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　四ツ橋グランドビル
Tel : 06-6543-6654/6655　Fax : 06-6543-6660　E-mail : info@tatosa.com

福岡事務所　〒812-0027　福岡県福岡市博多区下川端町2-1　博多リバレインイーストサイト11F
Tel : 092-260-9308　Fax : 092-260-8181　E-mail : info@tatfuk.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

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③番　www.tatcontactcenter.com/en/About-us

詳しくは「タイ国政府観光庁」を検索

（日本語）
www.thailandtravel.or.jp

（英語）
www.tourismthailand.org

ソーシャルメディアでタイの魅力を発信中

掲載している情報は2025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。

発行日／ 2025年9月

Thailand

タイランド・ツーリスト・ガイド

人生を変える楽園、タイ。

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。

CONTENTS

タイを思う存分楽しむ エリア別攻略ガイド
AREA GUIDE

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.4
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。

中央部（バンコク近郊） ▶P.6
チャオプラヤー川が潤す大平原が広がる中央部。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

東北部（イサーン） ▶P.9
「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 I-SAN　南イサーン SOUTHERN I-SAN

北部 ▶P.10
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　メーホンソーン MAE HONG SON
ランプーン&ランパーン LAMPHUN & LAMPANG

南部 ▶P.12
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 と周辺の島々 SURROUNDING ISLANDS

タイ観光主要エリアへのアクセス……15

タイを満喫！ 8つのキーワード
8 KEYWORDS

グルメ&スイーツ……16
ネイチャーアクティビティ……18
世界遺産……19
ショッピング……20
ウェルネス&スパ……22
エンターテインメント……23
歴史&もっと知りタイ……24
文化&伝統……26

タイをもっと深く知る テーマのある旅
SPECIAL INTEREST

タイの魅力を紐解く20の視点……28

トラベル・インフォメーション
TRAVEL INFORMATION

旅の準備……30
免税・通貨……30
タイ基礎情報……30
エチケット&マナー……31
トラブル対策……31
出入国情報……32
タイ国内の交通……33
イベント&フェスティバル……34
タイ語会話&単語集……35

タイ国政府観光庁
マスコットキャラクター
ハッピーちゃん

タイ国概要

国　名	タイ王国
首　都	バンコク
人　口	65,932,105人(2025年2月現在)
面　積	513,115km²（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4.5円(2025年9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

年間約3000万人もの外国人観光客が訪れるバンコクは、古今の歴史と伝統的な仏教文化を身近に感じることができます。観光・グルメ・ショッピング・アクティビティなど、多彩な楽しみ方ができるのも魅力です。

写真／ワット・アルン(暁の寺)

寺院 TEMPLE

ワット・アルン(暁の寺)
Wat Arun

アユタヤ王朝時代に創建。1779年、トンブリー王朝のタークシン王がエメラルド仏を祀ってワット・アルンと名付け、当時の第一級王室寺院としました。

開8:00 ～ 17:30 休無 料200B

ワット・プラ・ケオ(エメラルド寺院)
Wat Phra Kaew

1782年、ラーマ1世が現王朝を開いた時に護国寺として建造。本堂にはエメラルド色の仏像が、黄金の仏塔には仏舎利（仏陀の遺骨）が納められています。開8:30 ～ 16:30（チケットは15:30まで）休無（本堂は王室関連行事がある場合休み）料500B

王宮
Grand Palace

20万㎡の敷地内にワット・プラ・ケオと隣り合って建てられています。タイの全宮殿の中でも最高の格式を誇り、現在も王室の重要な祭典が行われています。開8:30 ～ 16:30（チケットは15:30まで）休無(行事の際は入場不可)

ワット・ポー（涅槃寺）
Wat Pho

ラーマ3世が造立。全長46m・高さ15mの巨大な涅槃仏の足裏には、仏教の世界観を表す108の図が螺鈿細工で描かれています。

開8:30 ～ 19:30 休無 料300B

ワット・トライミット（黄金仏寺院）
Wat Trimit

重さ5.5tの座像は、純度65%の金で鋳造。廃寺からの移転時に表面の漆喰がはがれ、中の黄金像が現れたといわれています。

開9:00 ～ 17:00 休無 料40B

ワット・ベンチャマボピット（大理石寺院）
Wat Benchamabophit

ラーマ5世時代に建立。イタリア産の白い大理石や金枠の窓を彩るステンドグラスなど、各所に西洋の薫りが感じられます。

開本堂は17:00まで 休無 料100B

敬虔な仏教国であるタイの寺院は、神聖なる信仰の場です。参拝する時は露出の高い服装は避け、大声で笑う・走りまわるなどの行為は慎みましょう。

宮殿 PALACE

旧国会議事堂(アナンタ・サマーコム宮殿)
Old Parliament House

1907年ラーマ5世が建設を命じ1915年に完成。迎賓館・国会議事堂として活用されてきました。入場はできませんが、外から外観を観ることができます。博物館として、宮殿の内部が一部公開されていましたが、2017年より修復工事中(2025年9月現在)

パヤタイ宮殿
Phayathai Palace

ラーマ5世の命により農業の試験場や王室の憩いの場として建設されました。ロマネスク様式とゴシック様式が融合した美しい建築が特徴で、内部には王座の間やダイニングルーム、寝室などが保存されています。

ミュージアム・劇場など MUSEUM & THEATRE ETC

バンコク国立博物館
National Museum Bangkok

面積・収蔵数ともにタイ最大の博物館。タイ初の統一王朝・スコータイ時代から現王朝にいたるタイの芸術・歴史資料が時系列に添って展示されています。

開9:00 ～ 16:00 休月・火・祝 料240B

王室御座船博物館
Royal Barge National Museum

タイ王室の御座船をおさめた博物館。見どころは国王の即位を祝う水上パレードで実際に使用された国王専用のきらびやかな御座船「スパンナホン」号です。

開9:00 ～ 16:30 休12/31・1/1・タイ正月 料100B

国立劇場
National Theatre

演目・公演の日時と料金については以下にお問い合わせください。

TEL02-224-1342 Mail theatre2508@hotmail.com

ラタナコーシン展示ホール
Rattanakosin Exhibition Hall

タイ現王朝の歴史・芸術・文化をマルチメディアなどの最先端技術で学ぶことができます。ガイド付きのグループツアー（英語）もあり。

開9:00 ～ 17:00 休月 料100B

ジムトンプソンの家
Jim Thompson's House

「タイのシルク王」と呼ばれ、美術品収集家でもあったジム・トンプソンの邸宅を博物館として公開。タイ伝統様式の館内にはカフェスペースもあります。

開9:00 ～ 18:00 休無 料大人250B ※21歳以下150B 10歳以下 無料 ※日本語案内あり

バンコク・アート&カルチャーセンター
Bangkok Art and Culture Centre

らせん状の美術館内部には、コンテンポラリーなタイ・アートをインタラクティブなスタイルで展示。タイの最新のアートシーンを堪能できます。

開10:00 ～ 20:00 休月 料無料

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9:00 ～ 18:00 料大人500B 子供250B

サイアム博物館
Museum of Siam

「タイ国がどのようにしてできたのか」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知ることができます。日本語オーディオガイドの貸出あり。

開10:00 ～ 18:00 休月 料100B

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 休月火祝 料240B

パワースポット POWER SPOT

プラ・プロム(エラワン廟)
Phra Phrom (Erawan Shrine)

バラモン教の神「ブラフマー」を祀った祠。バンコク最強のパワースポットとして知られ、タイ国内はもちろん、世界中から多くの参拝者が訪れています。

トリムルティ
Trimurti

恋愛成就を求める多くの若者で賑わう人気の祠。神様が降りてくる木曜日の夜9時半にお祈りすると、特に効果が高いといわれています。

ワット・パークナム
Wat Paknam Phasicharoen

巨大な黄金の仏塔とアートのような天井画が印象的な瞑想寺院。静寂と神秘に包まれた空間で、心と向き合い、癒される、と世界中から旅行客が集まる有名スポットです。

開8:00 ～ 18:00 料無料

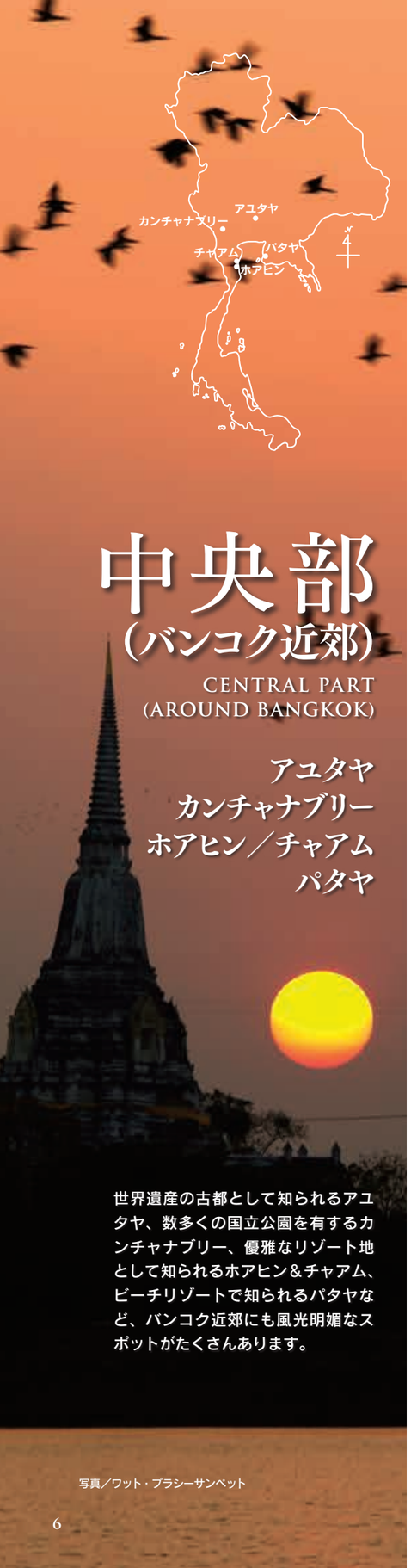
ワット・プラシーマハーウマーテーウィー（ワット・ケーク）
What Phra Simha Uma Thewi

ヒンドゥー教の女神シヴァ神の妃・ウマ神を祀る寺院。シーロム地区に位置し、美しい彫刻と神聖な雰囲気で、地元の人々や観光客から信仰を集める聖地です。

ワット・サマーン・ラッタナーラーム(ピンクガネーシャ)
Wat Saman Rattanaram

チャチューンサオ県にあるピンク色のガネーシャが特徴的な人気スポット。参拝者は、14匹のネズミに願い事を耳打ちします。寺院への道には屋台も並び観光としても十分に楽しめます。

開8:00 ～ 17:00 料無料



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

アユタヤ歴史公園 AYUTTHAYA HISTORICAL PARK

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が、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8:00～17:00 休無 料50B

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

ワット・ナープラメーン
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8:00～17:00 休無 料20B

ワット・ロカヤスターラーム
Wat Lokaya Sutharam

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8:30～16:30 休無 拝観自由

ワット・ヤイチャイモンコン
Wat Yai Chai Mongkon

1357年ウートン王がセイロン(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 休祝日 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人以上も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。

アユタヤ観光スポット AYUTTHAYA SIGHTSEEING SPOT

バンパイン宮殿
Bang Pa-In 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8:00～16:00（チケット販売15:30まで）休無 料100B ※バンコク王宮チケット半券で無料で入場可能

ワット・ニウェート・タンマプラワット
Wat Niwet Thammaprawat

ゴシック様式の建物が一見キリスト教会を思わせますが、ラーマ5世によって建てられたれっきとした仏教寺院。ラーマ5世を描いたステンドグラスがはめ込まれた窓からは明るい日差しが差し込み、西洋と東洋の文化が織りなす独特の雰囲気が漂います。開9:00～17:00 料参拝自由

