

旅行準備

昨年の同じ時期に中央アジアのウズベキスタンを訪れ、今まで訪れた国とは異なる不思議な魅力を感じました。ウズベキスタンでたまたまカザフスタンに住む日本人にお会いしカザフスタンも訪れると良いというご助言をいただきました。今回はウズベキスタンと同じ中央アジアにあるカザフスタンとキルギスを訪問することにしました。中央アジアは井上靖や平山郁夫の作品に影響されたこともあり、その昔東西文明が交流したこの「胡」と呼ばれた地域に魅力を感じます。胡椒、胡瓜、胡桃など胡から中国を経由して日本にもたらされたものがいろいろあります。

旅程を立案するときに情報源として必ず利用するのはダイヤモンド社から出版されている「地球の歩き方」です。しかし中央アジア版は誤植が多く発行中止になっています。従って旅行代理店やカザフスタンとキルギスの日本大使館の web サイトなどを活用させていただきました。

今日現在、日本からカザフスタンやキルギスに行く直行便はありません。ソウルのインチョン経由か中国の北京、ウラムチ経由が一般的だそうです。中国の航空会社を利用するとシルクロード（オアシスの道）の上を飛ぶことになり惹かれますし、航空運賃がかなり安くなります。しかし、遅延や荷物の誤配が多いという評判を聞くので往路は韓国の航空会社を利用することにしました。帰路はボルネオ島のラナウに立ち寄るのでマレーシアの航空会社を利用することにしました。現地では国境を越えるような長距離移動でもバスを利用することが一般的なようです。しかしエアコンを使用しないバスが多いようです。エアコンがないバスによる長時間の移動は体力を消耗するので極力空路を利用することにしました。近距離の移動は Taxi、市内バス、地下鉄などを利用するつもりです。言葉が通じないので Taxi を利用するときには YandexGo（スマホアプリ）を使用することにします。

ホテルの予約はすべて AGODA を介して行いました。

現地通貨はクレジットカードを使用して ATM から入手することにしてはいますが、カードが使用できないなどの事態に備えて両替用としてドルを少額持参するつもりです。円から現地通貨に両替すると手数料がかなり高いので二重に手数料を支払うことになるけど円をドルに両替してドルを持参しドルから現地通貨に両替した方が良さそうです。以前は最寄りの銀行に行けば外貨両替機が設置されていて簡単にドルを入手することができましたが、銀行が外貨両替部門を別組織にしたので適切な場所に行かざるを得ずドルの入手が多少面倒になりました。

旅行中にパスポートを紛失した場合、現地の大統領館か領事館で再発行してもらう必要があります。そのとき戸籍謄本が必須ですが、日本から取り寄せるのでは日時を要し予約済みの帰国便に間に合わないなどの状況が想定されます。不足の事態に備えて戸籍謄本を持参することにしました。

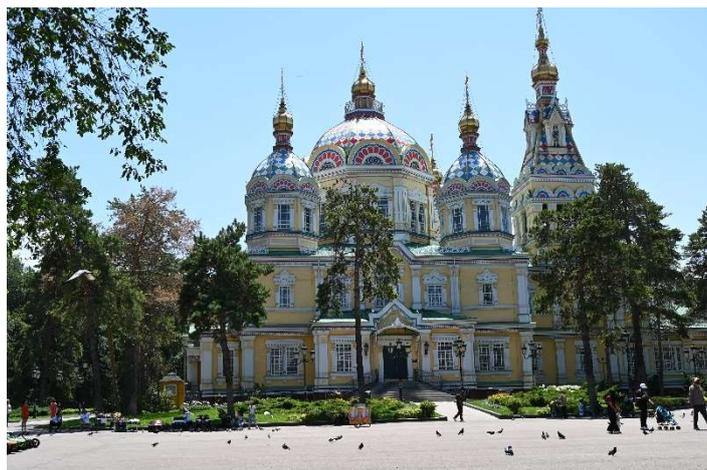
成田から仁川を經由して Almaty に向かうため仁川で乗り継ぎ便の搭乗待ちをしています。たった今、ASIANA 航空から乗り継ぎ便が 2 時間 30 分遅延するという連絡がありました。Almaty のホテルに空港でのピックアップを依頼しているのでホテルに遅延する旨メールしたところです。今回もいろいろなハップニングに出会いそうです。



Almaty に 3 時間近く遅れて 23:30 に到着しました。入国審査、通関を済ませ迎えに来た運転士とも出会い ATM から現地通貨テンゲを入手して SIM カードを購入後ホテルに向かいました。チェックインして荷物を整理しシャワーを浴びて 3:30 に就寝。時差の 4 時間を加味すると日本時間で am7:30 に寝床についてことになり長い一日でした。

