

# タシケント案内



在ウズベキスタン日本国大使館

1-28、 Sadyk Asimov St.、 Tashkent 100047

Tel: +998 (78) 120-8060

2020年7月

## 目次

I. 概況	…2
II. 当館休館日	…2
III. 一般案内	…3
1. タシケント略史	…3
2. タシケント概要	…4
(1) 気候	…4
(2) 言語	…4
(3) 時差	…4
(4) 宗教	…4
(5) 両替	…4
(6) 銀行(キャッシング)	…4
(7) 郵便	…5
(8) インターネット	…5
(9) 公共交通機関	…5
(10) 国際電話	…6
(11) チップ	…7
(12) 水	…7
(13) 電圧	…7
IV. 観光案内	…7
1. 空港から市内へのアクセス	…7
2. 市内観光	…7
3. お土産	…11
4. 滞在する上での注意事項	…12
5. 滞在登録	…12
6. 税関申告	…12
7. 航空会社連絡先	…13
V. ホテル案内	…13
VI. ウズベキスタン料理	…14
VII. ショッピング案内	…15
VIII. 娯楽施設案内	…17
IX. 医療案内	…18
X. 緊急連絡先	…19

## I. 概況

- 正式国名 ウズベキスタン共和国
- 国土面積 44万7、400km<sup>2</sup>(日本の約1.2倍)
- 首都 タシケント
- 人口 3、403万6、700人(2020年4月現在)
- 主要民族 ウズベク人(83.8%)、タジク人(4.8%)、カザフ人(2.5%)、ロシア人(2.3%)、キルギス人(1.5%)、タタール人(0.6%)、朝鮮人(0.6%)
- 宗教 イスラム教(スンニ派が優勢)、ロシア正教ほか
- 通貨 スム(SUM)
- 日本との時差 -4時間(日本の正午=ウズベキスタン午前8時、夏時間の導入なし)

## II. 令和2年 在ウズベキスタン日本国大使館の休館日

1月1日(水)	元日
1月2日(木)	1月4日(土)が労働日になる代わりに休日となる(大統領令)
1月3日(金)	年始休暇
1月13日(月)	成人の日
2月24日(月)	天皇誕生日振替休日
3月23日(月)	大統領令による追加休日
4月29日(水)	昭和の日
5月4日(月)	みどりの日
5月5日(火)	こどもの日
7月24日(金)	スポーツの日
7月31日(金)	クルバン・ハイート
8月10日(月)	山の日
8月31日(月)	8月29日(土)が労働日になる代わりに休日となる(大統領令)
9月1日(火)	独立記念日
9月21日(月)	敬老の日
10月1日(木)	教師の日
11月3日(火)	文化の日
12月8日(火)	憲法記念日
12月29日(火)~31日(木)	年末休暇

### Ⅲ. 一般案内

#### 1. タシケント略史

シルクロードの各都市は、大きく二つのグループに分けることができます。一つは街中にシルクロードのオアシス都市らしい中世的雰囲気をとどめているサマルカンドやブハラ、ヒヴァ等の街々。もう一つは、史書には古くからその様子が書かれていても、歴史的景観が見られないフジャンド、ビシュケク、アシガバード等で、タシケントもその一つです。

現在タシケントがあるチルチク河畔には、紀元前に既にオアシス都市があったことが記録されています。タシケントの古名はシャシュといい、中国、唐の文献では「拓支国」「石国」と呼ばれ、中央アジアのチュルク化以前の住民はソグド人が中心で、金、宝石、果物、駿馬等が取り引きされ、広域貿易の接点として栄えました。13世紀に至り「シャシュの都市(ケント)」の名がチュルク語呼称で訛り「タシュ(石)ケント」と呼ばれるようになり現在に至っています。

タシケントは中央アジアの北方遊牧地帯と南方オアシス農耕地帯の境界線上にあったため、北方遊牧民国家の突厥、アラブ王朝、モンゴル帝国など数々の王朝や政権の攻防にさらされました。15世紀のティムール帝国の時代より経済的、文化的に新たに発展し、多くのイスラム寺院、学校が建設されました。16世紀以降は主にウズベク人やカザフ人の支配下におかれ、18世紀にはコーカンド・ハン国の領土となりました。19世紀半ばにロシア帝国は中央アジア征服に着手し、コーカンド・ハン国を併合し、1865年にはタシケントも陥落させました。中央アジア有数の商業都市で、経済的・戦略的要衝の地であったタシケントに、ロシアはトルキスタン総督府を設置しました(1867年)。

20世紀初頭の第一次世界大戦及びロシア革命は、ロシア帝国に併合されていたタシケントにも大きな影響を与え、革命と内戦の動乱の中で、タシケントは一時「トルキスタン自治ソビエト共和国」に属しました。1924年のソビエト政権下での中央アジアの「民族別国境確定」の際は、タシケントの帰属を巡ってウズベク・カザフ間での激論が交わされましたが、結局、ウズベク・ソヴィエト社会主義共和国に属することになり、1930年には首都になりました。(1924～30年の首都はサマルカンド)。

ソ連時代、その急速な発展は中央アジアの奇跡とされ、中央アジアの文化、学術、政治、科学、工業の中心地となりました。市内公共交通網が整備され、中央アジアで初めて地下鉄も造られました。1966年の地震により街の大半が壊滅し、復興計画に基づいて再建され、現在昔の面影を残しているのは北西部の旧市街地域です。