ワット・クラーンクローン・ワッタナラーム
Wat Klang Khlong Wattanaram

地元の僧侶ルアン・ポーチャイと地域のグループによって 1885 年に建設が始まりました。紫色で有名なウボソットと呼ばれる礼拝堂は2012年に建てられた比較的新しい建造物です。
開8:00～18:00 料参拝自由

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・ブ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 休無 料150B

アーツ・オブ・ザ・キングダム博物館
Arts of The Kingdom Museum

タイの伝統工芸への理解がより深まる美術館。シリキット王太后陛下の支援のもとでつくられ、地方の貧しい家庭出身の人たちが伝統技術を学び、その技を活かして制作した美術作品が展示されています。
開9:45～15:30（※最終入館は閉館30分前）休月火
料大人150B 学生・60歳以上75B

アユタヤ・エレファント・パレス＆ロイヤル・クラール
Ayutthaya Elephant Palace & Royal Kraal

アユタヤ歴史公園の敷地内にあり、象の背に揺られてアユタヤ遺跡を巡ったり、餌をやったり、象に関する土産物も充実しています。象との記念撮影が楽しめます。2024年にオスとメスの双子の象の赤ちゃんが生まれました。
開9:00～17:00 休無 料15分で1人400B

ワット・プラガーム
Wat Phra Ngam

菩提樹に浸食されたアーチ型の門「時の扉」が有名な寺院。現在寺院としては機能していませんが、門のフレームの中に仏塔が収まる角度からの景色は、太陽の光が門に降り注ぐ夕方頃が特に美しいと言われています。

タイ持続可能 美術工芸研究所
Sustainable Arts and Crafts Institute 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8:00～17:00（土日祝は18:00まで）休無 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。

ダムヌン・サドゥアク水上マーケット
Damnoen Saduak Floating Market

バンコクの南西80kmに位置し、いつも多くの人で賑わっています。
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～17時ごろ(土日、祝日の月金) 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9:00～18:00 休無 料200B

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」と称されるエラワン国立公園内の滝。全長1500mの滝は、水遊びのできる滝、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8:00～16:30 休無 料大人300B 子ども150B

ターンロットノイ洞窟
Than Lot Noi Cave

チャルームラッタナコーシン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8:00～16:00 休無 料200B

クウェー川鉄橋
The Bridge Over River Kwai

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。

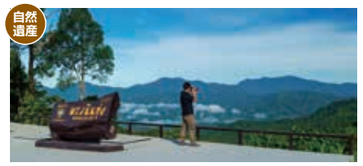
トゥンヤイ・ファイカケン野生生物保護区群
Thungyai-Huai Kha Khaeng Wildlife Sanctuaries

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域。開6:30～15:30 休無 料大人200B 子ども100B

ホアヒン／チャアム
HUA HIN ／ CHA-AM

プラナコーンキリ国立歴史公園
Phra Nakhon Khiri Historical Park

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8:30～16:30 休無 料230B



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・スポット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）料大人200B 子ども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、格調高いロイヤルリゾート地としても知られています。

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込み、仏像を荘厳に照らします。開9:00～16:00 休無 料40B

ホアヒン駅
Hua Hin Railway Station

ラーマ6世の治世中に建てられ、タイで最も古く美しい鉄道駅として有名。ビクトリア朝影響の赤とクリーム色の王室待合室が特徴的で、2023年12月には高架式新駅舎が開業し、撮影スポットとしても人気です。

マルカッターイヤワン宮殿
Maruekhathaiyawan Palace

チャアムとホアヒンの間に位置する、1923年にラーマ6世によって建てられた夏の離宮。ヨーロッパとタイの建築様式を融合させたネオクラシック様式の高床式宮殿で、一部は博物館として公開されています。

パタヤ
PATTAYA

パタヤ・ビーチ
Pattaya Beach

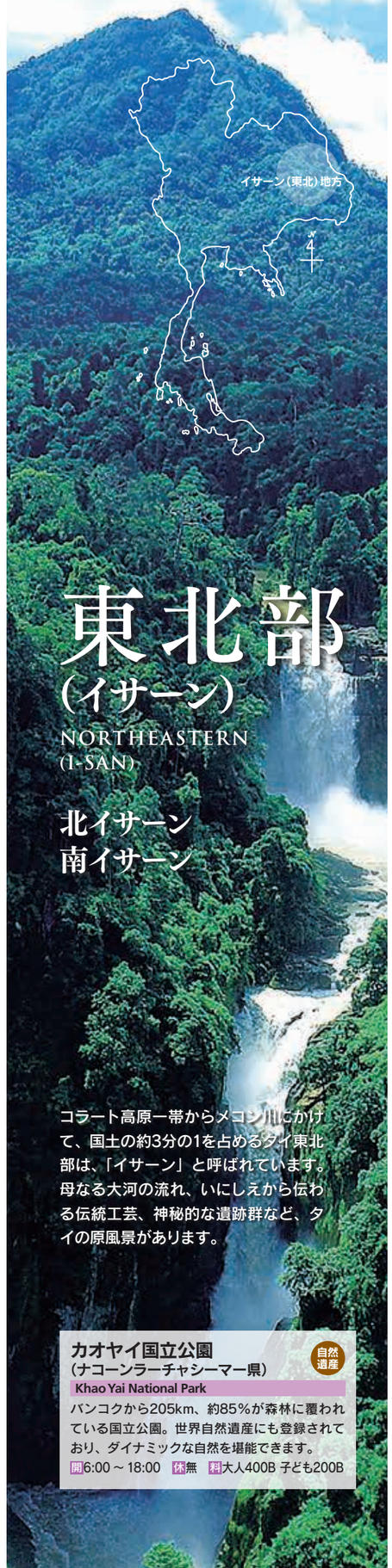
バンコクから南東に約150km、南北約4km、タイ湾に面するパタヤのメインビーチです。浜辺にはカラフルなパラソルが並び、パラセーリングやバナナボートなど、さまざまなマリンアクティビティを楽しめます。

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。入場はツアー形式になっており、英語・タイ語・日本語の言語ツアー開始時間にならないと入場できません。開 8:00～18:00 500B、18:20～20:30 700B 休無
※ツアー時間は施設HPでご確認ください。

ノンヌット・パタヤ
Nong Nooch Pattya

パタヤから南へ約15kmの広大な公園。園内にはホテルが併設され、ラン園、サボテン園など33のテーマ別ガーデンが点在し、象乗りやレンタサイクル、スワンボートなどのアクティビティが楽しめます。



東北部
（イサーン）
NORTHEASTERN
(I-SAN)

北イサーン
南イサーン

コラート高原一帯からメコン川にかけて、国土の約3分の1を占めるタイ東北部は、「イサーン」と呼ばれています。母なる大河の流れ、いにしえから伝わる伝統工芸、神秘的な遺跡群など、タイの原風景があります。

カオヤイ国立公園
（ナコーンラーチャシーマー県）
自然遺産
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400B 子ども200B

北イサーン
NORTHERN I-SAN

バンチェンの古代遺跡（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。隣接するバンチェン国立博物館には、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200B

ワット・プラタート・パノム・ウォラマハウィハーン（ナコーンパノム県）
Wat Phra That Phanom Woramahawihan

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

プー・プラ・バート歴史公園（ウドーンターニー県）
Phu Phra Bat Historical Park

プーは「山」、プラ・バートは「聖足跡」を意味しており、9～11世紀には、仏教の祭事場として使われていました。
開8:30～16:30 休無 料100B

プーウィアン国立公園（コーンケーン県）
Phu Wiang National Park

先史時代の壁画や恐竜化石も発見された広大な国立公園。近くには「プーウィアン恐竜博物館」もあります。開8:30～16:30 休無
料大人200B 子ども100B

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（タレープアデーン・バーン）」も開催され、ボートで周遊することもできます。

南イサーン
SOUTHERN I-SAN

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

タイ東北部の中で最も有名な寺院で、数ある遺跡のなか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が300以上発見されています。
開6:00～18:00 休無
料大人400B 子ども200B

パノムルン歴史公園
（ブリーラム県）
Phanom 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。アンコール期のバプーオン様式寺院で、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ーマー県）
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

北部
NORTHERN PART

チェンマイ
スコータイ
チェンライ
メーホンソーン
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の都市へと成長しました。「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。

写真／ワット・プラタート・ドイ・ステープ

ワット・プラタート・ドイ・ステープ
Wat Phra That Doi Suthep

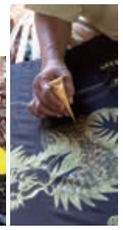
標高1080mのステープ山頂に建つチェンマイきっての名所。1383年にクーナ王によって建立されました。高さ22m、緻密な装飾がほどこされた金色の仏塔の中には仏舎利(仏陀の遺骨)が納められ、今も人々の厚い信仰を集めています。開5:00～21:00 休無 料30B

ワット・スアン・ドーク
Wat Suan Dok

本堂の青銅仏は、1383年の建立から600年以上を経た今でも国内最大級の大きさを誇ります。スアン・ドーク(＝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8:00～17:00 休無

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



伝統工芸品の産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、傘作りやセラドン焼きなど工芸品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、旧市街のス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れます。開7:00～22:00 休無 料無料

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

動物はもちろん、水族館の水中トンネルも人気スポット。
開9:00～17:00 休無 料大人450B 子ども350B（動物園＆水族館）、大人350B 子ども120B（水族館のみ）

チェンマイ・ナイトサファリ
Chiang Mai Night Safari

園内では自然に近い環境で、象・ライオン・ジャガーなど多種多様な動物たちが生息しています。
開11:00～22:00
休無 料大人1200B 子ども600B

ワット・チェディ・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。チェンマイで最も大きな仏塔があります。
開8:00～17:00 休無 料無料

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！

毎週土曜日はウアライ通り、毎週日曜日はラチャダムヌン通りでナイトマーケットが開かれ、毎日夕方6時頃からはチャンクラン通りでナイトバザールが開催されます。手工芸品など、地方色豊かな露店で賑わいます。

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

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㎢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、トラムやレンタサイクルで巡ることができ、土曜日は21時までライトアップされています。
開6:00～18:00（土曜のみ21:00まで） 休無 料150B

ワット・プラ・パーイ・ルアン
Wat Phra Phai Luang

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

ワット・チャーンローム
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7:00～21:00 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にほど近い遺跡群です。開8:00～17:00 休無
料各遺跡150B（園内トラム 1人20B）

チェンライ
CHIANG RAI

ワット・プラ・ケオ
Wat Phra Kaeo

バンコクのエメラルド仏はこの寺院で発見されました。現在は新しいエメラルド仏が安置されています。
開7:00～17:00 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ルアック川が合流し、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。

メーホンソーン
MAE HONG SON

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

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7:00～19:00 拝観自由

ワット・チョン・クラーン＆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・クラーン」、左が「ワット・チョン・カム」です。
開8:00～18:00 拝観自由

ランプーン&ランパーン
LAMPHUN & LAMPANG

ワット・プラタート・ハリプンチャイ(ランプーン)
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。黄金のチェディと赤い御堂も必見です。
開6:30～21:00 拝観自由

タイ象保護センター（ランパーン）
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。象と触れ合う様々なプログラムがあります。
開8:30～16:30 休無 料大人200B 子ども150B（象のショー付き）

花馬車に乗って悠久の古都を巡る

1914年にランパ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花馬車。現在では国内で唯一「花馬車の走る町」として知られています。

南部
SOUTHERN PART

プーケット
パンガー
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島。ココナッツ林に覆われたサムイ島。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、マリンリゾートが楽しめる人気エリアです。

写真／ポダ島(クラビ)

パトン・ビーチ
Patong Beach

プーケットで最も人気が高く、年間を通じて世界中から多くの観光客で賑わっています。昼はマリンスポーツやショッピングを思う存分楽しむことができ、夜はビーチ沿いの賑やかな通りでナイトライフを満喫できます。

