かしたパンチエン焼や、染めた糸を使って幾何学模様を織り上げる絹布「マットミー」も知られています。

- タイシルク
- 竹製品
- パンチエン焼・ダンクイアン焼
- マットミー（幾何学模様の絹織物）など

北部

チエンマイを中心とする北部地方では、手織り布や刺繡、銀細工など山岳少数民族の代表的な手工芸品をはじめ、セラドン焼や手描きの日傘など、さまざまな工芸品が作られています。

- 編織物
- 銀細工
- 手すき紙
- 木彫り
- セラドン焼
- 刺繡など



中央部

ウォーターヒヤシンスの織維、亜麻など、タイに自生する植物素材を生かした工芸品や竹細工、ヘンジャロン焼、金細工など、日用品から高級品まで、さまざまな品が作られています。

- ヘンジャロン焼
- 純金細工
- わら製品
- 宝飾品など



南部

海と山に恵まれた南部は、ココナツ殻製品や貝細工・真珠のアクセサリーの名産地。色鮮やかなろうけつ染め（バティック）も人気です。錫も多く産出され、ピューターの名産地としても知られています。

- バティック
- ピューター
- 貝細工
- 真珠製品
- ココナツ殻製品など



山岳民族

タイの北部地方に暮らす山岳民族は、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、美男美女が多いといわれるリス族、広く分散しているモン族ほか、アカ族、ヤオ族の5部族です。美しい織物や芸術的な竹編み、織細な銀細工など、代々伝わる卓越した技術は今も大切に受け継がれ、彼らが作る工芸品は北部を代表する土産物にもなっています。



正装

男性用の正装は「スア・プララーチャターン」、女性用の正装は「チュット・チットラダー」と呼ばれています。色柄やスタイルは、北部・東北部・中央部・南部の各地方によってさまざま。女性用は襟元まで覆うデザインや一枚の布を胸に巻いて着る巻きスカートタイプなど、バリエーションも豊富です。男性用はトップスとボトムの2ピースが基本で、北部や東北地方では、イラストのように腰布を巻くことがあります。

タイ一村一品運動

「OTOP（オートップ）」とは、タイ政府がすすめる「一村一品運動」のこと。全国76県7,000以上の村が登録し、地域性を活かした特産品を作っています。「OTOP」マークのある商品は、品質も折り紙付き。OTOP商品は、デパートやショッピングモール、スーパー、空港、パークティングエリアなどさまざまなところで手に入ります。工芸品のみならず、食品やコスメなどの日用品にもOTOP商品があるので、下記URLをご覧ください。

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



タイをもっと深く知る テーマのある旅

一般的な観光旅行はもちろん、よりテーマ性の強い旅でもタイは最適の地として選ばれています。

美しい自然や独自の歴史、多彩な文化、穏やかな国民性といったタイの特徴は、

「特別な目的のある旅=Special Interest」においても、より一層の魅力となるでしょう。

ウエディング

憧れのセレモニーを
リーズナブルに実現

エメラルドグリーンの海を臨むチャペルや、荘厳な寺院、ダイビングをしながらの水中ウエディングなど、さまざまなスタイルで挙式が行えるタイ・ウエディング。タイ式の挙式は、寺院にて僧侶の立ち会いのもとに式を挙げる伝統的なスタイルです。また、素晴らしい演出と日本よりリーズナブルな予算で満足度の高い式を挙げることができます。フライト時間や時差も短いので旅の疲れも少なく、家族や友人を気軽に招待できるのも大きな魅力。みんな笑顔で祝福の日を迎えることができるでしょう。

※タイ国政府観光庁では、タイで結婚式を挙げるカップルを積極的に応援しています。式場や現地アクティビティに関することなど、お気軽にお問い合わせください。



ロングステイ

穏やかな親日国タイで
暮らすように旅をする

定年退職後の余暇にしたいこととして挙げられるのは「海外旅行」ですが、同じくらい上位に挙がるのが「のんびりすること」。あくまでも収入の基盤を日本に残し、暮らすように旅をするロングステイは、のんびりと過ごしたい方に最適。ロングステイ財団が毎年行っているアンケートによると、長期滞在をしたい国の上位に、必ずタイが入っています。仏教国であるため人々も穏やかで滞在費用もリーズナブル。医療水準も非常に高く、ゴルフやテニスなどのアクティビティが充実していることも大きな魅力です。