タシケントは、1991年のソ連邦の崩壊、ウズベキスタン共和国の独立に伴いその首都となりました。ウズベク人が最も多く、人口の約80%を占めますが、居住する民族はロシア人、タジク人、タタール人など100を超えます。タシケントの人口は約250万人で、旧ソ連邦諸国に23ある百万都市の中ではモスクワ、サンクト・ペテルブルグ、キエフに次いで4番目の規模であり、中央アジアでは最大の都市です。

## 2. タシケント概要

### (1) 気候

タシケントは典型的な大陸性気候です。夏には気温が40度以上にもなり、冬には降雪は少ないものの-15度ほどに下がることもあります。高温の夏でも空気が乾燥しているため、日陰では比較的過ごしやすいです。ただし、日なたを長時間歩くと熱中症の危険がありますので注意が必要で、帽子・日傘の着用が勧められます。年間降雨日数は33日と少なめで、7月の平均最高気温は37℃、1月の平均最高気温は6℃です。

### (2) 言語

公用語はウズベク語ですが、ロシア語も一般的に用いられています。英語などその他の外国語は、一部のホテルやレストランなどを除き殆ど通じません。

### (3) 時差

日本との時差は、マイナス4時間です(日本時間正午＝ウズベキスタン午前8時)。夏時間は導入されていません。

### (4) 宗教

イスラム教信仰者が最も多く、その中でもスンニ派が優勢です。ソ連時代を経験しているため、緩やかなイスラム教で、街中には酒屋も多く見られます。その他、ロシア正教なども信仰されています。

### (5) 両替

ウズベクの通貨はスム(SUM)といます。

外貨両替は市内の銀行、空港、または主要ホテルの両替所で行うことができますが、ご利用いただけない時間帯もあるのでご注意ください。両替所によるレートの違いは殆ど無く、円の両替も主要ホテルの一部で可能です(Hyatt Regency、ミランホテル、ウィンダムホテル等)。

帰国の際、スムから外貨に再両替するには非常に複雑な手続きを要します。一般旅行者の再両替は不可能に近いので、一度に多くのドルを換金せず、少しずつ換金されることをおすすめします。

また、両替所では旧ドル紙幣や汚れ等のある紙幣は受け取ってもらえないことが多いので、新札をお持ちすることをおすすめします。一部銀行では、額面の5%～8%の手数料を支払うことで、新札への交換が可能です。

正規の両替所以外でのいわゆる闇両替は違法行為となり、発覚した場合は罰則が科せられます。

なお、クレジットカードは、主要ホテルや一部のレストランの支払いに利用できる程度です。トラベラーズチェックは、使用できません。

### (6) 銀行(キャッシング)

#### <KDB Bank Uzbekistan>

クレジットカード(VISA、MASTER)からのキャッシングによる現金化が可能(手数料は1%)。両替も可。

住所:77 Nosirov Street Tashkent 100084

TEL:78-120-6141

窓口営業時間:09:00—13:00、14:00—16:00

#### <NBU (National Bank of Uzbekistan)>

正式名称は「国立対外経済活動銀行」。クレジットカード(VISA、MASTER)からのキャッシングが可能(手数料は1%(2020年6月現在)。

住所:1、Gafur Gulyam st.

TEL:71—244—3552

窓口営業時間:9:00—13:00、14:00—18:00

#### (7) 郵便

切手は市内数カ所にある郵便局で購入できます。町中にポストがあまりないため、郵便局内に設置されたポストに投函すると良いでしょう。日本までの送料は封書で3、900スムから(重量によって異なる)。ただし、一般郵便は日数を要し、紛失等の可能性もあるため、高額になるものの、大切なものは EMS や DHL を利用して送ることが望ましいです。

#### (8) インターネット

海外仕様のモデムが内蔵されているパソコンであれば、ホテルや飲食店などの無線 LAN を使用できます。しかし、回線速度は十分とは言えません。

#### (9) 公共交通機関

タシケント市内には、地下鉄、バス等の交通機関があります。ただし、地下鉄以外は行き先が明示されていなかったり、路線経路が複雑であったりしますが、Google Map や2GIS、MAPS.ME などの地図アプリで経路を確認できます。利用される場合は地図アプリの情報だけでなく、運転手に自分の行き先を確認し、乗車されることをお勧めします。なお、市内や近郊を結ぶミニバス(マルシュルートカ)もありますが、料金は行き先等で異なっています。

#### <地下鉄>

「ジェットン」というプラスチック製のコインを切符売り場にて購入し、自動改札に入れます。運賃は、1回の乗車で距離に関係なく(改札を出ない限り)1、400スムです。3本の路線があり、およそ3~10分おきに発着します(混み具合によります)。また、乗車前には荷物検査があります。

#### <市内バス>

黄緑色の大型(新型)、小型(旧型、車掌無しが多い)の2種類のバスが市内を走っており、フロントガラスには行き先方面が書かれたプレートが付いています。料金は1度の乗車につき1、400スムで、車掌による集金、または降車時に運転手へ支払います。おおよその運行間隔が書かれた表をバス停で見かけることもありますが、正確ではないため注意が必要です。待ち時間は平日で10~30分、休日では最大60分程です。バスの本数も、土日は少なくなります。

#### <タクシー>

屋根に「TAXI」と書かれた正規のタクシー以外に、白タク(違法も有。)が多く待機していますが、外国人に対しては法外な値段を請求してくることもあるほか、昨今、白タクの乗客を狙った強盗事件等も発生していますので、利用は厳にお控え下さい。タクシーを利用する際は、メーターの有無を確認し、メーターが無い場合は事前に値段の交渉をしてからご利用下さい。また、タクシーに乗る際は、安全上、後部座席に乗車することをおすすめします。

