

Thailand

女子のためのとっておき
タイガイド

Travel Guide for Women



thailand



travel guide for women

THAILAND Travel Guide for Women



タイ国政府観光庁

- バンコク(ヘッドオフィス1階・インフォメーションカウンター)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

- 東京事務所 〒100-0006 東京都千代田区有楽町1-7-1有楽町電気ビル南館2F TEL:03-3218-0355 FAX:03-3218-0655 info@tatky.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 info@tatoso.com

www.thailandtravel.or.jp(日本語) www.tourismthailand.org(英語)

f タイ国政府観光庁 i thailand_jp w @tat.jp t @tat_jp





女子旅するなら 微笑みの国、 タイへ。

極上の癒しを味わえるラグジュアリーなスパに、
ハーブやスパイスたっぷりのヘルシー料理。
願いを叶えてくれるというパワースポットや
豊かな自然を堪能できる山岳地帯にビーチリゾート…。
タイは、女子の心とカラダを癒し、幸せで満たしてくれる国。
3泊ほどで気軽に回ることができて、滞在費もリーズナブルなため、
憧れの高級ホテルステイも夢ではありません。
近年、おしゃれなショップやレストランが続々とオープンし
ますますエネルギッシュになりつつあるバンコク、チェンマイ、
プーケットを中心に、おすすめのスポットをご紹介します。
いつも頑張っている女子に、
とっておきの旅をお届けします。



Contents



p.3 タイってこんなところ

Model Courses

p.4 モデルコース
バンコク編

p.6 モデルコース
チェンマイ編

p.8 モデルコース
プーケット編

Gourmet & Sweets

p.10 タイの定番グルメ

p.12 タイの伝統スイーツ

p.13

Bangkok

バンコク情報

p.51

Chiang Mai

チェンマイ情報

p.63

Phuket

プーケット情報

p.75

Samui

サムイ情報



Chiang Rai, Khao Yai, Hua Hin, Krabi, Sukhothai

p.84

今、注目の旅先へ

(チェンライ、カオヤイ、ホアヒン、クラビ、スコークタイ)

p.94

Map

p.94...タイ全土 / p.95...バンコク / p.103...チェンマイ・チェンライ・スコークタイ
p.106...プーケット / p.107...サムイ・クラビ・カオラック / p.108...カオヤイ・アユタヤ・パタヤ・ホアヒン /
p.109...バンコク路線図

Events & Festivals

p.110

タイの主な行事と祭り

Tips

p.112

旅の基礎知識

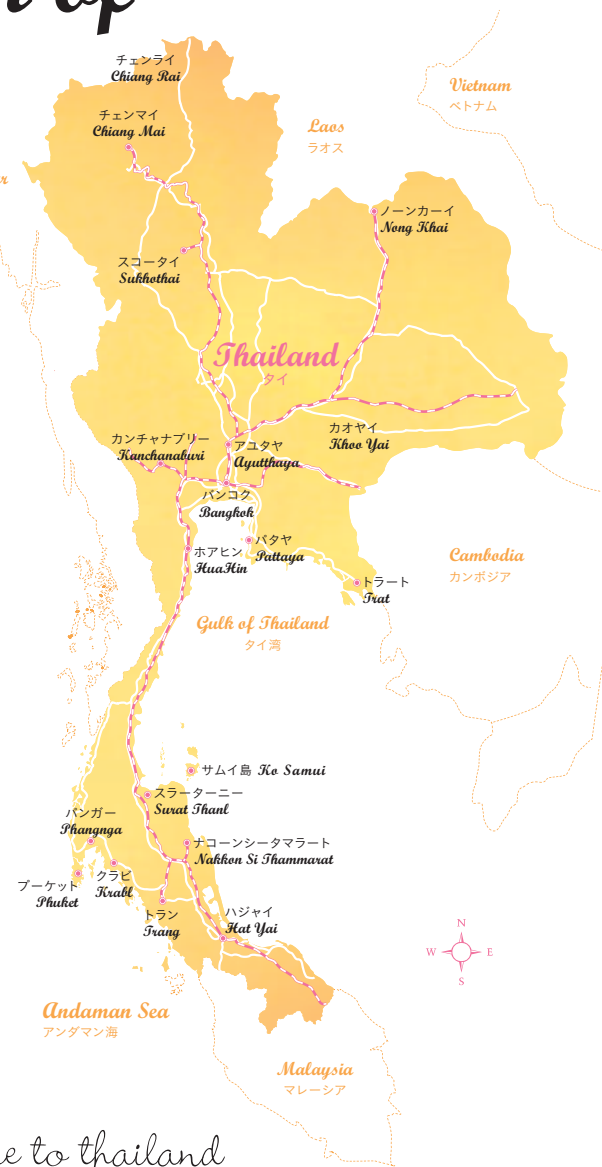
Information of Thailand



タイって こんなところ

Kingdom of Thailand Data

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時のとき、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4月現在)
宗教	仏教94%、イスラム教5%、その他1%
電気	電圧は220V、50Hz、 プラグは日本と同じA型やBF、C
アクセス	札幌、成田、羽田、中部、 関西、福岡からバンコクへ直行便で約6時間



welcome to thailand

旅上手な女子のための 3泊5日のモデルプラン

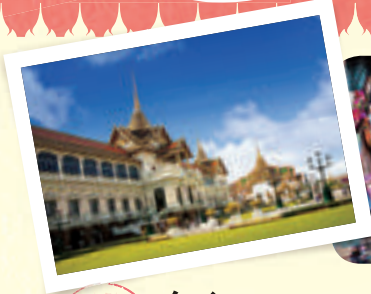


model plan 01
Bangkok

バンコク

タイが初めてなら、必ず訪れておきたい首都バンコク。

1日ごとにテーマを決めて、世界遺産の街アユタヤ巡り、バンコクの中心エリアでショッピング、川沿いエリア散策と、効率よくバンコクを満喫し尽くすプランがこちらです。



model plan 01
DAY 1
Bangkok

まずはタイグルメを堪能

15:05 スワンナプーム国際空港着
夕方中心地は渋滞するので、空港から市内へは電車(エアポートリンク)での移動がおすすめ。

check
午前中に日本を出発⇒夕方前にタイに到着する便なら、身体への負担も少なく、初日の夜から出かけられます。

17:00 ホテルにチェックイン
アクティブ行動派には、バンコクの中心地である駅近くの高級ホテルステイが便利です。

18:30 タイ料理のディナーへ
▶ Spanniga Eating Room ⇒ P.21

21:00 ホテルのバーで一杯!
早めに就寝して明日に備えましょう。

model plan 01
DAY 2
Bangkok

世界遺産の街アユタヤへ

08:00 ホテル出発
アユタヤへは電車が公共バスでアクセスできますが、気軽に参加できる現地ツアーがおすすめです。

10:00 アユタヤ観光 ⇒ P.50

check
見逃せない遺跡はコレ!
▶ フット・プラシーサンベト
▶ フット・マハタート
▶ フット・ヤイチャイモンコン
▶ フット・ロカヤスタ

14:00 日本人村跡 ⇒ P.50

15:00 見学後、バンコクへ戻る

16:30 ホテルでひと休み

19:00 タイの最旬フードコートへ
▶ theCommons ⇒ P.28
いろいろな国の料理を、気軽に楽しめます。



21:00 ホテルへ
アユタヤ観光で疲れているので早めに就寝しましょう。

model plan 01
DAY 3
Bangkok

タイの可愛いもの探し

10:00 「ジム・トンプソン」の博物館へ
▶ Jim Thompson ⇒ P.37
タイシルクブランドの博物館。併設のショップもお見逃しなく。



12:00 可愛いカフェレストランでランチ
デパート「エムクオーティエ」内の人気スポット。
▶ Audrey Café des Fleurs ⇒ P.25



14:30 大型デパート「エムクオーティエ」&「エンポリウム」でショッピング ⇒ P.31



17:00 荷物を置きにホテルへ
ちょっとオシャレをして、ディナーに出発!

18:00 評判のレストランでとっておきディナー
▶ Issaya Siamese Club ⇒ P.19



21:00 超高層のルーフトップバーへ
▶ Sirocco ⇒ P.26
バンコクの絶景を眺めながら帰国前夜を満喫。



check
ルーフトップバーはドレスコードがあるので、チェックをしておきましょう。ホテルを出る際に着替えをすませておくと◎。

model plan 01
DAY 4
Bangkok

チャオプラヤー川沿いを満喫

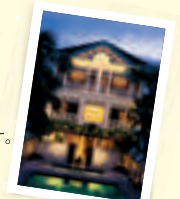
08:00 三大寺院へ ⇒ P.43
川沿いの寺院「ワット・ポー」「ワット・アルン」「ワット・プラケオ」はバンコクで外せない観光スポットです。



check
バンコク三大寺院はとにかく混雑するので、早起きして早朝に出かけるのがベター。川沿いの移動となるので、チャオプラヤーエクスプレス・ボートを利用しましょう。

13:00 川沿いのレストランでランチ
▶ The Never Ending Summer ⇒ P.21
レストランが位置するのは、倉庫を改装した建物が並ぶ商業施設。ランチの後は、ショップを覗いてみましょう。

16:00 ラグジュアリースパでトリートメント
▶ The Peninsula Spa ⇒ P.15
ホテルが運営しているシャトルボートでアクセスできます。



20:00 ホテルで荷物をピックアップして空港へ

model plan 01
DAY 5
Bangkok

機内泊、早朝に空港着

Point
市内の移動は電車やタクシーが便利。ただしタクシーの場合は、朝と夕方の交通渋滞に注意。旅程を組むときは「中心地を巡る日」と「川沿いを巡る日」を分けてプランニングすると効率よく回れます。



チェンマイ

山々に囲まれた古都チェンマイの穏やかな空気の中で、日頃の疲れをゆっくりと癒しましょう。
新市街の注目スポットから、象と触れ合える山岳地帯まで
チェンマイを欲張りに遊び尽くせるプランです。



model plan 01
DAY 1
Chiang Mai

バンコク経由で、 一気にチェンマイへ

17:20 スワンナプーム国際空港発

check
日本を午前中に出発⇒
バンコクで乗継ぎをする便なら、
ディナーにギリギリ間に合います。

18:30 チェンマイ空港着

19:00 タクシーで中心地に移動

19:30 ホテルにチェックイン

check
中心地でアクティブに
動き回りたい人は、
旧市街やピン川沿いの
新市街周辺のホテルを
選ぶのがおすすめ。
のんびり自然の中で過ごすなら、
郊外のリゾートホテルを
選んでみて。



20:00 ホテルのレストランでディナー

明日は朝から動くので、
早めに就寝して備えましょう。

model plan 02
DAY 2
Chiang Mai

のびのび暮らす 象たちと触れ合う

09:00 ワット・ドイステープへ ⇒P.52

中心部のホテルから車で30分ほどの、
西部のドイステープ山頂に位置する名所。
観光客で賑わうのでなるべく早めに訪れるのがベターです。

check
郊外を巡る日なので、半日~1日の
カーチャーターをするとスムーズです。

12:00 エレファント・キャンプ内でランチ

▶Maesa Elephant Camp ⇒P.58
ドイステープから車で1時間ほどのところにある、
人気のエレファントキャンプ。
キャンプ内のレストランでのんびりランチを。

13:00 象のショー見学 &
象乗り体験

▶Maesa Elephant Camp ⇒P.58



16:00 体験型施設で
紙作りに挑戦

▶Poopopaper park ⇒P.58
メーサーから車で15分ほど。
チェンマイならではの体験をぜひ。



17:30 ホテルへ

中心部のホテルまで車で1時間ほど。

19:00 タイ北部料理
レストランでディナー

▶Huen Phen ⇒P.56



21:00 チェンマイの
ナイトスポットで
お酒を楽しむ

▶Nimman Hill ⇒P.57



model plan 03
DAY 3
Chiang Mai

ピン川を越えて チェンマイ郊外へ

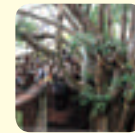
10:00 チェンマイ郊外東部の山岳地帯へ

朝はゆっくりめの10時に出発。
中心街から車で1時間半ほどでアクセスできます。

check
この日も、移動はカーチャーターがおすすめ。

11:30 ツリーハウスカフェで
ランチ

▶The Giant Chiangmai
⇒P.57



14:30 タイ北部の伝統工芸、
傘作りを見学

▶Bo Sang Umbrella
Village ⇒P.59
傘作りで有名な、
ポーサーン村へ。
カラフルな傘はとても
フォトジェニックです。



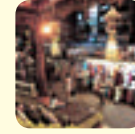
17:00 新市街の人気スポットで
買い物&ディナー

▶WOO CAFE & ART GALLERY
& LIFESTYLE SHOP ⇒P.56
カフェとアートギャラリー、
セレクトショップからなる人気の
スポットを満喫しましょう。



20:00 ナイト・バザールへ
⇒P.55

夜のチェンマイを味わいつつ、
掘り出しもの探を。



22:00 ホテルへ

model plan 04
DAY 4
Chiang Mai

旧市街の寺院と 注目ストリートを散策

09:00 ワット・プラシンへ ⇒P.53

タクシーやソンテウでアクセスを。
ホテルが近くの場合は歩いて◎。

10:00 ワット・チェディルアンへ ⇒P.53

10:30 ワット・チェン・マンへ ⇒P.53

check
この3つの寺院は、
旧市街でも格式高い寺院です。
寺院から寺院への移動も、徒歩10~15分
ほどなので、あわせて巡ってみましょう。

11:30 チェンマイ雑貨の店で
買い物&ランチ

▶GINGER & KAFE ⇒P.54



13:30 ニンマーンヘーミン
通りを散策 ⇒P.55

チェンマイで最注目の
ショッピングストリートを
のんびり歩きましょう。



15:30 スパで旅の疲れを癒す

▶The Oasis Spa Lanna
⇒P.62



18:00 ホテルで荷物を
ピックアップして空港へ

model plan 05
DAY 5
Chiang Mai

機内泊、早朝に空港着

Point

中心地の移動はソンテウ(乗り合い
バス)やタクシー、郊外に出かける時
はチャーターカーや現地ツアーに参
加するのがスムーズです。「西部」[東
部][中心地]と日ごとに分けて巡る
のがおすすめ。



model plan 03

Phuket

プーケット

タイ屈指の一大リゾートアイランド、プーケットではオン・ザ・ビーチのリゾートホテルで優雅なステイをぜひ。
グルメやショッピング、マリンアクティビティまで
美しい島の魅力を存分に味わうプランをご紹介します。



model plan 01
DAY 1
Phuket

バンコク経由で、 一気にプーケットへ

16:45 スワンナプーム国際空港発

check

日本を午前中に出発⇒
バンコクで乗継ぎをする便なら、
身体への負担も少なく安心です。

18:05 プーケット国際空港着

20:00 ホテルチェックイン



check

夜に到着することを考えると、
空港から車で1時間以内の
ホテルを選ぶとアクセスが便利です。
(※モデルコースは、観光地
パトンビーチ周辺を想定しています)

20:30 ホテルのレストランでディナー

Point

島には公共交通機関がないので、移動にはタクシーやホテル送迎を。予定を無理につめこまず、のんびり過ごすのがリゾート満喫の秘訣。ホテルのプールやビーチも上手に利用しましょう。

model plan 02
DAY 2
Phuket

ビーチリゾートを 思いきり満喫

10:00 ホテルのプールや
ビーチでのんびり

check

ランチはビーチ沿いの食堂や、
ホテルのカフェなどで。
2日目は、まずはゆっくり南国気分に乗って
思いきりリラックスするのがおすすめです。
アクティブ派なら、シュノーケリング、
バナナボート、シーカヤックなどの
マリンアクティビティなどを楽しんでも◎!



15:00 プーケット屈指のハイエンドスパへ

▶COMO Shambhala Retreat ⇒P.68
高級リゾートホテル「コモ・ポイント ヤム」内のスパ。
宿泊せずとも一度は訪れたい場所です。
タクシーやホテル送迎などでアクセスできます。



19:00 「コモ」内のレストランでディナー

▶Como Point Yamu, Phuket ⇒P.73
スパでくつろいだあとは、同じホテル内のレストランで
贅沢なディナーを堪能しましょう。



21:00 ホテルへ

model plan 03
DAY 3
Phuket

ピピ島へ アイランドホッピング

08:00 ホテル出発、ピピ島へ

ピピ島には、島南端の港からスピードボートで約1時間。
1日に何度もスピードボートが行き来しています。

10:30 ピピ島着

映画「ザ・ビーチ」の舞台となったマヤ湾でのんびりしたり、
シュノーケリングやマリンアクティビティに
挑戦してみましょう。
ランチはピピ島内のレストランやビーチレストランにて。



check

ピピ島は、珊瑚礁に囲まれ、美しい
ヤシの林とラグーンを持った島。
プーケットから少し足をのばして
アイランドホッピングするのにぴったりです。

15:30 ピピ島からスピードボートで港へ

17:00 海を望むレストランでディナー

▶Kan Eang @Pier ⇒P.70
美しい景色を眺めながら、評判のシーフードディナーを堪能。
港から車で30分ほどで、
ホテルへ戻る途中に立ち寄れます。



20:00 ホテルへ

model plan 04
DAY 4
Phuket

ノスタルジックな街を散策

午前 ホテルのプールやビーチでのんびり

12:00 プーケットタウンへ

check

最終日なので、チェックアウト後は
ホテルに荷物を預けて、身軽になって
街散策をしましょう。タイのホテルは、
正午チェックアウトが基本です。

12:30 最旬の
レストランで
ランチ

▶Tu-Kab-Khao
⇒P.71



13:30 プーケットタウンを散策 ⇒P.66

おしゃれなショップやカフェが軒を連ねる
ノスタルジックな街並みを歩きながら堪能できます。
お土産を探すのにもぴったりです。



16:00 ホテルで荷物を
ピックアップして空港へ

model plan 05
DAY 5
Phuket

機内泊、早朝に空港着

必ず食べたい!

タイの 定番グルメ

タイ料理は「甘い、辛い、酸っぱい、しょっぱい」という4つの味覚をベースに、ハーブやスパイスの香りが複雑に絡み合う奥深い味わいが魅力。旅行中は、本場のタイ料理を思う存分楽しもう!



ต้มยำกุ้ง / トムヤムクン

世界三大スープのひとつ。エビの旨味とレモングラスなどのハーブ、唐辛子、ライム汁が効いた酸っぱくて辛いスープです。



ต้มข่าไก่ / トムカーガイ

トムヤムのスープをベースに、ココナッツミルクで仕上げたスープ。鶏の出汁とマイルドなココナッツミルクの相性が抜群。



ปลาทอด / プラートード

まるごと一匹、カラッと揚げた魚に、唐辛子やライムが効いた甘酸っぱく辛味の強いソースをかけていただく料理。



ส้มตำ / ソムタム

青パパイヤを薄く削って叩き、ピーナッツ、干しえび、ライムなどのドレッシングで和えたサラダ。タイ東北部の料理。



ไข่เจียว / カイチャオ

タイ風の玉子焼き。溶いた玉子を、多めの油で揚げるように焼き、甘いタレなどをかけていただく料理。



หมูย่าง / ムーピン

屋台料理の代表格のひとつ。甘辛いタレをたっぷり付けて炭火で焼いた豚の串焼き。味が濃いのもち米などと一緒に食べます。



ไทยสิก / タイスキ

タイの鍋料理。鶏ガラのスープにエビなどの魚介類、肉、肉団子、野菜を入れて、火が通ったらタレにつけて食べます。



แกงเขียวหวาน / ゲーン・キヤオ・ワーン

タイ料理の代表格、グリーンカレー。激辛で知られる緑色の唐辛子のペーストを使い、ココナッツミルクで仕上げた一品。



ยำอ่อนแสน / ヤム・ウンサン

春雨と野菜を、ナムブラー、唐辛子、ライムなどのドレッシングで和えたサラダ。様々な食感が楽しめます。



ผัดไทย / パットタイ

弾力があり、コシの強い米麺を使ったタイ式焼きそば。具材には、エビやニラ、もやしなどの野菜が入ります。

地方によって郷土料理がある人です!

◆◆◆ タイ北部料理 ◆◆◆



ข้าวซอย / カオソーイ

チェンマイを中心としたタイ北部料理は、隣国ミャンマーやラオスの影響を受けた料理が多く見受けられ、辛い料理も多くあります。

【代表料理】カオソーイ、カントークなど

◆◆◆ タイ南部料理 ◆◆◆



แกงนมนม / ゲーン・マサマン

タイ南部料理は、ココナッツミルクやフルーツを使う料理が多く、辛さの中にももるやささとコクがあるのが特徴です。

【代表料理】ゲーン・マサマン、ムー・サテなど

◆◆◆ タイ東北部料理 ◆◆◆



ไก่ย่าง / ガイヤーン

タイ東北部の料理は、イサーン料理と呼ばれる、全体的に唐辛子の辛味が強いのが特徴です。

【代表料理】ガイヤーン、ソムタム、ラブなど





คาโนคูกุร็อก

米粉、小麦粉にたっぷりのココナッツミルクを加え、たこ焼きのように丸く焼いたお菓子。出来立てが美味。



คาโนคูป๊อฟ

薄く焼いた生地にココナッツのクリームをのせ、甘辛く味付けしたココナッツの果肉をトッピングした一品。



ทอร์ต

花の形をした卵黄のタルト。甘く味付けした卵黄をタルト型でふわり焼いた一品。元々は日系ポルトガル人がタイに伝えた宮廷菓子。

BANGKOK

バンコク

タイの中でもダントツの人気を誇る旅先、首都バンコク。

年間約2000万人の外国人観光客が訪れます。

近代的な高層ビルと歴史的建造物が共存し、

古今の歴史と文化が見事に調和したエネルギーな街は、女子旅にもぴったり!

