

ビシュケク案内



2017年1月

在キルギス日本国大使館

目 次

ビシュケク市概観	_____	p.3
ビシュケク市の歴史	_____	p.4
Ⅰ. 見どころ	_____	p.4
Ⅱ. 買い物	_____	p.7
Ⅲ. ホテル	_____	p.9
Ⅳ. 滞在上の注意事項	_____	p.12
Ⅴ. その他	_____	p.18

在キルギス日本国大使館

住所: 16, Razzakov str, Bishkek, 720040, Kyrgyz Republic

Tel: +996-(0)312-300050

Fax: +996-(0)312-300052

開館時間 09:00-17:45(昼休み 12:30-13:30)

休館日: 土日祝

HP: <http://www.kg.emg-japan.go.jp/>

ビシュケク市概観

ビシュケク市はキルギス共和国の首都です。北緯43度に位置し、札幌市と同じ緯度にあります。ビシュケク市は、中央アジア・カザフ・ステップの南端に位置します。ビシュケク市の南には標高4000m級のアラ・トー山脈(天山山脈支脈でキルギス山脈の一部)が控えており、ビシュケク市も標高が750-900mにあります。市の東北部には標高約1000mの山脈があり、カザフスタンとの国境を形成しています。これら山脈に挟まれた地区を「チュイ盆地」と言い、その中心部にビシュケク市は位置しています。ただし、同市の北西側に山はなく、そのままカザフ・ステップにつながります。



ビシュケク市は、「暑い中央アジア」、「冷涼な山岳地帯」、「寒暖の差の激しい盆地」という三つの要素が組み合わさった気候となっております。夏期には都市部では気温は40℃まで上がりますが、山間部では冷涼です。空気は乾燥しています。冬期は、温度は時にマイナス20℃まで冷え込み、昼間溶けた雪が夜間再凍結し、道路は滑りやすくなります。また、冬期も暖房により室内は乾燥しています。

(参考)2015年平均気温及び平均降水量(ビシュケク市、カッコ内は夏の平均最高気温と冬の平均最低気温)

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
平均気温	-2.6 (-7.1)	-0.8 (-5.2)	5.3	12.3	17.4	22.4 (29.0)	24.9 (31.7)	23.8 (30.9)	18.5	11.0	4.7	-0.9 (-5.1)
平均降水量 (mm)	26	35	55	67	61	34	21	13	19	45	42	35

(出典:「天候と気候」<http://www.pogodaiklimat.ru>)

(参考2)2015年平均湿度(ビシュケク市)

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
平均湿度 (%)	75	75	71	63	60	50	46	45	48	62	70	75

(出典:「天候と気候」<http://www.pogodaiklimat.ru>)

ビシュケク市は、ソ連時代に都市計画の下で造成され、市の中心部の道路は碁盤目状ですが、建物は旧ソ連時代のコンクリート・ビルと昔ながらの一軒家が混然と立ち並んでいます。アラ・トー山脈から流れる水を利用して街全体に水路が張り巡らされ、多くの樹木が育ち、多くの公園があります。

ビシュケク市の人口は約98.4万人(出典:キルギス国家統計委員会2016年1月現在)です。キルギス人の多くはイスラム教スンニー派を信仰していますが、アルコール類を飲用する人もいます(ただし、豚肉は食用しない人が多いです)。ロシア人の多くはロシア正教を信仰しています。

言語は、トルコ語系統のキルギス語が国家語です。ロシア語も公用語としての地位を有しており、広く使用されています。地名など、ロシア語とキルギス語で読み方が異なる場合があるのでご注意ください。テレビ・ラジオ

等においては、以前はロシア語が一般的でしたが、徐々にキルギス語の比率が高くなっています。英語は一部のホテル・レストランでのみ通用します。

ビシュケク市の歴史



ビシュケク市は、1820年代、コーカンド汗国がタシケントからカシュガルに至るキャラバンルートを警備するためピシュペク(Pishpek)砦を建設した時にはじまります。軍の駐屯地の周囲に定住者や貿易商人が集められました。1862年、キルギス人のソルト(Solto)族がロシア人の加勢を得て砦を攻撃、その後ピシュペクはロシア人が管理を行っていきます。当時のこの地域の中心都市は現在のトクモクでしたが、水害のため1878年春に地域行政庁がピシュペク(現在のビシュケク市)に移りました。1926年、キルギスがソ連邦に加盟したことに伴い、ピシュペクはフルンゼ市という名称に改められました。1991年ソ連邦末期にキルギス共和国としての独立が宣言され、同時にフルンゼ市は現在のビシュケク市へと名称が変更され、新生キルギス共和国の首都となりました。

I. 見どころ

1. ビシュケク市内

キルギス国立歴史博物館

Кыргызский государственный исторический музей

所在地: アラ・トー広場 / Площадь Ала-Тоо / Ala-Too Square

TEL:626105 開館時間:9:00~17:00(休憩時間:13:00~14:00) 休館日:月曜日

入場料(外国人):200ソム(学生75ソム)

” (現地人):大人30ソム, 大学生15ソム, 高校生以下10ソム

写真撮影料:200ソム

キルギス国立歴史博物館は1925年に設立されました。この博物館ではキルギスの石器時代から現代までの様々な遺物が展示されています。3階にはキルギス国内で発掘されたサカ族の金装飾品や青銅品が展示されており、たとえば、茶碗を持ったユニークな突厥の石人などが見られます。また、アク・ベシム遺跡で発掘された仏陀が描かれた装飾品も展示されています。2階には旧ソ連社会主義時代の品々が展示されており、ソ連邦が崩壊した現在では世界中でここで見られない展示物もあります。1階は特別展示場になっています。1階入口近くにある土産店では、ビシュケク市内の他店に比べ良品で安価な品物が販売されています。当博物館には「黄金コレクション」と呼ばれる展示があり、入場料は、外国人300ソム、現地人70ソムとなっています。見学時間は火曜日と木曜日の10時から17時までです。