最近では「YANDEX TAXI」や「MY TAXI」といったスマートフォン用配車アプリを使用してタクシーを呼ぶことが主流となっています。これらアプリは行き先地をロシア語やウズベク語だけでなく、英語でも入力でき、地図上で選択することも可能です。料金は予約時に確認できます。

市内の移動であれば、10,000～25,000スム程度です。

#### 無線タクシー会社

・PREMIER TAKSI	住所:Utashirin st., 52-41	TEL:71-200-7707
・ALLIANCE TAXI	住所:Massiv Kiyot 71/2	TEL:71-232-3232
・TAXI MILLENIUM	住所:Millenium Kh.Olimjon 3B	TEL:78-129-5555
・PEREKRESTOK TAKSI	住所:Ziyolilaz st.	TEL:71-200-6677

#### <列車>

サマルカンドやブハラ、ウルゲンチなどのウズベキスタン国内の地方や、ロシア、カザフスタン等のウズベキスタン国外へ向かう列車もあります。北駅(中央駅)と南駅で列車が振り分けられており、北駅にはアフロシアブ号及びウズベキスタン国外の列車、南駅にはシャルク号及びその他ウズベキスタン国内の列車が発着します。出発時間の1時間～30分前には乗車していなければなりません、混雑していることが多いため、時間に余裕を持って駅へ向かうことをおすすめします。

#### (10) 国際電話

市内には公衆電話が殆どなく、ホテルの部屋(割高)からや、電話局(ウィンダムホテル近く)から電話をすることができます。

国際電話乗り出し番号(00)+国番号(日本の場合は81)+市外局番の0を取った番号を続けてダイヤルして下さい。

例)東京の場合

00-81-3-xxxx-xxxx

\*回線事情が悪いため、かかりにくい場合があります。

・国外(日本)からウズベキスタンへの国際電話のかけ方

例)0033-010(国際電話乗り出し番号)998(ウズベキスタン国番号)71(タシケント市外局番)xxxx-xxxx

#### (11) チップ

チップの習慣は基本的にはありませんが、レストラン等で1,000スム以下の端数のおつりが生じる場合は、チップ

の見合として置くことが多いです。ホテルではポーターへのチップ(荷物 2 個で1ドル程度)や枕銭として1ドル程度置くこともあります。

## (12) 水

水道水は飲用の基準に達していないため、ミネラルウォーターのご利用をおすすめします。洗面、歯磨き等には問題ありません。

## (13) 電圧

電圧は220ボルトで周波数は50Hzです。プラグは二つの丸いピンがついたヨーロッパタイプです。

# IV. 観光案内

## 1. 空港から市内へのアクセス

### ● バス

国内線ターミナル(国際線ターミナル隣)の前にバス停があり、「67番」のバスがタシケント市内(アミール・ティムール広場付近)に行きます。運賃は1,400スムです。

### ● タクシー

現在、空港から市内のホテルまでは20,000スム～30,000スム(3～4ドル)程度です。白タクではなく、スマートフォン用配車アプリや無線タクシー会社などで正規のタクシーを呼ぶことを推奨します。タクシーに乗る際は、安全上、後部座席に乗車することをおすすめします。タクシーの情報については、6ページをご参照ください。

## 2. 市内観光

※入場料・営業時間等は予告なく変更されることがあります。

### ● ナヴォイ劇場 [Театр им. Алишера Навои]

1947年建設。第二次世界大戦後タシケントに抑留された日本人が建設に携わった建物の一つです。1996年6月、カリーモフ前大統領の指示により、劇場北面の壁にこの事実を記録に留めるためのプレートがはめ込まれました。

3階建て、薄茶色の造りで、約730人収容出来ると言われています。タシケント、サマルカンド、ブハラ、フェルガナ、テルメズ、ホレズムの各地様式をモチーフに見事な彫刻を施された6つの休憩ロビーは、ウズベクの芸術家によって設計されました。同劇場では、ウズベク、ロシアのバレエ、オペラ、コンサート等が上演されています。演目は、正面にある看板にてご確認ください。2013年から改修工事が行われましたが、改修後の2015年10月25日には安倍総理が同劇場で再開記念コンサートを鑑賞されました。2017年には、同劇場に対し、平成29年度外

務大臣表彰が授与されました。

(注)劇場の名前になっているアリシェル・ナヴォイは、ティムール朝時代後半(15世紀)に活躍したウズベクの詩人の名前です。イスラム時代のチュルク語の主要な文章語の一つであるチャガタイ語の文章語確立に貢献し、チャガタイ文学の父として尊敬の対象とされています。

住所: Zarafshan st.、 28

TEL: 71-233-9081、 71-233-3344

料金: 20,000スム～ ※プログラムにより異なります。



### ● タシケント日本人墓地(ファジーロフ・オタ墓地) [Японское Кладбище]

1945年から1946年にかけて極東から強制移送され、抑留中に死亡した812名の日本人抑留者が、国内13カ所に埋葬されています。タシケントのヤッカサライ地区にあるファジーロフ・オタ墓地には79名が眠っています。ソ連時代の墓地の整備状況は、他のシベリア抑留者埋葬地よりも比較的良好であった上、独立後は日・ウズベキスタン双方(日本側は外務省、福島県ウズベキスタン文化交流協会、ウズベキスタン側はタシケント市、ナムス(国際文化教育交流協会)の協力により更に整備されました。なお、平成29年秋の外国人叙勲において、タシケント市ヤッカサライ日本人墓地墓守・清掃担当者を務めるミラキル・ファジーロフ氏が、日本人抑留者の歴史保存及び日本人墓地の保全に寄与したとして旭日単光章を授章しました。

住所: Yakkasaray dist.、 Yakkasaray st.、 5

TEL: 71-250-5506 (代表電話)