観光にグルメ、スバ、ショッピングと、楽しみ方は無限です。

Access

日本(札幌、成田、羽田、中部、関西、福岡)から直行便で約6時間。



タイの 伝統スイーツ

ココナッツミルクやタピオカ、果物や豆類などを使ったタイの伝統的なスイーツは、優しい甘味と、さっぱりとした後味が魅力。屋台や市場で見かけたらトライしてみてください!

ゼリー、タピオカ、フルーツ、芋などの具材に、砕いた氷を入れて、甘いシロップをかけた冷たいスイーツ。



ข้าวเหนียวมะม่วง

ココナッツミルクで蒸したもち米にマンゴーを添えたデザート。絶妙な組み合わせに意外にもハマる人が多い一品。



กล้วยทอด

バナナに衣をつけて揚げたタイの屋台スイーツの代表格。揚げ立てはもちろん、冷めても美味しい。



ทับทิมกรอบ

ザクロの実に見立てた、クワイの実をピンクのゼリーでくるんだものを、氷とココナッツミルクとともに食べる一品。



ลูกชุบ

豆とココナッツミルクの餡を様々な形に整え、ゼリーでくるんだスイーツ。色鮮やかで華やかな伝統菓子。

美容大国タイの 贅沢スパで癒される

「アジアンスパの拠点」とも評されるほど、スパ文化が育っているタイ。中でもバンコクは、高級ホテルのラグジュアリーなスパから、一軒家スパ、デパートスパまで、百花繚乱です!



Bangkok

Chiang Mai

Phuket

Samui

Others

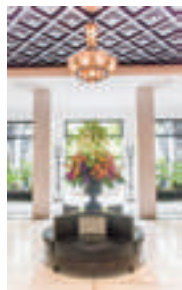
Opium Spa オピウム・スパ

数々の受賞歴を誇る
タイ屈指のハイエンドスパ

「世界のベストシティスパ」で1位に輝いたこともあるスパ。チャオプラヤー川沿いの5つ星ホテル「ザ・サイアム」の中にあり、100%天然由来のオーガニックプロダクトを使用した極上のトリートメントが高く評価されています。

◎ 3/2 Thanon Khao, Vachirapayabal, Dusit
☎ (+66) 2 206 6999 ☎ 10:00-22:00
🌐 www.thesiamhotel.com/Spa

MAP P.95-A2



The Peninsula Spa

ザ・ペニンシュラ スパ

贅沢なロケーションが魅力の
ラグジュアリースパ

リバーサイドガーデンに佇むコロニアル様式の建物には、18室のトリートメントルームを完備。熟練のセラピストによる、タイをはじめとする東洋と西洋の古来療法やアールヴェーダの哲学を融合したトリートメントが評判です。

◎ 333 Charoennakorn Road, Klongsan

☎ (+66) 2 626 1946 ☎ 9:00-21:00

🌐 peninsula.com/bangkokspa/jp

MAP P.96-A3



divana NATURE SPA

ディバナ・ナチャー・スパ

一軒家スパで体験する伝統と技術の融合

タイ国内にスパを6店舗展開する「ディバナ」グループの一軒。都心の喧噪から離れ、静寂に包まれたプライベート空間で、タイの伝統美容法をベースにした自然派スパトリートメントを受けることができます。

◎ 71 Sukhumvit 11, Wattana ☎ (+66) 2 651 2916

☎ 11:00-23:00 (月-金) 10:00-23:00 (土日)

🌐 www.divanaspa.com/NurtureSpa MAP P.99-F2



The Oasis Spa

ザ・オアシス・スパ

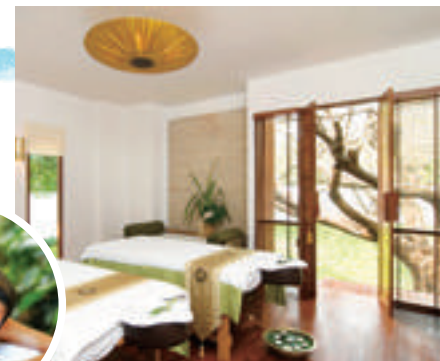
広々とした一軒家スパで癒しのひととき

緑豊かな庭つきの一軒家スパはまさに都会のオアシス。部屋は全室個室で、広々とした空間で受ける熟練セラピストによる施術で深くリラックスできます。忙しい日常を忘れて、最高のリラクゼーションタイムを過ごしてみてください。

◎ 64 Soi Sawasdee, Sukhumvit 31, Wattana

☎ (+66) 2 262 2122 ☎ 10:00-22:00

🌐 www.oasisspa.net/jp MAP P.100-C1



It's so relaxing!



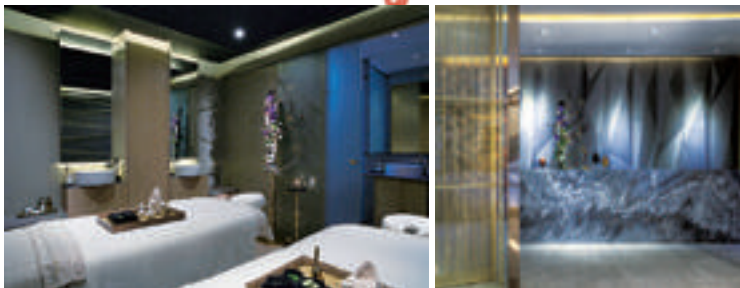
▶ PANPURI ORGANIC SPA

▶ パンピューリ・オーガニック・スパ

オーガニックスパで 極上のリラククス

タイの高級スパプロダクトブランド「パンピューリ」直営スパ。バンコク中心部のデパート内にあり、洗練された雰囲気が魅力です。全てのトリートメントには同ブランドのオーガニックプロダクトが使用されています。

◎ Lobby Level Gaysorn, Ploenchit Road, Lumpini ☎ (+66) 2 656 1199 ☎ 10:00~21:00
 ◎ www.panpuriorganicspa.com → MAP P.98-C3



▶ Rarinjinda Wellness Spa

▶ ラリンジンダ・ウェルネス・スパ

美と健康を追求する チェンマイ発祥のスパ

最新テクノロジーとタイの伝統美容法を融合させた高級ホテル内のスパ。館内には水が流れ、五感から癒されます。マッサージとサウンドセラピーがセットになったパッケージなど、ユニークなメニューが揃っています。

◎ 8th Floor Grande Centre Point Hotel, 153/2 Soi Mahatlek Luang 1, Ratchadamri Road
 ☎ (+66) 2 670 5599 ☎ 10:00~24:00
 ◎ www.rarinjinda.com → MAP P.98-C3



▶ Erb Boutique

▶ アー・ブティック

コスメティック併設の 完全予約制サロン

タイを代表する自然派スパブランド「アーブ」のショップに併設する、1室だけの完全予約制サロン。植物の持つ力を最大限に活かしたこだわりのプロダクトを使った極上のトリートメントが評判。自分だけの香りを調合できる香水づくりも楽しめます。

◎ 1st floor Central world, 4,4/1-2,4/4 Rajdamri Road
 ☎ (+66) 2 252 5680 ☎ 10:00~20:00
 ◎ www.erbasia.com → MAP P.98-C2



▶ Let's Relax Onsen and Spa

▶ レッツ・リラククス オンセン&スパ

日本風の温泉とマッサージでリラックス

トンローのホテル内に新しくオープンした日本式温泉スパ。ミネラル豊富な温泉に加えてスチーム&サウナやクールルームも完備。日本風の温泉にゆっくり浸かった後にマッサージでほぐしてもらえば、旅の疲れも吹き飛ばす。

◎ 5th floor Centre Point Sukhumvit 55,300 Sukhumvit Soi 55, Sukhumvit Road
 ☎ (+66) 2 042 8045 ☎ 10:00~24:00
 ◎ www.letsrelaxspa.com/bangkok/thonglor → MAP P.101-E2



▶ Nail Salon



La Sista Nail

▶ ラ・シスタ・ネイル
 ネイルアート好きにはたまらない定番パターンからカスタマイズデザインまでが揃う圧倒的なメニューが評判。カラーも100種類以上から選択することができます。
 ◎ 1st floor Gateway Ekamai, 982/22 Soi 42, Sukhumvit Road
 ☎ (+66) 2 108 2738 ☎ 10:30~21:00
 ◎ www.facebook.com/LaSistaNail → MAP P.101-E4



20 nail studio

▶ トゥエンティー・ネイル・スタジオ
 国内セレブ御用達のサロン。技術力に定評があり、アクリルネイルやパラフィンハンドトリートメントは全て高級プロダクトを使用。高級デパート内でアクセスも抜群。
 ◎ 4th floor Central Embassy, 1031 Ploenchit road
 ☎ (+66) 2 160 5618 ☎ 10:30~21:00
 ◎ 20nailstudio.com → MAP P.99-D3

▶ Dii wellness med spa

▶ ディ・アイ・アイ・ウェルネス・メッド・スパ

まるで銀河への入り口! 星空に癒されるスパ

老舗スパ「ディバナ」グループが手掛けるメディカル・スパ。銀河をイメージした入口を抜けるとそこはまるで近未来のような空間。最先端技術を取り入れたスパメニューが豊富に揃い、アンチエイジングメニューも人気です。

◎ 4th floor Central Embassy, 1031 Ploenchit Road, Lumpini Rajdamri Road
 ☎ (+66) 2 160 5850 ☎ 10:00~22:00 ◎ www.dii-divana.com → MAP P.99-D3



▶ Wat Pho Thai Traditional Massage School

▶ ワット・ポー・タイ・トラディショナル・マッサージ・スクール

総本山のお寺で受ける タイ古式マッサージ

金色の巨大な涅槃仏で有名なワット・ポーは、タイ古式マッサージの総本山としても有名。境内のマッサージセンターで、本家本元の伝統的なタイ古式マッサージを受けてみてはいかがでしょうか。

◎ 2 Sanamchai Road, Pra Nakorn
 ☎ (+66) 84 206 3380 ☎ 8:00~18:00
 ◎ www.watpho.com → MAP P.102-B4



一度は訪れたい、 極上タイ料理レストラン

美食の街、バンコクには、食通をうならせる世界トップレベルのレストランが揃い踏み。
旅のハイライトに、少しおしゃれをしてとっておきのレストランにでかけてみるのはいかがだろうか？

Ma Maison

マ・メゾン

庭園内の優雅な空間で
極上のタイ料理を

タイの資産家ナイラート氏の旧邸宅の敷地内に佇むタイ料理レストラン。バンコクの都心にありながら、周りを庭園に囲まれているため静かでゆったりとした時間を過ごすことができます。優しい味付けの料理はどれも絶品。

◎ 4 Soi Somkid, Ploenchit Road
☎ (+66) 2 252 0123
◎ 11:00-14:00 18:00-22:00
🌐 www.nailertparkheritagehome.com

MAP P.99-D2



The House of Sathorn

ザ・ハウス・オブ・サトーン

歴史あるコロニアル邸宅で味わう
独創的料理

デザインホテル「Wバンコク」内のレストラン。華麗な空間で提供されるのは、斬新なタイ料理や多国籍料理。よりカジュアルに味わうなら、中庭でエレガントなアフタヌーンティーを。

◎ 106 North Sathorn Road, Silom
☎ (+66) 2 344 4000 ◎ 12:00-22:30
🌐 www.thehouseonsathorn.com/

MAP P.96-C3

Chon Bistro

チョン・ビストロ

アーバンリゾートでいただく伝統的タイ料理

素材の味や旬を大切にしたオーセンティックなタイ料理を提供し、国内外の食通から評価される一軒。晴れた日は庭や栈橋も開放され、夕暮れ時は一層ロマンティックです。シェフより直々に手ほどきを受けられる1日1組限定の料理教室も人気です。

◎ The Siam, Thanon Khao, Vachirapayabal, Dusit
☎ (+66) 2 206 6999 ◎ 12:00-15:00 18:00-22:30
🌐 www.thesiamhotel.com/Chon-Thai-Restaurant

MAP P.95-A2



Issaya Siamese Club

イッサヤー・サイアミーズ・クラブ

タイ版・料理の鉄人の華麗なるレストラン

古い邸宅を改装した、色鮮やかな空間が乙女心をくすぐる一軒。タイハーブをふんだんに使った料理の数々は、どれも独創的で美しいものばかり。テーブルで披露されるちょっとしたショーのような演出もユニークです。



◎ 4 Soi Sri Sakorn, Chua Ploeng Road, Sathorn
☎ (+66) 2 672 9040 ◎ 11:30-14:30 18:00-25:00
🌐 www.issaya.com/ MAP P.97-F3

nahm

ナーム

数々の賞を受賞している
タイ料理の名店

『アジアのベストレストラン50』に2012年から毎年ランクインしている有名タイ料理レストランです。オーストラリア人シェフのMr.デービッドの料理は、伝統的なタイ料理レシピをベースとしながらも、個性的な逸品ばかり。

◎ 27 South Sathorn Road, Tungmahamek Sathorn
☎ (+66) 2 625 3388
◎ 12:00-14:00, 19:00-22:30
※ランチは平日のみ
🌐 www.comohotels.com/metropolitanbangkok/dining/nahm

MAP P.97-E2



アジアNo.1に選ばれた
最先端グルメ



Gaggan

ガガン

シェフのガガン・アナンドが分子料理を取り入れた、今までにないインド料理店。ビジネス街に佇むコロニアル調の一軒家レストランです。2014年から3年連続『アジアのベストレストラン50』第1位に輝いています。

◎ 68/1 Soi Langsuan, Ploenchit Road, Lumpini
☎ (+66) 2 652 1700 ◎ 18:00-23:00
🌐 www.eatatgaggan.com/

MAP P.99-D4

地元の女子が支持する 人気レストラン

せっかくバンコクを旅行するのなら、グルメな地元の人々が支持するタイ料理レストランにも足を運んでみたいもの。素材や調理法にこだわったハイレベルな料理を味わってみてはいかがでしょうか？

KALPAPRUEK

ガルパプルーアック

創業42年の
老舗タイ料理レストラン

素材にこだわった家庭的な料理が豊富に揃い、コスパの良さも◎。自家製ペーストで作るグリーンカレーとロッチェーのセットがおすすすめ。2017年の2月にオープンしたスクンビット店は自然光が入り開放的な雰囲気が魅力です。
◎ 120 soi Phrom Chit, Sukumvit road, Klongton Tan Nuea, Wattana
☎ (+66) 2 258 5603
🕒 11:00-22:00
🌐 www.kalpapruekrestaurant.com
➡ MAP P.100-C2



Supanniga Eating Room

スパンニガー・イーティング・ルーム

家庭の味をお洒落なタイ料理に再現

オーナーの祖母の味をモダンに再現した人気タイ料理店です。タイ東北部の伝統的料理をベースに、スパイスや新鮮な魚介を用いた丁寧なメニューの数々に定評あり。店内はテーマカラーの黄色を基調にした温かみのあふれるモダンな趣です。
◎ 160/11 Soi Sukhumvit 55, Klongton Nuea, Wattana
☎ (+66) 2 714 7508 🕒 11:30-14:30 17:30-23:00
🌐 www.supannigaeatingroom.com ➡ MAP P.101-E2

The Never Ending Summer

ザ・ネバー・エンディング・サマー

倉庫を改装したスタイリッシュなタイ料理店

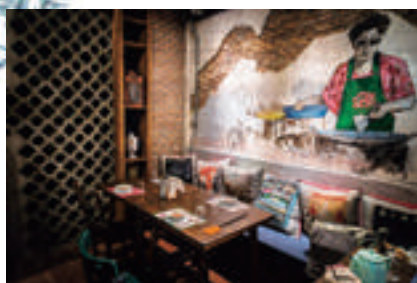
川沿いの古い倉庫をリノベーションした店内は、天井が高く開放的。タイの若者も多く訪れる話題のレストランです。オープンキッチンで調理されるのは野菜やハーブをふんだんに使った、伝統的なタイ料理の数々。
◎ 41/5 Charoen Nakorn Road, Klongsan
☎ (+66) 2 861 0953 🕒 11:00-23:00
🌐 www.facebook.com/TheNeverEndingSummer
➡ MAP P.96-A2

Khua Kling Pak Sod

クア・クリン・パック・ソッド

グルメなタイ人が支持する南タイ料理レストラン

バンコクに数ある南タイ料理レストランの中でも、連日グルメなタイ人が多く集まる一軒。南タイ出身のオーナー一家のレシピを受け継いだ、家庭的な伝統料理が揃っています。南タイ料理らしい一品「サトウ豆と海老の炒め物」が絶品。
◎ 98/1 Soi Thonglor 5, Sukhumvit 55
☎ (+66) 81 811 5458 🕒 11:00-14:30 17:30-21:30
🌐 khuaclingpaksod.com ➡ MAP P.101-D3



Err Urban Rustic Thai

ウー・アーバン・ラステック・タイ

一流シェフが作る魅惑のストリートフード

高級タイ料理店「ボラン」のオーナー夫妻が新しいコンセプトでオープンしたレストランです。チャオプラヤー川近くの裏通りに潜むシャビーシックな空間で、タイ伝統の屋台の味を本格的な食材や調理法で楽しむことができます。
◎ 394/35 Maha Rat Road, Khwaeng Phra Borom Maha Ratchawang, Khet Phra Nakhon
☎ (+66) 2 622 2291 🕒 10:00-23:00 ※月曜休み
🌐 www.errbkk.com ➡ MAP P.102-A4

somtum der

ソムタム・ドゥー

カフェ風の店内で食べる
実力派イサーン料理

タイ東北部(=イサーン地方)出身のオーナーによるイサーン料理専門店。グローバル展開しており、NY店はミシュランの星を獲得したこともある実力派です。看板メニューのソムタム(ババイヤサラダ)はヘルシーで女性に人気。
◎ 5/5 Saladaeng Road, Silom Bangrak
☎ (+66) 2 632 4499
🕒 11:00-14:30 16:30-22:30
🌐 somtumder.com
➡ MAP P.97-D2



本格的なナポリピザが
大人気のイタリアン



PEPPINA

ペッピーナ

本場ナポリで修行したシェフによるナポリピザの名店です。大きなピザ釜で焼き上げられるピザは軽い口当たりで、ファンの多い逸品。数あるイタリア料理店の中でも特に支持されている一軒です。
◎ 27/1 Sukhumvit soi 33, Klong Toei Nuea, Wattana
☎ (+66) 2 119 7677
🕒 11:30-15:00 18:00-24:00
※ 金曜～日曜は14:30にランチ終了
🌐 www.peppinabkk.com
➡ MAP P.100-C1



女子旅で行きたい 心ときめくローカル食堂

街のいたるところで見かける食堂は、気軽にローカルフードを楽しめるグルメスポット。
女子旅で訪れるなら味はもちろん、レトロな雰囲気も可愛い食堂を訪れてみるのはいかがですか？



Madam Somtum

マダム・ソムタム

注文ごとにスタンドで
手づくりする絶品ソムタム

イサーン（東北部）料理の代表格ソムタム（パパイヤサラダ）は、ダイエット効果が高いとタイの女性に人気。こちらのソムタムは、シャキシャキとした食感の青パパイヤと、フレッシュな素材が見事に融合した味わいが魅力。

◎ 888/14 Mahatun plaza, Phloen Chit Road, Pathumwan

☎ (+66) 95 963 5745

🕒 10:00~22:00 ※日曜休み

🌐 www.facebook.com/madamsomtum/

MAP P.99-E3



Baan Phadthai

バーン・パッタタイ

屋台料理パッタタイが
豪華な逸品に！

青いショップハウスが目を引く、パッタタイ専門店。鉄人シェフ率いるイッサヤグループが手掛ける店だけあって、エビやカニが贅沢に乗った豪華なパッタタイを味わうことができます。ユニークで可愛いデザートの数々もおすすめです。

◎ 21-23 Soi Charoen Krung 44, North Sathorn

☎ (+66) 2 060 5553

🕒 11:00~22:00

🌐 www.baanphadthai.com

MAP P.94-A3



Hom Duan Chiangmai

ホーム・ドゥアン・チェンマイ

ランチタイムは行列必至！
チェンマイ料理の絶品食堂

タイ北部出身のオーナーが作るチェンマイ料理は、辛すぎない優しい味つけが魅力。カウンターの前には、おかずがずらりと並び食欲をそそります。タイ北部料理の代表格、カオソーイとゲーンハンレーは必食メニューです。

◎ 70/2 Ekkama Soi 2-4, Sukumvit 63

☎ (+66) 85 037 8916

🕒 8:45~16:00 ※土日休み

🌐 www.facebook.com/homduan2011

MAP P.101-E3



Green Chili

グリーン・チリ

ウィークエンドマーケット
の自然派食堂

チャトチャック・ウィークエンドマーケット内にあるタイ家庭料理の食堂。化学調味料を一切使わず、調味料も自家製にこだわったおかずは、味わい深い一品ばかり。ショーケースに並ぶおかずを指差しで注文OK！

◎ Soi 38/3 Section 2, Chatuchak

Weekend Market

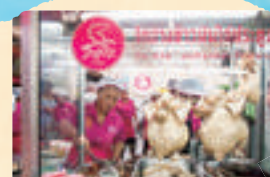
🕒 10:00~15:30 ※土日のみ営業

おかずがなくなり次第終了

MAP P.95-B2



名物「ピンクのカオマンガイ」



Kaithong Pratunam

ガイトーン・プラトゥーナム

バンコクのカオマンガイの名店！

鶏のスープで炊いたごはんにゆで鶏を乗せ、ピリ辛のソースと食べるタイの屋台料理カオマンガイの超有名店。別名「ピンクのカオマンガイ」として知られています。しっとりした鶏肉と鶏の旨みたっぷりのご飯はやみつきになる味。

