

黄金のパヤーと微笑みあふれるミャンマーの旅

Myanmar

ピース・イン・ツアー

PEACE
IN TOUR

活気と懐かしさと ミャンマーへのいざない



インド、中国、ラオス、タイと国境を接し、海にも面した肥沃な大地。そこには、135もの多種多様な民族が住んでいます。成長を続ける街の中で、黄金に光るパヤー（仏塔）。今も人々の暮らしには、古の時代より続く祈りが根付いています。

ミャンマーってどんな国？

数字で知るミャンマー

2時間30分／日本との時差。日本が正午のときミャンマーは午前9時30分。

67万7000km²／国土面積(日本の約1.8倍)

約5760万人／総人口

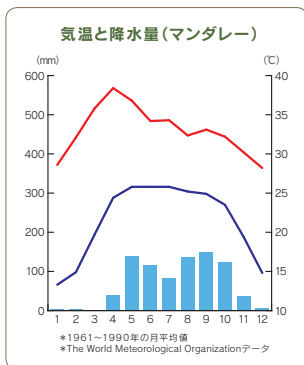
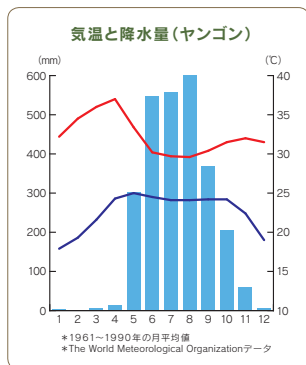
85%／仏教徒の割合。その他キリスト教、イスラム教、ヒンドウー教、土着宗教など。

135／民族数。そのうちの70%はビルマ族。

7管区と7州／ミャンマーは7つの管区と州に分けられています。

通貨は？ 単位はミャンマー・チャット。硬貨はなく紙幣のみ。

気候は？ 3つの季節に分かれ、3～5月が暑季、6～10月が雨季、11～2月が乾季。ただし、南北に長いミャンマーでは地域によって気候が変わります。



おすすめプラン

ミャンマーは南北に長く、観光資源の豊富な国。地域によってさまざまな表情を魅せてくれます。ご旅行の日数、ご興味に応じて、あなたのお気に入りのミャンマーを見つけてみてください！

手軽にミャンマー

「ミャンマーってどんな国?」「日数は少ないけれど行ってみたい!」という方は、まずヤンゴンへ! ヤンゴンは空の玄関口、ミャンマーでいちばんの大都市です。最近では大型デパートも増え、躍動感が感じられる街です。活気あふれる街並みにあつて、黄金に輝くシュエダゴン・パヤーはひときわ目を引く存在。時代は変わっても、人々は毎日パヤーへ通い、お祈りを欠かしません。現地の人々に混じって列車や路線バスに乗ったり、家庭訪問をしたりと、現地の生活体験ができるツアーもご用意しています。また、ヤンゴンからのサイドトリップとして、「ビルマの豎琴」の舞台としても有名なバゴーや、ミャンマーの人々にとって最大の巡礼地チャイティーヨー・パヤーもおすすめです。

→→→ おすすめスポット: ヤンゴン、ヤンゴン近郊



植民地時代の面影が残る
バンソータン通り(ヤンゴン)



四面体の座像・
チャイブーイン・パヤー(バゴー)

基本をばっちり押さえたミャンマー

「せっかく行くなら基本コースを効率よく回りたい!」といった方には、ヤンゴンと合わせて地方都市を回ることをおすすめします。中でも人気があるのは、バガン、マンダレー、インレー湖の3カ所。遺跡に興味があれば世界3大仏教遺跡のひとつバガン遺跡へ、ミャンマーの歴史を知りたい方は古都マンダレーへ、大自然の中でんびりとした滞在をしたい方はインレー湖へ行かれてはいかがでしょうか? ミャンマーの国内移動は、国内線を使うと便利。ヤンゴン、バガン、マンダレー、ヘーホー(インレー湖への玄関口)の4都市を時計回り、または逆回りに運航しています。フライト選びを間違えなければ、効率よく、ヤンゴンも含めた4都市を回ることができます。ご興味に応じて好きな都市をお選びください。

→→→ おすすめスポット: ヤンゴン、マンダレー、バガン、インレー



王宮の城壁が残る町並み
(マンダレー)



水の民・インダー族の漁風景
(インレー湖)

もっとディープなミャンマー

ミャンマーを再訪される方や時間に余裕のある方は、基本の4都市に加えて、ほかの都市も訪ねてみてはいかがでしょうか? マンダレーより車で約3時間、モンユワには巨大な立像や寝仏、その周辺には何千体もの仏像が並び、他の都市では見られない仏像に出会えます。また石窟寺院で有名なポーウィン山には、保存状態の良い壁画も残っています。仏教美術に興味のある方にはおすすめのスポットです。また、タイと国境を接する東シャン州のチャイントオンには、現在も伝統的な衣装を身にまとい、民族独自の言語を話し、自給自足の生活をする少数民族が暮らしています。ここでは、東シャン州の大自然の中、それぞれの集落を訪ねるツアーをご用意。伝統的な風習や文化に興味のある方、トレッキングが好きな方にもおすすめのスポットです。

→→→ おすすめスポット: モンユワ、チャイントオン



石窟寺院・ポーウィン山
(モンユワ)



伝統衣装をまとったアカ族
(チャイントオン)

ヤンゴン Yangon



ヤンゴンの見所・楽しみ方

ミャンマーの玄関口にふさわしく、経済・仏教のすべてが集まる大都市ヤンゴン。1755年にビルマ族のアラウンパヤー王がこの地を征服し、「戦いの終わり」という意味のヤンゴンと名づけました。その後、イギリスによる植民地時代には、港湾都市として栄え、この時代に整備された晝盤の目のような街並みは、現在でも至るところでその面影を見ることができます。まさに東洋と西洋が混ざり合うエキゾチックな街。

ミャンマー最大の聖地・「聖なる黄金の塔」シュエダゴン・パヤー



スレー・パヤー周辺の建物には植民地時代の面影も残っています



人々は毎日の祈りを欠かしません



きれいな顔をしたチャウッターチー・パヤーの寝仏



ダウンタウンの道ばたには露店がたくさん並んでいます

04



ひとくち
メモ

ミャンマーの正月は4月。正月期間は、カンボジアやラオスと同じようにみんなで水をかけ合います。水をかけることで今年の汚れを落とし、身も心も新たに新年を迎えるという意味があります。