### ● アミール・ティムール博物館 [Музей Амира Тимура]

アミール・ティムール公園横にある円形の建物。1996年10月のアミール・ティムール生誕660年祭に合わせて建設されました。ティムールに関する所蔵品及び絵画が展示されています。ティムール時代に建てられたサマルカンドの建造物の模型があります。

住所: Amir Temur st. 1

TEL: 71-232-0212

料金: 外国人 16,000スム、ウズベキスタン人 5,000スム

開館時間: 10:00-18:00(月曜休館)(入場は17:00まで。館内鑑賞は18:00まで可能です。)

ガイドを付ける場合、別途料金がかかります。

英語-20,000スム、ロシア語・ウズベク語-8,000スム

撮影: 別途料金がかかります。写真は30,000スム、ビデオは40,000スムの支払いが必要です。

### ● 国立芸術博物館 [Государственный Музей Искусств]

1918年に開館しました。1924年にはタシケント芸術博物館、1935年にはウズベキスタン芸術博物館と名称が変わり、ソ連崩壊後に現在の名前へ変更されました。

1階は特別展に使用され、1997年9月には現代日本建築展が開催されました。2階にはウズベキスタンの考古学的出土品、現代絵画、伝統工芸品が、3階には(ロシア皇帝ニコライ1世の孫で、19世紀末にタシケントに追放

された)ロマノフのコレクションを中心とする18～20世紀のロシア工芸品や彫刻、絵画が展示されています。一般には公開されていませんが、浮世絵のコレクションも所蔵しており、作品の修復所も併設されています。

住所:A.Temur st.16

TEL:71-236-7436

開館時間:10:00-17:00(月曜休館日)

料金:外国人 25,000スム、ウズベキスタン人 25,000スム

撮影:別途50,000スムの支払いが必要です。

### ● 歴史博物館 [Музей Истории]

1970年のレーニン誕生100周年を記念して、レーニン博物館として開館した施設です。独立後、ウズベキスタンの歴史を紹介する博物館として模様替えされました。現在展示されている主な所蔵品は、旧オイベック博物館(1876年に中央アジア初の考古学博物館として開設されましたが、現在は廃館。)から移されました。

主な展示物は、ウズベキスタンで唯一の、完全な形をした仏像(1～2世紀)、第3代カリフ・ウスマーン伝承コーランの複製、サマルカンドにあるビビハニム・モスク及びウルグ・ベク天文台の模型等です。

住所:Rashidov st.3

TEL:71-239-1083

開館時間:10:00-17:00(月曜休館日)

料金:外国人 30,000スム、ウズベキスタン人 10,000スム

ガイド(ロシア語・ウズベク語・英語)を付ける場合、別途料金がかかります。

外国人(1グループ) 30,000スム、ウズベキスタン人 10,000スム

撮影:別途料金がかかります。写真は40,000スム、ビデオは300,000スムの支払いが必要です。

### ● 工芸博物館 [Музей Прикладных Искусств]

民家の並びにある、小さな博物館です。1907年に建てられたロシア公使の私邸を博物館にしたもので、ウズベク各地から招かれた職人による、美しいイスラム風の装飾が施されています。主な展示物は、陶器や浮き彫り、装飾品などです。なかでも、「スザニ」と呼ばれる刺繍が施された布のコレクションは必見です。地方ごとに模様が異なり、昔は新婚夫婦のお守りとして、必ず新婦の衣装箱に納められていたといえます。併設されている土産店には、シルクなどの絨毯が売られています。

住所:Rakatboshi st.15

TEL:71-256-4042、71-256-3943

開館時間:9:00-18:00(月曜休館日)(入場は17:00まで。館内鑑賞は18:00まで可能です。)

料金:外国人 25,000スム、ウズベキスタン人 25,000スム

撮影:スマートホンやデジタルカメラでの写真、ビデオの撮影は無料

### ● アミール・ティムール公園 [Парк Амира Тимура]

ウズベキスタン・ホテルの前にあり、新市街の中心となる場所です。ここから周囲に道路が放射状に伸びています。中心には、500スム札にも描かれているティムール像が建っています。

## ● ナヴォイ国立公園 [Государственный Парк им. Алишера Навои]

旧ソ連時代、民族友好宮殿の裏に公園を造る予定でしたが、建設途中でソ連邦が崩壊したため、結果的にウズベク・イスラム色の強い公園となりました。宮殿に向かって右手にメドレセ、裏手正面の丘には詩人アリシエル・ナヴォイの像が建っています。また、民族友好宮殿の西側には、新しい国会議事堂が建設されました。

ナヴォイの像は旧ソ連崩壊直後の1991年に起工され、1992年に竣工されました。公園の設計者はラティーポフで、彫刻家には、エヌーラ・アリエフ、デグエチリョーフ、バンジェラーゼの3人がサマルカンドから呼ばれました。公園は、現在も拡張整備が続けられています。

## ● 「勇気」記念像 [Памятник Мужеству]

1966年の大地震は、この記念像の真下100キロが震源地とされています。タシケント大地震による被災者を慰霊し、廃墟からたくましく立ち上がった市民の勇気をたたえるため、親子3人の像が建立されました。この側には、時計をかたどった黒御影石の彫刻がありますが、針が地震の発生時刻の午前5時23分のところを指しており、また石の中央には大きなひびが入っています。

大地震の最初の大揺れが起こったのは1966年4月26日です。建物は十分な耐震構造を持っていなかったため、市内のほとんどのビルや家屋が倒壊もしくは大破しました。しかしソ連の各共和国から多くの労働者が復旧作業に従事し、数年でタシケントを近代都市に変えました。