プーケット・パンガー ビーチ
PHUKET PHANG-NGA BEACH

パンガー湾
Ao Phang-nga

大小160もの島々が浮かび、海上に突き出たさまざまな形の奇岩や洞窟が見どころ。クルーズやシーカヤック、カヌーなど、ダイナミックな自然を満喫できるマリンアクティビティも充実しており、パンガー湾を巡るツアーも多数開催されています。

カロン&カタ・ビーチ（プーケット）
Karon Beach & Kata Beach

のんびりとビーチリゾートを楽しみたい方におすすめ。カロン・ビーチは「鳴き砂」で知られる美しいビーチ。カタ・ビーチは波質が良く、世界のトップサーファーも多く集まります。

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

プーケット島で最も長いマイカオ・ビーチ。環境も良く、ウミガメの産卵地としても知られています。ナイヤン・ビーチはキラキラ輝く紺碧の海とサンゴ礁群とサラサラのパウダーサンドが特徴です。

カオラック（パンガー）
Khaolak

シミラン諸島への拠点。南北十数kmにわたる美しい海岸線を持ち自然に囲まれた環境です。日帰りでダイビングやシュノーケリング、エレファント・トレッキングやラフティングなども楽しめます。

シミラン諸島（パンガー）
Similan Islands

9つの島からなるシミラン諸島は、マンタやジンベエザメなど大型生物との遭遇するチャンスもあり、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。

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。歴史的価値の高いシノ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 Phromthep

「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

プラ・プッタ・ミンモンコン・エークナーキーリー大仏
Phra Phutthamingmongkhol-akenagakhiri Buddha Image

別名プラヤイ（ビッグブッダ）と呼ばれるパワースポット。ナーグート丘の頂上にある大仏公園に鎮座しています。

開8:00～19:00 休無 料無料

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。

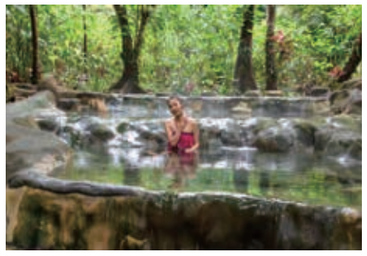
クラビ
KRABI

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楽園です。タイでも有数のダイビング&シュノーケリ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、夕方になると多くの観光客で賑わいます。



クロントム温泉
Klong Thom 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むことができます。タイ式温泉のため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・エメラルドプールが、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

チャウエン・ビーチ
Chaweng Beach

サムイ島随一のリゾートエリアにあり、遠浅の白い砂浜が約7km続きます。各種マリンアクティビティも充実しており、周辺の島々へのアクセスも便利です。

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。

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。観光客にも人気が高く、昼夜を問わずに楽しめます。

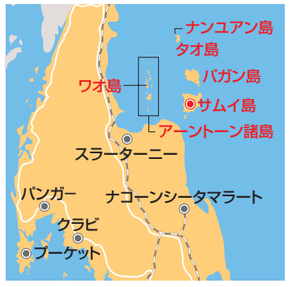
ビッグ・ブッダ寺院(プラヤイ)
The Big Buddha

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。階段を上がると、パガン島まで見渡せるほど眺望も抜群です。

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「ジ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

アーントーン諸島
Ang Thong Island

サムイ島の西約30kmに位置するアー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、シュノーケリングやハイキングが楽しめます。

ワオ島
Wao Island

アー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。

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。

飛行機　鉄道　長距離バス　タクシー　フェリー

●日本からのアクセス ※2025年9月現在

■直行便

→バンコク　日本(札幌、成田、羽田、中部、関西、福岡、沖縄)からタイ国際航空、日本航空、ANA、エアージャパン、タイ・エアアジア、タイ・エアアジアX、ジップエア、Peach、ベトジェットタイランド、の9社が運航。

→チェンマイ　関空からベトジェットタイランドが運航

■経由便

中国、香港、台北、高雄、ハイチ、ホーチミン、シンガポール、ソウル、マレーシア経由が運航しています。

アユタヤ AYUTTHAYA

バンコク・クルンテープアピワット中央駅発、アユタヤ行きが1日16本(所要約1時間半)。

リバーシティバンコクより、数社によるリバークルーズが毎日運航しています。チャーターも可能。

バン(ワゴン車)が北バスターミナルから運行。

カンチャナブリー KANCHANABURI

トンブリー駅(バンコク)発、カンチャナブリー経由ナムトック行きが1日2本（カンチャナブリーまで所要約2時間40分／ナムトックまで所要約4時間半)。土日祝日には、バンコク・ファランポーン駅6:30発の特別列車が運行。

バンコク南バスターミナル発(1等は所要約2時間)。

ホアヒン / チャアム HUA HIN / CHA-AM

バンコク・クルンテープアピワット中央駅から快速、急行、特急が1日10本運行(所要約3時間半)。

バンコク南バスターミナルからミニバス・大型バスが運行（所要約3時間)。またはスワンナプーム国際空港から運行。

タイ・エアアジアがチェンマイ国際空港発ホアヒン行きを運行。スケジュールはHP参照。

パタヤ PATTAYA

バンコク東ターミナル発(所要約2時間半～ 3時間)。バンコク北バスターミナル発(所要約2時間半～ 3時間)、またはスワンナプーム国際空港発(所要約2時間)。

スワンナプーム国際空港発(所要約1時間半)。

東北地方（イサーン） NORTHEASTERN (I-SAN)

交通手段の詳細は下記webサイトをご覧ください。

タイ国際航空　www.thaiairways.com（英語）
ノックエア　www.nokair.com（英語）
タイ・エアアジア　www.airasia.com（日本語）
タイ・ライオン・エア　www.lionairthai.com/jp/（日本語）
ベトジェットタイランド　www.vietjetair.com/ja（日本語）

タイ国鉄
www.railway.co.th（英語）

バス
www.transport.co.th（タイ語）

カオヤイ KHAO YAI

バンコク北バスターミナルからナコーンラーチャシーマー行きバスに乗り、パークチョン郡（バスターミナル）で下車しパークチョン・マーケットからソンテウ(乗り合いタクシー)に乗り換え。カオヤイ国立公園は広大なため、現地ツアーを利用するのがおすすめです。

チェンマイ CHIANG MAI

●日本からのアクセス　関西からベトジェットタイランドが直行便を運航

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75便(所要約1時間20分)。

バンコク・クルンテープ・アピワット中央駅から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が直行便で毎日2便(所要約1時間15分) www.bangkokair.com

バンコク・クルンテープアピワット中央駅発ピッサヌローク駅(所要時間約6時間)。スコータイ新市街までバスで約1時間。www.railway.co.th/home

バンコク北バスターミナルからノンエアコン、エアコンバスが8:30 ～ 22:00の間、毎日運行。公営のほか私営バスも運行(所要約5時間半～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・エアアジア、ノックエア、タイ・ライオン・エアなど、1日約16便が運航しています(所要約1時間20分)。

バンコク北バスターミナル発（所要約11時間）／チェンマイ第3バスターミナル発(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とドンムアン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、タイ・ライオン・エア、タイ エアアジア、ベトジェットタイランドが1日約40便以上航行（所要約1時間20分)。また、チェンマイからタイ・エアアジア、バンコクエアウェイズ、ベトジェットタイランドが毎日7便(所要約2時間)発着。その他国内線は、タイ国際航空、バンコクエアウェイズ、タイ・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・ファ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)。

バンコク南バスターミナル発(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とドンムアン空港からタイ国際航空、バンコクエアウェイズ、タイ・エアアジア、ノックエア、タイ・ライオン・エア、ベトジェットタイランドが1日約20便運行しています(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ミナルから公営・民間バスが1日5便運行(所要約14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、バンコクエアウェイズが1日約20便運航(所要約1時間20分)。

バンコク・ファ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ミナル発スラーターニー行き（所要約12時間)、フェリーに乗り換えてサムイ島へ(所要約1時間半)。

本パンフレットに掲載のアクセス情報は、作成時点での情報に基づいており、あくまでも目安としてご覧ください。運航スケジュールや路線は季節や運航状況などにより変更・中止となる場合があります。最新の運航情報は、各社の公式サイトでご確認ください。

タイ行きの航空便　タイ国内の主な交通　バンコク市内の交通

KEYWORD 1

タイを満喫！8つのキーワード グルメ＆スイーツ

「辛・甘・酸・塩」という4つの味の組み合わせに、さまざまなハーブやスパイスと新鮮な素材の味と香りが複雑に絡み合って、タイ料理の奥深い味わいが生まれます。美食の国・タイでおいしくてヘルシーなタイ料理を思う存分堪能しましょう！

定番グルメ

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。

ゲーンキャオワーン／Kaeng Khiaw Waan
タイカレーは青唐辛子をベースに、ハーブやスパイス、ナンプラーなどの調味料やココナッツミルクを用いて作られます。グリーンカレーはスイートバジルの爽快な香りが特徴です。

パッガパオ／Phad Kaphrao
バジル、唐辛子と、鶏や豚のひき肉を炒め、ナンプラーやオイスターソースなどで味付けをした一品。ライスを添えて、揚げ焼きした目玉焼きをトッピングするのが定番のスタイル。

パッタイ
Phad Thai
コシの強い中太の米麺を使ったタイ式焼きそば。タマリンドソースの酸味が特徴です。

カオマンガイ
Khao Man Gai
鶏スープにショウガを加えて炊き上げたご飯に、茹でた鶏肉をのせた人気の一品。

ヤムウンセン
Yum Woon Sen
春雨とエビ・豚ミンチをナンプラー、生唐辛子、ライム果汁で和えたタイの代表的なサラダ。

カオカームー
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んだ辛くない料理。

プラーヌンマナーオ
Pla Nung Manao
白身魚をライム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。

パックブン・ファイデーン
Pakboong Faidaeng
シャキシャキの空芯菜を唐辛子・ニンニク・ナンプラーで味付け。

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、マンゴーやパパイヤ、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。

カオニャオマムアン／Khao Niao Mamuang
新鮮マンゴーとココナッツミルク味のもち米が絶妙！

カノム・ブアン／Khanom Buang
薄い生地に、ココナッツのクリームと具材をトッピング。

タップティム・クローブ／Tap Tim Krob
クワイの実を、ブルブルのゼリーで包みココナッツミルクと一緒に。

ドリアン／Turian
4～5月が旬の香り高くねっとり甘い「フルーツの王様」。

パパイヤ／Malako
さっぱりとした甘さが特徴。ライムをかけて召し上がれ。

マンゴー／Mamuang
日本人にも人気。オレンジ色の果肉と濃厚な甘みが特徴。

ルアムミット／Ruammit
ゼリーや果物にクラッシュアイスとシロップをプラス。

トーン・イップ／Tong Yip
卵黄を贅沢に使ったふんわり濃厚なお菓子。

クルアイ・トート／Kluay Toad
サクサクの衣でバナナを包んだ、屋台で人気のスイーツ。

ルーク・チュップ／Luk Chup
緑豆餡に色をつけ、ゼラチンでコーティングした果物をつくりのタイ菓子。

マンゴスチン／Mang Kut
芳醇な香りと上品な甘さで知られる「フルーツの女王」。

ランブータン／Ngo
特徴的なビジュアルに反して、実は甘酸っぱくて美味。

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。ビールはポピュラーなものは3種あり、他にも地ビールやクラフトビールなど、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ポピュラーです。

タイの卓上調味料

タイ料理店の卓上には砂糖・ナンプラー・粉唐辛子・唐辛子入りの酢の計4種の調味料「クルアンプルン」があり、自分流にアレンジできます。

ハーブ スパイス

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をサポートしています。

ミシュランガイドブック

2017年にタイ国政府観光庁（TAT）とミシュランが提携し、初のミシュラン「バンコク」版を2018年に出版後、2025年版で主要エリアをほぼ網羅。2025年版ではタイ初の3つ星レストランが誕生しました。TATとの連携により2027年まで継続予定。

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のせてから口に運ぶ。
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ずつ自分の皿に移しましょう。