G. アイティエフ名称キルギス国立造形芸術美術館

Кыргызский национальный музей изобразительных искусств им. Г.Айтиева

所在地: ユースプ・アブドラフマノフ(旧ソヴィエツカヤ)通り196 / ул. Ю.Абдрахманова (Советская), 196 / Y.Abrakhmanov Str., (Sovetskiy), 196

TEL:661623, 621641 開館時間:10:00~17:00(入場は 16:30 まで, 金曜日のみ 10:00~16:00) 休館日:月曜日

入場料(外国人):大人100ソム, 大学生50ソム, 高校生以下30ソム

// (現地人):大人40ソム, 大学生20ソム, 高校生以下10ソム

※写真撮影不可

G.アイティエーフ名称キルギス国立造形芸術美術館は1935年に設立されました。2階ではキルギスの画家であるアイティエーフ, チュイコフ, アクリベコフなどの作品とロシアの画家であるレベッキー, アイバゾフスキー, レーピンなどの絵画が展示されており, 1階ではキルギスの現代画家の作品が展示されています。また, フェルトや皮革を使用したキルギス特有の装飾品も展示されています。

M.V.フルンゼ生家記念博物館

Государственный мемориальный дом-музей М.В.Фрунзе

所在地:フルンゼ通り364 / ул. Фрунзе, 364 / Frunze Str., 364

TEL:660607 開館時間:10:00~17:00 休館日:月曜日

入場料(外国人):キルギス国立銀行レートで1\$ (約70ソム)

// (現地人):大人10ソム, 大学生5ソム, 高校生以下5ソム

※写真撮影不可

この博物館は, ミハイル・フルンゼというロシア革命時代に活躍した有名な革命家・軍人が生まれ育った生家をそのまま大きな建物で囲った形となっています。ビシュケクは1878年にキルギスの行政の中心地となりましたが, 1926年からソ連邦崩壊の1991年まで, この都市はこの革命家・軍人の名をとって, フルンゼと命名されていました。

バザール

ビシュケクには, 大小様々のバザールがありますが, そのうちオシュ・バザール, ドルドイ・バザール, アラメディン・バザール, オルトサイ・バザールは規模が大きく, ビシュケクを代表するバザールと言えます。ビシュケク市民の生活を知るのに最適な場所の一つです。ただし, スリ等が多いので十分注意してください。



●オシュ・バザール Ошский Базар

所在地:ビシュケク市西部 営業時間:朝~18:00頃

ビシュケク市内最大のバザールです。生鮮食料品, 衣料品, 日用品等何でも揃っています。買い物客が多く, 大変混み合うので, スリなどには特に注意が必要です。キルギスの手工芸品を扱う店が集まっている一角があり, ここで土産品を買うこともできます。

●ドルドイ・バザール Дордой Базар

ビシュケク市北部のはずれにあり, 市内から車で30分ほどかかります。バザールの規模は, 中央アジア最大と言われており, 中国製やトルコ製品をロシア・カザフスタン等に再輸出するための巨大な卸売市場です。薄暗い場所が多く, スリなどには注意が必要です。午後 3 時を過ぎると人通りが少なくなるので, 買い物は昼過ぎまでに済ませてください。

●アラメディン・バザール Аламедынский Базар

市の北東部にあり, 生活に必要なあらゆる品物が売られています。

●オルトサイ・バザール Ортосайский Базар

市の南東部にあり、日常生活に必要なものほとんどが手に入ります。また、土曜日、日曜日にはフリーマーケットが開催されています。

2. ビシュケク市郊外

アラ・アルチャ自然公園

Природный национальный парк Ала-Арча

ビシュケクの南へ約40km行ったアラ・トー山脈のアラ・アルチャ渓谷にアラ・アルチャ自然公園があります。ビシュケク市内から車で約30分程度で行くことができます。この公園には、往復約3kmの川沿いのコースと、往復約8kmのアク・サイの滝へ行くコースの、2つのトレッキングコースがあります。道沿いでは、目前にそびえる雄大な山脈と荒々しい渓谷の美しさが楽しめます。テンシャン・トウヒ、モミ、コノデカシワなどの樹木、時には、鷲、アイベック(野生ヤギ)、まれにユキヒョウなどの動物を目にすることもできます。川沿いのコースは、道が比較的整備されているので、スニーカー、ウォーキングシューズで十分ですが、アク・サイの滝へ行くコースは、場所によっては道があまり整備されていないため、トレッキング用の装備で行くのがおすすめです。



なお、公園の入り口(入園料450ソムが必要)は標高が1300mあり、夜間は夏場でも冷え込むので、ジャンパーやカーデガンが必要です。

ブラナの塔

Башня Бурана

ブラナの塔は、2014年に登録された世界文化遺産「シルクロード:長安-天山回廊の交易路網」の構成資産です。ビシュケク市からイシク・クリ湖へ至る道路(「ジベック・ジョル通り」;シルク・ロードの意味)を約60km進み、トクモク市で山の方向に右折し、約10km進むと平原の真ん中にブラナの塔が出現します。この塔は10世紀半ばに建てられました。建てられた当時は45mあったものが、数度の地震で先端部分が倒壊し、現在の高さ(24m)になったとのこと。塔の中の狭く暗く急な階段を登ると塔の頂上に達します。塔の頂上から2つの山脈の間に広がるチュイ盆地の広大な農業地帯を見ることができます。塔の近くに小さな博物館があり、この塔の沿革とこの地域の歴史を知ることができます。この地域は、出土した遺物から10世紀から13世紀にかけて栄えたカラハン朝の首都の一つ「バラサゲン」であったと推定されています。



アク・ベシム遺跡

Городище Ак-Бешим

ブラナの塔から5~6kmのところアク・ベシム遺跡があります。アク・ベシムは、西突厥(6世紀)の二つの首都のうちの一つであったスイヤーブ(碎葉城)の遺跡です。周囲の城壁が残っており、仏教寺院跡も