バゴー & チャイティーヨー

Bago & Kyaiktiyo

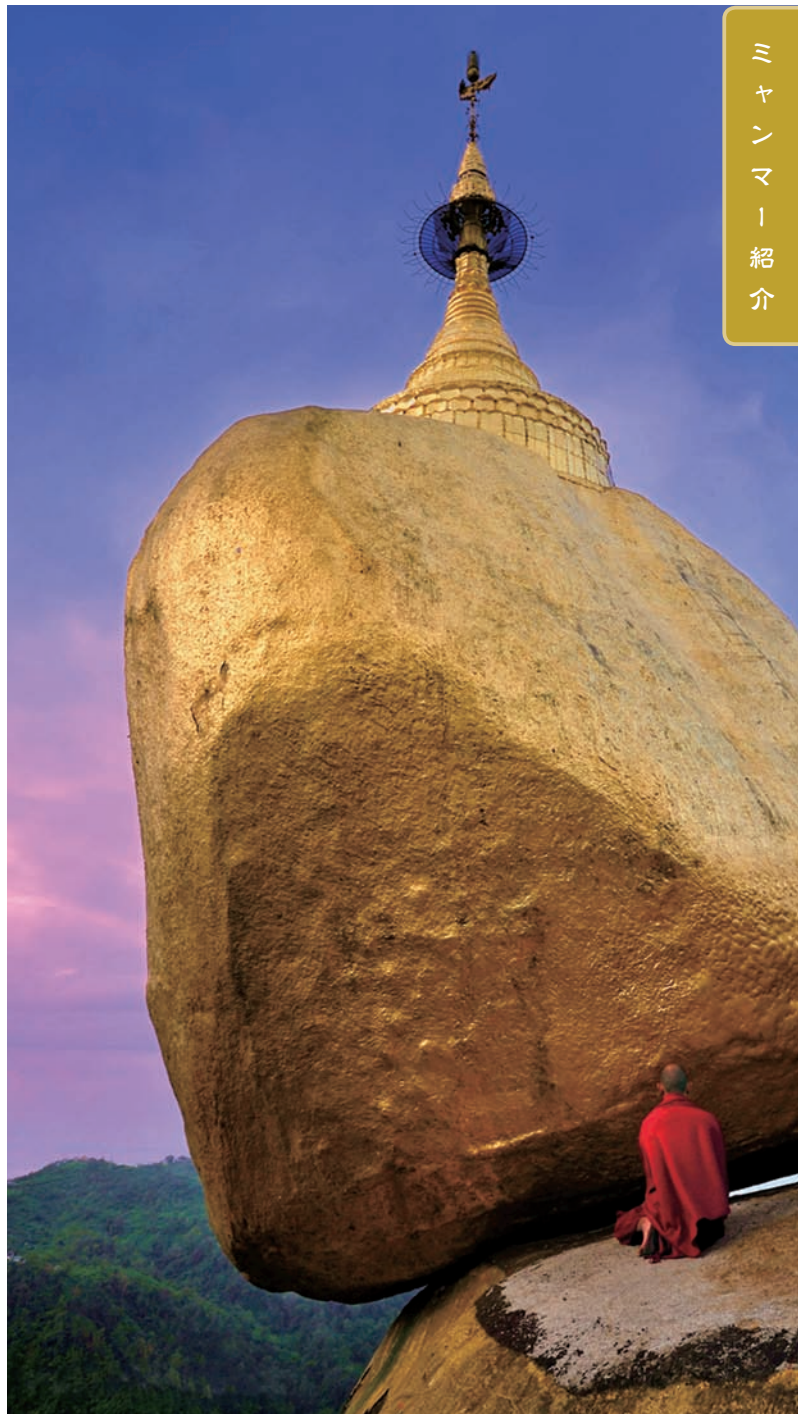
バゴー & チャイティーヨーの見所・楽しみ方

バゴーはヤンゴンから車で約2時間。1287年から約250年間、モン族の王都として栄えました。バゴーで外せない見所はシュエターリャウン寝仏。王朝の衰退とともに一時は忘れ去られましたが、鉄道工事中に偶然発見され、約800年ぶりに日の目を浴びました。その他にもチャイプーン・パヤーやチャカツウィン僧院などがあります。ヤンゴンより約210km、さらに足を延ばすと、ミャンマー人にとっての屈指の巡礼地チャイティーヨー・パヤーが拝観できます。このパヤーは絶壁の上で絶妙なバランスを保つ金色の岩、「落ちそうで落ちないゴールデンロック」と呼ばれています。落ちない理由は謎のままですが、言い伝えでは中に納められている仏陀の頭髮がバランスを取っているといわれています。

※男性はパヤーに触れることができますが、女性は宗教上触れられません。
※雨季は道路状況が悪いため、安全上、ご案内しておりません。



老若男女問わず、今も昔もミャンマー人の屈指の巡礼地



落ちそうで落ちない不思議な岩チャイティーヨー・パヤー



全長55mのシュエターリャウン寝仏。かつてジャングルに埋もれていました



1,000人以上の若き僧侶が修行に励むチャカツウィン僧院

市川崑監督によって映画化された「ビルマの豎琴」。実は2作品あります。1956年の映画化の際には、諸事情でカラー撮影がかなわず、2度目の1985年には、カラー映画として再映画化されました。

バガン & ポツパ

Bagan & Poppa



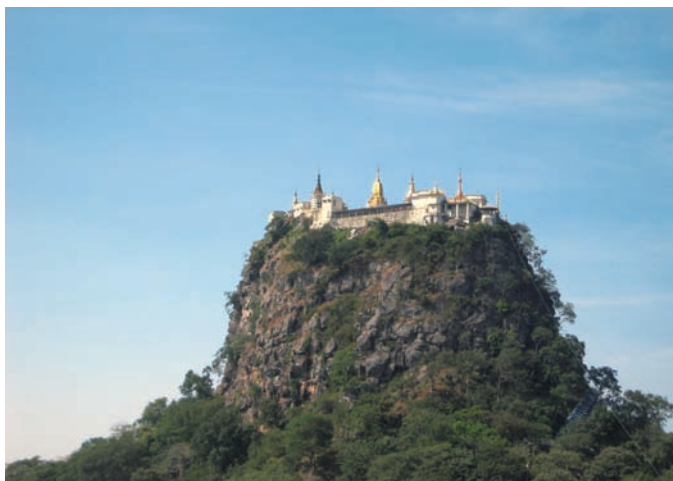
大小3,000を越える無数のパヤーが立ち並ぶバガン遺跡群



早朝の托鉢風景

バガン & ポツパの見所・楽しみ方

バガンは1044年にアノーヤター王が築いたミャンマー最初の王朝です。アノーヤター王は、当時この地に入ってきた仏教を信仰し、人々にも広め、至るところに寺院やパヤーを建てて功德を積みました。その結果がおおよそ40km²の敷地に3000以上ものパヤーが残る壮大なバガン遺跡です。ここは、カンボジアのアンコールワット、インドネシアのボロブドゥールと並ぶ世界3大仏教遺跡に数えられています。また、バガンの南東約50kmにはポツパ山があります。この山麓にあるタウン・カラツと呼ばれる岩峰は精霊信仰の聖地とされ、標高737mの山頂には、寺院が建てられています。天空寺院と呼ばれるにふさわしい特異な外観です。



06 精霊の総本山・ポツパ山



近郊の村々を訪ねるのも旅の醍醐味のひとつ



ひとくちメモ

バガンでは乾季のみ、熱気球で約1時間の空中散歩ができます。上空からの朝焼けに染まるバガン遺跡群を、真上の角度から見た儼かな姿は圧巻です！ご覧になりたい方はぜひ、乗船してみてください。

マンダレー Mandalay

マンダレーの見所・楽しみ方

ミャンマー最後の王朝として栄えた地マンダレー。現在はヤンゴンに次ぐ第2の都市です。周辺にはインワやザガイン、アマラプラなど古都が多く残り、ミャンマーの歴史を知るのに欠かすことのできないエリアとなっています。マンダレー市内には、城壁や堀が残り、きれいな碁盤の目状の街並みを、袈裟を羽織った僧侶が行き交う光景は、王朝時代を偲ばせる趣があります。このマンダレーを一望できるのが、マンダレーヒル。ここは丘全体が寺院となっていて、頂上は夕陽の観賞スポットとしても人気の場所です。



160年以上前に架けられた木造のウーペイン橋(全長1.2km)を今も人々が行き交います(アマラプラ)



王宮の堀の横を托鉢の僧侶が通ります(マンダレー)



国内最大級・最高位の僧院のひとつ・マハーガンダーヨン僧院での奇進の光景(アマラプラ)



白い仏塔が特徴のクドード・パヤーと少年僧たち(マンダレー)

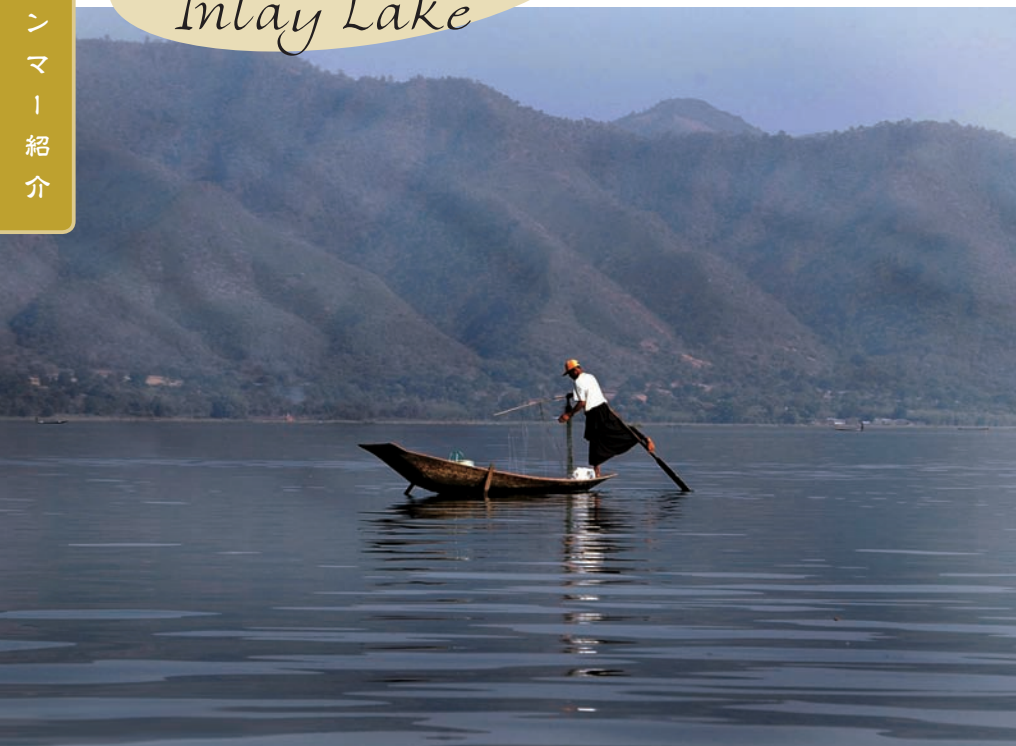


チーク材で彫刻もきれいなシュエナンドー僧院で修行に励む少年僧(マンダレー)

マンダレーにあるマムニ・パヤー。ここにある6体の人間やライオンの形をした青銅像は時代とともに、カンボジア・アンコールワットからタイ・アユタヤへ、そしてミャンマーへと移り、現在はこの地に安置されています。時代の変遷を物語る銅像です。

インレー湖

Inlay Lake



インダー族の漁風景(インレー湖)

インレー湖の見所・楽しみ方

海拔約870mのシャン高原に位置するインレー湖は、夏でも涼しく避暑地としても有名なスポットです。この地方には、シャン族をはじめとする少数民族が多く住み、ヤンゴンやバガン、マンダレーとはまた違ったミャンマーの雰囲気を楽しめます。インレー湖では、足で櫂を巧みに操るインダー族の姿や、湖面に浮かぶ藻の上にトマト栽培をしている水上農耕の風景など、その土地にあった水の民の暮らしが目の前に広がります。インレー湖には大小100近くの浮島があり、水上寺院や湖上の村々を小船に乗って見学できます。また、周辺には、パオ族やダヌ族など山岳民族が多く暮らし、村々を回るトレッキングも人気です。



水上生活に舟は欠かせません(インレー湖)



水の民の水浴び風景(インレー湖)