郷土料理セレクション

北　部　辛さがマイルドで甘味と酸味少なめ／主食もち米

カントーク
Khan Tok
青唐辛子ティップ「ナムプリックヌム」、揚げた豚皮「ケーブムー」、ソーセージ「サイウア」が丸いお膳に盛られた伝統的な食事。

ゲーンハンレー／Kaeng Hung Le
豚バラ肉をハーブとスパイスでゆっくりと煮込む、ミャンマー風ポークカレー。

ラープクア／Larb Kua
東北のラープと違って、スパイスたっぷりで炒ってあるのが特徴。

カオソーイ／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。

カノムチーン・ナムニャオ／Kanom Chin Nam Ngiew
トマトの酸味を感じる豚のスペアリブを煮込んだスープを米麺にかけたもの。

東北部　辛さ、塩味、酸味強く甘味少なめ／主食もち米

ガイヤーン
Gai 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。

ソムタム／Som Tam
千切りの青パパイヤを、唐辛子、にんにくなどさまざまな具と和えたヘルシーなスパイシーサラダ。

ラープ／Laap
ハーブの香りと煎ったお米を細かく潰した食感が特徴。ライムでさっぱり味付けます。

サイクローイサーン／Sai Grok I-san
豚肉の発酵ソーセージを焼いた定番メニュー。

トムセープ／Tom Saep
豚や牛をハーブや唐辛子と煮込んだ、酸味と辛味が効いた郷土スープ。

南　部　パンチが効いた辛さの中に酸味と甘味

ゲーンルアン／Kaeng Lueng
南部料理の代表格で、朝食にも食べる塩味と酸味が強く辛味のある黄色いカレー。

カノムチーンナムヤー／Khanom Chin Nam Ya
ココナッツミルクをベースに魚やハーブで作るカレーを米粉麺にかけて食べる定番の朝食や軽食。

ゲーンマッサマン／Kaeng Massaman
タイ南部名産のピーナッツと、ローリエの葉と実を使ったココナッツミルクベースの香り豊かなカレー。

カオヤムバックタイ／Khao Yum Pak Tai
ナームプードゥーという発酵調味料と様々な具材をごはんに混ぜたもので健康食とされています。

バイリアン・パットカイ／Bai Liang Pat Kai
やや苦味のあるバイリアンの葉と卵を炒めた栄養価の高い炒め物です。

サトーパットクンソット／Sator Phad Kung Sod
独特な匂いのサトー豆は南部を代表する食材。エビのスパイシーな炒め物。

中央部　マイルドで甘味の中に酸味、塩味、辛さあり

クイッティアオ
Kuai Tiao
麺の種類や太さを自由に選べるタイ式ヌードル。屋台やフードコートで食べられます。

カオパット／Khao Phad
ナンプラーやニンニク、卵、肉やエビなどと炒めた風味豊かなチャーハン。具たくさんなのが特徴的です。

プーパッポンカリー／Phu Pad Pong Kari
カニを殻ごとカレー粉と溶き卵でふんわり優しく炒めた一品。

タイスキ／Thai Suki
鶏ガラスープに野菜や肉だんご、海鮮などの具がたっぷり入ったタイで人気の鍋料理です。

トートマンプラー／Tod Mun Pla
白身魚のすり身にレッドカレーペースト、ココナッツミルクやナンプラーを加えた、タイ風のさつま揚げです。

■ 宮廷料理

1782年、都がバンコクに遷都されてから生み出された宮廷料理は、ラーマ国王の王宮でさらに発展を遂げ、味も見た目も洗練されていきました。厳選された食材と多大な手間と時間が生み出す贅沢な料理を、オードブルからデザートまでフルコースで楽しめます。

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していきます。ホテルやレストランで実演が見学できたり、旅行者向けの体験教室もあります。

KEYWORD 2

タイを満喫！8つのキーワード
ネイチャーアクティビティ

美しい海と山に恵まれたタイ。人気急上昇中のスタンドアップパドル（SUP）やダイビングなどのマリンスポーツに、タイならではの象との触れ合いやエレファントケアなど、豊かな自然に触れながら楽しめるアクティビティが充実しています。

マリンスポーツ

スタンドアップパドル（SUP）
タイでも体験できるところが増えてきたSUP。初心者でも気軽に楽しむことができます。

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。

サーフィン
6月～9月のアンダマン海は波も高く、サーフィンのベストシーズン。プーケットのカタ・ビーチでは、毎年世界的なコンテストが開催されています。

パラセーリング

シュノーケリング

フィッシング

アドベンチャー

エレファントケア
象の保護と福祉を重視する目的で、象とタイの人々が共存してきた歴史を学びます。食事の世話をしたり、一緒に森の中を散歩したり、象が大好きな水浴びを一緒に楽しむなど、象にとって自然な環境で体験できます。

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。

エコツアー
世界自然遺産に登録された国立公園や原生林で、トレッキングなどのエコツアーも楽しめます。

ラフティング

バギー

バードウォッチング

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れ、現地の人々と触れ合えるプランも。

リバークルーズ
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クルーズも、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ゴルフコースが多数あり、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、人気を集めています。

KEYWORD 3

タイを満喫！8つのキーワード
世界遺産

タイには、歴史的価値の高い文化遺産や豊かな自然を守る自然遺産、そして受け継がれてきた無形文化遺産が数多く存在します。ここでは、ユネスコに登録された14の世界遺産を通じて、奥深いタイの魅力を体感ください。

文化遺産

古都アユタヤ／1991年登録
アユタヤは1350年に建都され、約400年間にわたりアユタヤ王朝の首都として繁栄しました。東西貿易の中心地として栄え、多くの国と交流を持ち、文化・芸術・建築の面でも高度な発展を遂げました。ビルマ軍によって1767年に破壊されるまで、壮麗な寺院や宮殿が立ち並ぶ国際都市としても知られ、現在は多くの遺跡が歴史公園として整備されており、仏塔や巨大な仏像などが当時の栄華を物語っています。

木の根に取り込まれた仏頭。

古代都市スコータイと周辺の古代都市群／1991年登録
スコータイ王朝は13世紀にタイ北部の南端に成立した、タイ族初の独立国家。この時代は、現在のタイ文字の基礎や仏教美術、建築様式など、タイ文化の礎が築かれた重要な時期とされています。アユタヤ王朝よりも古く、王朝時代のレンガ造りの遺跡群は保存状態が良好で、仏塔や仏像が美しく残されています。特に夕暮れや日没後のライトアップされた遺跡は幻想的な雰囲気を醸し出し、訪れる人々を魅了します。

バンコクから北へ約440kmに位置する古都は、「幸福の夜明け」を意味する。

バンチェンの古代遺跡
1992年登録　ウドーンターニー県
推定紀元前5600年～1800年頃にさかのぼる先史時代の稲作・農耕文化における高度な陶器技術を伝える貴重な遺跡。

古代都市シーテープと関連するドヴァーラヴァディー遺跡群
2023年登録　ペッチャブーン県
13世紀以前に建設されたとされる古代都市。仏教寺院遺跡等の発掘から、ドヴァーラヴァディー王朝の重要都市と推測されています。

ブー・プラ・バート歴史公園
2024年登録　ウドーンターニー県
ドヴァーラヴァディー時代の石の聖域（シーマ石）が原位置で保存され、二千年前の岩絵や仏教聖地として歴史的価値が評価されています。

自然遺産

トゥンヤイ・ファイカケン野生生物保護区群
1991年登録　ウタイターニー県 カンチャナブリー県 タク県
豊かな自然が残る森林で、他に類を見ない生物多様性を維持。東南アジア本土で生息が確認される哺乳類の3分の1が生息しています。

カオヤイ国立公園（正式名称：ドン・パヤーイェン・カオヤイ森林群）
2005年登録　サラブリー県 ナコーンナーヨック県 ナコーンラーチャシーマー県 プラーチーンブリー県
85%が森林に覆われ約95種の樹木から成るカオヤイ国立公園。多様な植物や、野生の象やトラをはじめ絶滅危惧種を見ることができます。

ケーンクラチャン森林群
2021年登録　プラチュアップキリカン県 ペッチャブリー県
広大な山岳地帯をカバーするタイ最大の国立公園。大自然の源でもあり、主要河川のペッチャブリー川とプランブリー川の源泉です。

ユネスコ無形文化遺産

タイ仮面劇「コーン」
2018年登録
ラーマキエンのエピソードを表現するために古代から伝わる、古典的な演劇形式。

伝統的なマッサージ療法「タイ古式マッサージ」
2019年登録
インド古来のアユルヴェーダに由来。時間をかけてツボを押し、筋を伸ばす手法。

タイ南部の伝統舞踊「ノーラー舞踊」
2021年登録
速いテンポの曲にアクロバティックな踊りと歌で構成される、タイ南部の伝統舞踊。

タイ正月のお祭り「ソンクラーン」
2023年登録
一年で最も気温の上がる季節の、暑さしのぎとしても親しまれる。毎年4月13～15日に祝う伝統行事。

タイ料理「トムヤムクン」
2024年登録
「トム」＝煮る、「ヤム」＝和える、「クン」＝エビ。酸味のあるほどよく辛いスープ。

地域伝統衣装「ケバヤ」
2024年登録
前開きのトップスで、刺繍が多様に施された、民族・宗教・国境を越えた文化的な衣装。

KEYWORD 4

タイを満喫！8つのキーワード ショッピング

タイの豊かな文化が光るシルク製品やセラドン焼きなどの伝統工芸品に加え、ロイヤル・プロジェクトが手掛ける環境に配慮したオーガニック食品やナチュラルコスメも要注目。旅の思い出とともに、質の高い逸品との出会いをショッピングスポットとあわせてチェックしましょう。

デパート・ショッピングモール

バンコクのサイアムやラチャダムリ周辺は、セントラル・ワールドやサイアム・パラゴン、ゲイソン・ヴィレッジなど高級ブランドやセレクトショップが集まる人気スポットです。6～8月のグランドセール期間はブランド品もお得に購入可能。タイ国内の主要都市にも大型店舗があり、タイ製品やタイシルク、ベンジャロン焼きなどの伝統工芸品やお土産も豊富に揃います。

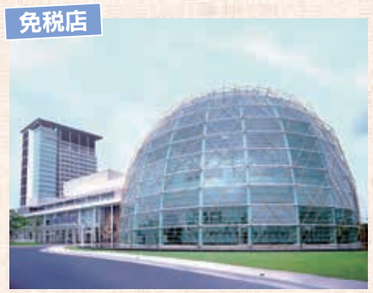
ローカルマーケット・市場

雑貨を探すなら、バンコクやチェンマイのローカルマーケットへ。バンコクのウィークエンド・マーケットは広大な敷地で服飾や家具などが各ゾーンに分かれているので、宝探し気分が味わえます。そのほか、チェンマイの土日限定ウォーキングストリートでは、銀製品や手織り布のほか、若手アーティストたちが手がける雑貨なども並び、北部ならではの品々を楽しめます。

ナイトマーケット

夕方から深夜まで開かれるタイのナイトマーケットには、多数の露店が並びます。エリアごとに個性的なマーケットが点在。ファッション、アンティーク、ストリートフードからライブ演奏まで。地元グルメの食べ歩きにピッタリです。

免税店



バンコクのラーンナム通りにある大型免税店では時期によって割引クーポンがあり、高級ブランドやタイの統工芸品などが割引価格で購入でき、受け取りも帰りに空港でと便利。パスポートと航空券の提示が必要。

スーパー・コンビニ

輸入食材や高級品を扱う店舗から、ローカルが通うリーズナブルなスーパーまで多彩。お菓子や調味料が揃うコンビニのほか、観光客向けにお土産コーナーを設けた高級スーパーもあり、目的に合わせて楽しめます。

タイ王室による、持続可能な開発と社会福祉の取り組み

タイ王室は長年にわたり、貧困や環境問題に直面する農村地域を支援するため、さまざまな開発プロジェクトを展開してきました。持続可能な農業と地域の自立を目指すプロジェクトには、国民の暮らしを豊かにし、自然と共生するという王室の理念が息づいています。

