

豊かな自然とやさしさに満ちた

# ブルネイ・ダルサラーム

BRUNEI DARUSSALAM

*Abode of Peace*

平和の郷





# 豪華絢爛、 素朴でナチュラルな“楽園” ブルネイ的「豊かさ」を体験

平和の郷ブルネイの街はモスクより高い建物はなく、とても素朴。人々は先進医療や教育が保障された生活のなかで、華麗な芸術文化やのどかな自然を感じながらのんびりと暮らしています。ブルネイならではの「豊かさ」をぜひ、感じてみて。

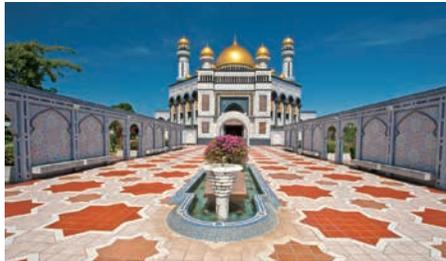
## ブルネイを感じる7つのこと

*7 Things to Feel Brunei*

#1

### 豪華絢爛！ イスラム文化にふれる

イスラム教と王政はブルネイの土台で、モスクはイスラム教徒の礼拝の場所。イスラム芸術の粋が凝縮した美の殿堂でもあります。観光客に開放している時間に見学が可能です。



#### ジャメ・アスル・ハサナル・ボルキア・モスク

ブルネイを代表する建築物のひとつで観光客必見！金色の美しいドームと多くの色と模様で構成されたデザインが特徴です。カラフルなモザイクと八芒星が目を引きまます。



#### スルタン・オマール・アリ・サイフディン・モスク

ブルネイ近代化の父である第28代国王にちなんで名付けられたこのモスクはブルネイの象徴。3000人を収容でき純金で覆われた大きなドームが自慢です。

#2

### 太古の原生林！ 自然に癒される

ブルネイは国土の7割が熱帯雨林。太古の姿のまま手つかずの原生林も多く、この地でしか出会えない動植物もいます。トレッキングやボートツアーで、自然体験に出かけましょう。



#### ウル・テンブロン国立公園

ロングボートで川を上り、キャノピーウォークで熱帯雨林を体験。カラフルな鳥など、珍しい動物との出会いもあるかもしれません。



#### ブルネイ川マングローブツアー

ボルネオ島にのみ暮らす絶滅危惧種のテングザルを探しながら、ブルネイ川をクルーズ。

#3

### 歴史の重み！ 国の歩みを感じる

ブルネイは14世紀にイスラム国家となり、以来王家とイスラム教を国家の両輪として発展してきました。王家の歴史を通して、この国の精神文化にもふれてみてください。

#### ロイヤル・レガリア



国王ゆかりの品々が展示されています。現国王の戴冠式で使われた宝剣、約などはもはや美術品。即位記念パレードの様子も圧巻です。

#### バイ・カザナ・イスラム・スルタン・ハジ・ハサナル・ボルキア



2022年にリニューアルオープンしたイスラムの歴史的遺産を展示。預言者ムハンマドの遺髪、イスラム芸術品、写本、イスラム天文学の機器などが展示されています。

#4

### 目移りしそう！ ブルネイを味わう

ブルネイで手軽に食事を楽しむならフードコートやナイトマーケットがおすすめ。主食は米。食事は鶏のローストやカレー味の牛肉など、日本人の口に合います。お店も清潔です！

#### ガドン・ナイトマーケット



ブルネイ最大のナイトマーケットは夜の食事を楽しむ人たちにぎわいます。メインの料理から飲物、デザートまで安価で美味しいブルネイ料理を地元の人々に交じて味わえます。

#### フードコート



ブルネイの遊園地「ジュルドン・パーク」内のフードコート、ヤヤサンSHHBコンプレックス、ザ・モールなどで様々な地元料理が楽しめます。

#5

### 伝統的な水上集落(カンボンアイル)へ

ブルネイ川上にあり、現在も1万人弱の人たちが高床式の住宅で暮らしています。各コミュニティにはモスク、学校などのほか伝統菓子の工房や宿泊可能なコテージもあります。

#### 高床式の水上集落



かわいらしい「カラフルハウス」がある水上集落や水上村文化観光展示館を訪問しながら水上の散策を楽しめます。

#6

### 知られざるダイビング天国

ブルネイには数々の沈船やサンゴ礁など、初心者から上級者向けのポイントが数多くあります。市内から近いことと海を独り占めできる感覚がダイバーにとっての魅力です。

#### 沈船ダイビング



全長20〜30メートルほどの沈船が見られるスポットで、港から30分ほど。水深10〜24mと初心者でも楽しめます。

#7

### ブルネイに架かるフォトジェニックな橋

ブルネイを代表する2つの橋の一つはブルネイ川にかかる全長約600mで王妃の名に因んだラジャ・イステリ・ベンギラン・ハジャ・サレハ橋です。もう一つはスルタン・ハジ・オマール・アリ・サイフディン橋です。