6/17

6:30 起床。朝食後 Almaty を散策しました。Almaty はかつてカザフスタンの首都だったところであり今でも最大の都市です。天山山脈の支脈に位置し標高 650m 以上のところにあり豊かな自然に恵まれています。木々が生い茂った緑の大きな長方形の区画の公園があり都市の主要機能はその中にすっぽり収



まっているようです。木と同じ程度の高さのお洒落な建物が碁盤の目のように道路に沿って整然と並んでいます。時々現地の人に尋ね NAVI アプリの助けを借りて迷いながらゼンコフ大聖堂にたどり着きました。カザフスタンにはイスラム教(スンニ派)を信じる人が 70% いるそうですがキリスト教徒(ロシア正教)も 30% 近くいるそうです。このロシア正教の教会は釘が一本も使われていない木造の美しい建造物です。内部は金色を中心にした鮮やかな

色彩の装飾でした。次にグリーンバザールに行こうとして Taxi を呼んだけどうまくコンタクトできず歩き回っているうちにゼリオン・バザールに着きました。どでかい市場を見て回って近くの大衆食堂で昼食を摂りました。安くて量が多い。寒い冬を越すためにたくさんの肉を食べエネルギーを蓄積するの

でしょう。次に市内と周りの山々のパノラマビューを他の s 締めるコクトベの丘にロープウェイで上がりました。ロープウェイの駅までの移動手段は Taxi アプリ YandexGo で呼んだタクシーです。運転士だけでなくホテルのフロントなどを除けば英語は全く通じないのでこのアプリは有効です。明日遠出をするので早めにホテルに戻り休息することにしました。

6/18

今日は Almaty の東約 200km に位置する Charyn Canyon とこの渓谷と近くにある滝をトレッキングし



ました。現地ツアーの参加条件に 70 歳未満と記載されていた理由が分かりました。両方とも坂道を長いこと歩かなければならず、若者にどんどん追い越されました。

私たちはツアーでなく車を終日チャーターしました。

Charyn Canyon はアメリカのグランド・キャニオンに比べると、規模こそ小さいものの、美しさでは引けをとりません。約 1200 万年前のもので、色とりどりの奇妙な形の岩は、数百万年の浸食と水の移動によって形成されたそうです。上から眺めるだけでなく渓谷の中を歩いて独特の美しさと地質の多様性を見ることができます。風と水により長時間かけて作り出された「城の谷」と呼ばれる 2.5km の区間を疲れましたが造形に感嘆しながら散策しました。

また、滝へのアプローチはまさに山道の連続でした。僅か 1km の上り道を、息を切らしながらやっと登

りきりました。久しぶりにいろいろな高山植物を愛でることができました。

夕食はカザフ料理のレストランで馬肉、鶏肉、牛肉料理と Almaty 特産のリンゴジュースをいただきました。

6/19

カザフスタンの歴史と文化を学ぶために国立中央博物館と国立民族楽器博物館を訪れました。前者には先史時代から現代まで豊富な展示物がありますが、英語の説明文が少ないのは残念です。後者はカザフ

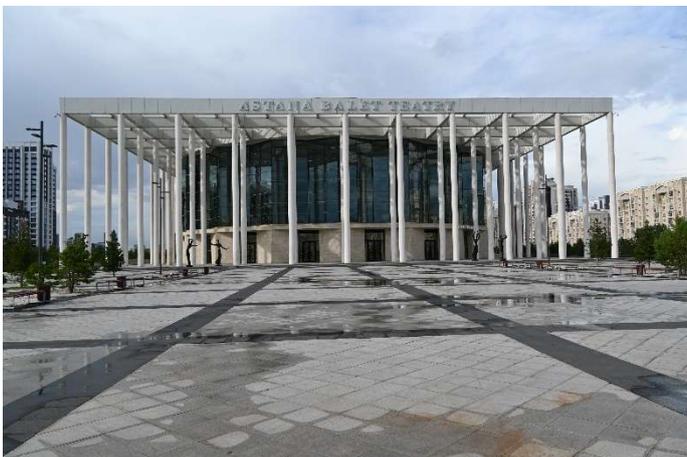


スタンだけでなく世界中の珍しい楽器が展示されており楽しく見学することができます。次に、海拔 1,700m の山林に囲まれたメデウに行きました。ロープウェイを約 20 分乗るとメデウ行楽地に到着します。カザフ料理の昼食を摂った後、20 分間寒冷地特有の森の景観を楽しみながらロープウェイで降りてきました。

