中国
新たなる旅路へ

China Beyond Your Imagination

中華人民共和国国家観光局

目次

中国の無形文化遺産 …… 02
新たなる中国のイメージ …… 04
中国のデータ／中日友好の概況 …… 06
中国について …… 07
基本情報 …… 07
観光交通 …… 08
観光情報 …… 10
中国への誘い …… 12
天津 …… 12
山西 …… 13
内モンゴル …… 14
遼寧 …… 15
吉林 …… 16
黒竜江 …… 17
上海 …… 18
山東 …… 19
河南 …… 20
広東 …… 21
広西 …… 22
海南 …… 23
重慶 …… 24
貴州 …… 25
雲南 …… 26
チベット …… 27
陝西 …… 28
青海 …… 29
観光ルート …… 30
出張旅行 …… 34
中国の無査証通過規定／中国の出国時税還付規定 …… 35

中国世界遺産地図

中国世界遺産リスト

世界文化遺産

- 万里の長城
- 莫高窟
- 明・清朝の皇宮群
- 秦始皇帝陵及び兵馬俑坑
- 周口店の北京原人遺跡
- ラサのポタラ宮の歴史的遺跡群
- 承徳の避暑山荘と外八廟
- 曲阜の孔廟、孔府、孔林
- 武当山古建築
- 廬山国立公園
- 麗江旧市街
- 平遥古城
- 蘇州古典園林
- 天壇
- 頤和園
- 大足石刻
- 龍門石窟
- 明・清王朝の皇帝墓群
- 青城山と都江堰
- 安徽南部の古村落・西遊・宏村
- 雲崗石窟
- 高句麗前期の都城と古墳
- マカオ歴史地区
- 殷墟
- 開平楼閣と村落
- 福建土楼
- 五台山
- 「天地の中央」にある登封の史跡群
- 杭州西湖の文化的景観
- 元朝・上都遺跡
- 紅河哈尼棚田群の文化的景観
- 大運河
- シルクロード：長安―天山回廊
- 土司の遺跡群
- 左江花山の岩絵の文化的景観
- 鼓浪嶼（コロンス島）

文化・自然複合遺産

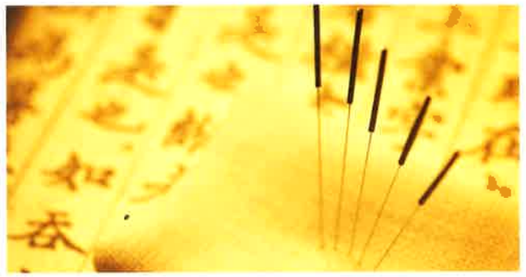
- 泰山
- 黄山
- 峨眉山と楽山大仏
- 武夷山

世界自然遺産

- 黄龍の景観と歴史地域
- 九寨溝の渓谷の景観と歴史地域
- 武陵源の景観と歴史地域
- 雲南の三江併流保護区
- 四川ジャイアントパンダ保護区群
- 中国南方カルスト
- 三清山国立公園
- 中国丹霞
- 澄江の化石出土地域
- 新疆天山
- 湖北の神農架
- 青海の可可西里

中国剪紙（切り絵）

剪紙は中国を起源とする千五百年の歴史を有する伝統の民間の紙工芸です。ハサミあるいは小刀で紙の上に切り出された模様は、窓、門、壁、天井、提灯などに鮮やかに装飾されます。中国の家庭では、祭りや祝日の日に剪紙を貼る習慣があり、これにより祝日の雰囲気も一層華やかに彩られます。中国剪紙は主には南方派、浙江派、北方派に分けられますが、その他にも多くの流派がそれぞれの作風を競い合っています。

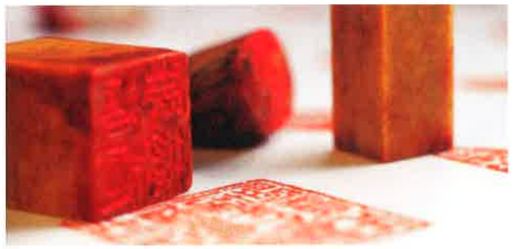


中国鍼灸

中国伝統医学の鍼灸は鍼の治療法と灸の治療法とをあわせて呼んだものです。鍼の施術はきわめて細い鍼を経穴に刺すもので、灸の施術はもぐさを燃やして、経穴に刺激を加えるものです。中国伝統医学の重要な一角を占める鍼灸は、二千年以上にわたり、昨今では世界的に広がっています。鍼灸は中国の科学的な根拠にも基づく貴重な遺産であり、中国伝統医学の特徴を今に伝えています。

中国書道

中国書道は三千年余の長い歴史を有する漢字文化の芸術であり、主に篆書・隷書・楷書・行書・草書という五つの書体があり、古代中国知識人にとって、書道は必ず身につけなければならない文化教養の一つです。多くの書家の書道作品が貴重な文化財と見なされ収蔵されています。中国書道は中国伝統文化を代表するシンボルとして、中国を知り、理解を深めるための重要なルートとなっています。



活字印刷術

古代中国の四大発明の一つと呼ばれる印刷術は、文化の伝えと受け継ぎにおいて、重要な役割を果たしてきた。活字印刷術の登場はかなり古く、中国の畢昇（970年－1051年）によって発明されたとされています。印刷の行程としては、最初に文字を陽刻した活字の印形を作成。次に原稿に従って選択した活字を組版上に並べてから、インクをつけて印刷します。印刷後に活字は回収され、また次回に使用されるのです。

中国篆刻

中国篆刻は石を主な印材とし、印刀を用具とし、漢字を表現する独特の彫刻芸術であり、古代中国の印章制作技術から発展、三千年余の歴史を有しています。篆刻は中国書道の運筆、構造を重視する一方、自由で闊達な芸術としても表現されます。微細な世界に広がり、感情すら表すことのできる篆刻は中国の文人並びに一般民衆に深く愛されています。

粤劇

広東語で上演する粤劇はまた広東大戯とも呼ばれ、三百年余の歴史を有し、主に中国の広東や広西などで人気を博しています。粤劇は中国の南方と北方の演劇芸術を集大成したもので、広東方言地域で最も影響力が高く、海外でも代表的な中国の演劇種目でもあります。多様で独特の様式を持つ粤劇は、中国の民族アイデンティティを呼び起こす重要な伝統芸能です。

昆曲

そのルーツが明の時代にまで遡ることのできる昆曲は、中国に現存する最も古い戯曲の一つです。昆曲は節回しが優雅で美しく、抑揚をつけて柔らかく悠々と唄いあげる調べが特徴です。芸術性が高く、川劇や京劇といった中国近代のすべての演劇に大きな影響を与えました。昆曲の演じ方は唱、念、做（しぐさ）、打（立ち回り）、舞踊を一体化しています。『牡丹亭』『長生殿』は昆曲のよく知られる演目です。

西安鼓楽

西安鼓楽は西安並びに周辺地域で伝われてきた吹奏楽と打楽からなる合奏です。打楽器と管楽器によって編成される西安鼓楽は、坐楽（室内で座って演奏）と行楽（行進の中で演奏）という二つの演奏形式があり、今でも唐（618年－907年）の時代や宋（960年－1279年）時代そのままの楽譜の記し方を使っています。曲目、構成も膨大で雅やかな西安鼓楽は、中国の伝統器楽文化の典型として、古代中国音楽の研究上、極めて高い学術的価値を認められています。

中国伝統木造建築工法

中国伝統木造建築工法は木材を主な建築材料とし、ほぞ・ほぞ穴による接合方法を主流とします。木造は中国伝統建築の最も重要な外観的特徴です。七千年にわたり受け継がれてきた木造建築工法は、古代東方建築技術の粋として、中国全国に広がったのち、日本や韓国など東アジアの国々まで伝わり、その系譜は世界最大の木造建築と呼ばれる奈良の東大寺にまで連なります。

皮影戯（影絵芝居）

中国民間の古い伝統芸術皮影戯はまた「影戯」あるいは「灯影戯」とも呼ばれています。皮影戯は前漢の時代に形成し始め、唐の時代に盛んになり、清の時代に開花し、これまでに長い歴史と伝統を有してきました。物語を演じるとき、人形使いは、白いスクリーンの裏手で、動物の皮や板紙で作られた登場人物の影絵を操作しながら、打楽器と弦楽に合わせ、各地の流行歌を芸術的な雰囲気で語りだすのです。

新たなる中国のイメージ

中国の宇宙開発

長年、数世代にわたる宇宙開発技術者のたゆまぬ努力の下、中国の宇宙開発はロケットや宇宙船、人工衛星を代表とする一連の宇宙技術を確立、有人宇宙船の打ち上げをはじめ、国内外の数多くの宇宙機の打ち上げ成功をもたらしました。

中国の高速鉄道

中国は高速鉄道の運営規模が世界で最も大きく、技術も優れており、営業距離が最も長い国です。時速 350 キロを超えた高速鉄道は人々の都市間移動に便利で快適な選択肢を提供しています。未知なる土地へのあこがれを、そして離れた地に暮らす親しい友人への訪問をかなえる新世代の移動手段を是非、体験してください。

中国の電子商取引

電子商取引の先駆者として、中国社会は全世界の消費者に対して多元的な電子商取引プラットフォームを提供、人々の生活の質を絶えず向上させ、ネット上に「結ばれた地球」を築き上げてきました。電子商取引の急速な発展につれて、世界で最も発達したデジタル市場がいまこのときにも進化を続けています。

中医学と漢方薬

中医学と漢方薬は中華民族の生産活動や生活に伴う病気との闘いから誕生した独特な医学体系であり、人間の健康維持に重要な役割を果たしてきました。中医学や漢方薬に基づいた健康法は世界的に新たなブームとなっています。

ジャイアントパンダ

ジャイアントパンダは中国固有の動物です。可愛らしくみんなに好かれるパンダは中国の「国宝」とされ、友好の使者として、パンダは世界各国の人々に深く愛されています。

万里の長城

万里の長城は、世界では建設期間が最も長く、工事規模が最も大きい防御建築として、中華民族の精神と力を象徴しています。中国では「長城に至らずば好漢にあらず」という言い方があるほど。万里の長城は国内外の観光客が必ず訪れる景勝地となっています。

中国カンフー

剛と柔の特徴を兼備し、身体の内面と外面を共に鍛える中国カンフーは、表面的には力強く美しい演武の姿を見せる一方で計り知れない奥義も含まれており、中国の人々が長い歴史を通じて積み重ねてきた貴重な遺産と言えるでしょう。特に少林拳、太極拳、詠春拳などの中国カンフーが世界中に広く知られています。