ロイヤル・プロジェクト

1968年にタイのラーマ9世（プミポン前国王）によって始められた農村開発計画。タイ北部の山岳地帯で、貧困や違法なアヘン栽培、森林破壊といった深刻な問題を目の当たりにした国王が、「持続可能な農業によって住民の自立と環境保全を実現しよう」と立ち上げました。代替作物の導入や農業指導を通じて、貧困削減や麻薬撲滅に成功。その実績は国連やFAOなど国際機関からも高く評価されています。現在では全国に広がり、タイ王室による地域支援の象徴的なプロジェクトとなりました。

ドイ・カム

ラーマ9世（プミポン国王）の発案で始まった社会貢献型企業。タイ北部や東北部の山岳地域で暮らす人々の貧困解消を目指し、農産物を適正価格で買い取り、王室の工場でジュースやドライフルーツ、ジャムなどに加工。高品質で健康的な製品を提供し、農家の自立と国民の健康を支えています。利益よりも地域の暮らしの向上を重視するという姿勢が特徴です。

ドイ・トゥン開発プロジェクト

1988年にシュリーナガリンドラ王女によって始められた社会開発プロジェクトは、かつて麻薬密売の拠点だったチェンライ県ドイ・トゥンで、住民にコーヒーやマカダミアナッツ、織物、工芸品の生産を通じた収入源を提供。森林の再生・保護を進めるとともに、無国籍だった人々に国籍を与え、教育や医療など社会基盤を整備しました。今では観光地としても注目される、持続可能な地域づくりの成功モデルです。

■ 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。加盟店には上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。

▶www.thaigemjewelry.or.th（英語）
TEL 02-630-1390 FAX 02-630-1398

タイシルク

シルク製品
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。

スパ＆アロマ

スパ製品
美容大国タイのスパ製品は実力派ぞろい。天然由来成分たっぷりでお肌にも優しく、香りもレモングラスなどタイならでは。

アロマキャンドル
ホテルのスパアイテムとしても使われているアロマ製品。プレゼントとしても喜ばれます。

タイコスメ
伝統医学が発達し、自然由来の成分が豊富。タイならではの湿度の高い気候やアジア人の肌に合うコスメが人気です。

伝統工芸品

ピューター
ブーケットで産出される錫製品。アクセサリーや小物入れ、食器まで、さまざまなアイテムが作られています。

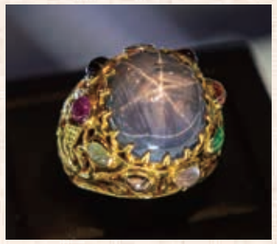
ベンジャロン焼き
王室専用の高級伝統磁器として発展。さまざまな色と、タイの花や植物をモチーフにした模様が美しい逸品です。

セラドン焼き
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。

リーパオ
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。

タイ漆器
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。

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。



宝石・ジュエリー
トラート県やチャンタブリー県は、宝石市場が充実。ルビーやガーネットの産地として、バイヤーやデザイナーが集まります。

真珠・パール
南洋真珠と呼ばれる丸形またはマベ型の大ぶりのパールは、豊かな海で育ったブーケットの特産品です。

バティック
綿生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。

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。

このマークのあるお店でご購入ください。

VAT REFUND FOR TOURISTS

■ 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。

▶www.thailandtravel.or.jp/about/leave

■ タイシルク オーダーメイド

憧れのタイシルクでオーダーメイドのスーツやワンピースを作る特別な体験もタイでは実現できます。歴史ある評判の良い洋品店を選び、デザインのイメージを持参することがお勧めです。生地の持ち込みもでき、旅の思い出にもなります。

■ OTOP 商品

「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77都県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、パーキ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商品があります。

OTOP One Tambon One Product

KEYWORD 5

タイを満喫！8つのキーワード ウェルネス&スパ

タイはウェルネス＆スパの本場として知られ、伝統的なタイ古式マッサージやハーブ療法を体験できます。近年は、高品質な医療サービスを求めるメディカルツーリズムや、自然豊かな環境でのワーケーションにも注目。心身のケアと仕事を両立できる魅力的な滞在先となっています。

タイ古式マッサージ

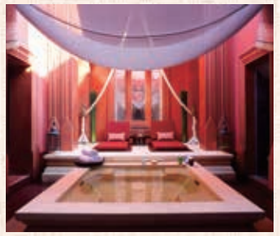
体中のツボをゆっくり時間をかけて刺激しながら、筋を伸ばしていくマッサージ。総本山とされる「ワット・ポー」をはじめ、街中にあるローカルのマッサージショップやホテル内のスパでも受けられます。

ルーシー・ダットン

タイ古式マッサージを中心とする古典医学の総本山としても知られているワット・ポー寺院で毎朝8時から行われるヨガに似たタイ式健康法。無料なので、ぜひ早起きして参加してみましょう(寺院への拝観料300Bが必要)。

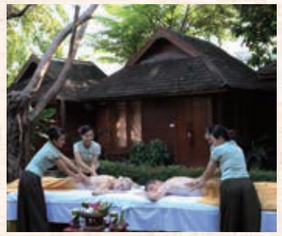
スパ

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で至福のひとときを。



ホテルスパ

さまざまなコースが用意された高級ホテル内のラグジュアリーなスパはセレブリティにもファンが多く、安らぎと癒やしを求めて日本からも多くの人が訪れます。



一軒家スパ

自然素材を活かしたスパや無農薬の自家製ハーブボールを使ったマッサージをはじめ、いろいろなコースを比較的手頃な料金で体験できます。

いまこそ注目したい、“整える旅”とは？

自然に包まれたリゾートでの瞑想やヨガ、いま注目の「整える旅」がタイには揃っています。心と身体をリセットする、深く癒される時間を過ごしてみませんか。

ウェルネスリゾート

深い呼吸と静かな時間で、心と身体を整えるメディテーション(瞑想)やヨガのプログラムが各地で体験できます。日本ではなかなか味わうことのできない大自然の中で心を解き放ち、自分自身と向き合うひとときは、日々のストレスを和らげ、内なるバランスを取り戻す大切な時間になるはずです。

メディテーション

心身の疲れを癒やし、集中力を高めるとされるメディテーション。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。

ヨガ

ウェルネス意識が高いタイでは、ヨガも盛んに行われています。ホテルのヴィラや専門のセンターなどでも気軽に体験できるので、チャレンジしてみませんか？

ワーケーション

高速Ｗｉ-Fiやコワーキングスペース施設が都市やリゾート地に整備されており、海や山に囲まれたロケーションで仕事とリフレッシュが両立可能。物価も手頃で長期滞在も叶います。

メディカルツーリズム

高品質な医療を手頃な価格で受けられるのが魅力。国際基準の病院が多く、日本語対応の病院も充実しているので安心です。治療の合間に観光を楽しめるのも特徴です。

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。

KEYWORD 6

タイを満喫！8つのキーワード エンターテインメント

タイの歴史と文化を感じられるシアターでは、国際的で文化的なパフォーマンスが楽しめます。華やかなキャバレーショーや迫力満点のムエタイ、お子さまに人気のウォーターパークをはじめ、タイの文化を体験できる料理教室やワークショップも人気を集めています。

シアター&キャバレー

ブーケット
ブーケット・ファンタシー／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＋ディナーショーのみ1800B

バンコク
サラ・チャレームクルン・シアター
Sala Chalermkrung Theatre
バンコク建都150周年を記念してラーマ7世からタイの人々への贈り物として建てられたサラ・チャレームクルン・シアター。2018年にユネスコ無形文化遺産に登録されたタイの仮面劇「コーン」、ライブシアター、映画、音楽を含む幅広いエンターテイメントの上映の場として常に人気があります。開9:00～18:00

ブーケット
サイアム・ニラミット／Siam Niramit
ギネスブックにも登録されている世界最大のシアター。シャム(タイ王国の旧名称)の歴史と文化を3つのテーマに分けて紹介します。
開17:30～22:30 休火 料1800B～

華麗な衣装と美で魅せる世界最高峰のキャバレーショー
バンコク **カリプソ**／Calypso
開20:15～、21:45～休無 料2200B
パタヤ **ティファニーズショー**／Tiffany's Show
料1000B
パタヤ **アルカザール**／Alcazar
料1800B
ブーケット **サイモン・キャバレー・ブーケット**／Simon Cabaret Phuket
開18:00/19:30/21:00 休無 料800B～

アトラクション

バンコク **ジュラシックワールド・ザ・エクスペリエンス**
Jurassic World the Experience
世界的ヒット映画シリーズ『ジュラシック・ワールド』からインスピレーションを得たシーンに没入できます。開11:00～20:00
料大人769B～子ども579B～

音楽フェス

パタヤ **ワンダーフルーツ・フェスティバル**
Wonderfruit Festival
音楽、アート、ライフスタイル、自然をテーマにしたタイ最大級の野外音楽イベント。12月開催

タイ舞踊

タイ舞踊ディナーショー
Dinner Show
華麗なタイ古典舞踊を鑑賞しながらタイ料理のディナーを楽しめるホテル内のレストランもあります。

ウォーターパーク

パタヤ **コロンビアピクチャーズ・アクアバース**
Columbia Pictures Aquaverse
コロンビア・ピクチャーズ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1490B 子ども・高齢者1290B

ムエタイ

バンコク
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10:00～23:00(通常は金土)
料1000B～3500B

バンコク
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19:00～21:00(月火金土)、18:00～22:00(水木日)
料1000B～4500B rajadamnern.com

現地で学ぶ・体験する

伝統の踊りに挑戦したり、染物や絵付けを体験することで、その土地の文化に触れることができます。自分の手で料理を作る体験では、味わう楽しさに加えて、食文化への理解も深まります。こうした体験を通して、旅がより思い出深いものになるでしょう。

タイ衣装を着て記念撮影

バンコク、アユタヤ、チェンマイなどの観光地では、寺院や遺跡を散策する際、タイの伝統衣装をレンタルすることができます。

タイ舞踊

優雅な動きや手の所作を学び、衣装を着て踊ることも可能。初心者でも気軽に参加でき、タイの文化を体感できます。

染物

草木や天然素材を使って布を染める伝統技法を学べます。模様づけも楽しめ、世界に一つだけの作品が作れます。

ハーバルボール作り

タイ伝統の薬草を使い、香りと効能を学びながら癒しの文化に触れます。乾燥ハーブ製は日本への持ち込み可。

民芸品づくり

草木染めや藍染めなど、木工や竹細工など、地域ごとの伝統技術を体感しながら旅の思い出に自分だけの一品を作りましょう。

絵付け

伝統的な陶器や傘、布などに自由に絵を描けます。色鮮やかな模様を楽しみながら、オリジナルの作品を作れます。

クッキング

朝のコースでは市場見学からスタート、など食材選びから楽しめるコースも。タイ料理好きにはたまらない体験です。

KEYWORD 7

タイを満喫！8つのキーワード
歴史＆もっと知りタイ

アジア有数の近代国家として著しい成長を続けるタイ。人々の暮らしや文化には古くからの伝統が息づいています。街なかの寺院や祠、郊外では悠久の歴史を感じさせる遺跡まで。歴史と近代文化が見事に調和した、タイの長い歴史に触れてみましょう。

歴史

3000～4000年前に描かれた壁画（東北部バーテーム国立公園）

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ェ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」

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）

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駆逐。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、やがてラー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、国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。

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。その恵まれた立地を背景に、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国へも侵攻。1431年には王都のアンコールを陥落させました。

17世紀ごろにはオランダやフランス、日本など世界各国からの商人が渡来。アユタヤはヨーロッパと東アジアを結ぶ国際交易港として隆盛を極めましたが、末期にはビルマの侵攻に敗れ、400年以上におよぶ長い歴史に終止符が打たれます。