6/20

昔の首都 Almaty から現在の首都 Astana に空路で移動しました。Astana に首都を移転するに当たって新首都設計に関する国際的コンペが実施され黒川紀章氏が優勝しました。氏の提唱したスキームが都市作り大きく影響しており日本政府も初期の都市基盤整備に大いに貢献したそうです。

ホテルにチェックイン後、夜のアスタナ・バレーの公演チケットを購入するため劇場へ向かいました。実は日本からチケットを購入しようとして何回か試みましたが、うまくいかず問い合わせたところ現地で購入するよ



購入するよという回答を得ていました。19:00 公演開始に対し 16:00 頃劇場に着きましたが、大きな劇場のすべての入り口は閉まっており、どこでチケットを購入したらよいか？まったく分かりませんでした。たまたま一つの出入り口から数名のスタッフが出てきたので、そこから建物の中に入り劇場関係者と思われる人に事情を説明しました。私たちが訪れた時間



はネットで購入するしかないようです。彼は私と WhatsApp で連携し私たち 3 人分のチケットを送信してくれました。しかも何とプレゼントするという事です。有難いやら驚くやら、丁重にお礼を述べ、開演時間まで近くのレストランで約 1 時間半かけてたらふく肉料理を堪能しました。アスタナ・バレエは光・映像・音楽・舞踏を総合した独特のものであり日本を含め世界各地でも公演されています。「シルクロード」という幻想的な演目の舞台に 1 時間 30 分引き込まれました。公演終了後、小雨が降っており肌寒く Taxi を拾うのが難しい状況だったので先ほど食事をした店に行って呼んでもらいました。

6/21

私は 6 年半前に胃を全摘したので食道との間の噴門がなく、ときどき夜中に逆流が起きます。予防する



ために枕を高くして寝ますが、昨晩は疲れていたもので怠ってしまいました。案の定、夜中逆流が起こり強い喉痛を感じました。朝食が進まず午前中は休息させていただきました。午後から Taxi をチャーターして予定した個所を観光しました。

Almaty が緑豊かな公園の中に都市が作られたのに対し Astana は砂漠の中に近未来的な都市が作られたという感があり

ります。多くの奇抜な個性豊かな建造物が整然と並んでいます。

首都のシンボルタワーである高さ 105m の「バイテレク」、大統領府、黄金比をしたピラミッド型の「平



和と調和の宮殿」、2021年に完成した世界最大級のモスク「アスタナ・グランド・モスク」、白亜の「ハズィレット・スルタン・モスク」などを訪ねました。他にも興味を惹かれる箇所がたくさんありますが時間的に無理で諦めざるを得ません。

6/22



今日はカザフスタンの首都 Astana からキルギスの首都 Bishkek への移動日です。空港へ行く途中に Astana Grand Mosque を見かけあまりの美しさに感動しました。

Astana から Bishkek へ行くのに途中 Almaty を経由します。Astana で Almaty からの乗り継ぎ便も合わせてチェックインすることができ、そのときに預け荷物が Bishkek までパススルーされることを確認しました。Astana での搭乗の直前

に Almaty からの乗り継ぎ便の航空会社に変更になり出発が 10 分早くなるというメールが入り驚かされました。Bishkek では入国審査に時間を要しました。ドルを現地通貨に両替し SIM カードを購入しました。YandexGo に新しい電話番号を設定するのに時間を要しました。Taxi がホテルに向かう途中で給油するのにガソリンスタンドではなく道端で大きなペットボトルにガソリンを入れて売っているおばさんから給油してもらったのにはびっくり仰天です。

地元の人が多く入っていたレストランで夕食を摂りました。メニューはロシア語で書かれており Google レンズの助けを借りました。何れの料理も塩気が強すぎるので注文するときに塩分を控えめにしてくれるよう頼む必要があります。

6/23

キルギスの首都タシュケントの主な観光地を今日、明日で回り、明後日から郊外の観光地を訪問する予定です。観光地が集っているアラトゥー広場まで YandexGo で呼んだ Taxi で行きました。気温が 34℃ あっても日本の夏と違って湿度は低いのでじとじとした感はなく頑張れば歩いて回ることもできるかもしれない。しかし、無理しないほうが良いと思い、



乗ってきた車をチャーターして回ることにして運転士に依頼しました。その運転士はだめで別の運転士と1時間800ソムで交渉してくれました。ところが大問題。車を乗り換えて行き先を告げたが全く通じない。ロシア語も理解しない。キルギス語の音声パックはまだ存在しないので私のス

