

ウランバートル

モンゴルの首都ウランバートルで発見しましょう。豊かな文化、活気あるナイトライフ、魅力的なバス旅行、
繁栄するアートシーン、息をのむような自然の美しさがあなたをお待ちしています。

CHINGGIS KHAAN MUSEUM



www.visitulaanbaatar.net

MONGOLIA
ALWAYS MOVING

Citypass



Download Now!

ウランバートル の土地柄



政府庁舎正面にある
チンギスハーン像

街の大小にかかわらず、それぞれの街には素晴らしさや特徴、その土地の風土があり、歴史的遺産を受け継ぎながら二度と戻らない時間の中で悠久の歴史と新しい文化を創り続けている。すなわちこれを古代ローマ人たちはゲニウス・ロキ（その土地柄）と名づけた。

現在のモンゴル国の首都ウランバートルは400年の歴史を持ち、1億年の地球の歴史を街の中に保存していると言える、あなたは信じられるだろうか？

そう、あなたの聞き間違いではない。現代のウランバートルは何億年の地球の歴史の足跡を保存しているだけでなく、2千年も前の遊牧帝国の歴史の遺跡、モンゴル帝国の輝き、他では見ることのできない仏教芸術の至宝、先史時代の遊牧民の壁画などを街の中心部に保管し、現在世界中に散らばったモンゴル人たちの心の拠り所としてあり続ける生きた街である。

ウランバートルは誇りある歴史、語り継がれる伝説、美しい自然、神秘的寺院、斬新な近代建築を持ち、訪れる人々を暖かく迎える100万人都市である。

ウランバートルでゆったり滞在し、この街の雰囲気を感じ、もてなし好きなウランバートル市民と触れ合うといい。ウランバートルはあなたの旅行をもっと豊かにし、素晴らしい思い出が残るだろう。それゆえ、読者の皆さんをモンゴルの中心ウランバートルに「ようこそ」と歓迎する。

それではツアーをこのページから始めよう。**モンゴルの政治の中心地**

毎年世界中から何十万人もの旅行者がウランバートルを起点にモンゴル旅行を開始する。訪れる旅行者にはモンゴルの中心であるウランバートルに滞在し、より深く観光することをお薦めする。なぜなら、ここにこそ遊牧民族モンゴル人の歴史的遺跡があるからだ。もしあなたがウランバートルの美術館、図書館、博物館、昔の寺院、劇場、展示会を訪れればそれが分かるだろう。ウランバートルにゆったり滞在し、ここだけの文化的雰囲気に溶け込み、ふれあい、昔と今のモンゴル人について知識を深めれば、美しい自然の旅もさらに豊かで意義深いものになるだろう。

まずはウランバートル市の中心にあるスフバートル広場に行ってみるといい。スフバートル広場の北側にはチンギスハーン像、政府庁舎がある。この政府庁舎にはモンゴル帝国の皇帝や騎馬將軍像、中の博物館にはモンゴル高原の歴代遊牧帝国、大モンゴル帝国、ガラスで作ったチンギスハーンの肖像画、国家の象徴である9本の白い旗、迎賓用のゲルやモンゴル政治歴史博物館などがある。政府庁舎にあるモンゴル政治歴史博物館に行けば、2千年以上前のモンゴルの遊牧帝国に伝わる祭具を見ることをお薦めする。ここにはモンゴルの政治式典の祭具、昔の皇帝の玉璽、条約文書などここにしかない貴重な展示物が展示されている。

チンギスハーンはモンゴル人にとって世界征服をした軍事的指導者ではなく、ばらばらに分裂したモンゴル人をまとめ、遊牧帝国を設立し、法律を定め、文化・経済で多くの改革を行い、モンゴル人の発展の礎を作った英雄と考えられている。そのため、モンゴル人は彼の戦いと征服の歴史よりも、彼の類まれな才能を尊敬している。

現在、千年に一人の英雄・チンギスハーンの遺跡をウランバートルで見ることができる。

スフバートル広場には外国人旅行者だけでなく市民も好んで訪れる。広場で自転車に乗ったり、ローラースケートを楽しむ子供たち、スフバートル像の周りの狛犬の口をつないだ鎖に座っておしゃべりする若者たち、結婚式を挙げた新郎新婦、大学の卒業式を終えた学生、30年40年ぶりの同窓会に集まった「同級生」など、よく見ると人生の多くの場面に出くわす。実際にモンゴル人の人生の全ての思い出は、この広場と切り離すことができない。

モンゴルの歴史ツアーでもう一つ見逃せない場所は、ウランバートルから遠くないツォンジンボルドグという場所にあるチンギスハーン騎馬像と13世紀村テーマパークである。

ウランバートルはモンゴルの民主化の原点であり、新時代の文化芸術、教育・科学、ビジネス・経済の中心である。現在、ウランバートルには100以上の大学で17万人以上の学生が学び、高い教育を受けたビジネスマン、モンゴルや世界の企業のトップマネージャー、何千人もの公務員が通りを歩いて街の鼓動を生み出し、高層建築のビジネスセンターにあふれている。多くの博物館やギャラリーはモンゴルの芸術の遺産となったすばらしい作品や近代絵画の画家たちの展覧会を開き、劇場の舞台では現代劇や世界のクラシックが演じられ、最新設備が整った映画館ではモンゴルやハリウッドの新作が封切られ、多国籍料理など幅広いメニューのレストランでは友達、同僚、家族と過ごし、若者はコーヒーショップでおしゃべりをしたり、眼が回るようなリズムのナイトクラブではモンゴルと世界の有名DJによって若者たちが夜遅くまで踊る。世界の有名ブランド店が入るガラス張りの高層ビルの横を、銀飾りのついたベルトを締めて民族衣装のデールを着た馬飼いの若者が堂々と歩く姿を見ることができるのはここだけである。

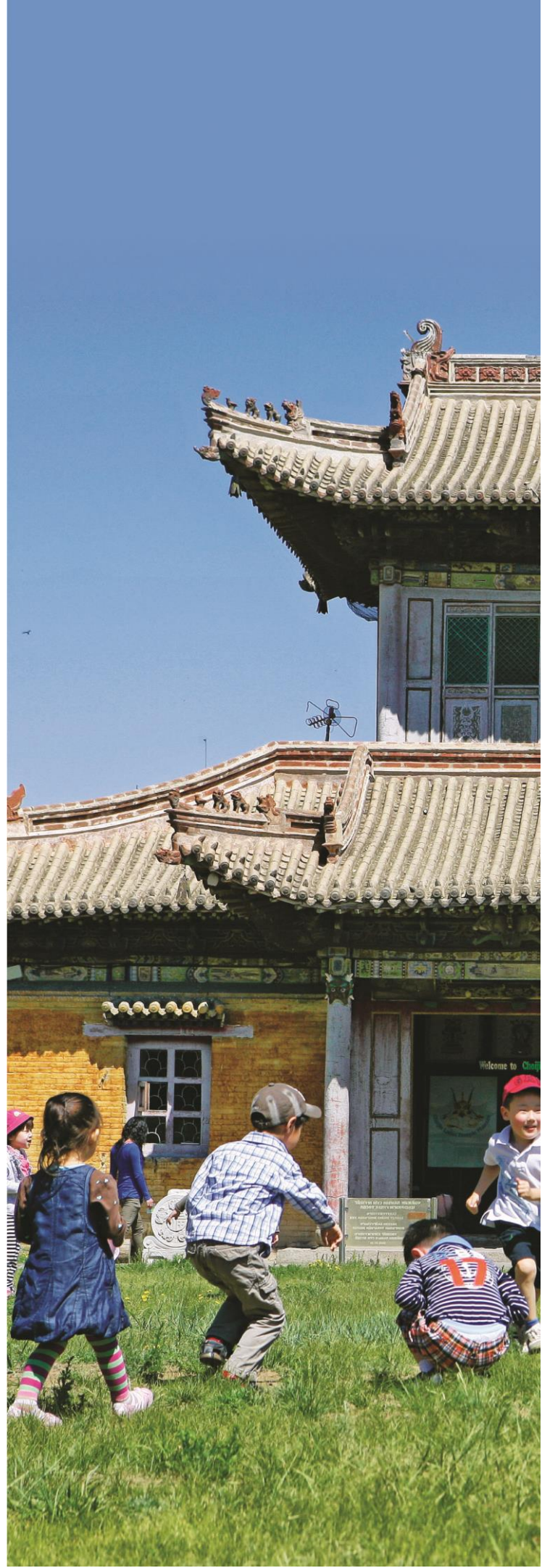
最近のモンゴル女性は雑誌コスモポリタンをモンゴル語で読み、ビジネスマンは雑誌Forbesのモンゴル語版をめくり、世界の最新の経済情報をブルームバーグ・モンゴリアから毎日入手しており、読書好きな者はA.カミ

文化遺産を大切に保護する街

モンゴル人が大切に保護し、現在復興させようとしているのが仏教文化である。仏教がモンゴルに広まるのは3回目であり、モンゴル人は仏教の文化・芸術を新しい段階に発展させてきた歴史がある。例えば、モンゴルだけにモンゴル・チベット、中国・チベット、中国・モンゴルなどが混在する建築様式の仏教寺院が残っている。20世紀初めには約1,250か所の寺院があったが、1930年代の大粛清の時にほとんどが破壊された。

1904-1908年にモンゴルの300人以上の職人が建てたチョイジンラマ寺院博物館の建物自体がすばらしい建築遺産であるだけでなく、博物館の中の展示物もモンゴルの仏教の豊かな歴史を物語る。そこでは、初代活仏ザナバザルの手

ユ、F.カフカ、村上春樹などの作品を忙しい平日の合間にも読破する。これこそがウランバートル市民の日々の生活であり、彼らの生活のリズムである。おそらく世界の多くの街にもあるリズムである。しかし、あなたが今まで感じたことのないリズムがここにはあるかもしれない。



ウランバートルの近代的高層建築の中に真珠のようにひっそりと隠れる昔の寺院



による見事な造作の作品やその弟子たちの作品だけでなく、精巧な銅の透かし彫りや仏像、経典、ツァム（チベット仏教の儀式）の仮面や道具を見ることができる。

また、活発に活動を行っているガンダンテクチェンリン寺院は、人々の間ではガンダン寺と呼ばれ、モンゴル人、外国人を問わず多くの人々が訪れる。訪れた人は皆、世界最大級の高さ約27mの開眼観音像を参拝する。実際この仏像の表情は慈愛に満ちている。1911年にモンゴル最後の皇帝ボグドハーン（ジェブツツンダンバ・ホトクト8世）がモンゴル国の独立、自由、安寧のために建立させたが、1930年代の粛清の嵐が吹き荒れたとき、その仏像は破壊された。後に1996年にモンゴル人が仏像を再建した。もしあなたがよく観察するならば、ガンダン寺はあなたに興味深い歴史を物語ってくれるだろう。

遊牧文化のユニークな特徴を吸収した「エリーン・ゴルワン・ナーダム（男の三競技）」は、モンゴルの国を挙げて祝う祭りで、草原の遊牧文化の土台として千年以上の間モンゴル人に受け継がれてきた。ナーダムは国家に結束を、家庭に安寧をもたらし、モンゴル民族の思想的・文化的統合の象徴となっている。夏の間中モンゴル各地でナーダムが行なわれるが、最も規模が大きく見所が多いのはウランバートルで行なわれる国のナーダムである。政府庁舎で保管されている国家のシンボルである「9本の白い旗」はナーダムの時だけスタジアムに運び込まれる。この時、何万人ものモンゴル人の観客は敬意を表し「オーハイ！」と声を上げ、祭典を盛り上げると外国人旅行者は驚かされ、さらにカラフルで現代的なデザインのデール(民族衣装)で着飾ったモンゴル人たちを見るとお祭り気分が盛り上がる。エリーン・ゴルワン・ナーダムは千年以上の歴史があり、必ず見るべき種目である。ナーダムに関連して開催される多くのイベントのテーマは興味深く、観客が共に楽しめるものだ。実際、ナーダム期間中ウランバートルの新しい魅力を発見し、市民の多様な生活や豊かな生

モンゴルのゲ ンル

モンゴルに住んでいた古代の民族や部族の住まいとなるフェルトで造るゲルの歴史は紀元前500年に上っており、つまりフェルトを製造してゲルを覆ってカバーし始めた頃から始まります。そのため、モンゴルのゲルは

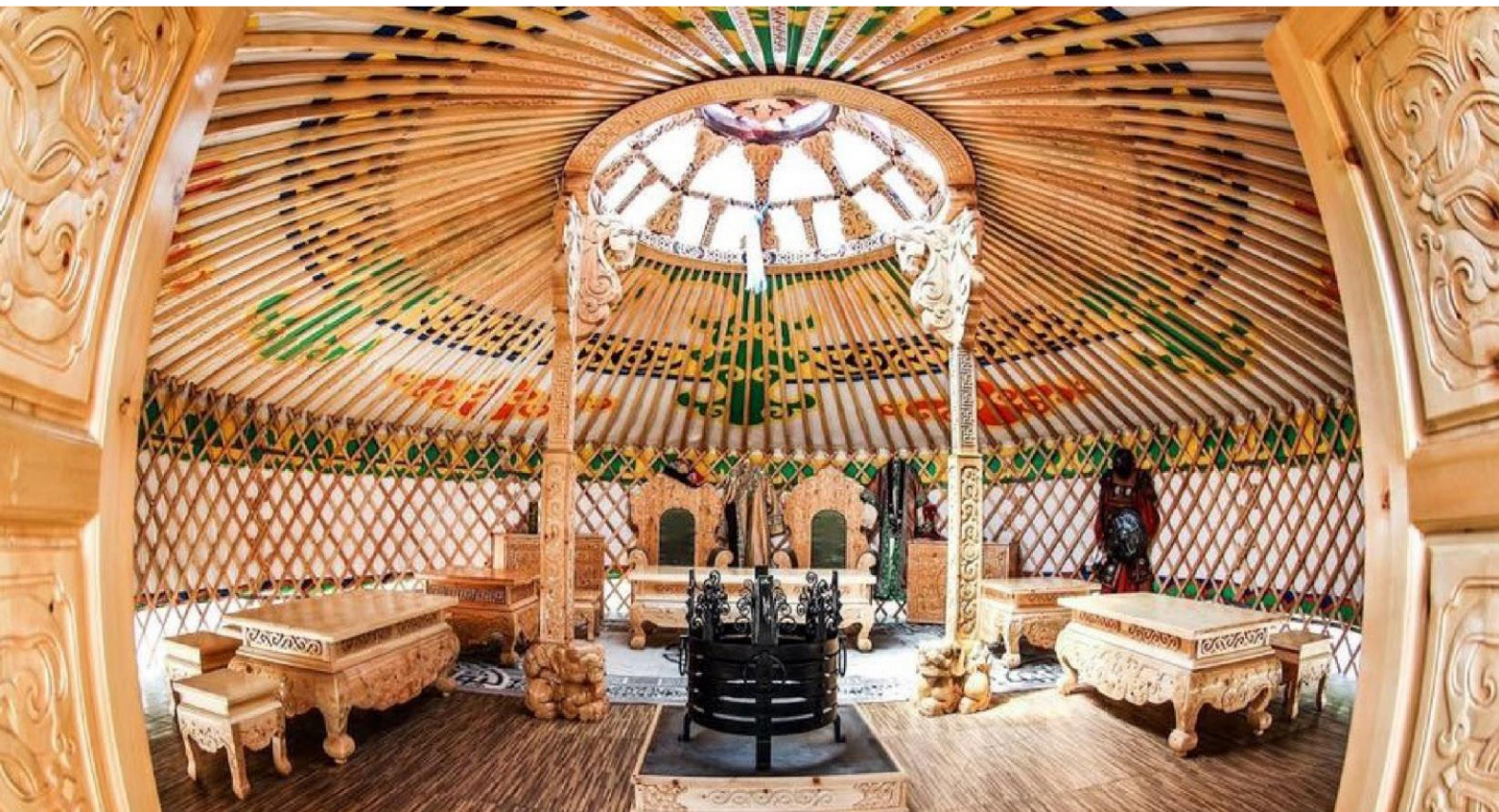


2500～3000年の歴史を持っており、13世紀頃から現代のゲルの形に大分近づいたとのこと。

ゲルの円い形状によって住まいの面積利用率を最大限にしており、壁の低さが移動に最適である上に風に対して安定しており、フェルトで覆うことで温かく、トーノ（ゲルの天井にある円形の窓のような開口部分）を通じて空気や明かりが入ってきます。

モンゴルは1年の内、約300日間には晴れており、秋、冬、春の寒い季節にトーノを通じて入ってくる太陽熱でゲルを暖めます。モンゴル人は昔からトーノから射した太陽の光で時刻を分かることができました。例えば、朝日が西側の内壁の上部に射すため午前中の時刻は内壁の上部に射した位置で計算し、午後はゲルの東の奥に敷かれた絨毯に射した位置で夕方までの時刻を大体分かります。ちなみに、旧名サイン・ノヨン・ハン・アイマグのダライ・チョインホル・ワンギーン・ホショー出身の職人はゲルの奥に敷く半月型の絨毯を日時計の目盛りを入れて作っていたと伝わっています。

ゲルの容量は壁（ゲルの壁は畳むようになっており、1枚ずつ広げて互いに繋いで円形にして建てる仕組みとなっています）の数で定まっています。昔にはゲルの壁の数を奇数で造っていたのですが、最近は偶数で作るようになりました。例えば、現代のモンゴル・ゲルの壁の数は4枚、6枚、8枚、10枚、12枚となっています。最も大きなゲルには壁1枚あたりに1人がベッドと持ち物を合わせて入れるとされており、この計算では壁12枚のゲルに12人が各自ベッドや持ち物をもって入れるようになっています。