◎ 960 Phetchaburi 30, Makkasan, Ratchathewi

☎ (+66) 2 252 6325

🕒 6:00~14:00 17:00~26:00

MAP P.99-D2

可愛いカフェで 至福のスイーツタイム

タイらしいトロピカルなフルーツを使ったスイーツから、食べるのがもったいないほど可愛いケーキまで、バンコクにはとっておきのスイーツが味わえるカフェが目白押しです！

Bangkok

Chiang Mai

Phuket

Samui

Others



Featherstone Bistro Cafe

フェザーストーン・ビストロ・カフェ

アンティーク家具に囲まれた
大人ガーリーなカフェ

鮮やかなステンドグラスが印象的なカフェの自慢は、自家製のココナッツ・クリームパイ。さっぱりとしていて上品な味わいです。薬を調合するイメージで作られた花入りのドリンクも大人気。併設のショップはお土産探しにもぴったりです。

◎ 60 Soi Ekamai 12
☎ (+66) 97 058 6846 ☎ 10:30-22:00
🌐 www.facebook.com/featherstonecafe ➡ MAP P.101-F3



make me mango

メイク・ミー・マンゴー

マンゴー尽くしの
人気スイーツ店

カオニャオマムアンとマンゴーアイスなどがセットになった「メイク・ミー・マンゴー」や、マンゴーをトッピングしたかき氷などフォトジェニックなメニューがずらり。ワット・ボーから近いので、観光の合間に立ち寄るのもおすすめです。

◎ 67 Maharat Road, Phra Borom Maha Ratchawang, Phra Nakorn
☎ (+66) 2 622 0899
☎ 10:30-20:00 ※木曜休み
🌐 www.facebook.com/makememango ➡ MAP P.102-A4



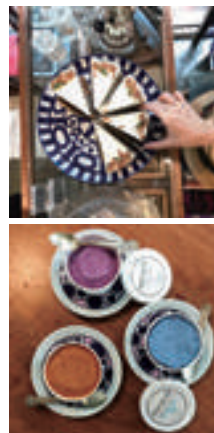
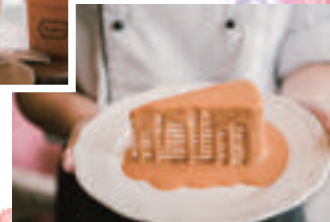
Audrey Café des Fleurs

オードリー・カフェ・デ・フルール

お花畑のような可愛いカフェでスイーツタイム

フランスのガーデンをイメージした店内は乙女心をくすぐる可愛さ。タイティー風味のミルクレープやフラワーポットをモチーフにしたケーキなど、ユニークなメニューが魅力。タイ料理や多国籍料理も揃っているので食事も可能です。

◎ 8th floor The Helix Quartier EmQuartier
☎ (+66) 2 003 6244 ☎ 11:00-22:00
🌐 www.audreygroup.com ➡ MAP P.100-C2



THAM·MA·DA

タマダ

雑貨店に併設する
アットホームなカフェ

おしゃれなタイ人が集う街、アーリーに2016年10月にオープンした雑貨店&カフェ。パタフライピー&ライム、タイティーといった、タイらしいフレーバーの手づくりアイスが人気です。週末限定で登場するスペシャルデザートも見逃せません。

◎ 65 Phahonyothin soi 5, Phayathai Road
☎ (+66) 81 804 4759
☎ 11:00-19:00 ※月曜休み ※日曜は17:00迄
🌐 www.facebook.com/thammadashop/ ➡ MAP P.95-B3

バンコクの夜を楽しむ 絶景ルーフトップバー

光り輝く摩天楼の夜景を望み、その美しさに思わず心がときめく「ルーフトップバー」。絶景とともに、お酒や食事を楽しみながら、バンコクの夜を思いっきり満喫しましょう!

Vertigo TOO

ヴァーティゴ・トゥー

バンコクの夜景を見下ろす ホットな高層階バー

バンコクで人気のルーフトップバー「ヴァーティゴ」の姉妹店。高級ホテル「バンヤンツリー」の60階に位置しています。屋上階ではないものの、星空を模した天井のライトとバンコクの夜景でオープンエア気分を味わうことができます。



◎ 60th floor Banyan Tree Bangkok, 21/100 South Sathon Road, Sathon

☎ (+66) 2 679 1200 ☎ 17:00~25:00

🌐 www.banyantree.com/en/ap-thailand-bangkok/vertigo-too → MAP P.97-E2



Sirocco

シロッコ

映画の舞台としても話題の天空ダイニング

超高層階から眺めるチャオプラヤー川とバンコクの街並みはまさに絶景。トレードマークの金色のドームを背にして階段を降りた先には、宙に突き出したようなバーカウンターが。一流シェフによるこだわりの料理も人気です。

◎ Tower Club at lebua, 1055 Silom Road, Bangrak

☎ (+66) 2 624 9555 ☎ 18:00~25:00

🌐 www.lebua.com/sirocco → MAP P.96-A3



Red Sky

レッド・スカイ

天空レストランでドラマティックディナー

バンコクの中心地、ラチャダムリ地区のルーフトップバーから望む夜景は、バンコク随一! シェフが腕を振るった料理の数々も評判で、お酒はもちろんドラマティックなディナーの舞台としてもびっぴりの場所です。

◎ Central Grand Bangkok, 999/99 Rama 1 Road, Pathumwan

☎ (+66) 2 100 6255 ☎ 18:00~23:00

🌐 www.centarahotelsresorts.com/redsky → MAP P.98-C2



Flute A Perrier Jouet Bar

フルート・ア・ペリエ・ジュエ・バー

老舗シャンパーニュ・メゾンとのコラボバー

「ルブアホテル」の64階という贅沢なロケーションの中、シャンパーニュ・メゾン「ペリエ・ジュエ」の世界観を味わえるバーです。エレガントでフローラルなシャンパーニュ「ペリエ・ジュエ」を嗜みながら特別な夜を楽しんでみては。

◎ Tower Club at lebua, 1055 Silom Road

☎ (+66) 2 624 9555 ☎ 18:00~25:00

🌐 www.lebua.com/the-dome/pages/the-flute-a-perrier-jouet-bar → MAP P.96-A3



Octave Rooftop Lounge & Bar

オクターブ・ルーフトップ・ラウンジ&バー

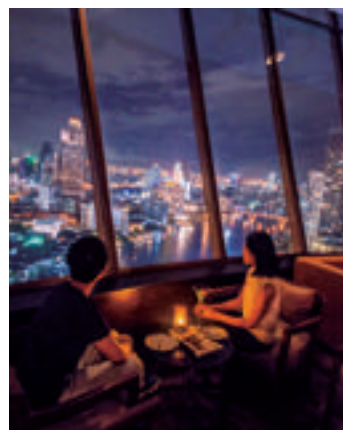
アクセス抜群の人気ルーフトップバー

まっすぐに伸びるスクンビット通りを中心にバンコクの夜景を一望できるルーフトップバー。BTS トンロー駅すぐそばの「バンコク・マリオット・ホテル・スクンビット」の48・49階にあり、360度のパノラマビューを見渡すことができます。

◎ Bangkok Marriott Hotel Sukhumvit, Sukhumvit Road Soi 57, Klongtan Nua, Wattana

☎ (+66) 2 797 0000 ☎ 17:00~26:00

🌐 www.marriott.co.jp/bkkms → MAP P.101-D3



THREE SIXTY

スリー・シックスティ

チャオプラヤー川沿いの 360度の夜景

「ミレニアム・ヒルトン」の32階にある近未来的な円形のバーからは、その名のとおり360度方向からチャオプラヤー川沿いの夜景を楽しむことができます。しっとり流れるジャズに耳を傾けながらロマンティックな夜を過ごしてみてください。

◎ Millennium Hilton Bangkok,

123, Charoen Nakhon Road, Khlongsan

☎ (+66) 2 442 2000 ☎ 17:00~25:00

🌐 www.hiltonhotels.jp/hotel/bangkok/millennium-hilton-bangkok → MAP P.96-A2



注目のフードコートに行ってみよう!

タイ料理に限らず世界中の料理を食べることができるのがデパートやショッピングモールに入っているフードコート。最近では、洗練されたお洒落なフードコートも続々とオープンしています。

フードコートの他に
3階のカフェ、Little Peaも人気

theCOMMONS

ザ・commons

バンコクのトレンドが集結! 最旬フードコンプレックス

バンコクのトレンドエリア、トンロー通りに2016年にオープンしたのが、緑が生い茂るエココンシャスな4階建てのコミュニティモール「ザ・commons」。注目は、15軒以上もの飲食店が集まる1階のフードコート「マーケット」。バンコクで大人気のレストランやカフェが出店しており、一度に有名店の味をいくつも楽しむことができます。

◎ 335 Soi Thonglor 17, Klongton Nue, Wattana
☎ (+66) 2 712 5400
◎ 8:00-24:00 ※店舗によって異なる
🌐 <https://thecommonsbkk.com>
➡ MAP P.101-E2



The Lobster Labの
ロブスターサンドは絶品



タイ料理以外のアジア料理を
楽しめるのも嬉しい

おしゃれなタイ女子も
集まります



Pier21

ピア21

ローカルで大賑わいの 人気フードコート

BTSアソーク駅直結のショッピングセンター「ターミナル21」の5階にあり、安くて美味しい料理を求めるタイ人で、連日大賑わい。マンゴーデザートやスムージーもおすすめ。

◎ 5th floor Terminal 21, 88 Sukhumvit 19, Sukhumvit Road

☎ (+66) 2 108 0888 ◎ 10:00-22:00 🌐 www.facebook.com/Pier21Terminal21 ➡ MAP P.99-F4



Food Loft

フードロフト

高級路線の 多国籍レストラン街

他のフードコートとは一線を画すスタイリッシュな雰囲気の中、レストラン並のサービスが受けられます。タイ料理だけでなくイタリアンや日本食などの多国籍料理が楽しめます。

◎ 7th floor Central Chidlom, 1027 Ploenchit Road, Lumpini, Pathumwan
☎ (+66) 2 793 7070

◎ 10:00-22:00
🌐 www.centralfoodloft.com
➡ MAP P.99-D3



Eathai

イータイ

本物の屋さながらの ディスプレイが面白い

高級デパート「セントラルエンバシー」の地下にあるフードコートにはバンコクの有名屋台料理が勢揃い。タイらしいドリンクやデザートも充実していて、インテリアもおしゃれ。

◎ Level LG Central Embassy, 1031 Ploenchit Road, Lumpini, Pathumwan
☎ (+66) 2 160 5991
◎ 10:00-22:00

🌐 www.centralembassy.com/store/eathai ➡ MAP P.99-D3



サイアム周辺のデパートが すごいんです!

バンコク随一のショッピングエリア「サイアム」は、タイの流行発信地。
高級デパートから、若者が集まるファッションビルまで、商業施設が並ぶ買い物天国です!



Siam Paragon

サイアム・パラゴン

何でも揃うバンコクを代表する高級デパート

BTSサイアム駅前の大型デパート。一流ブランドのブティックからカジュアルなファッションブランド、さらに大型フードコートまで何でも揃います。タイ人デザイナーのブランドが集結したフロア「エキゾチック・タイ」も必見です。

◎ 91/1 Rama I Road ☎ (+66)2 610 8000
◎ 10:00~22:00 ㊚ www.siamparagon.co.th/

➡ MAP P.98-C2



Siam Discovery

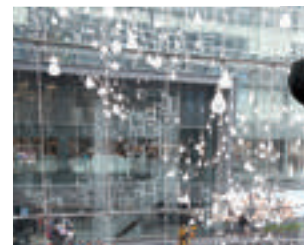
サイアム・ディスカバリー

バンコク最先端のショッピングスポット

2016年にリニューアルオープンした、サイアムでも最先端のスポット。近未来的な空間には、ハイブランドからトレンドブランドまで、幅広くセレクトされたアイテムが並びます。総合監修は、日本人デザイナーの佐藤オオキ氏が担当。

◎ 989 Rama I Road ☎ (+66)2 658 1000
◎ 10:00~22:00 ㊚ www.siamdiscovery.co.th/

➡ MAP P.98-B2



Siam Center

サイアム・センター

タイの若手デザイナーズブランドが勢揃い

タイのデザイナーが手掛けるファッションブランドが多く出店しているショッピングセンター。トレンドに敏感なタイの若者で連日賑わいます。館内はスタイリッシュな雰囲気です。おしゃれなフードコートやカフェも人気です。

◎ 979 Rama I Road ☎ (+66)2 658 1000
◎ 10:00~22:00 ㊚ www.siamcenter.co.th ➡ MAP P.98-B2



このエリアもすごい!

Ratchadamri

ラチャダムリ周辺

Central World

セントラル・ワールド

バンコク最大級のショッピングモール。500店以上のショップが並ぶ巨大施設には有名デパート「ZEN」と「伊勢丹」が隣接。
◎ 4,4/1-2,4/4 Rajdamri Road
☎ (+66)2 021 9999 ◎ 10:00~22:00
㊚ www.centralworld.co.th
➡ MAP P.98-C2



Central Embassy

セントラル・エンバシー

英国大使館跡地に建つ高級デパート。国内外のハイブランドが軒を連ねます。スタイリッシュな地下のフードコートも人気です。

◎ 1031 Ploenchit Road
☎ (+66)2 119 7777 ◎ 10:00~22:00
㊚ www.centralembassy.com/

➡ MAP P.99-D3



Central Chidlom

セントラル・チットロム

洗練されたアイテムが豊富に揃う老舗デパート。タクトップデザイナーのブランドが集まったフロア「THAITHAI」は必見。

◎ 1027 Ploenchit Road
☎ (+66)2 793 7777 ◎ 10:00~22:00
㊚ www.central.co.th/en/store/locations/central-chidlom ➡ MAP P.99-D3



Phrom Phong

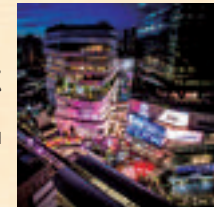
ブロンボン周辺

EM quartier

エムクォーター

2015年に新規オープンした大型デパート。国内外の高級ブランドはもちろん、日本からはユウクローヤビームスも出店しています。

◎ 693 Sukhumvit 35,Sukhumvit Road
☎ (+66)2 269 1000 ◎ 10:00~22:00
㊚ www.emquartier.co.th
➡ MAP P.100-C2



Emporium

エンポリアム

ブロンボン駅のランドマーク的存在の老舗デパート。2015年にエムクォーターのオープンに合わせてリニューアルしました。

◎ 622 Sukhumvit 35,Sukhumvit Road
☎ (+66)2 269 1000 ◎ 10:00~22:00
㊚ www.emporium.co.th
➡ MAP P.100-C2



活気溢れるマーケットに 買い物に行こう

タイ雑貨や、若手デザイナーによる服飾品などの店が軒を連ねるマーケットは、タイらしいショッピング体験を叶えてくれる一大スポット! とっておきの逸品から掘り出しものまで、お気に入りを探しにでかけませんか?



Chatuchak Weekend Market

チャトゥチャック・ウィークエンド・マーケット

一日中買い物できる 巨大マーケット

とにかく何でも揃う、世界最大級のウィークエンド・マーケット。ローカルや旅行者で毎週賑わいを見せます。マーケットは、セクションごとに商品が異なり、セクション1に世界の古本、セクション2~4にファッション、セクション5~6にヴィンテージアイテム、セクション7にアート、セクション11と13にペット用品、そしてセクション25~26にインテリアアイテムが揃います。食事のできる屋台や食堂、カフェもあるので、一日中いても飽きることがありません。

◎ Kamphaengphet Road, Chatuchak
◎ 8:00頃~18:00頃
※店舗によって異なります
◎ www.chatuchakmarket.org/
⇒ MAP P95-B2



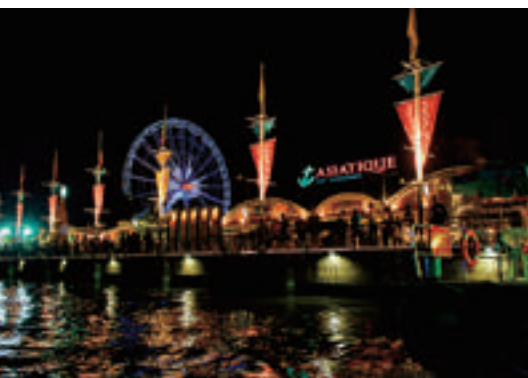
ASIATIQUE THE RIVERFRONT

アジアティーク・ザ・リバー・フロント

船着場を再開発した大型ナイトマーケット

チャオプラヤー川沿いの倉庫街を再開発したおしゃれなリバーサイド・マーケット。ファッションやアクセサリ、土産店がずらりと並び、約50店のレストランでは世界各国の料理を味わえます。風が心地良い遊歩道は人気のフォトスポットです。

◎ 2194 Charoenkrung Road, Wat Prayakrai
◎ (+66) 2 108 4488 ◎ 16:00~24:00
◎ www.thaiasiatique.com ⇒ MAP P95-A4



Train Night Market Ratchada

ラチャダー鉄道市場

若者が集まる

レトロなナイトマーケット

元々はバンコク・パンスー駅の鉄道車両倉庫跡で開かれていた骨董市。扱う品物もインテリアグッズからフードまで幅広く、タイの若者や旅行者で賑わいます。都心にあるのでタイ初心者でもアクセスしやすく安心です。



◎ Ratchadaphisek Road, Khwaeng Din Daeng
◎ (+66) 92 713 5599 ◎ 17:00~25:00 ※月曜休み
◎ www.facebook.com/taradrodffiratchada
⇒ MAP P95-C3

屋内マーケットで
快適にSHOPPING♪



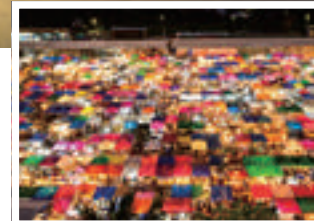
◎ 444 Phayathai Road, Pathumwan ◎ (+66) 2 620 9000
◎ 10:00~22:00 ◎ www.mbk-center.co.th ⇒ MAP P98-B3

MBK Center

マーブンクロン・センター

市場さながらの 巨大ショッピングセンター

巨大なビル内にたくさんのテナントが詰め込まれた、まるで市場のような雰囲気のショッピングセンター。タイらしいファッションアイテムや雑貨のほか、携帯電話関連フロアではスマホケースが格安で販売されています。



The Platinum Fashion Mall

プラチナム・ファッションモール

ローカル御用達の 激安ファッションモール

ビルの中には小さな店が所狭しと並び、洋服から小物まで流行のファッションアイテムが激安の卸価格で販売されています。バンコクっ子も多数訪れる活気あふれるモールで、自分だけのお気に入りを探してみてください。

◎ 222 Petchburi Road, Ratchthevi
◎ (+66) 2 121 8000
◎ 9:00~20:00 ※水曜と週末は8:00からオープン
◎ www.platinumfashionmall.com
⇒ MAP P98-C2



タイブランドのアイテムを手に入れたい!

ファッションの分野でも近年、世界から注目を集めるタイ。タイ出身のデザイナーが手掛けるブランドの中にはハリウッドスター御用達のブランドも! バンコクで、タイファッションのトレンド最前線をチェックしましょう!

Disaya

ディサヤ

個性的でフェミニンなアイテムに世界が注目

ロンドンのファッション名門校「セントラル・セント・マーチンズ」を卒業したデザイナー、ディサヤが2005年に立ち上げたブランド。洗練された高級素材を使用したフェミニンなアイテムが揃い、女子の心をくすぐる色づかいと繊細なデザインが特徴です。

www.disaya.com



Sretsis

スレトシス

三姉妹が手がける新進タイブランド

最も有名なタイブランドの一つとして知られる、スクハフタ三姉妹が生み出したファッションブランド。スイートな世界観を表現しつつ、大胆で個性的なデザインが特徴。日本やアメリカでも人気が高く、トップモデルやセレブに愛用者が多いブランドです。

www.sretsis.com



VICK'S WEEKEND

ヴィックス・ウィークエンド

着心地のいいシンプルアイテムが揃うブランド

タイの人気ブランド「VICKTEERUT」のデザイナー、ティキラットと人気スタイリスト、バンが2014年に立ち上げたブランド。ミニマリズムを反映したシンプルさと、都会的で洗練されたデザインが魅力です。

vicksweekend.com



BOYY

ボーイ

セレブ愛用のタイデザイナーバッグ

公私ともにパートナーであるジェシー・ドルシーとワンナシリ・コングマンが、出会ったNYで2004年に立ち上げたデザイナーバッグブランド。世界中のメディアやセレブから注目されています。

www.boyybag.com



QOYA

クオヤ

ビーチスタイルを彩るアイテムを探すなら

スポーティーなアイテムで、民族調のテイストを取り入れた独特のデザインが特徴。カバーアップやビーチバッグ、帽子といった常夏のタイらしいアイテムは、カラフルで個性的なものばかり。

www.facebook.com/qoya.vacation/



Ballet Shoes

バレエシューズ

歩きやすいと評判のバレエシューズがずらり!