中国のグルメ

古くから伝わる中国の美食文化はその多様性から中華民族の貴重な文化財でもあります。よく知られる「八大菜系」（地域で分類する八大流派の中華料理）や独特の味を誇る地方の「小吃」（軽食）が特に多くの外国人観光客の味覚を魅了しています。

シルク

中国が発祥の強くしなやかなシルクは、悠久の中国文明そのものを象徴しています。二千年以上前に、中国のシルクは世界に名を馳せる古代シルクロード（絹の道）を形成し、ユーラシア大陸を跨がって、はるかヨーロッパや中東各国に美しい服や装飾品として東方の燦爛たる文化をもたらしたのです。

京劇

京劇は中国で最も知名度の高い伝統古典演劇で、主な表演形式は「唱（節回し）」、「念（せりふをいう）」、「做（しぐさ）」、「打（立ち回り）」からなります。京劇は中国の国粋と見なされ、中国の伝統的文化の貴重な遺産として広く知られています。

前代の植えた樹の下で後代が涼む。両国の青年は、友好の信念を固め、積極的に行動をして、絶えず友誼の種子を撒き散らし、中日友好を大樹に成長させ、茂る森に成長させ、中日両国人民の友好が世々代々続けていけるように願います。

文化

中日が国交正常化してからの 45 年間に、中日関係は「友好の蜜月」期、「政冷経熱」期、「氷解」期、「緊張」期、などさまざまな紆余曲折をたどりながらも全体としては良好な関係を保ってきました。

経済・貿易

中国は日本にとって最大の輸入国であり、二番目に大きな輸出国でもあります。両国は良好な投資・貿易関係を保ち、経済・貿易の協力もますます緊密になってきています。2016 年の日本の対中輸出額は 1138 億 9000 万ドル、日本の輸出総額の 17.7%を占めています。日本の対中輸入額は 1566 億 1000 万ドル、日本の輸入総額の 25.8%となっています。両国間の貿物輸出入額は 2705 億ドルにも達しています。

観光

2016 年、中日両国の人的往来は約 900 万人に達しました。そのうち訪中日本人観光客は延べ 259 万人で、訪日中国人観光客は延べ 637 万人となっています。現在、中国は日本の最大の観光客送客国となり、毎日 100 便以上の航空機が各路線を往復し、中国の十数都市から日本各地への直行便が運航しています。

中国のデータ（2016）

人口	13 億 8000 万人
民族	56
面積	960 万平方キロ
GDP	11 兆 9000 億ドル
一人当たり GDP	8865 ドル
輸出総額	13 兆 8400 億人民元
輸入総額	10 兆 4900 億人民元
中国の対日輸入	1138 億 9000 万ドル
中国の対日輸出	1566 億 1000 万ドル
海外からの入国者数	延べ 1 億 3800 万人
海外への出国者数	延べ 1 億 2200 万人
訪日中国人観光客数	延べ 637 万人
訪中日本人観光客数	延べ 259 万人

基本情報

地理的位置

中国は、アジア大陸の東部、太平洋の西岸に位置し、日本の西側と海を隔てています。

気候

主に大陸性モンスーン気候に属し、大半の地域が温帯に属しており、南方の一部は亜熱帯と熱帯に属しています。また北部は寒帯に近い気候区分です。

国土面積

960 万平方キロに上り、アジア大陸総面積の約 1/4、世界大陸総面積の約 1/15 を占め、これは世界で 3 番目の広さとなります。

人口

13 億 8000 万人を有する中国は世界で一番人口の多い国であり、世界総人口の 20%を占めています。

民族

中国は 56 の民族からなる統一された多民族国家である。

宗教

中国は信仰の自由があり、多宗教の国家で、仏教、道教、イスラム教、天主教、キリスト教を信仰する人も数多く暮らしています。

歴史

中国は世界四大文明の一つで、5000 年を超える悠久な歴史を誇ります。

首都

首都の北京は中国の政治、文化、国際交流の中心地です。2016 年時点で、北京は世界 120 の都市との直行便を実現、日本の各都市を結ぶ直行便も数多く就航しました。

公用語

中国語（漢語）が中国の公用語であり、国連の 6 種言語のひとつとなっています。

通貨

中国の通貨は人民幣（RMB）で、単位は元。最新為替レートは 100 円＝ 6.08 人民元（2017 年 8 月）。中国では現在、ほとんどすべての消費がスマホや銀行カードで支払うことができ、キャッシュレスのライフスタイルを実現しています。

電圧 220V

プラグ 国際標準規格

観光交通

航空路線

中国では現在 3000 本以上の国内線、700 本以上の国際線が就航しています。国内線は北京・上海・広州の三地域に密集しており、これら沿岸を中心に中国各都市を結んでいます。国際線は北京を中心に上海、広州、ウルムチ、大連、昆明、厦門（アモイ）などの空港から放射線状に伸び、日本、北米、中東、南アジア、東南アジア、オーストラリアなどの各大都市へ就航しています。

中国民用航空サイト：
http://www.travelsky.net

道路

中国の道路網は、北京、上海、広州などの都市を中心とする放射線状のネットワークになっている。現在、多くの観光都市ではすでにより便利な高速道路が竣工し、都市間の移動時間が大幅に短縮されています。

中国の各都市で観光する際、「滴滴」、「首汽約車」などの配車アプリを利用し、タクシーや専用車を予約・配車することができます。このほか、北京、上海、広州、成都などの人口都市には、シェア自転車なども普及、スマホアプリを使って手軽に利用することができ、環境に優しいサイクリング観光を楽しめる。

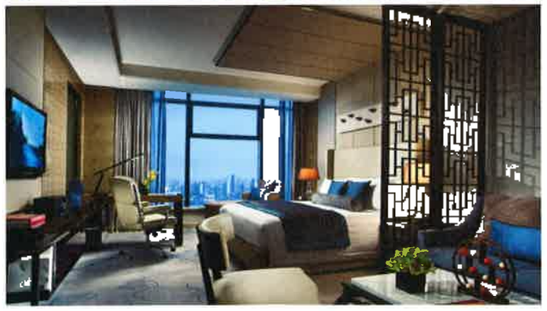
鉄道

中国の鉄道網、旅客輸送ネットワークはすでに中国全土をカバーしています。中国の高速鉄道建設は世界から注目を浴び、優れた評価を受けています。2016 年、中国の高速鉄道の営業距離は 2 万 2000 キロを超え、中国国内の各主要都市間に高速鉄道が運行されています。中国国内輸送の手段として高速鉄道は市民からおおきな支持をうけています。

鉄道チケットオンライン予約・購入サイト：
http://www.12306.cn
チケット予約電話：95105105

水路

中国は広々とした海域や長々とした海岸線を持ち、上海、天津新港、広州黄埔、煙台、青島、秦皇島、大連、北海、香港などの港もあります。観光客はこれらの港湾から中国の海辺の美しい景色を楽しめる一方、長江から内陸に入り、中国の内陸河川の風景を見物することもできるのです。



宿泊

中国のホテルは星クラス基準を使用し、一つ星から五つ星までの5つのクラスがあり、五つ星ホテルが最高級。2016年末までに中国の星クラスホテルは12000軒を超え、北京、上海などの大型観光都市では星クラスホテルが密集し、宿泊条件は良好です。また「7天」や「如家」、「漢庭」などのエコノミーチェーンホテルが全国各地に分布し、それぞれ観光客ニーズに合わせた多様化されたサービスを提供しています。また多くの都市や観光エリアの周辺には特色のある民宿も提供され、当地の風俗人情を体験できます。

ショッピング

広大な大地からもたらされる豊富な産物とそれらを悠久の文化に織り交ぜることにより、中国各地の産品としてのお土産の種類は非常に豊富です。シルク、刺繍と錦織物、書画、漢方薬、景泰藍（七宝焼）、書斎に備える筆・墨・紙・硯の文房四宝、中国茶、中国酒および少数民族の工芸品、民間工芸品、地方特産物など中国の文化を味わえるお土産は、自らのための購入所蔵のみならず、親しい友人や親類への贈答にも喜ばれます。

また中国各都市のショッピングモールには、きらびやかな世界の有名ブランドが集まっています。数多くの大型スーパーやショッピングセンター、ショッピング街があるためほしいものがきっと見つかることでしょう。外国人旅行者が中国の税還付対象店で商品を購入する場合には、11%の税還付優遇政策を享受することができます。

グルメ

中国は世界で最も「美食」を重視する国でもあります。中華料理はそのルーツとなる、山東料理・四川料理・淮揚料理・広東料理・福建料理・浙江料理・湖南料理・安徽料理といった八大料理を筆頭に、独特の火鍋や串焼きなど味わい豊かな地方料理が国内外の観光客を惹き付けてきました。特に各地方の「小吃」（軽食）は種類が多く、かつ滋味豊かで栄養バランスが良いため、ぜひご賞味ください。

また、中国はお茶の発祥地として、お茶を飲む歴史はすでに5000年以上になります。中国の茶文化は奥深く、お茶を飲む習慣も全土に広がっているため、口中に風味広がる様々な銘茶を楽しむことができるのです。

娯楽、レジャー

中国では、一年を通じて様々な祝日やイベントがあり、国内外の観光客に豊富かつ素晴らしいレジャーの機会を提供しています。京劇、越劇、川劇、豫劇、昆曲など伝統戯曲の上演や中国茶によるおもてなし、雑技、各地の民族風情を体験できる伝統の祭日、洛陽牡丹大会、泰山登山祭り、ハルビン雪祭り、青島ビール祭りなどの観光祭りによって、旅行の楽しさが一層アップすることでしょう。

天津アイ

天津

天津市は中国の直轄市であり、東に渤海を、北に燕山を臨み、海河が市内を悠々と流れます。海、山、川が一体となる天津市の自然風景は、独特な雰囲気を醸しだしています。誕生から600年余の歳月を経てきた天津市は、近代中国百年の中でも、際だった地位を占め、今も大きな存在感を放ちます。中洋折衷で昔と今を併せ持つ文化は独特な文化資源となり、天津市は近代中国史の縮図とも言える様相を呈しています。

「天津アイ」

天津アイは海河にまたがり、橋の上に建てられたアジア唯一の観覧車であり、天津のランドマークの一つです。観覧車の直径は110メートル、一度に384人の観光客を乗せることができます。1周約30分、最高地点に達すると、その40キロ先まで見渡せる眺望が広がります。