## ● 旧市街(チョルスー) [Старый Город (Чорсу)]

タシケントにあった名所や古い町並みは、ロシア帝国の侵攻の時に破壊され、残った部分も1966年の地震で殆どが倒壊しました。現在市内では、シルクロードの面影を見出すことはできませんが、ここ旧市街では昔の町並みを垣間見ることができます。

### ・チョルスー・バザール [Базар Чорсу]

タシケントで最も古いバザール。円形ドーム型の建物の中では、香辛料やドライフルーツ、乳製品などが売られています。

### ・バラク・ハーン・メドレセ [Медресе Барак Хана]

16世紀シャイバーン朝のバラク・ハーンによって建てられた神学校で、現在では土産物屋として利用されています。モザイク模様をついた、美しい入口のアーチは必見です。同メドレセの周辺には、ジュマ(金曜)・モスクやウスマン・コーラン博物館等もあります。

### ・クカルダシュ・メドレセ [Медресе Кукельдаш]

16世紀に、シャイバーン朝の大臣クカルダシュが建てたメドレセです。ソ連時代は倉庫などとして使われていましたが、独立後に修復され、再び神学校となりました。特に金曜日は、大規模な礼拝が行われています。

## ● タシケント・タワー [Ташкентская Телебашня]

インターナショナルホテルの近くにあるテレビ塔です。高さ375メートル、100メートル付近に展望台、レストランがあり、タシケントのパノラマ景色が楽しめます。展望台へのカメラの持ち込みは可能ですが、追加料金が必要です。1階の窓口で入場券を買う時に、カメラを持っていることを申告して下さい。入口で簡単な検査があるため、パスポートを必ず携帯して下さい。

## ● 地下鉄駅 [Метро]

タシケントには中央アジアで最初に造られた地下鉄が走っており、現在3路線で、延長路が建設中です。駅構内は非常に綺麗で、それぞれの駅が別々のデザインで仕上げられています。他の旧ソ連の都市にある地下鉄同様、大変立派な造りです。

## 近郊の見どころ

### ● チムガン [Чимган]

タシケント近郊の複合保養地です。3,000メートル級の山の中腹にあり、冬にはスキーやそり、夏には乗馬や水泳が楽しめます。近くにチャルバクと呼ばれるダム湖があり、ホテルやコテージなどに泊まることも出来ます。タシケントの中心からは、車で1時間半ほどかかります。

## 3. お土産

タシケント市内には小さめの土産物屋がいくつかあり、ツム中央百貨店やホテルにもお土産コーナーが設けられています。また、国会議事堂(オーリーマジリス)の横にあるアブドゥールハシム・メドレセ内では、ウズベキスタンの若手芸術家達がメドレセ内の小部屋にアトリエを持ち、質の高い作品を展示販売しています。

### \*ウズベキスタンのお土産\*

ウズベキスタンならではのお土産として、陶器の小さなウズベク人形や、皿などの陶器(産地によってデザインが異なります)、ミニアチュール(細密画)、細密画や幾何学模様のついた黒塗りの小箱、書見台(コーランを置く台)、絹のスカーフ、スザニと呼ばれる刺繍が施された布などがあります。また、少し値は張りますが、絨毯(シルク製、コットン製など)もあり、工芸美術館・主要ホテルなどで買うことができます。

### \*ウズベキスタン出国時の注意\*

ウズベキスタン出国時には、古美術品(骨董品)など歴史的価値を有している品物や国家的な財産とみなされる品物は、持ち出しが禁止されることがあります。地方で購入した古い民芸品やスザニ、絨毯などを持って出国する場合は、持ち出し許可証明書の提出を求められることがあります。持ち出し証明書がない場合、これらの品物を没収されることがありますので、土産物などを購入する際は注意してください。

### ● 「工芸博物館」内

スザニ等、高級で良質な品が置かれています。博物館内にある土産物屋です。土産物屋のみに行くと警備に伝えれば、無料で入ることができます。(連絡先は、7ページをご参照下さい。)

### ● ヒューマンハウス

住所: Kichk Mirobod st. 43

TEL: 90-980-7947、71-255-1622

営業時間: 10:00-19:00 (定休日無し)

お土産全般を取り扱っております。価格は高めですがデザイン製の高い商品が揃っています。

## 4. 滞在する上での注意事項

外国人は、外出時にパスポートの携帯が義務付けられ、警察官等に提示を求められた場合は応じる必要があります。特に地下鉄乗車時の荷物チェックの際に多くなっています。滞在登録の手続き中でやむを得ずパスポートを携行できない場合、地下鉄の利用、夜間の歩行などは避けることをおすすめします。ウズベキスタンはイスラム教（主にスンニ派）の国で、女性の立ち入りが禁じられている所（一部のモスク）もありますが、都市部では戒律はそれほど厳しくなく、アルコールや豚肉も購入可能です。治安は比較的良いとされているものの、人の多く集まる場所（空港、バザール、カフェ等）ではスリや置き引きなどの被害が報告されていますのでご注意ください。また、特に暑い時期は食あたりに注意し、飲料水はミネラルウォーターをご利用下さい。

街中には公衆トイレが殆どありません。ホテル及びレストランのトイレを使用することになりますが、レストランなどでもトイレペーパーがないことがありますのでご注意ください。

街路の幅が広い割に、青信号になる時間が短いため、横断には注意が必要です。また、歩道以外の道路でイヤホンの装着は禁じられている他、税関、軍事施設、ウズベキスタン航空機内の写真撮影、飛行機内からの写真撮影は禁止されています（撮影禁止場所には標示があることが多いです）。