約60年前に現オーナーの祖母がスタートしたタイのシューズブランド。本革を使用した履き心地のいいシューズが、バリエーション豊富に揃っています。売れ筋は、折りたたみ可能な柔らかい素材のバレエシューズ。

www.facebook.com/BalletShoes/



タイ発の注目コスメ

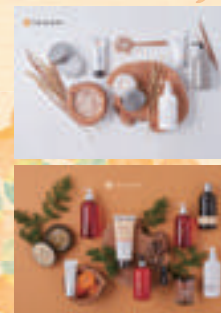
美容大国タイでは、ハーブや花といった自然由来の素材をたっぷり使ったナチュラルコスメブランドが勢揃い! クオリティの高さとコストパの良さには脱帽です。

THANN

ターン

最先端皮膚科学と植物由来成分のフュージョンによる信頼性のあるスキンケア・インバースプロダクトや、洗練されたアロマが人気。グローバルに店舗やSPAを展開し、確かな品質とラグジュアリーな世界観が高く評価されています。

www.thann.info



HARNN

ハーン

製品の主成分に「ライスブランオイル(米ぬか油)」を使用したナチュラルスパプロダクトを展開。お米の形をしたナチュラルソープはお土産に人気です。

www.harann.com

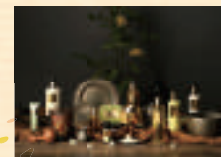


PANPURI

パンピュリ

東洋の伝統を起源とする、ラグジュアリーブランド。ナチュラルでオーガニックな原料を厳選し、高品質なスキンケア、ボディケア、ホームアンビエンスアイテムを展開しています。洗練されたデザインと香りが人気です。

www.panpuri.com



erb

アープ

オーガニック認定を取得した草花やハーブからとれる高品質の精油を用いたプロダクトが評判です。タイ国際航空ビジネスクラスのトラベルキットにも採用されています。

www.erbasia.com



外せないバンコク土産をチェック!

タイ料理の調味料やスナック菓子などの食品は、お土産にぴったり。地元のスーパーや食品店を訪れるとずらりと並ぶ品々に心躍るはず。また、タイならではの雑貨探しもおすすめです。

日本の揚げ物や
目玉焼きにも
意外と合う **チヂミソース**

Must buy!

自宅为本格的な
タイ料理ができる
ムースト

イエローカレーや
マッサマンカレーに
使うタイ式 **カレー粉**

タイカレーの必需品!
紙パックに入った
ココナツオイル

炒飯や野菜炒めに
入れると
タイ風味の料理になる
チヂミソース

お鍋ひとつで
簡単に作ることのできる
タイ風 **インスタント麺**

おみやげに人気の
トムヤムクン味の
カポップ

トムヤムクンソースの素。
具材を入れたら
出来上がり!

食品土産を買うならこだわりの一店で!



Talad Eathai

タラート・イータイ

ハイセンスな品揃えでお土産探し

高級デパート「セントラルエンバシー」地下にあるおしゃれな食材店。お菓子や調味料などのパラキ土産も手に入ります。

◎ Level LG Central Embassy, 1031 Ploenchit road, Lumpini, Pathumwan ☎ (+66) 2 160 5991 ☎ 10:00-22:00 🌐 www.centralembassy.com/store/eathai ➡ MAP P.99-D3



Lemon Farm

レモンファーム

オーガニックにこだわった食品店

オーガニックにこだわった野菜や果物に加え、調味料やスナック、お茶などお土産にぴったりの商品が揃う店。可愛いパッケージの商品も多く、女性に好評です。

◎ 31 The Portico Langsuan, Lang Suan Road, Lumpini, Pathumwan ☎ (+66) 2 015 1159 ☎ 9:30-21:30 🌐 www.lemonfarm.com ➡ MAP P.99-D3



ROYAL PROJECT SHOP

ロイヤルプロジェクトショップ

タイ王室が運営するショップ

タイ王室が農村部支援のためにに行っているロイヤルプロジェクト製品がずらり。ドライフルーツやハーブのシャンプーなど高品質の製品が適正価格で販売されています。

◎ 101 Kamphaengphet Road, Chatuchak ☎ (+66) 2 279 1551 ☎ 8:00-18:00 ※土日は7:00から ➡ MAP P.95-B2

OTOP Heritage

オートップ・ヘリテージ

タイ伝統工芸の高級品をお土産に

タイ政府がすすめる「一村一品運動」の製品「OTOP」の中でも、最高級の品質を誇る逸品が揃うブティック。タイ南部の職人が作るハンドバッグ「リーバオ」や、王室御用達の「ベンジャロン焼き」など、美しい品々に魅了されます。

◎ 4th floor Central Embassy, 1031 Ploenchit road, Lumpini, Pathumwan ☎ (+66) 2 160 5975 ☎ 10:00-22:00 🌐 otopheritage.com ➡ MAP P.99-D3



Jim Thompson

ジム・トンプソン

セレブに愛されるタイシルクの最高級ブランド

タイシルクの代表的なブランドで、タイ国内に複数店舗を展開しています。スカーフやバッグ、小物まで高品質の商品が数多く揃います。創始者ジム・トンプソンの生前の住居跡は、博物館として一般公開されています。

◎ 6 Soi Kasemsan 2, Rama 1 Road ☎ (+66) 2 216 7368 ☎ 9:00-18:00 🌐 www.jimthompsonhouse.com ➡ MAP P.98-B2

NaRaYa

ナラヤ

リボンバッグで有名なファブリック小物店

タイ国内外に複数店舗を構える人気ブランドのひとつ。カラフルなギルトのリボンバッグをはじめ、化粧ポーチやぬいぐるみなど、キュートなアイテムが並びます。旅行に便利な折りたたみスリッパも人気です。

◎ 654-8 Corner of Sukhumvit 24, Sukhumvit Road ☎ (+66) 2 204 1145 ☎ 9:00-22:30 🌐 www.naraya.com ➡ MAP P.100-C2



made-to-order
タイシルクで
オーダーメイド服を作ろう!



バンコクには、タイシルクを使った洋服をオーダーメイドできる洋品店が多数あります。ランドマークホテル＆プラザ内にある「ビー・タイ・デザイン」は仕立ての丁寧さで定評ある店。オーダーから約2週間~3週間すると国際郵便で手元に届きます。

◎ Ground floor Landmark Hotel&Plaza, 138 Sukhumvit Road ☎ (+66) 2 252 6632 ☎ 10:00-19:00 ※日曜休み ➡ MAP P.99-E3



タイの暮らしを体験しよう!

もっとタイを身近に感じるなら、“リアルなタイ”を体験できるこだわりのワンデーツアーや料理教室に参加してみるのはいかがでしょうか?



Life Style

※ HiveSters

※ ハイブスターズ

人に自慢できる、
とっておき体験を!

“WELCOME TO OUR HOME!”をコンセプトに、ローカル体験を盛り込んだツアーを提供する旅行会社です。人々が生活する川を舟で散策したり、民族衣装を身にまとい伝統音楽の演奏にチャレンジするなどユニークなツアーが豊富に揃っています。どれもタイの人々の生活を肌で感じられるものばかりで、タイ文化の奥深さを感じられること必至です。

☎ (+66)90 678 4695
🌐 hivesters.com



Cooking

※ Blue Elephant Cooking School

※ ブルー・エレファント・クッキング・スクール

有名タイ料理店のレシピを習得する

世界中で9つの旗艦店を展開する、有名タイ料理チェーン「ブルー・エレファント」が主催するクッキングスクール。コロニアル様式の建物の最上階で、レストランの代表的なメニューを習うことができます。

📍 233 South Sathorn Road, Kwaeng Yannawa, Khet Sathorn
☎ (+66)2 673 9353

🕒 参加コースによる

🌐 blueelephantcookingsschool.com ➡ MAP P.96-B3



※ Bangkok Bold Cooking Studio

※ バンコク・ボールド・クッキング・スタジオ

プライベート空間でタイ料理レッスン

料理を通してタイカルチャーの素晴らしさを広めようと、4人の料理家が立ち上げたクッキング・スタジオ。バンコクの旧市街に位置しています。今話題のエリアでの、少人数制のレッスンはプライベート感たっぷり。

📍 503 Phrasumen road, Bawornniwes, Phranakorn
☎ (+66)98 829 4310 🕒 完全予約制

🌐 www.facebook.com/BangkokBoldCookingStudio

➡ MAP P.102-C2

※ Spice Spoons

※ スパイス・スプーン

優雅なリバークルーズでタイクッキング

高級ホテル「アナンタラ・バンコク・リバーサイド」主催のタイ料理クッキングを体験できる、優雅なリバー・クルーズ。半日コースでは軽い朝食に始まり、マーケットツアーと前菜・メイン・スープ・デザートの本格コース料理レッスンを受けることができます。

📍 257/1-3 Charoenakorn Road, Thonburi

☎ (+66)2 476 0022 🕒 参加コースによる

🌐 bangkok-riverside.anantara.jp ➡ MAP P.95-A4



タイのアート&カルチャーに触れる!

タイで古来から継承されている伝統文化や、世界から注目を集める最旬アートに触れ、感性を刺激する旅を叶えてみませんか。

Workshop

The Loom

ザ・ルーム

織物教室で 世界に一つだけの小物作り

タイの名産品タイシルクを使用した伝統的な機織り体験ができる教室。伝統的な手法を学び、オリジナルのミニスカーフを製作し持ち帰ることができます。2時間ほどで完成するので、ショッピングの合間に気軽に訪れることができます。



◎ 3rd floor Gateway Ekamai, 982/22 Sukhumvit Road Prakanong Klongtoey
☎ (+66) 2 001 5715 ☎ 10:00-19:00
🌐 www.silkweavinghobby.com → MAP P.101-E4



Charm Learn Studio

チャーム・ラーン・スタジオ

タイの工芸品づくりに 気軽にトライ

バンコクで最も名が通ったアート・ワークショップで、3人のアート仲間が創設した陶芸スタジオ。粘土から美しい陶芸作品を製作する工程を、エキスパートが熱心に指導してくれます。陶芸のほか染め物などのワークショップも開催しています。

◎ 95 Phraeng Sanphasat Road
☎ (+66) 80 587 6331
☎ 10:30-18:00 ※月曜休み
🌐 www.facebook.com/charmlearnstudio95 → MAP P.102-B3



Paint Bar

ペイント・バー

アートな感性を 刺激するスポット

レストランとアートクラスを融合させたユニークな一軒で、気軽に絵を描く体験をすることができます。フィンガーフードやドリンク片手に、他のアーティストと交流することも。でき上がった作品はぜひお土産に持ち帰りましょう。

◎ 6th floor Piman 49,46/4 Sukhumvit Soi 49, Khong Watthana
☎ (+66) 81 001 0849 ☎ 14:00-22:30
※月曜休み、日曜は18:00まで
🌐 paintbarbangkok.com → MAP P.101-D2

バンコク市外に足をのばして

Sampran Riverside

サンフラン・リバーサイド

緑豊かな敷地で 昔の暮らしを学ぶ

バンコク郊外にある、伝統的タイカルチャーやライフスタイルを体験できる施設。緑豊かな敷地内には、昔ながらのタイの木造住宅が点在。織物やフラワーガーランド製作、伝承遊びなど、様々なアクティビティに参加することができます。

◎ Km 32 Pet Kasem Road, Sampran, Nakorn Pathom
☎ (+66) 3 432 2544
🌐 sampranriverside.com → MAP P.95-A1



Art & Museum



Queen Sirikit Museum of Textiles

クイーン・シリキット テキスタイル博物館

王妃が愛したタイシルクを知る

長年タイシルクを愛してきたシリキット王妃の成功を讃える博物館で、見所は彼女の豪華な衣装の展示。王妃が支援する上質なシルクや綿織物、土産品、書籍や工芸品が揃う併設のミュージアムショップに立ち寄るのを忘れずに。

◎ Ratsadakorn-bhithathana Building, The Grand Palace, Phranakhon
☎ (+66) 2 225 9420 ☎ 9:00-16:30
🌐 www.qsmthailand.org → MAP P.102-A3

The Museum of Floral Culture

花文化の博物館

花を通して学ぶ、 華麗なるタイ文化

フローラルアーティスト、サウン・インタクン氏の博物館。サウン氏が手がける花々の展示を通して、タイ文化や儀式でいかに花が大切にされてきたかを知ることができます。敷地内の美しいガーデンでのアフターヌーンティーも格別です。



◎ 315 Samsen Road, Soi 28, Yaek Ongkarak 13, Dusit
☎ (+66) 2 669 3633
☎ 10:00-18:00 ※月曜休み
🌐 www.floralmuseum.com/ → MAP P.95-A2

Bangkok Art and Culture Centre

バンコク・アート&カルチャー・センター

タイ現代美術のハブ的存在

バンコクビジネス街の中心に位置し、個性的な形をした純白の建物が目印。ギャラリーでは国内外の新進アーティストの作品を展示し、アート関連グッズを購入できるショップもあります。こだわりのコーヒーを提供する1階のカフェも人気です。



◎ 939 Rama 1 Road, Wangmai, Pathumwan
☎ (+66) 214 6630
☎ 10:00-21:00 ※月曜休み
🌐 www.bacc.or.th → MAP P.98-B2

BANGKOK CITYCITY GALLERY

バンコク・シティシティ・ギャラリー

アートな心を繋ぐ新世代ギャラリー

新進気鋭のアーティストによる個展を中心に開催しているギャラリー。年に5回程開かれるエキシビションのテーマは、アートや映画、漫画など多岐に渡り、作り手のメッセージを人々に繋ぐプラットフォームとして注目を集めています。

◎ 13/3 Sathorn 1, South Sathorn Road, Thung Mahamek
☎ (+66) 83 087 2725 ☎ 13:00-19:00 ※月曜、火曜休み
🌐 bangkokcitycity.com → MAP P.97-E2



幸せを呼ぶ パワースポット巡り

信仰心の強いタイの人々は、寺院はもちろん街の中に佇む廟などにも、日常的に祈りを捧げます。特に、願いが叶うと評判のパワースポットには、ご利益を求めて多くの人々が集います。



Wat Saman Rattanaram

ワット・サマーン・ラッタナーラム

高速で願いを叶える
ピンクのガネーシャ

巨大なピンクのガネーシャが高速で願いを叶えてくれると評判のお寺です。願いを叶えてもらうには周りにいるねずみの耳に願い事をささやきます。この時に反対の耳をふさいで願い事がもれないようにするのがポイント。

© Mueang Chachoengsao, Chachoengsao
☎ (+66) 81 983 0400 ☎ 6:00-20:00
🌐 www.watsaman56.com

MAP P.95-CT



Trimurti Shrine/ Ganesha Shrine

トリムルティの祠／ガネーシャ像

恋愛成就と学業成就を同時に祈願

伊勢丹前にあるトリムルティの祠は恋愛成就の神様。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あるといわれていて、恋する若者たちで賑わいます。隣に並ぶガネーシャ像は勉学と芸術の神様です。

© Central World, 4 Rachadamri Road, Pathumwan

MAP P.98-C2



Erawan Shrine

エラワン廟

願いが叶うバンコク最強の
パワースポット

願いが叶う強力なパワースポットとして有名なヒンドゥー教の祠。大きな交差点に位置し、いつも世界中からの参拝客で賑わっています。願いが叶った人が奉納する、美しく着飾った踊り子による舞いが艶やかです。

© Rachaprasong, Lumpini, Pathumwan

☎ 8:00-23:00 MAP P.98-C3

The Erawan Museum

エラワン・ミュージアム

3つの頭を持つ巨大な象がトレードマーク

3つの頭を持つ巨大な象のオブジェが遠くからでもひとときわ目立つ博物館です。象の内部はステンドグラスやテンペラ画で豪華に装飾され、仏像が祀られています。資産家個人が所有する施設です。

© 99/9 Moo 1, Bangmuangmai, Samut Prakarn

☎ (+66) 2 308 0305 ☎ 9:00-19:00

🌐 www.ancientcitygroup.net/erawan/en/home

MAP P.95-B1



定番観光地！バンコクの三大寺院

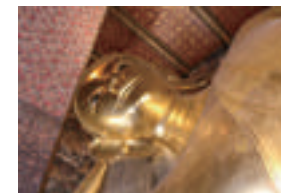


Wat Phra Kaeo

ワット・プラケオ

通称エメラルド寺院と呼ばれる、タイで最も美しいきらびやかな寺院です。敷地内の黄金の仏塔には仏舎利(仏陀の遺骨)が納められています。

MAP P.102-A3



Wat Pho

ワット・ポ

長さ46メートル、高さ12メートルの黄金の涅槃像が祀られた、バンコク最古の寺院。仏教の世界観を表す108の図が描かれた巨大な足の裏も圧巻です。

MAP P.102-B4



Wat Arun

ワット・アルン

「暁の寺」としてタイで最も有名な寺院のひとつ。夕暮れ時には、夕陽が反射して美しい景色を魅せてくれます。

MAP P.102-A4

リバーサイドの一流ホテルで 贅沢ステイ

大都会バンコクにいながらリゾート気分を味わうなら、チャオプラヤー川沿いの一流ホテルに宿泊。
名立たる名門ホテルが並ぶ川沿いは、バンコク中心地とは異なり、穏やかでのんびりした雰囲気が魅力!

THE SIAM

ザ・サイアム

ロイヤルエリアに佇む 極上アーバンリゾート

建築家のビル・ベンスリーが、ホテルオーナー所有のアルデコ作品やヴィンテージ品にインスパイアされデザインしたホテル。全39室のラグジュアリーな客室を有します。オープン以来、数々の賞に輝き、バンコク屈指の5つ星ホテルの地位を確立しています。

◎ 3/2 Thanon Khao Vachirapayabal, Dusit
☎ (+66) 2 206 6999 ☎ 10:00-18:00
🌐 www.thesiamhotel.com

➡ MAP P.95-A2



MANDARIN ORIENTAL BANGKOK

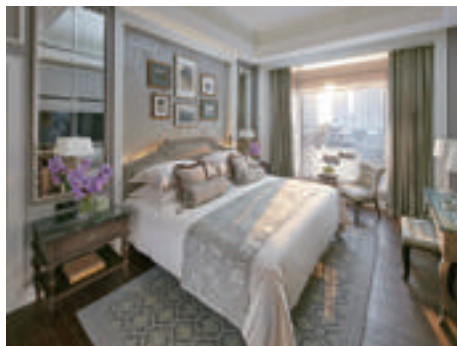
マンダリン オリエンタル バンコク

映画の舞台にもなった老舗ホテル

チャオプラヤー川沿いのランドマーク的存在でもある、創業140年を迎えた老舗5つ星ホテル。いつまでも変わらないエレガントなデザインと、最先端のコンテンポラリーなデザインが融合した佇まいで、ラグジュアリーなひとときを叶えてくれます。

◎ 48 Oriental Avenue ☎ (+66) 2 659 9000
🌐 www.mandarinoriental.co.jp/bangkok

➡ MAP P.96-A2



Shangri-La Hotel, Bangkok

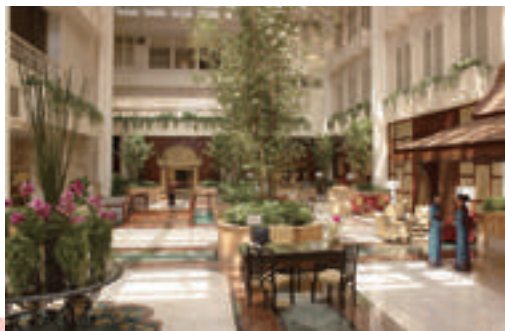
シャングリ・ラ ホテル バンコク

アクセスの良さも魅力のリバーサイドホテル

川沿いのホテルの中でも、約800室という圧倒的な客室数を誇る老舗ラグジュアリーホテル。趣の異なる2つのウィングが並び、それぞれに優雅なロビーラウンジを擁しています。BTS(高架鉄道)の駅と隣接しているのも魅力のひとつです。

◎ 89 Soi Wat Suan Plu, New Road, Bangrak
☎ (+66) 2 236 7777
🌐 www.shangri-la.com/jp/bangkok/shangri-la

➡ MAP P.96-A3



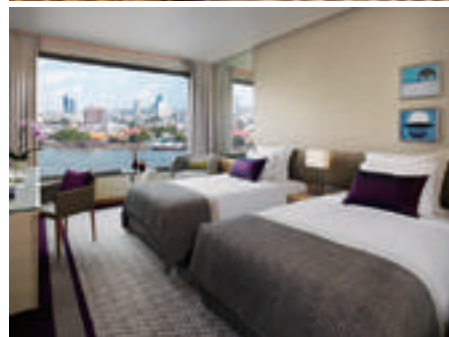
Royal Orchid Sheraton Hotel & Towers

ロイヤルオーキッド・シェラトン・ホテル&タワーズ

リバーサイドステイを 思いきり堪能できる一軒

雄大に流れるチャオプラヤー川のダイナミックな魅力を肌で感じられる5つ星ホテル。トロピカルガーデンプールやリバーフロントのテラスプールは、それぞれに趣が異なり、シティリゾートを思いきり楽しむことができます。

◎ 2 Charoen Krung Road Soi 30, Siphya
☎ (+66) 2 266 0123
🌐 www.royalorchidsheraton.com ➡ MAP P.96-A2



PRAYA PALAZZO

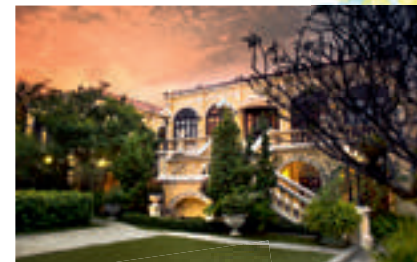
プラヤ パラッツォ

貴族の邸宅を改装したブティックホテル

ラマ5世の時代に、タイの貴族が暮らしていた、イタリアンスタイルの邸宅を改装したブティックホテル。優雅な空間は、ロマンチックな滞在を演出。タイらしい温かなホスピタリティも評判です。

◎ 757/1 Somdej Prapinklao Soi 2, Bangyeekhan
☎ (+66) 2 883 2998 🌐 www.prayapalazzo.com

➡ MAP P.102-B1



Other Hotels

ザ・ペニンシュラ バンコク

🌐 peninsula.com/bangkok/jp
☎ (+66) 2 020 2888 ➡ MAP P.96-A3

ミレニアム・ヒルトン・バンコク

🌐 hiltonhotels.jp/hotel/bangkok/millennium-hilton-bangkok
☎ (+66) 2 442 2000 ➡ MAP P.96-A2