黄崖関長城

黄崖関長城は天津市蓟県東山に位置する万里の長城です。その歴史は北斉の時代にまで遡り、明代の名将戚継光が蓟鎮総兵を務めた時に黄崖関を改修しました。この関所の建築の特徴として、城壁の材料にそれぞれが不規則な形状のレンガと石を用い、さらに中空と中実のレンガが同時に使われて点が挙げられます。黄崖関長城は関所、城、駐屯地、砦、土台、水関といった建築が全部備えています。山に連なり、河を跨る黄崖関長城は巧妙に構成され、雄大さ、険しさ、美しさを併せ持った威容を誇ります。

古文化街

古文化街は天津の一番有名な老舗や工芸品を扱う商店が密集する街区です。現在の古文化街には百軒近い店が立ち並び、その多くは天津を代表する老舗です。街角には中華的、天津的、文化的、歴史的な雰囲気が溢れ出ており、中でも天津の地方色が濃い特徴的な商店として、楊氏の年画、張氏の泥人形、魏氏の帆の店などが知られています。

盤山

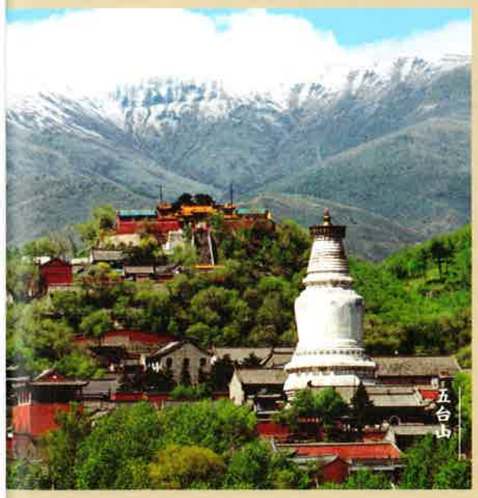
天津の北部に位置する盤山は、中国15大名勝の一つとされ、北京の東に座していることから「京東第一山」と称えられています。盤山の見どころは「第一に松、第二が石、第三が水」とされています。歴史上、多くの皇帝がこの地を愛し、なかでも清の乾隆帝の遊行は32回にのぼり「盤山のことを早く知っていたら、江南に行くことはなかった」とまで称賛したとされます。

古文化街

山西

山西省は黄河の中流域に位置し、悠久の歴史を有し、名高い山河が多く点在します。また山西省に現存する古代建築の数では中国一を誇ります。代表的な名勝の五台山、平遥古城、雲岡石窟、応県木塔は中華文化の至宝とされ、恒山、綿山、北武当山、霊空山、壺口瀑布などの自然景勝地はそれぞれの険しさ、美しさ、雄大さで国内外の観光客に深く愛されています。

雲岡石窟


五台山

壺口瀑布

五台山

五台山は忻州市五台県に座し、中国四大仏教名山の筆頭です。5つの峰がまるで天を支える柱のようにそびえて、峰頂が土台のように広く平らであるため、五台山と名づけられました。五台山には顯通寺、望海寺、清涼寺、菩泉寺などの寺院群が立ち並び、自然風景、歴史文化財、仏教文化、避暑地が渾然一体となった観光スポットです。

平遥古城

平遥古城は平遥県に位置し、古くは「古陶」と称されました。2700年余の歴史を有する城内は、4本の大通り、8本の裏通り、72本の路地により構成され、城内外各種類の遺跡、古代建築が合わせて300余、両行な保存状態の明・清時代の民家が4000近く遺されています。街や店舗は昔のままの佇まいを見せ、古代都市研究上の生きた史跡と言われます。

雲岡石窟

中国最大の石窟の一つとされる雲岡石窟は山西省大同市の西16キロメートルにある武周山の南側に位置します。山沿いに彫られた石窟群の規模は東西約1キロメートルにわたり、どれも雄大で、表現豊かなものばかりです。現存する主要石窟は51窟あり、鎮座する仏像は5100体余。各仏像はどれも優美で生き生きとした表情が美しく、特に均整のとれた造形の曇曜五窟は、中国仏教芸術初期の傑作として知られています。

壺口瀑布

世界一の黄色い滝と呼ばれる壺口瀑布は臨汾市吉県の西45キロメートルのところを流れています。壺口の両岸には山々が高くそびえているため、この地を流れる黄河は峻険な山に挟まれる河幅を300メートル余から50メートルへと狭めます。浩々たる黄河が一束になり、30メートルの落差を壺口から一気に流れ落ちる轟音は、まるで勢い盛んな軍勢が、はるか彼方から押し寄せる関の声に例えられる迫力です。古来「壺口瀑布見ずに、黄河の本当の姿は語れない」とされたのもうなずけます。

内モンゴル

内モンゴルは中国の北に位置します。悠久たる歴史文化や、多彩な民族風貌、広々とした草原、雄大な砂漠で構成される内モンゴルの独自の奥深い文化や壮絶な風景は、中国北方観光のシンボルとなり、その名を馳せています。

響砂湾

中国の三大鳴き砂の一つとされる響砂湾はオルドス市に位置します。響砂湾の高さは 110 メートル、広さは 400 メートル。砂丘の頂上から滑り降りると、砂が唸るような轟音が聞こえてきます。砂の奏でる音は不思議な趣に満ちています。

チンギスハン陵墓

チンギスハン陵墓はオルドス市に位置し、チンギスハンの英霊を祭る神聖たる場所です。陵宮を中心とし、スレド（suledeモンゴル語で軍の記章の意味）祭壇、「三区」「両道」「八景」で構成される観光地は、有名な草原文化観光スポットとして、美しい草原環境と神秘的な文化的景観を通じて、草原帝王の陵墓の雄姿を物語っています。

アルシャン国家森林公園

大興安嶺山脈の西南麓に位置するアルシャン国家森林公園。火山温泉が数多く点在し、様々な形の岩や石があり、火山地質の博物館と呼ばれています。原始的かつ、神秘的で、多様的なアルシャン国家森林公園はまるで美しい絵のような独特な魅力に溢れています。

エジンのコトカケヤナギ（胡楊）の林

エジン旗のコトカケヤナギの林は 44 万㎡があり、弱水河のほとりに、千里にわたる「緑の回廊」を形成しています。コトカケヤナギは砂漠で生きる一種の高い木であり、幹が真直ぐで、葉が独特な形状をしており、下から上まで様々な形になります。毎年、秋になるとエジン旗のコトカケヤナギの葉は黄色く色づき、金色に輝く林はまさに絶景です。

響沙湾

胡楊林

遼寧

遼寧省は略称「遼」で、省都が瀋陽、中国の東北地区の南部に位置します。南側は黄海と渤海に面しており、東側は川を隔てて朝鮮と接しています。海を隔てて日本と韓国を臨む遼寧省は、中国の東北地区では唯一、海沿いに位置し、国境に沿った省となります。2000 キロメートルにわたる美しい海岸線は、北国の壮絶を表し、江南の麗しさを潜め、山、川、石、洞窟の絶景を有する都市です。秦による中国の統一から、清王朝の樹立まで、歴代の王朝はこの土地で豊かな由緒ある文化財と遺跡を残しました。

星海広場

星海広場

星海広場は大連市の西南部に位置しています。アジア最大な都市広場であり、大連市のランドマークの一つです。広場には 999 個の紅大理石が敷き詰められ、干支、24 節気と 12 の生まれ年が刻まれています。星海広場では音楽が流れる噴水、様々な彫刻を楽しめるのみならず、海や夜の景色も見て楽しめます。重要な祝日には、女性騎馬警官に逢えるかもしれません。夏になると、大連ビール祭りの開催地として、星海広場は活気にみち溢れます。

旅順博物館

旅順博物館は大連市旅順口区列寧街 42 号に位置し、国家一級博物館として、旅順博物館は 6 万件余の所蔵品を所有しています。所蔵品は大連の文化財、新疆の文化財並びに中国と海外の後世に伝わってきた歴史芸術類の文化財を主体とし、考古、青銅器、陶磁器、甲骨、玉器、漆器、琺瑯器、書と絵の作品など 20 種類にわたります。1950 年代から現在までのあいだ、旅順博物館は所蔵品の特色に基づき、歴史文化財をテーマに合計 9 回海外で文化財展示会を開催しています。

金石灘国家観光リゾート区

国家 5A 級観光地と認定された金石灘国家観光リゾート区は大連市中心部から 58 キロメートル離れた金州区の東側に位置しています。金石灘国家観光リゾート区は三面から海に囲まれ、東部半島、西部半島並びに 2 つの半島の間の広い奥地や海水浴場で構成され、主に十里黄金海岸、海浜国家地質公園、生命秘密博物館、金石蛾人形館、中華武館、金石ゴルフクラブ、金石灘狩場などの観光スポットがあります。

旅順駅

旅順駅は旅順白玉山観光地の西側に位置し、1898 年に建築された建物であります。趣のある形をしているロシア風の木造建築で、中国国内において一番美しい駅舎と褒め称えられているほどであります。駅内には中国国内で最も完全に保存されているヨーロッパ風のプラットフォームがあり、今でも 100 年前の面影が残されており、レトロな雰囲気をたっぷり漂わせています。旅順駅は中国国内初の海外行きの列車を出しており、と同時に大連百年あまりの歴史の移り変わりを見つめ続けてきたのです。

旅順駅

吉林

吉林省は中国東北中部に位置しています。北東アジアの地理的中心であり、清の時代にできた吉林扁拉城（今の吉林市）が名前の由来で、略称は吉、省都は長春。吉林は四季が明確で、雄大な自然と悠久の歴史、民族的風情に深みがあり、ロマンと神秘あふれる街です。春は散策を楽しみ、夏は避暑地となり、秋は紅葉を観賞し、冬は雪や樹氷までも見ることができます。緑あふれる森林の都で避暑地としても人気があり、休暇を過ごすには最適な避暑地です。

長白山

長白山

長白山はその主峰である白雲峰に白い浮石が多く積雪もあるため、その名が付いたと言われています。「千年雪が積り、数万年生きながらえた松が宿り、この世で一番の峰」と誉れ高い山です。その大自然から独自な資源を多く持ち、滝、温泉、渓谷、地下森林、火山熔岩林など多くの観光スポットが一つに集まり、どの季節でも独自な景色を見ることが出来ます。美しい由縁に溢れ、物語を持ち、満族神話の発祥地であり、独自の神話と歴史を持つ山脈です。

