

入国規制の無い
モンゴルは
おススメです！

日本人スタッフ&日本語スタッフがいて安心なキャンプ場でゲル体験 モンゴル大草原6・8日間

ウンドゥルシレット (7/14~9/25) はモンゴルNO. 1のロケーション。椎名誠の映画「白い馬」、クボタ他、多くのCMの舞台にもなった大草原と穏やかな川、歴史ある山、砂漠。モンゴルのすべてを満喫できる日本人経営のツーリストキャンプ場。
▼ウンドゥルシレットキャンプ場



夜は満天の星空がお出迎え(月の満ち欠けによる)



▲近代都市ウランバートル



▲ボグドハーン宮殿博物館



◀ゲル2泊 ゲル1棟にベッドが4台、中央にストーブ、洗面台、机とお湯のポットとコップ、鏡台が備わっています。日本人経営のキャンプ場。レストランゲルもあります。電気は自家発電。尚、ご家族やグループは1つのゲルを使用。



◀モンゴリカ・リゾート3泊、(4ツ星クラス)日本人経営ホテル。新空港から最も近い高級ホテルでバスタブ付。サウナ、近くにはゴルフ場もあります。市内と比べ空気が格段にきれい。Wi-Fi無料。



▲ゲル内部



日本人スタッフ
▲キャンプ場には日本人スタッフや日本語のできるスタッフが常駐し、24時間体制でサービスをご提供。



日次 予定のスケジュール 朝/昼/夕

① 成田発14:40 MIATモンゴル航空定期便(約5時間半)
ウランバートル着19:15 着後、日本語ガイドと送迎車で約1時間弱、草原の中のホテルへ

(4ツ星クラスH.モンゴリカリゾート泊) [X][X]機

ホテル発08:00 日本語ガイドと車で大草原約200km約4時間のドライブ。(午後)自由にモンゴル時間をお楽しみ下さい。
ウンドゥルシレット着12:00

【OP】現地払い(円払い可)

①乗馬体験(すねあて、ヘルメット無料、初心者・中級者向け、子供向け3時間と7時間コースでその日の体調や習得度で選べます。全指導員付き)。馬の扱い方、乗り方など練習、キャンプ場周辺で慣らします。そして小人数に分かれて遠出します。
②ドライブ(モンゴル砂丘往復3時間)。ツェンヘル岩山、岩給方面も承ります。
③キャンプ場前のトゥーラ川ボート下り(車で上流へ、そしてゆっくりボート下り約2時間)

④バドハーン山登頂計8時間(約2時間の登山)

⑤魚釣り(釣り道具レンタル)目の前のトゥーラ川で。食事の一品に。
⑥13km先の村へ交流会(一般ゲル)。
【OP】カラコルム1泊2日
【OP】夜は、焚き火を囲んで馬頭琴コンサート
【OP】満天の星空鑑賞(望遠鏡付)

※ゲルで一部Wi-Fi可、充電可。(ゲル2泊) [G][G][G]

ウンドゥルシレット発08:00 終日、日本語ガイドと車付。PCR検査にご案内も。
ウランバートル着12:00 (午後)市内観光(スフバートル広場、国立民族博物館、他)とお買物めぐり、自由散策 ※寺院や博物館等の入場はおお客様ご自身でお決め下さい。現地払いとなります

④ (H.モンゴリカリゾート泊) [G][X][X]

⑤ 終日、日本語ガイドと車付。(終日)市内観光(ボグドハーン宮殿、ザイサントルゴイの丘、他)検査証明書受取 ※寺院や博物館等の入場は現地払い。
【OP】18:00~19:30民族アンサンブル(馬頭琴、他)

(同上泊) [H][X][X]

⑥ ホテル発05:00 車で約1時間弱で空港へ。
ウランバートル発07:45 MIATモンゴル航空定期便
成田着13:40 着後、解散

機[X][X]

※食事のない×印の時はガイドにご相談下さい。

担当:内山 info@russia.co.jp

■出発日と旅行代金(6日間2名利用時1名料金)