パオ族の朝市(インレー湖周辺)



近郊のピンダヤ洞窟(ピンダヤ)

08

ひとくち
メモ

インレー湖では毎年9～11月頃、神話上の鳥の形をした大きないかだが浮島の村々を巡っていく、いかだ祭りが開催されます。祭りのハイライトはなんと言ってもインダー族によるいかだレース。掛け声に合わせてスピードを競うレースは迫力満点です。

ピース・イン・ツアーってどんな旅行会社？

日本では昭和から平成へと時代が移り、世界ではベルリンの壁崩壊で冷戦が終わりを告げた1989年、アジアでも中国の天安門事件、ビルマ(当時)の民主化運動、ベトナム軍のカンボジア完全撤退など、まさに世界が大きく動いたこの年、弊社は高田馬場の小さなマンションの一室で創業しました。(会社設立はその前年)

弊社の当初からのこだわりは、「アジアとインドシナ」、「学びと体験」、そして「現地への貢献」の3つです。日本が紛れもなくその一員であるアジアは、今や世界でも大きな存在感を放つ一大成長センターであると同時に、不幸な戦争の時代も含めてお互い歴史的に深い繋がりがあります。

そのアジアの一角にあるインドシナ地域は、長い苦難の歴史を日本とも深い関係を持ちながら歩んで来ました。それぞれに個性豊かで多様性に溢れたインドシナの国々や人びとの魅力を一人でも多くのお客様に感じていただき、ファンになって帰って欲しい。そのためには旅のスタイルも、単に自分達だけが楽しんで終わりという消費型ではなく、その国の歴史や文化、暮らしなどに敬意と愛情をもって接して体験し、現地の人びととの出会いや交流を育めるような「体験交流型」の旅を重視して注力しています。

そして、20年以上の旅行事業の継続を通じて、日々弊社のお客様を受け入れて様々なサービスを提供してくれている現



地の人びとの生活基盤の確立や自立のサポート、雇用創出など地元経済への貢献を会社の使命としています。

弊社の社名である「Peace In Tour(ピース・イン・ツアー)」には、日本と現地との相互理解や共感、人的交流をいっぱい生み出せるような旅作りを頑張つて、少しずつでも現状を変える、「平和の種をまく」という希望と決意を込めており、実際全国の大学生を中心に毎年多くの若者をインドシナ地域へのボランティア体験ツアーへのご案内しています。

ピース・イン・ツアーの旅作りってどんな感じ？



1. 体験価値に富んだ独自プログラム

「体験&交流」をテーマに、特に個人では実現が難しいことの多い現地での施設・学校訪問、文化や暮らし体験、ボランティア活動の体験、地元の子どもたちとの交流など、体験価値に富んだ独自プログラムのツアーを企画・実施しています。



2. 少人数でのツアー催行、専用車・専用ガイドにてご案内

独自企画の一部のグループツアーを除き、原則として1名様または2名様からの少人数催行で、お客様だけの「専用車・専用ガイド」にてご案内しておりますので、人数が集まらずにツアーキャンセルとなる心配や団体行動特有の煩わしさもありません。



3. 現地とのネットワークを通じてしっかりサポート

ツアープログラムは、必ず自社または現地スタッフが自ら視察体験し、検証した上で設定。また、原則として現地手配は現地法人、現地オフィスまたはツアーデスクのネットワークを通じて行なっておりますので、現地での不測のトラブル時にもしっかりサポート致します。



4. オーダーメイド手配旅行専門店の経験を生かした旅作り

ご要望に応じて柔軟な手配が求められる「オーダーメイド手配旅行」専門店としての長年の経験を生かし、航空会社・ホテルの選択、ツアープログラムや観光の一部組み替えなども含め、現地経験豊富な担当者がおお客様のご希望を伺いご相談しながら、お客様本位の旅作りをお手伝い致します。



5. ご相談からアフターサポートまで同一のスタッフが担当

ご相談・お見積りの段階から、旅行手配を経て、ご出発からご帰国後のアフターサポートまで、基本的に同じスタッフが専任で担当致しますので、リピート利用の際も、前回までの手配内容や注意事項を把握でき、スムーズにやり取り&オーダーしていただけます。

ヤンゴン&バガンを自由に楽しみたいなら

ヤンゴン&バガンフリープラン 4泊6日

世界3大仏教遺跡のバガンとミャンマー最大の都市ヤンゴンを自由にお楽しみいただけるフリープランです。

ミャンマーツアー



スレー・パヤーを中心にビルや商店が立ち並ぶヤンゴンの街並み



大小3,000以上のさまざまな形をしたパヤーが残るバガン遺跡

ツアーポイント

- ◎ 世界3大仏教遺跡のひとつバガンへご案内いたします。
- ◎ ヤンゴン、バガンともに送迎付きで安心!
- ◎ 両都市ともに現地オプションツアーをたくさんご用意しています。

ミャンマー最大の都市・ヤンゴン

ヤンゴンはスレー・パヤーを中心に設計された都市。植民地時代の面影が残る街並みに高層ビルがそびえ、市場は、たくさんの人々と商品でにぎわいます。こうした都会の景色に黄金色の美しい仏塔が彩りを添えています。



チャウツターチー・パヤー(ヤンゴン)

世界3大仏教遺跡の古都・バガン



馬車で遺跡を回るツアーもおすすめ(バガン)

古都バガンは、ビルマ族によって最初の統一王朝が建てられた地。点在する仏塔や寺院は、王朝がおかれた約250年の間に建設されたもので、現存するものだけでもその数3,000以上! これらの仏教建造物を馬車で巡るのが人気です。

オプションツアーも充実!

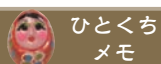
ヤンゴンでは基本の市内観光ツアーはもちろんのこと、近郊のバゴー日帰りツアーもご用意。遺跡の多いバガンでは、ガイドの説明を聞いた方が理解が深まります。また、馬車や自転車遺跡を回ったり、ポツパ山へご案内するツアーもあります。



イラワジ川沿いの素朴な風景(バガン)

1 日目	成田・関空 → 乗継地 → ヤンゴン 午前:各地から空路ヤンゴンへ。 夕刻:到着後、専用車にてホテルへ。 [ヤンゴン泊] 食: ☐☐☐☐
2 日目	ヤンゴン → バガン 早朝:国内線にて世界3大仏教遺跡バガンへ。着後、専用車にてお出迎え、ホテルへ(ドライバーのみ)。 午後:自由行動。ご希望の方はオプションツアーをお楽しみください。 [バガン泊] 食: ☐☐☐☐
3 日目	バガン滞在 終日:自由行動。ご希望の方はオプションツアーをお楽しみください。 [バガン泊] 食: ☐☐☐☐
4 日目	バガン → ヤンゴン 朝:空港まで送迎(ドライバーのみ)後、国内線にてヤンゴンへ。着後、空港にてお出迎え、ホテルへ。 午後:自由行動。ご希望の方はオプションツアーをお楽しみください。 [ヤンゴン泊] 食: ☐☐☐☐
5 日目	ヤンゴン → 乗継地 → 終日:出発まで自由行動。ご希望の方はオプションツアーをお楽しみください。出発の2時間前までに、空港へお送りします。夕方の便で、帰国の途に。 [機内泊] 食: ☐☐☐☐
6 日目	→ 成田・関空 朝:各地到着。 食: ☐☐☐☐

10



ひとくちメモ

ミャンマーの代表的な麺料理といえばモヒンガー。ナマズやニンニク、玉ねぎなどでだしをとったスープに米の麺を入れて、お好みで豆の揚げ物や香菜をトッピングして食べます。ミャンマー人の朝食の定番です。ぜひ、お試しください!

ミャンマーの見所を網羅!

ミャンマー4都市大周遊プラン 5泊7日

ミャンマーの基本4都市(ヤンゴン、バガン、マンダレー、インレー湖)の見所をしっかりと押さえたツアー。
ミャンマー初心者の方にもおすすめです。



早朝の托鉢(バガン)



ウーベイン橋を人々が行き交う(アマラプラン)



インダー族の男性と水上コテージのホテル(インレー湖)



シュエダゴオン・パヤーでのお祈り(ヤンゴン)

ツアーポイント

- ◎ 基本の4都市を効率よく周遊。
- ◎ 現地では全日程を通して同じ日本語ガイドでご案内。
- ◎ 宿泊ホテルのアップグレードも可能です。

国内線を上手に利用したプランです

ミャンマーの国内線はヤンゴン、バガン、マンダレー、ヘーホー(インレー湖への玄関口)の4都市を時計回り、または逆回りに運航しています。国内線フライトの選び方に失敗してしまうと、移動にばかり時間がかかってしまい、せっかくの旅が台無しになってしまいます。このプランでは、いちばん効率良く、見所豊富な4都市を回れるように、日程を組んでいます。また、全行程、日本語ガイドが同行するので、万が一の飛行機のトラブルの際にも安心。6日目のヤンゴンでは、フリータイムもご用意。ミャンマーに慣れたところで、ご自身の足でヤンゴンの街を歩いてみたり、オプションツアーを利用して近郊のバゴーへ行ってみたりと、思い思いに楽しい時間をお過ごしください。