#### スルタン・ハジ・オマール・アリ・サイフディン橋



全長約30キロの東南アジア最長の橋で2022年に完成。テンブロン地区側のスーパーツリーは記念撮影スポットとして人気。

宿泊拠点は  
バンドル・スリ・ブガワン。  
街も自然も日掃りで  
コンパクトに楽しめます。





## ブルネイでリゾートステイ

### Brunei Resort Stay

ブルネイ屈指のホテル「ジ・エンバイヤ・ブルネイ」は高級リゾート。

テンブロン地区のエコリゾート「ジ・アボード・リゾート&スパ」では極上の非日常を満喫できます。

観光拠点となるバンドル・スリ・ブガワンには、快適な滞在に適したホテルが多数あります。



#### ジ・エンバイヤ・ブルネイ

The Empire Brunei

ブルネイが誇る高級リゾート。内装には大理石や宝石、輝石などが使われています。スーベリアからスイート、ヴィラなど多様な客室にレストランは6軒。ゴルフ場、映画館も併設しています。

<https://theempirebrunei.com/>



#### ジ・アボード・リゾート&スパ

The Abode Resort & Spa

2023年、テンブロン地区に開業したこだわりの詰まった高級コテージヴィラ。ホテルの建材の一部に廃材を用い、食事は地産地消、電力は100%自家ソーラー発電。リブ川のクルーズなど自然も楽しめます。

<https://www.abodebrunei.com/>



#### ラディソン・ホテル

Radisson Hotel

ブルネイで唯一の外資系チェーンホテル。

<https://www.radissonhotels.com/en-us/destination/brunei/bandar-seri-begawan>



#### ジェイ・ホテル

J Hotel

全93室のブティックホテル。屋上からの夜景もよし。

<http://www.jhotel.co/>



#### ザ・ブルネイ・ホテル

The Brunei Hotel

観光やビジネスにも使い勝手のいいホテル。

<https://thebrunehotel.com/>



#### リツクン・インターナショナル・ホテル

Rizqun International Hotel

伝統とモダンが融合した内装が印象的。

<https://arhbrunei.co/therizquninternationalhotel/>



#### ザ・レーンズ・ホテル(トゥトン地区)

The Lanes Hotel.

2018年に改装を終えたラグジュアリーホテル。

<http://www.thelaneshotel.com/>



#### ヴィ・プラザ・ホテル(プライト地区)

V Plaza Hotel

ビジネス用の長期滞在向けアパートもあり。

<https://vplazabr.com/>

#### 充実のコースでゴルフを

ブルネイではゴルフもおすすめ。ジ・エンバイヤ・ブルネイにはジャック・ニクラス設計の18ホールのコースがあり、ナイトゴルフのリクエストも可能です。ロイヤルブルネイ航空ゴルフクラブも18ホールのパブリックコースを有し、車で市内から20分、空港から10分のパンタイ・メンティリ・ゴルフクラブはブルネイ湾を見下ろす絶景が楽しめます。



## 試してみたい!ブルネイグルメ

### Try Bruneian Gourmet

ブルネイの料理は、味付けは素朴でマイルド。

調理は炭火焼などシンプルなもので、素材の味が生きています。香りのきついハーブやスパイスは少なめ。

イスラム教の国なので豚肉はなく、鶏肉と牛肉、焼き魚が中心です(イスラム教徒向けではなく観光客向けのレストランもあります)。

またローカルスイーツもぜひ試してみてください。



#### アンブヤット

Ambuyat

サゴヤシの粉を水で練り、果物やエビなど様々なソースに絡めて食べるソウルフード。



#### ナシ・カトック

Nasi Katok

焼いたり揚げたりした鶏肉をご飯に添えたもの。ブルネイ人のファーストフードといえばこれ!



#### ルンダン

Rendang

ココナツミルクと香辛料で牛肉を煮込んだ料理。味はカレー味、ココナツ風味など様々。



#### バンブーチキン

Bamboo Chicken

イバン族の料理。竹にマリネした鶏肉や野菜を詰めて蒸し焼きにする。竹の風味が絶妙。



#### 伝統スイーツ

Traditional Sweets

米粉やサゴヤシの粉に砂糖や、果物のジュースを混ぜて練ったものなど様々。



#### プルットパンガン

Pulut Panggang

もち米をニリックの葉っぱでくるんで包み焼きしたブルネイ版おにぎり。香ばしい味が癖になります。



Yummy!!