□7月13日(水)~7月29日(金)の間の水・金曜各発.....¥278,000

□8月3日(水)~8月19日(金)の間の水・金曜各発.....¥298,000

□8月24日(水)~9月21日(水)の間の水・金曜各発.....¥268,000

※燃油サーチャージ等航空券諸税は含みません

【OP】2延泊 計8日間 月・水・金曜発: ¥36,000

【OP】ホテルまたはゲル1人利用: 一泊につき¥6,000

■ランドオンリー(地上費のみ)

¥118,000 ※航空券はご自身でご用意ください

■最少催行人員: 2名様(但し、1名様でも¥60,000追加で可)。

■添乗員: 同行いたしません

■その他: 5日間(月曜発)も承りますので、お問い合わせください。

ウンドウルシレット・リバーサイドキャンプ場 イラストマップ



◀レストラン。当ゲルは他のキャンプと不同的是他のキャンプと一番の賞を得ている。売店には、ワイン、ビール、ジュース、水等と民芸品も販売している。※日本円からの直接両替も可能



◀シャワー・トイレ棟があります。温水シャワー完備なので、アクティビティ後もさっぱりできます。

旅行条件と免責事項 (要旨)

募集型企画旅行契約のご旅行は、(株)ロシア旅行社が企画・実施する旅行であり、お客様は当社と募集型企画旅行契約(以下「旅行契約」という)を締結することになります。また、旅行条件は、下記によるほか、当パンフレット、出発前にお渡しする最終日程表(確定書面)及び当社旅行業約款募集型企画旅行契約の部によります。

- 旅行代金に含まれるもの
 - 旅程に含まれた観光料金(バス料金、ガイド料、入場料、送迎料金)
 - 旅程に含まれる宿泊料金(2人部屋、バスまたはシャワー付)
 - お1人につき23kg以内の手荷物運搬(スーツケース2個以内)
 - 団体行動中のチップ
 - 添乗員経費
 - 旅行代金に含まれないもの
 - 超過手荷物料金・個人的費用
 - 渡航手続き費用(消費税含む)
 - 有効旅券をお持ちで、査証、書類など手続きを当社で作成した場合...¥7,150
 - 海外旅行障害保険料
 - 傷害・疾病に関する医療費等
 - 1人部屋を希望は割増料金
 - 自由行動中の諸費用
 - ビザ代実費ロシア¥4,000、他の国の実費
 - 空港使用料(日本国内)
 - 航空会社が課す付加運賃・料金(例:燃油サーチャージ)
 - 旅行代金の変更については
 - 航空運賃及び各種交通機関などの運賃改訂、著しい経済変動による宿泊等が大幅に改定され時、ご出発15日前までに連絡いたします。
 - 取消料
 - 申込後、お客様の都合で取消をする場合は所用実費と次の取消料を頂きます。
- | | | |
|---------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| 契約解除の日 | 4/27~5/6、7/20~8/31、12/20~1/7に開始する旅行 | 左記以外の日に開始する旅行 |
| 旅行開始日の前日から起算してさかのぼって40日目にあたる日以降~31日目にあたる日まで | 旅行代金の10%(5万円を上限) | 無料 |
| 旅行開始日の前日から起算してさかのぼって30日目にあたる日以降~3日目にあたる日まで | 旅行代金が30万円以上...5万円 旅行代金が15万円以上30万円未満...3万円 旅行代金が10万円以上15万円未満...2万円 旅行代金が10万円未満...旅行代金の20% | |
| 旅行開始日の前々日~前日 | 旅行代金の30% | |
| 旅行開始日当日 | 旅行代金の50% | |
| 旅行開始後又は無連絡不参加 | 旅行代金の100% | |
- 特別補償
 - 免責事項
 - 航空機、その他利用の交通機関のスケジュールの変更ある場合はご了承下さい。
 - 運搬機関等が与えたお客様自身、身の回り品、及び手荷物の損害については当社の旅行約款によります。
 - 食中毒・盗難及び自由行動中の事故。