松花湖

松花湖

松花湖は全長 180 キロメートルあまり、水域面積は 3620 平方キロメートル、湖面面積は 550 平方キロメートル。千島湖と並ぶ美しさで、中国最大級の人造湖のひとつです。松花湖には９つの景勝地があり、それぞれ五虎島、臥龍潭、風舞池、石龍壁、海浪山、双峰嶺、ラクダ峰、青山、北天門があります。松花湖は中国第一の避暑湖と誉れ高く、夏季休暇を過ごすにはとても良い場所です。

高句麗王城遺跡

高句麗王城遺跡

吉林省集安市に位置する、奴隷制国家高句麗王朝の遺跡です。国内城、丸都山城、王陵、貴族墓葬があります。遺跡は荘厳な出で立ちで、海東一の石碑「好太王碑」や、雄大な高句麗王陵「東方ピラミッド―将軍塚」、民族色の強い高句麗王城「丸都山城」、「北東アジア芸術の宝」と呼ばれる高句麗壁画古墳「五盔墳５号墓」があります。

長影世紀城

吉林省長春市浄月西畔に位置し、長春映画製作所が投資開発を行い、ユニバーサル・スタジオ・ハリウッドやディズニーランドの魅力を独自に吸収・イノベーションした世界基準の映画テーマパークです。４D、レーザー、巨大スクリーン、ウォータースクリーンなど世界最先端の特殊効果映画を集大成させ、見て、触れて、体験できる夢と魔法の世界を実現させました。

黒竜江

黒竜江は略称が「黒」、省都はハルビンです。省境の北に流れる黒竜江が名前の由来で、中国最東北にある省となります。黒竜江は素朴な自然が育む原始的な生態系の中に溶け込み、豪快な民族風情を体験することができる場所です。四季がはっきりし、様々な姿を見ることが出来ます。温かな春には、無限に想像をふくらませることができ、燃え盛るような夏には、涼しく居心地の良い避暑地となり、草木がなびく秋には、無数の色彩を味わうことができ、凍てした冬には幻想的な白銀の世界が広がります。

雪郷

中央大街

ハルビン中央大街歩行街はアジア最長の歩行者天国であり、ハルビン市で一番の繁華街です。満布中央大街のヨーロッパ建築は多く、壮観でクラシカルな雰囲気が漂います。西洋建築史上、数百年かけて作り上げた建築の風格によって、中央大街は極東で最も著名な街道となりました。

雪郷

雪郷は牡丹江市に位置しています。山奥にあり、四方が尾根に囲まれ、日本海からの暖湿気流とバイカル湖上空からの冷気が集まる独自な気候は中国でも唯一無二。冬が長く、大雪が吹雪く様はまるで竜のようで、雪が常に太陽を遮り、積雪が続き、あたり一面が白銀の世界となります。その中に身を置けば、童話の世界にいるように心も体もリフレッシュすることできます。

五大連池

黒河市に位置します。火山噴火によってマグマが白竜河をふさぎ、渓流が溜まり５つの火山せき止め湖が形成されたため、五大連池と呼ばれるようになりました。透き通るほど美しい池の水はそびえ立つ火山群に囲まれ、重なり合うマグマは熱い盛んな大海のよう。池の水には 40 余の人体に必要な鉱物が含まれ、多くの疾患に効果があると言われています。

北極村

漠河県七星山麓に位置し、「神州北極」と称されます。。大陸最北端の黒竜江沿いの村で、夏至前後にはほぼ毎日白夜となります。夜中に北方を望むと空は白く、壮大で、きらびやかなオーロラを観測することが出来ます。その他に、清王朝や日本の傀儡政権満州国の遺跡が多く、広々とした黒竜江が村を通っているので、釣りを楽しむこともできます。

五大連池

中央大街

上海

上海は長江河口に位置し、長江流域にある都市で、中国の直轄市です。総面積は6340平方キロメートル、常住人口は2400万人に達します。上海は中国の経済、交通、科学技術、工業、金融、貿易、展覧会、水上運輸の中心であり、同時に国家の歴史文化の都でもあります。人文資源が豊富で華やかな都市として、国内外に知れ渡っています。

外灘

城隍廟

石庫門

外灘

外灘は上海近代史の証人であり、様々な異国情緒ある建築物が集まる場所です。旧上海のノスタルジックな風景がそこにあります。これらの建築物は「万国建築博覧群」と称されており、夜ライトアップが始まれば、目を奪われるほどの景色が広がります。

東方明珠ラジオテレビ塔

1994年に完成し、高さ468メートル、3本の支柱によって結合した11個の球体で構成され、観光、食事、ショッピング、アミューズメント、宿泊、テレビラジオ塔が一つに集約しています。上海市のランドマークであり、大人気観光スポットです。

城隍廟

城隍廟は1403年から1424年の間に建設されたといわれ、六百年近い歴史があります。城隍は中国宗教文化の中で普遍的に崇拝され祀られてきた重要な神祇の一つです。豫園は城隍廟に隣接しています。この二つのスポットは、観光名所であるだけでなく、ブランドショップも立ち並ぶ観光地です。

石庫門

石庫門は上海社会の縮図であり、19世紀後期に出現した石庫門住宅は上海の伝統的な四合院から脱却し、最も上海の特色ある民家となりました。江南地方の伝統的な建築様式を取り入れ、石づくりの門に重厚で漆黒の木製のドアが特徴だったことより、「石庫門」と名付けられました。

山東

山東省は太行山を背に、渤海に面し、自然の景色が美しく、文化遺跡も非常に多い。道教の聖地である五つの山（＝五岳）の筆頭に数えられる泰山がそびえ、中国第2の長さを誇る黄河の河口があり、儒教文化がここで芽生えました。東部3100キロメートル余の海岸線上には青島、煙台、威海、日照などの都市が見え、中国独自の黄金海岸都市群を形成しています。

泰山

泰山

泰山は道教の聖地である五つの山（＝五岳）の筆頭であり、中国で最も美しく、感動的な景観を持つ名山の一つ。雄大な自然を持ち、有名な景勝地には天柱峰、日観峰、百丈崖などがあります。数千年の間に12人の皇帝が泰山に来て封禅を行った。孔子、杜甫などもこの地で、後世に伝わる素晴らしい詩を残しています。

三孔観光区

孔子ゆかりの史跡、孔廟、孔府、孔林のことで、孔廟は孔子を祀る廟所、皇居の規定に基づき建設され、儒家文化の聖地です。。孔府は孔子の子孫たちの居住地で、封建社会の役所と居住空間が一つになった典型的な建築。孔林は孔子とその一族の墓所で、中国で最大規模の氏族墓地となります。

青島ビール

青島ビールは1903年から発売がスタートし、中国で最も早く生まれたビールブランドの一つで、アメリカ、日本、ドイツ、フランス、イギリスなど70あまりの国と地域で販売されています。青島ビールはすっきりとした喉越しが特徴で、多くのファンに愛され、毎年8月には、青島ビール祭りが青島で盛大に開催されています。

台児庄古城

棗庄市轄区台児庄区に位置しており、。WTOに「生きる運河」と称されている現存する僅か3キロメートルの京杭運河の古運河はここにあります。城内には18の池と7キロメートルに渡る水の街と港があり、小舟で城内全域を観光することもでき、名実ともに東方の古水城と言えるでしょう。

孔廟

台児庄古城

龍門石窟

河南

河南は略称が「豫」、また「中原」とも呼ばれています。中国の中東部、黄河の中下流地域に位置し、1億以上の人口を有する大きな省です。中国5000年の長い歴史のなかで、河南省は3000年にも渡って政治、経済、文化の中心という地位を占めてきました。河南省は中国の苗字の発祥地でもある。中国の百家姓（中国に多い姓を集めた書物）では、上位100の苗字の内、73の苗字はここから生まれました。

龍門石窟

龍門石窟は世界文化遺産であり、中国の3大石窟の一つです。約1500年前に切り開かれ、その工事に400年間もかかったと言われています。南北の長さは1キロメートルにもなります。2300余基の窟龕10万余尊の彫像、2800余基の題記を彫りつけた石碑が残されています。龍門の石窟の中で最も有名な盧舎那大仏は中国の歴史上で唯一の女子皇帝である武則天の彫像で、その規模の大きさと気勢の雄大さは盛唐の彫刻芸術の成果を誇示していると言えるでしょう。

清明上河園

清明上河園は宋文化を楽しめるテーマパークです。中国北宋（960-1127年）の著名画家である張択端が後世に残した大作『清明上河図』をイメージに建てられ、中原地域の最大な宋風の建築群です。清明上河園は莫大な規模で古都の汴京が千年の繁栄の景観を再現したほか、北宋民俗風情と庶民文化の芝居やアトラクションの数々を融合しているので、観光客は清明上河園に入ると、まるでタイムスリップでもしたかのような体験が出来ることでしょう。

殷墟

殷墟は世界文化遺産であり、中国史上の二番目の王朝——商王朝の後期の都の遺跡であり、中国の歴史上で実証された最初の都でもあります。3000年以上の歴史がある。殷墟から15万枚以上の甲骨、唯一無二で造形が美しい青銅器が大量に出土されました。その中で、世に名高い后母戊鼎は世界一の出土青銅器です。殷墟で出土された文物は殷王朝の優れた彫刻・鋳造の技術を語り、極めて高い考古学的価値を有しています。

少林寺

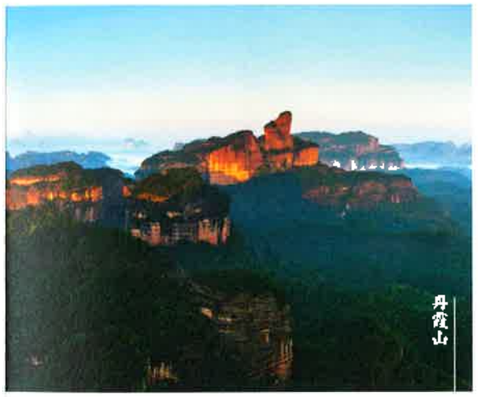
少林寺は北魏の太和19年（西暦495年）に建てられ、禅宗と武術が共に世に名高く、世界に名を馳せる仏教の大きな寺です。少林寺は少林カンフーの発祥地として有名な場所。少林カンフーは自ら体系をなし、中国武術の流派の中でも優れています。中国カンフーが世界中に流行るにつれて、世界各地から観光客が少林寺を訪れ、武術愛好者が憧れる由緒ある古い寺となりました。少林寺の見過ごせないところとして殿堂、塔の林、达摩洞、武僧院などが挙げられますが、特に武僧院では、その場で少林カンフーの鑑賞・体験が可能です。

