

# C A M B O D I A

## カンボジア

アンコール・ワットに代表される華麗な石造寺院遺跡を数多く擁し、訪れる者を壮大な歴史ロマンへと誘うカンボジア。町には素朴で力強い暮らしが息づき、人々の優しい笑顔に癒される。

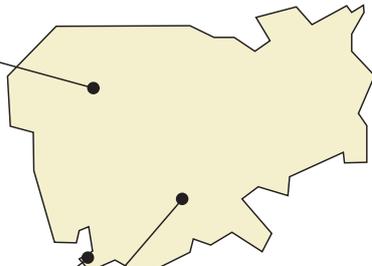


### シェムリアップ / Siem Reap

アンコール遺跡観光の拠点となる町。外国人向けのホテルやレストランが多い一方で、市場やトンレサップ湖畔では人々の素朴な暮らしに触れることもできる。

### シアンクビル Sihanoukville

東南アジアでも穴場的なビーチリゾート。美しい海岸線沿いにホテルが立ち並び、周辺の離島にも隠れ家風のリゾートホテルが増加中。



### プノンペン / Phnom Penh

フランス植民地時代の建物が多く残り、かつて「東洋のパリ」と称されたカンボジアの首都。壮麗な王宮やクメール美術の至宝を集めた国立博物館などがある。

### 旅の基本情報

### Basic Information

**国名** カンボジア王国 / Kingdom of Cambodia

**首都** プノンペン / Phnom Penh

**言語** クメール語

**時差** 日本の-2時間

**通貨** リエル / Riel

**ビザ** 必要

**アクセス** 成田-プノンペン間に直行便あり(所要約7時間)。バンコク、ホーチミンなどアジアの主要都市を経由する便も多数。

**気候** 熱帯モンスーン気候で、大きく雨期(6~10月)と乾期(11~5月)に分かれる。

**服装** 日本の夏服でOK。歩きやすい靴、日除け&冷房対策が必要。雨期は雨具の用意も。





### アンコール・ワット

Angkor Wat | シェムリアップ

9～15世紀に繁栄したアンコール王朝を代表する石造寺院。ヒンドゥー教の宇宙観を具現化した大伽藍と、壁面を埋め尽くす女神デヴァターや神話の場面を描いたレリーフは圧巻。クメール文化の最高傑作と名高い。



### アンコール・トム

Angkor Thom | シェムリアップ

アンコール朝最盛期にあたる12世紀末に造営された都城跡。一辺3km四方の城壁に囲まれた都城の中心には仏教寺院バイヨンがあり、建設者ジャヤヴァルマン7世をモデルにした巨大な観世音菩薩の四面仏塔がそびえ立つ。



### バンテアイ・スレイ

Banteay Srei | シェムリアップ郊外

アンコール遺跡の中心部からやや離れた場所にある10世紀建造のヒンドゥー寺院遺跡。小規模ながら赤砂岩に深く彫り込まれたレリーフの美しさは屈指といわれ、中央祠堂に残る女神像「東洋のモナリザ」は特に有名。



### トンレサップ湖

Tonle Sap Lake | シェムリアップ

シェムリアップの南に広がる東南アジア最大の湖で、乾期と雨期で面積が大きく変化する。一帯には水上集落が形成されており、ボートに乗って漁業や農業を営む人々の生活風景を見学することができる。



### アプサラダンス

Apsara Dance | シェムリアップ

アンコール朝時代に起源があるとされるカンボジアの伝統舞踊。「アプサラ」とは天女の意で、神々を祝福する「天女の舞」ともいわれている。ホテルや街のシアターレストランなどで観賞できる。



### 国立博物館

National Museum | プノンペン

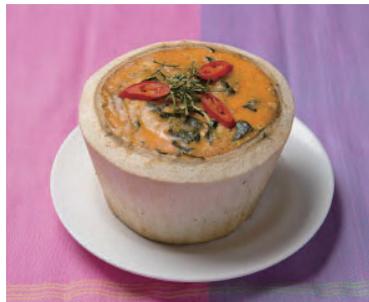
フランスのギメ東洋美術館と並ぶクメール芸術の殿堂。アンコール遺跡から出土した王や神々の石像、建築を飾ったレリーフなどが鑑賞できる。アンコール遺跡観光と合わせて見学すると興味深い。



### ビーチリゾート

Beach Resort | シアヌークビル

タイ湾に面したシアヌークビルは、美しい白砂とカンボジアらしいのどかな雰囲気が魅力のビーチリゾート。その沖合に浮かぶのがロン島、ロンサレム島。エメラルドグリーンの透明な海で知られ、近年人気が高まっている。



### カンボジア料理

Cambodian Food | 全国

隣接するタイやベトナムとの共通点が多く、代表料理は魚をココナッツミルク入りカレーと蒸したアモックなど。米麺のクイティウは朝ごはんの定番メニュー。トンレサップ湖周辺のエビや雷魚を使った新鮮な魚料理も美味。



### クメールシルク

Khmer Silk | シェムリアップ他

カンボジアの絹織物は、内戦時に技術が失われかけたが、日本人の尽力により復活。黄色い繭からとれる生糸を繊細に織り上げた布は、光に当たると黄金に輝くのが特徴。シェムリアップの伝統織物研究所では見学や購入が可能。