※ビザ申請など詳細はタイ国政府観光庁HP <https://www.thailandtravel.or.jp/plan/longstay/>をご覧ください。



ユース

視野を広げ豊かな
人間性を育む教育旅行

近年、多くの教育関係者に注目されているタイ。国民の約94%は敬虔な仏教徒ですが、多民族・多宗教の人々が暮らす「多文化共生社会」でもあります。また、タイは一度も植民地化されたことがないため、その文化も独特。長い歴史を感じさせる遺跡や寺院をはじめ、現地には豊富な学習素材があります。同時に、平和学習やボランティア体験なども可能。厳しい状況の中でも前向きに生きようとする子供たちの姿から、「生きる力」について考える機会を得られることでしょう。安全面・衛生面・ホスピタリティはもちろん、大人数での移動や宿泊も安心して任せられます。



ラグジュアリー

世界のVIPをも魅了
タイで楽しむ極上の旅

世界の富裕層がタイに集まっていることを、あなたはご存知ですか?彼らはタイの美しい自然と深遠な文化、そして、サービス精神あふれるタイの国民性に魅了されているのです。バカンスやビジネスなど、旅の目的は人それぞれ。ラグジュアリーなフライトで日本を発ち、最高級のプライベートジェットで各地を巡る。どんな望にも応えるコンシェルジュサービスや、高級ホテルでの優雅なスパ、3つ星レストランでの贅沢な食事に、開放的なビーチリゾート、大自然を独り占めするアクティビティに、洗練されたゴルフコース…。楽しみ方は自由に選べます。



マラソン

都会・自然・遺跡など
コースも多彩!

タイでは年間を通して200以上のマラソン大会が開催されています。なかにはタイの主要な観光地で開催されるレースもあり、日本をはじめ世界中からランナーたちが集い、参加者も年々増加しています。タイのマラソンの特徴は、バンコク国際マラソンのように大都会を走るコースや、リゾート気分を満喫できるプーケットやパタヤ、世界遺産アユタヤやスコータイの遺跡群の中を走り抜けるコースなど、さまざまなタイプのマラソンレースがあること。ほとんどのマラソンは早朝日が昇る前にスタートし、気温が上がる前に終了します。健康な方なら、国籍・年齢を問わず参加できます。



ムエタイ

13世紀から続く国技の
魅力と迫力に触れる

立ち技の世界最強格闘技といわれるタイ式キック・ボクシング、ムエタイ。その歴史は古く、13世紀に興ったスコータイ王朝では、軍隊の実戦格闘技に採用されていました。特徴は激しいパンチ、肘打ち、キック、芸術的なフェント。「タイの格闘技」(muay=格闘技／thai=タイ)という名の通り、タイの国技にもなっています。現在でも人気は高く、スタジアムでは割れんばかりの大歓声のなかで繰り広げられる熱戦を楽しむことができます。ムエタイに興味が湧いた方、格闘技が好きな方は、ムエタイ・ジムで本場のトレーニングを体験することも可能です。



トラベル・インフォメーション

安全で快適な旅を楽しむために、タイの基本的な情報やマナー、
出国・入国手続きや現地の交通情報などを紹介しています。
出発前に確認しておくと、より安心です。

旅の準備

■ パスポート&ビザ

■ パスポート

- ◆日本国籍を持ち、タイ入国後30日(29泊30日)以内の観光目的の滞在の場合、ビザなしで入国することができます。国際規定によりパスポートの残存期間は6ヶ月以上と定められています。
- ◆30日以上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ください。
- ◆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。

■ ビザ

ビザに関する詳細は下記までお問い合わせください。

◆ 在東京タイ王国大使館 VISA課

TEL 03-5789-2449

<http://www.thaiembassy.jp/rte1/>

◆ タイ王国大阪総領事館

TEL 06-6262-9226

<http://www.thaiconsulate.jp/wwwj/>

■ 服装

- ◆1年を通して日差しが強く高温多湿なので、通気性の良い服装をおすすめします。ただし山岳部では朝晩冷え込むこともあります。デパートやレストランの中など一部エアコンが効きすぎているところもあるので、防寒着を1枚持つて行くと安心です。
- ◆敬虔な仏教国であるタイでは、王宮や寺院を訪れる際、肌を極端に露出した服装(例:タンクトップやショートパンツなど)やサンダルでは入場できないので気を付けましょう。