少林寺

広東

広東省は中国南部の沿岸部に位置し、南中国海に面し、香港、マカオと境を接し、東南アジア諸国に近接しています。全省面積は17.97万平方キロメートル、常住人口は約1億1000万人です。広東省は中国において経済が最も発達している省であり、中国の対外貿易の港でもあります。6つの歴史文化都市があり、自然風景は独特の風格があり、一年中に旅行に向いています。

広州タワー


丹霞山

開平楼閣と村落

広州タワー

広州タワーの全体の高さが600メートルで、世界一高いテレビ塔です。広州の2000年余の古城文化を受け継ぎつつも、観光、飲食、文化アミューズメント及び環境保全の科学普及教育など多数の機能を一つにし、豊かな文化を持つ大型ランドマークです。

開平楼閣と村落

開平楼閣と村落は江門开平市に位置し、華僑文化、園林芸術、中国と西洋の建築物、名所旧跡など多数の要素が一つとなった有名な観光地です。主に立園、自力村のディアオロウ（ディアオは石偏に周、ロウは楼、という高層の楼閣）の建築群、馬降龍村落という三つの観光地によって構成されています。観光地の中、独特の趣のある園林や伝統的な古い民家、中国と西洋の折衷を見せるディアオロウは近所の山・水・池・畑・水田などと見事に融合し、調和が取れている。独特な風格を持っている人文的な景観を成しています。

丹霞山

韶関市仁化県に位置し、総面積は292平方キロメートル。世界でいう「丹霞地形」の命名はここが由来です。また、世界において今まで発見されてきた1200カ処の丹霞地形の中で、最も典型的に形成され、種類が最も多く、形が最も豊かな丹霞地形がここに集中しています。

広東早茶

広東、特に省都の広州で、早茶という習慣があります。早茶はただお茶を飲むではなく、正確にはレストランで朝食を食べることを指しています。早茶のお菓子はさまざまで、中で最も有名なのは蝦餃・蒸し焼きシュウマイ、叉焼包、エッグタルトなどです。お茶を飲みながら美味しいお菓子を食べる時間は至福のひと時となるでしょう。

漓江

広西

広西チワン族自治区は中国の南の沿岸部に位置し、南に北部湾に面し、西南にはベトナムと隣接、中国の海上シルクロードの肝要な起点である。広西にはチワン族、ヤオ族、ミャオ族、トン族などの少数民族が暮らし、民俗風情が濃厚で、「その山水は天下一」とも讃えられる名勝地、桂林を擁しています。広西は中国と東南アジアの経済交流において重要な地位を占め、区都の南寧市は中国・ASEAN博覧会の恒久主催都市である。

銀灘

花山の岩絵

龍背棚田

漓江

興安県の猫儿山に源を発し、桂林市、阳朔県を流れ、梧州市で西江に合流する河川。桂林から阳朔までの83キロメートルにわたる流域を、青々とした山々に囲まれながら流れる漓江の表情は、美しく澄みわたり、まるで延々と連なる玉の帯のように流れてゆきます。有名な観光地として浄瓶山、望夫山、半辺渡、冠岩などが挙げられます。

龍背棚田

龍背棚田は高いところでは標高880メートル、低いところでは380メートル、高度差は500メートルにも達します。棚田は山麓から山頂まで絡みつくように連なり「小さい山は巻貝となり、大きな山は塔となる」如く曲線を描いています。龍背棚田では美しい音色の民謡を聞きながら甘い香りの地酒を味わうことができ、様々な衣装と不思議な民俗風情を楽しめます。

銀灘

銀灘は北海半島の南端に位置し、延々と24キロメートルも続く。砂浜は全部高品質の珪砂が堆積して形成され、日光が当たると、白くて細やかな砂は銀色に輝くため、銀灘と呼ばれるようになった。「中国第一の砂浜」とも呼ばれる。

花山の岩絵

花山の岩絵は崇左市の左江と、その支流の明江流域に位置し、その広大な規模と壮観な景観で知られています。世界の古代岩絵史上でもまれにしか見られない逸品とされます。岩絵の長さは172メートル、高さは120メートル、面積はおよそ8000平方メートルであり、現在では各種の図が1900点以上も残されています。

海南

海南省は、中国の最南端に位置しており、海南島と中沙・西沙・南沙諸島とその周囲の広い海域からなり、南中国海で輝く真珠です。熱帯気候に位置し、長さ1528キロメートルの海岸線があるため、国際水準のビーチリゾートとなりました。紺碧の海、真っ白な砂浜、晴れやかな陽光、鮮やかな海底、鬱蒼と茂る熱帯雨林、そして伝説的な少数民族の風情がこの地独特の魅力を醸し出しています。

南山文化観光区

三亜大小洞天観光区

三亜市の西の40キロメートルのところに位置し、南宋（西暦1187年）の時代からの観光地として知られ、海南省でも歴史が最も長い名所旧跡かつ中国最南端の道教文化の観光地です。この地は、昔から奇観ながらも美しい海、山、洞窟の景観により「瓊崖八百年第一山水名所」と呼ばれてきました。現在、古崖州文化を軸に、中国伝統の道教文化と龍文化を融合し、海辺の景色、科学普及教育、民族風情、休憩リゾートなどを統合した一大国際観光区となっています。

ビンロウ谷リー族・ミャオ族文化観光区

海南保亭県と三亜市の境にある甘什岭自然保護区に位置しています。幾重にも重なり合った森に囲まれ、延々と数キロメートル続くビンロウの谷であることから命名される。非遺村、甘什黎村、谷銀ミャオ家、田野リー家、「ビンロウ・古酌」大型のロケ公演、闇の木製小屋、リー族・ミャオ族風味の飲食街という7つの文化体験コーナーから構成され、海南原住民の文化伝承を目的としています。

ヤノダー熱帯雨林観光地

中国で唯一の北緯18度に位置する熱帯雨林で、海南島の5大熱帯雨林の良さを集めた、観賞価値の高い熱帯雨林資源博覧館です。観光区に雄大で美しい渓谷の奇観、雪のような滝の水しぶき、歴史ある美しいリー族の錦の工芸、甘ったるいリー族のお酒、一年中に食べられる熱帯の果物など独自の特色を有する熱帯雨林の6大景観があり、海南島の「シャングリラ」、「現世の桃源境」と例えられています。

熱帯雨林

南山文化観光区

南山文化観光区は南中国海に面し、北には南山が聳えます。豊かな生態環境、独特で豊富な歴史文化があり、「福は東海への水のように止らず流れ、寿は南山の松のように老いない」という言葉と観音菩薩の「常居南海願（観音菩薩の十二の大願のその二番目の願）」の悲願に応えて造られた仙境です。主な見どころは不二法門、慈航普渡、国宝金玉観音、吉祥如意園、天下第一の龍硯および南山寺などがあります。とくに「南山海上観音の仏像」が景観に溶け込んで見事です。

ビンロウ谷

小洞天

重慶

重慶は中国南西部の長江上流に位置し、山に基づいて建てられ、「山城」とも呼ばれています。長江本流は西から東まで重慶全域を貫き、世に名高い長江三峡（瞿塘峡、巫峡、西陵峡）を形成しています。絵画のような風景を有する烏江、嘉陵江、大寧河などの大河と渓谷の美しい景色、まばゆく輝く重慶の夜景、秀麗な芙蓉江、世界文化遺産の大足石刻はどれも人々を魅了してやみません。

解放碑歩行者天国

解放碑歩行者天国

1997年に建設された解放碑歩行者天国は重慶市渝中区に位置し、面積は3万6000平方メートル。中国西部で最初の商店街であるため「中国西部一番街」とも呼ばれ、レジャー・買い物・宿泊・食事の集積地として人気のストリートです。その中にある解放碑は重慶市のランドマークの一つで記念碑の高さは27.5メートル、碑の最上部には時計と風速風向計が設置されています。

長江三峡

長江三峡は世界の大河、長江が流れる壮麗な山水の風景を有する大峡谷です。三峡のなかでも、瞿塘峡、巫峡は重慶の域内にあり、中国十大観光地の一つでもあり、両岸の峰がそびえ、絶壁が対峙し、世界唯一の船で観光できる大峡谷でもあります。唐代の著名な詩人李白は船でここを通った時、有名な詩を残しました。「朝に辞す白帝彩雲の間、千里の江陵一日にして還る。両岸の猿声啼いて住まざるに、軽舟已に過ぐ万重の山一。」

大足石刻

重慶市大足県に位置し、大足県域内における摩崖石窟芸術の白眉とされています。大足石刻は唐の末期・宋の初期に開削され、現存の石窟像は5万尊、銘文・題記は10万余の文字からなります。壮大な大足石刻は、千年を経ても依然としてよく保存され、中でも宝頂山摩崖と北山摩崖造像はとりわけ素晴らしいとされています。

万盛石林

万盛石林観光地は重慶の万盛区石林鎮に位置し、今から4.65～6億年前の期間に、海洋環境の変化から堆積してきたものです。これまでの研究により、万盛石林は中国最古の石林と明らかにされ、「石林の祖」と呼ばれます。観光地内では、珍しい形の石、高く険しい峰、清らかな泉、碧潭、断崖、飛瀑など、様々な景色がありますが、山・水・林・石・洞窟が一体となった地表の石林と地下の鍾乳洞などカルスト地形の景観がおもな見どころとなっています。

万盛石林

長江三峡

大足石刻

加榜棚田

貴州

貴州省は中国の西南部に位置し、面積は17万6000平方キロメートル。山河が美しく、気候が穏やかで過ごしやすいため「中国旅行の宝箱、世界自然の公園」と称される。貴州は山、水、滝、洞、湖、林を一つにした緑豊かなカルスト地形を保ち、悠久な原始文化と素朴な少数民族の風情を今に残しています。

加榜棚田

従江県西部に位置し、総面積は1万ムーに及びます。中国の最も優れた棚田の一つです。棚田の中にミャオ族の特色のある吊脚楼が点在する様はまるで夜空の星のようにもたとえられます。毎朝、霧が川沿いからゆっくりと立ち昇り、吊脚楼のすべてが霧に覆われる時を迎えます。見えるようで見えないようなその姿はまるで幽玄の境地にも通じる風景となります。

千戸苗寨

千戸苗寨（千軒のミャオ族の集落）はミャオ族の「原始的」な文化をそのまま残した集合村落であり山沿いの自然に形成された中国一のミャオ族の集落でもあります。ここでミャオ族の民族文化が代々受け継がれ、独特の農耕文化と田園風景を呈しているのです。