1 日目	成田・関空 → 乗継地 → ヤンゴン 午前：各地から空路ヤンゴンへ。 夕刻：到着後、専用車にてホテルへ。 [ヤンゴン泊] 異 食事：☐☐☐☐
2 日目	ヤンゴン → バガン 早朝：国内線にて世界3大仏教遺跡バガンへ。専用車にてお出迎え。 終日：バガン遺跡終日観光。(シュエズイーゴオン・パヤー、アーナンダ寺院、タビイニュー寺院、ダマヤンチー寺院ほか)。 夕刻：パヤーのテラスよりイラワジ川に沈む夕日観賞。 夜：市内レストランにて操り人形劇ディナーショー。 [バガン泊] 異 食事：☐☐☐☐
3 日目	バガン → マンダレー 朝：国内線にてミャンマー第2の都市マンダレーへ。着後、アマラプラ観光(ウーベイン橋、マハーガンダーヨン僧院、マハムニ・パヤーほか)。 午後：マンダレー市内観光(旧王宮、シュエナンドー僧院、マンダレーヒル)。 [マンダレー泊] 異 食事：☐☐☐☐
4 日目	マンダレー → ヘーホー → インレー湖 午前：国内線にてインレー湖のゲートシティ・ヘーホーへ。 昼：着後、陸路でインレー湖畔の町・ニャウンシュエへ。 午後：インレー湖半日クルーズ(ファウンドーウー・パヤー、インダー族の水上生活風景、ガーベー僧院ほか)。 [ニャウンシュエ泊] 異 食事：☐☐☐☐
5 日目	インレー湖 → ヤンゴン 午前：国内線にてヤンゴンへ。 昼：着後、市内レストランにてご昼食。 午後：ヤンゴン半日市内観光(シュエダゴオン・パヤー、アウンサンマーケット、スーレー・パヤー周辺散策ほか)。 [ヤンゴン泊] 異 食事：☐☐☐☐
6 日目	ヤンゴン → 乗継地 → 終日：出発まで自由行動。夕方の便で、帰国の途に。 [機内泊] → 食事：☐☐☐☐
7 日目	→ 成田・関空 朝：各地到着。 食事：☐☐☐☐

ミャンマーでは初デートのとき、どこに行くと思いますか? 「2人がそろって幸せになれるように」という願いを込めて、パヤーに行くことが多いそうです。そのため、パヤーにはカップルもたくさんいます。

普通の観光旅行ではない、普通の生活体験旅行へご案内

ヤンゴン生活体験の旅 2泊4日

ミャンマーは信心深い仏教徒の国。仏教関連の観光名所はたくさんあります。しかし、ここでご紹介する旅は、ミャンマーの商業都市(旧首都)ヤンゴンを地元目線から味わって感じてみよう！というプランです。



ダウンタウンの風景



環状線のインセイン駅での朝市の様子

ツアーポイント

- ◎ 現地の人々の生活に欠かせない環状線鉄道や路線バスに乗車！
- ◎ 地元民に人気のレストランや一般家庭での楽しいお食事！
- ◎ 若者のデートスポットやチャイナタウンを地元目線で散策！
- ◎ 希望者には僧院での瞑想体験もご用意。

地元民に混じって鉄道やバスに乗車！

丸っこいミャンマー語だらけの切符売り場。「全然わからない！」と敬遠するところですが、ミャンマー人の日本語ガイドが同行しますのでご安心を！車中では、行商のおじさんや通学途中の学生、市場へ向かうおばさんなど現地の人々との触れ合いも楽しみです。



列車の中はとても賑やか

1 成田・関空 → 乗継地 → ヤンゴン

午前：各地から空路ヤンゴンへ。
夕刻：到着後、専用車でホテルへ。

[ヤンゴン泊] 食：☐☐☐☐

2 ヤンゴン滞在

午前：朝食後、ヤンゴン中央駅へ。環状線に乗り郊外のインセイン駅まで1時間半の電車の旅。着後、青空市場を見学。

昼食：地元の人に人気のローカルレストランにて。

午後：若者のデートコース「カンドーチー湖」散策、チャイナタウン散策。ミャンマースタイルの喫茶店でひと休み。スーレー・バヤーまで路線バス乗車体験、着後周辺散策。

夕食：ミャンマー人の家庭で家庭料理を。

[ヤンゴン泊] 食：☐☐☐☐

3 ヤンゴン滞在 → 乗継地

午前：自由行動。ご希望の方は瞑想体験へご案内(寄付をお願いします)。

昼食：市内レストランにて。

午後：市内観光(シエダゴオン・バヤー、チャウタッチー・バヤー、ポーチョー・アウンサンマーケット)。出発の2時間前までに、空港へお送りします。夜の便で、帰国の途に。

[機内泊] 食：☐☐☐☐

4 → 成田・関空

朝：各地到着。

食：☐☐☐☐

地元目線で街を散策！



チャイナタウンを散策

ヤンゴンの若者の定番デートスポット「カンドーチー湖」を散策。その後は屋台でにぎわうチャイナタウンを見て回り、ミャンマースタイルの喫茶店でコーヒー(または紅茶)を飲みながら一息ついてください。素顔のヤンゴンに触れられること間違いなしです。

お食事もローカルに！ 家庭訪問もあります

昼食は地元の人が通う人気のレストランへご案内します。華やかさや豪華さはありませんが飾り気のない雰囲気と味をお楽しみください。ご夕食にはミャンマー人の一般家庭を訪問し、ご家族と一緒に家庭料理も楽しめます。

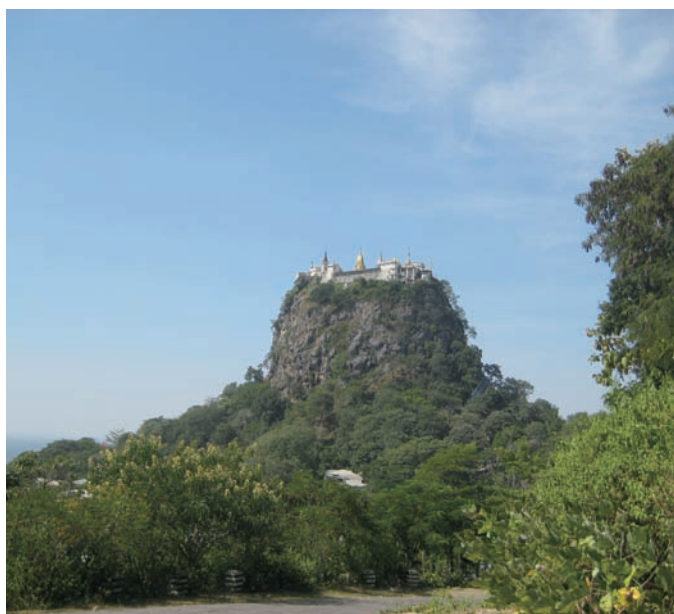


ヤンゴンっ子も大好きな麺料理・モヒンガー

世界3大仏教遺跡と精霊を祀る山を訪ねるスピリチュアルな旅

バガン遺跡 & 天空の寺院 ポツパ山への旅 5泊7日

ミャンマーの7不思議にも数えられるポツパ山の不思議な眺めとバガン遺跡の雄大な光景をお楽しみください。



ポツパ山の岩峰・タウンカラツ

ツアーポイント

- ◎ どこからでもタウンカラツが望めるポツパマウンテンリゾートに宿泊!
- ◎ ポツパ山でハイキングをご用意。日本で見られない植物や蝶にも出会えます。
- ◎ バガンにはゆったり3連泊! フリータイムは、のんびりとお過ごしください。
- ◎ ヤンゴンでの観光も充実!

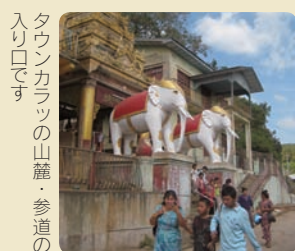
バガン遺跡とポツパ山をゆったりプランでご案内

悠久の古都バガンから車で約1時間半のポツパ山。バガン王朝時代よりナツ(精霊)信仰の聖地とされてきました。山は標高約1,500mの死火山。寺院を頂上にいただく岩峰は、タウンカラツと呼ばれます。なぜこんなところに寺院が建てられたのか、不思議な気持ちにとられるからか、チャイティーヨーと並ぶミャンマーの7不思議のひとつとされています。バガンでは3連泊、ポツパ山では山のリゾートホテル「ポツパ・マウンテン・リゾート」に宿泊し、のんびり静かな休暇を満喫しましょう。



リゾート内のビューポイント

山頂への道のり



タウンカラツの山麓・参道の入り口です



参道にはお供えの花やお土産の露店が並びます



天空寺院からの眺めは雄大です



階段を登るともう少しで頂上です

ポツパマウンテンリゾート

お部屋、レストラン、プール、専用のビューポイントなど、あらゆる場所からポツパ山が望める山のリゾート。トレッキングコースもあり、空いた時間に散策し緑に囲まれた環境を満喫できます。本プランではデラックスマウンテンビューのお部屋をご用意いたしました。