■ 衛生規定

汚染地域から入国する場合を除いて、予防接種の必要はありません。

免税・通貨

■ 免税範囲

■ タバコ/電子タバコ

- ◆タバコ類持ち込みは1人250グラム、または200本まで。
- ◆税関申告不可。超過分は原則没収および罰

タイ基礎情報

■ 時差

日本とタイの時差はマイナス2時間で、タイが午前8時の時日本は午前10時です。

■ 電気

電圧は交流220V(50Hz)で、日本の電化製品(100V)をご利用の場合は、変圧器が必要となります。プラグは、BF、C、Aタイプがあり、主要都市のほとんどのホテルが日本と同じAタイプに対応しています。

■ 電話

◆タイから日本へ電話をかける場合は、001-81(日本の国番号)-「0」をとった市外局番から相手先の電話番号をプッシュします。例) 03-1234-5678へかけたい場合、001-81-3-1234-5678

◆「International」の表示がある公衆電話は国際電話が可能。ホテルの部屋の電話を利用するのが最も便利ですが、郵便局や空港からも掛けることができます。硬貨を多めにご用意いただくか、コンビニなどでテレfonカード(300バーツから)をご購入ください。

※タイの国番号[66]

■ 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ボーター、ハウスキーパーへのチップに20バーツほどご用意を。◆サービス料を含まないレストランで食事をした場合、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。

■ Wi-Fi・インターネット

ほとんどのホテルでは、各部屋にWi-Fiや宿泊客が自由に利用できるビジネスセンターを設置しています。大型ショッピングセンターや市街地でもサービスを利用すれば、Wi-Fiのパスワードを発行してもらいます。

タイのお金



タイの郵便ボストンは左がバンコク市内、右がバンコク市外への投函口です。

■ 郵便

- ◆ポストカードなどを日本へ出す場合は、ホテルのフロントから出すこともできます。コンビニで切手を買って貼り、そのままポストに投函することも可能です。
- ◆空港や大型ショッピングモール内にも郵便局の出張所があります。
- ◆バンコク中央郵便局(GPO)市内チャオプラヤー川沿いのチャルン・クレン通りにあります。

TEL 02-233-1050 開月～金 8:00～20:00
土日祝 8:00～13:00

■ ビジネスアワー& ショップ営業時間

■ 銀行

開月曜日～金曜日 9:00～15:00

休土日祝日

■ ショップ・デパート

開10:30～11:00頃 閉21:00頃

※店舗によって異なります。

■ セブンイレブンやファミリーマートなどのコンビニエンスストア

24時間営業

■ 酒類の販売

- ◆タイでは仏教の日が年に数日あり、それ日の日にはアルコール類の販売は法律で禁止されています。
- ◆選挙前日や選挙当日もアルコール類の販売は禁止されています。

※アルコール類の販売は、通常11:00～14:00、17:00～24:00の間となります。

■ タイの水

- ◆タイは年中暑いのでこまめに水分補給をしましょう。ただし水道水や生水は飲まないこと。
- ◆食堂などで提供される水は一度沸騰させたものが多いのですが、胃腸が弱い方はミネラルウォーターを飲むのがベター。スーパーやコンビニなどで購入できます。(500mlで10バーツほど)

■ トイレ事情

- ◆レストランやホテルの大半は洋式トイレですが、観光地や大衆食堂などはタイ式トイレの場合があります。形は日本の和式トイレに似ていますが、タイ式では穴の開いている方を後ろにしてしゃがみ、用を足します。水洗でない場合は便器脇に汲み置きされている水で流します。

- ◆タイ式ではトイレットペーパーを流せるほど太い排水管を使用していないため、使用後の紙は備え付けのごみ箱に捨てます。また、トイレットペーパーが設置されていないことがほとんどなので、紙を持ち歩くと安心です。

■ 人の足をまたがない

他人の足をまたぐのも失礼な行為とされています。

公共の乗り物や劇場などではどうしても通らなければならぬことがあります、必ず一

声かけて足をすらしてもらいましょう。

■ 挨拶

タイの人々は、軽く会釈をしながら胸の前で軽く手を合わせる「ワイ」と呼ばれる挨拶をします。おはようからおやすみまで幅広く使える「サ

ウェイ・クラップ(女性はサウディー・カー)」や、ありがとうを意味する「コップン・クラップ(女性はコップン・カー)」を言う際にワイを取り入れて、タイの人々とのコミュニケーションを楽しんでください。