鎮遠古鎮

鎮遠古鎮は周囲を山に囲まれ、S字に蛇行しつつ舞陽河が街を貫き流れています。北岸は旧府城、南岸は旧衛城からなり、上空から見ると太極のように見えます。この二つの城はいずれも明代に建てられ、現在では一部の城壁と城門を残しています。城内外で数多くの古代建築、伝統民家、歴史ある埠頭に出会うことができます。

茅台鎮

茅台鎮は仁懐市にあり、1915年にはこの地の名産である茅台酒がパナマ万国博覧会で金賞を受賞したことで茅台鎮はその後、世界的に有名になりました。茅台酒は悠久の歴史を有し、中国国酒と呼ばれ、世界3大蒸留名酒の一つでもあります。

千戸苗寨

チベット自治区

チベット自治区は青蔵高原の南西部に位置し、平均海抜が四千メートル以上であり、昔から「世界の屋根」と称されます。総面積が百二十二・八四万平方キロメートルで、その雄大さ、不思議で美しい自然で名を馳せています。雄大なポタラ宮、毎日信者にひれ伏して拝されているトゥルナン寺、にぎやかな八廓街、世界最高峰エベレスト・・・その全てがチベットを唯一無二の観光地にしました。

ポタラ宮

タンカ

ポタラ宮

ポタラ宮はラサ市街の西北のマルポリの丘に位置し、世界で一番海抜が高く、宮殿、城や寺を一つにした雄大な建築です。宮内に金銀銅器、陶磁器、仏像や塔、タンカや服装などの各種の文化財が約７万点余あり、典籍が６万巻余「世界の屋根の真珠」と讃えられます。

トゥルナン寺

トゥルナン寺はラサ市旧市街の中心にあり、チベット仏教の寺院であり、チベットにおいて現存の一番輝かしい吐蕃時代の建築であり、1300 年以上の歴史を有します。トゥルナン寺はチベット仏教で最高の地位を持ち、昔から様々な重大な仏事の中心であり、毎日ここに来て経文を転読する人々は後を絶ちません。

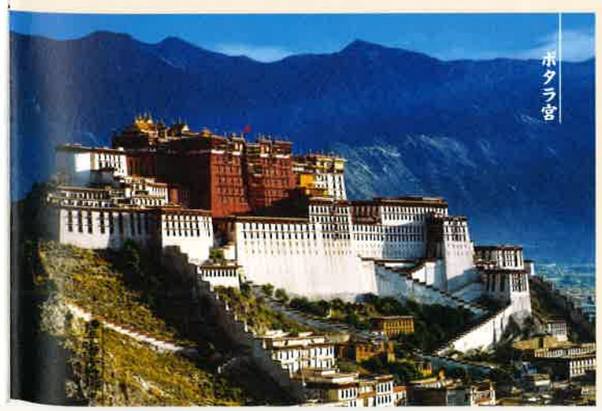
エベレスト

エベレストは中国とネパールの境界線上に位置し、ヒマラヤの主峰であり、高さ 8844.43 メートルを誇る世界最高峰である。エベレストは昔から人類が自らの登山能力を試す聖地であり、1953 年に人類が初めて登山に成功して以来、世界各地の登山者はエベレスト頂上に足跡を残してきました。

タンカ

タンカはチベット族の文化であり、独自の特色を持つ絵画芸術の形式です。

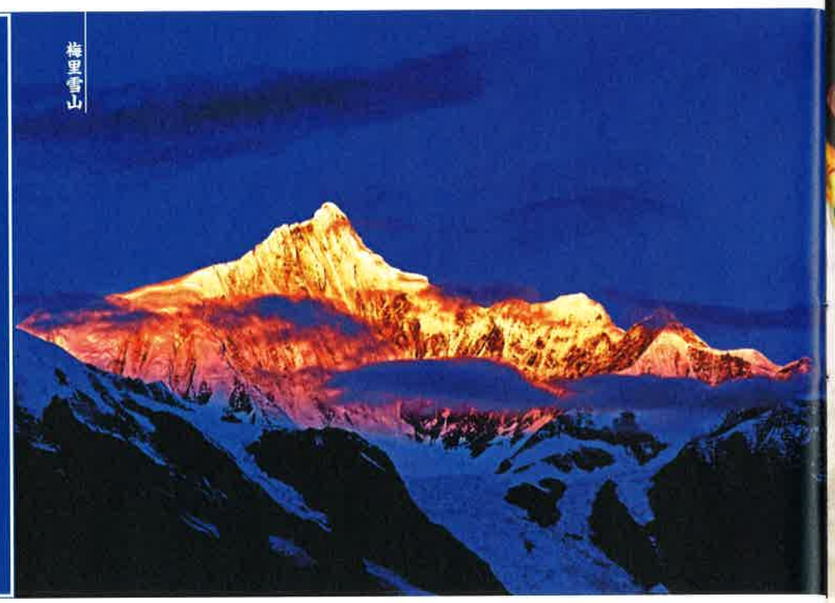
色模様の繻子を表装し、それを下げて供える宗教の巻物です。タンカは色鮮やかで、輝くきらびやかで、何百年もの歳月を経てもその鮮やかな色は色褪せない。中国民族絵画芸術の重宝と称えられます。



ポタラ宮

雲南

雲南省は中国南西部に位置し、国境線の長さは4051 キロメートルである。ベトナム、ラオス、ミャンマーと国境を接し、タイ、カンボジア、インド、バングラデシュなどにも近い。中国を東南アジア・南アジアと結ぶ重要な戸口である。雲南省は中国の観光資源が最も豊な省の一つであり、ミステリーで美しい自然風光、多彩な民族の風情、悠久な歴史文化、多元な宗教信仰を有し、暖かい気候に恵まれる雲南はレジャー観光の理想郷となった。



梅里雪山

東川紅土地

麗江古城

麗江古城

麗江古城は麗江ダムの中部に位置し、城壁のない古城である。滑らかできれいな青色の石畳の道、全部手作業で作られた木造民居、小橋流水の水郷風景が至るところで見られる。川沿いに建てられた麗江古城の街、ほとんど赤色の角礫岩で敷かれたため、雨の多い季節にぬからないし、乾季においても埃が立たない。奥ゆかしい石畳みの模様、町全体の雰囲気とうまく釣り合う。

東川紅土地

東川紅土地は昆明東川区に位置し、神が地上に落とした絨毯とも呼ばれ、世界で最も勢いのある紅土地の一つとして、壮大で美しい暴色を有する。毎年の秋、この絨毯の色が濃くなる。観光客及び撮影マニアたちにとって、秋が自然の絵巻を眺め、楽しむ一番いい時期である。

シャングリラ普達措観光地

雲南省の北西部にある世界自然遺産の中心地に位置し、シャングリラの主要な名所の一つである。ここはいかなる汚染もなくメルヘンの世界であり、水質や空気の質は一流の標準に達している。鏡のような湖、青い空、木々が生い茂り、花が咲き乱れ、鳥の鳴き声が常に聞こえ、観光客が精神を修養し、品性を陶冶するのにうってつけのところである。ここでゆっくり歩くと、心がゆったりとして気持ちよくなり、遊びにふけて、俗世の悩みを忘れる。

梅里雪山

梅里雪山はデチェン・チベット族自治州のデチェン県にあり、世界に名を馳せる金沙江・瀾滄江・怒川が並行して流れる「三江併流」の地域に位置し、横断山脈に属する。梅里雪山の主峰であるカワカブ峰は海抜 6740 メートルの高さを誇り、雲南省の最高峰である。梅里雪山はチベット族の神聖な山であり、貴がられる山でもある。

西安城壁

陝西

陝西は略称が陝或いは秦であり、中国内陸の黄河中流域に位置します。陝西省の歴史は古く、中華民族の発祥地の一つであり、シルクロードの東の起点でもあり、歴史文化財の資源は極めて豊富で、「天然の歴史博物館」と讃えられます。全省の所蔵する文化財は二百万点以上に達し、文化財として認められる場所は三万五千七百五十カ所余があります。

大明宮

大明宮は西安の北側に位置し、敷地面積は 3.2 平方キロメートルで、その面積は 3 個のベルサイユ宮殿、4 個の故宮に相当し、唐代の宮城建築の雄大な姿を力強く示しています。大明宮は世界中に知り渡されている唐の都長安城であり、唐代の 3 大内宮の中で最も壮大で輝かしく、東方の園林建築芸術の優れた代表であり、「シルクロード」の東方の神殿とも称えられます。

華山

華山は渭河の南の華陰県に位置し、西安から東へ 120 キロメートルのところにある。まるで一枚の巨大な花崗岩を肥沃な関中平原に嵌めたようにそびえ立つ奇峯は険しい。一足幅の長空桟道、まっすぐ上へ伸びる石階段、刃のような背峰は写真で見ただけでもぞっとします。ここを登ること自体が既に素晴らしい体験になります。

兵馬俑

兵馬俑は世界の第 8 大奇跡と讃えられます。秦始皇帝陵及び兵馬俑坑の総面積は約 2 万平方メートルで、人間・馬と等身大の陶製の俑・馬が 7000 件発掘され、極めて高い芸術的な価値を持っています。兵馬俑のサイズ、重量、色、焼成プロセスから、約 2000 年前の中国人の文化、才能、技術力を感じることができます。

西安城壁

西安の城壁は西安市の中心に位置し、1370 年に建てられました。壁の高さは 12 メートルで、上の幅は 12 ～ 14 メートルで、下の幅は 15 ～ 18 メートル、その輪郭は閉鎖の長方形を呈している。長さは 13740 メートル、中国現存する最大規模の、最も完全に保存されている古代の城壁です。

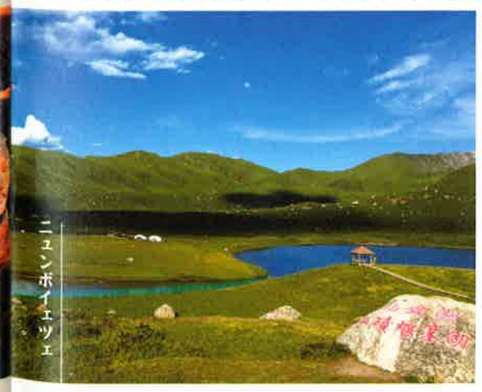
兵馬俑

青海

青海省は中国西部に位置し、世界の屋根と言われるチベット高原の北東部に聳え、平均標高は三千メートル以上です。青海省は国内最大の内陸塩湖である青海湖から命名されます。青海は長江、黄河、瀾滄江の源で、雄大で壮麗な自然風景を有します。ここで暮らす各民族は歴史が古く、優秀な文化伝統があり、独特で豊かな民族風情と習慣を保っています。