食事は素朴で、フードコートや市場は衛生的で清潔。トロピカルフルーツもおすすめです!



# 「ブルネイメイド」のこだわりプロダクト

Special products Made in Brunei

ブルネイの豊かな自然や伝統など、

その土地ならではの魅力が存分に詰まったブルネイ産の商品は、大切な方へのおみやげにも自分へのご褒美にも最適。

高品質で思わず手にとりたくなる素敵なデザインは、帰国後も楽しめる逸品ばかりです。



## ランチボックスと水筒セット

青空の下でピクニックをしたくなるランチボックスのセット。ボトルの上を押すと中の飲み物の温度がわかる便利な仕組みになっています。

The Tiffin Mood



## スカーフ

Al-Hayaah社の100%シルクのスカーフ。その肌触りは格別です。色や模様の種類も豊富なので、お気に入りのデザインをみつけて！

Al-Hayaah Brunei



## ピーナッツバター

添加物を一切使用せず、ローストピーナッツのみで作られたこの味を一度味わって！乳糖不使用、ヴィーガン、そして完全なナチュラルです。

M2Victoria



## ソープ、パフューム

天然由来の原料を使用したスキンケア製品は新生児にも安心して使用できます。その使い居心地と素敵な香りに癒されること間違いなしです。

Bellary Nature



## 車用芳香剤

ミユク、琥珀、マグノリア、イチジク、黒コショウなど、ブルネイ特有の香りがアクセントの車用の芳香剤。ポップなデザインのパッケージや瓶がお土産に最適です。

Near Formula



## オートミールクッキー

ベーカリーを併設する地元の人気カフェのクッキー。卵不使用、厳選した原料のみで作られたクッキーは自分へのご褒美にも。

Taurean Bakeshop & Café



## 金糸のポーチやペンケース

ブルネイが誇る金糸で織った伝統織物を使用した小物は、華やかさの中に上品さがあります。手に取るたびにブルネイの旅を思い出すことでしょう。

Asnika Gallery



## えびせん

ブルネイ特産のエビを使用したえびせんは地元の人々にも大人気。やめられないその美味しさは、誰でも虜になること間違いなし。さまざまなフレーバーがあります。

Bruneihalalfoods, Marimin



## はちみつ入りモイスタークリーム

ブルネイの針無し蜂の蜂蜜は、高濃度のプロポリスを含んでいることを知っていますか？その効果を利用したスキンケア商品はブルネイならではののおみやげです。

Perusahaan Imanputera



## サンバル・タハイ

ブルネイ近海の小鱼で作られた伝統的な「しっとり系」ふりかけ。和食にもよくあい、ご飯や麺にかけると食が進みます。

Rizqussalam



## パウダーティー

地元の食品大手ブランドのサブリ社のパウダーティー(粉紅茶)でいつでもブルネイの庶民の味が味わえます。

Sabli Food Industries



## ザ・ナチュラル・バーのスキンケア製品

ブルネイの2人の母親によって作られた少量生産の手作り製品。全アイテムに「シンプルで自然に近い」究極のこだわりが光ります。

The Natural Bar

## 持続可能な生産活動で最高品質の農産物を届ける「モリ・ファーム」

植物の本来の持つ力を信じて引き出し、持続可能で農業を使用しない独自の自然生態系を作り出したモリ・ファーム。ブルネイの土地の特性を理解した農園を経営するブルネイの若者が仕上げた特別の茶葉は、その優しい味が心に沁みわたる唯一無二の商品です。



もっと詳しい情報はこちらから！

@bruneianmade

厳選された素材を使って丁寧につくられたものばかり！どれも、ブルネイでしか購入できません。喜ばれること間違いなしです！



## ブルネイ・ダルサラーム基本情報

国名●ブルネイ・ダルサラーム  
首都●バンダル・スリ・ブガワン  
国土面積●5767平方キロメートル(三重県とはほぼ同)  
人口●約44万5400人(2022年)  
民族●マレー系約73%、中国系約10%、その他約17%(2022年)

国教●イスラム教  
公用語●マレー語(英語も広く使われている)  
通貨●1ブルネイドル(B\$)=約110円(2024年3月現在)

※シンガポールと通貨互換協定を結んでおり、シンガポールドルも等価で利用できる。

クレジットカード●VISA、MASTERなど主要なカードは利用可能。ただし市場やマーケットは現金のみ。

気温●年間26~32℃

時差●-1時間(日本基準)

アクセス●ロイヤルブルネイ航空が成田空港からの直行便を運航(週4便)※2024年3月現在

香港・マレーシア・シンガポール経由で乗り継ぎも可能

電圧●230~240V、50Hz(コンセントはBFタイプ)