■ 喫煙・その他

◆空港内やレストランを含む冷房の効いた建物内では、スモーキングエリアを除き「禁煙」となっています。

◆路上への吸い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。

トラブル対策

■ いざという時の連絡先

外国人観光旅行者の安全を図るために、ツーリスト・ポリスが特別に設けられており、「Tourist Police」という肩章をつけています。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ので、トラブルが発生した場合は連絡をしましょう。

■ ツーリストポリス・コールセンター

局番なし : 1155

◆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

■ 火事 局番なし : 199

■ 救急車 各大型病院へ連絡

■ バンコク入国管理局 ※ビザ延長など

The Government Complex Commemorating His Majesty, B Building, Floor 2 (South Zone) Chaengwattana Road (Soi 7), Laksi, Bangkok 10210

TEL 02-141-9889 FAX 02-143-8228

開月～金 08:30～12:00, 13:00～16:30

休土日祝日

■ 日本国大使館

177 Witthayu Road, Lumpini, Pathum Wan, Bangkok 10330

02-207-8500 (代表番号)

02-696-3000

◆日本国大使館領事部 ※パスポートの紛失等 02-207-8501, 02-696-3001 (直通番号)

◆日本国大使館邦人援護係 02-207-8502, 02-696-3002

■ 在チェンマイ日本国総領事館

Consulate-General of Japan in Chiang Mai, Airport Business Park, 90 Mahidol Rd, T.Haiya, A. Muang, Chiang Mai 50100
TEL 053-203-367



出入国情報

■ 入国

- 機内で出入国カードが配られるので、必要事項(下写真参照)を記入しておきます。
- 着陸後は「Arrival」のサインに従って、入国審査カウンター(Immigration)へ移動します。
- 入国審査カウンターで、パスポートと出入国カードを提出。スタンプが押されたパスポートと出国カードを受け取ります(入国カードはそのまま回収されます)。
- 荷物受取エリアへ移動し、ターンテーブルから荷物をピックアップします。
- 到着ロビー出口へ向かいます。出口手前は税関カウンターです。申告が必要ない場合は緑色「Nothing to Declare」の表示がある出口へ、申告が必要な場合は、赤い表示「Declare」のカウンターへ向かいます。

入出国カード



表



※2017年10月から上記カードに変わります

・もっと知りたいタイ王国

国名 タイ王国(タイ語名: プラテート・タイ/英語名: Kingdom of Thailand)
首都 バンコク(タイ語名: กรุงเทพมหานคร/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シン・マヒンタラー ユッタヤー・マハーティロック・ボップ・ノッパラット・ラーチャタニーブリーロム・ウドムラーチャニーウエーマハーサーン・アモーンビマーン・アワーターンサティット・サッカタッティヤウイサヌカムプラシット(日本語訳: 天使の都 雄大な都城 帝釈天の不壞の宝玉 帝釈天の戦争なき平和な都 偉大にして最高の土地 九種の宝玉の如き心楽しき都 数々の大王宮に富み 神が権化して住みたもう シュカルマをして造り終えられし都) ※ギネスブック「世界一長い名前の都市」に認定

国王 ラーマ10世(ワチラロンコーン国王陛下)
国旗 中央の紺は国王、白は宗教、赤は国民と国家を象徴しています。現在の国旗は1917年に決めされました。

国歌 プレーン・チャート・タイ
国花 ゴールデンシャワー(タイ語名: ราชบพันธุ์=「王の樹」)

国の動物 アジア象
建築物 ルアン・タイ(木造高床式住居)

年号 西暦: 2017年=仏暦: 2560年(西暦に543年を加える)

政治体制 立憲君主制(1932年に憲法公布)

憲法 新憲法が1995年2月11日に公布され、その大要は国王を元首とする民主政体

軍事 陸・海・空軍からなり、国王により統帥。男性は兵役の義務があり懲役は2年間。

教育 日本と同じ6-3-3-4制(義務教育は中学3年まで)