青海湖

門源百里菜の花畑


ニュンポイェツェ

青海湖

青海湖はチベット高原北東部に位置し、中国最大、世界第 6 位の内陸湖として、国連の国際重要湿地リストに登録された。春と夏の時期は、青海湖の青い波が起伏し、水が天と共に一色なり、のんびりとした羊の群れ、翼を広げて羽ばたく水鳥、遠いところの雪をかぶった山が、調和のとれた絶妙な絵巻を構成しました。

タール寺

タール寺は西暦 1377 年に建てられ、チベット仏教の黄教の始祖ツォンカパの誕生の地であります。クンブム・チャンパーリン寺は中国北西地域のチベット仏教の中心であり、中国や東南アジアで盛名を馳せています。酥油花（彫刻芸術の一種）、壁画と堆繡はクンブム・チャンパーリン寺芸術の三絶と呼ばれています。

門源百里菜の花畑

門源百里菜の花畑は青海門源県に位置し、青海省と中国西北地区の主な油料作物の産地である。ここの菜の花の畑も壮観な人工景観となっています。七月中旬、門源の菜の花が満開するとき、色濃い黄色の花は延々と数百キロメートルに伸び、まるで黄金色の海であり、高原の青空と映れば壮観な景色になります。

ニュンポイェツェ

青海の久治県に位置し、主峰は一年中積雪が溶けず、約 8 平方キロメートルの面積がある高原氷河を有する。壮大な氷、神業のような切り立った岩、180 の湖はニュンポイェツェに神秘的なベールをかける。水は山の岩から落ちていき、一つ一つのカーテンのような滝となり、まるで銀河が地上に流れるようです。

タール寺

観光ルート

シルクロード

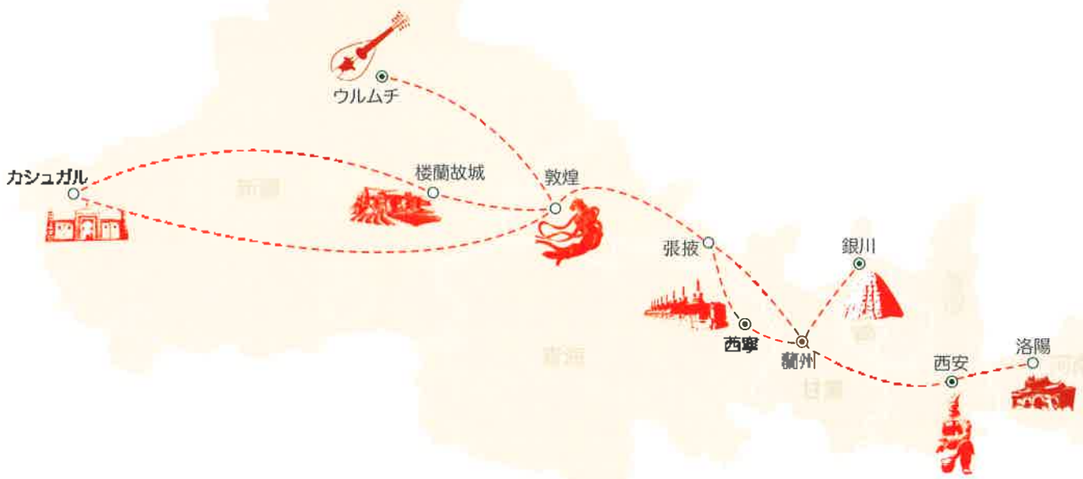
概況

シルクロードの起源は漢代であり、東の起点の洛陽と西安から、河南、陝西、甘粛、寧夏回族自治区、青海、新疆ウイグル自治区を越え、中央アジアを経て最終地点の地中海東岸に至る、ユーラシア大陸を横断する古代の著名な陸の商業・交易ルートです。全長は 7000 キロ、このうち中国領内を通るのは 4000 キロ以上に及びます。

2000 年以上にわたる発展の過程において、中国と西洋の融合の進展、そしてユーラシア人民の友誼を記録する 1 ページとなりました。シルクロードはあたかも数珠のようであり、そこには龍門石窟、兵馬俑、莫高窟、高昌故城などの世界文化遺産、青海湖、鳴沙山・月牙泉、火焔山、天山天池などの自然景観の奇跡、バラエティーに富んだ民族風情などが連なっており、シルクロード観光の無限の魅力を世界に示しています。

観光キーワード：龍門石窟、白馬寺、大唐芙蓉園、兵馬俑、塔爾寺（タール寺）、西夏王陵、鳴沙山・月牙泉、莫高窟、天山天池、楼蘭故城遺跡。

シルクロード案内図



おすすめの観光ルート

1、千年古都観光

西安：古城壁、陝西省博物館、兵馬俑、華清池、大雁塔、大唐芙蓉園—洛陽：隋唐洛陽城遺跡、定鼎門、明堂・天堂、龍門石窟、白馬寺。

2、宗教芸術観光

洛陽：龍門石窟、白馬寺—西安：小雁塔、大雁塔、彬県大仏寺—西寧：塔爾寺（タール寺）—張掖：文殊寺石窟、張掖大仏寺—敦煌：莫高窟。

3、新疆ウイグル自治区風情の観光

ウルムチ：水磨溝、国際大バザール、天山天池—トルファン：火焔山、葡萄溝、カレーズ民俗園—哈密（ハミ）：哈密回王陵、巴里坤古寺、魔鬼城。

4、シルクロード高速鉄道沿線の観光

蘭州：甘粛省博物館、蘭州百里黄河風情ライン—嘉峪関：嘉峪関関城—敦煌：鳴沙山・月牙泉、莫高窟—トルファン：火焔山、カレーズ民俗園—ウルムチ：国際大バザール、天山天池。

大シャングリラ

概況

シャングリラは、四川省、雲南省、チベット自治区に跨る絶景の地であり、英国人作家ジェームス・ヒルトンの小説『失われた地平線』のなかで、非常に美しい文章によって、詩情豊かに、幻想的に、牧歌的なユートピアとして描かれ、国内外の観光客がこぞって訪れる聖地となりました。

桃源郷のシャングリラは、神聖・純潔な雪山だけではなく、峻険な山河、透明に澄み切った湖沼、幽邃たる峡谷、鬱蒼たる森林、広々とした青空、清浄な空気、豊かな草原なども有し、さらには独特の民俗、神聖な宗教、朴訥な精神——あらゆるものが明るさ、安らぎ、くつろぎ、悠遠さ、静けさに満ちており、闊達（かったつ）な精神を持ち、大自然の不思議な造形物であり、人類にとって理想の美しき落ち着く場所といえます。

観光キーワード：木格措、亜丁風景区、海螺溝、梅里雪山、麗江古城、大理古城、巴松措（パソンツォ）、然烏湖。

シャングリラ案内図

稲城亜丁風景区

おすすめの観光ルート

1、シャングリラ大周遊の旅

成都—康定—新都橋—塔公草原—雅江—理塘—稲城—シャングリラ鎮—亜丁風景区—郷城—徳欽（飛来寺）—塩井—茨中教堂—瀾（雲南）キンシコウ国家公園—塔城—長江第一湾—黎明風景区—麗江—瀘沽湖—西昌—成都。

2、大シャングリラ茶馬古道の旅

昆明—大理—六庫—福貢—丙中洛—察瓦龍—察隅—来古冰川—然烏—八宿—波密—林芝—ラサ。

3、四川・チベット道路沿線の旅

成都—雅安—瀘定—康定—新都橋—雅江—理塘—稲城—シャングリラ鎮—稲城亜丁風景区—郷城—舞子樹—飛来寺—芒康—左貢—邦達—八宿—然烏—米堆冰川—波密—通麦天険—林芝—苯日神山—工布江達—ラサ。

4、風花雪月の旅

成都—雅安—西昌—攀枝花—元謀—楚雄—大理—騰衝—蘭坪—剣川—黎明—干竜山—東河—華坪—攀枝花—米易—西昌—雅安—成都。

観光ルート

京杭大運河

概況

京杭大運河は中国大運河の中の最も保存状態がよい区間であり、その距離は長く、工事は大規模で、悠久の歴史を誇り、その名を広く知られています。京杭大運河は長城と並んで高名であり、古代労働者の卓越した知恵を表す建設工事であると広く認識されています。その古い血液は、春秋時代に始まり今に至るまで、2500 年余り、1700 キロ以上にわたる南北の土地に流されたのです。

今日、京杭大運河沿いを歩けば、寺院、古い街並み、船着き場、商店、そして蓮の花が咲く池、庭園芸術、石刻遺跡、名人の手による書、文人墨館（書画・文房四宝博物館）、伝統的な演劇、民俗文化などに触れることができます。千年の歴史を有する京杭大運河の流れがどれだけの人の夢の中に流れ込んだのか、それを知るのはおそらく悠々と流れる河の水だけでしょう。

観光キーワード：什刹海、楊柳青古鎮、古文化街、衡水湖、東平湖、台児庄古城、瘦西湖、虎丘、南潯古鎮、拱震橋。

南潯古鎮

拱震橋

瘦西湖

おすすめの観光ルート

1、鳳可波瀾、東方遊跡（マルコポーロ、東方見聞の足跡）：
北京一泰安一台児庄一鎮江一蘇州一杭州。

2、淮左名都、竹西佳処（北宋淮南東路の名城・揚州、竹林の西の良き所）：杭州一蘇州一無錫一鎮江一江都一揚州。

3、枢紐淮揚、天堂蘇杭（交通の要地・淮安と揚州、地上の天国・蘇州と杭州）：淮安一江都一揚州一蘇州一杭州。

4、江東故地、煥然今朝（江東の歴史ある町、燦然と輝く現代の大都市）：杭州一嘉興一湖州一蘇州一上海。

5、烽火記憶、青曲信風（戦争の記憶、山東の儒教の風格）：
台児庄一済寧一聊城一済南。

6、江南醉好、在杭嘉湖（杭嘉湖平原で、江南に酔いしれる）：
杭州一湖州一嘉興。

7、津門故里、五岳独尊（古文化街「津門故里」、泰山の絶頂「五岳独尊」）：天津一泰安一東平。

8、聖人山水、朝拝儒家（聖人君子画の地、儒教を朝拝する旅）：
台児庄一曲阜一泰安一聊城一済南。

9、水郷一脈、太湖長江（中国の水郷地帯、太湖と長江）：
杭州一常州一揚州一無錫一上海。

青蔵鉄道

概況

青蔵鉄道（青海・チベット鉄道）は青海省の西寧市を起点とし、チベット自治区のラサ市に至る全長 1956 キロの路線で、途中には海抜 4000 メートル以上の区間が 960 キロもあり、最高地点は海抜 5072 メートルに達し、「天路（天の道）」と称されます。青蔵鉄道は中国経済の均衡のとれた発展の促進において重要な役割を果たしただけではなく、同時に世界各国の観光客の注目も集めています。