発掘されました。7世紀に玄奘三蔵が中国からインドに向かう途中、イシク・クリ湖を通過してココスイヤーブ（碎葉城）を訪れ、もう一つの首都（場所は特定されていません）で西突厥の王に会い、歓待を受けたと「大唐西域記」に書かれています。

日本政府が拠出した資金により、2011年から2014年にかけて日本の考古学者とキルギス学術機関による遺跡保存調査が行われました。

ク拉斯ナヤ・レチカ遺跡

Городища Навекет (Красная Речка)

ロシア空軍が駐留するカント市と工業都市トクモク市の間、チュイ河の左岸のク拉斯ナヤ・レチカ（ロシア語で「赤い川」の意）の地に、7世紀から9世紀にかけて栄えたナヴィカッタ都市（ナヴィカッタとはソグド語で「新しい町」の意）の遺跡があります。都市を建設したのはソグド人で、敷地内で仏教寺院、キリスト教ネストリウス派寺院、ゾロアスター教寺院と施設、カラハン朝時代の宮殿等が発見されています。ソ連時代はこの遺跡から長さ11mの横臥している仏陀像が出土され、ロシアのエルミタージュ美術館に搬送されました。1996年、1997年にはキルギスと日本との共同発掘調査が行われ、日本政府が拠出した資金を用いてユネスコとキルギスによる遺跡保存調査も行われました。

地元住民も場所を知らないことが多いので、専門家に案内してもらう必要があります。

II. 買い物

1. 土産物

キルギスの代表的な土産は、フェルト製の民芸品、ベスト、帽子、バッグ等で、デザインの可愛いものが多いです。絵はがきやアルバム等、紙製品は比較的高価です。代表的な店は次のとおりです。

(1) イシククリ・ブランド・ショップ

● 土産物店「ダイーリ(Daairy)」内

所在地: チュイ通り 114 / пр. Чуй 114 / Chuy Avenue 114

TEL: 661-131, 営業時間: 10:00~19:00 定休日: 日曜日

● トクトグル通り店

所在地: トクトグル通り 140 (カフェ「Relax」の並び) / ул. Токтогула 140 / Toktogul str. 140

営業時間: 9:00~18:00(12:00~13:00を除く), 定休日: 土曜日, 日曜日

JICA がキルギスで援助する一村一品運動の店。一村一品運動産品が購入可能(フェルト製品, 草木染め, ジャム, エスパルセット等の高山植物の蜂蜜, アプリコットやシーバクソン, 山羊のミルクなど自然素材を配合したオリジナル石けんなど)。店内には他にも工芸品店があり, 一般的なキルギス土産も購入可能。カラコル市にも同じショップがある。

(2) ツム・デパート(中央デパート)ЦУМ

所在地: チュイ大通り/155 пр. Чуй 155 / Chuy Avenue 155

TEL: 621-547, 909-908

営業時間: 9:00~22:00(日曜日は 10:00~20:00)

ビシュケク市最大級のデパート。5階建てで、1階は携帯電話、2・3階は化粧品、衣料品など、4階は電気製品など。5階ではキルギスの土産品などが売られており、種類、品数ともに多い。

(3) トゥマール (Tumar)

所在地: イサノフ通り N80-2 / ул. Исанова N80-2 / Isanov Str., N80-2

TEL: 311-323, 311-403

営業時間: 10:00~20:00 定休日: なし

キルギスの伝統模様をあしらったオリジナルデザインのぬいぐるみやアクセサリ、バッグ、クッションカバー、シルダック(キルギス伝統の羊毛フェルトの敷物)など、土産に最適。湯飲みなどの陶器類も扱っている。

2. デパート、スーパーマーケット等

最近では、ビシュケク市にも、ビシュケク・パークなど、西側の雰囲気を感じさせるショッピング・モールも出ています。商店の営業日・営業時間は店により多少異なりますが、年中無休、24時間営業の商店・スーパーマーケットも増えてきています。

(1) ベータ・ストア Beta Stores

所在地: チュイ通り 150-A / пр. Чуй 150-A / Chuy Avenue 150-A

TEL: 611-072, 80, 83 営業時間: 9:00~22:00(2,3,4Fは18:00まで)

市内中心部北西に位置するトルコ資本のスーパーマーケット。4階建てで、1階は食料品、日用品、2階は雑貨、3階は衣料品、靴、4階はゲームセンターなど。

(2) ベータ・ストア 2 Beta Stores 2

所在地: ユヌサリエフ通り 177-2 / ул. Юнусалиева 177-2 / Yunusaliev Str., 177-2

TEL: 464-831 営業時間: 9:00~22:00(専門店は21:00まで) 定休日: なし

ベータ・ストア2号店。1階は食料品や日用品、2階、3階は衣料品など。

(3) フルンゼ_ фрунзе

所在地: レフ・トルストイ通り 24 / Ул. Льва Толстого 24 / Lev Tolstoy str. 24 他市内に数店。

TEL: 986-100 営業時間: 8:00~24:00(一部店舗により異なる)

ロシア系スーパーマーケット。品揃えは割と良く、大抵の物は手に入る。上記店舗は大使館から徒歩10分弱。

(4) ナロードヌイ・スーパー Народный

所在地: ビシュケク市内各所

カザフ資本のスーパーマーケットのチェーン店で、ビシュケク市内各所にある。店により品揃えは多少異なるが、一部の店舗では24時間営業しているので便利。

(5) VEFA センター

所在地: ゴーリキー通り 27-1 / ул. Горького 27-1 / Gor'kiy Str., 27-1

TEL: 596-9014 営業時間: 9:00~23:00

近代的な総合デパート。1階にはスーパーマーケット「フルンゼ」が、2階にはピエール・カルダン、ベネトンなどのブランド店が入っている。3階はフードコートのようなエリアとなっており、映画館も併設されている