モンゴル文字

モンゴル文字は13世紀にウイグル文字から派生した文字です。チンギス・ハーンに支えたウイグル人のタタ・トゥンガがモンゴル文字をモンゴル帝国に広めたことで有名です。モンゴル文字は縦に書き、左から右に綴られます。モンゴル文字は満州文字やモンゴル諸語のオイラト語を表記するために考案されたトド文字の基になりました。

モンゴルではモンゴル文字以外に契丹文字、パスパラマが1269年に作成したパスバ文字、ザヤ・パンディタが1648年に作成したトド文字、ジュブズندانバ1世・ザナバザルが1686年に作成したソヨンボ文字、ハンチェン・アグワーンが1905年に作成したワギンダラ文字、ラテン文字が使われていました。古代いわゆるウイグル式モンゴル文字の最古の資料として1267年のアバガ・ハーン、1289年のアルグン・ハーン、ウルジート・ハーンの勅書など貴重な遺産が現存されています。モンゴル文字は7母音と26子音をもつ表音文字です。



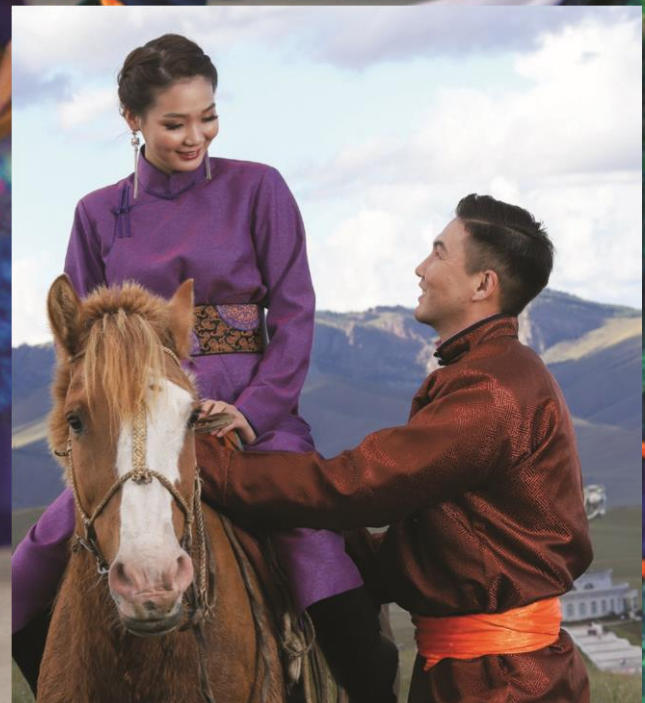
モンゴルの民族衣装

モンゴルの民族衣装は数百年の豊富な歴史を持っており、モンゴル人の生活の様式が完全に浸透しています。気候、生活環境や四季によって民族衣装の種類は多様多種です。夏には一重や薄い布の裏地のテルレグというデール（丈の長い上着を指します）、春や秋には綿入れのデール、或いは子羊の毛皮を裏地にしたデール、冬には羊の毛皮で作ったデールを着ます。

モンゴルの民族衣装は丈が長い上着で、帯を結びます。帯には日常的に必要な様々なアクセサリーを付けま

す。例えば、ナイフと火起こし、煙草、嗅ぎタバコ、キセル袋などを付けて飾ります。遊牧民のナイフの鞘にナイフは入れられず、お箸、爪楊枝、毛抜きなどを入られるようになっていました。これらのアクセサリーはほとんどが貴金属で作られており宝石で飾ることもあります。

どんな服装を着ているかによってその人の地位や身分を伺うことができます。女



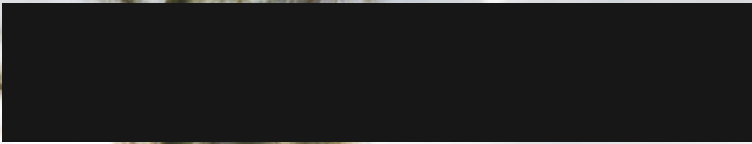


性の服装では既婚者が未婚者かを分かります。民族衣装は古代では素朴なものだったが次第に様々な模様や貴金属及び宝石で飾るようになったのです。服の飾りは文化や伝統習慣と密接に関係しています。

モンゴルのデールは左に打ち合せがある上着です。デールは加工した皮、布、毛皮、綿などの素材で作っており、模様、貴金属や宝石、真珠やサンゴの飾りやアクセサリを取り付けることがあります。モンゴルの諸民族は民族ごとに独自のデールのスタイルや作りをもっており、飾りやアクセサリ、帽子、靴も多様多様です。最近ではモンゴル人がデールを着ることが広がっており、祭りなどではデールを纏った若者のお洒落な姿が目立ちます。

モンゴルの神秘的な





モンゴルで昔から受け継がれた信仰がシャーマニズムです。モンゴルに住んでいた諸民族は紀元前3世紀までは草原の時代におり、いわゆる新石器時代からシャーマニズムを信仰してきたとされています。

シャーマニズムはテングリを崇拝しており、テングリは人間の生活、その環境となる自然、大地、水、植物や動物、自然の様々な現象、また先祖を支える主な守護神とされている。テングリはその下に人間や自然現象を守護する多数の神を司っており、その名もテングリで99のテングリがあると定まっております、人間に幸福をもたらす西側の55のテングリと悪をもたらす

東側の44のテングリがあるとされています。これらの東西のテンゲルという神々は常に争っており、そのため世間には幸福と苦しみが続く返してきていると説明されています。シャーマニズムの思想では世間は3つの世界からなっており、具体的にはテンゲルの世界、いわゆる天国と地獄、この2つの世界の間に中間の世界という3世界があるとされています。

仏教



モンゴルの主な宗教は仏教です。仏教はモンゴルに3回にわたって栄えており、第1回目はモンゴルの高祖である匈奴の時代と研究などで証明されています。仏教の第2回目の最盛期は13～14世紀、いわゆるチンギス・ハーンからトゴントゥムルハーンの時代に遡ります。なお、モンゴルでの第

3回目の仏教の最盛期には1578年に第3代ダライ・ラマがモンゴルに訪問し、ツォンカパによるゲルク派の教えがモンゴルに広まり、沢山の学僧が育ち、数百に上る寺院や仏教の哲学の修道院などができました。こ



の時代の仏教の主な代表者はハルハのウンドゥル・ゲゲン・ザナバザル（ジュブズンダンバ1世）であり、モンゴルの仏教の倫理、寺院や修道院の規律、お経の独自の方法などを定めました。その際、外国の習慣

やしきたりにそのまま従うことなく、モンゴルの伝統や文化に適合させて、モンゴル独特な仏教の特徴を生み出したことは本人の高度な知恵と才能を裏付けます。

ダンシグ・ナー ダム



まるで 400 年前にタイムトリップしたような現代の
祭り

ダンシグ・ナーダムを復興させる際、1728年に第2代活仏が即位したときのダンシグ・ナーダムをどのように開催し、どのような式典を行ったのかなどの詳細が、1861-1910年の間モンゴルに駐在した領事館員が残した「モンゴル国民の祭り」にはチラシとともに記録されており、マクスル・ホルツが書いた「ドローン・ホショーのダンシグ・ナーダム」という小説やキャプタの商人ルジニコフが1896年に家族で旅行した時に撮影した写真に基づいて再現された。



ダンシグ・ナーダムの歴史

大モンゴル帝国の最後のハーンであるリグデン（リンダン）・ハーンが1634年に崩御してから1911年までモンゴル国のハーンは空位だった。この困難な時代にダンシグ・ナーダムは、バラバラになったモンゴル人の心をまとめ、自国の領土、宗教文化を守る意識を高め、モンゴル人の独立と宗教文化の独立性を表明するために行われていた。最初のダンシグ・ナーダムは初代活仏のウンドゥル・ゲゲーン・ザナバザルが開催し、今のウランバートルの街ができるきっかけとなった歴史と関係がある。

ダンシグ・ナーダムはモンゴルの独立を守った

教舞踊)、

僧侶による仏具製作コンテスト、読経コンテスト、宗旨問答など様々な競争が行われ、このナーダムをより興味深いものに行っている。

国のナーダムだと言え トシェート・ハーン（ゴンボドル。ジ）の

息子でチンギスハーンの直系の子孫

一歴史家S. チョローン

である5歳のザナバザルが初代活仏・ジェプツンダンバ・ホトクトに即位した祝賀式典として行われたダンシグ・ナーダムを、シレート・ツァガン・ノールという土地で1640年に初めて開催した。この最初のダンシグ・ナーダム以降、ハルハ7旗の一族の貴族、学者・僧侶が集まるようになった歴史がある。このナーダム以降、ハルハモンゴル人が初代活仏ウンドゥル・ゲゲーン・ザナバザルの周囲を固めるようになった。

が毎年開催されるようになった。

ダンシグ・ナーダムの際、相撲の力士たちは政治問題についても話し合うようになった。こうして、1910年のダンシグ・ナーダムの時ハルハの影響下にある貴族、僧侶がボグドハーン山のヌフト溪谷で秘密会議を行い、モンゴルの独立について話し合い、帝政ロシアに支援を要請することで合意し、チンワン・ハンドドルジ、ダー・ラマ・ツェレンチメド、内モンゴルの官僚ハイナンらを任命し、モンゴル独立運動を行うことを決定した。

最初のダンシグ・ナーダムのモンゴル相撲で、僧侶の若者が優勝し、それ以降その僧侶をブフ・ラマ（力士僧侶）と呼ぶようになった。一方、競馬ではモンホルの馬が優勝した。それ以来、ダン



シグ・ナーダムで優勝した力士、馬を称え、表彰式を行うようになり、「ハルハ7旗ナーダム」ダンシグ・ナーダムの復活によりモンゴル人が大切にす文化遺産が消滅を免れ、モンゴル人と外国人と一緒にこの祭りを楽しむことを願っている。これこそが、現代の国のナーダムの流れをくむダンシグ・ナーダムである。



ウンドゥル・ゲゲーン・ザナバザルがモンゴルの宗教指導者である初代活仏ジェブツンダンバ・ホトクトに即位した祝賀式典の際、ハルハ7旗のほとんどが歴史上初めて集まり式典を行ったことは興味深い。

—歴史家 Sh.ナツァグドルジ



らしさを知る



モンゴルの民族芸能であるオルティンドー（民謡）、ホーミー（喉歌）、馬頭琴、ビイ・ビイレゲー舞踊などはユネスコの無形文化遺産に登録されている。



オルティンドーとホーミーどの国の民族にも伝統的な芸術は民族・部族の生活や習慣、世界観の特徴に深く根差している。モンゴル人の音楽好きな性格の原点は何といってもオルティンドーとホーミーにある。モンゴル人のよりどころであり、彼らが自然を崇拝し、人類社会を深く探求する世界観の秘密を音楽を通して理解する際には、ホーミー、オルティンドーが手掛かりになる。ホーミーを聴くと遠く of 山脈の風景、水や風の音、動物や鳥の鳴き声、人と自然が一体となり、心の中の世界が開かれていくような気がする。また、馬頭琴の調べは見渡す限りの草原が目に見え、オルティンドーの自由でのびやかな旋律は心の深いところを揺さぶり、時間や日々の暮らしを忘れさせる。オルティンドーとホーミーを聴くには、劇場では狭すぎると感じるだろう。

コントーションと民族舞踊

ウランバートルを訪れた人が必ず見るべきもう一つのもは、コントーション（軟体芸）である。昔から皇帝や貴族の宮殿で祭りや祝いの席で少女や女性が仏像の荘厳さ、生き物の形や動き、美しい模様をまるで関節がないかのように柔軟な身体で表現する芸だ。

一方、モンゴル舞踊の美しい形、モンゴル人の心の動きを表した民族舞踊とビイ・ビイレゲー舞踊も忘れることはできない。中央ハルハ地方の舞踊にはモンゴル人が大切にしている心、相手に尊敬を表す動き、優雅でしなやかな動きがもとになっており、一方西部モンゴルの部族の舞踊には手と胸の早い動き、肩を揺らす動きなどが強調される。

モンゴル舞踊、ビイ・ビイレゲー舞踊、軟体芸に合わせて馬頭琴の演奏とオルティンドーとホーミーを歌う驚くべきパフォーマンスをぜひ見てほしい。

民族音楽舞踊 アンサンブル

モンゴルでコントーションは古典芸術になるまでに発展した





このアンサンブルはウランバートルの旅行者向けにモンゴルの民族芸能のエッセンスを抽出して披露する。この公演は民族音楽と民謡を通じてあなたを天にそびえるアルタイ山脈の頂上や美しいフブスグル湖のほとり、東モンゴルの大平原、南ゴビの雄大な自然に連れて行ってくれる。このアンサンブルに来れば、あなたはモンゴル舞踊の素晴らしさ、オルティンドー、ホーミー、ビイ・ビイレゲー舞踊、軟体芸をまとめて見ることができる。また、民族音楽舞踊アンサンブルの演目にある「モンゴルの妃たち」「チンギスハーンの子孫」「太陽の伝説」「遊牧民」などの舞踊劇、「サラフフーの系譜」ミュージカルを見る機会があれば、見逃す手はない。モンゴル国家音楽祭典モンゴル国家音楽祭典の歴史は匈

奴帝国の時代に始まり、13-14世紀に最盛期を迎え、世界史上類を見ない規模と構造の国家式典音楽を作った。モンゴル帝国の歴代皇帝の音楽祭典について、マルコ・ポーロ、プラノ・カルピニ、ウィリアム・ルバークら歴史家の記録に残っているほか、元朝秘史、元史、アルタン・トブチ、ボロル・エルヒ、フフ・ソダルなどの歴史書、宗教書にも記録されている。

モンゴル民族の祭典は深い象徴的意味合いがあり、モンゴルの音楽文化の伝統と、知的文化への誇りが込められている。

モンゴル国家音楽祭典は昔の足跡を詳細な規則に従い行



アジアズ・ゴット・タレントで決勝に進出した「フスグトン」

われ、現在の音楽祭は元朝時代の国家音楽祭典で演奏されていた曲を再現していることが特徴だ。それゆえ、音楽祭典で流れる曲は800年前から聞こえてくると言ってもよいだろう。

モンゴル国家音楽祭典はモンゴルの国家式典、歓迎式典、外交式典の際に開催される規則となっている。

馬頭琴アンサンブル

馬頭琴を弾くと遥かなる草原と澄み渡る青い空、馬の群れが思い浮かび、外国人はモンゴルを旅してみたくなり、外国に住むモンゴル人は郷愁に涙を誘うほど、馬頭琴の調べには人の心を動かす力がある。

モンゴルが誇る馬頭琴アンサンブルのメンバーはプロの演奏家で構成され、彼らはみな高い才能と実力を持っている。馬頭琴アンサンブルは中国、韓国、北朝鮮、カナダなどでツアーを行い、ロシアのポリショイ劇場、フランスのユネスコホールや、イタリア、オーストリアのウィーン楽友協会、スイスの国連ホール、ドイツ・ベルリンフィルハーモニー、日本のサントリーホール、アクロス、オーチャードホールなど世界の有名な舞台上で演奏してきた実績がある。馬頭琴アンサンブルの「素晴らしきモンゴル」「Playing love」「Novel Melody」など多くの素晴らしいナンバーが毎回演奏される。

新時代の民族音楽バンド

ウランバートルの舞台上で「アルガ・ビレグ」「アルタン・オラグ」「フスグトン」「ドモグ」など多くの民族音楽バンドがオリジナル曲を発表している。彼らは民族音楽のスタイルをロックやジャズなど現代音楽にミックスした新時代の音楽を生み出している。

最近の民族音楽バンドは国際映画プロジェクトにも参加し、世界的に有名な舞台上で演奏し、音楽祭にも参加し、彼らの作品はグラミー賞など名誉ある賞にもノミネートされている。

ウランバートルには民族音楽や舞踊の多くのグループがあるが、残念ながらここですべてを紹介することはできない。昔の遊牧民の時代から皇帝の宮殿で多くの人々を喜ばせてきた民族芸術の素晴らしさ、伝統を拡大し今の時代



の芸術と かけ合わせた素晴らしいパフォーマンスはウランバートルでだけ見ることが出来る。

人形劇場

モンゴル国立人形劇場は1948年に設立され、今日までの75年間では子供に向けて多数の人形劇の作品を生み出し、文化や芸術の教育を提供している唯一の劇場です。人形劇場の俳優たちは国際人形劇フェスティバルなどに参加し、作品を披露すると共に国際交流を深め、モンゴルの文化や伝統習慣を国外に宣伝しています。

Tumen Ekh 楽団

「Tumen Ekh」伝統文化楽団はモンゴル民族伝統芸術、モンゴル長唄、民族舞踊、民族楽器、古代及び現代のハルハ・モンゴルの舞踊、ホーミー、賛美歌、コントーション、ツァム（仏教の舞踊）及びシャーマンの踊りなど豊富な興行があり、常に国際的にモンゴルの伝統芸術を振興することに力を注いでいます。

モンゴル国立大劇場

国家芸術大劇場は1950年に設立されました。民族歌舞の尽きない遺産、二度とない独自の文化の振興を推進しています。この劇場はモンゴルの昔からの音楽、舞踊の豊富な遺産を受け継いでいます。

国立オペラ劇場オペラ劇場はオーケストラ、ソロイスト、バレエ、合唱などの芸術部門、修繕部門、舞台・照明部門などがあり、280

人の職員が勤務しています。レパートリーには世界及びモンゴルのクラシックとなる100以上のオペラがあり、1年に26のオペラや21のバレエを100回以上にわたって興行しています。