アナンタラ・バンコク・リバーサイド・リゾート&スパ

🌐 bangkok-riverside.anantara.jp
☎ (+66) 2 476 0022 ➡ MAP P.95-A4

サラ・ラタナーコーシン

🌐 salaresorts.com/rattanakosin
☎ (+66) 2 622 1388 ➡ MAP P.102-A4

AVANI RIVERSIDE BANGKOK

アヴァニ・リバーサイド・バンコク

スタイリッシュな最新リバーサイドホテル

チャオプラヤー川沿いに2016年に誕生した5つ星ホテルで「アナンタラ・バンコク・リバーサイド・リゾート&スパ」に併設する姉妹ホテル。最新トレンドを取り入れた客室は、全室リバービュー。

◎ 257 Charoennakorn Road, Thonburi
☎ (+66) 2 431 9100
🌐 www.minorhotels.com/en/avani/riverside-bangkok

➡ MAP P.95-A4

アクセス抜群！ 都心の高級ホテルにステイ

高層ビル群が並ぶバンコク中心地には、モダンでスタイリッシュな高級ホテルがラインアップ！ショッピングや食事に出かけるのに便利な好立地のホテルは、アクティブな女子にぴったりです。

The Okura Prestige Bangkok

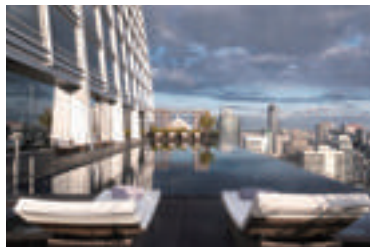
オークラ プレステージバンコク

日本×タイのおもてなしで迎える
ラグジュアリーホテル

BTSスカイトレイン・プルンチット駅に直結し、便利な立地が魅力。和のおもてなしとタイらしいホスピタリティが融合した最高級のサービスが評判です。240のラグジュアリーな客室、3つのレストラン、バンコクの絶景が自慢のインフィニティプールも備えています。

◎ Park Ventures Ecomplex, 57 Wireless Road, Lumpini, Pathumwan
☎ (+66) 2 687 9000

📍 www.okurabangkok.com/jp → MAP P.99-B3



◎ 2 North Sathorn Road ☎ (+66) 2 624 0000
📍 www.sofitel.com/gb/hotel-6835-so-sofitel-bangkok → MAP P.97-E2

SO Sofitel Bangkok

SOソフィテルバンコク

デザインコンシャスな
トラベラーを魅了

「アコホテルズ」のデザイナーズホテルブランドで、アートディレクションをフランスのファッションデザイナー、クリスチャン・ラクロワ氏が手がけたホテル。屋外プールからはルンビニー公園越しにバンコクの街並みを一望することができます。



W Bangkok

Wバンコク

バンコクのアイコニックな最先端ホテル

アジアで最もトレンドリーなホテルブランドのひとつである「W ホテル」。スタイリッシュな佇まいはもちろん、話題のレストランやバーを兼ね備える「W バンコク」は、トレンドに敏感なタイ国内外の人々から常に注目を集めています。



◎ 106 North Sathorn Road, Silom ☎ (+66) 2 344 4000
📍 www.whotelbangkok.com → MAP P.96-C3



Hua Chang Heritage Hotel

フア・チャーン・ヘリテイジ・ホテル

東洋と西洋の文化が融合した
エレガントな5つ星

白亜のエレガントな佇まいが印象的な5つ星ホテル。一歩足を踏み入ると、タイの伝統文化を基調としたインテリアとヨーロッパの調度品が見事に融合した空間に魅了されます。バンコクのトレンド発信エリア、サイアムからすぐの立地も魅力。

◎ 400 Phayathai Road, Pathumwan
☎ (+66) 2 217 0777

📍 www.huachangheritagehotel.com
→ MAP P.98-B2

U Sathorn

Uサトーン

都会のリゾートのような
隠れ家ホテル

おしゃれなレストランやショップが続々とオープンしている話題のエリアに佇む一軒。都心のホテルにしては珍しい低層ホテルで、まるで都会のオアシスのような穏やかな空気が流れています。ミシュランのスターシェフが率いるレストランも人気です。

◎ 105, 105/1 Soi Ngam Duphli, Thung Maha Mek, Sathorn
☎ (+66) 2 119 4888

📍 www.uhotelsresorts.com/usathornbangkok → MAP P.97-F3



Go to Pattaya!

足を伸ばして パタヤへ!

バンコクから車で約2時間というアクセスの良さから、タイの中でも早くからリゾート開発されたパタヤ。美しいビーチでマリンスポーツを楽しめることはもちろん、ショッピング施設やテーマパークなどの商業施設も充実。エンターテインメントの街らしく、多彩なナイトライフを楽しむことができるのも特徴です。

access to Pattaya

バンコクの東ターミナルからバスで約2時間~2時間半。スワンナプーム国際空港からバスで約2時間。タクシーや現地ツアー利用も可能。



青く澄んだ海と輝く白浜を求めて出かけよう

Koh Lan

ラーン島ツアー

パタヤ沖約8キロのところに浮かぶラーン島は、透明度の高い海と、砂浜、珊瑚礁を擁す美しい島。スピードボートに乗って約20分、フェリーで約45分でアクセスできることから、パタヤ・ビーチから多くの旅行者が訪れる島です。

www.kohlarn.com
MAP P.108-B2

U Pattaya

ユー・パタヤ

静かなゾムティエン・ビーチフロントにあるリゾート。44室ある客室は、プライベートプールを備えたヴィラを含む7タイプから選ぶことができます。フレンチビストロ「パピヨン」で食事した後はラフトップ・バー「ル・ヴェラ」で星空の下、乾杯を。

70/14 Moo 8, Soi Na-Chomtien 56/3, Sattahip, Chonburi
(+66) 3 304 6100
www.uhotelsresorts.com/upattaya
MAP P.108-C3

デザインも魅力の
リゾートホテル



まばゆい海岸線を眺めながら
カクテルタイム



Silver Lining Pattaya

シルバー・ライニング・パタヤ

レストラン「ザ・グラスハウス」の2号店としてオープンした一軒。和食とイタリアンを融合した独創的なメニューに定評があり、オープンしてすぐにパタヤの人気レストランとして定着しました。テラス席から望む絶景も支持される理由のひとつ。

Na Kluea 18, Na Kluea, Chonburi
(+66) 98 930 9800 11:00-26:00
www.facebook.com/silverliningbyglasshouse
MAP P.108-C2



パタヤの絶景を楽しむ
人気レストラン

HORIZON RESTAURANT & BAR

ホライズン・レストラン&バー

パタヤの5つ星ホテル「ヒルトン・パタヤ」の最上階、パタヤで最も高層にあるバーで、海岸線を望む絶景はここがベストです。オリジナルカクテルと音楽、パタヤ湾の絶景に身を委ねてみてはいかがですか? 個室では、プライベートパーティも可能です。

333/101 Moo 9, Nong Prue, Banglamung
(+66) 3 825 3000 17:00-25:00
www.pattayahilton.com
MAP P.108-C2

プライベートビーチで過ごす
極上の時間



Cape Dara Resort

ケープ・ダラ・リゾート

パタヤの中でも静かな北エリアに位置する5つ星ホテル。美しいパタヤ湾に面し、全室オーシャンビューであることはもちろん、美しいプライベートビーチもあり、のんびりとした時間を過ごすことができます。

256 dara beach, soi 20, Pattaya-Naklua Road
(+66) 3 893 3888
www.capedarapattaya.com
MAP P.108-C2

The Sanctuary of Truth

サンクチュアリー・オブ・トゥルース

海を望む高さ100メートルものランドマークは、ある大富豪の個人財産で建てられたもの。100万個ある木片は釘一本使わない伝統的手法により組み立てられ、タイや東洋の宗教をモチーフにした無数の手彫り彫刻で飾られています。

206/2 Moo 5, Soi Naklua 12, Naklua, Banglamung, Chonburi
(+66) 3 836 7229 8:00-18:00
www.sanctuaryoftruth.com
MAP P.108-C2



夢が溢れる壮大な建造物

Go to Ayutthaya!

足を伸ばして アユタヤへ!

access to Ayutthaya

バンコクのアランボン駅から
電車で1時間半。北バスターミ
ナルからバスで1時間半。タク
シーや現地ツアー利用も可能。

バンコクから北に76キロ、世界遺産の街として知られるアユタヤは、13世紀にアユタヤ王朝が栄華を極めた古都。点在する荘厳な寺院や宮殿、展示館は、当時の栄華を今に伝え、世界中から訪れる旅行者を魅了し続けています。バンコクから車や電車でアクセスしやすいため、バンコク旅行中に訪れることが可能です。

Ayutthaya Historical Park

世界遺産 アユタヤ歴史公園

アユタヤの島状の中心部に広がる歴史公園には、アユタヤ王朝の繁栄ぶりを偲ばせる、宮殿や寺院の遺跡が多く点在しています。ここにある仏教寺院の数はタイで最多。日没から21時までライトアップがされ幻想的な姿を魅せてくれます。

◎ Ayutthaya, Phra Nakhon Si Ayutthaya

① 遺跡によって異なる ⇒ MAP P.108-A2

アユタヤ王朝の
壮大な遺跡群は圧巻!



Japanese Village

日本人村跡

朱印船貿易に携わった最大2~3千人もの日本人が住んでいた日本人村の跡地。頭領・山田長政を中心に築き上げた日タイの友好関係を偲ぶことができます。歴史研究センター別館には徳川時代の親書も。

◎ Kamang, Phra Nakhon Si Ayutthaya

☎ (+66) 3 525 9867

① 8:00~17:00 ⇒ MAP P.108-B2

日タイ友好の歴史を
物語る居留跡



Access

バンコクのスワンナプーム国際空港ならびにドンムアン空港から飛行機で約1時間20分。バンコクのアランボン駅から鉄道で約12~15時間。バンコクの北バスターミナルから長距離バスで約9時間30分~11時間

CHIANG MAI

チェンマイ

北部最大の都市「チェンマイ」は、13世紀にランナー王国の首都として栄えた古都。

現在は、バンコクに次いでタイ第二の都市として多くの人々が暮らし、

世界中から旅行者が集まります。

約120もの寺院が点在する、タイ仏教信仰の中心地でもあるチェンマイは、

寺院巡りや旧市街地の散策が観光の定番。

最近ではおしゃれなショップやカフェも増え、旅の楽しみが広がっています。



ご利益を願って！ 開運スポットを巡ろう

古都チェンマイには開運祈願や厄払いに効くと言われる、格式の高い寺院が点在。寺院巡りをしてスピリチュアルなチェンマイを楽しみましょう。



Wat Phra That Doi Suthep

ワット・プラタート・ドイ・ステープ

山頂にそびえる
チェンマイ最強の
パワースポット

“チェンマイといえばドイ・ステープ”と言われるほど有名な寺院。高さ22メートルの仏塔は黄金に輝き、緻密な装飾も見事！蓮の花と線香を携えて周囲を3回歩き、祈りを捧げると願いが叶うと言われています。境内からはチェンマイの街を一望できます。

◎ Su Thep ☎ (+66)5 329 5002
◎ 8:00-18:00
➤ MAP P.103-A2



チェンマイを代表する、アクセスしやすい3寺院

数多くの寺院の中でも、観光の中心地、旧市街で押さえておきたい寺院といえば「ワット・ブラシン」「ワット・チェディルアン」「ワット・チェン・マン」。観光や食事、買い物と合わせて訪れることができるアクセスの良さも魅力です。

Wat Chedi Luang

ワット・チェディルアン

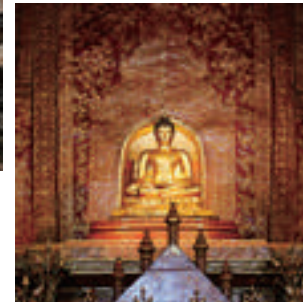


◎ 103 Pra Pokklao Road, Prasing
◎ 8:00-17:00 ➤ MAP P.105-D3



Wat Phra Singh

ワット・ブラシン



◎ Samlan Road, Prasing
◎ 8:00-17:00 ➤ MAP P.104-C3

Wat Chiang Man

ワット・チェン・マン



◎ Sri Phum
◎ 8:00-17:00 ➤ MAP P.105-D2

Wat Umong

ワット・ウモン

森の中の静かな
洞窟寺院で瞑想しよう

“Umong＝トンネル”の意味の通り、煉瓦造りのトンネルに複数の仏像が祀られた寺院で、瞑想寺院としても有名です。森に囲まれ、静かで神秘的な雰囲気魅力。トンネルの中の壁画跡にも注目です。

◎ Suthep Road
☎ (+66)5 381 1100
◎ 8:00-17:00 ➤ MAP P.103-A2



可愛いタイ雑貨を 見つけに行こう

色鮮やかな民族調のアイテムや、モダンにアレンジされたクラフト雑貨など、タイらしく可愛い雑貨はチェンマイにあり！ 乙女心をくすぐるアイテムに出会えるはず。

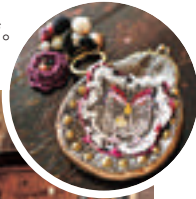
GINGER & KAFE

ジンジャー&カフェ

世界で人気のチェンマイ発 ブランド 旗艦店

カラフルでポップなデザインのキッチン雑貨やインテリアが人気のチェンマイ発ブランドショップと、美味しいタイ料理が楽しめるカフェ&レストランが一体となった複合施設。チェンマイのおしゃれスポットのひとつです。

◎ 199 Moon Muang Road
☎ (+66) 5 341 9011
🕒 9:00-23:00
🌐 thehousesthailand.com
➡ MAP P.105-E2



Made in
Chiang Mai!



Mengrai Kilns

メンライ・キルン

高級ホテル御用達の セラドン焼き

淡いグリーンが特徴的なタイの伝統陶器「セラドン」に、カラーバリエーションを加えたオリジナル商品を製作、販売する老舗セラドン店。国内高級ホテルやレストランでも愛用されるクオリティの高さも人気の秘密です。

◎ 79/2 Arak Road, Soi Samlarn 6
☎ (+66) 5 327 2063 🕒 8:00-17:00
🌐 www.mengraikilns.com
➡ MAP P.104-C4



Night Bazaar

ナイト・バザール

ストリートでナイトショッピングを楽しむ!

18時頃から賑わいを見せるのが、チャンクラン通りのナイト・バザール。地元の新進アーティストの工芸品や山岳少数民族の色鮮やかな雑貨など、チェンマイらしいアイテムがずらり。お土産選びにも最適です。



◎ Changkran Road ☎ (+66) 5 327 2063 🕒 18:00頃-23:00頃
➡ MAP P.105-E4

Sunday Market

サンデー・マーケット

掘り出し物が見つかる、地元で人気の日曜市



毎週日曜の昼過ぎから深夜まで、ラチャダムヌン通りはバラエティ豊かな露店で大賑わい。ターペー門から約1キロ続くこの歩行者天国は、地元ならではの日用品から食料品、お土産まで揃うショッピングパラダイスです。

◎ Rachadamnoen Road
🕒 16:00頃-24:00頃
➡ MAP P.105-D3



注目のShopping Area

Nimmanhemin

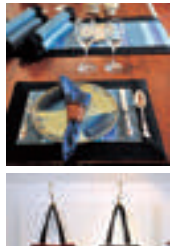
ニンマンヘーミン通り ➡ MAP P.104-A2



チェンマイでもっともおしゃれなストリート。約1キロにわたる表通りや路地におしゃれなブティックやカフェ、ギャラリーが並んでいます。

Charoen Rat Road

ピン川沿い ➡ MAP P.105-F3



旧市街の東側、ピン川沿いのチャレンラート通りには、新進アーティストのギャラリーやリバービューが楽しめるカフェが並んでいます。

人気もレベルも上昇中！ 地元で話題のレストランへ

自然派レストランや、タイ北部産コーヒー豆を自家焙煎するカフェなど、
チェンマイのレストランは、グルメレベル上昇中！ ご当地料理を堪能するのもお忘れなく。

Bangkok

Chiang Mai

Phuket

Samui

Others



Huen Phen

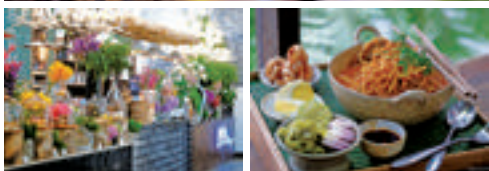
フアン・ベン

旧市街の老舗
タイ北部料理レストラン

旧市街に位置し、タイ北部の郷土料理が豊富に揃う一軒。店内には、工芸品が所せましと並び、異国情緒たっぷり。丸いお膳に並ぶ様々なおかずともち米を合わせて食べるご当地グルメ「カントーク」が人気です。

◎ 112 Ratchamanka Road, Phrasing
☎ (+66) 5 327 7103 ☎ 17:00-22:00

MAP P.104-C3



WOO CAFE, ART GALLERY & LIFESTYLE SHOP

ウー・カフェ・アートギャラリー&ライフスタイル・ショップ

チェンマイの最旬トレンドスポット

ピン川沿いに佇む、カフェとアートギャラリー、セレクトショップの複合店舗。タイのトレンドが集結したハイセンスな一軒です。美しいディスプレイが自慢のカフェでは、レベルの高いタイ料理が提供され、特にカオソイ（カレーヌードル）が絶品と評判です。

◎ 80 Charoenrat Road, Watgate ☎ (+66) 5 200 3717

◎ 10:00-22:00 ④ www.woochiangmai.com MAP P.105-F3



Akha Ama Coffee

アカ・アマ・コーヒー

オーナーの故郷でもあるアカ族の村から、フェアトレードで仕入れたコーヒー豆を使い丁寧に淹れる一杯に、タイ国内外からファンが集まる人気コーヒー店です。定番観光地、ワット・ブラシンの近くに位置しています。

◎ 175/1 Rachdhamnoen Road
☎ (+66) 86 915 860 ☎ 8:00-18:00

④ www.akhaama.com MAP P.104-C3



Pun Pun Wat Suan Dok

パン・パン・ワット・スアンドーク

お寺でいただくベジタリアン料理

寺院の境内に佇むベジタリアン料理店。自家農園やオーガニックファームから届く旬の野菜を使った料理が揃います。バナナの花のスパイスサラダや自家製ゴマ豆腐のステーキがおすすめ。日本語メニューもあり安心です。

◎ Wat Suan Dok, Suthep Road

☎ (+66) 84 365 6581 ☎ 8:00-16:00

④ www.punpunthailand.org MAP P.104-A3



The Giant Chiangmai

ザ・ジャイアント・チェンマイ

絶景を望む巨大なツリーハウスカフェ

チェンマイ郊外の熱帯雨林に囲まれたバンポク村にある巨大なツリーハウスのカフェ。雄大な山々を望む絶景が魅力です。エントランスから店内へ吊り橋で繋がっていて、スリル満点！ 中心街から車で1時間半ほど。

◎ Bann Pok Village, Huaykaew

☎ (+66) 86 776 2946 ☎ 8:30-17:00 ※月曜休み

④ www.thegiantthailand.com/

MAP P.103-B1

Coffee shop

Ristr8to

リストレット

オーストラリアでバリスタとしてキャリアを積んだオーナーによる自家焙煎コーヒー店。最初に抽出される15~20mlのストロングコーヒーをベースにした芳醇な一杯は、スキルの高いバリスタしか出せない味です。

◎ 15/3 Nimmanhemim Road
☎ (+66) 5 321 5278 ☎ 7:00-18:00

④ www.ristr8to-coffee-chiangmai.com MAP P.104-A2



Bar

FABB Cafe

ファブ・カフェ

店内で豆を焙煎した、チェンマイ最上級と称されるコーヒーが人気。パスタやデザートなどのフュージョンメニューもあり、チェンマイ市内から足を伸ばしても訪れる価値があります。

◎ Nandakwang Garden Mall, 91/11 Moo 5

☎ (+66) 5 332 92968 ☎ 8:00-20:00

④ www.facebook.com/fabbcoffeeoasters MAP P.103-A2



Nimman Hill

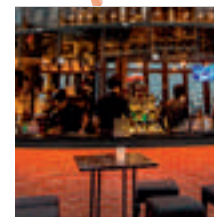
ニンマン・ヒル

「マヤ・ショッピング・センター」の最上階、チェンマイで最も熱いナイトスポットといえここ。チルアウトバーにラウンジ、ダンスクラブ、ライブハウスがあり、サンセットを見る絶景スポットでもあります。

◎ MAYA Shopping Center, 6th floor, 55 Moo 5, Huay Kaew Road, Chang Phuak

☎ (+66) 5 208 1555 ④ 店舗によって異なる

④ www.mayashoppingcenter.com MAP P.104-A1



人々の暮らしや自然に触れる 古都チェンマイのローカル体験

山岳地帯で暮らす象と触れ合ったり、料理教室でタイグルメを学んだり…。
チェンマイならではの、とおき体験を楽しみましょう。

Elephant Camp

エレファント・キャンプ

優しい眼差しに癒される！
アジア象と触れ合おう

自然に恵まれたチェンマイ郊外には、エレファント・キャンプが数か所あり、多くの象が生活しています。のびのび暮らす象の姿や、様々な芸を見せてくれるショーを見学したり、象の背中に乗るエレファント・ライドを楽しむことができます。