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）

わずか15年で終焉を迎えた「トンブリー王朝」

アユタヤ王朝の将軍だったタークシンは、1767年にビルマの侵攻により廃墟となったアユタヤからビルマ軍を撃退。同年トンブリー（現在のバンコクのチャオプラヤー川を挟んだ対岸）に遷都し、トンブリー王朝が始まりました。一時は北部のチェンマイまで手中に収めましたが、絶え間ない戦争に不満を持った部下に捕らえられ、処刑されます。戦いに明け暮れたトンブリー王朝は、わずか15年でその幕を閉じました。

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、ター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った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（チュラロンコーン大王）の治世では、中央集権制のもと奴隷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）

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		
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おかれる	700	**奈良時代** 710年　平城京遷都 **平安時代** 794年　平安京遷都
スコータイ王朝 1240年頃　タイ族初の統一国家が成立 タイ文字が制定され、上座部仏教が国教となる。	1000	**鎌倉時代** 1192年　源頼朝、征夷大将軍になる 1274・1281年　蒙古襲来
アユタヤ王朝 1351年　ロッブリーとスパンブリーが統合され、アユタヤ朝成立 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、欧州諸国との海上貿易が盛んに行われる。	1300	**室町時代** 1338年　足利尊氏、征夷大将軍となる **戦国時代** 1467年　応仁の乱
1686年　フランスに大使を派遣し、ルイ14世に謁見。	1600	1590年　豊臣秀吉、天下統一 1600年　関ヶ原の戦い **江戸時代** 1603年　徳川家康、征夷大将軍になる 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）
1767年　ビルマの侵攻を受け敗北、王朝滅亡。将軍タークシンがビルマからアユタヤを奪還。 **トンブリー王朝** 1767年　ター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乱状態へ。 **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	1700	1702年　赤穂浪士討ち入り 1716年　享保の改革 1772年　田沼意次　老中になる 1787年　寛政の改革
1826年　イギリスとバーネイ条約締結 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 1906年　海軍士官学校の開校	1800	1837年　大塩の乱 1853年　ペリー来航 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 **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
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	1900	**大正時代** 1914年　第一次世界大戦 1923年　関東大震災 **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）来日 2017年　日タイ修好130周年 2019年　ラーマ10世即位 2025年　結婚平等法施行	2000	**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　ラーマ9世の御弔問のため天皇皇后両陛下バンコクお立ち寄り **令和時代** 2019年　天皇陛下即位 2021年　東京オリンピック 2025年　大阪・関西万博

もっと知りタイ

タイの首都・バンコクは、経済・文化・政治の中心地。観光名所やショッピングスポットが豊富で、活気に満ちた都市としても注目されています。公用語はタイ語ですが、観光地では英語も広く使われています。94%が仏教徒、5%がイスラム教徒、その他1%と言われ、寺院や祠が多く点在。気候は熱帯モンスーンで、年間を通じて温かく、雨期と乾期があるため、旅行の際は急な天候の変化には注意が必要です。ほかにも、タイには古代からの遺跡や歴史的建造物が多く残り、王朝の変遷や文化の発展が魅力を引き立てています。舞踊、音楽、料理など豊かな伝統があり、特にタイ料理は、日本人にも人気が高いことで有名です。さまざまな視点でタイの基礎知識を理解することで、より深くこの国の魅力を感じることができます。

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：クルンテープ・マハーナコーン／英語名：Bangkok）

※正式名称：クルンテープ・マハーナコーン・アモーンラッタナコーシン・マヒンタラーユッタヤー・マハーディロック・ポップ・ノッパラット・ラーチャタニーブリーロム・ウドムラーチャニーウェートマハーサターン・アモーンピマーン・アワターンサティット・サッカタッティヤウィサヌカムプラシット（日本語訳：天使の都　雄大な都城　帝釈天の不壊の宝玉　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　帝釈天が建築神ヴィ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年に決められました。**

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：ラーチャプルック＝「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：2025年＝仏暦：2568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兵役期間は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）

■ 知ってる？ タイの豆知識

「プレーン・チャート」（タイ王国国歌）は、駅やバスターミナル、空港といった公共交通機関や学校などで、毎朝8時と夕方6時の2回流れます。その間、国民は立ち止まって、国に敬意を表します。また、映画館や劇場では、上演前にも国歌や国王賛歌が流れ、観光客もタイの人々と一緒に起立します。

KEYWORD 8

タイを満喫！8つのキーワード 文化＆伝統

インドシナ半島の中央に位置し、東西貿易の拠点として繁栄を続けるタイ。長い王朝の歴史を持ち、欧米の植民地支配が吹き荒れる時代でも、独立を守り続けてきました。歴史の中で育まれた独自の文化や篤い信仰心は、近代国家へと成長した今も人々の心に息づいています。

文化

タイの仏教

タイでは国民の94%が仏教徒で、厳しい修行と禁欲によって救済の道を開くとされる「上座部仏教」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。上座部仏教では「徳を積む=タンブン(功徳)」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、仏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3万もの仏教寺院があります。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。

タイの季節を彩る２つの祭り

一年で最も盛り上がり、タイの魅力を五感で味わえる、季節の風物詩を紹介します。

ロイクラトン祭り

「ロイクラトン」とは、バナナの葉で作ったクラトン(灯籠)を川に流すことで水の女神に感謝を捧げる灯籠流しのお祭りで、毎年旧暦12月（例年11月頃)の満月に行われます。

ソンクラーン祭り(タイ正月)

太陽の新年を祝う水かけ祭りで、もともとは仏像や年長者に水をかけ清める儀式でした。現在では、毎年4月13日～15日の3日間で行われ、タイの祝日となっています。

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：2025年は仏暦2568年)**

タンブン(功徳)

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的なことなのです。

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・盗まない・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。仏舎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「チェディ」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「プラーン」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（仏誕節）…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／カオパンサー（入安居）…僧侶がこれから３カ月間、修行のためにお寺にこもる日／ワチラロンコーン（ラーマ 10 世）国王陛下生誕日
8月 王太后誕生日
12月 前国王（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。

▶ 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。ノーラー舞踊はタイ南部の人々の精神・文化・信仰を体現したアップテンポの曲で踊る舞踊です。コーンもノーラーもユネスコ無形文化遺産に登録されました。

楽器

タイの舞踊に欠かせない古典音楽を奏でる楽器。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。

コンウォンヤイ

ラナート

山岳民族と民族衣装

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、繊細な銀細工など、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。

リス族　ヤオ族　カレン族　アカ族　モン族

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。

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東北地方。伝統的なチェック柄の布、スカーフや腰巻きとして使われるパーカオマー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・籐製品
■マットミー（幾何学模様の絹織物）
■パーヤオマー（万能布）　など

北部

チェンマイを中心とする北部地方では、手織り布や刺繍、銀細工など山岳少数民族の代表的な手工芸品をはじめ、セラドン焼きや木彫り、紙製品（ボーサーン傘）など、さまざまな工芸品が作られています。

■綿織物　■銀細工
■手すき紙　■木彫り
■セラドン焼き　■刺繍　など

中央部

ウォーターヒヤシンスの繊維、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、ベンジャロン焼、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。

■ベンジャロン焼き　■純金細工
■わら製品　■宝飾品
■漆工芸品　■素焼き製品　など

南部

海と山に恵まれた南部は、ココナッツ殻製品や貝細工・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
■ココナッツ殻製品
■影絵人形(ナンタルン)　など

■ 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。

SPECIAL INTEREST　タイをもっと深く知るテーマのある旅

タイの魅力を紐解く20の視点

一般的な観光旅行はもちろん、よりテーマ性のある旅でもタイは魅力的な渡航先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。

各テーマの詳しい情報は
ホームページで
ご覧いただけます。

寺院巡り

煌びやかな仏塔や黄金の仏像、荘厳な建築美を楽しめるほか、仏教国ならではの静けさと心落ち着く雰囲気の中で、自分自身と向き合う時間を持てます。

世界遺産

ユネスコには文化遺産5件、自然遺産3件、そして無形文化遺産6件が登録。アユタヤ歴史公園やスコータイの古都、バンチェンの遺跡など、歴史と文化が息づく風景に出会えます。

女子旅・親子旅

心と体を癒すタイは、女性同士の旅行も安全に楽しめます。3泊で満喫できる身近な楽園は、おしゃれなショップやレストランが続々とオープンし、親子旅や三世代旅にもおすすめです。

グルメ(ガストロノミー)

屋台料理から高級ガストロノミーまで、多彩で奥深い食文化が魅力。地域ごとに異なる味わいや食材が楽しめ、比較的手頃な価格で本格的な料理が堪能できます。

ゴルフ

270以上の高品質なコースがあり、1プレーヤーに必ず専属キャディーがつくことや、プレー後のマッサージやスパ施設の充実が特徴。初心者から経験者まで1年中プレーできる環境が整っています。

ダイビング

ジンベエザメやマンタなど大物との出会いや、アンダマン海とタイ湾の異なる海域で多彩な水中景観が楽しめます。日本人スタッフ常駐のショップも多く、言葉の面も安心です。

マラソン

都心の賑わい、豊かな自然、歴史的建造物を眺めながら走れるのが魅力。涼しい夜明け前のスタートで記録を狙いやすく、午前中終了で日中は観光も満喫できます。レース後はタイマッサージで体のケアも。

ムエタイ

立ち技の世界最強格闘技といわれるタイ式キック・ボクシングは13世紀から続く国技です。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。生の試合を観戦するだけでなく体験もできます。

文化体験

昔ながらの生活を営む村でのホームステイや、日帰りで体験できる様々なアクティビティ。衣裳に身を包み、伝統音楽や舞踊を習うなどそれぞれの土地で育まれ、大切にされてきた暮らしや伝統文化に触れる"ローカル体験"です。

イベント

年間を通じて多彩な祭りやイベントが開催され、地域ごとの特色も多種多様。五感で味わう伝統的なお祭り「ロイクラトン」や「ソンクラーン」などは旅の思い出を彩ります。

パワースポット

信仰心の強いタイの人々は約95%が仏教徒で、日常的に寺院などに参拝します。特に願いが叶うと評判のスポットには、金運、恋愛、健康、学業など目的に応じてご利益を求める多くの人々が集います。心を癒すスピリチュアルな旅が叶います。

国立公園

陸地保護を目的とした国立公園と、海洋と隣接する陸地の環境保全を目指す国立公園が多数あり、ハイキングやトレッキング、カヤックなどのアクティビティも体験できます。

ラグジュアリー

上質なコンシェルジュサービスやプライベートヴィラなど、世界の富裕層が注目するタイの魅力は、多様なニーズに応じた上質なおもてなしと温かなホスピタリティです。

ウェディング・ハネムーン

海を臨むチャペルや、荘厳な寺院、水中結婚式など、多様な式が実現可能です。飛行時間や時差も2時間と短く、家族や友人を気軽に招待できるのも魅力。

GI製品

地理的表示（ＧＩ）は、地域特産品を守る制度です。農業や地域経済の発展、地元コミュニティの活性化に役立てています。地域ブランドに付加価値を与え競争力を高めることが目的です。

持続可能なサステナ旅

タイでは、サステイナブル(持続可能な)観光を推進。自然を楽しむエコツアーや地元の暮らしを学ぶコミュニティベースドツーリズム（CBT)など、旅をしながらSDGsにも貢献できます。

ロングステイ

収入の基盤を日本に残し、タイで暮らすように旅をする余暇を。仏教国で親日国、医療水準が非常に高く、物価や快適な生活インフラ、日本食が充実していることも選ばれる理由です。

教育旅行

タイは一度も植民地化されたことがないため、文化も独特。悠久の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。平和学習や地元の学校との交流など、様々なプログラムがあり異文化への関心と学びが深められます。

ワーケーション

マイナス2時間の時差を効率的に使い、早朝にアクティビティを楽しんだ後、日本とオンライン会議に参加することも可能です。地方都市でもWi-Fi環境が整いコワーキングスペースが充実していて、滞在先の選択肢も豊富です。収入基盤は日本に残し、観光目的の場合59泊60日以内はビザなしで滞在できます。