国立ドラマ劇場

国立ドラマ劇場は1956年に設立されたモンゴル初の有数の劇場であり、700～800人を収容可能な2つの

ホールを有し、容量 500 人の舞踏ホールがあります。この劇場では世界又はモンゴルのクラシック作品が興行されており、シェイク

スピアの「ハムレット」、「リア王」、「オセロ」、「マクベス」、「リチャード 3 世」、「ロミオとジ

ュリエット」などの傑作が興行されました。

HUMAN 劇場

HUMAN 劇場は 2019 年に設立され、ゲルを劇場にし

た独特な施設です。民族文化遺産や伝統芸術を広く宣伝しています。

主なイベント

モンゴルの美しい冬、伝統習慣と文化、現代のエクストリームスポーツに興味を持っている誰をもを歓迎するこの祭りは毎年 2 月に行われている。この祭りでは以下のイベントや催しが行われる。

ウランバートルの冬まつり

- スポーツ競技
 - 氷の上での弓矢は全国優勝大会とアマチュア大会



- 氷上シャガー（蹠）優勝大会、アマチュア大会
- スノーボード全国優勝大会
- パラグライダーUB市優勝大会
- 雪上ラグビーUB市優勝大会
- スキーアマチュア大会
- アイスクライミングアマチュア大会
- 家族共に競う駅伝大会、綱引き大会

● エンタメ、サービス

- パラシュートショー
- 四輪バギーパレード
- 鷹狩りショー
- スノーボード実演
- 犬ぞり



● 参加規模：

- 飲食店
- スキーやそりのレンタル

- 計 900 名の選手
- 1万人の来訪者



鷹祭り

カザフ民族の伝統と文化、その象徴的な鷹狩りを毎年 3 月に開かれるこの祭りを通じて味わえる。この祭りでは以下のイベントや催しが行われている。

● イベント

- 鷹匠のパレード（色鮮やかな民族衣装、勇敢な鷹、華麗な馬具などを揃えた鷹匠を選ぶ）
- 鷹匠の腕を試す鷹の競争
- 鷹狩りの実演
- カザフ民族遊戯（コクバル頭をはねたヤギを奪い合う遊戯、コイン掴み）
- 騎射実演

ウランバートル」観光フェア

モンゴルで活動を行っている航空業者が新たに提供している旅行ルート、その価格及び観光商品の紹介、国外旅行者による観光商品、観光クラブやボランティア団体の紹介などが行われているこのフェアが 5 月に開催されている。このフェアに参加している旅行会社、ホテル、観光キャンプ、ゲストハウス、大学、国家機関及び NGO、航空業者、各種旅行・観光クラブ、旅行用品店、旅行用品製造業者などの企業や団体に関する情報を入手できる貴重な機会である。

● イベント

- 観光ルートに関する諸情報
- 旅行保険サービス
- 観光の新動向に関する説明・協議
- 航空業者による新ルートの紹介
- 旅行者によるツアー紹介
- ホテル、観光キャンプ、ゲストハウスに関する情報など。



- モンゴル、中国内モンゴル自治区、ロシアのプレイヤー、トゥヴァの選手





Power Expo & Festival (15月に開催)

Power Expo & Festivalは今年12年目に開催されており、エクストリームスポーツ、エンターテインメントと博覧会が一つになっているイベントである。



テンゲル・ワールド・シャーマン・フェスティバル (5月に開催)

テンゲル・ワールド・シャーマン・フェスティバルはモンゴル国民の伝統・文化の重要な遺産であるシャーマニズムの大規模な祭りであり、世界の多くの国々のシャーマンたちが参加する。



「UB バイクツアー」国際自転車フェスティバル (6月に開催)

「UB バイクツアー」国際自転車フェスティバルは健康的なライフスタイルを好む自転車レースの愛好者が集うイベントである。

草原の風」国際モーターフェスティバル

アジアの国々から参加者が集うこの大規模のモーターフェスティバルは毎年6月に開催されており、モータースポーツに興味を持つ一人ひとりの待ち望むフェスティバルである。特に「ティーロード」国際観光連盟の加盟国であるロシア、中国、日本、インドはお馴染みの参加者である。

イベント

- モータークラブによるパレード（ウランバートル市内からツォンジンボルドグまでのルートを走る）
- オートバイショー
- オート愛好家たちの競争イベント
- 展覧会・売店
- ショーイベント
- 参加規模
- モンゴル、中国、ロシア、インド、日本、ヨーロッパ



の国々からのオート愛好家

- チョッパー、クロスバイク、オートバイ、4輪バギーなどを楽しめる
- 30組のクラブ、800人余りのオート愛好家たち、5000人の来訪者



「デールフェスティバル」

モンゴル民族の伝統文化、様々な民族のデール（民族衣装）、アクセサリ、民芸の有形及び無形遺産の普及・宣伝の目的で毎年7月に開催されている。

- 参加規模
- モンゴル、中国内モンゴル自治区、ロシアのトゥヴァからの参加者
- 2000人余りがパレードに参加している
- UB市の区や企業・団体
- 7000人余りの来訪者の約1000人は観光者である。
- 主なイベント
- 民族衣装を着た参加者のパレード
- 時代の移り行きを披露したファッションショー
- 伝統習慣、民族衣装、アクセサリ、民族遊戯、民芸などを楽しみ、体験できるゲル
- 芸術・文化イベント
- 民族衣装やアクセサリの販売
- 参加者の民族衣装コンテスト



「プレイタイム音楽祭 PLAYTIME

PLAYTIME 音楽祭（7月）

PlayTime 音楽祭はウランバートル市の中心から30キロ離れている「モンゴル宮殿」観光施設で開催されています。年々国外から参加するバンドやアーティストが増えており、イベントの規模が拡充されています。

UB フードフェスティバル

2013年から毎年8月に開催される「UB フードフェスティバル」はモンゴル料理及び健康で美味しい食生活について知ってもらう目的で行われてきた。フェスティバルではモンゴルで造られた食品を



販売し、モンゴル料理店の有名なシェフたちが作った様々な料理を試食できる。イベントの目玉として、ベストストリートフードを作るお店、ベストシェフを競い合い、来訪者の間に様々な料理コンテスト、楽しいゲームを行う。並びに、音楽や芸術のショーや料理の実演な

ダンシング・ナーダム (8月)

「ダンシング・ナーダム-フレ・ツァム」宗教・文化祭は毎年8月上旬の週末に開催されるイベントです。この宗教・文化祭では仏教の伝統習慣や文化を盛大に再現すると共にナーダム祭の3競技が



行われる大きなイベントです。

「オーハイ」距骨はじき（シャガイ）フェスティバル

毎年 10 月に開催される「オーハイ」距骨はじき（いかに的中できるかを競う遊戯であり、弾き方、その精シャガイ）フェスティバルはモンゴルの伝統的な遊戯の度、眼力、集中力、指の感触、距離感、忍耐力などを養一つ-距骨はじき、いわゆるシャガイハルバーを競うイベウ。

ントである。距骨はじきは距骨を指で弾いて並べた骨を
ルジ自然保護区域に位置するチンギス山周辺（11 キ
ロ）を通り、トーラ川が最も綺麗に見える大理石の

を楽しみ、また乗馬を体験できる。



「ウランバートルジョギングフェスティバル」

ウランバートルジョギングフェスティバルは 岩の山を楽しめる。

9月に開催されており、韓国とモンゴルのジョギン ジョギングフェスティバルに参加する皆さんが愛好家た
ちが美しい自然の中を歩く。ゴルビテレは現地の住民が作った民芸品、乳製品などの買い物

「ヒーモリ」国際騎射フェスティバル



騎馬民族の習慣、伝統、独自の文化を宣伝し、若い世代への継承を目的として毎年9月に開催されている。このフェスティバルにはマレーシア、カナダ、ハンガリー、南アフリカなどの18カ国の40人余りの参加者が今までに参加してきた。



イベント

- 騎射隊パレード
- 3-5種類の競争
- 芸術団による演劇
- 火矢ショー
- 馬上の芸
- モンゴル舞踊
- 騎射実演

チンギスハーンの生誕記念日 - ハーンたちの集い

偉大なハーンであるチンギスハーンの生誕記念日 モンゴルは毎年大ハーンの誕生日を祝うことにはモンゴル全国で「モンゴル誇りの日」として毎年11月 ったことでチンギスハーンを始めとするモンゴル人たちに祝っている。この日は歴史・文化、伝統習慣を世界に の歴史・文化を世界の国々人たちに正確に伝えて理解し発信し、祖先を敬い誇りに想う日である。 てもらふ、広めるための重要なイベントとなっている。



ナーダム開会式。国家の象徴である9本の白い旗の掲揚式

現代のモンゴルは何千年も前の遊牧民の文化を受け継いでいることで知られている。しかし、遊牧民の生活様式を見るために、何百 km も行く必要はない。

活リズムを見ることが出来る。大空の下、野外ステージでクラシック・コンサートやモンゴルオペラが上演され、モンゴル民族の舞踊の祭典が開催され、「デールを着たモンゴルナーダム」イベント中はデールを着飾った国内外の参加者が集まってパレードし、お揃いの白い服を着たモンゴルの若者たちはDJの最新の音楽に合わせて一晩中踊る。このようにナーダム期間中は現代と伝統のコントラス

トがあり、昔も今もそしてこれからも変わらず旅人に優しく、もてなし好きで、安全なウランバートルのリズムが伝わってくる。あなたはウランバートルにもっと長く滞在したいと思うことだろう。

現代のモンゴルは何千年も前の遊牧民の文化を受け継いでいることで知られている。しかし、遊牧民の生活様式を見るために、何百 km も行く必要はない。ウランバートルから少し郊外に出れば、伝統的な生活を続けている遊牧民が、あなたをモンゴル人らしいもてなしで迎えてくれる。美しい自然の中を馬で駆け、遊牧民の家庭を訪問すれば、もてなし好きな家の主が伝統的な料理を振る舞ってくれ、家族の一員のようにゲルと一緒に泊まることは得がたい経験だ。翌朝早く起きてゲルの外に出れば、見渡す限りの草原で、遠くでのんびりと草を食む羊や馬の群れが見え、静かな自然はあな

たを否応無く数百年前の世界にタイムスリップしたような気持ちにさせる。

訪問した遊牧民家庭の伝統的な生活様式は、旅行者に見せるためのものではなく一般のモンゴル人の生活そのものであり、誇りを持って受け継いできた伝統であることが感じられ、いつまでも心に残るだろう。

美しい自然

手つかずの美しい自然はモンゴルの代名詞である。ウランバートル周辺にある国立公園では、独自の自然の生態系で何万年も前から息する希少な野生動物があなたを迎え、心



デール・フェスティ



バル

ナーダム祭のイベントの一つである「デール・フェスティバル」は毎年開催されています。このフェスティバルはモンゴル民族の伝統文化、様々な民族のデール（民族衣装）、アクセサリ、民芸の有形及び無形遺産の普及・宣伝、デールを通じて次

世代に歴史・文化を継ぐ、首都ウランバートルを国際的に宣伝し、観光客の需要に合った観光商品、斬新なサービスの提供を目的として開催されています。デール・フェスティバルはナーダム祭の「前夜祭



」として市民や観光客が楽しむ重要なイベントとなっています。

世界的に認められて注目を集めた、独特なつくりと鮮やかな色合いを誇るモンゴルのデールを身にまとして「デール・フェスティバル」に参加するよう招待しております！





ウェンディ・モリソン：
モンゴル国立歴史博物館文化遺産教育アドバイザー

モンゴルに来た旅行者には国立歴史博物館を見学することをお勧めします。なぜなら、モンゴルは他の国にはないユニークな歴史と遊牧文化があります。遊牧文化について、またこの国がなぜこのような道を行ってきたかについて、モンゴルはもちろん世界中でここウランバートルの国立歴史博物館でだけ知ることができます。しかも英語ですよ。

ビルゲハーンの金の冠
(7世紀)

チンギスハーン広場に隣接する博物館には素晴らしい展示品が保管されている。

スフバートル広場に隣接する博物館には素晴らしい展示品が保管されている。これがモンゴル国立歴史博物館である。ここにしかない貴重な展示品を通じて見学者を何千年前の昔にタイムトリップ

することができる。そのため、ある旅行者はモンゴル旅行をこの博物館からスタートすることを薦めている。また、ここにはモンゴルの民主化の歴史を知ることができる。モンゴルは32年前に民主化したばかりで、比較的歴史が浅いけれども、最も順調に発展したことを世界の政治指導者たちが認めている。モンゴルの歴史ツアーでもう一つ見逃せない場所は、ウランバートルから遠くないツォンジンボルドグという場所にあるチンギスハーン騎馬像と13世紀村テーマパークである。ウランバートル市民の休日の憩いの場であり、旅行者が好んで訪れる場所の1つが、ウランバートル市街から東へ54kmのツォンジンボルドグという歴史の舞台になったことがある場所にあるチンギスハーン騎馬像である。世界最大の騎馬像で、250トンのステンレス鋼で覆われ、

土台からの高さが40mあるチンギスハーン騎馬像の中には展示室もある。モンゴルを訪れた多くの国の旅行者が最も記念写真を多く撮る場所である。また、ウランバートルから98kmにある13世紀村テーマパークでは、800年以上前の遊牧民がどのように学び、何を着て、どのように暮らしていたのかを体験しながら知ることができる。その他、ウランバートル近郊のイヒテンゲリンアム、ガチョールトなどにある太古の岩絵を見たり、「元朝秘史」やその他の歴史文献に書かれた場所について知ることができる。これら全てが、喧騒に包まれた近代的都市の中やその近くにあることが信じられない。一方、現代のウランバートル、ウランバートル市民について言えば・・・



ウランバートル に関する の事実



ウランバートルは、昔と今をつなぐ不思議な縁があり、素晴らしいアーティストや力強いスポーツマン、才能豊かなビジネスマン、高い教育を受けた若者がいて、崇高な理想と明るい未来にあふれる街である。ウランバートルは世界のほかの大都市と同じく生活の選択肢が多く、可能性あふれる、エネルギッシュに躍動する、豊かな文化生活と面白い出来事、冒険に満ちた街だ。

1 学生の街

ウランバートル市は145,000人の学生が69の大学や専門学校で勉学を励んでおり、学生の街と呼ばれています。例えば、モンゴル国立大学、科学技術大学、農業・牧畜大学などの国立大学が長年にわたって知識人を育成しています。

2

世界最初の自然保護区の1つがウランバートルにあるボグドハーン山は世界最初の自然保護区の1つである。3000年以上の昔からボグドハーン山を崇拝して来たことが歴史書に記されている。また、1294年のモンゴルの大元オースの法律第398条には、ボグドハーン山、オトゴンテンゲル、ハンヘンティー、アルタイン・ヌセル・ダワーなど自然の美しい場所を保護区に指定しており、1778年にボグドハーン山を正式に自然保護区にした。

3

モンゴルの金融の中心
現在、ウランバートルには14の国内商業銀行が営業しているほか、アジア開発銀行、欧州復興開発銀行、中国銀行、スタンダードチャータード銀行、三菱東京UFJ銀行、AIG銀行、三井住友銀行など、世界的銀行が

出張所をウランバートルに開設している。 **4**

アジアで最初のオペラ劇場はウランバートルにできた現在の国立オペラ劇場は世界的なアーティストが所属し、世界・モンゴルの素晴らしい演目を数多く持っている。

5

野生の馬が生息する

ウランバートルから **80km** のところにあるホスタイ国立公園には **4-7** 万年前から生息する野生馬の最後の生き残りの群れであるモンゴル・タヒを自然のままに見ることができる。

6

現代の茶の道

人類の歴史において、ユーラシア大陸を結



ぶ昔の有名な2つの道がある。1つはシルクロード、もう1つは茶の道である。茶の道は、ウランバートルを通る交易の道で、シルクロードに次いで物流が盛んだった。現代においてもウランバートルはユーラシアを結ぶ鉄道の結節点としての地位を確立している。

8

太古の遊牧民の宝物

匈奴帝国の皇帝や一族の墳墓がある「ゴル・モド」遺跡から発掘された芸術品は非常に貴重である。例えば、動物をかたどったデザインで精巧な作りの乗り物に施された金銀銅の装飾や、太古の遊牧民が多くの国、中でもローマ帝国と交易していた証拠となる **2100** 年前の古代ローマで作られたガラスの杯など驚くべき出土品が見つかった。このような芸術的で精巧な作りのローマのガラス杯は全世界で **10** 個ほどが見つ

7 アスリートたちの故郷

ウランバートルで生まれ育った多くのメダリストがいる。ボクシング選手では **2008** 年の北京オリンピック金メダリスト **E. バドラル** ・オーガン、世界選手権銀

メダルの **N. トウグ** スツォクト、オリンピック銀メダル、世界選手権優勝の **P. セルダンバ**、射撃ではオリンピック銀メダルの **O. ゲン** デグマー、日本の大

相撲では第 **68** 代横綱・朝青龍 **D. ダグワドルジ**、第 **69** 代横綱・白鵬 **M. ダワージャ** ルガル、第 **70** 代横綱・日馬富士 **D. ビャンバドルジ** など、世界的に有名な多くのスポーツマンがウランバートルで生まれ育った。

かっている。この杯についてドイツの学者ゲーリー・ハンスは「このような杯は古代ローマの一部の貴族だけが使っていた。これと同じ杯はボンに **3** つ、ニューヨーク中央博物館に **4** つ、ロシアのエルミタージュ美術館に **2** つ保管されているだけである」と述べた。この出土品を見れば、ウランバートル大学の考古学博物館に事前予約の上で見学することができる。



9

自然 と隣 り合 う街

実際、ウランバートルから数 km 離れただけで数百万年

前の地球はこのようだったのではないかと思う手つかずの自然、静かで見渡す限りの草原、のどかな遊牧民の暮らし、大昔の寺院の遺跡、自然保護区域、何千年前の遺跡、岩絵などを見ることができる。