レストランのテラスからもタウンカラツ



プールからもタウンカラツ

1 日目	成田・関空 → 乗継地 → ヤンゴン 午前:各地から空路ヤンゴンへ。 夕刻:到着後、専用車にてホテルへ。 [ヤンゴン泊] 食: 一食
2 日目	ヤンゴン → バガン ⇄ ポツパ山 早朝:国内線にてバガンへ。着後、専用車にてお出迎え、ポツパ山へ(所要約1時間30分)。昼食はホテルにて。 午後:山の頂上、タウンカラツを目指すハイキング(往復約3時間)。 [ポツパ・マウンテンリゾート泊] 食: 二食
3 日目	ポツパ山 ⇄ バガン 午前:専用車にてバガンへ。途中、漆工房や周辺の村を巡ります。 昼食:イラワジ川沿いの市内レストランにて。 午後:自由行動。 [バガン泊] 食: 二食
4 日目	バガン滞在 終日:遺跡観光(バヤドンス壁画、タロツピエー寺院、ダマヤツズイカ・バヤ、グービヤウチー寺院、マヌーハ寺院、シュエズイーゴン・バヤーなど)。 昼食:市内レストランにて郷土料理。 夕食:市内レストランにて操り人形劇ディナーショー。 [バガン泊] 食: 二食
5 日目	バガン滞在 早朝:馬車でバガン遺跡群の朝日観賞(天候の都合で、托鉢風景になる場合も)。観賞後、朝市へ。その後喫茶店にてバガン地方の朝食。 終日:ホテルに戻ったのち、終日自由行動。 [バガン泊] 食: 二食
6 日目	バガン → ヤンゴン → 乗継地 → 早朝:空路ヤンゴンへ。 午前:ヤンゴン市内観光(シュエダゴオン・バヤ、ポーチョーアウンサンマーケットなど)。 昼:ミャンマー料理とモヒンガー(ミャンマーの麺)。 午後:出発の2時間前までに、空港へ。夕方の便で、帰国の途に。 [機内泊] 食: 二食
7 日目	→ 成田・関空 朝:各地到着。 食: 一食

古来の神々や自然界の精霊のことを「ナツ」と呼び、ポツパ山はナツ信仰の聖地。伝説によると、ナツの多くは非業の死を遂げ、神格化された超人たち。特に37人のナツが有名です。困ったとき、人々は37人のナツに相談をします。

空路では出会えない景色を求めてモンユワへ!

ミャンマー4都市周遊 & イラワジ川クルーズ 7泊9日



船から眺めるイラワジ川に沈む夕陽

異彩を放つ外観のタウンボッデー寺院



針山のような塔が林立した本堂が特徴的なタウンボッデー寺院



寺院の本堂内部には58万体的仏像を安置

1939年に建立されたこの寺院は、針山のような外観もさることながら、内部の壁に大小さまざまな仏像が58万体的も納められているところも圧巻です。これは、徳を積むため人々が寄進したものです。

死火山・ポーウィン山にある洞窟寺院



死火山となったポーウィン山は、多くの洞窟寺院があることで有名



洞窟の中には状態が良く美しい壁画が残されています

周辺には大小さまざまな40万以上の仏像があると言われ、それぞれに合わせて大きさのばらばらな洞窟があります。驚くことにその大部分は人工の洞窟で、中には入口よりも大きな寝仏像が横たわっているのです。洞窟の内部には、14~16世紀のインワ時代の壁画も鮮やかに残っています。この洞窟寺院を作った昔の人々の技量に圧倒されます。

ヤンゴン、バガン、マンダレーの3都市と合わせて隠れた必見スポット・モンユワにも立ち寄ります。マンダレーからバガンは陸路と水路を使って移動するため、空路の移動では知り得ないミャンマーのもう一つの顔と出会えます。

ツアーポイント

- ◎ 古くから交易で栄えた町・隠れたスポットのモンユワへご案内!
- ◎ インワやザガイン、ミングオンなどマンダレー周辺都市の観光も充実!
- ◎ イワラジ川クルーズを楽しみながらバガンへ移動!
- ◎ もちろんバガンやヤンゴンの観光へもご案内!



立像が見下ろすボディ・タタウンには、中心になる塔を囲んで約1万体の仏像が並びます

巨大な寝仏と立像



全長111mのシュエターリヤウン寝仏

立像レーチョン・サチャー・ムニと、その立像の前には、111mの寝仏シュエターリヤウンが優雅に横たわっています。そして、この立像が見下ろしている村がボディ・タタウンです。ここには、中心になる塔を囲んで、なんと約1万体の仏像が並んでいます。



130mの立像レーチョン・サチャー・ムニ

気になるレーチョン・サチャー・ムニの内部。内部は33階建てで、下の階から上の階へ上がるにつれて、地獄から天国へという仏教の転生が表わされています。天国までの道のりはとても大変です。

成田・関空 ⇨ 乗継地 ⇨ ヤンゴン

午前：各地から空路ヤンゴンへ。
 夕刻：到着後、専用車にてホテルへ。

[ヤンゴン泊] 食：☒☒☒☒

ヤンゴン ⇨ マンダレー

1 日目
 2 日目
 3 日目
 4 日目
 5 日目
 6 日目
 7 日目
 8 日目
 9 日目

早朝：国内線にてマンダレーへ。着後、専用車にてお出迎え、アマラブラヘ(ウーベイン橋、マハーガンダーヨン寺院などを見学)。
 午後：マンダレー市内観光(マンダレー最大の仏塔のあるマハムニ・パヤー、ミャンマー最後の王朝コンバウン朝の王宮、チーク材でできたシュエナンドー僧院、クドードオ・パヤーなど)。
 夕方：マンダレー市内が一望できるマンダレーヒルよりサンセット観賞。
 夜：有名な鍋料理をお楽しみください。

[マンダレー泊] 食：☒☒☒☒

マンダレー滞在

午前：かつての王が世界最大のパヤーを造らせたミングオンへ。着後、世界最大の仏塔の跡・未完成のミングオン・パヤー、世界最大級のミングオンの鐘などを見学します。観光後、シャン族の王朝・ザガインへ。街が一望できるザガインヒルへご案内。その後昼食へ。
 午後：古都インワ観光(総チーク製のバガヤー僧院、レンガ造りのマハーアウンミエ僧院などを馬車に乗って見学)。

[マンダレー泊] 食：☒☒☒☒

マンダレー ⇨ モンユワ

午前：専用車にてザガイン管区最大の都市モンユワへ(約3時間)。途中、ザガインのカウンムドー・パヤーを見学。
 昼：市内レストランにて昼食。
 午後：特異な外観のタウンポッター寺院やシュエターリヤウン寝仏を見学。

[モンユワ泊] 食：☒☒☒☒

モンユワ ⇨ バコック ⇨ バガン

午前：石洞窟寺院で有名なボーウィン山へ。
 午後：専用車でバコックへ(約3時間)。
 夕刻：船でイラワジ川を下り、バガン遺跡へ(約2時間)。天気がよければイラワジ川に沈む夕陽がご覧いただけます。

[バガン泊] 食：☒☒☒☒

バガン滞在

午前：バガン遺跡観光(バガンで最も美しいとされるアーナンダ寺院、重厚なスタイルのダヤマンチー寺院、国中のパヤー建築のモデルと言われるシュエズイーゴオン・パヤーなど)。
 昼食：イラワジ川沿いのレストランにて。
 午後：近郊の村を巡り、村人の生活風景や民家を見学します。
 夕食：伝統的な操り人形を観賞しながらのディナー。

[バガン泊] 食：☒☒☒☒

バガン ⇨ ヤンゴン ⇨

午前：特異な形をした土着信仰の聖地・ポツバ山観光。途中、黒砂糖工房を見学。
 昼食：市内レストランにて。
 午後：国内線にてヤンゴンへ。着後、空港にてお出迎え、ホテルに送迎。
 夜：市内レストランにて。

[ヤンゴン泊] 食：☒☒☒☒

ヤンゴン ⇨ 乗継地 ⇨

終日：ヤンゴン市内観光(ミャンマー最大の聖地シュエダゴオン・パヤー、アウンサンマーケット、スーレー・パヤー周辺など)。
 昼食：現地の人々に人気の大衆食堂にて。
 午後：出発の2時間前までに、空港へお送りします。夕方の便で、帰国の途に。

[機内泊] 食：☒☒☒☒

⇨ 成田・関空

朝：各地到着。

食：☒☒☒☒

美しい自然を歩き、心なごむ人々の暮らしに触れる

チャイントオン・少数民族に出会う旅 5泊7日

ミャンマーツアー



緑の鮮やかな東シャン州の大自然の中、農作業をするパラウン族の女性

人々との触れ合いがうれしい

ミャンマー東部のシャン州には、独自の言語や風習・文化を守って生活している少数民族が多く暮らしています。このツアーでは、東シャン州の中心地チャイントオンを基点にして少数民族の村々を回り、現地の人々の風習や生活に触れます。それぞれの集落で家の中に上がらせてもらってお話をしながらお茶や果物をいただいたり、子どもたちと遊んだり、衣装を着させてもらったり……。

パヤー見学が多い従来の一般的なミャンマー観光とは違った、人々と触れ合う旅をお楽しみください。



アク族は煙管タバコがトレードマーク。女性もプカプカとおいしそうにタバコをのみます



アク族

エン族



元気いっぱいなエン族の子どもたち

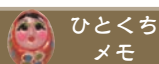


籠を編むエン族の男性



エン族は黒色を好み、お歯黒の習慣も残っています

16



ひとくちメモ

かやぶき
茅葺屋根の家などチャイントオンは日本の田舎の風景に似ているとよく言われます。18世紀にビルマ軍(当時)によって破壊されたアユタヤ(現タイ)の日本人町から逃げてきた人々が、この地域に移り住んだとも言われています。

ミャンマー東部・シャン州で最も風光明媚な地といわれるチャイントオン。緑豊かな山村で待っているのは、大自然とともに昔ながらの暮らしを続ける心穏やかな人々。村々の家庭を訪問する旅へご案内します。