## 5. 滞在登録

外国人がウズベキスタンを訪問した際は、各地区にあるオビール（内務省出入国・移民管理及び滞在登録局）、または E-Mehmon(<http://emehmon.uz>)という電子システムにて、滞在所と期間を証明する「滞在登録」をしなければなりません。ホテルに宿泊する場合には、その都度、ホテル側が登録を代行して行い、登録事実証明書（メモ紙大）を交付してくれます（寝台列車を使用した場合、列車の切符が登録事実証明書の代わりになります）。登録事実証明書は、出国時に空港にて提示を求められる場合があります。また、ホテルによっては、滞在登録の有無を確認するために同証明書の提示を求め、提示できない者の宿泊を拒否することがあります。滞在中のトラブルを避けるためにも、登録事実証明書は滞在中、紛失しないようご注意ください。

## 6. 税関申告

ウズベキスタンに入国する際は、外貨については2,000米ドル（相当額）を超えている場合、また、貴金属等高級品については1,000米ドル相当額を超える物（新品）を所持している場合のみ税関申告が必要です（赤色で提示されているレーンを通過）。規定額を下回る場合には出入国時とも税関申告は必要ではありません（緑色で提示されているレーンを通過）が、ランダムに検査が行われることがあります。

税関申告が必要な場合、入国時に税関申告書2枚に同一の内容を記入して提出します。審査官により申告書2枚の確認が行われ（必要に応じ所持品の検査が行われます）、押印された申告書1枚が返却されます。返却された申告書は、出国審査の際に必要となりますので、紛失しないように保管してください。一方で出国時には、新たに税関申告書1枚を記入し、提出する必要があります。その際に入国時に持ち込んだ（入国時の申告書に記入した）額を上回る場合、収入等を証明する書類が求められますので、該当する場合には事前に証明書類等をご準備ください。

## 7. 航空会社連絡先

### ● ウズベキスタン航空

問い合わせ窓口電話番号: 78-140-0200

住所: A. Temur st. 41 (「タシケント」駅近く、中華レストラン「天津飯店」向かい)

### ● アシアナ航空

TEL: 78-140-0900、78-140-0901 FAX: 78-140-0902

住所: Afrosiab str. 16 Angel's Food building 2<sup>nd</sup> floor

オフィスはオイベックにある、「New World」ビジネス・センターの3階にあります。

### ● 大韓航空

TEL: 78-129-2001 FAX: 78-129-2007

住所: Oybek st., 22

### ● アエロフロート・ロシア国際航空

TEL: 78-120-05-55~57

住所: Abdulla Kaxxar str., 1A

### ● トルコ航空

TEL: 78-147-0849、78-147-0850

住所: Navoi st. 11A

## V. ホテル案内

チェックインの際、滞在登録手続のためパスポートを一旦フロントへ預ける必要があります(多くの場合5~10分程度)。 パスポート返却時、またはチェックイン時に、滞在登録証明書も併せて受け取りますので、出国まで紛失しないようにご注意ください。パスポートは、街中や出国時に官憲より任意に提示を求められることがあり、滞在登録証明は出国の際に提示が求められます。

水道水は飲用の基準に達していないため、ミネラルウォーターのご利用をおすすめします。洗面、歯磨き等には問題ありません。

宿泊料金に関しては、2017年9月5日付大統領令により現地通貨スムで支払うことが義務づけられましたが、各種カード類(クレジットカード、デビットカード等)はご利用いただけます。

International Hotel Tashkent インターナショナル ホテル タシケント	Amir Temur st. 107A Tashkent, 100084	電話 (+998)78 120 7000 FAX (+998)78 120 6161	JICA事務所の入る「インターナショナルビジネスセンター」に隣接。大使館からは車で20分。
HYATT REGENCY TASHKENT ハイアットリージェンシー タシケント	Navoi st., 1A Tashkent, 100000	電話 (+998)71 207 1234 FAX (+998)71 207 1235	2016年秋にオープンしたタシケント最大のホテル。大使館からは車で10分程。

Hilton Tashkent City ヒルトン・タシケント・シティ	Islam Karimov Street 2 Block 5、 Tashkent. 100027	電話 (+998)71 210 8888 FAX (+998)71 210 8888	2019年秋にオープン。タシケントシティ公園内にある。
Miran International ミラン・インターナショナル	Shakhrisabz passage 4、 Tashkent、 100600	電話 (+998)71 232 3000 FAX (+998)71 232 3001	部屋が広いのが特徴。大使館からは車で約5分。近くにスーパーマーケット「カルジンカ」がある。
Wyndham Tashkent ウインダム・タシケント	Amir Temur st.、 C4 7/8 Tashkent、 100000	電話 (+998)78 120 3700 FAX (+998)78 234 4242	アミール・ティムール通り沿いで交差点の角に立地。サービスの評判は良い。大使館からは車で約15分。旧名称「デデマン」で通じることもある。
Raddison blu Hotel Tashkent ラディソン・ブル・ホテル・タシケント	Amir Temur st.、 88、 Tashkent、 100084	電話 (+998)71 120 4900 FAX (+998)71 120 4902	インターナショナルホテルの向かいに立地。ビジネスマンの利用が多い。
LOTTE City Hotels TASHKENT PALACE ロッテ・シティ・ホテルズ・タシケント・パレス	Buyuk Turon st.、 56、 Tashkent、 1000292	電話 (+998)71 120 5800 FAX (+998)71 232 2726	ナヴォイ劇場の向かいにある韓国資本のホテル。大使館から車で10分程。