10

安全な街ウランバートル

ウランバートルの街では犯罪の発生率は非常に低いだけでなく、市民はおっとりとした親切な人々である。また、市民の多くは外国語が話せるので、何かあなたが困ったことがあれば助けてくれるだろう。さらに観光シーズンには街の通りのあちこちにツアーガイドボリスという印をつけた高度な外国語能力のあるボランティアの若者が待機し、いろいろな問題であなたを手伝ってくれるだろう。



近代技術の進歩と人々の夢の象徴である高層ビルが立ち並ぶ中に、昔の寺院が真珠のようにひっそりと隠れている。

隠れた真



珠





モンゴル仏教の中心、ガ
ンダンテクチェンリン寺院
は5代活仏・ジェブツンダ
ンバ・ホトクトの命で1838
年に建立された



ガンダン寺

宗教が禁止されていた時代にも、僧侶たちの読経、鐘や太鼓などの音が途絶えなかったガンダンテクチェンリン寺院はモンゴル、モンゴル・中国、チベット・中国の建築様式の6つの伽藍と仏教大学などからなる。境内で熱心に祈りを捧げる市民に混ざって中に入れば、焚かれたお香の香りが漂ってくる。

境内の一番北の観音堂には開眼観音像がある。高さ約27メートルのこの仏像を1911年に初めて建立した。社会主義者が1937年に仏像を破壊し、ソ連に持ち去った。信仰の対象を失ったモンゴル人は1991年に仏像の再建を開始し、1996年に完成した。



ミシェルはモンゴルに来てこの開眼観音像を見て、「26.5mの高さの大仏像は、参拝し祈りをささげる場所である以上にモンゴル人の自由、独立、将来の幸福の象徴となった。モンゴル人は社会主義体制を崩壊させた後、自由の象徴としてこの大仏像を再建した。この開眼観音像は人類を救済し守護している。」とインタビューに答えた。
_ 米国の俳優で旅行者のミシェル・ロドリゲス





ズーンフレー・ダシチョイリン寺院

ダシチョイリン寺院

ズーンフレー・ダシチョイリン寺院は、チベット、モンゴルの建築様式で、140本の柱があり、夏には縁の下を広げられるバトツァガン堂、16mの高さの弥勒菩薩像がある弥勒堂や、金堂など多くの美しい建物やイヒ・フレーの30の塔頭、経堂があった。これらの建物には釘が1本も使われていない。ダシチョイリン寺院は最大のモンゴル式建築である。

現在、ダシチョイリン寺院には100人以上の僧侶が修行する3つの建物がある。伝統的宗教文化の復興と弥勒菩薩像の再建を目指し、フレー・ツァムの儀式を毎年開催しているので、一度訪れてみてはいかがだろうか。

ダンバダルジャー寺院

ウランバートルの中心の広場から北へ8km行ったところにモンゴルの3古刹の1つ、ダンバダルジャー寺院がある。モンゴルの生活、文化の不可分の一部である宗教の歴史を垣間見るチャンスを見逃す手はない。昔の石垣の上に作られたコンクリートの壁は、周辺世帯の木の柵と隣り合っている。モンゴルのテントの形をデザインした精密な彫刻がある屋根のある門は何百年の風雪に耐えてきた。往時はここに25の塔頭があり、5-6千人の僧侶が修行をしていたという。第2次世界大戦後、ここを数百人の日本人

抑留者を収容する病院として使った。ダンバダルジャー寺院の儀式はシャーマニズムとチベット仏教を融合したものである。



「壁は赤色と金色で塗られ、柱には龍が巻きついています。ある僧侶たちはお経を読み、別の僧侶たちは太鼓をたたいたり法螺貝を吹いたりします。信者たちは頭を下げて手を合わせ



て拝み、中央に座した高僧が聖水を撒いています。太鼓の音、お香の香りに癒され、私もこの非日常の雰囲気の中で頭を下げ拝んでいました。」

—旅行作家 スーザン・ロバーツ

チョイジンラマ寺院博物館

19世紀末から20世紀初頭の建築、芸術を一か所に集めたチョイジンラマ寺院は、ボグドハーンの弟のチョイジン・ロブサンハイダブのために1904-1908年に建築した。フレーの建築僧オンプの設計・指揮によりハルハモンゴル全国から集めた300人以上の腕利き職人の技が注ぎ込まれた。

寺院は信者たちから「チョイジン・ロブサンハイダブ寺院」、「密教寺院」と呼ばれて有名になり、50人ほどの修行僧、5つの塔頭、3つの蔵があったが、1937年の大粛清の際、寺院は閉鎖され、僧侶は解散させられた。しかし、建物の破壊は免れた。当時モンゴルの政治指導者であった Kh.チョイバルサンは若いころ仏教を学び、修行僧になる準備をしていたのでチョイジンラマ寺院を破壊しなかったと言われて

いる。これは人々の間の言い伝えだが、遊牧民はこれを信じている。

チョイジンラマ寺院博物館にはモンゴルの歴史、宗教、文化、建築、芸術に関する貴重な作品が保管されており、ここでは研究、修復が定期的に行われている。もしあなたがチョイジンラマ寺院博物館を見学するなら、温かい服装を用意したほうがいい。できるだけ外の空気を入れられないために、年間を通じて建物内には暖房が入っていない。その理





由は、歴史的資料を長期間保管するために低温環境が適しているからだそうだ。

チョイジンラマ寺院博物館に来れば、遊牧民の宗教、芸術作品を見て、その秘密を知ることができるだろう。また、7月には涼しい寺院の中で展示物を見ながら民族音楽舞踊を見ることもできる。

世界の高級ブランド

ウランバートルの中心部からショッピングを始めれば、世界の高級ブランドから選ぶことができる。

グランジ、ロック、ファンシーなファッションの若者たちをウランバートルの街のあちこちで見かける。なぜなら、彼らは世界のファッションの流行をいち早く追いかけ、自分の好みのブランドを持っているからだ。たとえば、Mich
el &

Amazonka、SMOK、
 Musette & Monalun、Aruina Suri、Divine、Multiverse、We are moods、Donna
 Bayarなどのモンゴル発ブランドだ。それらはモンゴルで買えば比較的安く、選択肢は多いので、あなたはためらう必要はない。



世界のブランド「モンゴルカシミヤ」

モンゴルカシミヤがすでに世界のブランドとしての地位を確立したことに異を唱える人はいないだろう。なぜなら、モンゴルヤギのカシミヤは繊維が非常に細く高級で、そこから作ったニット製品は羽毛のように軽く、柔らかで温かい。夏涼しく冬暖かいカシミヤの品質の秘密を、自分の手で確かめてみたければ、カシミヤの靴下、手袋、帽子、マフラー、セーター、コートなどから選べる。旅行用のブランケットもある。

ナラントール市場の商売

ウランバートルは世界で一番寒い首都だと言われている。ここにはモンゴルの人口の約半分が暮らしている。人口密度が1平方キロメートルあたり1.5人のモンゴルで、最も人口密度が高い場所がナラントール市場である。ここではいろいろな人々暮らしを観察することができ、最も多くの種類の商品とその場で値段を交渉して買うことができる。



ウランバートルの土産物

知育玩具





シャガイ(羊の踝骨のおもちゃ)

口をひもで縛ったフェルトの巾着袋の中には、4個のシャガイと折りたたまれた説明書が入っている。これはモンゴル人たちの伝統的なおもちゃのシャガイである。シャガイの4つの面にはそれぞれ羊、ヤギ、ラクダ、馬の名前がついていて、4個のシャガイを平らな場所でサイコロのように振ってどの面が何個出たかで占いをする。占いの結果は折りたたまれた説明書を広げて見ればわかる。



刺繍

モンゴル人は昔から引越しが簡単なように、ゲルや柵を分解できるように作ってきた。「だから世界のどの国のパズルの仕組みもモンゴルにはかなわない」と1万点以上の展示品がある国際知育玩具博物館のトゥメン・ウルジー館長は言う。このため、木で作った小さなパズルはモンゴルゲルのミニチュアだと言うことができる。



オーガニック食品

モンゴルの民族音楽を知ウランバートルとモンゴル旅行についての思い出をいつま ろうと思えば以下の音楽でも残したいなら、ウランバートルだけで手に入る手作り CDをお薦めする。作曲家のお土産を紹介する。 N.

世界”、シンツォグの馬頭琴演奏が入った“Harmony of my heart” やアルタン・オラグのアルバム“Blood” は、遊牧民の音楽が感じられる。CDは“Hi Fi Records”に行けば買うことができる。



ジャンツァンノロブの“Let the Mount Burkhan Khaldun Bless You”、G.オノンのアルバム“

ウランバートルにはオーガニック製品が多くある。その中でも最も一般的なのがチャツアルガンのジュース、チャガ茸のティーパック、アザミのジュースで、他にも多くの選択肢がある。例えば、オーガニック製品から買っている。

旅行者がお土産としてよく買うもう一つの製品はモンゴル・アルヒである。家畜の乳からアルコール分を蒸留して作った伝統的なシミーン・アルヒと、麦から作った高級アルヒ（ウォッカ）の選択肢も多い。



モンゴル画

デパート・商業 センター



芸術的に美しい模様をカラフルな糸で描いたいろいろな刺小物はいかがでしょうか。器用な針子たちの手による製品ほか、現代人にも必要なフェルト製品も旅行者の興味をき付けている。絵のモンゴル画、絵葉書サイズの絵や切り絵を親しい人へのお土産にいかがでしょうか。

国立デパート

社会主義時代に建設され、国立デパートとして営業していた歴史的な建物です。現在もデパートとして営業しており、食料、化粧品、また国産の羊毛・カシミア製品、子供用品、日用品及び電気製品、娯楽施設、文房具、本、お土産などのフロア以外に銀行サービスなどを受けられます。世界で名が知られる衣類、陶器、スポーツ用品などのメーカーによる 20,000 点の商品販売を提供しています。

<https://uid.mn/>

ウランバートル・デパート

このデパートは日用品、男女の衣類、スポーツ用品、羊毛・カシミア製品、お土産、靴、文房具、本、宝石、香水、化粧品などを扱っている 170 店舗が入っています。

<http://ubds.mn/>

MAX MALL 商業センターこの商業センターは 2011 年に開店してから世界水準に至ったサービスを提供し、お客さんの要望に応えるために快適な環境と品揃えを

ウランバートル市内のどこかで、両手いっぱい自分績が描いた絵を抱えた若い画家に絵を勧められる場合がある。遊牧民の日々の暮らしを描いた水彩画および油引

整えています。ウランバートルの市街風景に貢献している MAX MALL は商業センターを営業する以外に Euromebel、Coccinelle、Geox などのブランドをモンゴルで代表しています。 <https://maxgroup.mn/max-exim-llc-2/>

Khunnu Mall 商業センターこの施設の商業センターとしての規模はモンゴル有数であり、面積 50,000 平米、容量 12,000 人となっています。Khunnu Mall では 1 年通して営業するスケート場、1000 席容量のマルチファンクショナル映画館、子供が楽しめるプレイグラウンド、創作が楽しめる Home DIY 店、Mall 内に新鮮な空気を漂わせる Khunnu 植物園、世界の国々の料理店、様々なブランドの店舗や多種多様なサービスを一カ所で受けられます。 <https://hunnumall.mn/>

Shangri-La 商業センター都市の中心部に営業しているモンゴル最大の商業・サービスセンターです。広々とした清潔な空間、快適なショッピングを過ごせる環境を提供しています。IMAX 映画館での快適な時間及び世界の国々の

料理店で美味しい食事を楽しめます。27,000 平米の面積に高級ブランドから人気ブランドまで幅広い選択を楽しみ、お買い物の快適な環境を提供しています。 <http://shangrilacentreub.mn/shangrilamall/>

Galleria Ulaanbaatar 商業サービスセンター

世界水準に適合したブランド店、快適なレストランなどが揃った商業・サービスセンターです。車 90 台分の駐車場が備わっています。この建物は 1929 年に建てられ、当時から印刷工場として使われてきた歴史文化建造物を現代建築のソリューションを取り入れて改修し、2018 年に Galleria Ulaanbaatar 商業サービスセンターとして開店しました。 <http://galleriaub.mn/>

Emart ハイパーマーケット

1993 年に設立された、韓国でナンバーワンを誇っているスーパーマーケット・ネットワークが 2006 年に Wall Mart と合併し、2015 年時点では韓国には 159 店

舗、中国に 16 店舗を展開しています。現在、ウランバートルでは Emart の 3 店舗が営業しており、ユーザーに好んでいただける生活用品や食料品の販売に力を入れています。店舗には駐車場を整備しており、広々とした面積において 80,000 点の商品を提供しています。子ども連れのお客さんも気楽に

お買い物できるのは特徴の一つでもあります。<https://e-mart.mn/>

Narantuul 市場

10,000 店のテナントが集中しており、毎日 100,000 人の来客で賑わうモンゴル初の市場です。

Narantuul 市場には現地の人以外

に地方からの来客や観光客が足を運ぶことが多いです。Narantuul 市場には日用品を始めとして「何でもある」という市場ならではの評判がついています。モンゴルの最大の露天の市場として有名です。

EVSEG NIRUN

Mongolian Premium Cashmere

MONGOLIAN CASHMERE

100%カシミヤ

TOP DONJ



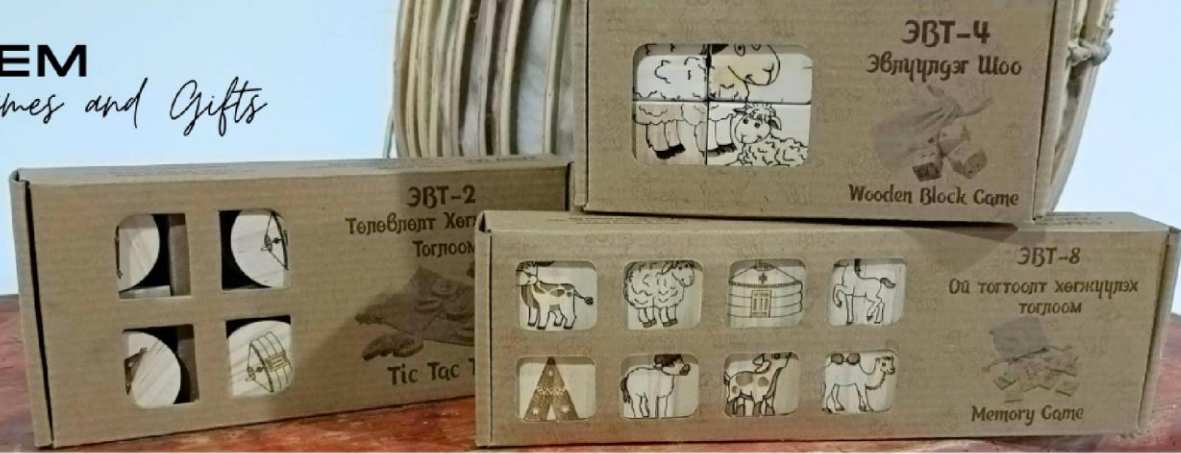
ALFRED ROWLAND

LONDON

モンゴルのプレミアム
カシミヤ

Mongolian premium cashmere

TEREM
Games and Gifts



The Terem brand handcrafts modern consumer products with traditional designs from forest clearance wood.

Terem 브랜드는 삼림 정리 목재로 전통적인 디자인의 현대적인 소비자 제품을 수작업으로 제작합니다.

Terem 브랜드は、森林伐採木材を使用して伝統的なデザインの現代消費者向け製品を手作りしています。

Terem 品牌采用森林砍伐木材的传统设计手工制作现代消费品。

Бренд «Терем» изготавливает современные потребительские товары с традиционным дизайном из древесины вырубки.

Die Marke Terem fertigt moderne Konsumgüter mit traditionellen Designs aus Waldrodungsholz.