(6) ビシュケク・パーク Bishkek Park

所在地: キエフ通り 148 / ул. Киевская 148 / Kiev Str., 148

HP: <http://bishkekpark.kg/> TEL: 691-111 営業時間: 10:00~22:00

市内中心部北西に位置する2013年にオープンしたビシュケク市内最大のショッピング・モール。各ブランド店が入り、地下にはトルコ系スーパーマーケット「Yimpaş」や、カザフ系家電量販店「Sulpak」が入っている。また映画館、カフェやフードコートなども併設されている。

(7) グローブス Globus

所在地: アーリトコンバエフ通り 53/1 / пр. Аалы Токомбаева 53/1 / Aaly Tokombaev Prospekt 53/1

TEL: 930-660 営業時間: 10:00~23:00

ビシュケク市中心部から車で10~15分程度のところにある「ナロードヌイ・スーパー」系の超大型スーパーマーケット。1階にはカフェが併設されており、2階には子供用品店が入っている。また、大型の駐車場を備えて

いる。また、2016年12月に第2号となるレフ・トルストイ通り店(シャブダン・パーティル通りとイブライモフ通り
の間に所在)がオープンした。

(8) ボールソック Боорсок

所在地:レフ・トルストイ通り17 / ул. Л Толстого 17 / Lev Tolstoy str.,17

TEL:467-557

当地大手銀行「ロシンバンク」出資のスーパーマーケット。清潔感があり、比較的品物の種類も豊富。

また、2号店が総合デパート「ヴェスナー」(ул.К Акиев/Токтогула)に、3号店がメデロヴァ通りとエレバエヴァ
通りの交差点にある。

(9) ドルドイ・プラザ

所在地:イブライモフ通り115 / ул. Ибраимова 115 / Ibraimov Str., 115

2階建てのショッピング・モール。ツム・デパート近くにある。衣類、家電品、スポーツ用品、玩具店などがある。

(10) タシュ・ラバード Таш-Рабад

所在地:ゴーリキー通り1G / ул. Горького 1Г / Gorkiy Str., 1G

TEL:442153 営業時間:09:00~20:00

ビシュケク市中心部からやや南東方向に車で10分程度のところに位置するデパート。2階に Sierra Coffee
(カフェ)や革製品、キルギスのオーガニック食品等を扱う店がある。

(11) ジャパン・ワールド Japan World

所在地:マナス通り61 / ул. Манаса 61 / Manas Str., 61

TEL:442-160(一般受付), 0555-996-207/307

営業時間:09:00~20:00

カーテン、女性向け衣類などが売られている。日本人が経営する雑貨店である。店主は日本人。

(12) シナプロ

所在地:オルトサイバザール(野菜売り場付近) / Ортосайский рынок / Ortosay Bazaar 他

TEL:0543-919-388 営業時間:9:00~18:00

韓国食料品店で、味噌やうどん麺等の品揃えが豊富で、自家製キムチも販売している。また、韓国製品(シ
ャンプー・リンスなど)も売っている。

(13) ファーマーショップ ToRRo Фермерский магазин “ToRRo“

所在地:トクトグル通り92 / ул.Токтогула 92 / Toktogul str.,92

www.torro.kg (ロシア語のみ) TEL:0550-352-571 営業時間:9:00~21:00

新鮮な肉類、魚類、乳製品を取り扱っており、ベラジオ、ナビゲーター、オバマカフェなどのレストランやアン
バサダーホテル、パークホテルなどに商品を提供している。

Ⅲ. ホテル

*ビシュケク市には下記に挙げるもののほかにもたくさんのホテルがありますが、タクシーの運転手等は住
所がわからないことがあるので、地図やホテルの住所をお持ちになることをお勧めします。また、ホテルによっ
ては空港送迎サービスを行っている場所もありますので、予約時に確認していただくことをお勧めします。

(1) ハイアット・リージェンシー・ビシュケク (Hyatt Regency Bishkek)

所在地:ユースプ・アブドゥラフマノフ(旧ソヴィエツカヤ)通り191 /

ул. Ю.Абдрахманова (Советская), 191 / Y.Abdrakhmanov (Sovetskiy), 191

TEL: 661234, 669399

シングルルーム宿泊料: 245USD(朝食別・税込・インターネット込) インターネット: 有線・無線全室利用可
使用可能クレジットカード: VISA, Master Card, American Express,

ビシュケク市の中心地で、オペラ劇場と G. アイティーエフ名称キルギス国立造形芸術美術館の隣接地にあり、旧共産党系ホテルを改築した高級ホテル。ビジネスセンター、屋外プール、会議室などが完備され、ホテル内に地中海料理レストランがある。

(2)アンバサダー・ホテル (Ambassador Hotel)

所在地: オロズベコフ通り32 / ул.Орозбекова,32 / Orozbekov Str.,32

TEL: 979898,0770979898

シングルルーム: 140USD(インターネット・朝食・税込)

ダブルルーム: 160 USD(インターネット・朝食・税込)

使用可能クレジットカード: VISA, Master Card, American Express, Diners club

日本大使館の裏通りに位置し、当館から一番近い距離にある。当地 JICA 事務所もよく利用している。

(3)ソリュテル (Solutel)

所在地: オロズベコフ通り15 / ул.Орозбекова,15 / Orozbekov Str.,15

TEL: 903030, 0701-903030

シングルルーム: 112USD(インターネット・朝食・税込)

ダブルルーム: 126USD(インターネット・朝食・税込)

使用可能クレジットカード: VISA, Master Card, American Express, Diners Club

2015年にオープンした新しいホテル。アンバサダー・ホテルと同系列のホテルで、場所も同じエリアにある。こちらも大使館から至近距離にあり、フィットネス、サウナ、マッサージなどの施設を備えている。

(4)パーク・ホテル (PARK HOTEL)

所在地: オロズベコフ通り87 / ул. Орозбекова, 87 / Orozbekov Str., 87

TEL: 665518, 622497

スタンダードシングル宿泊料: 127USD(インターネット・朝食・税込)

スタンダードダブル宿泊料: 167 USD(インターネット・朝食・税込)