Maesa Elephant Camp

メーサー・エレファント・キャンプ

maesaelephantcamp.com

MAP P.103-A1

Maetaman Elephant Camp

メータマン・エレファント・キャンプ

maetaengelephantpark.com

MAP P.103-A1

Elephant Life Experience

エレファント・ライフ・エクスペリエンス

www.elelife.com

MAP P.103-A1



Poopopaper Park

プーポーペーパーパーク

意外な材料で紙を作る！？
エコ体験型施設

WWFの支援のもと、ローカルファームやコミュニティで出される動物の排泄物からチェンマイの名産品である紙を製造している施設。珍しい原材料から紙を作り出す工程を体験することができます。

87 Moo. 10 Maeram, Mae Rimd (+66) 5 329 9565 9:00~17:30

www.poopopaperpark.com MAP P.103-A1



Bo Sang Umbrella Village

ボーサーン・アンブレラ・ヴィレッジ

眺めるだけでも楽しい、カラフルな傘の村

チェンマイのサンカムベン郡にあるボーサーンは、タイ北部の伝統工芸である傘づくりで有名な村。自然素材を使用し、サイズやカラーも様々。その貴重な作業工程を見学することができます。

11/2 Moo 3 Bosang Village, Sankamphaeng (+66) 5 333 8324

8:30~17:00 handmade-umbrella.com MAP P.103-A1



Siripanna Cooking School

シリバンナ・クッキング・スクール

リゾートで学ぶ本格タイクッキング

ホテル「シリバンナ・リゾート」で開催される、本格的なタイのクッキングクラス。タイ料理のコツを知れるだけでなく、リゾート内の畑のツアーに参加し、タイのハーブや野菜についても学ぶことができます。

36 Rat Uthit Road, Wat Ket

(+66) 5 329 4656

www.siripanna.com MAP P.103-B2



Thai Farm Chiang Mai

タイ・ファーム・チェンマイ

調理を通して学ぶタイ食文化

「トリップアドバイザー」でチェンマイのベストクッキングスクールに選出された教室。ローカルの雰囲気の農園で、材料を選ぶところから始まり、近くのマーケットを見学し、料理することを通してタイの食文化を学ぶことができます。

38 Moonmuang Soi 9 (+66) 81 288 5989

www.thaifarmcooking.net

MAP P.105-D2



古都以叶える ラグジュアリーステイ

避暑地として心地よく過ごすことのできるチェンマイには、緑豊かな敷地に佇むラグジュアリーリゾートから、川沿いのブティックホテルなど、極上ステイを叶えるホテルが揃います。

137 Pillars House Chiang Mai

137 ピラーズ・ハウス・チェンマイ

チェンマイの歴史を物語る ストーリーのある一軒

125年前に建てられたチーク材の邸宅をベースにしたブティックホテルです。わずか30部屋の客室は全てがスイート。チェンマイらしい東洋の趣とブリティッシュコロニアルスタイルが見事に融合したエレガントな一軒です。

◎ 2 Soi 1, Nawatgate Road, Watgate
☎ (+66) 5 324 7788
🌐 137pillarschiangmai.com
📍 MAP P.105-F3



Anantara Chiang Mai Resort

アナンタラ・チェンマイ・リゾート

モダンと伝統が心地よく融合

静寂に包まれたラグジュアリーな一軒は、モダンなデザインの中に、伝統的なランナー様式要素が随所に散りばめられている美しいホテル。ピン川に臨むロケーションはリラックスしたい女性のための旅に最適です。

◎ 123-123/1 Charoen Prathet Road
☎ (+66) 5 325 3333
🌐 chiang-mai.anantara.jp
📍 MAP P.105-F4



akyra Manor Chiang Mai

アキラ・マノア・チェンマイ

トレンドエリアで スタイリッシュに滞在

ニンマンヘーミン通りから路地を入ったところに位置するブティックホテルです。個性的でスタイリッシュな高いデザイン性と快適さを兼ね備えているのが魅力。屋上のバーでは、変わりゆく空の色を眺めながらお酒を楽しむことができます。

◎ 22/2 Nimmana Haeminda Road Soi 9
☎ (+66) 5 321 6219
🌐 www.theakyr.com/chiang-mai
📍 MAP P.104-A2



Hotel des Artists, Ping Silhouette

ホテル・デ・アーティスト・ピン・シルエット

ピン川に佇むデザイナーズホテル

静かなピン川のほとりに建てられたブティックホテルです。中華様式の建物に黒、グレー、インディゴのカラーと中国のヴィンテージ木製家具や東洋のフラワープリントを取り入れた、独特の雰囲気魅力です。

◎ 181 Chareonraj Road, Wat Kate
☎ (+66) 5 324 9999
🌐 www.hotelartists.com/pingsilhouette
📍 MAP P.105-F2



チェンマイの ビューティスポットへ!

今でこそタイを代表するブランドに成長した有名スパもチェンマイが発祥の地だったり、ビューティーレベルの高いチェンマイ。穏やかな時間の流れる古都で、極上のスパ体験はいかがですか?

The Dheva Spa and Wellness Centre

ザ・デヴァ・スパ・アンド・ウェルネス・センター

広大な敷地で非日常のスパ体験

高級リゾート「ダラ・デヴィ」の一角に佇む、チェンマイで最もラグジュアリーなスパ。3100㎡の広さを誇り、古代アーユルヴェーダの思想に基づくトリートメントをはじめ、多彩なスパメニューを体験することができます。

◎ 51/4 Moo 1, Chiang Mai-Sankampaeng Road, Tasala

☎ (+66) 5 388 8888 ☎ 9:00~22:00

🌐 www.dharadhevi.com → MAP P.103-B2



Bangkok

Chiang Mai

Phuket

Samui

Others



◎ 1,14 Chareonraj Road, Wat Kate

☎ (+66) 5 324 7000

🌐 www.rarinjinda.com → MAP P.105-F3

Rarin Jinda Wellness Spa Resort

ラリンジンダ・ウェルネス・スパ・リゾート

100年以上の歴史を誇る 高級スパリゾート

ピン川沿いに建つ、チェンマイの高級ウェルネス・スパ・リゾート。その歴史は100年を超え、現在はエレガントで近代的な佇まい。医学療法から若返り、デトックストリートメントまで充実のスパメニューを提供しています。



Nail Salon

Coquette beauty nail salon

コケット・ビューティ・ネイル・サロン

技術とホスピタリティーに定評



チェンマイで人気のネイルサロン。丁寧なハンドトリートメントや、バリエーション豊富なデザインとネイルカラーが評価されている一軒です。

◎ 62 Sirimingkarajan Road, Suthep
☎ (+66) 89 191 9740 ☎ 10:00~20:00

🌐 www.facebook.com/CoquetteNailSpa

→ MAP P.104-A2

The Oasis Spa Lanna

ザ・オアシス・スパ・ランナー

伝統的屋敷のプライベートスパ

一歩足を踏み入れると、そこは都会の喧噪が嘘のような落ち着いたプライベート空間。スパ・パッケージを始めボディスクラブ、フェイシャルなど豊富なメニューを揃えるセレブ御用達スパです。日本語メニューも用意されているので安心です。

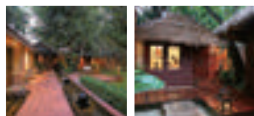
◎ 4 Samlan Road, Prasing

☎ (+66) 5 392 0111

☎ 10:00~22:00

🌐 www.oasisspa.net

→ MAP P.104-C3



PHUKET

プーケット

タイ最大の島「プーケット」は、白い砂浜とエメラルドグリーンの海が広がり

「アンダマン海の真珠」と称される、美しいビーチリゾートです。

早くからリゾート開発がされたこともあり、

今ではアジアを代表する一大リゾートとしての地位を確立。

個性豊かなビーチが並び、

ホテルやアクティビティも選択肢が多いのが特徴です。

Access

バンコクのスワンナプーム国際空港ならびにドンムアン空港から飛行機で約1時間20分。バンコクの南バスターミナルから長距離バスで約14時間。

Marine Activities

マリン・アクティビティ

青い海でとことん遊び尽くす!

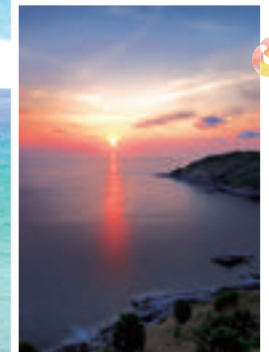
水中で熱帯魚と遊泳するシュノーケリングや、大勢で楽しめるバナナボート、のんびり海を散策できるシーカヤックなど、プーケットでは充実のマリン・アクティビティを楽しむことができます。

サーフィンも
できます!

穴場サーフポイントがたくさんあるプーケット。タイでサーフィンデビューしてみるのはいかがでしょうか?

プーケットのビーチを 思いっきり満喫!

プーケットには、個性豊かなビーチが点在!
お気に入りの場所でのんびり過ごしたり、
アクティブにマリンスポーツを楽しむのも常夏の楽園ならではの!
足を伸ばしてアイランドホッピングしてみるのもおすすめです。



Luxury Resorts

ラグジュアリー・リゾート

オンザビーチのホテルでのんびり過ごす

プーケットのビーチフロントには、名立たる高級リゾートホテルが並んでいます。静かなビーチでひたすらのんびりするの、リゾートステイの醍醐味です。



Island Hopping

アイランドホッピング

個性豊かな島々に出かけてみよう!

プーケット近郊には、ボートで訪れることのできる離島が数多くあります。日帰りツアーも多数用意されているので、気軽に訪れることができます。珊瑚礁に囲まれた美しい海を求めて出かけてみませんか?

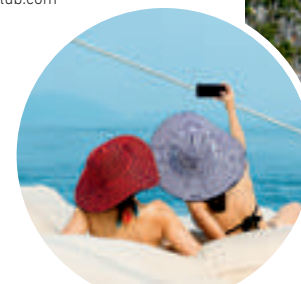
Hype Luxury Boat Club

ハイブ・ラグジュアリー・ボートクラブ

仲間を楽しむ プライベート船上パーティ

現在プーケットで最もホットなアクティビティといえば、仲間でヨットをチャーターし、船上DJによる音楽で盛り上がるクルーズ。世界一とも言われるアンダマン海の美しい夕焼けでフィナーレを迎えます。

☎ (+66) 7 638 5141
🌐 hypeboatclub.com



にぎやかな街やモールで ショッピングを楽しむ!

ノスタルジックなブーケットタウンや、品揃えの充実した大型ショッピングモールでショッピングも楽しめるブーケット。伝統工芸品などのご当地アイテムもチェック!



Phuket Town

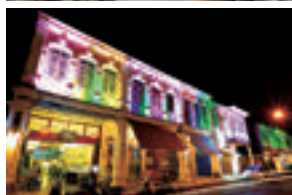
ブーケット・タウン

華やかなブーケットの中心地

中国とインドの貿易の拠点として栄えた時代に、移民の交わりによって育まれた独自の文化が残る街。シンボルトガル様式の建物には、おしゃれなカフェやショップが軒を連ね、華やかなムードを楽しむことができます。

◎ Thalang Road, Phuket Town

MAP P.106-B3



大型スーパーも
入ってます!



ビューティースポットで
お肌のケアもできます!

Jungceylon

ジャンセイロン

何でも揃う 巨大ショッピングモール

パトンビーチのすぐ近くに位置し、ブーケット随一の賑わいを見せる巨大ショッピングモールです。約20万㎡の敷地を誇り、5つの区画に、200以上の店舗を有しています。

◎ 181 Rat-u-thit 200 Pee Road, Patong

☎ (+66)7 660 0111 ☎ 11:00~23:00 🌐 www.jungceylon.com MAP P.106-A3



ブーケットの 名産品を CHECK!

ピューター (すず製品)

ブーケットはすず製品の産地として知られており、アクセサリーから小物入れ、食器までさまざまなすず製品が作られています。



パティック

パティックは、綿の生地独自の絵柄を描く、ろうけつ染め。ブーケットでは、パティックのパレオやリゾートウェアが豊富に揃っています。



スパor文化体験？ 「半日あったらできること」はコレ！

ひたすらのんびり過ごすリゾートステイもいいけれど、空き時間を利用して、
自分磨きや学びの時間を作るのはいかがでしょうか？



COMO Shambhala Retreat

コモ・シャンバラ・リトリート

海を眺めながら至福のスパ体験！

高級リゾート「コモ・ポイント ヤム・ブーケット」内にあるスパ。「コモ・シャンバラ」ブランドのスパは健康と精神のバランスを改善するホリスティックなトリートメントが高く評価されています。海を見渡す絶景も、特別な体験を約束してくれます。

◎ 225 Moo 7, Paklok, Talang ☎ (+66) 7 636 0133
 ◎ 6:00-21:00 🌐 www.comohotels.com/pointyamu/wellness ➡ MAP P.106-C2



Oasis Turquoise Cove Spa

オアシス・ターコイズ・コーヴ・スパ

コスパ◎の人気スパに行く！

古代からのアーユルヴェーダの知恵を基とし、自然素材を使用したスパトリートメントを提供するスパ。内装はアジア建築をモチーフにし、海をイメージした色で統一されています。

◎ 71/10 Moo 5 Soi FantaSea, Kamala 10, Kamala Beach, Kathu
 ☎ (+66) 7 633 7755 ◎ 10:00-22:00
 🌐 www.oasispa.net ➡ MAP P.106-A2



Peranakan Phuket Museum

プラナカン・ブーケット・ミュージアム

華やかなプラナカン文化を体験する！

中国とインドの貿易の拠点として栄えた時代に広がった「プラナカン文化」について学べるミュージアム。まるで時代にタイムスリップしたかのような展示や、プラナカン衣装を身にまどって撮影できるスタジオも用意されています。

◎ 124/1 Moo 1, Sri Soonthorn, Talang ☎ (+66) 7 631 3556 ◎ 9:00-18:00
 🌐 www.facebook.com/peranakanphuketmuseum ➡ MAP P.106-B2



Oasis ed

オアシス・エド

リゾートでゆるりとお稽古する

ラワイビーチの、のんびりした雰囲気の中、幅広い分野を楽しむ学べるカルチャーセンター。水彩画、クッキング、写真、ヨガ、瞑想など自宅に戻ってからでも続けられるコースが人気です。

◎ 86/72 Soi Sai Yuan 9, Rawai
 ☎ (+66) 84 946 2171 ◎ 参加コースによる
 🌐 www.oasisedphuket.com ➡ MAP P.106-B4



Blue Elephant Cooking School

ブルー・エレファント・クッキングスクール

豪華なお屋敷で本格タイクッキング

世界有数のタイレストランチェーンが主宰するクッキングスクールのブーケット校。歴史あるシノボルトガル様式の屋敷で、レストラン創設者のマダム・ステップのレシピや味の秘密を教わるすることができます。

◎ 96 Karabi Road, Talad Neva
 ☎ (+66) 7 635 4355 ◎ 参加コースによる
 🌐 blueelephantcookingsschool.com/phuket ➡ MAP P.106-B3



新鮮シーフードが 美味しいレストラン!

海に囲まれたプーケットは、なんと言ってもシーフードが新鮮!
ブリブリのエビや魚、地元特産のプーケット・ロブスターなどを思う存分、味わうことができます!

Seafood at Trisara

シーフード・アット・トリサラ

高級リゾートでローカル直伝の家庭料理を

プーケット屈指の高級リゾート「トリサラ」のメインダイニングでは、シェフや、スタッフの母親直伝の料理の数々を“ローカルマメレシビ”と名付け、レストランの一押しメニューとして紹介。獲れたてのシーフードが並ぶスタンドからお好みの食材を選んでオーダーすることができます。

◎ 60/1 Moo 6, Srisoonthorn Road, Chernohtalay, Thalang
☎ (+66) 7 631 0100 🕒 18:00-22:30
🌐 www.trisara.com ➡ MAP P.106-A1



Kan Eang @ Pier

カン・エン・アット・ピア

星空の下で新鮮な魚を リーズナブルに堪能

美しいアングマン海を眺めながら、新鮮かつリーズナブルなシーフード料理を堪能することができます。タイ伝統料理の他、寿司、サンドイッチなど幅広いメニューも人気です。夜は栈橋がライトアップされて、より一層ロマンチックな雰囲気に。

◎ 44/1 Viset Road, Moo 5, Rawai
☎ (+66) 81 691 0154
🕒 10:30-23:00
🌐 www.kaneang-pier.com
➡ MAP P.106-B4



Baan Rim Pa Patong

バーン・リム・パ・パトング

断崖に建つタイ宮廷料理レストラン

崖の中腹に位置する老舗タイ宮廷料理レストラン。パトング湾のパノラマビューを眺めながら、波の音とピアノの生演奏に耳を傾けて。チーク材を用いた建物は重厚感のある落ち着いた雰囲気。ワインメニューも充実しています。

◎ 223 Prabaramee Road, Patong Beach ☎ (+66) 7 634 0789
🕒 12:00-23:00 🌐 www.baanrimpa.com ➡ MAP P.106-A3



Tu-Kab-Khao

トゥ・カブ・カーオ

人気急上昇の プーケット最旬レストラン

プーケットのグルメシーンに仲間入りするや否や人気レストランになった一軒。シノボルトガル様式にインスパイアされた、コロナ調の豪華な内装と、オーナー家族に代々伝わるタイ南部の家庭料理が魅力です。

◎ 8 Phangnga Road, Talat Nuea
☎ (+66) 7 660 8888 🕒 11:00-24:00
🌐 www.facebook.com/tukabkhaio
➡ MAP P.106-B3



ご褒美旅にぴったりの 憧れホテル

ホテルステイ自体を旅の目的にした“ご褒美旅”をブーケットで叶えるのはいかがでしょうか？
日常から離れて、心ゆくまで癒されましょう。

Bangkok

Chiang Mai

Phuket

Samui

Others



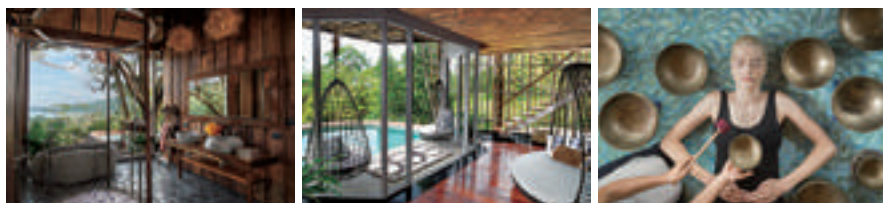
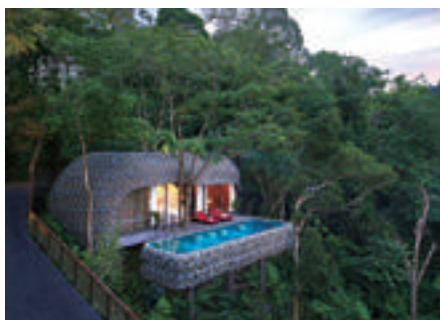
Keemala

キーマラ

熱帯雨林に潜むワンダーランド

カマラ村とアンダマン海を見下ろす丘陵にあるウェルネスリゾート。豊かな熱帯雨林に囲まれたルームタイプはテントプールヴィラにツリープールハウス、バーズ・ネストプールヴィラとユニーク。「マラ・スパ」では伝統的なヒーリングとホリスティックな手法を取り入れたメニューを提供しています。

© 10/88 Moo 6, Nakasud Rd., Kamala, Kathu
☎ (+66) 7 635 8777 🌐 www.keemala.com ➡ MAP P.106-A2



Como Point Yamu, Phuket

コモ・ポイント ヤム・ブーケット

アンダマン海を望む楽園

数々の賞に輝くイタリア人デザイナーのパオラ・ナヴォーネが手がけたリゾート。ブーケットの海の色にインスパイアされたブルーを基調にしたハイセンスなデザインが話題です。静かな東海岸に位置し、客室やインフィニティプールからは、美しいアンダマン海を望めます。

© 225 Moo 7, Paklok, Talang ☎ (+66) 7 636 0100
🌐 www.comohotels.com/poointyamu ➡ MAP P.106-C2



Go to Khaolak!

足を伸ばして カオラックへ!

access to Khaolak

プーケット国際空港から車で約1時間20分。プーケットタウン長距離バスターミナルから約2時間。

プーケット国際空港から車で約1時間20分のカオラックは、ダイバーの憧れの地であるシミラン諸島やスリン諸島への玄関口として知られています。カオラックのリゾートに滞在すれば、デイトリップでこれらのダイブスポットを訪れることが可能です。



ジンベエザメなど
大物との遭遇率が高い



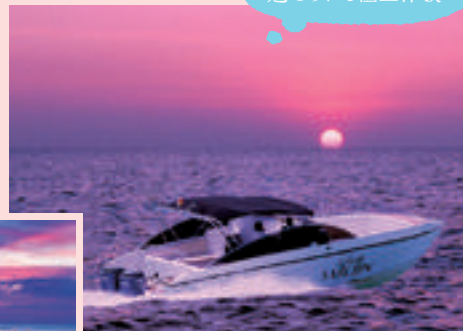
Activity 2 Cruising

クルージング

落ち着いた雰囲気、静かなリゾート地、カオラックでは、大人のアクティビティを楽しんでみるのもおすすめ。リゾートホテルが主催しているボートクルーズで、極上サンセットを楽しむ優雅な時間を過ごしてみるのはいかがですか。

◎ The Sarojin, 60, Moo 2, Kukkak, Takuapa, Phang Nga
☎ (+66) 7 642 7900
🌐 www.sarojin.com
➡ MAP P107-A4

アンダマン海に
魅せられる極上体験



Activity 1 Diving

ダイビング

カオラック周辺には、ジンベエザメやマンタなどの「大物」に遭遇する確率が高い、世界中のダイバーが憧れるダイビングポイントが多数。カオラックには日本人インストラクターが常駐するダイブショップもあり安心です。



サムイ

島のほとんどがココナッツで覆われていることから「ココナッツ・アイランド」の異名を持つ島「サムイ」。

静かな漁村だったサムイも、今では名立たる高級ホテルが進出し、

プーケットと人気を分かちビーチリゾートに発展。

華やかなプーケットとは趣が異なり、

自然がそのままに残されている長閑な雰囲気が、多くの旅行者を魅了しています。

Access

バンコクのスワンナプーム国際空港から飛行機で約1時間。その他に、沿岸の地、スラターニーまでLCC各社や、長距離鉄道や長距離バスを利用してアクセスし、フェリーでサムイに渡る方法もあります。



サムイの海で、 とことん遊ぶ!