入国●有効なパスポート(残存期間6か月以上のこと)と、事前のE-Arrival Cardによる申請が必要

<https://www.imm.gov.bn>

ビザ●日本国籍で観光目的の場合14日以内の滞在であれば不要

通信●ホテルなどではWi-Fi利用可能。国内では日本からブルネイで



利用が可能なSIMを準備するか、空港や市内でSIMを購入する。  
酒類の持ち込み●ブルネイ国内では酒・たばこの販売はなし。ホテルやレストランでも提供していない。

※日本から持ち込んでホテルの室内で飲むことは可能(室外、公共の場での飲酒は厳禁)。持ち込みは要申告で、本数などは以下の通り。

- 酒類:1人につきウイスキーやワイン等ボトル2本(合計2リットルまで)、ビール12缶(1缶330ml)まで免税。
- タバコ:課税対象。1本につき0.5B\$,1カートン(20本入り10箱)につき100B\$

### イスラム教の慣習による注意事項

金曜礼拝●金曜正午から午後2時まで小売店、銀行、飲食店は閉店、オフィス、観光施設はクローズ。

服装●女性は肌の過分な露出を避け控えめな装いを奨励。モスクによっては簡易な衣服やショールの貸し出しもあり。

モスク訪問時●

- 敬意を表すること。
- 入る前に靴を脱ぐ。
- 祈りを捧げている人の前は通らない。
- 内部写真撮影は許可を取る。
- 訪問者は、サインボードに記載されている訪問時間に注意すること。

断食月●イスラム教徒は日の出から日没までは一切の飲食を取らないため、国内の飲食店やホテルでの営業時間も通常とは異なる。断食明けには王宮が一般公開され、旅行者も男女分かれて国王もしくは王妃を拝謁することが可能(具体的な日時は事前確認のこと)。断食時間中は旅行者も公共の場での飲食は不可。断食月は毎年イスラム暦により変動のため事前に確認のこと。

### 祝祭日(2024年の場合)

- 1月1日●新年
- 2月8日●ムハンマド昇天祭\*
- 2月10日●中国歴正月\*\*
- 2月23日●ナショナルデー
- 3月12日●断食月初日\*
- 3月28日●コーラン啓示の祝日\*
- 4月10日-13日●ハリヤヤ(断食明け大祭)\*
- 5月31日●ブルネイ王国軍記念日
- 6月17日●犠牲祭\*
- 7月8日●イスラム暦新年\*
- 7月15日●国王誕生日
- 9月16日●ムハンマド降誕祭\*
- 12月25日●クリスマス

\* イスラム暦に基づき毎年変更する

\*\* 旧暦に基づき毎年変更する



### ブルネイの移動はバスかタクシー

空港からバンダル・スリ・ブガワン市内までは約8km。市内へのバスは到着ロビーから乗車可能。市内の足は路線バスかタクシーで、路線バスは朝6時から夜20時頃まで6路線が30分に1本ほど運行。タクシーはメーター式。空港には待機車両がありますが市内ではホテルなどで呼び出してもらうのがおすすめです。水上タクシーはブルネイ川沿いの船着場から乗船。

### 効率よく移動するなら配車アプリを

地元の人たちがもっともよく利用しているのが配車アプリ「Dart」です。Google PlayやApple Storeなどからダウンロードが可能で、使い方は一般的な配車アプリやタクシー呼び出しアプリと同様。自分の所在地と行き先を入力すると、近くにいる車両が配車される。支払い方法は現金またはクレジットカード。現金の場合はドライバーに直接支払います。クレジットカードの場合は、アプリ上でのみ決済が可能。VisaまたはMastercardに対応します。予約時に該当ページで支払い方法を選択のこと。



Google play



Apple Store

画像協力: Brunei Tourism, Darussalam Services, Freme.com, BonAsia Holiday Management Service, Pan Bright Travel Service, Mori Farm

### ブルネイ・ダルサラーム国大使館

〒141-0001 東京都品川区北品川6丁目5-2 TEL 03-3447-7997  
E-mail [tokyo.japan@mfa.gov.bn](mailto:tokyo.japan@mfa.gov.bn) 公式サイト <http://www.bruemb.jp/>

### ブルネイ・ダルサラーム 一次資源・観光省 観光開発局 (TDD)

公式観光情報サイト <https://jp.bruineitourism.com/>

@brunei.tourism

@bruneitourism



\*本誌からの文章、写真などの無断転載を禁じます。\*本誌で紹介する事項において生じた損失、傷害、不都合について、責任を負いかねます。  
\*掲載の情報は2024年3月時のものです。変更となる場合もございますのでご了承下さい。