使用可能クレジットカード: VISA, Master Card, Maestro インターネット: 有線・無線全室利用可

街の中心にあり、当館をはじめ外交団や国際機関が出張者の宿泊用によく利用する。2011年にリニューアル改装され、より使いやすくなった。

(5)ブティック・ホテル (BOUTIQUE HOTEL)

所在地: バイティック・パーティー通り67-1 / ул. Байтик Баатыр 67-1 / Baytik Baatyr Str., 67-1

TEL: +996(312)593001

スタンダードシングル宿泊料: 60USD(インターネット・朝食・税込)

スタンダードダブル宿泊料: 100USD(インターネット・朝食・税込)

使用可能クレジットカード: VISA, Master Card, American Express, Maestro

インターネット: 無線全室利用可能(有線利用不可)。

新しい中規模ホテル。近くにショッピングセンターやカフェがある。

(6) ゴールデン・ドラゴン (The Golden Dragon Hotel)

所在地: エレバエフ通り60 / ул. Елебаева, 60 / Elebaev Str., 60
TEL: 902771

シングルルーム宿泊料: 130USD (無線インターネット・朝食・税込)

使用可能クレジットカード: VISA, Master Card, American Express

インターネット: 全室無線全室利用可 (有線はビジネスセンターのみ利用可。1M=10¢)

ホールが広く、開放感のあるホテル。ホテル内に韓国レストラン有り。

(7) シルクロード・ロッジ (Silk Road Lodge)

所在地: アブディモムノフ通り229 / ул. Абдымомунова, 229 / Abdymomunov Str., 229

TEL: 324889, 661129

シングルルーム宿泊料: 100USD (インターネット・朝食・税込)

インターネット: 全室利用可 (無線のみ。有線は部屋によっては利用不可)

使用可能クレジットカード: VISA, Master Card, American Express, Maestro, Union

屋内温水プール、スポーツ施設あり。

(8) ゴールデン・チューリップ (Golden Tulip)

所在地: イサノフ通り37 / ул. Исанова, 37 / Isanov Str., 37

TEL: 610707,

スタンダードルーム: 130USD (インターネット・朝食・税込)

デラックスルーム: 150USD (インターネット・朝食・税込)

使用可能クレジットカード: VISA, Master Card, American Express, Maestro

外資系ホテルチェーン。2014年にオープンし、中東料理が味わえるレストラン「サファイア」が併設されている。

(9) ドストウク・ホテル (Hotel Dostuk)

所在地: フルンゼ通り429-B / ул. Фрунзе, 429-Б / Frunze Str., 429-B

TEL: 433636, 433232

シングルルーム: 59USD (インターネット・朝食・税込)

ダブルルーム: 71USD (インターネット・朝食・税込)

使用可能クレジットカード: VISA, Master Card

独立広場近くに位置する、旧ソ連式の大型ホテル。ホテル内にレストラン「プレゴ」有り。

(10) グランド・ホテル (Grand Hotel)

所在地: フルンゼ通り428 / ул. Фрунзе, 428 / Frunze Str., 428

TEL: 340000

スタンダードルーム (シングル): 55-65USD (インターネット・朝食・税込)

スタンダードルーム (ダブル): 80 USD (インターネット・朝食・税込)

使用可能クレジットカード: VISA, Master Card, American Express

旅行者が比較的好く利用するホテル。ジムを併設しており、宿泊者は無料で利用できる。

(11) プラザ・ホテル (Plaza Hotel)

所在地: トゴロク・モルド通り52 / ул. Тоголок Молдо, 52 / togoroku Str., 52

TEL: 537777

シングルルーム: 120USD(インターネット・朝食・税込)

ダブルルーム: 140USD(インターネット・朝食・税込)

使用可能クレジットカード: VISA, Master Card, American Express

2014年にオープンした比較的新しいホテル。スポーツ宮殿(дворец спорта)の近くに位置し、ビシュケク市中心部からほど近い。近くにレストラン、カフェ等がある。

IV. 滞在上の注意事項

1. 査証

滞在日数が60日を超える予定でキルギスに入国する日本人は、あらかじめ駐日キルギス大使館等にて入国査証の取得が必要になります。また、キルギス入国後に60日以上継続して滞在する場合には入国査証とは別に「滞在のための査証」の取得が必要です。同査証の申請は、取得する査証の種類により、「キルギス外務省領事局」又は「キルギス政府付属国家登録庁付属人口及び戸籍簿登録局(通称:DRN)」の2つの機関に分かれます。また、同査証は入国査証の有効期限が満了するまでに取得する必要があります。

(1)「キルギス外務省領事局」で申請する査証の種類(6種類)

投資・ビジネス・就労・観光・外交・公用

○査証申請先

キルギス外務省領事局

住所: ビシュケク市トゴロク・モルド通り 10A

電話: (0312)66-3250, 66-3405

受付時間: 水曜, 土日, 祝日を除く平日, 9時30分~12時まで

(2)「キルギス政府付属国家登録庁付属人口及び戸籍簿登録局(通称:DRN)」で申請する査証(3種類)

留学, 宗教, プライベート(キルギス人配偶者等)

○査証申請先

・ビシュケク市及びチュイ州に居住の方は,

キルギス政府付属国家登録庁付属人口及び戸籍簿登録局本部

住所: ビシュケク市キエフスカヤ通り 58

電話: (0312)66-6120

受付時間: 土日, 祝日を除く平日

月・火・木・金: 9:00~12:30, 13:30~16:00

水: 9:00~12:30

・その他の地域に居住の方は,

居住地を管轄する事務所の窓口(滞在登録手続きと同じ窓口)

キルギスへの滞在期間が60日を超えての渡航・滞在を予定されている方は、出入国及び滞在に必要な手続きなどの必要事項について、必ず事前に駐日キルギス大使館(電話:03-3719-0828)等に確認してください。

2. 外国人滞在登録手続き

滞在期間が60日以内の当地滞在の場合、滞在登録は必要ありませんが、入国日より60日を超える際は、査証の取得と併せて、キルギス当局に対する外国人滞在登録が必要です。