## VI. ウズベキスタン料理

ウズベキスタンの名物料理といえば、シャシリクとプロフです。タシケント市内には、これらウズベク料理を出すレストランがたくさんありますが、場所によっては衛生的でなく、料理に油が多く使われていることも多いです。お腹を壊す場合がありますので、ご注意ください。

**シャシリク** 羊(鶏、豚、牛肉などもある)を串に刺して焼いたもので、肉を挽いてつみれ状にしたもの、レバーなどのシャシリクもあります。羊肉独特の風味がありますが、添えられているタマネギの酢漬けと一緒に食べるとうまいいただけます。

**プロフ** 牛肉や羊肉、米、野菜(ニンジン、豆)、香辛料等を油で炒めて炊いた、ウズベク風ピラフです。少し油っぽいので、大根の千切りやトマトなどのサラダ、お茶と一緒に食べるのがおすすめです。大きな「カザン」と呼ばれる鍋で作ります。最後の残りになると油が多く含まれるため、作りたて(プロフはたいてい朝か昼に作られます)を食べるとより美味しくいただけます。地方によって具や味が異なるので、それぞれの地方で食べ比べるのも楽しいでしょう。プロフは、2016年12月にユネスコの無形文化遺産に登録されました。

**ラグマン** 肉・野菜の入ったトマトスープに、うどんのような麺が入っており、日本人の口に比較的合います。汁無し

の焼きラグマンもあります。

**サムサ** 「タンディール」と呼ばれる釜の中で焼き上げたウズベク風のパイです。機械（オープン）で焼くのも増えています。羊肉、牛肉やカボチャなどが入っており、いろいろな種類があります。

**マントウ** 羊肉やカボチャの入った大きめの蒸しギョウザです。サムサ同様、いろいろな種類があります。

**お茶** 紅茶（コラ・チョイ）と緑茶（コク・チョイ）があります。緑茶といっても、日本の緑茶とは少々異なる風味や色合いです。

## VII. ショッピング案内

### ● バザール

ウズベキスタンを訪れたら、是非行ってみたい場所の一つです。日用雑貨や食料品、衣類や動物のほか、車を専門に売っているバザールもあり、行き比べてみるのも楽しいです。特に夏場は、ウズベク特産のメロン（ドゥイニャと呼ばれる）やスイカ、ブドウなどの果物が豊富に並び、活気があります。ほとんどの品物には値札がついておらず、交渉次第では店員の言い値の1割から2割引くらいで買うことが出来ます。しかし、外国人とわかると、高値で売りつけようとしてくることもあるため、可能であれば現地の方と一緒に行くのがおすすめです。

なお、スリやひったくり等の被害も報告されておりますので、チョルスーなどの大きなバザールでは特に注意をしてください。

\*バザールの見所・買い物情報\*

タシケントのバザールは、野菜や果物、ドライフルーツ、香辛料、ナッツ類の種類が豊富です。日本の価格と比べると割安で、お土産として購入する方もいます。キロ単位で売るお店もありますが、交渉によって少量を買うこともできます。一部のバザールでは、キムチや春雨、豆腐等の韓国食品のほか、豚肉が売られている所もあります。

#### ・ アライスキー・バザール [Алайский Базар]

ウィンダムホテルから、歩いて15分ほどのところに位置しています。品物の質が良いと言われていますが、値段は他と比べてやや高めです。

#### ・ チョルスー・バザール [Чорсу Базар]

旧市街の横、地下鉄「チョルスー」駅を降りた目の前にあります。タシケントで最も古く、最大規模のバザールです。スリ等に注意が必要です。

#### ・ ミラバット・バザール [Миробадский Базар]

Grand Mir Hotel の近くにあります。豆腐、米、もち米をはじめ、韓国醤油や韓国味噌、豚肉等も買うことができます。

#### ・ クイリュク・バザール [Куйлюк Базар]

市内から車で20分ほどのところにある、大規模なバザールです。

### ● 百貨店・ショッピングセンター

ナボイ劇場の近くに、国営中央百貨店・通称「ツム」があります。昔ながらの雰囲気、日用雑貨品や衣料品、文具等の店があり、中国製、トルコ製、ロシア製の商品が多いです。最近はショッピングセンターも増え、市内に複数あります。「メガプラネット」は、タシケント北部のユニサバッド地区、ユニベルサム・バザールの近くにある大型ショッピ

ングセンターで、家具、家電、衣類、日用品を購入することができます。ゲームセンターも併設され、1階にはスーパーやカフェも入っています。その他、クイリュク・バザールに近い「コンパス」や、チョルスー・バザール方面にある「サマルカンド・ダルバザ」、「ネクスト」といったショッピングセンターもあります。

## ● スーパーマーケット

### ・カルジンカ

市内で頻繁に目にするスーパーマーケットのチェーン店です。酒類は置いておらず、ほとんどの店舗が午前8時から22時まで営業しています。

### ・マクロ

カルジンカとほぼ同規模のスーパーマーケットです。タシケントのみならず、フェルガナやサマルカンド、ナボイ、カルシにもあります。

その他、ジュースやお菓子、タバコなどであれば、街中の至る所にあるミニマーケットで買うことができます。イスラム教国のため、お酒が販売されていないスーパーも多くあります。販売されていても、売り場が異なることがあります。

## ● 書店

### Kitob olami

2015年に開店した総合書店です。さまざまなジャンルの本が揃っており、カフェも併設されています。

住所:C-1、Mustakillik avenue dom 6-7

TEL: 71-232-1144

営業時間:9:00~22:00

### Книжный мир(クニージュニー・ミール)

ツムの隣にある大型書店です。品揃えが豊富でタシケントの読書家が多く訪れています。

住所:Buyuk Turon st. 73 (Mirabadskij district)