976-96050988



mongolgoo.0988@gmail.com



husug

Made in Mongolia

モンゴルの雄大な自然や遊牧文化等に触れながら
ナチュラルなギフトをお選びください

ウール カシミア フェルトバッグ 羊毛フェルトアクセサリ レザー お土産 贈り物



Shangri-la mall 2F husug store

www.husug.com

YALGUUN

MONGOLIAN BRAND



BRANCH SHOPS' ADDRESS AND LOCATION OF THE "YALGUUN BRAND"

- The State Department Store, Floor 6th
- The Zaisan Star Shopping Center, Floor 2nd
- Apex Department Store, Floor 1st
- Peace Mall Shopping Centre, Floor 2nd
- Ulaanbaatar Department Store, Floor 4th
- E-Mart Chinggis, Floor 1st

- Yalguun accessories
- Yalguun_accessories
- www.yalguun.mn
- 976-76007575, 976-70117575, 976-90117575
- manager@yalguun.mn, marketing@yalguun.mn



ゴルヒ・テレルジ国立公園



「草原のゲルでは客人を暖かく迎えるという伝統について書かれた本を何冊読んでもいいと思います。大切なことはそれを体験することで、それはそれは本当に素晴らしいものです」

— ウォルト・ディズニー・イマジニアリング副社長 ジョー・ロデ

奪われる気持ちになる。数百万年前の地球はこのようだったのではないかと思う
ゴルヒ・テレルジ国立公園は、誰もが満足できるだろう。奇妙な形の亀岩をはじめ、自然に溶け込んだかのような寺院など、テレルジには見所が多い。また、馬に乗ったり、トーラ川をカヤックで下ったり、魚釣りをしてのんびりと時を過ごすことができる。もしこの美しい自然を上空から楽しもうと思えば、パラグライダーに乗って鳥になった気分を味わうこともできる。

ホスタイ自然保護区はトレッキング、乗馬ツアーやバスツアーを楽しむことができる。ここでは唯一現存する野生馬タヒの群れが自然の中で草を食む様子を見ること

ができる。数万年前には何十万頭も生息しており、岩絵にも描かれていたタヒを見ると、数千年前の世界にいるような気持ちになる。もし運がよければ、ホスタイ国立公園ではタヒ以外にも野生のアカシカ、マヌルネコ、オオカミ、キツネ、オオヤマネコなどの哺乳類や、大空を舞うハヤブサ、ハゲワシ、イヌワシ、ヒゲワシ、ノガン、ナベコウ、ウズラ、コキンメフクロウなど 217 種の鳥類を観察できる。ウランバートルはモンゴルの広大な土地を旅行する拠点である。しかし、通り過ぎるだけでは気づかないほど見所が多い。宿泊だけで帰ってしまうのはもったいないぐらいに奥が深い街である。だからあなたも遊牧民の故郷でゆっくりと過ごし、現代の遊牧民の躍動する都を私たちと一緒に旅行してはいかがだろうか。



周辺の見どころ



ウランバートル

遊牧民の故郷の旅はウランバートルか



年前にモンゴル中部にあるシレート湖のほとりに基礎が築かれ、現在まで 300km の距離を 29 回にわたって移動しながら拡大を続け、今のウランバートルになった。ウランバートルは、何千年もの歴史を持つ都市文明と比べると多くの違いがあり驚かされる。しかし、遊牧民の生活の知恵、伝統・文化を知り、あなたがこの地を離れる頃には、その理由に納得していることだろう。これがもてなし好きな遊牧民の街、友好都市ウランバートルである。

手つかずで特徴的な自然、数多くの旅行プログラムが楽しめる広大な土地は、ウランバートルを訪れる観光客を魅了する。ゴルヒ・テレルジ国立公園は、乗馬、カヤック、釣り、自然観察トレッキングを楽しむことができる。さらに、ゴルフ場や快適な 5 つ星ホテルでリフレッシュした





り、テレルジ川の上空を小型飛行機で遊覧飛行することもできる。

2 13世紀村

まるで13世紀のモンゴルにタイムトリップしたようなこのテーマパークは、6つのゾーンからなる。物見やぐらと駅伝制ゾーン、工芸品ゾーン、図書館、遊牧民ゾーン、シャーマニズム・ゾーン、皇帝の宮殿などのゾーンをめぐって昔のモンゴル人がどのように生活し、工芸品を作り、文化を守ってきたか

3 チングスハーン騎馬像

チングスハーン騎馬像はウランバートル市街から54kmにあるツォンジンボルドグという歴史の舞台になったことがある場所にある。土台からの高さが40mある

を知ることができるだけでなく、昔の皇帝やお后、兵士たちの服を試着することもできる。それらは忘れられない旅の思い出になるだろう。あなたも一緒に時間旅行に出かけよう！

チングスハーン騎馬像の中には、ギャラリーや展示室、レストラン、土産物店などがある。騎馬像の馬の尻尾の中にあるエレベーターで上階に昇り、チングスハーンの胸のあたりを通して馬のたてがみの上に出れば、周辺の美しい自然と景色を見ることができる。



4 ザイサンの丘

世界の各都市にはその街が良く見渡せ、多くの人を訪れる高い場所がある。ザイサンの丘はそのような場所だ。ウランバートル市民や旅行者はザイサンの丘に登り、太陽の光により刻一刻と色を変える空を見たり、活気にあふれる街を見下ろすのが好きだ。ウランバートル市街の南に位置するザイサンの丘の頂上には、ソ連軍のウランバートル市の周辺には余暇を楽しむ多くの場所がある



記念碑がある。ハルハ川戦争(ノモンハン事件)で勇敢に戦い命を捧げたソ連の兵士たちを記念するこのモニュメントは1971年から1979年にかけて作られた。ザイサンの丘の西の麓には高さ23mの大仏のある公園がある。来場者の心を清める聖域として、平和と安寧を象徴する鐘や天地の神々の加護を呼ぶ太鼓がある。



ホスタイ自然保護区に行けば
1万年前から生息している希
少なタヒが見られる

5 「チンギス・ハーン

のフレー」観光コンプレック

この観光施設は1992年に
設立され、古代遊牧民の歴史
を基に当時の風景を忠実に
再現しています。モンゴルの
伝統習慣、遊牧民特有の
生活文化が漂う環境を整
えているためその雰囲気
を満喫できます。

6 ホスタイ自然保護

区 モンゴルをタヒの故郷
として有名にしたホスタイ
自然保護区は、多くの種類
の植物、鳥類、哺乳類が生
息している自然の博物館だ
。ここでは乗馬ツアー、ト
レッキング、自転車ツアー
、バスツアーなどを行なう
ことができる。また、ホス
タイには歴史的に興味深い
遺跡もある。旅行者はここ
を観光コースに加えること
で好きな乗り物で忘れられ
ない旅行の思い出を作ること
ができる。ここではアカ
シカ、モンゴルサイガ、ノ
ロジカ、イノシシ、アルガ
リ（野生の羊）、ヤンギル
（野生のヤギ）、タルバガ
、ハイロオオカミ、オオ
ヤマネコ、マヌルネコ、キ
タキツネ、コサックギツネ

、アナグマなどの動物、ハ
ゲワシ、イヌワシ、ヒゲ
ワシ、ノガン、オオハクチ
ョウ、ナベコウ、ウズラ、
コキンメフクロウなどの鳥
類を観察できる。また、乗
馬ツアー、トレッキングツ
アー、自転車ツアー、バス
ツアーを楽しむこともでき
る。さらに、ホスタイ自然
保護区には歴史遺産もある
ので、あなたはここを旅行
コースに加えれば、好きな
乗り物で忘れられない1日
を過ごすことができる。

7 マンジュシュリー

寺院 マンジュシュリーと
は文殊菩薩のことである。
1733年に文殊菩薩の化身
とされるロブサンジャンバ
ルダンザン師によりボグド

ハーン山の麓に建立された
のがマンジュシュリー寺院
の始まりである。これらの
寺院はボグドハーン山の美
しい自然に合わせて作られ
たため、「ハルハ・モンゴ
ルの奥の院」と呼ばれて有
名になった。20世紀初頭
には500人以上の僧侶が
修行するモンゴルでも大き
な寺院となった。寺院の一
部は今も博物館として保存
されて

いる。
この博物館の東側には
1726年にジャルボーが兄
弟で作った鉄鍋がある。一
度に1,000人分の食事を作
ることができるこの鉄鍋は
、直径215cm、深さ
140cm、容量1,800リット



アグラグ・ブテール寺院

ル、重さ2トンある。 羊10頭の肉と荷車4台分
1,000人の食事を作るのに の燃料が必要だった。

アグラグ・ブテール寺院はトゥブ県ボルノールソムにあるダリーンアムという自然豊かな場所の岩山に建てられている。

アグラグ・ブテール寺院の創設者はモンゴルの名高い仏教文化先駆者のプレバト僧侶である。アグラグ・ブテール寺院は多くのモンゴル人仏教徒の願望に応じて、モンゴル独特な建築様式で2011年に建てられた。寺院は中門や本堂、塔など12の伽藍から構成されている。22メートル高さの塔には釈迦をはじめ、菩薩たちの77の仏舎利塔が祭られていほか、大モンゴル帝国時代の616個の仏舎利も寺院に祭られている。



プレバト僧侶の作品を創作している姿
「ブルハンチラマ・プレバトさんがいろいろな物を使って作品を作ってる姿です」

釈迦・菩薩産土はじめ7菩薩仏像を彫り祭られて77の仏舎利塔、616個の仏舎利塔が祭られています

連絡先

住所: Mongolia, Tuv Province,
Bornuur soum, Nart Bagh,
Daliin Am, Ulzii Badruulagch
Monastery, "Aglag" Meditation
Temple

電話番号: +976-9595-4672
+976-9919-2885

ホームページ

miba.mn, purevbat.de

メールアドレス

aglagpurevbat@gmail.com

10メートルの釈迦の彫刻のほか67の彫刻が岩に刻まれている

寺院を一周する美しい自然の中の山道
角4本の羊を育てており、今は100頭を超えている



寺院の敷地内には釈迦が白象になって母の胎内に入る場面、また母マーヤーから生まれ出て7歩み7つの蓮の花が咲いた場面、出家、悟り、教化などの12場面が巨大な岩に刻まれている。これらの彫刻は最大のもので10メートルあり、計67の彫刻が寺院の敷地内と山道に沿って点在している。この山道は美しい自然の中1.5kmほど寺院を一周している。

ウランバートル近郊のアウトドア活動

1 上昇気流に乗って 山頂から

風に向かってパラグライダーを広げて飛び立った空の旅は、上昇気流に乗って長時間快適に続く。ウランバートル近郊ではパラグライダー愛好者向けの場所がいくつもある。ヤールマグの丘を目印にたどり着けるボグド山のアルツァト溪谷は、標高1,200-1,400mの場所にあり、地表から200mの高さにある。ここから飛び立つと2-10分間のフライトを楽しめる。一方、ウランバートルの東側にあるバヤンズルフ山は標高1,800m、地表から600mの高さにある。ここから飛び立つと地表から1,000mの高さまで上昇でき、10分以上のフライトが可能だ。

2 自転車ツアー



ウランバートル市内にサイクリングロードはないが、ウランバートル市民はサイクリングが好きである。ロシア人農夫アルタモノフが1800年に発明し、1900年代初めに学者のS.シャグジが乗ったのがウランバートルの街で最

一年中ウランバートル近郊では7-70kmのコースをマウンテンバイクでサイクリングすることができる。

3 犬ぞり

マルコ・ポーロが13世紀にア

ない感覚を味わわせてくれるだろう。

5 ラクダツアー

ウランバートルの近くでラクダ



あなたがもし、トレジャーハンターなら、モンゴル、ウランバートル近郊にはあなたを待っているいくつもの宝物がある。

初に自転車が紹介された歴史である。後にモンゴルの若者が1990年代に自転車で世界一周をした。一年中ウランバートル近郊では7-70kmのコースをマウンテンバイクでサイクリングすることができる。



ジアを旅行した際、犬ぞりに乗っていたことが記録に残っている。ウランバートルから北東に行ったテレルジの川沿いに犬ぞりツアーがある。

4 乗馬ツアー

モンゴルに来たなら馬に乗らずに帰るのはもったいない。モンゴル馬は競走馬のような優雅さはないが、あなたの想像を超えるかけがえの

に乗ることができると聞いてあなたは信じられるだろうか？世界でも数少ないフタコブラクダに乗るツアー

ーを旅行のメニューに加えてほしい。特に冬の時期が最適だ。越冬のために脂肪とエネルギーを蓄えたラクダのこぶは、よりしっかりして乗りやすくなる。

6 経験者ほど危険は少なく

ウランバートル近郊のツアーを検討するなら、ボグドハーン山の頂上にある岩、ツェツェグンまでのハイキングをお薦めする。市内中心部から南西に45km舗装道路を歩き、トゥブ県のゾーンモド市に入り、そこから北へ7km未舗装道路を行くとマンジュシュリー寺院に着く。そこで車を降りてトレッキングを開始する。行程の前半はかなりの急勾配だが、後半は次第に勾配は緩やかになり、なだらかな草原を行くと標高2,268mのツェツェグンに到着する。

7 ゴルフ

ウランバートルの近くには、世界標準の18ホールのゴルフコースがいくつかある。夏のウランバートルは晴れて乾いた涼しい気候が多いので、ゴルフをするには最適だ。

時期が最適だ。越冬のために脂肪とエネルギーを蓄えたラクダのこぶは、よりしっかりして乗りやすくなる。

この時期にはアジアの他の街では非常に暑く、雨もよく降るので、ウランバートルにゴルフをプレーしに来る旅行者も多い。

10 鳥たちの楽園

モンゴルには61目204科472種の鳥類が生息している。このうち、81種が留鳥で、391種は渡り鳥である。留鳥の活動は3月から活発になる。ウランバートル近郊の灌木の茂みで彼らの多くを

8 自然を感じて

モンゴルではカヤックやボートで川下りをするのに適した川や、冒険やバランス感覚、旅行者の経験や技を試すのに適した多くの川がある。ウランバートル近郊でちょっとした旅行をしたい人には、トーラ川の川下りをお薦めする。川の流れはほとんどが穏やかだが、部分的には少し急流もあり、倒木もあるこの川は、ヘンティ



見つけることができると言えば、あなたは信じられるだろうか？

11 トレジャーハンター



ー山脈のハギーン・ハル湖を源流とし、704km流れてオルホン河に合流する。

9 凍らない水

ウランバートル市の南を流れるトーラ川が氷結する季節でも、氷の下を水が流れている部分がある。その場所に行き、厳寒の寒中水泳を楽しむことができる。川から上がって氷の上に立ち、足の指が痛いと同時に足が熱くなってくるのが感じられるはずだ。

あなたがもし、トレジャーハンターなら、モンゴル、ウランバートル近郊にはあなたを待っているいくつもの宝物がある。ウランバートルには何が隠されているのだろうか？

遊牧民の料理旅行者にとって、モンゴル料理は印

が都市生活の様式に彩りを加え、世界各国の料理を食べ、学び、作っている



朝から夜まで

市内の通りのあちこちで見かけるレストランは、それぞれの特徴を打ち出して競い合っている。いろいろな国の料理が朝から夜ま

象深いだろう。ホルホグ、ボードク、ホーショール、ポーズ、内臓スープ、茹でた肉などの料理がどのような味か、ぜひ試してほしい。モンゴル料理は、高級レストランから街角の大衆食堂、親しい友達の家など、どこでも食べられる。それぞれの味に違いがある。

王様のようにくつろいで扉を入るとフランス風の家具や昔の遊牧民の写真が飾ってあるホールのあるフランスレストランでは、フランス料理だけでなく、そば粉で作ったいろいろなデザートを楽しむ。王様のようにくつろいで召し上がれ。

お気軽な寿司新鮮な魚と良質な米が素晴らしい和食レストランでは、牛のスペアリブの入ったうどん鍋も楽しめる。回転寿司は色の違う皿にいろいろな種類の寿司が流れており、白、赤、グレー、黄色などの色は寿司の値段を表している。4-6人掛けの個室、寿司のセットのほか、梅酒、日本酒、日本のビールも選べる。で食べられる。遊牧民



を取りにあなたのところには鶏肉、豚肉、牛肉、クト、玉ねぎ、チーズなどしているのがアメリカンスタイルだ。

訪れた客すべてを心からもウランバートルでも味わえクリット語のこの挨拶は、び、敬意を伝えるメッセージでもある。インド料理を食べたことがある下料理のほうがおいしい、味がすると言うのをよく聞ヤ山脈に生える香辛料とモどのように調和しているかほしい。見た目よりも味とるだろう。低めの天井、金ルクロスの温かな部屋を、履いてサリーを来た女性の代名詞でもあるカレーのすがそそられる。

白樺の森ウランバートル市はロシア風の街だと言えば、当たらずとも遠からずだろう。ウクライナ料理、ロシア料理では、焼き物は少なく煮物が多いので優しい匂いが鼻をくすぐる。ぶどうやひまわりの模様で飾った壁、テーブル、床。一つ問題は、満席で少し待つ必要があるということだ。料理と一緒に白樺の樹液が入ったウクライナの酒を頼むといい。周囲で注文を待ったり、食事を楽しんでいる客の会話にもぎわっている。お腹も心も満足して店を後にするときには、白樺の森に行ってきたような気分になるだろう。

食べきれないほどウランバートルにはイタリア料理の選択肢はいくつもある。黒いカーテン、緑の光沢ある床や壁、白い天井、茶色いテーブル、ライトグレーのカバーのついた椅子、広々としたカウンター、焼き立てのパン・・・イタリアのパスタの味をここでも出せると彼らは自信を持っている。薄くて少し焼き色のついたピザ、でき立ての手作りパスタがおすすめだ。ここでは本場イタリアの味が楽しめる。

アメリカンドリームお望みの物は何でも揃えるのがアメリカンスタンダードだ。塩、コショウ、醤油、油、ケチャップ、ステーキソースがテーブルの上に並んでいる。バーテンダーはカクテルをシェイクし、高い黒テーブルとガラスのパーティションのある茶色のシートは客であふれている。道を行きかう車や急ぎ足の人々を眺めて座っている





おしゃれなアジア料理ウランバートルには台湾料理が食べられるレストランはそれほど多くない。台湾レストランではいろいろな種類の点心が食べられる。点心を作っている様子をガラス越しに見られる店もある。モンゴル人が最も多く行くレストランは韓国料理である。そのため、ウランバートルでは高級店から庶民の店まで多くの韓国レストランがある。あなたは自分の好みに合わせて韓国レストランを選ぶことができる。

ファストフードウランバートルにはモンゴルおよび世界のファストフード店がある。モンゴルのファストフード店ではモンゴル料理からヨーロッパ料理を提供するほか、世界中で親しまれたケンタッキーフライドチキンやピザハット、バーガーキングはいかがだろうか。ファストフードは味気ないって？自然食品で作ったモンゴルのファストフードはあなたに気に入ってもらえるだろう。

龍の咆哮隣人は選べないと言う。モンゴルは料理大国に隣接している。長い歴史の中で、モンゴル料理のメニューの中に中華料理も入ってきた。ボーズ、ホーショール、ツオイワンなどの料理は中国から伝わって来たと言われている。もちろん遊牧民はこれらの料理をモンゴル料理にする時に、肉の量をかなり増やしたが。ウランバートルには中華料理のレストランも多い。あなたは自由に選べる。もし良いガイドがいれば、あなたは最高のサービスと味のレストランを選べるだろう。