アカ族



トレッキング中にアカ族の女性とすれ違いました。首に木の板をはめて、重い荷物を運び、山道をさっそうと歩きます



帽子が特徴的なアカ族の親子



鉄の首飾りやビーズの腰飾りも



女性は細かい刺しゅうが得意

ツアーポイント

- ◎ ミャンマーの穴場的スポット・チャイントオンへご案内。
- ◎ チャイントオンに3連泊とゆったりとした行程。
- ◎ トレッキングコースと歴史探訪コースの2コースをご用意。

パラウン族



パラウン族の女性は機織が上手



パラウン族の女性は腰に金または銀の金属をはめます



パラウン族の女性は鮮やかなえんじ色の衣装をまといます

1
日目

成田・関空 → 乗継地 → ヤンゴン

午前：各地から空路ヤンゴンへ。
 夕刻：到着後、専用車にてホテルへ。

[ヤンゴン泊] 食事は：☐☐☐☐

2
日目

ヤンゴン → タチレイ ⇄ チャイントオン

早朝：国内線にてタイ国境の町・タチレイへ。着後、専用車にてお出迎え、陸路にて東シャン州の中心地・チャイントオンへ(約3時間)。着後、ホテルへ。
 夕食：市内レストランにて。

[チャイントオン泊] 食事は：☐☐☐☐

3
日目

チャイントオン滞在

終日：少数民族の市場や村を見学します。朝、少数民族が集まる市場を見学。食べものや民族衣装など、地元の人々の暮らしぶりが感じられるものがたくさんあります。見学後、少数民族の村へ(煙管タバコが特徴的なアク族、お歯黒で有名なエン族、腰に金属をはめた衣装をまとうパラウン族などの村)。ご希望の方は近郊の天然温泉へ。

[チャイントオン泊] 食事は：☐☐☐☐

4
日目

チャイントオン滞在

Aトレッキングコース▶

終日：銀の装飾が特長のアカ族の集落を訪ねます。全長14キロ、6時間のトレッキングです。

B歴史探訪コース▶

午前：かつてのイギリス人居住区イモエ工見学。
 午後：チャイントオン市内見学(マナムニ・パヤー、ノントウン湖、一本杉、チャイントオン門など)。

[チャイントオン泊] 食事は：☐☐☐☐

5
日目

チャイントオン ⇄ タチレイ → ヤンゴン

午前：陸路、タチレイへ。着後、タチレイ市内観光(国境の橋、市場など)。幅の狭い川が国境となっており、お店も出ています。
 夕刻：国内線にてヤンゴンへ。着後、空港にてお出迎え、ホテルへ。

[ヤンゴン泊] 食事は：☐☐☐☐

6
日目

ヤンゴン → 乗継地 →

終日：出発まで自由行動。ご希望の方にはオプションツアーも。出発の2時間前までに、空港へお送りします。夕方の便で、帰国の途に。

[機内泊] → 食事は：☐☐☐☐

7
日目

→ 成田・関空

朝：各地到着。

食事は：☐☐☐☐

2012年現在、チャイントオンで外国人が観光するには、現地ガイドの同行が義務付けられています。このガイドさん、ミャンマー語はもちろん、この周辺に住む各民族の言葉を使い分け、複数言語を話せるマルチリンガルです。

ひとくちメモ



ピース・イン・ツアーおすすめホテル



ヤンゴン Yangon

ミャンマーの玄関口・ヤンゴン。インテリアや設備にこだわったデラックスクラスのホテルからリーズナブルなスタンダードクラスまでご希望に応じてお選びください。



©ASEAN JAPAN CENTER

歴史ある建物で贅沢なホテルライフを ザ・ストランド・ヤンゴン

The Strand Yangon ★★★★★

おすすめポイント 1901年にシンガポールのラッフルズ・ホテルの創業者によって造られたヤンゴン最高級のホテル。ビクトリア様式の重厚な白い建物に、現代の快適性を贅沢に取り入れ、高い天井、チーク材の床、広々としたベッドルーム、洗練されたインテリアと全室スイートルームの豪華な造りです。



子連れ旅行にも安心、日本料理店なども評判 パークロイヤル・ヤンゴン

Park Royal Yangon ★★★★★

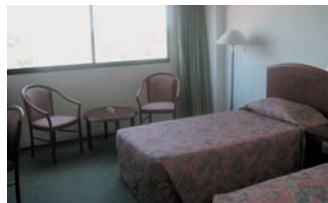
おすすめポイント ボーチャーアウンサンスタジアムの近くに位置し、中心地のスレー・パヤーまでは徒歩10分圏内。隣にはスーパーマーケットがあり便利です。客室内のインテリアはチーク材を使用しており、とても温かみがあります。また、レストランやスパ、プールなど館内設備も充実しています。



立地よし、近代的で設備の整った大型ホテル サミット・パークビュー・ヤンゴン

Summit Park View Yangon ★★★★★

おすすめポイント ヤンゴン中心部より北西、人民公園の向かいに位置し、シュエダゴン・パヤーまでも徒歩10分のロケーション。市内中心地からは少し外れた緑が多い環境なので、静かで落ち着いたホテルライフが満喫できます。シュエダゴン・パヤー・ビューのお部屋もあるので、1日中ミャンマーの雰囲気になりたい方にはおすすめ。



便利な立地のリーズナブルなおすすめ宿 セントラル・ホテル・ヤンゴン

Central Hotel Yangon ★★★

おすすめポイント アウンサンマーケット、ヤンゴン中央駅、スレー・パヤーのすべてが徒歩圏内となる最高のロケーション。設備やアメニティは最小限ですが、リーズナブルな価格設定でコストパフォーマンスもよし。ヤンゴンの街を自由に歩き回りたい方やコストを抑えたい方にはおすすめのホテル。バスルームがカラフル。



ホテル紹介



★★★★=スタンダードクラス。豪華さはなくとも、バスまたはシャワー、トイレ、エアコンなどの室内設備と安全性の面で泊まるには十分な中級ホテル。

★★★★★=スーペリアクラス。中級と高級の間で、室内のセイフティBOXやレストラン等の館内施設も充実し、予算的にも使いやすいホテル。

★★★★★=デラックスクラス。外資系を中心に国際水準から見て設備も万全で、レストラン・プール等の共有施設や豪華さでも競う高級ホテル。

バガン Bagan

考古学保護区に指定されたオールドバガンには雰囲気のあるリゾートホテルが多く、買い物や食事に便利なニューバガンやニャウンウーはリーズナブルなホテルが多いです。



各国のVIPをもてなす一流リゾートホテル

バガン・ティリピセヤ・サンクチュアリ・リゾート

Bagan Thiripyitsaya Sanctuary Resort ★★★★★

おすすめポイント オールドバガン・イラワジ川のほとりに建つロケーションも抜群なリゾートホテル。もともとは政府の迎賓館として建てられ、1996年に日本のサクラグループが引き継ぎ、現在の高級リゾートホテルとなりました。各国の要人も宿泊しているだけあって、細やかなサービスも行き届いています。

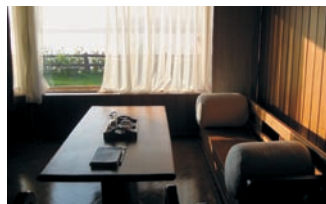


雰囲気の良い川沿いのレストランもおすすめ

バガン・タンデ・ホテル

Bagan Than Te Hotel ★★★★★

おすすめポイント オールドバガン、イラワジ川沿いに位置するホテル。スパやプールなど設備も整っていて、のんびりとした滞在ができます。大きな窓のあるデラックスルームからの景観は抜群。イラワジ川に沈む夕陽がとてもきれいです。庭の一角が屋外レストランになっていて、イラワジ川を眺めながら、優雅なお食事を楽しめます。



バガン遺跡の雰囲気たっぷりのリゾートホテル

エヤー・リバー・ビュー・ホテル

Aye Yar River View Hotel ★★★★★

おすすめポイント オールドバガン、イラワジ川沿いに位置する雰囲気あるロケーション。テラスからはイラワジ川に沈む夕陽が一望できます。敷地内もきれいに整備されていて、庭にはパヤもあり、バガンの雰囲気を満喫したい方には抜群のホテルです。部屋の中は、シックで落ち着いた造りでゆったりとした滞在ができます。

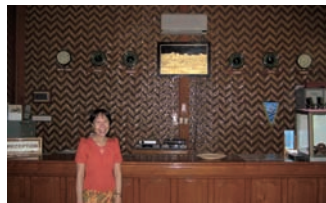


バンガロータイプのアットホームなホテル

ルビートゥルーホテル

Ruby True Hotel ★★★

おすすめポイント ニューバガンにある全室バンガロータイプのホテル。周囲は静かで落ち着ける環境です。客室はシンプルな作りですが、広い間取りで、使い勝手も良いです。このホテルのポイントは、何とんでもスタッフがとてもフレンドリー！アットホームな滞在を楽しみたい方にはおすすめのホテルです。



伝統的なスポーツといえばチンロン。日本のけまりのような競技で、「チン」はカゴ、「ロン」は丸いものを意味します。きれいなフォームで難易度の高い技を成功させるのがポイントで見ているだけでも楽しいスポーツです。

ひとくちメモ

マンダレー&インレー Mandalay & Inlay

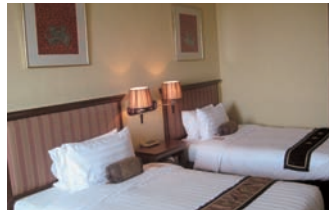
街並みが基盤の目のようなマンダレーは市内が見渡せるホテル、インレー湖はやはり湖上ホテルがおすすめです。