マホには当然入っていない。タクシーのセンターと交信しセンターの通訳を介してどうにかオシュバザールに行くことができました。バザールを見物して戻ってくると英語を理解する運転士の大学一年の息子さんが来ており通訳とガイドをしてくれることになりました。そこからは順調に観光することができ、キルギス共和国国旗のパラマウント、大統領府、オークパーク、ビシュケク中央モ



スクなどを回りました。博物館、美術館の類は月曜休館ゆえ明日回ることにして運転士親子にトランスポートを依頼しました。また、明後日以降の郊外観光は本日観光中に WhatsApp を介して旅行代理店と契約することができました。ローカル料理店で夕食を摂りましたがサラダの量の多さに驚かされました。

6/24

キルギス国立歴史博物館とキルギス国立表象芸術美術館を見学しビシュケク・シティ・バザールを見物しました。博物館にはキルギスの石器時代から 20 世紀末までの豊富な遺品が展示されており英語の説明文も付いていました。キルギスの歴史を勉強するのにうってつけの場所であり展示物の説明文を丁寧に読んでいくと 1 週間くらいかかりそうです。印象的であった説明は、古代からキルギスはシルクロードの主要な支線がいくつか走っておりシルクロード沿いに都市が出現し貿易の中心になっただけでなく、シルクロードを介して新しい思想、知識、技術的発見、宗教的信念がもたらされたということ、帝政口



シアンの圧政に苦しんだことやソビエトの一部であったことなどロシアの影響を強く受けてきたことなどです。牧畜民の住居であるフェルトで作られたユルトが展示されていました。美術館にはフェルトを使用した大掛かりな見事な作品がたくさん展示されていました。絵画の展示も多くいわゆる現代アート風のものではなく写実派や印象派と言っていい作品を多く見



ました。遊牧民の生活を題材にしたものが多くキルギス人の人文を一部窺い知ることができます。バザール見物後、料理を持ち帰って食べることにしてレストランで注文しようとしたのですが通じない。お客で英語の上手な人が私たちの意図を店員に伝えてくれました。

6/25

ビシュケクから約3時間かけてイシククル湖に行きました。世界で2番目に大きな海拔1,606mのここ



ろにある高山湖だそうで琵琶湖の9倍あります。透明度もバイカル湖に次いで2番目だそうです。塩分濃度は6%で魚も獲れるようです。夏のシーズンゆえ大勢の湖水客がいました。帰路溪谷の中をドライブしました。今日のガイドは運転が荒っぽく心地よくなかったのでツアー終了後旅行社にクレームしました。

6/26

今日は、ビシュケクの郊外にある何れも車に乗って 1 時間程度で行ける Ala Archa 国立公園と Burana



Tower を訪れました。Ala Archa 国立公園では雪を頂いた山々に囲まれた森林を雪解け水が流れる川に沿って切り開いて作られた道路上を、景色を愛でながら散策しました。実に爽快な気分でした。

Burana Tower がある古代都市プラナに向かう途中 Maerka-Village の丘を通りました。草原の見下ろすここからの展望も素晴らしいものでした。



Burana Tower は、モスクのミナレットの一つだそうです。元々46~7mあったそうですが現在は 24m しかありません。塔の内部に煉瓦で作られた螺旋階段があり一部真っ暗ですが頂上に上ることができます。プラナ古代都市は 10~15 世紀に存在した大都市の遺跡です。敷地内に博物館があり当時の遺品が展示されています。

キルギス北部には、遊牧民の石彫や記念碑が広く存在しているそうです。プラナ古代都市とは無関係ですが同じ敷地内に石人の野外博物館があります。石人は 6 世紀の遊牧民のものでありもともとここにあったのではなくイシククル湖西部の渓谷の各地から集められたそうです。

6/27

昨日二日分の行程をこなしたので、今日は一日空きました。有名なキルギスの白はちみつを購入するため専門店に行き、味見をさせていただきました。乳白色をしていて甘すぎずクリーミーで滑らかな食感です。次にドルドイバザールに行きました。このバザールは大きな 2 階建てに積んだコンテナが縦横に

数多く並んでおり一階が店舗、2 階が倉庫になっています。トイレも 2 階建てのコ



ンテナで 1 階が女性用、2 階が男性用になっています。生鮮食品、ドライフルーツ、衣料品、電気製品、など日常生活に必要なものは何でも揃うようです。規模が大きすぎて半分も回ることができませんでした。写真は出入り口に近いところで 2 階建てになっていません。

6/28

今日でキルギスの旅は終了です。ホテルをチェックアウトして近くのスーパーマーケットを見物しました。細長いピーマンなど初めて目にするものが色々あります。乾燥イチジクを購入しました。どんな味