個人や機関で登録する場合、宿泊場所が位置している各地域の国家登録窓口(УВД)にて手続きすることになります。

～ビシュケク市内の場合～

【各地区を管轄する窓口】

●レニンスキー地区

キルギス国家登録庁附属人口登録庁ビシュケク市レニンスキー地区旅券ビザ及び登録作業課

Отдел паспортно-визовой и регистрационной работы Ленинского района г.Бишкек ДРН при ГРС

住所:ビシュケク市モスクワ通り205

г.Бишкек, ул.Московская 205 Bishkek City, Moscow Str.,205

電話:352682, 352520

●スベルドロフスキー地区

キルギス国家登録庁附属人口登録庁ビシュケク市スベルドロフスキー地区旅券ビザ及び登録作業課

Отдел паспортно-визовой и регистрационной работы Свердловского района г.Бишкек ДРН при ГРС

住所:ビシュケク市スユンバエフ通り73

г.Бишкек, ул.Суюнбаева 73 Bishkek City, Suyunbaev Str.,73

電話:433220

●オクチャブルスキー地区

キルギス国家登録庁附属人口登録庁ビシュケク市オクチャブルスキー地区旅券ビザ及び登録作業課

Отдел паспортно-визовой и регистрационной работы Октябрьского района г.Бишкек ДРН при ГРС

住所:ビシュケク市レフ・トルストイ通り24(ペルヴォマイスキー地区と同建物内)

г.Бишкек, ул. Льва Толстого 24 Bishkek City, Lev' Tolstoy Str.,24

電話:590917 590934

●ペルヴォマイスキー地区

キルギス国家登録庁附属人口登録庁ビシュケク市ペルヴォマイスキー地区旅券ビザ及び登録作業課

Отдел паспортно-визовой и регистрационной работы Первомайского района г.Бишкек ДРН при ГР

住所:ビシュケク市レフ・トルストイ通り24(オクチャブルスキー地区と同建物内)

г.Бишкек, ул. Льва Толстого 24 Bishkek City, Lev' Tolstoy Str.,24

電話:590870

3. マナス空港での入出国手続き

(1)入国

ビシュケク市の空の玄関はマナス国際空港で、市内中心部からおよそ35km北西にあります。1階の到着フロアでパスポート検査、荷物引き取り(早ければ20分程度)、税関申告の順で手続きします。

パスポート検査の後、荷物を引き取ります。3,000USドル相当以上の現金や、特殊な荷物(薬品、銃刀類等)を有する場合には、内容を税関申告書(2枚)に記入し(用紙は機内配布または空港ロビーに備え付けてあります)、税関申告を済ませます。入国時に、所持品についての申告を正確に行えば、出国時に問題になることはありません。また、多数の電気製品等を所持している場合や、パソコンやビデオ、高価な

宝石・貴金属等を所持している場合は関税をかけられることがありますので、このような場合も、出国時のトラブル防止のためにも税関申告書に記載することをお奨めします。なお、法律により無申告での銃刀類、風紀を乱す有害出版物等の持ち込みは禁止されています。

(2) 出国

一般利用出国ロビーはマナス空港の2階です。出国時も入国時同様の品物について申告が必要です。(用紙は出発ロビーのカウンターにあります。)税関検査を行い、各航空会社カウンターでチェックインをし、その後、出国審査(パスポート検査)を受けます。

(注)VIP ルーム:マナス国際空港の1階には有料のVIP ルームがあり、次の料金の空港ラウンジを使用できます(到着時、出発時に利用可能)。パスポート検査、荷物の引取りを職員が代行してくれます。

-出国者:	
-3歳未満:	無料
-3~12歳の子供:	2500キルギス・ソム
-12歳以上:	5000キルギス・ソム

ドル払い可・カード不可

4. 滞在時の注意事項

(1) 医療

(イ) 当地における病気、現地の医療水準・設備

当地の病気としては、旅行者下痢症、感染性腸炎、食中毒、急性気管支炎、インフルエンザ、花粉症(アレルギー性鼻炎、アレルギー性結膜炎)、急性ウイルス性肝炎(A型肝炎、B型肝炎)、HIV/AIDS及び性感染症、マラリア、腸チフス、パラチフス、ブルセラ病、炭疽、ダニ脳炎(風土病:下記参照)、結核、流行性髄膜炎、旋毛虫症、エキノコックス症、疥癬、狂犬病、高山病(「世界の医療事情2013」)などがあります。また、当地医療制度は半ば崩壊している状況であり、高血圧症、動脈硬化症、糖尿病等の健康管理がままならないケースもあります。更に、トルコからキルギスを経てインドに至る地域は「炭疽ベルト」と呼ばれており、潜在的な脅威となっています(風土病:下記参照)。

一般に、当地の保健・医療水準は低く、設備も悪く、国営・市営の一般病院・各科専門病院はソ連時代からの旧態依然のままです。歯科及び一部専門分野では私営の病院がありますが、これも千差万別です。医師等はロシア語及びキルギス語を解するのみで英語は通用しないことが大半です。

出発前に海外傷害保険等に参加することをお勧めします。

(ロ) 日常生活での健康上の注意

(i) 風土病と健康上の注意

◎ダニ脳炎:フラビオウイルスがタイガダニを媒介して感染するもので、感冒症状に引き続き、脳炎、脊髄炎等の神経症状を発症します。重症化した場合には後遺症が残ります。山間部に出かける場合や、市内の公園で長時間過ごす場合には、予防接種打つことも必要です。なお、ワクチンは日本では認可されていません。

◎炭疽症:トルコからキルギスを経てインドに至る地域は「炭疽ベルト」と呼ばれています。未検疫の肉、毛皮等に付着した炭疽菌が皮膚及び腸に侵入して、皮膚炭疽症・腸炭疽症となって発症します。生焼けの肉を食べないことが予防に有効です。安全性・有効性の観点から予防接種よりも、生活面で予防を優先することが必要です。