部屋から見所が一望できる最高級ホテル マンダレー・ヒル・リゾート・ホテル

Mandalay Hill Resort Hotel ★★★★★

おすすめポイント マンダレーヒルの麓に建つ最高級のデラックスホテル。部屋からはマンダレーヒルや旧王宮などマンダレーの見所が一望できます。部屋のインテリアにも旧王宮時代に似せたこだわりがあり、まるで王宮時代にタイプスリッしたかのよう。喫煙、禁煙ルームが分かれていますので、タバコが苦手な方にもおすすめです。



伝統様式の高級ホテル、レストランなど設備も充実 セドナ・ホテル・マンダレー

Sedona Hotel Mandalay ★★★★★

おすすめポイント 旧王宮の目の前にあるデラックスな大型ホテル。伝統的なミャンマー様式を模した外観で造られています。客室も落ち着いた雰囲気の内装で高級感あり。また、スパやフィットネスなど館内設備も充実。設備・施設ともに安心して滞在できるホテルです。レストランは3つあり、本格的なイタリアンも楽しめます。



インレー湖畔のリゾートホテル、近くに温泉も フー・ピン・カウダイン・ビレッジ・リゾート

Hupin Khaung Daing Village Resort ★★★★★

おすすめポイント インレー湖畔のカウダイン村にあるリゾート風のホテル。2007年に改装されたため、設備もとてもきれい。敷地内は広大で、悠々とした雰囲気。小高い丘の上にはインレー湖が見渡せるパヤもあります。また、近くには天然の温泉があり、シャン高原の景色を前にした、ミャンマー風の露天風呂が楽しめます。



湖上で優雅な休日が過ごせる豪華なホテル インレー・リゾート

Inle Resort ★★★★★

おすすめポイント インレー湖上にあるリゾート風の豪華なホテル。敷地内はとても広く、緑もたくさん植えられているため、開放感は抜群!部屋のインテリアも木がたくさん使われていて、温かみがあります。このホテルは何とんでもスパがおすすめ!インレー湖上の中では、最も施設が充実しています。





Tシャツ

都市ごとにさまざまなデザインのTシャツがあります。お気に入りの1枚を探してみてください

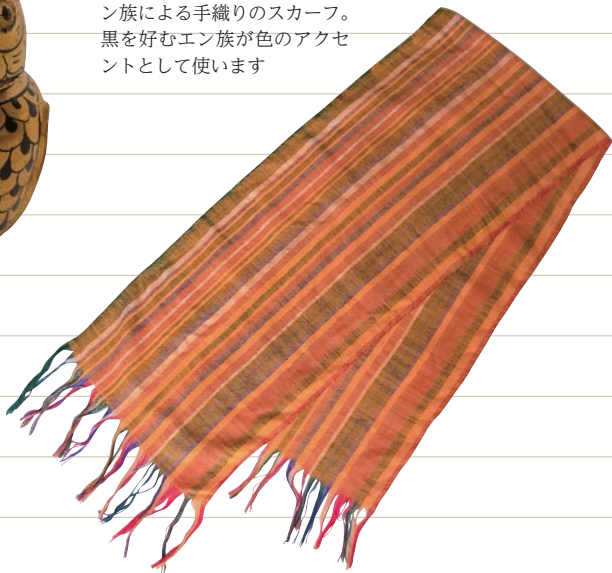
ミャンマーをお持ち帰り！ おすすめ おみやげ雑貨

お買い物と言えば、ヤンゴンのボーヂョー・アウンサンマーケットが品揃えも豊富で有名。その他、遺跡や各都市の市場でもその土地ならではの土産を買うことができます。特に織物や刺繍の柄は、地方や民族によってさまざま。お気に入りを探しましょう。



エン族のスカーフ

チャイントン周辺に住むエン族による手織りのスカーフ。黒を好むエン族が色のアクセントとして使います



ふくろうの置物

日本で言う招き猫のような存在。ふくろうは幸運をもたらすラッキーな鳥とされ、雄と雌を対にして並べます

アカ族のバッグ

チャイントン周辺に住むアカ族による刺しゅうのバッグ。アカ族特有の柄と刺しゅうで、ヤンゴンでも珍しい一品



ダルマ

ミャンマーで縁起がいいとされる七転び八起きのダルマ。いろいろな表情をしたダルマがあります



タナカ

タナカという木の幹を摩り下ろした粉を肌に塗って、老若男女問わず、日焼け止めやおしゃれとして使います。最近ではファンデーションのようになった使いやすいタイプもあります

ロンジー&タメイン

ミャンマー人の普段着。腰に巻いて履きます。男性はロンジー、女性はタメインと呼ばれ、それぞれ巻き方も違います



漆工芸品

漆はバガン王朝時代(11~13世紀)に盛んになり、日用品から宗教用の装飾品までさまざまな形、製法のものがあります。用途に合わせてお気に入りを見つけましょう



シャンバック

入れ口が大きく開くシャンバック。ミャンマーの学生はもちろん、丈夫なので農民にも使われています



ミャンマーを知る

ミャンマーでは必須の化粧品「タナカ」。実は、日本でも観葉植物として出回っています。ミカン科ゲッキツ属の植物で、香りもよくオレンジジャスミンという呼称も。アジア一帯が原産ですが、日本でも奄美大島以南で自生しています。



ミャンマーをもっとたのしむ

ブックガイド



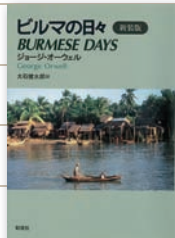
より深く、より近くミャンマーを感じられるおすすめの本をご紹介します。
出発前に、帰国後にご覧いただければ一段と思い出深い旅になることでしょう。



小説 ビルマの豎琴

竹山 道雄 著

ミャンマーに関する物語として日本でいちばん有名なのは、やはりこの作品。
戦時中のミャンマーを舞台とし、日本兵の霊を慰めるため、僧侶となってひとりミャンマーに残る日本人兵士の姿を描いています。
市川崑監督により、2度映画化されました。



小説 ビルマの日々

ジョージ・オーウェル 著

イギリス人作家オーウェルによる自伝的小説。イギリス統治下の植民地時代を舞台とし、この地に赴任したイギリス人の帝国主義への葛藤や英領ビルマで生活する苦悩を描いた作品。



社会 アウンサンスーチー —変化するビルマの現状と課題

根本 敬、田辺 寿夫 共著

民主化運動の象徴であり、3度にわたる自宅軟禁を経て国会議員として政治の舞台に登場したスーチーさんを通して、今日に至る歴史的経緯と今後の課題、在日ビルマ人社会が簡潔に理解できる、おすすめのミャンマー入門書です。



全般 もっと知りたいミャンマー

綾部 恒雄、石井 米雄 編

各専門家が歴史や風土、宗教、芸術、社会などの8項目をわかりやすく解説。
ミャンマーを理解する上でわかりやすい一冊です。



ムック 旅行人 156号 ビルマ東西南北ミャンマーへの旅

(雑誌) 旅行人 編

旅の達人たちによるミャンマーの旅行記。基本の都市はもちろんのこと、東西南北マニアックな土地まで余すところなく紹介。
達人ならではのミャンマーに関するおもしろエピソードやエッセイも満載です。



紀行 秘密のミャンマー

椎名 誠 著

何と言っても表紙写真のインパクトがすごい！落ちそうで落ちないチャイティーヨ・パヤを落とそうとする著者の写真です。
読み進めると、著者が楽しんでミャンマーを旅している様子が浮かんできます。
読み終わった後はミャンマーを旅したくなること間違いなし！



紀行 ビルマ万華鏡

土橋 泰子 著

まだ海外渡航が珍しい1957年、大阪外国語大学からラングーン(現ヤンゴン)大学へ単身留学をした日本人女性のエッセイ。
著者の独自の視点からみた文化や暮らしのかたち、多様な民族の有り様、当時の女子寮での秘話まで語られています。



紀行 イラワジの赤い花 — ミャンマーの旅

中上 紀 著

アジアを愛してやまなかった作家・中上健次。その娘である著者がハワイ大学に在学中に、仲間とともにミャンマーを旅したときの紀行文。異国の地での著者の新鮮な驚きや、旅先で出会った父の面影へ思いなど読み応えありの作品です。



紀行 ミャンマーの柳生一族

高野 秀行 著

辺境探検家・高野秀行氏による自称エンタメ系ノンフィクション。
ミャンマーの政治体制や情勢を、日本の江戸幕府や柳生一族へ見立て、ユーモアたっぷりレポートしています。
ミャンマーの政治情勢を知るための入門書！?