豊かな自然に恵まれたリゾートアイランド、サムイ。
青く美しい海で、自然のダイナミズムを体感しましょう!



Beaches in Samui

サムイのビーチ

美しいビーチで楽しむリゾートライフ

島のほとんどがココナツの木で覆われていることから、別名「ココナツ・アイランド」と呼ばれるサムイ。自然景観を損なわない開発のおかげで、豊かな自然がそのままの姿で残り、島に点在するビーチの美しい景観が魅力です。



ダイビング天国、 サムイ

ほぼ一年中ダイビングが楽しめるサムイ。初心者にはサムイやタオ島近郊の穏やかな海でのんびり水中遊泳、上級者は外洋のスーパーポイントで大物を狙ってみてはいかがでしょうか?

Koh Nangyuan

ナンユアン島

島全体が一つのリゾート

タオ島の西500メートルほどに浮かぶ、サンゴ礁の島。3つの小さな島をサンゴの細かい粒でできた白砂の道がつなぎます。海と砂浜以外は何もない美しい島で、シュノーケリングやダイビングを楽しむことができます。

タオ島からボートで
約20分!



サムイから船で
約2時間!

Koh Tao

タオ島

ダイバー憧れの リゾートアイランド

ダイバーの間では、ジンベエザメに会える島として有名で、タイ有数のダイビングサイトとして知られています。島内で最も賑やかな「サイリー・ビーチ」は、レストランやバーが軒を連ね、美しいサンセットを望むことができます。

Koh Phangan

ハンガン島

フルムーンパーティーで 有名な島へ

サムイの北に位置する、サムイ群島の中では2番目に大きな島。大小のビーチが数多くあり、波が穏やかなので、シュノーケリングやシーカヤックを楽しむのに最適です。満月の夜に開かれるフルムーンパーティーが人気。

サムイから船で
約30分~45分!



癒しの島サムイの 実力派スパリゾート

高級リゾートのスパや、ホリスティックなアプローチで
心身を整えるディスティネーション・スパなど、サムイはまさにスパ天国!

Banyan Tree Spa

バンヤンツリー・スパ

世界的ブランドの ラグジュアリースパ

長年、世界中でトップスパに名を連ねてきた「バンヤンツリー・スパ」。サムイでは、スパ施設に加え、島で唯一のハイドロセラピー施設「ザ・レインフォレスト」を完備し、ホリスティックで革新的なウェルネス体験を提供しています。

◎ 99/9 Moo 4, Maret, Lamai Beach
☎ (+66) 7 791 5333
🌐 www.banyantree.com/ja/ap-thailand-koh-samui
➡ MAP P.107-C2



Six Senses Spa

シックス センシズ スパ

唯一無二のプログラムを 開発する高級スパ

自然派高級リゾート「シックス センシズ」のスパ。古代思想と革新的手法を融合し、ホットストーンマッサージやサウンドセラピー、血液型別のボディトリートメントなど独自のスパプログラムを開発しています。

◎ 9/10 Moo 5, Baan Plai Laem, Bophut
☎ (+66) 7 724 5678
🌐 jp.sixsenses.com/resorts/samui/pa
➡ MAP P.107-C1



Kamalaya Koh Samui

カマラヤ・コ サムイ

ホリスティックなウェルネス・リゾート

僧侶が長く瞑想に使用してきた洞窟をメディテーションエリアに利用したりと、スピリチュアルなプログラムが魅力。デトックスや運動、睡眠など、様々なアプローチで個別のリトリートを提供します。

◎ 102/9 Moo 3, Laem Set Road, Na-Muang
☎ (+66) 7 742 9800
🌐 www.kamalaya.com
➡ MAP P.107-B3



Absolute SANCTUARY

アブソルート・サンクチュアリ

モロッコ風リゾートでデトックス&ヨガ

豊かな緑に黄色の佇まいが映えるモロッコ風リゾートは、デトックス&ヨガを通して真の健康を目指すウェルネス・リゾート。プロにより計算され尽くした滞在プログラムと食事で、心身のバランスを整えています。

◎ 88 Moo 5, Bophut
☎ (+66) 7 760 1190
🌐 www.absolutesanctuary.com ➡ MAP P.107-C1

Tamarind Springs Forest Spa

タマリンド・スプリングス・フォレスト・スパ

巨大花崗岩と緑に囲まれた 癒しの自然派スパ

ハーバルスチームの洞窟サウナや岩のプールなど、自然を活かしたトリートメントを特徴とするデイスパ。景観に溶け込む開放的なヴィラには露天風呂も。併設するレストランでは、滋味豊かな料理を楽しめます。

◎ 205/7 Thong Takian
☎ (+66) 80 569 6654
🕒 10:00~20:00
🌐 www.tamarindsprings.com/jp
➡ MAP P.107-C2



女子旅で行きたい、サムイの注目スポット

ビーチや海で思いきり楽しんだ後は、女子旅にぴったりの注目スポットに出かけてみるのはいかがでしょう？



ノスタルジックな町

Bo Phut Beach

ボフット・ビーチ

かつての漁村を再開発したおしゃれなエリア

サムイの北側に位置する個性的なビーチ・エリア。かつては静かな漁村でしたが、今では古い建物をリノベーションしたレストランやバーが並びます。フィッシャーメンズ・ビレッジ「ワーフ」には、おしゃれな店舗も数多く軒を連ね、食事や買い物を楽しむことができます。

◎ 99/1 Village No.1, Bophut
☎ (+66) 7 742 5499
🕒 11:00~23:00
🌐 www.thewharfsamui.com
➡ MAP P.107-B1



絶景を満喫!!



Dining on the Rocks

ダイニング・オン・ザ・ロックス

崖の上に建つ絶景レストラン

自然派高級リゾート「シックス センシズ」内にあり、その名の通り岩山の上に位置するレストラン。タイ湾を見渡す270度のパノラミックビューは圧巻。特にロマンティックなのが夕暮れ時。特別な夜の演出にはスペシャルメニューとベストビューの99番テーブルを狙ってみては。

◎ 9/10 Moo 5, Baan Plai Laem, Bophut
☎ (+66) 7 724 5678 🕒 18:00~深夜
🌐 jp.sixsenses.com/resorts/samui/dining
➡ MAP P.107-C1



観光名所!!

The Big Buddha

ビッグ・ブッダ寺院

微笑みを浮かべる巨大な黄金の仏

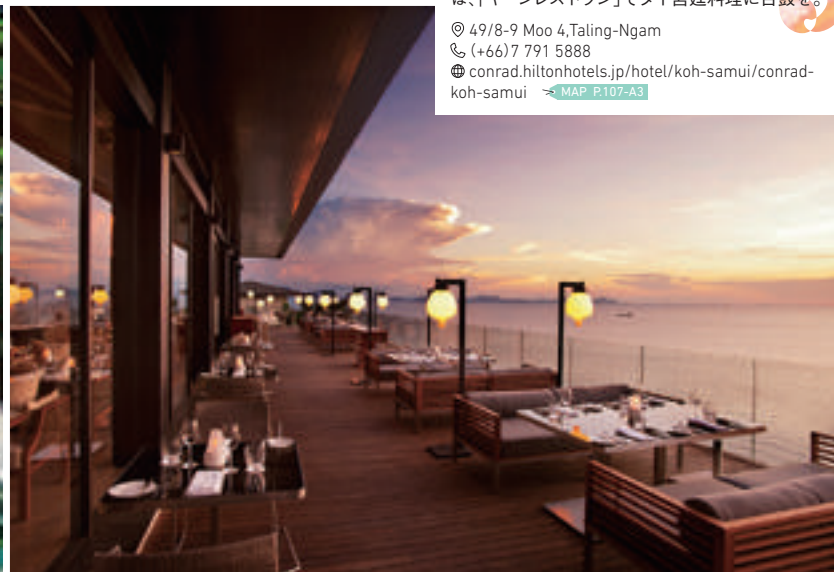
サムイと陸続きの小さな島、ファン島に位置するサムイ有数の観光名所。寺院には、黄金に輝く12メートルの巨大なビッグ・ブッダが祀られています。その顔には優しい微笑み。階段を上がるとパンガン島まで見渡せるほどの絶景が待っています。

◎ Bophut ➡ MAP P.107-C1



心もカラダも癒される サムイのラグジュアリーホテル

世界の名立たる高級ホテルがビーチ沿いに点在する、サムイ。
抜群のロケーションが魅力のリゾートホテルで、ラグジュアリーステイを満喫しましょう!



Conrad Koh Samui

コンラッド・コサムイ

青い海に囲まれた西南端の高級リゾート

サムイ島西南端の隠れ家的高级リゾート。1ベッドルームから3ベッドルームまで選べるモダンなヴィラはそれぞれプライベートプール付き。「アウラ・ラウンジ」で夕日を見ながら冷たいドリンクをいただいた後は、「ヤーンレストラン」でタイ宮廷料理に舌鼓を。

◎ 49/8-9 Moo 4, Taling-Ngam
☎ (+66) 7 791 5888
🌐 conrad.hiltonhotels.jp/hotel/koh-samui/conrad-koh-samui
📍 MAP P.107-A3

Bangkok

Chiang Mai

Phuket

Samui

Others

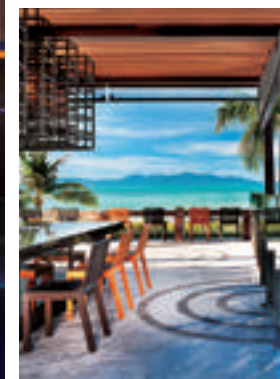
W Retreat Koh Samui

W リトリート・コサムイ

豊かな自然に際立つ、デザインホテル

「W」ブランドらしいハイエンドなサービスはサムイでも健在。74部屋のプール付きヴィラはプライバシーが確保され、非日常的な時間と空間を思う存分楽しむことができます。サムイの自然に映える、シックでスタイリッシュなデザインも魅力。

◎ 4/1 Moo 1, Maenam
☎ (+66) 7 791 5999 🌐 www.wretreatkohsamui.com
📍 MAP P.107-B1





今、注目の旅先へ!

多彩な見どころに溢れるタイでは、定番の旅先に加えて、訪れてみたい場所が沢山。
そこで、話題の旅先を一挙ご紹介!

1

ランナー文化が残る
タイ最北の古都

チェンライ
Chiang Rai



p.86

p.88



2

熱帯ジャングルに囲まれた
人気避暑地

カオヤイ
Khao Yai

p.90

3

タイ王室ゆかりの
ロイヤルリゾート

ホアヒン
Hua Hin



p.92



4

大自然に抱かれた
秋境のビーチリゾート

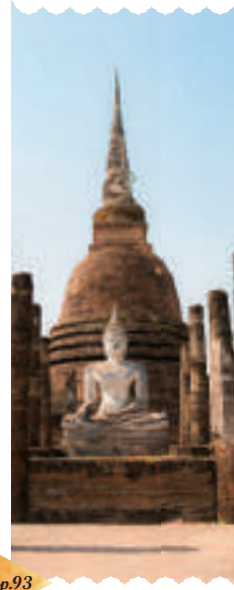
クラビ
Krabi

p.93

5

荘厳な遺跡が並ぶ
世界遺産の街

スコータイ
Sukhothai



Wat Rong Khun

ワット・ロンクン(白い寺)

純白に輝く美しい寺院

チェンライ出身の新進気鋭の若手デザイナー、チャルムチャイ・コーシッピパット氏が私設した純白の寺院。タイの寺院の中でも一、二を争うほど個性的な外観は必見。仏教や神話をモチーフにしたデザインが特徴的です。

◎ Pa O Don Chai Road
◎ 6:30~18:00 → MAP P.103-B3

Baan Dam

バーン・ダム(黒い家)

独特の世界観を放つ 40棟の「黒い家」

チェンライ出身の芸術家、タウン・タッチャニー氏が手がけたミュージアム。タイ語で「黒い家」の意味の通り、黒で統一されたランナー建築が並び、館内にはタッチャニー氏のコレクションが展示されています。

◎ 414 Moo 13 Nanglae ☎ (+66) 5 370 5834 → MAP P.103-B3



Wat Phra Kaeo

ワット・ブラ・ケオ(エメラルド寺院)

チェンライを代表する格式高い寺院

ランナー建築様式の美しい寺院。現在、バンコクのワット・ブラ・ケオに安置されている「エメラルド仏」は、約580年前にこの寺院で発見されました。現在は、信者の寄進によって新しいエメラルド仏が安置されています。

◎ Trairat Road ◎ 8:00~17:00 → MAP P.103-B3



チェンライ

Chiang Rai

タイ最北の街で 芸術的な 観光スポットを巡ろう

タイ最北の街、チェンライは、ランナー王朝最初の都であったことから、現在でもランナー文化が色濃く残る長閑な古都。近年は、地元出身のアーティストが建てた芸術的なスポットにも注目が集まり、多くの観光客が集まる人気観光地となりました。のんびり自転車で散策するのが人気です。



◆ チェンライまでのアクセス ◆
スワンナプーム国際空港ならびに
ドンムアン空港から飛行機で
約1時間20分。
チェンマイ第1バスターミナルから
バスで約3時間20分。



Chivit Thamma Da

チヴィット・タマダ

一軒家カフェでコーヒータイムを!

川の畔に佇む白い小さな一軒家は、自家焙煎のコーヒーと手づくりケーキが自慢のカフェ。都会の生活からスローライフを選んだオーナーの、こだわりが詰まった可愛いお店です。

◎ 179 Moo 2, Rim Kok
☎ (+66) 81 984 2925 ◎ 8:00~21:00
🌐 www.chivitthammada.com → MAP P.103-B3

Wat Rong Suea Ten

ワット・ロンスアテン(青い寺)

鮮やかなブルーの寺院に 魅了される

通称「ブルーテンプル」と呼ばれる「ワット・ロンスアテン」は、その名の通り、外観も内部も瑠璃色で統一された寺院。本堂には、純白の仏が安置されていて、美しいコントラストを醸し出しています。

◎ 306 Moo, Rim Kok → MAP P.103-B3



Singha Park

シンハーパーク

エコツーリズムを楽しむ施設

タイを代表するビール会社「シンハー」が運営するテーマパーク。広大な敷地に花々が咲き誇り、動物園やレストラン、グランピング施設が点在。樽生のシンハービールを味わうことができるのも醍醐味です。

◎ 99 Moo 1, Mae Korn
☎ (+66) 61 387 7592 ◎ 9:00~18:00
🌐 singhapark.com → MAP P.103-B3



カオヤイ

Khao Yai

注目の高原リゾートで エコツーリズムを 満喫しよう

バンコクから205キロの場所にある世界自然遺産「カオヤイ国立公園」の周辺、カオヤイ地区は、バンコクから車でアクセスできる人気の高原リゾート。タイの人々の間では、避暑地としても人気です。国立公園内でのトレッキングやバードウォッチングなど、エコツーリズムを楽しむことができます。



◆ カオヤイまでのアクセス ◆
バンコクから長距離バスに乗り、パクチョン郡で下車し、ローカルバスに乗り換え。現地ツアーやタクシーチャーターを利用するのも可能。

Trekking トレッキング

Khao Yai National Park

カオヤイ国立公園

野生動植物の生息する原生林を歩こう

カオヤイ地区で外せないのが、世界自然遺産に登録されている「カオヤイ国立公園」。公園内には12ものトレッキングコースが整備され、レベルやコンディションに合わせて選ぶことができます。

☎ (+66) 86 092 6529

🌐 www.thainationalparks.com/khao-yai-national-park ➡ MAP P.108-B1



Winery

カオヤイで味わう話題の新緯度帯ワイン ワイナリー

近年タイ産のワインが新緯度帯ワインとして注目されています。

高原地帯のカオヤイにはPBバレーとグランモンテの2つのワイナリーがあり、ぶどう畑と醸造所見学、テイastingがセットになったツアーが人気です。



PB Valley

PBバレー

☎ 102 Moo 5, Phaya Yen, Pakchong

☎ (+66) 81 733 8783 ☎ 9:00~20:00

🌐 www.khaoyaiwinery.com/ ➡ MAP P.108-A1

Granmonte Asoke Valley

グランモンテ・アソーク・バレー

☎ 52 Moo 9, Phaya Yen, Pakchong

☎ (+66) 4 400 9543 ☎ 8:00~20:00

🌐 www.granmonte.com/ ➡ MAP P.108-A1

Hotel ホテル

Spa スパ

Maya Spa

マヤ・スパ

ゴルフファーに嬉しい
専用スパメニュー

豊かな緑と快適な気候、美しい景観に恵まれたラグジュアリーリゾート「キリマヤ ゴルフリゾート & スパ」内のスパ。ゴルフコースを所有するホテルだけに、スパでもゴルフ専用メニューが用意されています。

☎ 1/3 Moo 6 Thanarat Road, Moo-Si, Pakchong

☎ (+66) 4 442 6000

☎ 10:00~20:00(日-木) 10:00~22:00(金土)

🌐 www.kirimaya.com ➡ MAP P.108-B1



Tuscan Senses Spa

トスカナ・センシズ・スパ

避暑地で叶える
自然派トリートメント

イタリア・トスカナ地方の街並をイメージして作ったリゾート「トスカナ・ヴァレー」内のスパ。使用するプロダクトはオーガニック素材を配合。赤ワインとグレープシードを使用したシングルハーブトリートメントがおすすめです。

☎ Toscana Valley, Pong Ta Long, Pakchong

☎ (+66) 91 069 0366

☎ 10:00~20:00(日-木) 10:00~22:00(金土)

🌐 www.toscanavalley.com ➡ MAP P.108-C1



Botanica Khao Yai

ボタニカ・カオヤイ

自然と調和する
スタイリッシュな一軒

長年バンコクで暮らす人々の週末ステイ先として愛されてきたリゾート「ザ・グリーンアリー」を拡張しオープンした「ボタニカ・カオヤイ」。広々とした部屋の大きな窓からカオヤイの豊かな熱帯雨林を望めます。

☎ 666 Thanarat Road, Moo See, Pakchong

☎ (+66) 4 400 1111

🌐 www.botanickhaoyai.com ➡ MAP P.108-B1



Escape Khao Yai

エスケープ・カオヤイ

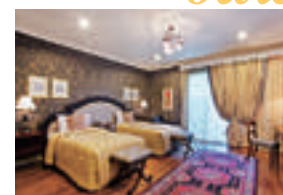
自然のダイナミズムを
思いきり体感

「ウィークエンドホーム」というコンセプトの元、「地・木・花」という自然の要素をテーマにした部屋を用意。雄大な自然を間近で体感できるリゾートです。

☎ 329 Pansuk-Kudkha Road, Phayayen, Pakchong

☎ (+66) 6 3196 4999

🌐 escape-hotel.com/khaoyai ➡ MAP P.108-B1



D Varee Charnvee Khao Yai

Dヴァリー・チャーンヴェー・カオヤイ

優美なリゾートで贅沢な休日

ヨーロッパの美しいカントリーサイドに佇むお屋敷を彷彿させるリゾートホテル。敷地内には18ホールのゴルフコースを有し、豊かな自然の中、思いきりプレイを楽しむことができます。

☎ 333/2 Moo, 12 Khanongphra, Pakchong

☎ (+66) 4 475 6210

🌐 www.charnveeresortkhaoyai.com ➡ MAP P.108-B1

Bangkok

Chiang Mai

Phuket

Samui

Others

ホアヒン

Hua Hin

タイ王室の保養リゾートで 優雅なバカンスを!

王室の保養地として古くから知られるビーチリゾート。エンジン音のするマリンスポーツが禁止され、穏やかで気品漂うビーチでの、美しい白砂を駆け抜ける「乗馬体験」が名物。山岳部へ行けば国立公園が広がりトレッキングやゴルフなどのアクティビティも楽しめます。



●ホアヒンまでのアクセス●
バンコクのアランポーン駅から電車で約3時間半。
バンコク南バスターミナルとスワンナプーム国際空港からバスで約4時間半。



Hua Hin Night Market

ホアヒン・ナイトマーケット

新鮮シーフードをリーズナブルに食べるなら!