インセンティブ

アクセス良好でフライトも充実。観光地だけでなく充実した施設も揃い、研修や会議にも利用可能。リーズナブルな予算で満足度の高いインセンティブ・ツアーが実現できます。
問い合わせ先：タイ国政府コンベンション＆エキシビションビューロー (TCEB)
TEL:090-3400-1804 ／ E-mail:info@bestrvl.jp

LGBTQ+ツーリズム

タイは、LGBTQ+の方々を誇りに思い、歓迎しています。LGBTQ+フレンドリーなホテルや施設が整っており、ナイトライフやパーティイベントなども充実しています。タイで心の解放感を味わってください。
2025年1月23日に「結婚平等法」が施行。

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

◆日本国籍を有し、タイ入国後60日(59泊60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カ月以上推奨されています。

◆60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　領事部**
旧03-5789-2433
site.thaiembassy.jp

◆**タイ王国大阪総領事館**
旧06-6262-9226
www.thaiconsulate.jp

◆**在福岡タイ王国領事館領事部**
旧092-739-9090
www.thaiembassy.org/fukuoka

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枚持って行くと安心です。

◆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。

◆日本からの果物や食品など個人的な持ち込みについては、下記までお問い合わせください。

◆**在東京タイ王国大使館　農務担当官事務所**
旧03-5789-2433

◆個人用の薬について、最大30日間までタイ国内への持ち込みが可能ですが、向精神薬や医療用麻薬または類似品等の原料が含まれるものは、持ち込み制限があります。詳細は下記URLをご覧ください。

◆**タイ保健省　食品医薬品局**
https://permitfortraveler.fda.moph.go.th/nct_permit_main （英語）

免税・通貨

免税範囲

■紙たばこ

◆たばこ類持ち込みは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金となります。

※他人の分を所持しているだけでも没収・罰金。

■酒類

一人1本(1リットル)以下で、それ以上の持ち込みは原則没収または罰金が科せられます。

※他人の分を所持しているだけでも没収・罰金。

通貨

■タイバーツ

◆**出国：**タイからのバーツの持ち出しは、1人5万バーツまで。ただし、近隣諸国のミャンマー、ラオス、カンボジア、マレーシア、ベトナムへの持ち出しは､45万バーツ以上から申告が必要。

◆**入国：**45万バーツ以上から申告が必要。

■外国通貨

出入国を問わず、外国通貨の持ち込み・持ち出しは原則無制限。ただし、1.5万米ドル相当まで。それ以上の場合は税関申告が必要です。

※申告漏れが判明した場合は罰金が科せられます。

両替・銀行

◆空港や両替のできるホテルを除いて、円やドルは使えません。出国前（日本の空港）またはタイ到着時に両替を行ってください。

◆スワンナプーム国際空港内の銀行両替所は24時間営業しており、市内の銀行は月曜日から金曜日の10:00 ～ 16:00まで、観光地やショッピングセンター内にある出張両替所なら、10:00 ～ 21:00頃まで開いています。

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。※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ポーターやハウスキーパーへのチップに20バーツほどが目安です。

◆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、各部屋やロビー等にWi-Fi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カフェ等の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えます。

タイのお金

※旧紙幣も使われています。

※1バーツは100サタン

タイの郵便ポスト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ルン通りにあります。
旧02-233-1050　開 月 ～ 金8:00 ～ 20:00
土日祝日8:00 ～ 13:00

ビジネスアワー＆商業施設営業時間

■銀行

開月曜日～金曜日9:00 ～ 15:00 休土日祝日

■商業施設

開10:00 ～ 11:00頃　閉21:00 ～ 22:00頃
※地域店舗によって異なります。

■セブンイレブン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、それら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。ただし、ホテル内は２４時間販売

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、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

◆バンコク市内のレストランやホテルは洋式トイレですが、地方の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。

医療情報

タイの医療は水準が高く、日本の病院と同等の治療を受けることができます。

バンコク市内には、日本語が通じる大型私立病院があり、日本語を話す医師やスタッフが常駐している病院も増えています。

国内の病院の詳しい情報は、タイ国政府観光庁発行各方面別のパンフレットにてご覧いただけます。

エチケット&マナー

宗教に敬意を払う

◆寺院を観光する際は男女ともにノースリーブやショートパンツ、やぶれたジーンズなど露出の多い服装は避けましょう。場所によっては腰巻などを有料で貸し出していますが、入場できない場合もあります。

◆また、寺院のなかだけでなく街なかや公共の交通機関のなかなどで僧侶を見かけることがよくありますが、女性は僧侶に触れてはいけないので気をつけましょう。

王室に敬意を払う

◆タイの人々は王室に対してとても深い尊敬の念を抱いています。タイの人々と王室について話す時は、相手の感情を害さないように注意しましょう。

◆毎朝8時と夕方6時になると駅などの公共の場で国歌が流れますが、多くの人々は立ち止まって敬意を表します。

頭に触れない

タイでは人の頭は「精霊が宿る場所」として神聖視されています。そのため、他人の頭を触ることは大変失礼にあたるので気をつけましょう。小さな子どもの頭をなでてかわいがるのは問題ありません。

足の裏は不浄

左手と足の裏はタイでは「不浄」とされています。寺院への参拝の際など、仏前に足の裏を向けて座らないように気をつけましょう。

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ないこともありますが、必ず一声かけて足をず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「サワッディー・クラップ(女性はサワッディー・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

◆タイ国内では、空港・ホテル・レストランなど冷房の効いた建物内は、スモーキングエリアを除き全面禁煙となっています。

◆電子･加熱式たばこと関連する付属品タイへの持ち込みは禁止されています｡違反した場合には、10年以下の懲役または50万バーツの罰金のいずれかが科せられます。

◆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・ポリス局
局番なし：1155

◆**スワンナプーム国際空港内**　02-132-6596

◆**ドンムアン国際空港内**　02-5351-641

観光警察（Tourist Police）が運営するアプリ「Tourist Police I Lert U」は、旅行中のトラブルや緊急時に24時間対応・日本語サポート・GPS送信等の機能があります。

■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
Government Center Chaeng Wattana Building B,Nr.120 Moo3, Chaeng Wattana Rd., Soi7, Tung Song Hong Subdistrict, Laksi, Bangkok 10210
旧02-141-9889　FAX02-143-8228
開月～金 08:30 ～ 12:00,13:00 ～ 16:30
休土日祝日

■在タイ日本国大使館
177 Witthayu Road,Lumphini,Pathum Wan,Bangkok 10330
旧02-207-8500（代表番号）
旧02-696-3000

◆**領事部　※パスポートの紛失等**
旧02-207-8501, 02-696-3001（直通番号）

◆**領事部邦人援護班**
旧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
旧052-012-500

※2025年９月現在

出入国情報

タイへの入国がもっとスムーズに! TDACとは?

TDAC（Thailand Digital Arrival Card）は、タイ入国時に必要なデジタル到着カード（入国カード）を電子的に申請・提出できるオンラインシステムのことです。従来、飛行機内で配布されていた紙の「TM6カード（出入国カード）」の代替として、よりスムーズな入国管理を目指して2025年5月より導入されました。

TDACの登録方法

1公式サイトにアクセス
登録受付は72時間(3日)前から可能。
2氏名・パスポート番号・滞在先などを入力
3登録したメールアドレスにQRコードが届く。
QRコードを保存(印刷またはスマホに保存)
タイ到着後入国審査でQRコードを提示する。

※偽の登録サイトが出回っています。偽サイト／詐欺サイトとお客様間でのトラブルに関しまして、弊庁は一切の責任を負いかねます。十分にご注意ください。正しいウェブサイトは、https://tdac.immigration.go.th/です。誤りがないかご確認ください。

TDACに関する最新情報は、タイ入国管理局（Immigration Bureau）や在日タイ大使館の公式サイトでご確認を。

入国

1オンライン入国手続「TDAC」の登録を入国前までに済ませておきます。
2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。
3入国審査カウンターで、パスポートと航空券を提示。係官の指示があればQRコードを提示。
4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。
5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。
6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。

出国

1利用航空会社のカウンターでチェックインを行います。機内に持ち込めない荷物は、ここで預けます。
2セキュリティーチェック（手荷物検査）を受け、階下の出国審査場へ向かいます。
3出国審査カウンターでパスポートを提出。
4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、国際線利用の場合は出発の3時間～ 3時間半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。

トランジットホテル（スワンナプーム国際空港内）

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トランジットホテルの利用もおすすめです。
◆**場所**：3階コンコースA
◆**料金**：6時間4,000バーツ、8時間5,000バーツ、10時間7,000バーツ、12時間8,000バーツ
※Wi-Fi・食事付き
◆**問い合わせ**：ミラクルトランジットホテル
TEL02-134-6565（英語）
◆**予約方法**：公式HPより
th.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は563000㎡。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。
suvarnabhumi.airportthai.co.th（英語）

ドンムアン国際空港

バンコク中心部より北へ約20km、ドンムアン区に位置する国際空港。

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。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ア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。

入出国情報の詳細はこちらをご覧ください

タイ国内の交通

スワンナプーム国際空港からバンコク中心部へのアクセス

■**ARLエアポートレールリンク**
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1050バーツ(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。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部まで400バーツほどです（高速料金・手数料含まず）。
配車アプリ▶P33

ドンムアン国際空港からバンコク市内へのアクセス方法

■**SRTダークレッドライン**
国内線ターミナル2階から案内に従うとSRTドンムアン駅へ行けます。バンスー駅まで約20分で、MRTブルーラインに乗換え可能。
■**メータータクシー**
ドンムアン国際空港からバンコク市内までは約300バーツですが、高速道路利用時は別途料金がかかります。料金トラブルを避けるため、空港内の配車カウンターの利用がおすすめです。
配車アプリ▶P33

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。
www.thailandtravel.or.jp/about/trafficthai.html
■**鉄道**
タイ国内の鉄道は、バンコク最大のターミナル駅「クルンテープ・アピワット中央駅」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線、ウボンラーチャターニーやノーンカーイまでの東北線、ラヨーンやアランヤプラテートまでの東線、そしてパ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　facebook.com/pr.railway
■**高架鉄道・地下鉄**

◆**SRTレッドライン**
バンコク北部のパトゥムターニー県を結ぶ、タイ国鉄が運営する通勤鉄道で、バンコク郊外と中心部を結び長距離移動に便利です。
◆**MRTピンクライン**
2025年7月に開通した無人運転（自動運転）のモノレールです。インパクト国際展示場までアクセス可能となりました。
◆**MRTイエローライン**
ラープラオ駅とサムローン駅間を結ぶモノレールで、住宅地と商業エリアを南北に効率よくつなぎます。
◆**ARLエアポートレールリンク**
スワンナプーム国際空港とバンコクをつなぐ高架鉄道。終点パタヤイまで全8駅の各駅停車で運行しており、所要時間約30分。料金は15バーツ～ 45バーツ。
■**長距離バス（公営バス）**
タイ全土をくまなくカバーする、タイ主要都市行きの長距離バスが毎日運行されています。行き先によってターミナルが北・東北・東・南に分かれています。
◆**北バスターミナル（通称モーチット）**
北部のチェンマイ、チェンライ、および東北部の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チャトゥチャックパーク駅またはBTSモーチット駅からタクシーで10分ほど。民間バス会社も多く、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、複合施設スクンビット・ソイ63（ソイ・エカマイ）の向かいにあります。パ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、プーケット、クラビ、ハジャイなど、南部有名リゾート地および、カンチャナブリーなど西部へのバスが発着しています。

＜タイ公営バスの種類＞
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。
※バンコク市内の路線バス情報は、タイ国政府観光庁HP HOME>タイを知る>バンコク市内の交通 をご覧ください。