- 当ツアーは徒歩・移動、現地の食事等が問題とならない標準的な体力であるお客様を前提として作られています。ご自身の健康状態を十分ご考慮の上お申し込み下さい。また、ご旅行中の健康管理につきましては、自己責任でお願いします。
- 申込条件
- 旅行の実施にあたり、法令・公序良俗に反する恐れのある方、旅行の円滑な実施に支障をきたす恐れのある方は、お申し込みをお断りする場合があります。旅行を円滑にするため、お客様は当社の指示又は法令・公序良俗に準じていただきます。旅行開始後に参加者が上述の行為をされた場合は本人の責任と費用負担により旅行中止にさせていただく場合もあります。また同時に、主催者が上述の行為により被害を受けた場合は、その参加者に対し損害の賠償を申し受けます。
- 15歳以上20歳未満の方は保護者の同意書、75歳以上の方、血圧異常等の慢性疾患をお持ちの方、身体障害者、及び病弱者の方は、お申し込みの際健康診断書の提出をお願いいたします。その結果によってお断りする場合もありますし、同伴者の同行を条件とする場合もあります。
- 旅行中にお客様が疾患、障害、その他の事由により医師の診断又は加療を必要とする場合と当社が判断する場合は、お客様の申し出の有無にかかわらず必要な措置を取ることがありますが、その義務を負うものではありません。上記による一切の費用はお客様の負担となります。
- 7歳~15歳は同伴者を条件とし、7歳以下、車イスの方は同伴者があってもお受けできません。
- 旅行実施の中止・変更・解除
- 当社は申込み人員が最少催行人員に達しない場合、当該旅行の実施を中止します。その場合、出発日の24日前に特定日は34日前に当該旅行を中止する旨をお客様に通知し、お預かり金の全額を払い戻します。●その他当社の業務上やむをえない事由がある場合。
- お客様が所定の集合時刻に間に合わない搭乗・乗車できなかった場合は、旅行契約の解除をさせていただきます。
- お客様に予め明示した旅行実施条件が成就しない恐れが極めて大きい場合。
- 旅行契約内容の変更
- 当社は、天災地変、戦乱、運送宿泊機関等の、不通、遅延、休業、欠航及び争議行為、外国官公署の命令その他の当社の管理できない事由が生じた場合において、旅行の安全かつ円滑な実施を図るためやむを得ないときは、お客様に予め理由を説明して旅行日程、旅行サービスの内容その他の旅行契約の内容を変更することがあります。但し、緊急の場合に於いてやむを得ないときは、変更後に理由を説明します。
- ご協力をお願いします
- 弊社は、ツアー進行中にお客様またはガイドが撮影した皆様の集合写真やスナップを弊社作成の募集パンフレットやホームページに掲載することがあります。これはロシア等をより身近に感じていただくため、販売したりその他の目的のために使用するものではありません。なにとぞご了承くださいませようお願い申し上げます。
- 詳しい旅行条件を説明した書面をお送りしますので事前に確認下さい。

丁寧創業56年

●営業時間9~20時まで (土曜日は相談業務のみ17時まで)

旅行企画・実施

株式会社 **ロシア旅行社**

〒160-0004 東京都新宿区四谷1丁目9番3号 新盛ビル
TEL 03(5341)4571(代) FAX 03(5341)4572

観光庁長官登録旅行業第98号 日本旅行業協会(JATA)正会員 総合旅行業務取扱管理者 福井 学

2022年5月10日

東京東信用金庫 (ひがしん)
地下鉄(南北線) 2番出口
外堀通り
四谷方面
JR四谷駅
スクワール 麹町
皇居

新宿通り
サンパロビル (カトリック系書店)
新盛ビル5F SHIN SEI BLD. 有明家 (白いビル)
迎賓館

交番 麹町
JR四谷駅
地下鉄(南北線) (丸の内線) 四ツ谷駅
JR/地下鉄南北線・丸の内線 四ツ谷駅より各3分

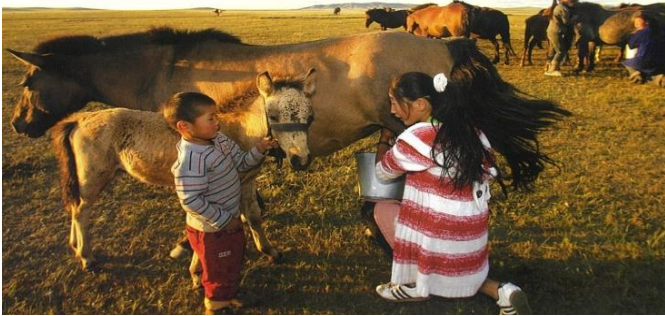
※総合旅行業務取扱管理者とは、お客様の旅行を取り扱う営業所での取引きに関する責任者です。この旅行契約にご不明な点があれば、ご遠慮なく当管理者にお尋ね下さい。