- 税関を通過したら到着ロビーへ。
■トランジット(乗り継ぎ)
◆国内線: 国内線へ乗り継ぐ場合は、案内看板に従ってコンコースB付近の「パスポート・コントロール」で入国審査を受けます。終了後、国内線の出発ゲートのあるコンコースAまたはBへ移動してください。
◆国際線: 国際線へ乗り継ぐ場合は、案内看板に従ってコンコースE付近の「国際線乗り継ぎカウンター」で手続きします。終了後、4階の出発ロビーに移動してください。
- 目的のゲートへ移動。再度パスポートと本人照合を受けて搭乗します。
※余裕をもって行動できるよう、出発の2時間前には空港に到着して、チェックイン手続きを進めておきましょう。

■ デイルーム

バンコク経由で乗り継ぎする際、出発まで時間がある場合は、買い物や食事、マッサージなどの他にゆっくりとくつろげるデイルームの利用もおすすめです。

- 場所: 4階コンコースG
- 料金: 4時間3,300バーツ、6時間4,500バーツ、8時間5,400バーツ、10時間6,400バーツ、12時間7,400バーツ
- ※利用は4時間~、Wi-Fi・食事付き
- 問い合わせ: ミラクルトランジットホテル 02-134-6565(英語)
- 予約方法: 電話・メール
- 同上 info@miracletransithotel.com
- ※ご利用はトランジットの乗客のみ
- ※クレジットカード利用可

■ スワンナプーム国際空港

バンコク中心部より東南へ約25kmのサムットプラカーン県に位置するスワンナプーム国際空港。旅客ターミナルビル総面積563000m²で、単一の空港ターミナルビルとして世界一の広さを誇ります(2017年9月現在)。出発ロビーは4階、到着ロビーは2階。到着ロビーには宿泊施設紹介センターや観光情報センターがあります。<http://www.suvarnabhumiairport.com>(英語)

■ ラオスへの入国

タイとラオスを結ぶ「タイ・ラオス友好橋」からラオスに入国することも可能です。日本人の場合、観光目的で15日未満の滞在であればビザは不要。観光・15日以上滞在する場合は、バンコクのラオス大使館でビザ申請をするか、国境にあるイミグレーションオフィスでライバルビザを取得します。
※ビザ申請に必要なものはラオス大使館にお問い合わせください。



タイ国内の交通

■ 空港からバンコク中心部へのアクセス

■エアポート・レールウェイ・リンク(ARL)
駅入口は空港ビルの地下1F。空港とパヤタイ駅(BTS/パヤタイ駅に直結)を結んでいて、運行時間は1時間に4~5本。所要時間は約26分。

■リムジンタクシー(AOT)
空港ビル2F各到着口の脇にある専用カウンターで申し込みます。料金は先払い制でバンコク中心部まで高速代込みで900バーツ~11,200バーツ程度(車種によって異なります)。

■メータータクシー
空港ビル1F専用乗り場の自動発券機で、まずは車種(大型・セダン)を選びます。整理券番号が電光掲示板に案内表示されるので、表示されている乗り場から乗車を。降車時にはメーター料金+50バーツ(空港使用料)を支払います。料金目安は空港からバンコク中心で300~400バーツほどです(高速料金・手数料込み)。

■ 長距離移動

■ 空路

詳細はタイ国政府観光庁URLをご覧ください。<http://www.thailandtravel.or.jp/about/trafficthai.html>

■ 鉄道

タイ国内の鉄道は、バンコク最大かつ最古のターミナル駅「フアランポーン駅」を中心に、各方面へと広がっています。チェンマイまでの北本線、ウボンラーチャタニーやノーンカーアイまでの東北線、ラヨーンやアランヤプラテートまでの東線、そしてバダンベサールを経てマレーシアのバタワースにつづく国際鉄道の南線が、ここから発車しています。

お問い合わせはState Railway of Thailand

02-220-4334まで

■ バス

タイ全土をくまなくカバーし、運行本数の多さも抜群です。各方面別に3つのターミナルに分かれています。

■ 北バスターミナル(通称モーチット)

北部であるチェンマイ、チエンライ、および東北部であるイサーン地方などへ行く長距離バスが主に発着しているほか、国際バスも出ているバスターミナルです。場所はMRTチャトチャック駅またはBTSモーチット駅からタクシーで10分ほど。バス会社も多く、エアコン有無などバスの種類もさまざま。迷った時は館内のインフォメーションセンターへ。

■ 東バスターミナル(通称エカマイ)