(ii) 食生活上の留意事項:生野菜は清潔な流水で洗った後、食用してください。肉、魚はよく火を通して

ださい。当地水道水は歯磨き程度であれば問題ありませんが、飲用の際には煮沸する、もしくは市販のミネラルウォーターを使うことをお勧めします。

(ハ) 病院情報

NEOMED Diagnostic and Consultative Medical Center

◎場所: ビシュケク市オロズベコフ通り46, г.Бишкек ул.Орозбекова 46, Orozbekov Str.,46, Bishkek City

◎電話: +996(312)906090

◎診察時間: 午前8時から午後8時まで

◎概要: 外来診療と検査を行っている診療所です。入院施設・手術室はありません。内科, 産婦人科, 眼科, 耳鼻咽喉科, 心臓内科, 神経内科, 感染症内科, アレルギー科, 外科, 肛門科の医師が勤務しています。インターナショナルSOS社の指定病院です。ただし, キャッシュレスサービスは受けることはできません。領収書をもらい, 保険会社に請求することは可能です。英語は通じません。検査のみの患者も受け付けています。検査によっては事前に予約が必要です。

MEDI ltd

◎場所: ビシュケク市スエルクロフ通り 5/3, г.Бишкек, ул.Суеркулова 5/3, Suerkulov Str.,5/3, Bishkek City

◎電話: +996 (312) 59-56-27

◎診察時間: 午前8時から午後5時まで

◎概要: 外来診療, 検査, 入院治療を行っている病院です。ICU・入院施設・手術室があります。内科, 外科, 脳神経外科, 救命救急科, 心臓内科, 神経内科, 産婦人科, 眼科, 耳鼻咽喉科の医師が勤務しています。救命救急科に関しては 24 時間受け入れ可能です。ただし, キャッシュレスサービスは受けることはできません。領収書をもらい, 保険会社に請求することは可能です。医師によっては, 英語で診察を受けることも可能です。検査のみの患者も受け付けています。検査によっては事前に予約が必要です。

Yurfa

◎場所: ビシュケク市トクトグル通り 137, г.Бишкек, ул.Токтогула 137, Toktogla Str. 137, Bishkek City

◎電話: +996-312-66-55-61

◎診療時間: 検査は 24 時間, 年中無休

◎概要: 検査中心の医療機関で, 予約制で専門外来も行っています。入院施設はありません。検査設備は新しく, CT, MRI などの画像診断を含む主な検査を行うことができます。別の場所 (ユヌサリエバ通り 173/1, Unusalieva 173/1, 電話: +996-312-89-57-16) に手術室や入院病棟のある Urfa Clinic があり, 入院が必要な患者はここに搬送されます。

(2) 治安

2010年4月の政変以降, 国内では犯罪が増加傾向にあるほか, 一部の反政府勢力及び国民生活に不満を有する人々により集会・デモ等が行われるなど, 不安定な治安情勢が続いています。

また, 2016年8月30日には中国大使館において自爆テロ事案が発生するなど, テロ情勢についても予断を許さない情勢が続いています。

一般的に対日感情は良好であり, 特に日本人をターゲットにした犯罪の発生は認められませんが, 公共交通機関やバザールでのスリ, 路上での強盗や置き引き, 官憲による賄賂の要求, 身代金目的等による誘拐など, 金品を目的とした犯罪等に日本人が巻き込まれる可能性は十分にあります。

<防犯のための具体的留意事項>

- 公用語(ロシア語)又はキルギス語を理解し、かつ、信頼の置ける人と行動を共にする。
- ホテルの部屋や住居では必ず出入口に鍵をかけ、来訪者があった場合も、むやみにドアを開けず、必ず相手方を確認する。
- 夜間の外出は避け、昼間であっても可能な限り複数で行動し、暗がりや人通りの少ない場所には近づかない。
- 服装、所持品やアクセサリなど、必要以上に目立たない。
- 特に、銀行や両替所の周辺では、むやみに財布や現金を取り出さない。両替時の金額確認は両替所内で行う。
- 公共交通機関(バス、乗合タクシー)やバザール、デパート等の人混みでは、スリの被害に遭わないよう、常に手荷物の管理に気を配る。
- 無認可タクシー(いわゆる「白タク」)は利用しない。また、信頼できるタクシーであっても、特に夜間では女性は単独では乗車しない。
- カジノやナイトクラブ、バーなど夜間営業の店では、飲食代金を巡るトラブルも発生しているほか、店の周囲の治安も一般的に悪いことから極力立ち寄らない。

また、国内では、官憲等(偽の警察官を含む)によるトラブルも発生しています。旅券、入国査証及び滞在登録の有無について職務質問を行い、きっかけを作る例が多いようです。なお、日本人はキルギスへの入国査証が60日未満の滞在の場合は免除されているほか、滞在登録についても滞在期間が60日未満の場合は必要ないとされています。

<官憲等によるトラブルを防止するための注意事項>

- 滞在中は必ずパスポートを携帯する(コピーは原則不可)。
- 外出する際は、端正な服装を心がける。
- 警察官らしき人物から声をかけられた時は、まず、相手方に身分証明書の提示を求め、偽の警察官でないか否かを確認する。
- 質問には落ち着いて対応するとともに、自己に非がない場合は、相手方に十分に説明する。
- 所持品検査に際し、特に、財布等の貴重品については絶対に相手方に手渡さず、必ず自己の面前で確認させるなど、その管理には十分に気を配る。
- 相手方の要求等が不当であると感じた場合は、安易にこれを受け入れない。この場合、いたずらに相手方を刺激することなく、必要に応じて在キルギス日本国大使館への連絡を要請する。
- 緊急時は、大声を出して周囲の人に助けを求める。

(3)交通

国内では、交通インフラの整備が著しく遅れています。首都ビシュケクの道路でも、横断歩道やセンターライン等の白線が消えかかって判別しづらいほか、至るところに陥没した道路、蓋の外れたマンホール等が放置されている状況にあり、通行に際しては十分な注意が必要です。