OP : 13km先のウンドゥルシレット村で交流会

※料金は人数等によります。お問い合わせ下さい。



子供もお手伝い



子供の家畜の世話を見学



チーズ作り等乳製品作り見学



◀ゲルの内で交流会



OP : カラコルム遺跡は1泊2日で可。

※料金は人数等によります。お問い合わせ下さい。

ウンドルウルシレット発08:00
カラコルム着13:00

専用車で日本語ガイドと西へ約240kmゆっくり約5時間のドライブ
チンギス・ハーンが築いた大モンゴル帝国の都観光
世界遺産エルデニ・ゾー寺院、街並み他

(ゲル泊) **G** **弁** **G**

カラコルム発11:00

(午前)カラコルム博物館、専用車で4時間
ウンドルウルシレット着15:00

G **弁**



1586年アブダイ・ハーンによって作られたモンゴル初のエルデニ・ゾー寺院の仏舎利。



お子様向けプログラム例：

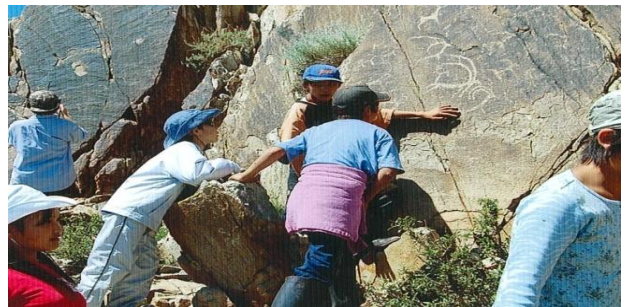
- 大人ご家族同伴で5歳以上12歳未満をお子様の条件とします。■お子様はお1人¥40,000引きで承ります。
- ゲル泊はご家族だけのゲル使用（4名様以上は2つのゲル）になります。
- ホテルはツイン2人部屋かエクストラベッドを追加するかご相談承ります。



