

ご要望に応え **再取組** です 天国が一番近い湖「**紅い睡蓮の海**」で夢のような**紅色**に包まれ酔いしれてください!

6泊8日

生活クラブ
スタッフ
提案の旅
伊藤 望(画)

～**微笑みと祈りの国ラオス**～

この世の**桃源郷・タイ「ノンハーン湖」**で**紅い花々**に包まれ、**少数民族と触れ合い、古都ルアンパバーン**

イヤホンガイド付

日本語ガイド付!

で托鉢体験をする静寂と癒やしの 8日間



微笑みと祈りの国ラオス国境にほど近いタイ東北部(イーサーン地方)の中心都市のひとつウドーンターニー県のクワパウィー市にあるノンハーン湖は通称「**タレーン・プア・デー**」(紅い睡蓮の海)、総面積約36km²の大きな湖(摩周湖の約2倍、諏訪湖の約3倍)です。そして毎年12月から2月上旬にかけての**早朝から午前中**、湖一面が咲き誇る**真っ紅な睡蓮の花**で覆われ、「**天国にいるようだ**」とも称されるほどの**幻想的な美しさ**に包まれることで有名です(午後には花は一旦すべて閉じてしまいます)。日本の旅行専門誌が選んだ「**世界の絶景湖ベスト5**」にも選ばれたほどの美しさを誇る絶景湖です。本ツアーではこの桃源郷をちょうど「**睡蓮の花祭り**」が開かれている時期に合わせて訪れ、**ボートをチャーターして紅い花々に覆われて息を飲むような美しさ**に包まれた湖を堪能します!

閉じてしまいます)。日本の旅行専門誌が選んだ「世界の絶景湖ベスト5」にも選ばれたほどの美しさを誇る絶景湖です。本ツアーではこの桃源郷をちょうど「睡蓮の花祭り」が開かれている時期に合わせて訪れ、ボートをチャーターして紅い花々に覆われて息を飲むような美しさ



本ツアーではまずベトナム経由でビエンチャンに入り、そこからメコン川にかかる国境橋を越えて(要:タイ入国税150バーツ)ノンハーン湖に向かいます。併せて近隣にある東南アジアでも最重要の先史時代の遺跡**世界遺産 パーンチエン遺跡**と**バーンチエン国立博物館**や、14～16世紀に中世ラーンサーン王国の首都であり1975年の共産革命まで王宮が置かれていた**世界遺産 古都ルアンパバーン**、そしてラオスの首都ビエンチャンの旧跡、名所、寺院、博物館、市場、フダパーク等へご案内し、



不思議な雰囲気ただよふラッタ・パーク(ビエンチャン郊外)

古都ルアンパバーン(ラオス伝統舞踊「パーラック・パラム」の鑑賞もいたします。さらにノンハーン湖近隣都市・タイのウドーンターニーや国境の町ノンカーイ周辺の名所・旧跡等にもご案内します。またラオスではメコン川をボートクルーズし、仏教聖地の洞窟を見学したり、タイ・ルー族という少数民族の織物の村を訪ね、天然染料を用いた美しい藍染めを見学し、観光化されていない**素朴な村の人たちと交流**もする予定です。また旧フランス領ならではの**フランス料理の影響**を受けた**食事も多くあり**、**市場の屋台ではフランスパンが山積みになって売られている**ほどです。ツアーでは**庶民的なものからフランス料理的なものまで**、また「**ラオス料理作り体験**」等をお楽しみいただけます。成田から添乗員も同行しますので、お一人様でも安心してご参加いただけます。



ビエンチャンにありラオスのシンボルともされる金色に輝く仏塔(タートルアン)



ビエンチャンのシンボル!凱旋門(バトラーサー)

古都ルアンパバーン(ラオス伝統舞踊「パーラック・パラム」の鑑賞もいたします。さらにノンハーン湖近隣都市・タイのウドーンターニーや国境の町ノンカーイ周辺の名所・旧跡等にもご案内します。またラオスではメコン川をボートクルーズし、仏教聖地の洞窟を見学したり、タイ・ルー族という少数民族の織物の村を訪ね、天然染料を用いた美しい藍染めを見学し、観光化されていない**素朴な村の人たちと交流**もする予定です。また旧フランス領ならではの**フランス料理の影響**を受けた**食事も多くあり**、**市場の屋台ではフランスパンが山積みになって売られている**ほどです。ツアーでは**庶民的なものからフランス料理的なものまで**、また「**ラオス料理作り体験**」等をお楽しみいただけます。成田から添乗員も同行しますので、お一人様でも安心してご参加いただけます。



世界遺産 古都ルアンパバーンを代表する16世紀ラオス王国時代の寺院(ワット・シエンター)

旅行期間	2025年 1月23日(木)～1月30日(木) 成田発着	
	※日本との時差-2時間	日の出 日没時刻:6:40 / 18:00頃
旅行代金	2名様1室利用(お一人様) 488,000円 ※1名様1室 追加代金100,000円(6泊) ※ビジネスクラスをご希望の方は、ツアーお申込みと同時にご相談ください。	募集人員 16名様 (最少催行人員10名様)
宿泊ホテル	【1泊目・3泊目】ビエンチャン:クラウン・プラザ(洋室(ツイン)) 【2泊目】ウドーンターニー:センターラ・ホテル(洋室(ツイン)) 【4～6泊目】ルアンパバーン(3連泊): ウィクトリア・シエントーン・パレス(洋室(ダブル))または同等ホテル ※欧米人仕様のホテルでツインルームがないため 2名参加の方はクイーンサイズのダブルルームとなります。	