か楽しみです。厳しい冬に備えて色々なものを乾燥させて保存するようです。ドライフルーツの種類が実に多い。パン屋さんの隣のレストランで昼食を済ませて空港に向かいました。ビシュケクからアルマティへ飛びます。

6/29

カザフスタンとキルギスの旅の最終日です。YandexGo で呼んだ Taxi に乗ってビッグアルマトイ湖へ出

かけました。この湖は火山の噴火によって堰き止められて出来たそうです。湖畔から眺めが素晴らしいと聞いていたので楽しみにしていました。ところが今日は日曜日で大勢の行楽客やハイカーで混雑して



いました。なるべく湖の近くまで車で行って歩く距離を少なくしたいのですが駐車スペースがありません。帰りの足が心配になり運転士と翻訳ソフトを介してやり取りしましたが山の中で電波が届いておらず意思疎通ができません。やむなく、電波の届くところまで下りてソフトを介して対話し帰路もOKになりました。しかし混雑が激しいこともあり運転士の提案を入

れて別の場所へ行きました。ホテルに戻って昼食を摂りました。今日は朝昼に鶏肉、馬肉、牛肉を食べました。ソーセージなどに蜂蜜を付けて食べると美味しいことを知りました。今から空港に行きクアラルンプール経由コタキナバルに向かいます。

短期間でしたが中央アジアの2カ国カザフスタンとキルギスを訪ねることができました。カザフスタンは経済的に豊かで社会インフラが整備されていますが物価が高い。キルギスはそれほど豊かでなくインフラ整備もこれからですが物価は安い。同じような風土に育まれた隣接する国ですが随分と差を感じます。カザフスタンは石油などの鉱業資源に恵まれているからこの差が生じたのでしょう。

Itinerary for Kazakhstan and Kyrgyzstan

Plan on 17 May 2025

Date	X'portation	From	To	Place	Hotel			
16-Jun	mon	From Narita via Seoul to Almaty, Kazakhstan's largest city and check into the hotel				Almaty	Park Hotel Almaty	
		Morning way 8	Hon-Atsugi	7:45	Shinjuku			8:40
		Limousine Bus	Shinjuku	9:05	Narita T1 south wing			11:15
		OZ101 23kg+10kg	NRT	13:20	ICN			15:50
		OZ577 23kg+10kg	ICN	18:15	ALA			20:50
17-Jun	tue	Exploring the city (Panfilov Park, Zenkov Cathedral, Green Bazaar, Kok Tobe Hill)						
18-Jun	wed	Drive to Charyn Canyon to explore the Valley of Castles						
19-Jun	thu	Almaty City Tour (Central State Museum, Medeu, Shymbulak Ski Resort)						
20-Jun	fri	Fly to Astana, Kazakhstan's capital,				Astana	Dami Astana Hotel	
		KC 853 23kg+8kg	ALA T1	11:50	NGZ T2			13:35
21-Jun	sat	Sightseeing in Astana (Bayterek Tower, Presidential Office, Pyramid-shaped "Palace of Peace and Reconciliation" Khan Shatyr Entertainment Center, Astana Grand Mosque, Hazret-sultan-mosque)						
22-Jun	sun	Fly to Bishkek, Kyrgystan's capital				Bishkek	West INN Akjora Hotel	
		KC 852 23kg+8kg	NGZ	10:30	ALA T1			12:10
		KC 109 23kg+8kg	ALA T2	14:35	FRU			16:20
23-Jun	mon	Bishkek City Tour (Ala-Too, White House, Government House, Oak Park, Historical Museum, Philharmonic Hall, Osh bazaa)				Bishkek	West INN Akjora Hotel	
24-Jun	tue							
25-Jun	wed	Lake Issuk Kul, Kok Moinok canyons						
26-Jun	thu	Ala Archa National Park and BURANA TOWER						
27-Jun	fri	Get White honey and Visit Dordoy Bazaar						
28-Jun	sat	Sightseeing in Bishkek, then fly to Almaty				Almaty	Park Hotel Almaty	
		KC 110 23kg+8kg	FRU	19:25	ALA T2			19:15
29-Jun	sun	Visit Big Almaty Lake, then fly to Kota Kinabalu via Kuala Lumpur				Almaty	Park Hotel Almaty	
		D7 601 25kg+7kg	ALA	19:00	-			
30-Jun	mon	-		KUL	6:10	KK	Slagon Homestay	
		AX5110 25kg+7kg	KUL	8:30	BKI			11:10

Tourists: Seiji and Momoyo Kobayashi, and Fukuko Kajihara