ウンドウルシレットキャンプ場



モンゴル馬は一回り小さく誰でも安心して乗れます。指導員付き。すねガード、ヘルメット無料。



旧石器時代の岩絵観光。近くの石柱（太古の昔の村々の境界線）も見学します。



目の前を流れる穏やかなトゥーラ川の水遊び、川下り、釣りを楽しむ（深い所で1m、平均2~30cm）



川下り時はライフジャケットも付いています 40分



手洗いは自由です。



逞しく生きるウンドウルシレットの子供達との触れ合い、



ウンドウルシレット村の山羊や羊のお世話。

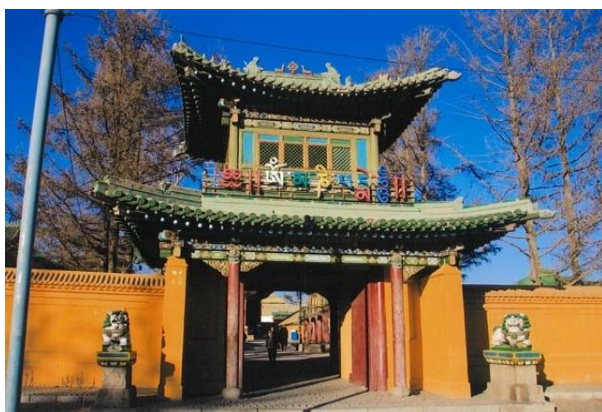
首都ウランバートルも終日観光します。



▲チンギスハーン広場



近代都市ウランバートル



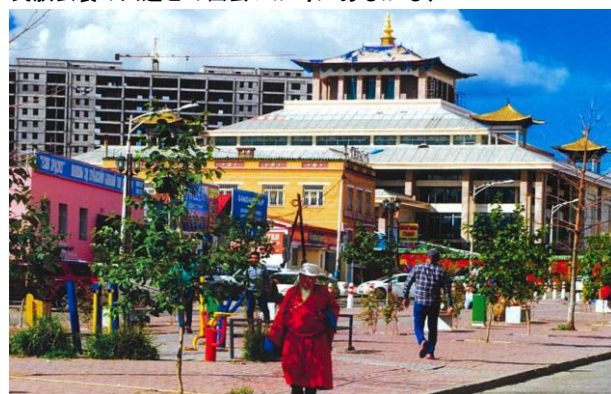
ガンダン寺院。1727年創建。チベット仏教総本山で5,000人の僧侶を擁した最高学府。



近代都市ウランバートルで観光やお買物、民族レストランにご案内。



民族衣装の人達との出会いが時にあるかも、



ボグドハーン宮殿博物館。モンゴル帝国最後の皇帝第八代活仏ジャブザンダンバの宮殿。



馬乳酒（アルコールは2～4度、夏の飲物で酸味があり栄養価が高い。）

乗馬トレッキングについて

初めにキャンプ場周辺の草原で乗馬練習をします。モンゴルの馬はモンゴリアンポニーといって、皆さんご存知のサラブレッドより小柄でおとなしい馬です。遊牧民のホースマンが指導します。

●乗馬に際して

- まず、馬に接する際にはいけないことを覚えておきましょう。
- *馬の後ろに絶対に行かないこと（後ろ足で蹴られる恐れがあります。）
- *馬に近寄るとき（乗る時）は、馬の右側には絶対に行かないこと（自分の馬だけでなく他の馬も右側に近づかれることを嫌います。）
- *馬を勝手に走らせないこと（馬は集団で行動する習性がありますので、1頭が走り出す他の馬も走り出し、事故につながる場合があります。）
- *手綱は馬の操縦桿です。遊牧民に引いてもらっている時でも絶対に離さないで下さい。
- *馬は臆病な動物です。とにかく驚かせないように馬にあわせてあげることが大切です。
- *前の人が帽子やスカーフ等を飛ばしたりすると、後ろの人の馬が驚いて急に走り出してしまふことがありますので特にご注意ください。

●服装

- *派手な色の服装やシャカシャカ音のするウインドブレーカー等は避けてください。
- *帽子、スカーフは飛ばさない工夫を必ずしてください。
帽子にはゴムひも等を縫い付けるかハットストラップ等で風が吹いても飛ばないように！
- *靴は裏がギザギザしていない、かかとの無いものをお勧めします。
- *厚手のハイソックス。
- *馬上でリュックなどを開ける時はガイドに許可を得てから行ってください。ほとんどの場合、誰かに馬を押さえてもらって行かないです。
- *ウインドブレーカーなどを出す場合は、必ず降りていただいてから行ってください。馬はヒラヒラしたものに怯えます。

●馬の乗り方

1. 馬に乗る際には左側から乗ることを徹底しましょう。
2. まず、左手で手綱を短く持ち、鞍の後ろ側を右手で押え、鐙に左足を掛け、勢いをつけて騎乗します。
始めのうちは、遊牧民たちが手伝ってくれるので心配はいりません。
3. 馬を操るには、
進めの合図・・・チューチュー（モンゴル独特の馬に対する言葉）と声をかけます。
止まれの合図・・・手綱を手前にゆっくり引いてゆきます。
曲がれの合図・・・手綱の重心を左・右行きたい方向にかけます。
4. 馬が走っている時（歩いている時）は手綱をしっかりと握り、馬の揺れに極力タイミングを合わせて自分の体もリズムを取れば、比較のお尻にかかる負担は軽くなるでしょう。
5. 降りる時は、乗る時と逆の順序で降りていただきますが、遊牧民が必ず手伝いをします。