TEL: 71-252-7499

営業時間:9:00~22:00(日曜休業)

## ● クリーニング

### LAVANDERIYA

イタリア系のドライクリーニング店です。長期滞在者には便利で、仕上がりの質も悪くありません。中1日で出来上がります。

住所:Nukus st. 29

TEL:95-143-5100

営業時間:9:00~18:00(土曜:10:00~15:00)、日曜休業

### Mirluxe cleaning home

チェーン店で、タシケント市内にいくつか店舗があります。

料金は、ワイシャツ1枚50,000スム、男性スーツ上下約100,000スム程度です。

住所:Buyuk Ipak Yuli str., 62A

TEL:71-268-8282

営業時間:8:00~19:00(日曜休業)

<大使館近くの店舗>

住所:Sadyk Azimov st. 43

TEL:71-241-0220

## VIII. 娯楽施設案内

### (1) 劇場

#### ●ナヴォイ劇場

ウズベク、ロシアのバレエやオペラ、コンサートが楽しめます。

住所:Zarafshan st., 28

TEL:71-233-9081、71-233-3344

料金:33,000スム～ (演目・料金については劇場前又はオフィシャルサイトにある掲示板をご覧ください)

演目によっては、外国からバレエ団が来ることもあります。チケットは劇場前の売り場又はオフィシャルサイトで購入可能です。

### (2) サーカス

時期により、世界のサーカスが楽しめます。チケットはサーカス前の窓口で購入できます。

住所:Sebzar st., 1

TEL:71-244-3591

### (3) スポーツ

予約が必要です。市営プールなどもありますが、衛生的にあまりよくありませんので、ホテル(インターナショナル・ホテル、ウィンダムホテル等)のプールをおすすめします。

#### ●ディナモ(スタジアム、室内プール)

住所:100007 Mustaqillik st.

TEL:71-268-0312、71-267-0287

プール料金(1時間):18,000スム

#### ●ゴルフ

##### TASHKENT LAKESIDE GOLF CLUB

ウズベキスタン唯一の、18ホールあるゴルフ場です。比較的整備されており、打ち放しや貸しクラブのサービスもあります。

住所:Rokhat, 1

TEL:71-295-6991/2

営業時間:06:00-19:00

料金:コース(18ホール)

月～金曜 715,000スム+キャディー代150,000スム

土・日曜 920,000スム+キャディー代150,000スム

貸しクラブ1セット 150,000スム

打ち放し(ボール代) 約100球 40,000スム

## ●ボウリング場

### Galaxy Bowling

住所:Nukus st., 83 A

TEL:71-281-4445

営業時間:12:00-01:00

### UZBOWLING

住所:Islam Karimov st. 8/1 TEL:71-245-9877、78-140-0300

営業時間:11:00-23:00

## IX. 医療案内

緊急の場合には、大使館もしくは直接「タシケント・インターナショナル・クリニック」へ連絡してください(英語可)。入院・検査が必要な場合には、下記(2)の VITAMED(病院)をお勧めしています。

### (1) TASHKENT INTERNATIONAL CLINIC

(露語:Ташкентская международная клиника)

診療時間:月曜日から金曜日 8:30~17:30 (土日休診)

TEL:

8:30~17:30

(+998)78-120-1144、71-291-0142

診療時間以外の救急

(+998)90-327-3378、71-291-0142

住所:38、 Sarikulskaya st.(インター・ナショナル・スクールの敷地内。入り口は別。)

(露語:ул. Сарыкуль 38, г. Ташкент, 100105, Республика Узбекистан)

HP:www.tashclinic.org

Email:tic@tashclinic.org

原則として、外国人のみ利用できるクリニックで、英語での受診が可能です。歯科もあります。入院施設はなく、出

産・外科手術などは行っていません。日本の診療所程度で、家庭医的な一次的検査治療が行えるのみです。医療機器のほとんどが西欧製であり、各種レントゲン検査、エコー検査ができます。西欧製ワクチン接種は可能で、抗狂犬病ウイルス免疫グロブリンも常備してありますが、事前に確認する必要があります。なお、査証が失効した場合は診療を受けることはできません。支払い方法はクレジットカードのみです。

## (2)VITAMED

診療時間:月曜日から土曜日 8:00~17:30 (日曜休診)

住所:109 A、Sh. Rustaveli street、Tashkent Uzbekistan

(露語:ул. Ш. Руставели、109 А、Ташкент、Узбекистан)

TEL:(99878)129-8181、129-8282

救急車依頼:(99878)129-0003/1063

HP:<http://vitamed.uz/ru/>

Email:info@vitamed.uz

私立の病院で、インドにある Medanta 病院のブランチ病院です。基本的にはロシア語あるいはウズベク語の対応ですが、英語の通訳がいます。内科、神経内科、外科、小児科、産婦人科、歯科等がある総合病院ですが、重症に対応する大きな手術はできません。また、医師はウズベク人です。ドイツ製 Ford 社の高機能救急車を所有しており、依頼可能です。MRI、CT、超音波装置(ドイツ製)、内視鏡(日本製)などの高度検査医療器機は揃っています。ICU4床と一般病床18床があり、入院可能です。支払いは、現地通貨(スム)での支払いが基本です。

## X. 緊急連絡先

在ウズベキスタン日本国大使館

TEL:(+998)78-120-8060/61/62/63

FAX:(+998)78-120-8077

住所:1-28、Sadyk Azimov st. Tashkent 100047、Uzbekistan

開館時間:月曜~金曜 9:00~18:00

時間外緊急連絡先:(+998)91-162-5009

消防:101 警察:102 救急車:103