伝記 ミャンマーの侍 山田長政 侍の末裔と古文書が語る長政残党伝説

沖田 英明 著

タイ・アユタヤに日本人町を築いた山田長政。タイで死んだとされる長政が、実はチャイントオンまで行っていた!?
ミャンマーに伝わる山田長政伝説の謎を追い、チャイントオンへ向かった著者のミステリーエッセイです。

ミャンマーを知る

お申し込みの前に必ずお読み下さい

■コースの変更や追加料金に関してのご注意

このパンフレットに掲載されている各コースは安全性に十分配慮し設定しています。しかし、ツアーの対象地では、航空機や車での移動が気象条件に左右されやすく、強風や気流による航空機の遅延・欠航または大雨や増水による道路の通行状況の悪化や不通化などが考えられます。また、規則や法律などが予告なく変更されることも考えられます。これらの影響で、訪問順序の変更、目的地滞在時間の短縮、参観箇所の変更・削除および旅行ルートや移動手段の変更等、日程の変更を余儀なくされる場合があります。当該地域の事情をお察しの上、あらかじめご了承ください。また、このような場合、状況を鑑みながら、できるだけ当初の目的に沿った旅行サービスを提供できるよう手配努力いたします。(しかしながら、場合によっては帰国が遅れることもあり得ますので予めご了承ください。)

また、これらの状況により追加経費が生じる場合はお客様負担となることを予めご了承ください。たとえば、予定の帰国便にお乗りになれなかった場合、原則として、ご帰国に際しての航空券代、予定以外の滞在費、及び、帰国経由地での滞在費、食費、送迎費等はお客様のご負担となります。

天候やルートの状態が悪く、当初の旅行の目的が達せられない場合におきましても、予め雇用したスタッフおよびガイド料などの払い戻しはありません。

天災、地震、天候不順、疾病、傷害、その他の事由により当社が必要と認めて緊急対応時に使用した車両の費用とそれに付随する費用は参加者個人の負担とさせていただきます。

■空港諸税・燃油特別付加運賃について

旅行日程中の各国の国際線、国内線空港での空港税等は旅行代金に含まれておりません。別途ご旅行代金と併せて請求させていただきます。燃油特別付加運賃は、世界的な燃油価格高騰により、航空会社が設定しているもので、航空券代金と一緒に徴収する事が増えてきました。これらはご旅行代金とは別途頂戴しますので、予めご了承ください。海外の空港諸税や燃油特別付加運賃は設定金額の変更や為替レートの変動により変わりますので、詳細は弊社スタッフにご確認下さい。

■航空機・バス等車両での移動について

経由地や乗継地が変更となる場合や乗継回数が増える場合もあります。いずれの場合も旅行代金の変更はありません。航空機の座席配列により、グループ、カップルの方でも隣り合わせにできない場合があります。また、窓側・通路側等の事前シートリクエストはお受けできない場合があります。コースにより他のコースのお客様と同じ車両での観光、空港～ホテル間の送迎、および陸路移動となる場合があります。

■観光について

施設の休館や天候、現地事情等によって観光箇所の変更、または実施日が変更になる場合がありますので、予めご了承ください。

■食事に関して

旅行代金には、各コースごとの日程表に明示した食事の料金・税・サービス料が含まれております。ただし、お客様がご注文された追加料理や飲み物の代金は含まれておりません。早朝の出発や移動中の昼食など、行動の時間や場所によりお弁当になる場合があります。

■宿泊について

ホテルは原則的に2人部屋を使用します。1人部屋をご希望される場合は追加料金が必要となります。ホテルによっては、1人部屋希望をお受けできない場合がありますので、予めご了承ください。2人部屋の場合、ツインルームかダブルルームかのご希望はお伺いできない場合があります。

3人で1部屋をご利用の場合は3人部屋(トリプルルーム)、または2人部屋(ツインルーム)に簡易ベッドを入れてのご利用となります。なお、3人部屋利用割引はありません。

相部屋をご希望される場合は追加代金は必要ありませんが、相部屋設定ができない場合があります。また相部屋の場合、必ずしも同年代の方と同室になるとは限りませんので、予めご了承ください。同室の方に関するご希望はお伺いできない場合があります。

当該旅行地域のホテルでは、設備が不十分であったり、お風呂やシャワーのお湯が出なかったり、量が十分でない場合があります。仮にバスタブがあっても、お湯を溜められない場合があります。また、ホテルによってはシャワーのみとなる場合もありますので、予めご了承ください。

■海外旅行保険の加入

各コースの一部の地域では設備の整った医療施設はほとんどありません。病気や事故等が発生した場合で事態が急を要する時には、添乗員や現地係員の判断で医療設備の揃った場所へヘリコプター等によって迅速に搬送いたします。また、要した費用はすべてお客様の負担となります。これらをカバーする意味でもご旅行中の病気や事故、盗難等不測の事態に備えて、海外旅行保険に加入されることを強くおすすめいたします。なお、ご加入の際、告知事項が正確に記入されていないと保険が適用されない場合がありますので、ご注意ください。コースにより、未加入、または不十分な保障、カード保険のみで十分に保障がっていない場合はツアー参加をお断りする場合がございます。予めご了承ください。

■健康について

疾病、傷害、その他の事由で参加者が医師の診断・治療を必要とすると添乗員や現地係員が判断したときは、それに必要な措置を取ることがあり、場合によっては途中で旅行の中止または帰国していただくこともあります。その際には添乗員および現地係員の指示に従ってください。

■パスポート、ビザについて

各国への渡航に必要なパスポートの有効残存期間、ビザの要・不要は下記の通りです。ビザが必要である場合、お客様ご自身で取得していただくか、または別途追加料金にて弊社のビザ代行取得をご利用ください。



国	パスポートの有効残存期間	ビザ
ベトナム	入国時3ヶ月以上	観光目的での15日以内の滞在は不要
カンボジア	入国時6ヶ月以上	必要
ラオス	入国時6ヶ月以上	観光目的での15日以内の滞在は不要
ミャンマー	入国時6ヶ月以上	必要

■日程表のマークの見方

食事	朝食	昼食	夕食	機内食
	弁当	食事なし		
移動	飛行機	車	船・ボート	
宿泊	ホテル泊			

現地でののご案内やサポートは私たちにお任せください!



ピース・イン・ツアー・ヤンゴン 現地ツアーデスクのご紹介

弊社はヤンゴンに現地ツアーデスクを設けています。
弊社提携の現地旅行会社GLOBAL TRAVEL SERVICE (GTS TOUR)の現地スタッフが日本語で対応いたします。
GTS TOURは1996年にミャンマーで設立され、弊社とは15年以上の提携の歴史があります。
市内中心部、スーレー・パヤーやヤンゴン市庁舎、最高裁判所の近くのオフィスビル・オリンピックタワー2Fなの

で、お越しいただくにも便利な場所。
日本語スタッフ常駐なので、いざというときの緊急体制や日本語対応の面でも安心です。

GLOBAL TRAVEL SERVICE (GTS TOUR)

住所 ▶ No.206/207, 2nd Floor, Olympic Tower, Corner of Mahabandula Rd & Bo Aung Kyaw St, Kyauk-ta-da Township Yangon, Myanmar.
TEL ▶ (95)-1-392537, 243123, 706363
FAX ▶ (95)-1-392653, 249609



私たちがご案内いたします!



現地ツアーデスクでお待ちしております



知識もホスピタリティも豊富なガイドのご案内

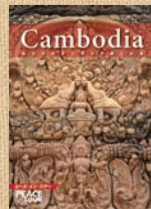
ピース・イン・ツアーの インドシナの旅

パンフレットのご請求をお待ちしております



ベトナム

多様な気候と自然、ベトナムならではの世界遺産を回る旅や少数民族と触れ合う旅、ローカル体験ができるコースが充実。ベトナムの新しい魅力をご紹介します。



カンボジア

アンコール遺跡はもちろん、農村の暮らしを体験する旅、自転車でも田舎道を走るツアーなどカンボジアを肌で感じるコースが満載。旅のコラムつき。



ラオス

素朴な魅力が旅行者の心を癒すラオス。世界遺産ルアンパバーンだけではなく、ソウ使い養成コース、少数民族訪問、エコツアーなど体験型の旅をご提案。

編集後記

パンフレット作成にあたり、いちばん頭を抱えてしまったのは、ミャンマーにはたくさんの魅力がありすぎて、書ききれないのでは……という心配です。旅人によって、旅先の魅力を計る尺度はバラバラです。私にとって、ミャンマーの魅力は行くたびにいつも違った表情を見せてくれること。そして、ミャンマーのどこへ行っても、何をしてても毎回必ず感じる事ができる、そこに住む人びとの温かさです。ミャンマーを旅する方、ひとりひとりが感じるミャンマーの魅力探しをこれからもお手伝いしていければと思います。

なお、今回掲載した写真の多くは現地ツアーデスクGTS TOUR代表のJOHNSON LI氏によるものです。この場を借りて厚く御礼申し上げます。

ピース・イン・ツアー ミャンマー担当スタッフ

本書に掲載した写真はすべてイメージ写真です。本書の企画及び写真・コピーの無断複写・転載などを禁じます。 写真提供: Johnson Li
掲載の情報は2012年6月時点のものです。

旅行企画・実施 お申し込み・お問い合わせ

PEACE INTOUR

株式会社

ピース・イン・ツアー

観光庁長官登録旅行業第1917号
一般社団法人日本旅行業協会正会員
旅専(旅の専門店連合会)会員



住所 〒162-0042
東京都新宿区早稲田町67 早稲田クローバービル5F
TEL 03-3207-3690 FAX 03-3207-6343
営業時間 月～金 10:00～18:00
土曜日 10:00～12:00、13:00～15:00
定休日 日曜・祝日

ピース・イン・ツアー 検索

Facebook <http://www.facebook.com/peace.in.tour>
Facebookでの「いいね!」をお待ちしております。

総合旅行業務取扱管理者 松永 充弘、長谷 英治

※総合旅行業務取扱管理者とは、お客様の旅行を取り扱う営業所での取引の責任者です。この旅行の契約に関し担当者からの説明にご不明な点がありましたら、ご遠慮なく表記の旅行業務取扱管理者にご質問ください。



東京メトロ東西線・早稲田駅下車、出口3aまたは1を出て早稲田通りの沿いをまっすぐ徒歩1分