一晩に5つの感覚ウランバートルでは一晩に5つの感覚を味わえる。白いグラスを持って踊る高級クラブから始めよう。壁や柱を赤レンガむき出しで作り、強い照明のクラブでは熱狂的なサッカーファンと乾杯しよう。生演奏、サルサ、トランス、ヒップホップ、R&Bの音楽で夜が明けるまで踊ってもいい。25歳以上限定の場所もある。ウランバートルの若者たちの間にはクラブ文化が広がり続けている。

EON CLUB

EON クラブは開店してそれほど経っていませんが若者の時間を過ごす人気の場所となっています。中には3つのホールがあり、どの世代の人でも楽しめる環境と雰囲気を提供しています。また、照明やLEDスクリーンなどは人気スポットならではのレベルです。ここではヒップホップ、ハウス、テクノ、エレクトロニック・ミュージックなどのリズムを感じることができます。EON クラブはウランバートル市内の一番大きな娯楽施設の中にあり、様々なサービスを身近に提供してもらえます。モンゴルの名DJたちによる音楽はあなたを待っています。



ースを楽しめるサブクラブが用意されています。毎晩、その夕方に特有の雰囲気、環境、音楽、サービスを提供しており、優れた VOID Acoustics サウンド・システムでアドベンチャーに富んだ忘れられない夜を過ごせます。ここではヒップホップ、ハウス、テクノ、エレクトロニック・ミュージックなどのリズムを感じることができます。

CHOCO METROPOLIS CLUB

Choco metropolis club は芸能の動向や発展の中心となる「明かりの街」に聳えるビルの最上階に生まれました。眼、耳、心で感じられる力強い設備で3つの異なるデジタル空間を楽しむことができます。クラブの未来を一緒に作りましょう！ようこそ！



ZU CLUB

ZU クラブはウランバートルの繁華街である「明かりの街」の中心にあります。DJたちは腕の見せ所で争い、大都市の熱いナイトクラブとして有名です。ZU クラブのダンスフロアは最新の VOID Acoustics サウンドシステム、Madrix Light、MadrixMaxx -、Magicfx CO2 などで整備されており、クラブ通いの誰もが評価する相応しい環境が待っています。大きな二つのホールでは名DJのTMKがテクノ、エレクトロニック・ミュージック、メイン・ステージではEDM及びヒップホップを楽しめます。ZUクラブの絶えないエネルギーがあなたを待っています。

MINT ULAANBAATAR CLUB

MINT Ulaanbaatar クラブはモンゴル有数のトップ・ナイト・クラブです。当クラブの中には Club, Lounge, WVIP Art and Garden といった個別のスペ

ライブ音楽



HARD ROCK カフェ



FAT CAT JAZZ CLUB

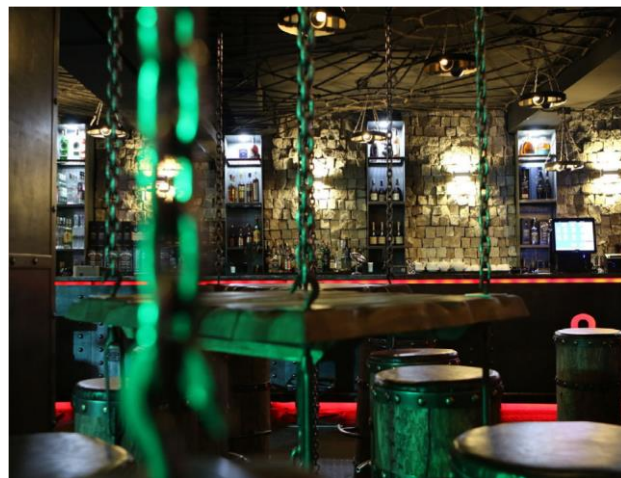
世界のどの都市も贅沢な音色を漂わせるジャズ・クラブがあります。我が都市の中心に「FAT CAT」（太った猫たち）がジャズを奏でており、それを人間たちが聴いて楽しめます。恋に酔っている若者や誰かに悲しむ、心を癒すために来た人、若い頃の思い出を蘇らせる年配の人など、皆がジャズのメロディーを聴いて心が躍り、又はドキドキし、心が癒されます。



「River sound」といえば大都市のナイトライフに欠かせない娯楽のブランド名となりました。都市の中心となる広場から数分かけて歩いて行けるこのクラブは観光客やモンゴルの若者で賑わっており、芸能人や政治家も顔を出すことがしばしばあります。20年近く営業しているこのクラブのステージでパフォーマンスしていないモンゴルのロック・ポップ



世界中に120余りの支店をもつHard Rockカフェはウランバートルにもあります。Hard Rockの忠実なファンは観光先の国で必ず訪れるという、ここではモンゴルの現代の音楽なども味わえる機会です。観光客もモンゴルの若者も集う場所となっており、モンゴルの有名なバンドが定期的に演奏しています。また、Hard Rockアクセサリを販売する売店ではお気に入りの一品を手に入れることができます。



のバンド、歌手、またモンゴルを訪問した外国のスターはいないでしょう。世界のロック・ポップ、ジャズの名バンドや歌手、その音楽のリズムで心と体をチャージしに来てください。

NICITON CLUB

Niciton バンドはこのクラブで毎週末にフルコンサートを披露しており、平日では「The Cover Band」によるライブ、毎週土曜日にはモンゴルのポップ・ロックのスターたちがコンサートを行っています。ウランバートル市ではライブと言えば NICITON クラブであり、ライブ音楽愛好家の集う場所となっています。



ボグドハーン山は首都ウランバートル市内に位置しており、世界初の自然保護区域として決定されたとの歴史の記録がある。ボグドハーン山はユネスコ世界遺産に1996年8月6日に登録され、モンゴル独特な美しい自然の中に首都ウランバートルを見守っている。

ボグドハーン山は首都ウランバートルの南部に位置してお



ボグドハン山

52種の哺乳動物があるのうち、全種の40.3%および最も多いのはげっ歯類であって肉食動物が25.0%、昆虫の7.7%、手足類9.6%、ウサギ種は7.7%に該当している。



全部で60族の265類427種の植物が植えて

り、東西に広がっている。最高峰ツェツェーグンは標高2268

メートルであり、初心者でも楽しめる登山やハイキングスポットである。

複合花族(Asteraceae) 46種、バラ花族ボグドハン山は首都ウランバートルに極めて近く位置して (Rosaceae) 37種、豆族(Fabaceae) 36種、ミツいるこ

の哺乳類、タカ、ハヤブサ、ヒバリ、ツバメ、イワヒバリ、クロ



ボグド・ハン山域の地域とトゥール川流域ではすべて13グループに所属している41族119類218種のとりが記録された内、国際希少カテゴリに含まれる7種と地域希少カテゴリに含まれる13種の鳥もある。

とも関わらず野生動物が豊富に生息しており、シカ、バチ族(*Ranunculaceae*) 29 種、Irshimb 属アルガリ、アイベックス、キツネ、オオヤマネコ、マヌルネコ、ク (*Scrophulariaceae*) 20 種が大部分である。ロテン、マーモット、ハリネズミ、リスなどを初めとする 56 種類ル、フクロウなどの 13 種類の鳥がいる。自然豊富なボグドハーン山には岩絵や碑文、墓石などの歴史遺産も点在している。

保護地の53.1または22129ヘクタールの地域には森林がある。森林地域の98.8%または18153ヘクタールの敷地は自然林、0.1%または14ヘクタールの土地で栽培林、1.1%または201ヘクタールの地方では低木が占めている。



旅路ルート：種類はオフロードバイクとハイキング用の道路がありますが、すべては10つの旅路ルートがあります。



自然遺産、文化遺産、絵画、碑文、墓石などが豊富で、観光客を魅了する歴史的な宝物の宝庫です。



過

去3年間で5,000人以上の外人観光客と145,000人以上の国民観光客がボグド・カーン山域を旅したことが記録された。

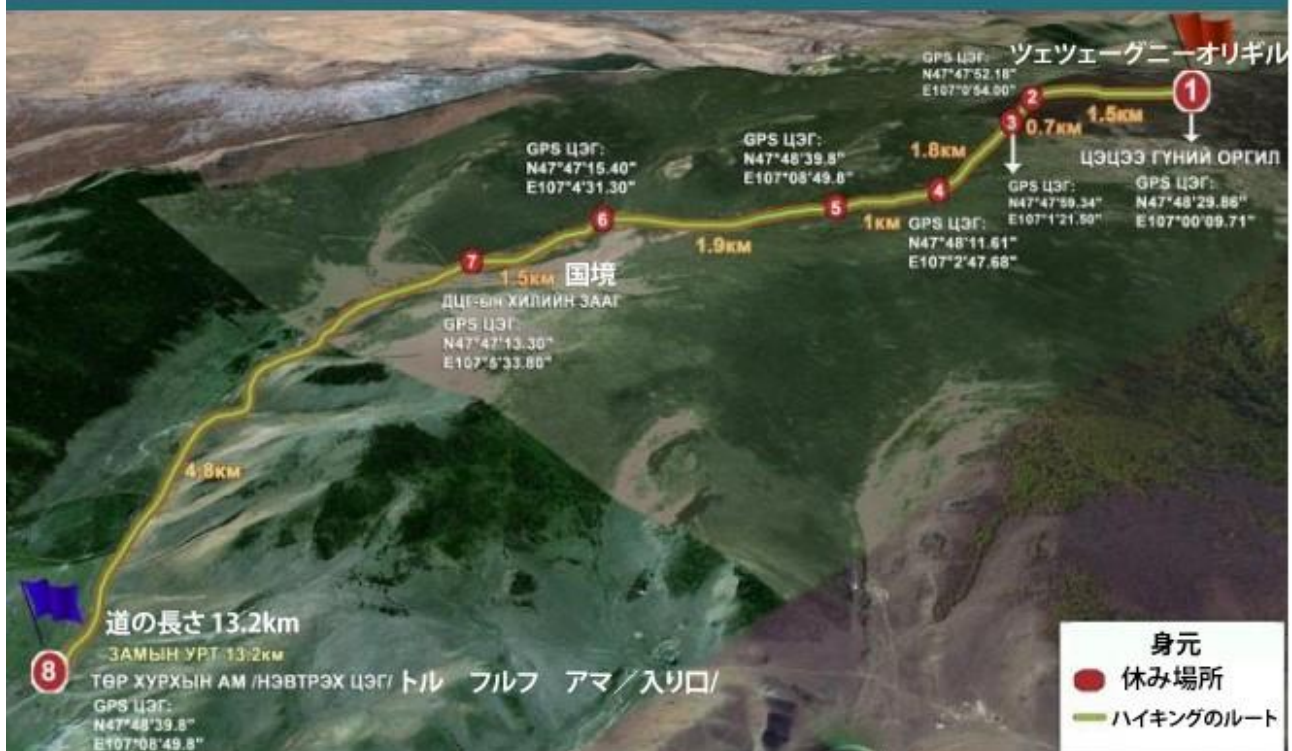


ウランバートル市内のハイキングコース

ザイサン-バルーンシレーテハイキングの道順



“トルフルフ アマ ツェツェグニーオリギル” ハイキングの道



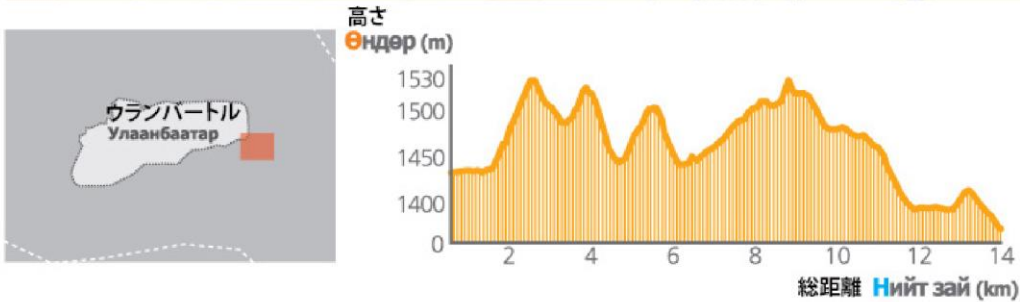
チンゲルテイ
ハイルハン スルフ山
ハイキングの道順





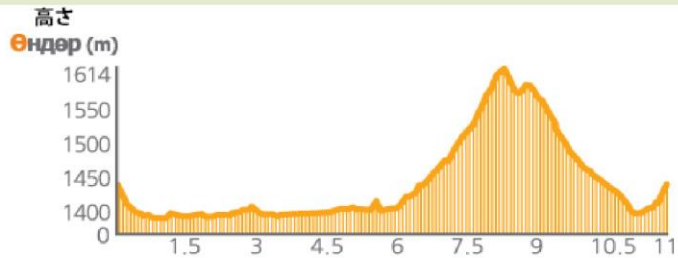
モンゴルオルレ ハイキングコース

モンゴルのオルレ01 ボグドカーンマウンテン オルレ ハイキングトレイル



モンゴルのオルレ02

チンギス山オルレ
ハイキングの道



モンゴルのオルレ03

オゴーモリアマ オルレハイキングの道



イフ・テンゲル谷の岩絵

民の風景を描かれているとのことです。

ウランバートル市の南側、イフ・テンゲル谷の東端の北側に向いている岩盤に赤墨や黒墨で描かれているモンゴル文字、漢字、チベット文字を交えた岩絵があります。1960年にソ連の研究者 A.P.オクラドニコフによって発見されました。赤墨で描かれた絵は7カ所にあり、内側に多くの斑点があって四角で囲まれている絵が7つ、一人または2人、3人、5人で手を繋いで立っている人の絵が29、飛んでいる鷲の絵3つ、道を歩いている馬の絵が2つあり、二重線、斑点、四角の囲いなどの消えかけている絵の断片が残っています。この岩絵は銅器時代のものとされており、研究者たちの意見では古代遊牧

歴史・文化の名スポット



一方、黒い墨で「永遠なる青空」をモンゴル文字で書いたもの、デールを着た人、振り向いている斑点の雌鹿、シャーマンの絵などが描かれています。デールを着た人は女性で、真正面から描いており、丸い顔、モンゴル人特有の細い目などを鮮明に映しています。丈が長く、袖がゆったりのデール、ブーツトップが太い靴を履いています。デールの胸元には連なっている飾りが見えます。興味を引くのは

被っている帽子の天辺には鳥の羽のようなものが付いています。研究者たちによれば、この帽子は13世紀頃のモンゴルの貴族の女性が被る「ボグタグ」という帽子であると判断しています。モンゴルの元朝の皇妃たちの肖像画ではこのような帽子を被っており、ヘンティール県のデルゲルハン村の地域で行った発掘で古代モンゴル女性の墓からこのような帽子がいくつも発見されました。イフ・テンゲル谷

のこの岩絵はモンゴルの女性の初めての絵となります。この岩絵は2020年に発行されたモンゴル国閣議決定第13号によって国で保護されることになりました。

ベルフ谷の匈奴貴族の墓

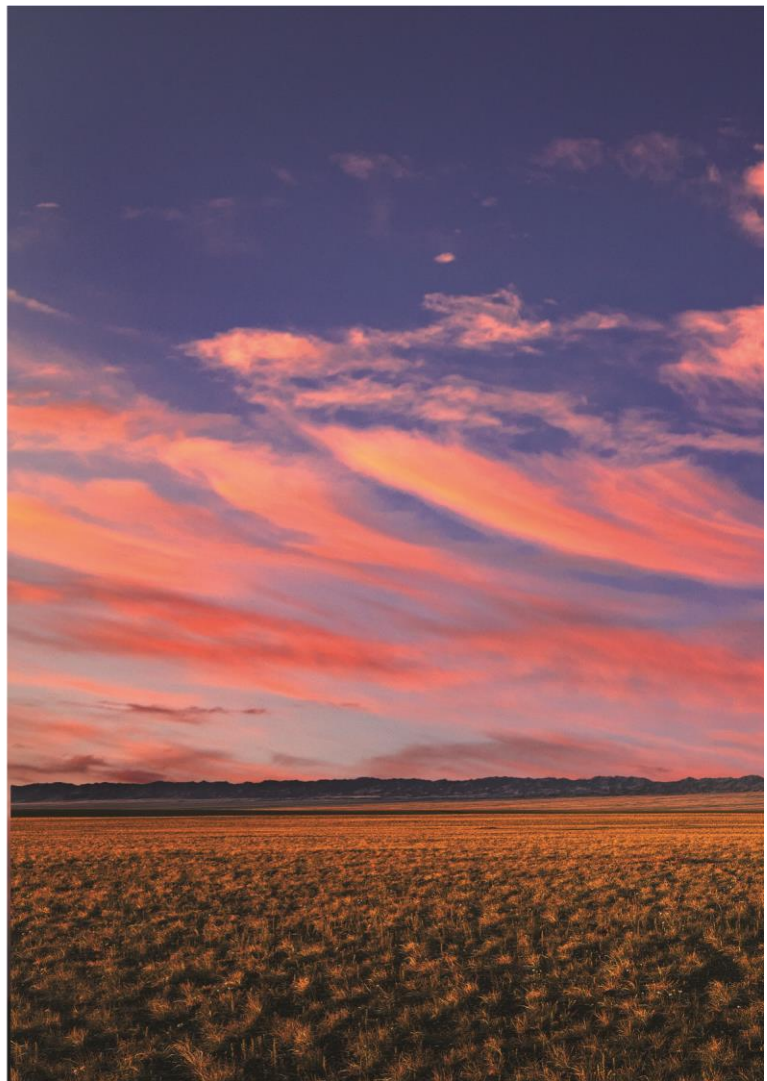
紀元前3世紀～紀元1世紀までの時代に係る匈奴の墓は世界では珍しく、ベルフ谷のセルベ川の西側に沿って高い山で囲まれており、南側では樹木がなく、一方では北側が針

日出ずる東部 モンゴル

東部モンゴルの大草原には古くより、ハルハ、プリヤート、ザハチン、ダリガンガ、バルガ、ウジムチン、ハムニガンなどのマイノリティが暮らし、ダリガンガ高原や草原の洞窟、チンギス・ハーン生誕地など歴史的スポットも多い。