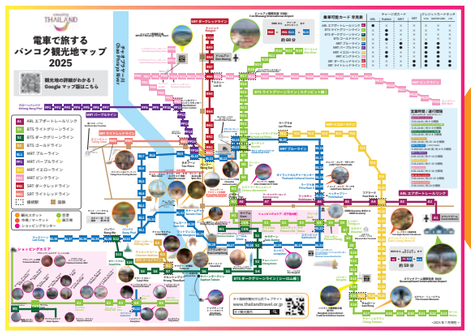
近距離移動

■**市バス**
バンコク市内約200路線を走行しています。
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。単線のゴールドラインあり。サイアム駅で乗り換えが可能です。どちらも5:30～24:00の営業時間内に、約3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。
www.bts.co.th （タイ語・英語）

■**MRTブルーライン・パープルライン**
バンコク中心地を走るBTSの主要駅と接続しています。5:30～24:00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。VISA･MASTER CARDでのタッチ決済可。
www.mrta.co.th （タイ語・英語）
■**タクシー**
メーター制で初乗り1kmまで35バーツ（2025年5月現在）。その後1km毎に6.5バーツずつ加算されます。現金での支払いのため乗る前に小銭の準備をしておきましょう。
■**配車アプリサービス** 配車アプリ
Grab（グラブ）やBolt（ボルト）は、タイで利用できる代表的な配車アプリサービスです。スマートフォンで車を呼べ、料金はアプリで事前に確認できます。現金やクレジットカードでの支払いが可能。
■**トゥクトゥク**
屋根付き三輪タクシーで小回りが利く「トゥクトゥク」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。トゥクトゥク専用アプリのMuvMiもあります。地方では人力車の「サムロー」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。
www.thailandtravel.or.jp/about/trafficbkk

バンコク市内の交通詳細はこちらをご覧ください



電車で旅する観光地マップ
初めてバンコクを訪れる人におすすめ！人気の観光地へ電車で行くことができる地区です。

※2025年9月現在

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、手工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。

トラン水中結婚式
【トラン】
毎年2月14日のバレンタインデーに開催される、世界でも珍しいイベントです。

3月
パタヤ国際音楽祭
【パタヤ】
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。

ポイ・サン・ロン
【メーホンソーン】
美しく飾ったシャン族の6～7歳の男子を大人が肩車して街を練り歩き、有名寺院で得度します。

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・バン・ファイ(ロケット祭り)
【ヤソートーン】
毎年陰暦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
アメージングタイランド・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。

ラグーナ・プーケット国際マラソン
【プーケット】
「パラダイスを走ろう!」がスローガン。パンダオ・ビーチ沿いや緑豊かな自然の中を走ります。

ピーターコン・フェスティバル
【ルーイ】
有名な仏教説話にちなんだ祭り。色鮮やかな仮装で精霊に扮した若者が、仏像の後を賑やかにパレードします。

7月
キャンドル・フェスティバル
【ウボ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蝋キャンドルが、街の中をパレードします。

パタヤ国際マラソン【パタヤ】
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世生誕日
【全土】7月28日
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生誕を記念する祝日です。

8月
シリキット王太后生誕日(母の日)
【全土】8月12日
国民が敬愛するシリキット王太后の誕生日を祝い、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、期間中特別料金でプレーができます。

10月
プーケット・ベジタリアン・フェスティバル
【プーケット】
中国系の人々が9日間菜食を誓い、白いものを身につける、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】
陰暦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。

スリン象祭り
【スリン】
200頭を超す象が織りなす壮麗なショー。象のサッカーや象と人の綱引き、パレードなどが見どころです。

アメージング・タイランド・マラソン・バンコク
【バンコク】
戦勝記念塔、ラーマ5世記念碑、ラーマ8世橋など、バンコクの名所を通過し、王宮前広場にゴールするという都心を駆け抜けるユニークなコース

12月
ラーマ9世(前国王)生誕日(父の日)
【全土】12月5日
国民の王として愛されたラーマ9世・プミポン前国王を讃え、王宮前広場で大祝典が執り行われます。

アユタヤ世界遺産祭り
【アユタヤ】
ライトアップされた神秘的な光を放つ遺跡群のなかで、美しく壮麗なショーが繰り広げられます。

新年カウントダウン
【全土】12月31日
各地で賑やかに行われ、バンコクではレーザー光線ショーやアートイベントのほか、花火を打ち上げて新年を祝います。

※暦に基づく伝統行事の他イベントは、年によって開催月が異なることがあります。

タイ語 会話&単語集

※男性は「クラップ」、女性は「カー」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
สวัสดี（サワッディー）
■お元気ですか？
สบายดีไหม（サバーイ ディー マイ）
■元気です
สบายดี（サバーイ ディー）
■いいえ、あまりすぐれません
ไม่ค่อยสบาย（マイ コイ サバーイ）
■私の名前は～です
男：ผมชื่อ（ボム チュー）+あなたの名前
女：ดิฉันชื่อ（ディチャン チュー）+あなたの名前
■私は日本人です
男：ผมเป็นคนญี่ปุ่น（ボム ペン コン イープン）
女：ดิฉันเป็นคนญี่ปุ่น（ディチャン ペン コン イープン）
■はい　ใช่（チャイ）
■いいえ　ไม่ใช่（マイチャイ）
■ありがとう　ขอบคุณ（コップン）
■ごめんなさい　ขอโทษ（コートート）
■どういたしまして（大丈夫／平気）
ไม่เป็นไร（マイペンライ）
■また会いましょう
แล้วพบกันใหม่นะ（レェーオ ポップ カン マイナ）
■さようなら（強めの別れの意）
ลาก่อน（ラーコーン）
※普通の「さようなら」は「サワッディー」でも通じます。

単語集
◆私　男：ผม（ボム）　女：ดิฉัน（ディチャン）
◆私たち　พวกเรา（プアックラオ）
◆あなた　คุณ（クン）※男女共通
◆あなたたち　พวกคุณ（プアックン）

観光・移動
■～へ行く　ไป（パイ）～
■～はどこですか？　～ อยู่ที่ไหน？～（ユー ティー ナイ）
■～へ行きたい　ต้องการไป（トンカーン パイ）～
■～へ行ってください　ช่วยไปที่（チュアイ パイ ティー）～
■メーターを使ってください。
ช่วยเปิดมิเตอร์ด้วย（チュアイ プート ミッター ドゥアイ）
■ここはどこですか？
ที่นี่ที่ไหน？（ティーニー ティーナイ）
■ここで止めてください
จอดตรงนี้（ジョート トロンニー）

単語集
◆まっすぐ　ตรงไป（トロンパイ）
◆右へ曲がる　เลี้ยวขวา（リアオクワー）
◆左へ曲がる　เลี้ยวซ้าย（リアオサーイ）
◆戻る　ย้อนกลับ（ヨーン クラップ）
◆東　ตะวันออก（タワン オーク）
◆西　ตะวันตก（タワン トック）
◆南　ใต้（ターイ）
◆北　เหนือ（ヌア）
◆空港　สนามบิน（サナーム ビン）
◆駅　สถานีรถไฟ（サターニー ロッファイ）
◆改札口　ที่ตรวจตั๋ว（ティー トルワット トゥア）
◆タクシー　แท็กซี่（テェクシー）
◆路線バス　รถเมล์（ロッメー）
◆バス亭　ป้ายรถเมล์（パーイ ロッメー）
◆銀行　ธนาคาร（タナーカーン）
◆郵便ポスト　ตู้ไปรษณีย์（トゥー プライサニー）

ショッピング
■両替してください
แลกเงินหน่อย（レーク グン ノイ）
■～を買いたい　อยากซื้อ（ヤーク スー）～
■～はありますか？　มี～ไหม（ミー～ マイ）
■これは何ですか？　อันนี้อะไร（アンニー アライ）
■ちょっと見せてください。
ขอดูหน่อยได้ไหม（コー ドゥー ノイ ダイ マイ）
■まけてくれますか？
ลด（ราคา）ได้ไหม（ロッ（ラーカー）ダイマイ）
■いいよ／だめ
ได้／ไม่ได้（ダイ／マイダイ）
■プレゼント用に包んでください
กรุณาห่อเป็นของขวัญให้ด้วย
（ガルナーホーペンコンクワンハイドゥーアイ）
■クレジットカードは使えますか？
ใช้บัตรเครดิตได้ไหม？
（チャイ バッケーディット ダイマイ）

単語集
◆高い　แพง（ペーン）
◆安い　ถูก（トゥーク）
◆これ　นี่（ニー）
◆民芸品　ศิลปะพื้นบ้าน（シンラパ プンバーン）
◆銀　เงิน（グン）
◆楽器　เครื่องดนตรี（クルアン ドントリー）
◆食器　ภาชนะใส่อาหาร（パーチャナ サイ アーハーン）

食事
■メニューをください
ขอเมนูหน่อย（コー メヌー ノイ）
■お水をください　ขอ น้ำ（コー ナム）
■辛くしないで　ไม่เอาเผ็ด（マイ アオ ペッ）
■注文していいですか？
สั่งอาหารด้วย（サン アハーン ドゥアイ）
■トイレはどこですか？
ห้องน้ำอยู่ที่ไหน？（ホンナーム ユー ティー ナイ）
■お会計してください
คิดเงินด้วย（ケップ グン ドゥアイ）

単語集
◆カレー　แกง（ゲーン）
◆炒める　ผัด（パッ）
◆タイ風サラダ　ยำ（ヤム）
◆コップ　แก้ว（ケーオ）
◆皿　จาน（チャーン）
◆フォーク　ส้อม（ソム）
◆スプーン　ช้อน（チョーン）
◆飲料水　น้ำเปล่า（ナム パーオ）
◆氷　น้ำแข็ง（ナム ケン）
◆おつり　เงินทอน（グン トォーン）
◆チップ　ทิป（ティップ）

緊急・トラブル
■結構です。　ไม่เอา（マイ アオ）
■日本語が話せる人はいませんか？
มีคนที่พูดภาษาญี่ปุ่นได้ไหม
（ミーコンティー プーッ パーサー イープン ダイ ユーマイ）
■警察署はどこですか？
สถานีตำรวจ อยู่ที่ไหน？
（サターニータムルワット ユー ティーナイ）
■財布を盗まれました。
กระเป๋าถูกขโมย（クラパオ トゥーク カモーイ）
■財布[パスポート]を失くしました。
ทำกระเป๋า[พาสปอร์ต]หาย
（タムクラパオ[パーサポート]ハーイ）

数字・曜日他
■1　หนึ่ง（ヌン）
■2　สอง（ソーン）
■3　สาม（サーム）
■4　สี่（シー）
■5　ห้า（ハー）
■6　หก（ホック）
■7　เจ็ด（ジェッ）
■8　แปด（ペーッ）
■9　เก้า（ガーオ）
■10　สิบ（シップ）
■100　หนึ่งร้อย（ヌンローイ）
■1,000　หนึ่งพัน（ヌンパン）
■10,000　หนึ่งหมื่น（ヌンムーン）
■日曜日　วันอาทิตย์（ワン アーティット）
■月曜日　วันจันทร์（ワン チャン）
■火曜日　วันอังคาร（ワン アンカーン）
■水曜日　วันพุธ（ワン プット）
■木曜日　วันพฤหัสบดี（ワン プルハッ サボーディー）
■金曜日　วันศุกร์（ワン スック）
■土曜日　วันเสาร์（ワン サオ）
■今日　วันนี้（ワンニー）
■明日　วันพรุ่งนี้（プルンニー）
■昨日　เมื่อวาน（ムアワーン）
■朝　ตอนเช้า（トーンチャーオ）
■夜　ตอนกลางคืน（トーンカンクーン）
■銀行　ธนาคาร（タナカーン）
■病院　โรงพยาบาล（ローン パヤバーン）
■救急車　รถพยาบาล（ロッ パヤバーン）
■警察署　สถานีตำรวจ（サターニー タムルワッ）
■ホテル　โรงแรม（ローンレーム）
■ゴルフ場　สนามกอล์ฟ（サナーム ゴーフ）
■レストラン　ร้านอาหาร（ラーン アハーン）
■市場　ตลาด（タラート）