青蔵鉄道の沿線には、神工鬼斧の大自然と深い人文の精華があります。ここでは一年中、白い雪が輝き、曲がりくねって続く高峰がそびえ、河川が縦横に流れ、湖沼が点在する湿原が広がり、ガンジス川、インダス川、メコン川、イラワジ川の源流には、情熱的で敬虔なチベット族同胞の民俗風情があります。また、雪域高原のチョモランマ、ヤルツァンポ川、ポタラ宮、大昭寺（トゥルナン寺）、タルシンポ寺などがあります。

観光キーワード：塔爾寺（タール寺）、青海省博物館、青海湖、ココシリ、羊八井（ヤンパチェン）、ポタラ宮、大昭寺（ジョカン寺）、ノルブリンカ、扎什倫布寺（タルシンポ寺）。

青蔵鉄道沿線の風景

おすすめの観光ルート

青海・チベットの古典的（定番）旅

西寧塔爾寺（タール寺）一青海湖一察爾汗塩湖一ココシリ一ラサポタラ宮、大昭寺（トゥルナン寺）、チベット博物館、八廓街、娘熱民俗風情園、納木錯（ナムツォ）、羊八井（ヤンパチェン）。

青海天路の旅

西寧塔爾寺（タール寺）、青海省博物館、青海蔵文化博物院一青海湖一万丈塩橋一格木胡揚林一茶卡塩湖一崑崙山。

西寧塔爾寺（タール寺）

ラサポタラ宮

チベット聖地・聖湖の旅

西寧一ラサ：ポタラ宮、大昭寺、八廓街一納木錯（ナムツォ）、蔵北高原、羊八井（ヤンパチェン）。

出張旅行

中国国際観光交易会

時間：毎年 10、11 月
場所：上海、昆明

主催側：中国国家観光局（旅游局）、中国民用航空局、上海市／雲南省人民政府

紹介：毎年上海と昆明の交互で開催されている中国国際観光取引会は、アジア地域最大規模の観光取引を専門とする国際的な観光展覧会であり、世界各地の観光業界から広く注目されています。

中国・ASEAN 博覧会

時間：毎年秋
場所：南寧

主催側：中国政府、ASEAN 諸国の 10 カ国の政府

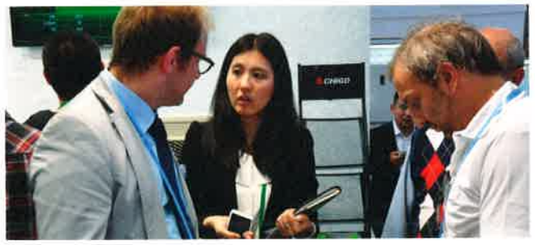
紹介：中国政府と ASEAN 諸国の 10 カ国の政府に共催される経済貿易を交流する国際的な盛会であり、中国と ASEAN の多分野多層にわたる交流活動の展開を目指し、中国と ASEAN の交流協力のプラットフォームを構築します。

中国輸出入商品交易会

時間：毎年春と秋
場所：広州

主催側：中国商務部、広東省人民政府

紹介：中国輸出入商品交易会はすでに 60 年の歴史を有します。中国で規模が最も大きく、商品種類が最も揃い、出展企業が最も多く、そのため取引効果が最も優れている総合的な国際貿易盛会です。



中国義烏国際小商品博覧会

時間：毎年 10 月
場所：義烏

主催側：中国商務部、浙江省人民政府

紹介：1995 年より開催されて以来、すでに 21 回連続で開催されました。現在中国で最も規模と影響力と効果がある日用品展示会として、中国最も影響力のあるブランドの展覧会トップ 10 に入りました。

世界インターネット大会

時間：毎年 11—12 月
場所：烏鎮

主催側：中国国家インターネット情報弁公室、浙江省人民政府

紹介：中国が提唱する毎年烏鎮で開催される世界的なインターネット盛会であります。中国と世界が互いにつながる国際的なプラットフォームの構築と世界のインターネットガバナンスシステムの構築を目指しています。

北京国際健康旅行博覧会

時間：2018 年 9 月 7 日—9 日
場所：北京

主催側：北京興旅国際伝媒有限公司

概要：北京国際健康旅行博覧会（HTE）は中国において健康と旅行業界初の知恵の交流であり、国際健康旅行産業チェーンの交易、交流及び協力のプラットフォームを構築するのが狙いです。北京国際健康旅行博覧会は 2018 年 9 月 7 日から 9 日にかけて北京で開幕する予定で、関係業界の方々のご来訪を歓迎します。

中国の無査証通過規定

現在、一部の港で 72 時間あるいは 144 時間以内通過査証が免除されます。

査証なしで滞在できる港

144 時間滞在できる港：
上海市、江蘇省、浙江省、広東省

72 時間滞在できる港：
北京市、成都市、瀋陽市、大連市、西安市、天津市、武漢市、桂林市、昆明市、重慶市、ハルビン市、アモイ市、青島市、長沙市

海南省が 15 日間の入国ビザ免除政策を実施

免除対象国（26 カ国）：日本、韓国、ロシア、マレーシア、アメリカ、シンガポール、ドイツ、タイ、イギリス、カナダ、フランス、オーストラリア、インドネシア、スウェーデン、イタリア、オランダ、スペイン、スイス、オーストリア、フィリピン、ニュージーランド、フィンランド、デンマーク、ノルウェー、ウクライナ、カザフスタン

無査証通過の対象国

（1）ヨーロッパ（39）：
オーストリア、ベルギー、チェコ、デンマーク、エストニア、フィンランド、フランス、ドイツ、ギリシャ、ハンガリー、アイスランド、イタリア、ラトビア、リトアニア、ルクセンブルク、マルタ、オランダ、ポーランド、ポルトガル、スロバキア、スロベニア、スペイン、スウェーデン、スイス、モナコ、ロシア、イギリス、アイルランド、キプロス、ブルガリア、ルーマニア、ウクライナ、セルビア、クロアチア、ボスニア・ヘルツェゴビナ、モンテネグロ、マケドニア、アルバニア、ベラルーシ

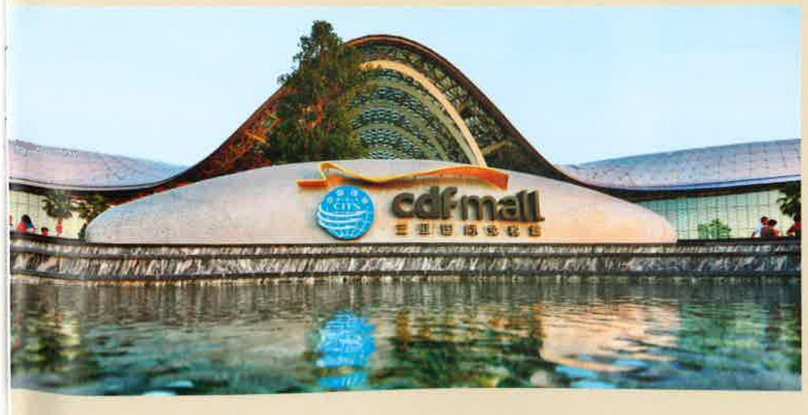
（2）アメリカ大陸（6）：
アメリカ、カナダ、ブラジル、メキシコ、アルゼンチン、チリ

（3）オセアニア（2）：
オーストラリア、ニュージーランド

（4）アジア（6）：韓国、日本、シンガポール、ブルネイ、アラブ首長国連邦、カタール

中国の出国時税還付規定

中国全国で出国時税還付政策を実施する。本土の滞在日数が連続して 183 日未満の外国人旅行者が同日同じ税還付の対象店で 500 元以上の税還付商品を購入する場合、規定に従い税還付を申請できます。税還付率は一律に 11% に定まり、税還付の通貨は人民元であります。



おすすめ観光ルート

京滬（北京・上海）高速鉄道の旅

中国博物館の旅

海上シルクロード観光ルート

江南水郷観光ルート

中国古都の旅

中原文化ルート

長江三峡観光

おすすめの観光会社

国番号：0086

名称	アドレス	電話	ウェブサイト
中国国際旅行社総社	北京市東城区東単北大街 1 号	010-85228888	www.cits.cn
中国旅行社総社有限公司	北京市海淀区中関村東路 66 号	400-811-6666	www.ctsho.com
中青旅控股股份有限公司	北京市東城区東直門南大街 5 号	400-600-6666	www.cytsonline.com
上海春秋国際旅行社	上海市中山東一路 391 号	400-820-6222	www.springtour.com
康輝旅行社	北京市農展館南路 13 号瑞辰国際中心 15 階	4000-198-198	www.cct.cn
広之旅国際旅行社	広州市機場西桑嘉路 1 号	020-86338888	www.gzl.com.cn
北京神舟国際旅行社	北京市朝陽区建国門駅 28 号	400-010-0808	www.btgtravel.com
上海航空国際旅行有限公司	上海市江蘇路 595 号	021-962008	www.satrip.com
上海錦江国際旅遊股份有限公司	上海市延安東路 100 号聯誼大厦 24 階	400-820-9999	travel.jinjiang.com
中信旅遊集団有限公司	北京市建国門外大街 19 号国際大厦 B 座 6-7 階	010-85263636	www.trusttour.com.cn
河南旅遊集団有限公司	鄭州市城東路 228 号海天大酒店	0371-68262878	www.hntg.net

中国国家観光局駐東京代表処
住所：東京都港区虎ノ門2-5-2エアチャイナビル8 F
電話：0081-3-3591-8686
Web：www.cnta-tokyo.jp
ファックス：0081-3-3591-6886

中国国家観光局駐大阪代表処
住所：日本国大阪市浪速区湊町1-4-1 OCAT 4F
電話：0081-6-6635-3280
Web：www.cnta-osaka.jp
ファックス：0081-6-6635-3281

ご覧いただきありがとうございます！