BTSエカマイ駅を降りてすぐ、複合施設スクリンピット・ソイ63(ソイ・エカマイ)の向かいにあります。バタヤやシーラチャーなど、東・東南方面へのバスが運行しています。バンコク近郊のリゾート地へはこのバスターミナルからが便利です。

■ 南バスターミナル(通称サイイタイ)

王宮前広場北からバス・タクシーで約15分。SCプラザというショッピングモールに併設し、ブーケット、クラビ、ハジャイなど、南部有名リゾート地へのバスが発着しています。

■ タイ国内のバスの種類

VIP=エアコン・トイレ有

1等=エアコン・トイレ有

2等=エアコン有・トイレ無

3等=エアコン・トイレ無

※トイレ有でもトイレ休憩はあります。

■ 近距離移動



■ 市バス

バンコク市内約200路線を走行しています。

<http://www.bmta.co.th>(タイ語・英語)

■ スカイトレイン(BTS)

現在シーロム線とスクンビット線の2つのルートを運行(2017年9月現在)。サイアム駅で乗り換えが可能です。どちらも6:00~24:00の営業時間内に、約5分~8分の間隔で運行。時刻表はありません。チケットの購入は自動発券機または窓口を利用します。バンコク滞在中に何度もBTSを利用する予定があるなら、チャージ式のIC乗車券「Rabbit Card(ラビット・カード)」を購入するのもおすすめです。

<http://www.bts.co.th>(タイ語・英語)



■ MRT(地下鉄)

バンコク中心地を走る全長20kmの地下鉄で、シーロム駅、スクンビット駅、チャトチャック駅でBTSとつながっています。タオブーン駅はパープルラインのバンスー駅と直結。6:00~24:00の運行時間内に、約5分~10分の間隔で運行。時刻表はなく、ホームの電光掲示板にあと何分で電車が到着するか表示されます。チケットはタッチパネル式の自動券売機で購入します。一般乗車券はプラスチック製のコイン型で、「トークン」と呼ばれています。

<http://www.mrt.co.th>(タイ語・英語)

■ タクシー

メーターチート(屋根にTAXI METERと表示)と料金交渉制(屋根にTAXIのみ)の2種類。メーターチートの場合、初乗り1kmまで35バーツ(2017年9月現在)。その後1km毎に2バーツずつ課金されます。基本的にチップは不要ですが、コインのつり銭は受け取らないのが一般的です。

■ トウクトウク

屋根付き三輪車で小回りが利く「トウクトウク」はタイの名物。料金は交渉制で、バンコク市内は約50~500バーツほど。地方では自転車を利用した「サムロード」や乗合バス「ソンテウ」なども、タイならではの乗り物です(料金は交渉制または一律料金制)。※国内交通に関する情報の詳細は、タイ国政府観光庁URLをご覧ください。

<http://www.thailandtravel.or.jp/about/trafficbkk>



イベント&フェスティバル

～タイの主な行事と祭り～

1月

ボーサーン傘祭り&サンカンペーン工芸品フェスティバル

【チェンマイ】

絵付け傘の村「ボーサーン」でミス・ボーサーンコンテスト、傘コンテスト、手芸販売などが華やかに行われます。



2月

チェンマイ花祭り

【チェンマイ】

さまざまな種類の花が満開になるころ、色鮮やかな山車のパレードや博覧会で盛り上がります。



3月

バタヤ国際音楽祭

【バタヤ】

ビーチで行われる音楽の祭典。ジャズ、ポップス、ロックなど国内外で活躍するミュージシャンたちが集います。



4月

ソンクラーン祭り

【全土】

タイの正月を祝って、仏像や仏塔などに水をかけてお浄めをする宗教行事です。近年、通行人同士が水を掛け合う「水かけ祭り」として盛り上がる地域もあります。



5月

ブン・バイ・ファン(ロケット祭り)