③乗り降りの注意

馬は自然に止まります



うまく止められない場合は、山の方へ



止まる時はゆっくりと手綱を引く（急に引く張ると馬が驚くので、注意）

自分の馬だけでなく、他の馬のお尻にも気をつけながら、群れから離れましょう



降りる時は左足があぶみにひっかかっていないか確認してから、右足をあぶみから外し、右足が着地してから左足をあぶみから外します

帽子、スカーフなどは風に飛ばされないよう工夫する
サングラスもあると良い



とにかく日射しが強いです

靴の裏はギザギザのないもの（あぶみにひっかかって危険）

馬の近くで大きな声を出したり大きな動作をしない

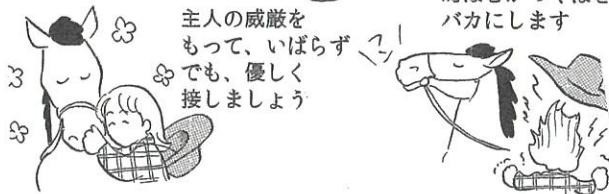
馬の上で服を脱いだりカバンを開けたりしない



馬が驚いてしまう

怖がると馬はむかつくほどバカにします

主人の威厳をもって、いばらずでも、優しく接しましょう



遊牧民が馬を押さえてくれて、OKの合図が出てから乗り降りする



あぶみに足を深く入れない

つま先立ちをした時に地面につく足の部分があぶみにかかっているのがベスト



馬の左側からです

左足をあぶみに入れ左手で鞍を持ち、一気に乗る

モンゴルの馬は「チュー」と言って軽くわき腹を蹴ると進みます

他の馬が走り出すとつられて走っていくので気に留めておきましょう



左に行きたい時は顔を左に



右に行きたい時は顔を右に向かせる

手綱を片手にもう片方の手は軽く鞍を持つ

手綱を絡めない

モンゴル基本データ

2022年4月現在

正式国名	モンゴル国	国旗▶
英文	Mongolia	
面積	約1,564,100Km ² (日本の約4倍)	
人口	約3,278,000人(2020年)ウランバートルは約1,467,000人	
主な民族	ハルハ族84.5%他カザフ族、ブリアート族	
言語	モンゴル語(標記はキリル文字)、外国語はロシア語	
時差	日本より-1時間遅れ	
宗教	チベット仏教	
主な産業	鉱業(金、銀、銅、石炭)、畜産業(羊、山羊、牛、馬、ラクダ)	
世界遺産	文化遺産はオルホン渓谷の文化的景観、アルタイ山脈の岩絵群、大山ブルカン・カルドゥンと周辺の神聖な景観	
通貨、為替レート	トゥグリク(Tg)、100Tg≒4.55円(1Tg≒0.04円 19年9月)	
国際電話番号	976(モンゴルの国番号)	
ビザ	日本のパスポート保持者は30日以内不要(但し、出国する航空券か乗車券を持っていること)	
両替	日本円からトゥグリクに直接できる。ホテル・モンゴリカとウンドウルシレットのゲルは両替も支払いも円で直接可	
チップ	一般にチップの習慣はない。	
一般的な営業時間	09:00~18:00(月~金曜)、コンビニは24時間無休、レストランは11:00~20:00、博物館は夏、休館なし。マスク着用も不要です。	
写真撮影	空港、続経中の僧侶の姿、軍、公共施設は不可。博物館内は手数料約5ドルで可。	
気候	大陸性乾燥気候(日中は夏場最高35°Cに、夜間は10°Cに下る日も。湿度は大変低い)。日の出は5時半頃、日没は9時半頃。ひたつき、強盗、殺人、スリ、自動車事故、暴行等が増加。人込みやホテルのロビー、夜の一人歩きは充分注意が必要。ふたの開いたままのマンホールもよくあるので町歩き時は特に足元に気をつける。日本語ガイドと同行が安全。	
治安		

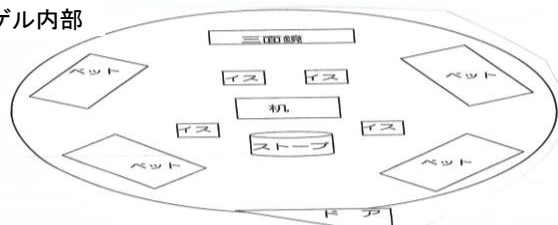


赤は繁栄の火、青は平和と永遠の青空、左側の黄色模様は国家を象徴(上から炎、太陽、月、上下の逆三角形が槍、長方形が正直さを示す。その間に繁栄と警戒を示す魚、左右は城壁)