ホアヒンの中心にあるナイトマーケット。通りには100メートル以上に渡って屋台がずらり。新鮮なシーフードを手軽に食べ歩かことができます。マッサージ店やお土産にもびっぴりな雑貨が並ぶ店舗もあります。

◎ 1 Soi Sa Song, 72 Hua Hin Road
☎ (+66) 3 253 6987 ☉ 18:00-23:00

➡ MAP P.108-B3

Bangkok

Chang Mai

Phuket

Samui

Others



Kite Surf

カイト・サーフ

ホアヒン・ビーチでアクティブに遊ぶ

水上を爽快に走るカイト・サーフはスリル満点。旅行スケジュールに合わせて、インストラクターによるレッスンを受けることが可能。運動の後は冷たいカクテル片手にビーチでリラックスして。

☎ (+66) 3 251 3039
🌐 www.surfspotthailand.com

MONSOON VALLEY VINEYARD

モンsoon・バレー・ヴィンヤード

アジア最大級のワイナリーで象と散歩

タイのワイン界を牽引するサイアム・ワイナリー社最大のワイナリー。数々の受賞歴を誇り世界中で愛されるワインは、アジア料理との調和が秀逸。敷地内には広大な田園を望むレストランや、象乗り体験のアクティビティも。

◎ 1 Moo 9, Baan Khork Chang Patana, Nong Pulp
☎ (+66) 81 701 0222
☉ 9:00-18:30 (11月-3月は20:00まで)
🌐 www.monsoonvalley.com ➡ MAP P.108-A3



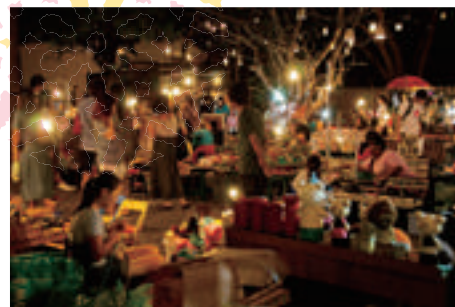
Chiva-Som

チバソム

世界有数のデスティネーション・スパ

広大なトロピカルガーデンに囲まれたラグジュアリーなデスティネーション・スパは、まさに「安寧の隠れ家」。専門家によるカウンセリングで、ゲスト一人ひとりの目的に合わせたオリジナルの滞在プログラムを提供します。

◎ 73/4 Petchkasem Road ☎ (+66) 3 253 6536
🌐 www.chivasom.com ➡ MAP P.108-B3



Cicada Market

シカダ・マーケット

週末限定ナイトマーケットでアートを感じる

週末の夜に現れる、現代アートの屋外マーケットです。地元アーティストによるハイセンスな作品が展示販売され、パフォーマンスやワークショップも開催。食のゾーンでは質の高い多国籍料理も味わえます。

◎ 83/159 Soi, Nong Kae
☎ (+66) 3 253 6606
☉ 16:00-23:00 (金土) 16:00-22:00 (日)
🌐 www.cicadamarket.com
➡ MAP P.108-B3

Plearn Wan

プラーン・ワン

ノスタルジックなタイを感じる商業施設

タイの古き良き時代を彷彿させる商業施設には、コーヒー店やバー、雑貨屋など約40の店舗が揃っています。伝統的な味を楽しめる屋台も多数。宿泊施設も備え、滞在を通してノスタルジックなタイを体験できます。

◎ 4/90-95 Soi Moo Ban Bor Fai
☎ (+66) 3 252 0311 ☉ 9:00-21:00
🌐 www.plearnwan.com ➡ MAP P.108-B3



Krabi 豊かな自然を 思いきり楽しもう

熱帯ジャングルと石灰岩の岩山に囲まれた、秘境感の残るビーチリゾート。複雑に入り組んだ地形のため、陸路でアクセスできるビーチがほとんどなく、ボートで移動するのが一般的。その分、大規模な開発がされずありのままの自然を楽しむことができます。



● クラビまでのアクセス ●
スワンナプーム国際空港ならびに
ドンムアン空港から飛行機で約1時間20分。
バンコク南ターミナルより長距離バスで約12時間。



The Grotto

ザ・グロット

絶景の洞窟レストランでタイ料理に舌鼓

石灰岩でできた洞窟の中にあるレストラン。プランタンビーチに位置するホテル「ラヤヴァディ・クラビ」内にあり、タイ料理を味わうことができます。自然と一体になって食事を楽しんでみてはいかがでしょうか。

◎ 214 Moo 2, Ao-Nang ☎ (+66) 2 301 1861
◎ 12:00~20:00 ㊚ www.rayavadee.com ㊚ MAP P.107-B4



Wareerak Hot Spring Retreat

ワリーラック・ホットスプリング・リトリート

大地のめぐみ! ミネラル温泉でパワーチャージ

10エーカーを越える広大なトロピカルガーデンに湧き出るミネラル温泉を利用したディスティネーション・スパ。ハイドロセラピーにタイ式ヨガや天然ハーブを取り入れるなど、革新的なスパプログラムで人々を癒します。

◎ 18 Moo 7, Khlong Tom Nua, Khlong Tom ☎ (+66) 7 563 7130 ㊚ www.wareerak.co.th/ ㊚ MAP P.107-C4

Sukhothai 世界遺産の街に 旅に出よう

タイ初の独立国家であるスコータイ王朝が築かれた街、スコータイには、今なお無数の遺跡が点在し、それらの遺跡群は世界遺産に登録されています。悠久の歴史を刻むロマンあふれる街で、のんびり遺跡巡りをするのはいかがでしょうか?

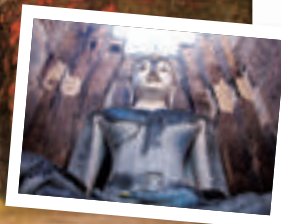
Sukhothai Historical Park

スコータイ歴史公園

巨大な仏像に圧倒される!

スコータイ市内から西へ12キロの場所に位置する面積約70平方キロメートルの広大な歴史公園。かつてスコータイ王朝の中心地だったエリアで、3重の城壁の内外に、寺院を中心として200以上の遺跡が点在しています。

☎ (+66) 5 569 7310 ☎ 6:30~18:00
㊚ MAP P.103-A3



● スコータイまでのアクセス ●
スワンナプーム国際空港より
飛行機で約1時間15分。
バンコクの北バスターミナルから
バスで約7時間。

Si Satchanalai Historical Park

シーサッチャナライ歴史公園

サイクリングしながら世界遺産を散策

シーサッチャナライ市を中心に点在する200以上の遺跡が保存されている公園。城壁内の遺跡群を回るのが便利なのが自転車。入り口付近にあるレンタルサイクルショップを利用することができます。

☎ (+66) 5 567 9211 ☎ 8:30~17:00 ㊚ MAP P.103-A3

Organic Agriculture

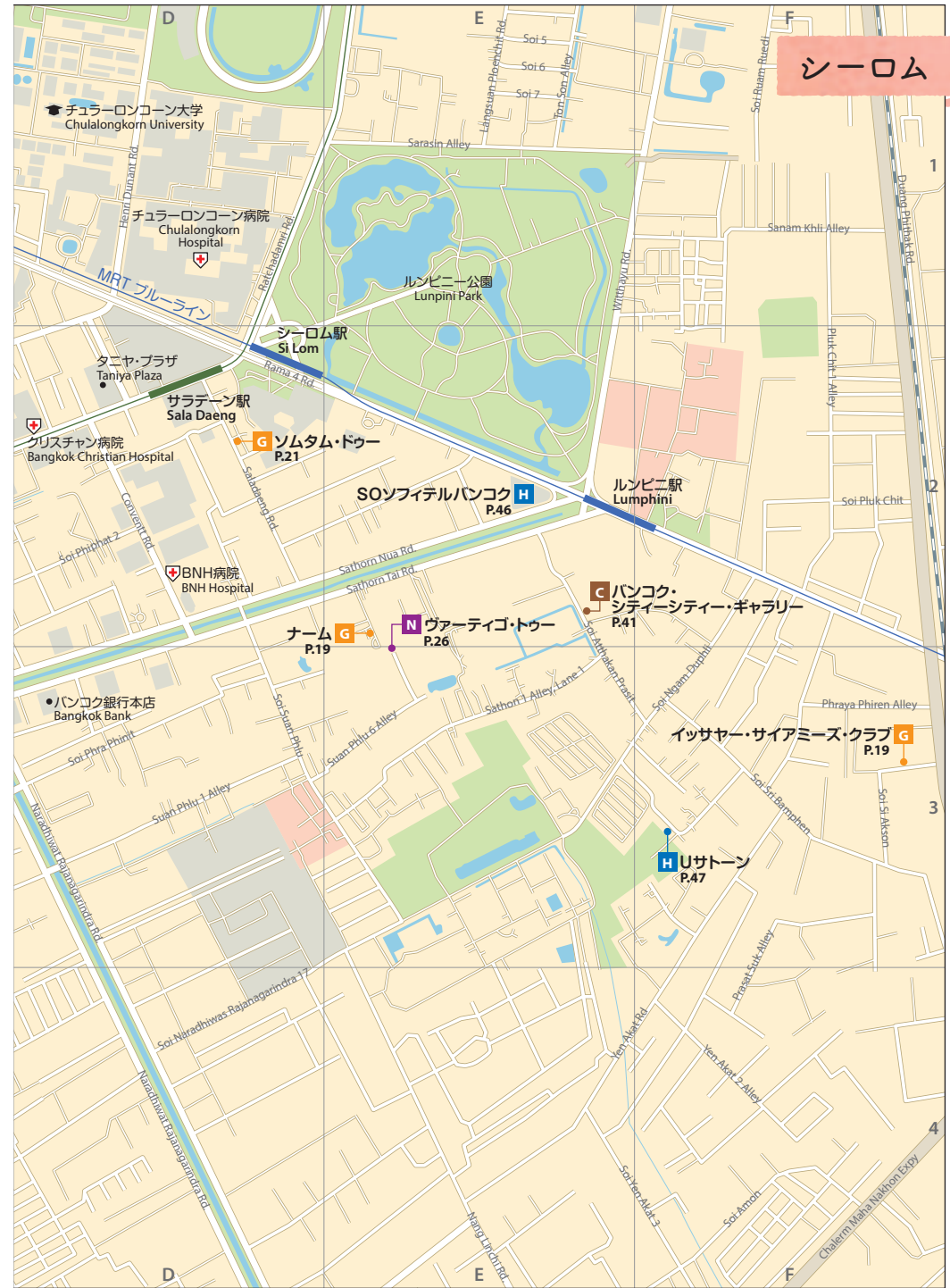
オーガニック・アグリカルチャー

空港からアクセス良好なオーガニック・ファーム

スコータイ空港が手掛けるオーガニック・ファーム。敷地内では、米や野菜が有機栽培されていて、農業体験をすることができます。レストランでは、新鮮な野菜を使ったオーガニック料理を味わえます。

◎ Klong Krajong, Swankhalok ☎ (+66) 5 564 7290
㊚ www.kaohomsukhothai.in.th ㊚ MAP P.103-A3





シーロム



王宮周辺



チェンマイ郊外



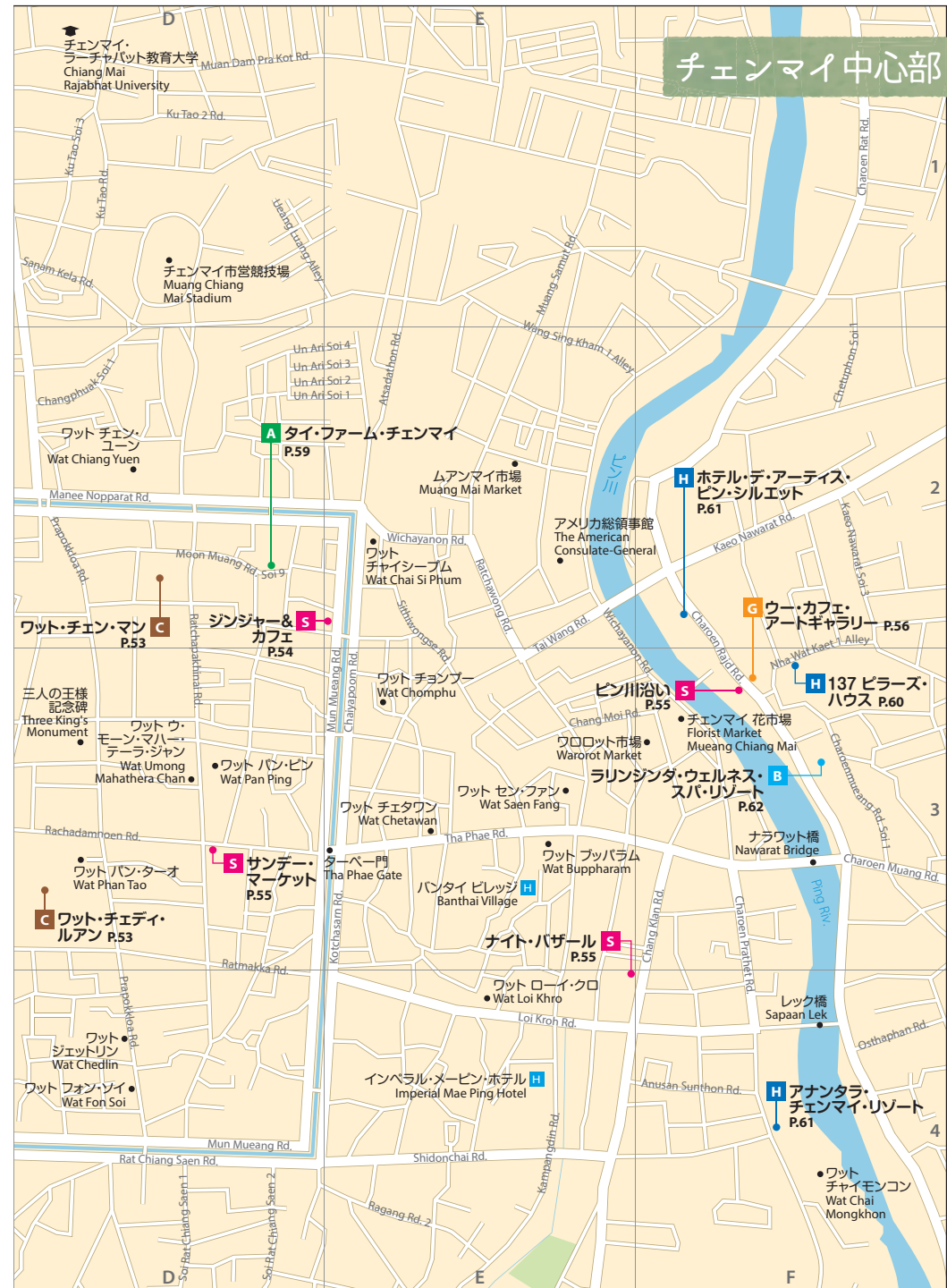
チェンマイ広域



スコートイ



チェンライ



チェンマイ中心部

プーケット



サムイ



カオラック



クラビ



B ビューティー S ショッピング G グルメ N ナイトスポット H ホテル A アクティビティ G みどころ



Events & Festivals

タイの主な行事と祭り

1月

チェンマイ

ポーサーン傘祭り&サンカンペーン工芸品フェスティバル

絵付け傘の村「ポーサーン」でミス・ポ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

チェンマイ花祭り

様々な種類の花が満開になる頃、色鮮やかな山車のパレードや博覧会で盛り上がる花祭りです。



トラン

トラン水中結婚式

毎年バレンタインデーに開催される世界でも珍しい結婚式のイベント。国内外から参加したカップルが美しい海の中で永遠の愛を誓います。



3月

パタヤ

パタヤ国際音楽祭

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が参加します。



メーホンソーン

ポイ・サン・ロン

美しく着飾ったシャン族の6~7歳の男子が大人が肩車して街を練り歩き、有名寺院で得度します。

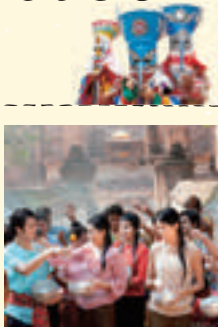


4月

全土

ソンクラーン祭り

タイ正月を祝って、仏像や仏塔へ、また年長者の手に水をかけお清めをする宗教行事です。近年では、それが転じて街の往来で通行人同士が水をかけ合う「水かけ祭り」として盛り上がる場所もあります。



5月

ヤソートーン

ブン・バン・ファイ (ロケット祭り)

毎年陰暦6月、豊稔をもたらす豊かな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言われています。



6月

主要観光都市

アメージング タイランド・グランドセール

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にて最大70%の割引などの特典を受けられます。



プーケット

ラグーナ・プーケット国際マラソン

「パラダイスを走る!」がスローガンのマラソン大会。バンダオ・ビーチ沿いや緑豊かな自然の中を走ります。



ルーイ

ピーターコン・フェスティバル

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ろを賑やかにパレードします。



7月

ウボンラーチャターニー

キャンドル・フェスティバル

カオ・バンサー(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

パタヤ国際マラソン

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。

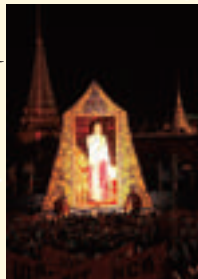


8月

全土

シリキット王妃陛下誕生日

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&チャム

ホアヒン&チャム・ゴルフフェスティバル

ホアヒンとチャ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。



10月

プーケット

プーケット・ベジタリアン・フェスティバル

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か条を守り、魂を清めます。



11月

全土

ロイクラトン祭り

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、バナナの葉でつくった灯笼(クラトン)を川に流します。



スリン

スリン象祭り

200頭を超す象が織り成す壮観なショーは、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。



バンコク

バンコクマラソン

王宮前からスタートするタイ最大級のマラソン大会。フルマラソンから車椅子マラソンまで誰もが楽しめます。



12月

全土

ラーマ9世記念日

国民の父として敬愛されているラーマ9世・プミボン元国王を讃え、王宮前広場で大祝典が執り行われます。



アユタヤ

アユタヤ世界遺産祭り

ライトアップされた神秘的な光を放つ遺跡群の中で、美しく壮大なショーが繰り広げられます。



全土

新年カウントダウン

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、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。



※行事ならびに祭りの日程、内容はあくまでも予定で、予告なく変更になる場合があります。

事前にCheck!

旅の基礎知識

パスポートやビザ、服装についてなど、タイ旅行の基本情報は、出発前に確認しておくで安心です。

✓ パスポート&ビザについて

■タイ入国後30日(29泊30日)以内の観光目的の滞在の場合(FIXの往復の航空券又は他国へ出国する航空券、ならびに1万バーツ相当の現金を所持している事が条件)、日本国籍であればビザなしで入国することができますが、国際規定によりパスポートの残存期間は6ヶ月以上と定められています。

■30日以上滞りを予定されている方、あるいは観光目的以外で入国される方は事前にタイ王国大使館・領事館においてビザを取得して下さい。

在日タイ王国大使館 VISA課 ☎03 5789 2449

✓ 服装について

一年を通して日差しが強く、高温多湿の気候なので、通気性の良い服装をおすすめします。ただし、チェンマイなどの山岳部では、朝晩冷え込むこともあり、また、デパートやレストランの中、エアコンパス・空調寝台車などでは、エアコンが効きすぎているところがあるので注意してください。羽織るものが一枚あると安心です。

✓ チップについて

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ダーやハウスキーパーへのチップに20バーツ程度をご用意ください。また、サービス料を含まないレストランで食事をした場合は、料金の10%を目安にチップとしてテーブルに置いておきましょう。マッサージを受けた場合も同様です。

✓ 両替・銀行について

■空港や両替のできるホテルを除いて、タイでは円やドルは使えません。タイ到着時に空港で必要な両替を行ってください。

■スワンナプーム国際空港内の銀行両替所は、24時間営業をしており、市内の銀行は月曜日から金曜日の10:00~16:00まで、観光地やホテル街にある出張両替所なら8:30~20:00頃まで開いています。

✓ 電話について

■タイから日本へ電話を掛ける場合は、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。2006年12月1日よりタイ国内の携帯番号が9桁から10桁に変更になっています。最初の[0]の次に[8]を追加してください。

■街中の公衆電話では、「International」の表示のあるものは国際電話が可能。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か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フォンカード(300バーツから)をご購入ください。 ※タイの国番号「66」

✓ 酒類の販売時間及びサービスの禁止について

■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。

■アルコール類に関しては、通常 11:00-14:00、17:00-24:00までの販売となります。

✓ タイの水について

タイは年中暑いので、こまめに水分補給を。但し、生水は飲まないようにしましょう。食堂などで出される水は一度沸騰させた水も多いですが、胃腸に自信のない人はミネラルウォーターの方がベター。スーパーやコンビニエンスストア、食堂などで購入できます。(500mlで10バーツ程度)

✓ タイのトイレについて

レストランやホテルの大半は洋式トイレですが、ビーチの有料トイレ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。タイ式では、穴の空いている方を後ろにしてしゃがみ、用を足します。水洗ではない場合は、便器脇にくみ置きされている水で流します。タイ式ではトイレトペーパーを流せるほど太い配水管を使用していないため、使用後の紙は備え付けのゴミ箱に捨てます。トイレトペーパーがないことも多いので、紙を持ち歩くで安心です。

✓ 医療情報について

タイの医療は水準が高く、日本の病院と変わらない治療を受けることができます。バンコク市内や観光地には、英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いくつかあります。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。最寄りの事務所にお問い合わせください。

✓ いざという時に

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」と言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

尚、日本の外務省管轄の施設はこちら。

日本国大使館
◎ 177 Witthayu Road, Lumpini, Pathum Wan, Bangkok 10330 ☎ 02 207 8500(代表番号), 02 696 3000

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 ☎ 053 203 367

旅行中に 気をつけたい!

タイの マナーと習慣

タイの人々の多くは敬虔な仏教徒で、宗教の教えをよく守りながら暮らしています。マナーをきちんと守ってタイの人々の気持ちを乱すことなく心地よく旅ができるよう心がけましょう。

✓ 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題にするとき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、多くの人々は仕事の手を止めて起立し、聞き入ります。

✓ 宗教に敬意を払う

寺院を観光する際は男女ともに露出の多い服装は避けましょう。ワット・プラケオ、王宮や一部寺院ではタンクトップ、ホットパンツなど極端に肌を露出した服装や、かかとの無いサンダルでは入場できません。またそうした場所では男女が手をつないだり肩を組んだりというのも好ましくありません。寺院の中だけでなく街なかや公共の交通機関の中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ませんので気をつけましょう。



✓ 頭を触らない

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

左手と同様に足の裏も「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。必ず一声かけて足をずらしてもらいましょう。

※その他の情報は、
タイ国政府観光庁 公式ホームページをご覧ください。
◎ www.thailandtravel.or.jp