【ヤソートーン】

毎年陰曆6月、豊饒をもたらす雨を乞う儀式として開催。ロケットが空高く上がれば、雨に恵まれるといわれています。



6月

アーメジング・タイランド・グランドセール

【主要観光都市】

タイの主要都市で開催。加盟店デパートやショッピングモールで最大70%割引などの特典を受けられます。



10月

ブーケット・ベジタリアン・フェスティバル

【ブーケット】

中国系の人々が9日間菜食を誓い、白いもの身につける、飲食をしないなど10カ条を守り、魂を清めます。



11月

ロイクラトン祭り

【全土】

陰曆12月の満月の夜、水の精霊への感謝と、魂を清めるため、バナナの葉で作った灯籠（クラトン）を川に流します。



7月

キャンドル・フェスティバル

【ウォンラーチャターニー】

カオパンサー（安居入り）に寺院に奉納する精緻な彫刻を施した蜜蠍キャンドルが、街の中をパレードします。



バタヤ国際マラソン

【バタヤ】

国際クラスの選手も参加するマラソン大会。フルマラソンからファンマラソンまで、皆が参加できるレース内容です。



ラーマ10世誕生日

【全土】

2016年に即位したラーマ10世・ワチラロンコーン国王陛下の誕生日を記念する祝日です。

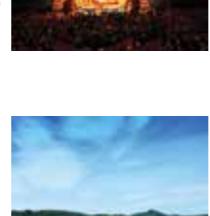


8月

シリキット王母生誕日

【全土】

国民が敬愛するシリキット元王妃の誕生日を祝い、王宮周辺などを美しく飾り付けます。タイの“母の日”です。



9月

ホアヒン＆チャアム・ゴルフフェスティバル

【ホアヒン＆チャアム】

ホアヒンとチャアムにあるフェスティバル加盟ゴルフ場では、期間中999バーツでプレーができます。



タイ語 会話&単語集

※女性は「カー」、男性は「クラップ」を文末に付けて話すと丁寧語になります。

挨拶

おはよう・こんにちは・こんばんは・さようなら
สวัสดิ์ (サワディー)

お元気ですか？
ສປາຍດີ່ເທິ່ນ (ສປາຍ ດີ່ເທິ່ນ)

元気です
ສປາຍດີ່ (ສປາຍ ດີ່)

いいえ、あまりすぐません
ໄມ້ຄວຍສປາຍ (ໄມ້ ຄວຍ ສປາຍ)

私の名前は～です

男：ພະໜອ (ພົມ ທູ່) +あなたの名前
女：ດິຈັນຊົວ (ດິຈັນ ທູ່) +あなたの名前

私は日本人です

男：ພະເປັນຄົນຢູ່ປຸນ (ພົມ ບັນ ຂອນ ຢູ່ປຸນ)
女：ດິຈັນປົນຄົນຢູ່ປຸນ (ດິຈັນ ບັນ ຂອນ ຢູ່ປຸນ)

はい ໃຫ້ (チャイ)

いいえ ໄມ້ (マイチャイ)

ありがとうございます
ຂອບຄຸນ (ຂົບຄຸນ)

ごめんなさい ຂອ້າທີ່ (ໂຄ-ຕົກ-ຕົກ)

どういたしまして(大丈夫／平気)
ໄມ້ເປັນໄລ (ໄມ້ເປັນ ໄລ)

また会いましょう
ແລ້ວພັກນິ້ນໆນະ (ເລົ້າ ພັກ ນິ້ນໆນະ)

さようなら(強めの別れの意)
ລາກອນ (ລາກອນ)
※普通の「さようなら」は「サワディー」でも通じます。

単語集

私 男：ພົມ (ພົມ) 女：ດິຈັນ (ດິຈັນ)
私たち ພວກເຮົາ (ພັກເຮົາ)
あなた ອຸນ (ອຸນ) ※男女共通
あなたたち ພວກຄຸນ (ພັກຄຸນ)

観光・移動

～へ行く ໃຫ້ (バイ) ～
～はどこですか？ ອູ້ທີ່ໄທນ (ຢູ່ທີ່ໄທນ)

～へ行きたい ຕ້ອງການໄປ (ຕົງການ ປີ)

～へ行ってください ໜ້າຢ່າງໄປ (ຢູ່ທີ່ໄປ)

メーターを使ってください。
ຈ່າຍເປີດມີເຕອດຮັດໄວຍ (ຈູ້ອັຍບົດ ມີຕ່າງ ດົວໄວຍ)

ここはどこですか？
ທີ່ນີ້ທີ່ໄທນ ? (ທີ່ນີ້ທີ່ໄທນ)

ここで止めてください
ຈອດຕຽບນີ້ (ຈອດຕຽບ ນີ້)

まっすぐ ຕ່າງໄປ (ຕ່າງ ປີ)

右へ曲がる ເຊື້ອງຂູ້ວາ (ເຊື້ອງ ຂູ້ວາ)