スピード違反、信号無視、無理な追い越しや割り込みなど自動車の運転マナーは劣悪であり、また、歩行者についても、ところ構わず道路を横断しようとするため、非常に多くの件数の交通事故が毎年発生しています。実質的に車両優先社会であるため、道路を横断する場合等は、仮に信号が青であっても、周囲の安全に十分注意することが必要です。

冬季は、積雪や道路のアイスバーン化により事故の危険度が増加する反面、ノーマルタイヤのまま走行している車両も多く、歩行者、運転者ともに十分な注意が必要です。

●市内・市外交通

当地には地下鉄はなく、鉄道も路線が限られており、便利ではありません。ビシュケク市内の一般的な交通機関は小型乗合バス(9:00~21:00は10ソム, 21:00以降は12ソム), バス(8ソム), トロリーバス(8ソム)です。バス停には路線案内等の情報はなく、路線が分かりにくいので、BUS.kg というルート案内アプリケーションを利用するか、あるいは、運転手に確認して乗車する必要があります。また、朝晩のラッシュ時には相当混雑するので、車内のスリ等には注意を要します。

・タクシーの利用方法

電話をかけるか、レストラン(またはホテル)に呼んでもらってください(要交渉)。タクシーによっては、インターネットサイトや専用のアプリケーションを使って呼べるものもありますが、英語が通じないので、ロシア語かキルギス語で行先を指示できる場合に限り利用してください。主なタクシー会社は次の通りです。料金は市内であれば80~150ソム程度、市内~マナス国際空港間で500~600ソム程度です。

- ・Namba Taxi (メーター制:70ソム~) Tel:0312-976000
- ・Alfa Taxi (メーター制:70ソム~) Tel:0312-579999, 0543-859999
- ・Argo Taxi(メーター制:50ソム~) Tel:178, 0550-900-178, 0777-500-178, 0702-900-178
- ・Express Taxi(100ソム~) Tel: 156, 325205

1時間当たり300ソム (最大17kmまで)というプランも有ります。

(4)街頭販売

街頭で販売されているジュース、アイスクリーム、サムサなどは衛生管理が不十分なものもあり、食中毒、肝炎の原因にもなりかねません。出店などでの飲食物の購入は避けたほうが良いでしょう。

(5)公衆トイレ

ビシュケク市内には公衆トイレが少ない上、内部は汚く衛生管理が不十分で、トイレットペーパーが殆どありません。なお、大型デパートには有料トイレがある場合もあります。

(6)電圧

電圧は220V/50Hzです。電源プラグはSE型またはC型(フランス、ドイツなどで使用)となります。

(7)時間帯

日本との時差は常時-3時間です。夏時間の設定はありません。

(8)宗教

キルギス人のほとんどがイスラム教スンニー派の信者です。ただし、イスラム教と言っても厳格ではなく、アルコール類を飲用する人もいます(ただし、豚肉は食用しないことが多いです。)女性の服装も特に問題にならないことが多いですが、他方で、敬虔な信者も増えているのが現状です。当地ロシア人はロシア正教徒が多数を占めます。

(9)写真撮影

軍関係施設及び国境地帯の一部を除き、撮影は可能です。但し、国境付近において外国人が写真撮影したため身柄を拘束される事案が発生しているほか、他人をみだりに撮影して感情的な反発を招くことのないよう、最低限の節度は必要です。

(10)両替・通貨・支払い

両替は空港、ホテル内や市内の至るところにある両替所、銀行の両替コーナーで可能です。自由な両替が可能で、闇レートはありません。両替は変動レート制で、毎日変動しています(両替所によってもレートは多少異なります。夜間及び休日の両替はレートが悪くなることが多く、特に夜間の両替は、安全の問題もあるので、避けてください)。大抵の両替所では、米ドル、ユーロの両替が可能です。ただし、100ドル札以外の札や、書き込みがあったり汚れの激しい紙幣などはレートが下がったり、両替を断られたりすることもあります。当地では日本円の両替やトラベラーズチェックの利用は困難ですので、予め必要な額の米ドル、ユーロの持参が必要です。なお、高額の両替をする場合は、制限がかかる可能性があります。

当地での物品購入やサービスに対する支払いに関しては、原則としてキルギス・ソム払いとなりますが、一部旅行代理店・ホテル・レストラン等では米ドル等の外貨での支払いが可能な場合もあります。但し、釣り銭は現地通貨になります。

(11)電話

日本へのかけ方

00-81(日本の国番号)-先方電話番号の市外局番から初めの0を取った番号

または+81—先方電話番号の市外局番から初めの0を取った番号

(例:03-3580-3311(外務省代表)の場合 00-81-3-3580-3311)

(12)生活上必要な電話番号

消防 101 警察 102 救急車 103 電話番号案内 109

V.その他

●キルギス語の基本の挨拶

キルギスは旧ソ連圏の国であり、特に首都ビシュケク市ではロシア語が主流となっておりますが、キルギス語を話すと喜ばれることが多いです。

キルギス語	読み方(カタカナ表記)	日本語
Саламатсызбы?	サラマトスイズブイ	こんにちは。
Кандайсыз?	カンダイスイズ?	お元気ですか。
Ооба.	オーバ	はい。
Жок.	ジョク	いいえ。
Жакшы.	ジャクシュ	良いです。元気です。
(Чон) ырахмат.	(チョン) ラフマツ	(どうも)ありがとう。
Эчтеке Эмес.	エチテケ エメス	どういたしまして。
Атыңыз ким?	アトインギズ キム?	お名前は何ですか。
Менин атым ____.	メニム アタイム ~。	私の名前は~です。
Кечиресиз.	ケチレシズ。	すみません。
Кечирип коюңуз	ケチリップ コユヌズ。	ごめんなさい。
Саламатта калыңыз	サラマツタ カリニズ。	さようなら。(自分が去る場合)
Саламатта барыңыз	サラマツタ バリニズ。	さようなら。(自分が見送る場合)

※カタカナ表記は参考です。