国際線利用のためのご経費 52,890円(8/9現在・航空燃料と為替相場の影響により変更になります) 燃油サーチャージ・現地空港諸税計4,730円・成田空港施設使用料・保安料3,160円・国際観光旅客税1,000円 ※別途、**タイ入国税150バーツ(約700円程度)**を現地にてお支払いいただきます

- 朝:成田空港7:30集合 9:30発着予定 ✈️空路、ベトナム・ホーチミン経由、ラオスの首都**ビエンチャン**
夜:着後、市内レストランにて夕食後、市内ホテルへチェックイン 食事:朝 ✈️ 昼 ✈️ タ〇【ビエンチャン泊】
- 午前:専用車にて、メコン川沿いのタイ国境へ 国境橋を越え、タイ側の車輛に乗り換え、タイ側の国境の町**ノンカーイ**へ ノンカーイ市内観光(寺院、庭園、市場等)
午後:昼食後、タイ東北部(イーサーン地方)の中心都市のひとつ、**ウドーンターニー**へ 着後、ホテルにチェックインしフリータイム
夜:市内レストランにて夕食後、活気溢れる**ナイトマーケット**にご案内 食事:朝〇・昼〇・タ〇【ウドーンターニー泊】



早朝の托鉢体験(ルアンパバーン) 幻想的な紅い睡蓮の花々に覆われたシーン(ノンハーン湖)

- 早朝:**睡蓮の開花時間**に合わせ早朝にホテル出発し、**睡蓮の花祭り**の行なわれている**ノンハーン湖**へ 着後、**紅い花々に一面覆われて幻想的な湖面**をゆったりと遊覧し、**桃源郷の雰囲気**にひたっていただきます!
午前:近隣の先史時代の重要遺跡 **世界遺産 パーンチエン遺跡**及び**バーンチエン国立博物館**見学
午後:昼食後、再びメコン川にかかる**国境橋**を越えラオスへ ラオス側の車輛に乗り換え**ビエンチャン**へ
夜:市内レストランにて夕食後、1泊目と同じホテルへチェックイン 食事:朝〇・昼〇・タ〇【ビエンチャン泊】
- 午前～午後:昼食をさみ、**ビエンチャン**市内観光(寺院、凱旋門、記念塔、庭園等) 終了後、**ビエンチャン**郊外の**高速鉄道駅**へ ラオス高速鉄道にて**古都世界遺産ルアンパバーン**駅へ(所要:約2時間35分)
夜:着後、市内レストランにて夕食後、ホテルへチェックイン 食事:朝〇・昼〇・タ〇【ルアンパバーン泊】
- 午前:朝食後、約3時間ほど北上した少数民族**タイ・ルー族**が住む**ナーヤンタ村**へ ※この村は優れた織り手として知られる**タイ・ルー族の村**で、天然染料を用いた美しい藍染めが特徴的です。観光化されていない**素朴な村の人たちとの交流**をお楽しみください!
午後:村内で昼食後、大小約4,000体の仏像を納める僧侶瞑想の場「**パークウー洞窟**」へ(約2時間30分) 見学後、**メコン川ボートクルーズ**観光 終了後、**ルアンパバーン**へ
夕刻:着後、**王宮博物館**にて催される**ラオス伝統舞踊の公演**を鑑賞 終了後、市内レストランにて夕食 食事:朝〇・昼〇・タ〇【ルアンパバーン泊】
- 早朝:**地元の人たちに混ざって心洗われる「托鉢体験」**
終日:ホテルに戻って朝食後、**ルアンパバーン**市内観光(ラオスで最も美しいと言われる寺院**ワット・シエントーン**、別名**スィカ**の**ワット・ピスナラート**、かつての**王宮**だった**国立王宮博物館**等) 食事:朝〇・昼〇・タ〇【ルアンパバーン泊】
- 朝:**トクトククに乗って近くの市場に行き食材の買い出し**
午前～昼:ホテルに戻って先生の指導で**ラオス料理作り体験**の「**クッキング教室**」へ引き続き、**作った料理で昼食**を!
午後:昼食後は出発まで**フリータイム** 軽い夕食を取りルアンパバーン空港へ 19:15発ベトナム航空にて、ベトナムの首都**ハノイ**へ 深夜:ハノイ空港で飛行機を乗り換え、成田空港へ 食事:朝〇・昼〇・タ〇(軽食)【機中泊】
- 朝:7:00頃、成田着予定・解散 食事:朝 ✈️ 昼 ✈️ タ ✈️
添乗員/同行します 食事:朝食6回・昼食6回・夕食7回
利用予定航空会社:ベトナム航空

※注意 日本語者の観光目的のタイおよびラオス入国に査証は必要ありません。ただし入国時パスポートの残存有効期限が6ヶ月以上あることが条件となります。

コース番号:21-8N68-000