左へ曲がる ເຊື້ອງຂູ້ຫາຍ (ເຊື້ອງ ຂູ້ຫາຍ)

戻る ຍອນກຳລັບ (ຍົນ ກຳລັບ)

東 ຕະວັນອອກ (ຕະວັນ ອອກ)

西 ຕະວັນຕົກ (ຕະວັນ ຕົກ)

南 ໃຕ (ໄຕ)

北 ເທົ່ານ (ヌア)

空港 ສນາມປິນ (ສນາມ ປິນ)

飲料水 ນ້ຳເປົ່າ (ນຸມ ບົວ)

水 ນ້ຳເປົ້າ (ນຸມ ຂົນ)

おつり ເຈິນທອງ (ເງື່ອ ຖອງ)

チップ ທີ່ປີ (ເຕີບ)

緊急・トラブル

結構です。 ໄນເວົາ (ໄມ້ ອົາ)

日本語が話せる人はいませんか？
ມີຄົນທີ່ພູດພາຫຼາກຢູ່ໃດໆເທິ່ນ

(ໂນທີ່ບັນ ບັນ ເບີນ ດັບ ດີ ຍຸມ)

警察署はどこですか？
ສຖານີ້ຕໍ່ຈຳກັງ (ສຖານີ້ ຕໍ່ຈຳກັງ)

(ສາທິນີ້ຕໍ່ມາລົວຕົວ ຢູ່ຕົວ ຕໍ່ມາລົວ)

財布を盗まれました。
ກະບົບຄົກຂົມ່ວຍ (ກະບົບ ດູກ ຂົມ່ວຍ)

財布[パスポート]を失くしました。
ທຳກະບົບປັບປຸງ (ທຳກະບົບ ປັບປຸງ)

(ທຳກະບົບປັບປຸງ ພັບປຸງ)

数字・曜日他

1 ໜຶ່ງ (ນັນ)

2 ສອງ (ສູນ)

3 ສາມ (ສຸມ)

4 ສີ (ເສີ)

5 ຫ້າ (ຫຳ)

6 ກົກ (ຫຼັກ)

7 ເຈັດ (ເຈັດ)

8 ແປດ (ເປົດ)

9 ເກົ່າ (ເກົ່າ)

10 ສີບ (ສີບ)

100 ໜຶ່ງຮົມ (ນັນຮົມ)

1,000 ໜຶ່ງພັນ (ນັນພັນ)

10,000 ໜຶ່ງໝົມ (ນັນມົມ)

日曜日 ວັນວັດທີຕົວ (ວັນ ວັດທີ)

月曜日 ວັນຈັນທີ (ວັນ ຈັນ)

火曜日 ວັນວັນທີ (ວັນ ວັນ)

水曜日 ວັນພຸ (ວັນ ພຸ)

木曜日 ວັນຄຸກ (ວັນ ຄຸກ)

金曜日 ວັນຄຸກກົກ (ວັນ ຄຸກກົກ)

土曜日 ວັນເສົາ (ວັນ ສອ)

今日 ວັນນີ້ (ວັນນີ້)

明日 ວັນພຸງນີ້ (ພຸງນີ້)

昨日 ເມື່ອວານ (ມຸວານ)

朝 ຕອນເຊົາ (ຕອນເຊົາ)

夜 ດົນ (ເດົນ)

銀行 ຮັນກາර (ຮັນກາර)

</



タイ国政府観光庁 Tourism Authority of Thailand

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 E-mail : info@tattky.com

大阪事務所 〒550-0013 大阪府大阪市西区新町1-4-26 ニッケ四ツ橋ビル
Tel : 06-6543-6654/6655 Fax : 06-6543-6660 E-mail : info@tatosa.com

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）毎日8:30～16:30
1600 New Phetchaburi Road, Makkasan, Ratchathewi, Bangkok 10400
Tel : 02-250-5500 Fax : 02-250-5511 TATコールセンター 局番なし : 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

スワンナプーム国際空港（インフォメーションカウンター）毎日24時間
到着階(2階)の出口⑧番と⑩番付近

ホームページ <http://www.thailandtravel.or.jp> (日本語)
<http://www.tourismthailand.org> (英語)

タイ国政府観光庁 thailand_jp @tat_jp @tat_jp

掲載している情報は2017年9月現在のものです。予告なしに
変更される場合がありますので、あらかじめご了承ください。