東部の大草原では大地から芽が吹きだすように日が昇り、馬群のいななきが草原の静寂を破る。モウコガゼルの群れは地面そのものが移動しているかのように見える。このような体験をした誰もがおとぎ話の主人公になったかのような気持ちになるであろう。チンギス・ハーンは戦争で勝利を取めると必ずこの大草原に凱旋していたという。ハーンが地平線や草原をながめて心身を癒し、気力を養っていたことを同じ場所で想像してみるのも貴重な体験となるかも知れない。

ハネガヤ草が風にゆれるこの草原を代々守って子孫に残したのは、自然を熟知した遊牧民の知恵であろう。先を急ぐのではなくじっくり待って勝利をつかむという知恵がここには存在する。遊牧民が人類に残した大切なものがこの大地にはある。



葉樹森林が茂っている台地に位置しています。この墓は完全に調査されておらず、2020年に教育・文化・科学・スポーツ大臣による命令第A/161号によってウランバータル市の保護下に入りました。モンゴルに住んでいた遊牧民の初めての国家である匈奴の貴族の墓が発見されたベルフ谷はウランバータル市の面積に位置し、モンゴル及び中央アジア地域における匈奴の考古学

研究では大きく位置づけられています。モンゴルだけでなく、世界の考古学の遺産となるこの墓は1998年にモンゴル国によって保護されている歴史・文化遺産リストに追加されました。ユーラシア地域において発見・登録された匈奴の貴族の13の墓や墓地の内、9つがモンゴル国土で発見され、匈奴が現在のモンゴル国を中心に住んでいたことが分かります

。その内、ウランバータル市郊外に発見されたのはこのベルフ谷の匈奴貴族の墓であります。1961年にN.セル-オドジャブ、T.ホルワットらが率いたモンゴル・ハンガリー共同研究調査団がベルフ谷の墓地を調査し、馬具、兵器、鉄で製造された製品などを発見し、初めて研究業界に公開されたのです。

伝説が息づく モンゴル



移動中のガゼルの群れ
(東部モンゴル)



肥沃な草原ーモウコガゼル

草原ではモウコガゼルが数千頭で群れを成しており、その群れを観察したある生物学者が世界のモウコガゼルの3分の1はモンゴルに生息しているという概数を示した。米国マサチューセッツ州国立大学の研究者カーク・オルソンは、草原の小さな丘に登って奇跡に遭遇したという。「それは25万頭ものモウコガゼルの大群の一部でした。私たちはあまりにも驚いて動けなくなりました。群れの様子は私の記憶から決して消えることはないでしょう。ガゼルの大群を見ることはできると思っていました、地平

線までずっと続く数千頭の群れだとは想像していませんでした。こんなに多くのガゼルが群れを成していることは聞いたこともありませんでした」とBBCのインタビューに答えていた。モウコガゼルは数千頭単位で群れを成すことで知られており、300～500頭、またそれ以上の群れがいるというニュースは頻繁に聞かれる。8万頭の群れがいたことが最近記録された。モウコガゼルはアジア中央部において最多数で生き残った野性動物の一つである。



世界最大の草原－メネン草原

地表の傾斜はキロ当たり10m未満である。メネン草原は海拔600m、ボイル湖西岸の南北90km、東西60km余りの広さを誇る。ヌムルグ、ハルハ両河の流域と接し、ハネガヤ草など多年生植物が豊かで、大海原のように美しく輝いて見える。ガゼルや狼など希少な野生動物が生息する美しい自然が残された世界最大の草原である。メネン草原では毎年数千頭のカゼルの群れが越冬する。



チュルク時代の石人

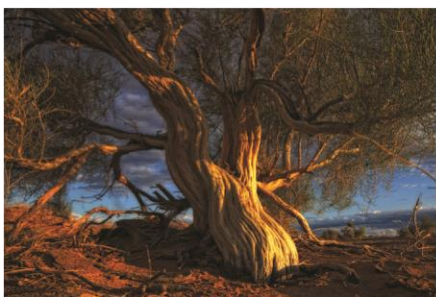
古の人々の足跡－石人

石人は中央・西部モンゴルに散在しており、6～9世紀の突厥時代の石人、もう一つは東部地方にある13～14世紀の大モンゴル時代の石人に分類される。

東部モンゴル、中でもスフバートル県やドルノド県に最も多く、一般的には右手に杯や器を持って、肘掛椅子に座っている男性の石人が多い。これらは「ダリガンガ石人」として知られている。石人は長袖、右前のゆったりしたデール、両耳の後ろで結んだり額に垂らしたりした髪型の石人は、当時モンゴルに派遣された外国人使節たちの残した記録と一致している。アルタン・ダリ・オボーの石人は肘掛椅子に座った姿で彫刻されているが、これはモンゴルに数多く分布するチュルクの石人には見られない特徴である。



ホンゴル砂丘



燃え立つ崖ーバヤンザグ

1920年代、米国自然史博物館館長で古生物学者のロイ・チャップマン・アンドリュ一氏の中央アジア調査隊が恐竜の卵の化石やサイに似た大型恐竜、オウムのようなクチバシをした恐竜の骨などを発掘し、ゴビ沙漠を世界に初めて紹介した。アルツ・ボグド山の溪谷に8kmほど続くバヤンザグ崖は何百年もの風化で現在の形になった。その赤く輝く砂岩が雲一つない西の空に見えると「あっ、燃えている」と思わず声をもらしてしまうほどの情景である。世界で「燃え立つ崖」として知られるようになった所以である。





巨大な奇岩林 ーイヘ・ガズリーン・チョロー、 バガ・ガズリーン・チョロー

イヘ・ガズリーン・チョローは、とがった頂や切り立った岩山のある特異な地形で、大草原に囲まれた約300㎡の面積に積み重ねられたような岩や石がある。バガ・ガズリーン・チョローは、時に蜃気楼が起り、砂が金色に輝き、ラクダの群れが多く放牧されるドンドゴビの魅力の一つである。

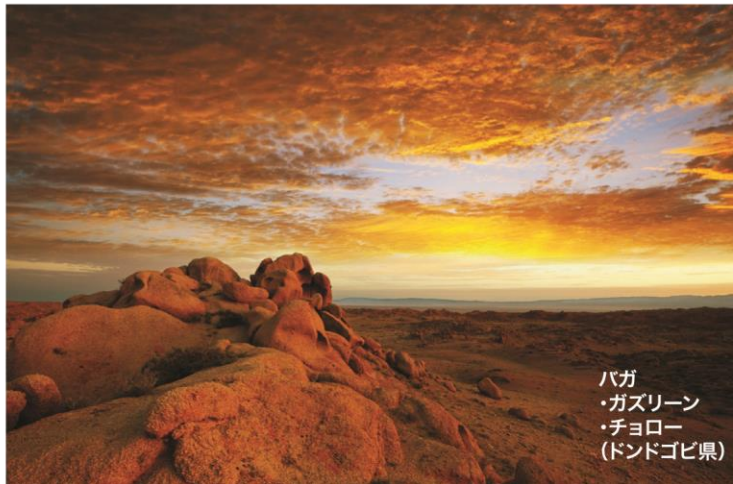


ゴビの滝ーツアガン・ソブラガ

ツアガン・ソブラガ崖はドンドゴビ県ローズ郡に位置し、古代都市遺跡のように見える独特な地形を有する。同崖の最高地点は約30m、長さは約400mである。豪雨の鉄砲水が90度の角度で流れると大きな滝のようになり非常に壮観である。

恐竜の墓ーネメクト山

ネメクト、アルタン、トゥグルギーン・シレー、オハートルゴド、ヘルメン・ツァブなど山々は恐竜の化石の産地として世界の古生物学会で知られ、国際的な調査が継続的に行われている。ウムヌゴビ県ダランザドガドから西へ400kmにあるネメクト山の高原には限りなく続く峡谷が見える。同山の主な峡谷は3つに分かれ、まるでおとぎの国のようである。バヤンザク同様、赤色の石灰岩層が形成されている。独特な姿のこの山で1960～1970年代、モンゴルの専門家がロシア、ポーランドの専門家と共同調査を行い、「ネメクトサウルス」と名付けられた食肉恐竜の化石を発見した。ネメクト峡谷ではうっすら霧がかかっているが、これは水蒸気ではなく砂埃である。



バガ
・ガズリーン
・チョロー
(ドンドゴビ県)





宇宙に轟く オルティンドー

オルティンドー(民謡)は、ゴビ沙漠の人々の本質的な部分を反映している。オルティンドーを聞くと、気持ちが落ち着いて元気になり、大草原の静寂の中にいるような感覚を覚える。

■ ゴビでは「砂の海の舟」「現代の恐竜」と言われるフタコブラクダに是非乗ってみて下さい。砂丘をソリで滑ったり、恐竜の骨や卵の化石を探したりするなど興味深い旅のコースもあります。





協調のシンボル 西部モンゴル

西部モンゴルはゴビ沙漠、草原、タイガ、凍土、万年雪の山々などが一つに集まった独特な自然・生態系をしている。また、多くの部族が現在に至るまで協調して暮らしている地域である。自然や民族・部族が多様な西部モンゴルではバイ・ビイレゲー舞踊、ホーミー（喉歌）、ハルヒラー（低音のホーミー）、ツォール（縦笛）など唯一無二の伝統芸能が父から子へ、世代から世代へと受け継がれている。

原始社会の遺構が残る ホイド・ツェンヘル洞窟

ホブド県マンハン郡から25kmのところにある。アジア中央部における4000万年前の原始社会の遺構が残されたホイド・ツェンヘル洞窟の壁や天井には様々な動物が描かれている。壁画に描かれたダチョウ、ラクダ、マンモス、スイギュウなどはかつてモンゴルに生息し絶滅した動物であるため、壁画が旧石器時代と関係している二重の証拠であると専門家は考えている。これらの壁画の内容や構成は旧石器時代の歴史や文化研究において非常に重要である。



モンゴルの屋根 —アルタイ・タワン・ ボグド山

アルタイ山脈のアルタイ・タワン・ボグド山はモンゴル国最西の地で、モンゴル最高峰であるため、モンゴル人はその山を「モンゴルの屋根」と讃えている。同山には5つの峰やポタニン、アレクサンダー、グラネギーという3つの氷河がある。中でも最大のポタニンは長さが約14kmもある。天候が変わりやすく、晴れたり曇ったり、周囲が見えないほどの嵐になったり、一日で四季を体験できる。同山には、ホトン、ホルガン、ダヤンノール、ホブド、ハラサラ、ツァガンサラ、ソングノト、ヨルトなどの河川が流れている。1996年に「アルタイ・タワン・ボグド国立公園」に指定された。2012年からは同山を政府が4年毎に祭っており、モンゴル国大統領が祭典に出席している。

ハルヒラー、 トゥルゲン山脈の 「天空の花」

ハルヒラー、トゥルゲン両山脈は、モンゴルの29河川の一つオブス湖・テス河流域に位置する。アルタイ山脈の一部を構成する2つの山脈はオブス湖、アチト湖間にある国境からホブド河まで続いている。ハルヒラー山脈の最高峰は海拔4037mのムスト山、トゥルゲン山脈のそれは海拔3965mのツァガン山である。両山脈はハルヒラー峠で分けられ、10余りの頂や氷河があり、国内にある山々の万年雪の20%以上の面積を占めている。周辺は美しい自然に恵まれ、雪山で囲まれた盆地には多くの湖があり、山の岩場にはモンゴルでも珍しいワンセンペルー（雪蓮花）が自生している。

ゴビ熊の故郷ーエージ・ハイルハン

ゴビ沙漠南部の辺境地帯を独特な地形で飾るエージ・ハイルハン山はゴビアルタイ県ツォクト郡にある。岩の釜戸のような形の窪地が9つあり、その幅は2～3m、間隔は40～50cmである。ここには「亀石」「子宮」「鳩石」「口蓋垂」などと名づけられた奇岩がある。また、ハシナガサバクカラス、フサエリショウノガン、クロヅル、ヤマウズラなど希少な野鳥に出会える。遠くから青く見える不毛の山では「探しても、なかなか見つけられない」というゴビ熊、「追っても追っても、追いつかない」というハブトガイ（野性ラクダ）が生息し、灼熱の太陽に照らされて乾いたササボクが生えている。

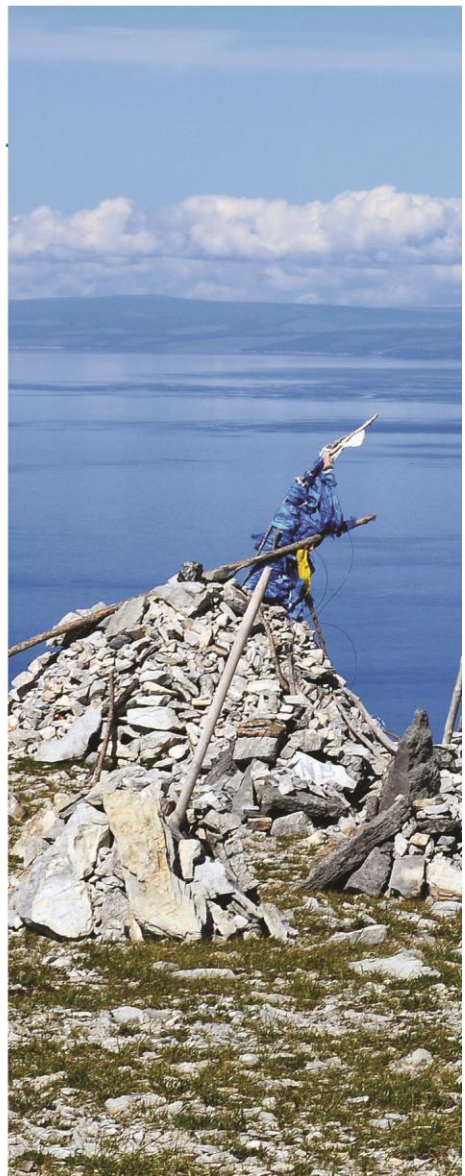


- モンゴルではユキヒョウを積極的に保護しており、頭数では世界第2位である。



手つかずの自然ーオブス湖

世界史に大きな足跡を残した匈奴、チュルク、スキタイの故地オブス湖流域はアジア中央部でも手つかずの分岐点である。美しい自然に恵まれ、約4万の考古遺跡が残されているため、2003年ユネスコ世界遺産に登録された。モンゴル最大のオブス湖の面積は琵琶湖の5倍の3350km²である。



誇りに思いたい伝統ーイヌワシと鷹匠

『ナショナル・ジオグラフィック』誌の写真家デビッド・エドワーズはモンゴル最西端の地で暮らすカザフ人の暮らしに欠かせない鷹を「原始時代の羽毛のある恐竜」と表現した。カザフ人の家庭を訪問すると、まず主人と挨拶を交わした後、ユルトの西側に陣取る家族の一員である鷹と「サレメッスィズベ(こんにちは)」と挨拶するのを忘れてはいけない。山中で獵物を見つけると、鷹匠が鷹の目隠しを取りはずして放つ。鷹が自由な野鳥に戻って、本能的に鋭い爪で獲物を捕まえる様は壮観である。

勇壮な男の鷹匠たちは「鷹祭り」に参加するため毎年集まってくる。2014年の祭りには、14歳の少女アイショルパンさんが初めて参加した。細く、小さな手に鷹を乗せた少女の姿は何か誇らしい。兄が軍人になったため、父の夢をかなえ、鷹匠の伝統を受け継ぐことを決意した。アイショルパンさんは「鷹と馬具のある鷹匠」という競技で優勝し、鷹匠になる審査にも合格して初めての女性鷹匠になった。



■ 西部モンゴルではハイキングや登山コースが素晴らしいです。山頂から眺めると、言葉では表現できないほどの絶景を見ることができます。



フスグル湖



天神信仰盛んな 北部モンゴル

北部モンゴルは、四季の独特な風景が人の心を誘う。ハンガイ、サヤン山脈、果てしなく続く鏡のような水面、青い真珠のように輝くフブスグル湖、ダルハド・ツェンヘル盆地、サルダグ山脈に源を発する河川の急流が蛇行する大地が広がる。北部モンゴルには今日まで多くの鹿石が残された。高山の森林でトナカイを放牧し、天神や自然を信仰して暮らすタイガの遊牧民、「テス河の駿馬」で名を馳せたホトゴイド族、芸術作品のような山々を信仰するハルハ族、勤勉なブリヤート族がここで協調して暮らしている。

北の「青い真珠」ーフブスグル湖

アムール河流域に位置するモンゴル国には300以上の河川、26の大きな湖がある。フブスグル湖の湖面を裸足で歩いて渡れる道がある。山の稜線に夕日が沈む時、きれいに磨いた鏡のように輝いて見える。200年の歴史をもつ湖は全世界の淡水の0.4%をたたえている。

朝日によって湖面が虹色に見えるフブスグル湖の最大水深は262m、貯水量・面積・深さでモンゴルの湖である。モンゴル人は「ドライエージ」（母なる海）と敬い、秋の激しい波の音は「人類の深い悲しみを全て消し去りたい」とも語っているかのようである。氷祭りを見学したジョアンヌ・バクスターさんは「とても楽しかったです。湖水の透明度が高く、御神渡りが水晶のように見えました。ここで何ができるのか、氷の厚さはどのくらいの熱に耐えられるのか想像できませんでした。湖上では馬ぞりに乗ったり、ヤクに重い荷物を運ばせたりしているのを見て、この氷は永遠に溶けないようにも思われました。何よりも氷の上でたき火をしたのにはとても驚きました。火が燃えているのに溶けないのかと驚いたでしょう。もちろん数時間後にたき火の周りには水溜りができていました。でも、氷は寒暖によく耐える建材のように厚かったです。私たちは氷のバーに入って、氷の家具や彫刻のある氷の住まいを訪ねました。様々な形の氷は本当に魅力的でした」と感想を語っていた。