一般家庭ゲル生活

原始時代からの遊牧生活が今も続く家畜(ヤギ、羊、馬、牛、ラクダ)の飼育方法で季節に合わせて住む場所を変えるための組立て式移動住居(ゲル)で直径8m、中は10畳ほどの広さの木の骨組みにフェルトを覆います。大人2~3人が組立分解を1時間程度で行います。家畜は財産で大切に扱い肉や毛などは産物。主な家畜は各家庭が決める。1日の始まりは早朝から世話が始まり、その日の天候や風向きや、よい草が生えている場所を選び日没前に家畜と家に戻ります。

ゲル内部



一般家庭(ゲル)は中央にストーブ、入口右側が女性・子供で左側は男性・客人と決められ、北奥の最上席には仏壇です。ゲルには必ず番犬がいるので主人が出てくるまでゲル近づかないこと。ゲルに入る時は帽子を取る。右足から入ること。敷居を踏んだり、座ってはいけない。ストーブにゴミを入れないなど作法がある。

ゲルでの生活習慣

- 川で洗った物をしてはいけない。川の中は神聖なので、汚さないように、必ず洗面器に水を汲んで洗わなければならない。
- ストーブの火は自然に消えるまで消してはいけない。消すと家が途絶えると言われる。
- 夜にゴミを捨ててはいけない。
- 一般ゲル訪問時、物干しひもの下をくぐってはいけない。汚れると言われている。また、竿の先の縄の輪は馬を捕まえる道具でこれも神聖なものです、決してまたいだりしないで下さい。
- 放牧は男性の仕事で、女性は乳搾りや家事に専念している。男性は普通、ツァイ(お茶)を済ませると、馬に乗り家畜を追って放牧に出かけて昼間は家にいない。
- 遊牧民ゲルにはトイレが無い。大自然の中で用を足すには窪地を探し、スカートや長袖でカバーして用を足す。使用後のペーパーは土をかぶせる。そして、ウエットティッシュも便利。
- 鍵を放り投げたり、ぐるぐる回したりしない。借金ができると言われている。
- 大草原の民モンゴル人は概して感情がストレート。嫌な場合ははっきり強い態度で言うこと。日本語でもいい。酔っ払った人には決して近寄らず、相手にしないこと。付き合わないこと。
- 未婚の女性は髪を二つに分けて編み、既婚女性はひとつに束ねて編み、スカーフを巻く。

在モンゴル日本国大使館(011)320777、警察102、救急車103



馬頭琴(モリンホー)弦と弓を馬の毛で作った弦楽器。ホーミー舌、歯、喉、肋骨を使って共鳴させ、低音のメロディを1人で2つの音を同時に出す独特な歌い方。

モンゴルの食文化

モンゴルの料理は遊牧生活と厳しい気候により日本の農耕文化と違い山羊、羊、馬等の肉や乳製品が多く、副食として野菜とパン。飲物は磚茶を削って蒸し乳と塩をいれたお茶(ツァイ、ミルクティー)。朝・夕食は軽く、昼食が主でスープが付きまます。



主なメニューはポーズ(モンゴルぎょうざ)、ホーショール(モンゴルピロシキ)、ホルホグ(鍋肉料理)、アーロール(乳を干したチーズ)などの乳製品。アルコールは馬乳酒(アイラグで2~4度、酸味があり栄養価が高く日本のカルピスは馬乳酒をヒントにして作られた)とアルヒ(モンゴルウオッカ、小麦で作る40度と乳を蒸留した16度もある)。特に注意は生水、アルヒは口にしない、加熱してない物や殺菌していない乳製品、生焼け、屋台のものも口に入れない注意が必要です。出来立て馬乳酒はお腹にキケン。おすすめ飲物はミネラルウォーターかジュース、ヨーグルト、地ビールです。一般家庭ゲル訪問時の食べ物の作法は必ず右手で受けること。出されたものは最低限口をつけるのが礼儀。小さくちぎっても構いません。飲物なら飲むふりでもよいとされています。そして、テーブルに置く。ヤギやラクダの肉は冷えやすいので食べた後の冷たいものを飲むと胃の中で固まってしまうので注意が必要です。