タイガのトナカイ遊牧民

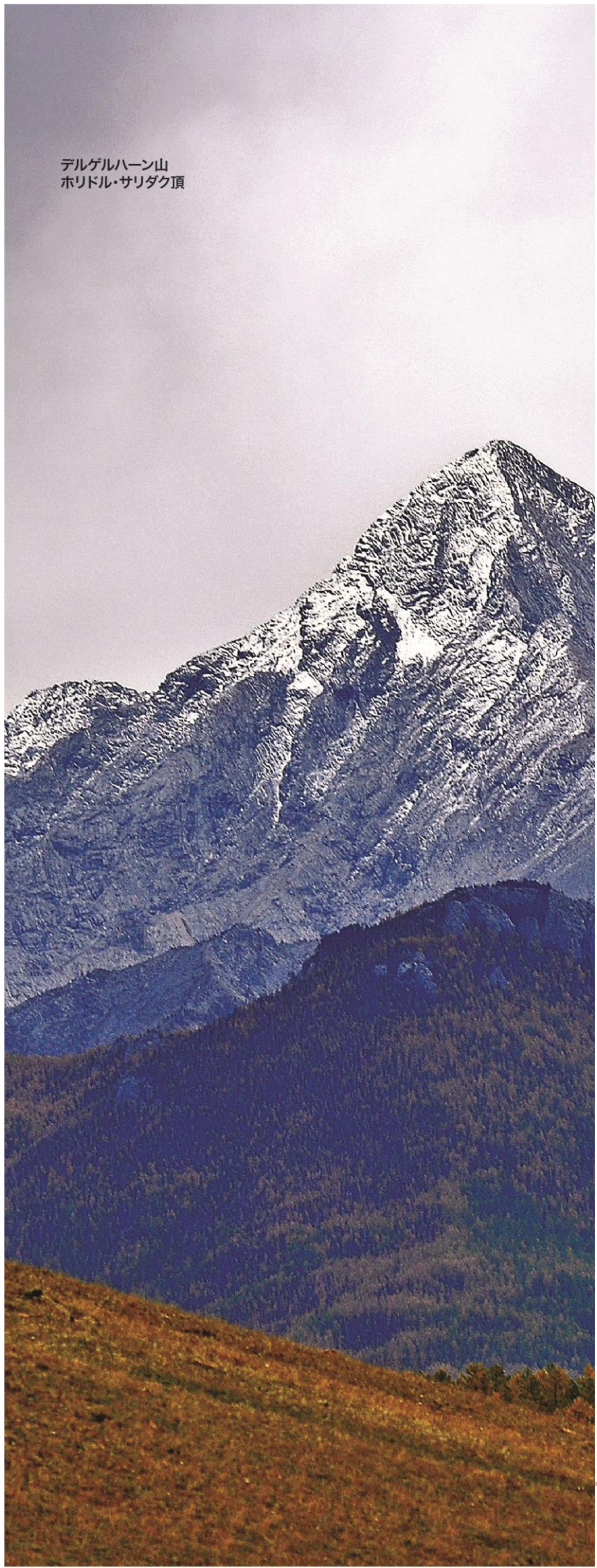
タイガの トナカイ遊牧民

独自の文化・言語・習慣をもつ一族はモンゴル最北端のテンギス、シャルガ、シシゲドなどの河の流域、ジャムス、オラータイガなどの山中で暮らしている。夏は27度、冬はマイナス55～60度に達する極寒のタイガの奥深くで白いトナカイを放牧している。春営地から秋営地まで50～70キロを移動し、文明や発展から隔絶した土地で質素に暮らしてきた。トナカイ遊牧民の祖先はウイグル系で、タグナ、ソヨンのタイガ地方で移動しながら何世代にもわたり伝統的なライフスタイルをつくり上げてきた。ウイグル系トナカイ遊牧民は、古代モンゴルのウイグル帝国の末裔である。トナカイ遊牧民が今日まで受け継いできた伝統文化の一つはオルツ（テント）である。オルツをどこでどのように建てるかは決まった順序やしきたりがある。湿ったカラマツの枝を削って骨組みを作り、狩猟動物やトナカイの毛皮、樹皮を巻きつけて建てる。

ありのままの自然 —ホリドル・サリダク山脈

山中の牧草地、草原、タイガが混在するホリドル・サリダク山脈は自然がありのままに残った数少ない場所である。同山脈から多くの河川が源を發し、中でもアルサイン河はモンゴル最大の滝をつくっている。滝の落差は70mで、降雨量の多い時にだけ水が流れる。ホリドル・サリダク山脈はダルハド盆地、フブスグル湖の分水界であるバヤン山脈のアルサイン峠で分けられる。同山脈のダルハド盆地側は非常に険しい。

デルゲルハーン山
ホリドル・サリダク頂



貴重な宝の故郷—鹿石

山岳に囲まれた大盆地には14個の鹿石が点在している。一か所でこれほどたくさんの鹿石を見学できる所は珍しい。鹿石の高さは2.3~4.8m、幅0.5~1m、厚さ0.25~0.5mの花崗岩に彫刻されている。ほとんどの鹿は上向きに彫られており、これは昔の遊牧民が鹿を天の生き物と考えていたためである。また、鹿石の表面上部には太陽と月が彫られており、その下には鹿、最下部は太い線で装飾が施されている。

鹿石には古人の装身具、弓矢、鏡、盾、鍬、小刀、未解明の長い武器などが彫られている。2頭の鹿を背中合わせに下向きに彫った鹿石もあり、大変貴重なものである。



遊牧民の世界観—天崇拜

自然と調和して暮らす思想に由来する天崇拜のシャーマニズムは、現代のモンゴル人にも人気がある。一般人には見えない大きなエネルギーをとり込み、それと交信する能力をもつ人をシャーマンと呼び、男性シャーマンを「ザイラン」、女性シャーマンを「オトガン」という。シャーマニズム儀礼を行う際にシャーマンと交信する主なエネルギーは神霊である。シャーマンはこの神霊の付添人や操縦士、また、神霊と人の間の通訳人など、シャーマンと神霊は様々な形で交信する。最近ではありふれた現象のように思われるが、実はこれがシャーマニズムの秘技の一つにほかならない。

シャーマンはその乗り物によって「天」「ロスサブダク」「神霊」という3つに分類される。天地・自然・祖霊は私たちに加護を与えてくれると考える。世界を創って支配する強力な神霊である永遠なる蒼天、父なる天空、母なる大地、オトガン・エヘを信仰する崇拜者が暮らす自然環境のバランスが保たれ、人の志気やエネルギーを高め、人々が清らかに正しく生きられるよう願う象徴は、今日まで自然と人類が調和するための架け橋となってきた。

天崇拜のシャーマニズム儀礼はフブスグル県、ヘンティ県、ザブハン県でご覧下さい。

- 西サリダク山で自由に放牧されるヤクのカシミヤを使って地元の人々が作った暖かい手作りのおみやげを買って、タイガに自生する野生の果物を味わい、タイガの人々との出会いを求めるなら、北部モンゴルへぜひお出かけ下さい。



ホルギーン・トゴー
(死火山)



独立国揺籃の地 ー中央モンゴル

遊牧の民モンゴル人がモンゴル帝国の首都の礎を築いた中央モンゴルは現在も文化・歴史・宗教の中心である。この大草原では遊牧民の初めての首都カラコルムが8世紀に各地の職人の技術によって造られた。古の人々もこの大草原で同じように暮らし、当時の生活を岩画や鹿石に残し、現代の私たちはそれを解説しようと努力している。

火山の奇跡ーホルゴ

研究者の調査によると、今から9000年前に噴火したホルゴ火山は、モンゴルで最後に噴火した死火山である。火山から噴出した溶岩流は東方へ、ソマン、チョロト河周辺で100km流れた。同火山では2回の噴火があったという。海拔2240m、噴火口は50度近く傾き、深さ100m、直径300～400mの円形である。噴火口の中には椅子や机の形をした大きな火成岩が散在しており、その隙間には小さなシベリアマツが生え、松の実や野生の果実が豊富である。また、火成岩でできた洞窟も多い。ホルゴ火山から20kmの所にはボスゴ、ヒャル、スガなど3つの死火山がある。ボスゴの噴火口は西北へ向き、底は湖になっている。ホルゴ火山の周辺の山からダイヤモンドが発見されている。

■ 1990年代からタヒ(モウコノウマ)をモンゴルで野生に戻す事業を行っており、頭数は着実に増えている。

天然温泉ーツェンヘル温泉

モンゴル伝統医学の治療ではミネラル分が豊富な温泉を重視してきた。湯治ばかりでなく、疲労回復・養生のための温泉も多い。ツェンヘル温泉はアルハンガイ県にあり、海拔は1860mである。1秒間に10ℓの温泉が湧き出るほど湯量は豊富である。周辺には3つのキャンプ場があり、遊牧民のゲルも多く集まっている。観光客が途切れず、常ににぎわっている。源泉が深いため、温泉の温度は65～90度と高めである。



古代のギャラリー ーピチクト岩

バヤンホンゴル県のバヤン山系のイヘピチクト山には洞窟壁画が多い。地元住民がこの岩山を「ピチクト岩」と呼んでいる。牛を使役し、スキで畑を耕している人が描かれており、3000年前、畜力を利用して畑を耕していたことを証明している。このような壁画遺跡はホブド県のホイド・ツェンヘル洞窟、ウブルハンガイ県のテブシ山、ゴビアルタイ県のツァガン河など数多い。これらの遺跡は私たちが使っている文字のように順番に出来事を記していないが、当時の生活や考え方を述べた記録であり、不思議な碑文である。私たちが目で見て手で触れて、解読するのを待っているかのようである。



人類の遺産 ーオルホン溪谷

モンゴル帝国盛衰の歴史に関心がある人が是非訪れたい所がオルホン溪谷国立公園である。オラーン・ツォトガラン滝、1220年チンギス・ハーンが兵站基地により基礎を築いたカラコルム遺跡、エルデニゾー寺院の108の仏塔、頂まで600mを歩いて登るトゥブフン寺院などの名所がウランバートルから360kmの距離にある。数百年にわたってこの地が帝国の中心となってきた。第二チュルク帝国のビレグ可汗に送ったチュルク文字石碑は必見である。ここから出土した王冠、金・銀製品などがウブルハンガイ県ハラホリン郡の博物館に展示されている。

鳥類の天国 ーテルヒーン・ツァガン湖

ハンガイ山脈に囲まれたテルヒーン・ツァガン湖ではテルヒなど10の河川が注ぎ、ソマン河を源流とする。地元の人々は「湖の東岸に着いた旅人が大きな湖を見て『その大きな白い湖(モンゴル語で「テル・イヘ・ツァガン」)を見てごらん』と思わず叫んでから「テルヒーン・ツァガン湖」と呼ばれるようになったのです」と語る。この湖の真ん中の小島には様々な鳥が巣を作り、卵を産んでいる。また、コクガン、カモシカが集まってきて、水深5mほどの所からセレンゲ河のカワカマスを捕って食べている。CNN観光情報で「2011年世界ベスト観光名所」の一つに選ばれた。





自然を満喫できる素敵な観光地六場！
都UBから泊。日





ナツアグドルジ



キャンプ場正面

まだあまり知られていないUBから近い観光の穴場さがし第2弾 (No15に既報)。街から130km、車で約2時間。ドブ県 (中央県) のバヤンデルゲル村だ。ここは、国民的詩人ナツアグドルジの生まれ故郷でもある。国立保護地区内にあるキャンプ場SteepsNomadsは周辺に溶け込み、やさしく観光客を迎えてくれる。

岩山には野生の羊やキツネ、空には大鷲、川にはツルや白鳥、カモなど、みごとな調和で大地の賛歌を奏でている。お客は乗馬、登山、ランニング、サイクリング、ゴムボート乗りなど、好きなチャレンジを楽しめる。夜は静寂の中、満天の星々が降り注ぐ。※野生の鳥や動物の写真は、観光で訪れた小野清三郎さんが1泊2日で撮ったもの。

SteepsNomads キャンプ場のウェブサイト：
mongoliagercamp.com (英語)



それぞれが乗馬やゴムボートで楽しんだ



ナツアグドルジの出生地

雑誌「2018 コンバイナー」より転載

MONGOLIA

モンゴル向け観光客の付加価値税 (VAT) 払い戻しの案内

5

モンゴルを探索して、免税ショッピングをお楽しみください！

ようこそモンゴルへ！付加価値税（VAT）払い戻しを申請して、旅行をさらに思い出深いものにしてください。以下の簡単な手順に従って、購入費用の一部を取り戻してください。

1. 付加価値税（VAT）税率：10%

対象となる購入に対して 10% の VAT 払い戻しをお楽しみください。

2. 最低支出：領収書ごとに 500,000.0 MNT

VAT 還付金を受けるには、ショッピング領収書の合計が 500,000.0 MNT 以上であることをご確認ください。

3. 誰が対象になりますか？

モンゴルで 90 日以内に滞在する観光客は VAT 還付を受けることができます。ご訪問が観光目的であることをご確認ください。




4. 免税品：

払い戻しは、機内持込手荷物に入れて輸出される品目に適用されます。

5. 還付不可商品：

- ・ アルコール、タバコなどの特定の製品
- ・ 薬、医薬品
- ・ 食物
- ・ 金、銀、レアメタルや鉱物資源

- ・ 成文法により輸出が禁止されている製品
- ・ 付加価値税法の第 15.17.5 条により、機内持込手荷物に入れて輸出できない品物
- ・ VAT が免除される製品

<p>ステップ 1</p>  <p>登録</p>	<p>免税ショッピングをお楽しみいただくには、「EBARIMT」アプリを通じてオンライン登録又は空港到着ホール TAX FREE カウンターに行ってデジタルバーコードを取得してください。</p>
<p>ステップ 2</p> <p>ショッピング</p> 	<ol style="list-style-type: none"> 1. TAX FREE の看板を掲げている店舗を探します。 2. 領収書ごとに最低 500,000.0 MNT (VAT を含む) を支払います。 3. 販売アシスタントにデジタルバーコードをスキャンして、免税領収書を生成するように依頼します。
<p>ステップ 3</p> <p>払い戻し手続き</p> 	<ol style="list-style-type: none"> 1. チンギスハーン国際空港の 2 階にある TAX REFUND カウンターを見つけます。 2. パスポートをスキャンし、「税金還付機」で税金還付をご申請ください。 3. 購入した製品の金額又は数量が一定金額を超える場合、税関職員に製品を提示して検査を受けるよう求められます。 そうしないと、還付不可の商品となる場合があります。 4. 入国審査通過後、空港で現金または支払いカードを通じて VAT 還付を請求してください。



MONGOLIA

WHERE THE LAND MEETS THE SKY



モンゴルでの免税ショッピングに関する重要な情報

モンゴルを訪れてくれてありがとうございます。皆様のご来場いただきまして誠にありがとうございました。モンゴルの美しさと文化を探索する時間を楽しんでいただけたら幸いです。付加価値税 (VAT) の払い戻しを忘れずに申請して、ショッピング体験をお楽しみください。安全な旅を！



この QR コードを読み取って「EBARIMT」アプリをダウンロードしてください。

SHUTTLE BUS SERVICE

Route 2

New Ulaanbaatar
international airport



Ramada
Ulaanbaatar Hotel



Best Western Premier
Tuushin Hotel



Holiday Inn
Ulaanbaatar Hotel



Novotel
Ulaanbaatar Hotel

Chinggis Khan Hotel



Kempinski Hotel
Khan Palace



CONTACT US NOW
1800-1700

SHUTTLE BUS SERVICE

Route 1

New Ulaanbaatar
international airport



Ibis Styles
Ulaanbaatar Hotel



Bayangol Hotel



The Blue Sky Hotel



CONTACT US NOW
1800-1700

Tradition - Meets - Modernity

HIDDEN GEMS AT YOUR FINGERTIPS

Citypass[®]
ulaanbaatar



パッケージに含まれているもの チケットの種類

- アトラクション
- シティツアー & バス観光
- ナイトライフ体験
- 高品質な送迎サービス
- 探索パス - 短期滞在者に最適
- オールインクルーシブパス - 毎日無制限のアトラクション体験
- シティナイトパス - シティナイトライフの体験
- フレックスパス - 自分のペースに合わせて体験

Citypass[®]
ulaanbaatar



ダウンロード中!



ウランバートルシティパスで時間、予算、思い出を最大限に活用しましょう。魅力的な観光スポット、体験型ツアー、魅力的なアクティビティから選ぶことができます。アプリをダウンロードし、パスを選択後、QRコードを使用して手間のかからない入場をお楽しみください。簡単に体験を検索し、リーズナブルで忘れられない体験を味わってください。

WWW.CITYPASS.MN

Ulaanbaatar

City Tour

市内ツアーに含まれるもの

- ✓ 市内の有名スポット
- ✓ ツアーガイド
- ✓ ノマディックショー
- ✓ 買い物

ミーティングポイント

📍 Peace Ave, Ulaanbaatar
14240, Sukhbaatar Square

予約



ウランバートルシティツアーバスサービスは、国内外の旅行者が都市の文化施設、博物館、主要な国内企業を見学できるようにし、その豊かな遺産と産業の発展に関する貴重な知識を提供します。

旅行をより手頃で便利にする特典や割引を提供できる、このウランバートルシティバスを旅行者の皆さまに紹介できることを嬉しく思います。

MONGOLIA
ALWAYS MOVING

Citypass
ulaanbaatar

visit
Ulaanbaatar

+976-9040-8687 | www.citypass.mn