

ASEAN HERITAGE TRAIL

MEKONG

A River for Indochina

インドシナを流れるメコン





インドシナを 流れるメコン

周辺マップ

見逃せない観光スポット

博物館&文化施設

美食の楽しみ

工芸品、デザイン、織物のすべて

イベントハイライト



インドシナを流れるメコン

メコン川はアジア、とりわけ東南アジアでもっとも重要な川で、ミャンマー、タイ、ラオス、カンボジア、ベトナムの5カ国を流れています。チベット高原の源流からアジアを貫き南シナ海に流れ出るまでの全長は4,345kmで、アジアでは7番目、世界で12番目に長い川です。東南アジア部分は2,500kmで、各国のおよその長さはミャンマーでは100km、ラオスでは1,900km、タイでは920km、カンボジアでは500km、ベトナムでは220kmです。上流では険しい山あいを経る急流をなしていますが、ASEAN諸国に入る下流では流域がぐっと広がり、ゆったりと流れていきます。

メコン川を目にした最初の欧州人は、13世紀にこの地を訪れたイタリア人商人であり冒険家のマルコポーロだったと言われています。それから3世紀を経て、ドミニコ会のポルトガル人宣教師ガスパー・ダ・クルスが1555年前後にメコン川を訪れたことを初めて書物に記しました。次いで、オランダ人冒険家のゲリット・ヴァン・ウィストホフが1641年にメコン川を訪れたことを記しています。

しかし、その後のメコン川周辺の地域と国々の運命を大きく左右することになるのはフランスです。フランスの影響は現在でも建築物、食事、文化（寺院の多くはフランス人考古学者によって保護されました）、教育に残っており、カンボジア、ラオス、ベトナムの日常的な語彙にもそれを見ることができます。

フランスはメコン川を利用して中国に進行し、フランス帝国の影響力をさらに拡大するという計画を温めていました。しかし、ラオス南部にある大瀑布コーンの滝に進路を阻まれ、中国への進出拡大が実現することはありませんでした。その一方で、ラオスからカンボジア、さらにベトナムのメコンデルタにかけてのメコン川沿岸一帯は交易の中心地となりました。フランス帝国時代にメコン川流域では多くの都市が形成され、交易によって繁栄しましたが、その影響はいくつかの植民地時代の建築物に色濃いものとなりました。

フランスの影響力はタイ（当時のシャム）にも及びました。折しもシャム王国はラーマ5世の下で一連の近代化改革を始めたところであり、メコン川沿いの都市は進行を始めたフランスの影響を受けました。実際に、より近代的に見せる手段としてフランス様式が採用されたことで、メコン川沿いのシャム時代の都市は、ラオスやカンボジアの川沿いの都市と同様の雰囲気をもっています。その他に影響をもたらしたのは、宗主国からの政治弾圧、およびその後のインドシナ半島での度重なる戦争を逃れ、1920年代から1960年代にかけてタイに入ってきたベトナム系移民とラオス系移民です。こうした新たな移住者が持ち込んだ習慣および伝統によって、タイ北東部に漂うインドシナの雰囲気がさらに色濃くなりました。

近年ではタイと、隣接するインドシナの国々をつなぐ取り組みが実施されており、目覚ましい成功をもたらしています。ほんの25年前まで、メコン川には国と国を結ぶ橋はありませんでした。初めてかけられた橋は1994年に開通したもので、タイのノンカイ県とラオスの首都ビエンチャンを結んでいます。この橋は今では歴史の教科書に載っています。1994年まではメコン川を渡る橋すら1本もありませんでしたが、今では25本以上の橋があり、そのうち10本は国境検問所となっています。国と国の間をつなぐ橋としてもっとも多いのはタイとラオス間のものです。近いうちに橋の数はさらに増える予定であり、いくつかは鉄道併用橋です。

メコン川に国境を接するすべての国の間では毎月のように往來の利便性が改善されており、かつてインドシナの行方を左右したメコン川の貴重な歴史遺産を今まで以上に気軽に見て回ることができます。現在、メコン地域の都市ではクラシカルな欧州建築物が伝統的寺院や地元の木造家屋に優雅に溶け込んでおり、のどかな村々ではメコン川沿いでよく見られるのんびりとした気ままな暮らしが続いています。メコン川は、世界の建築物の中でも最高傑作のひとつとして名高いアンコールワットの誕生にも大きな影響を与えました。

旅して回ることがこれまでになく簡単になった今こそ、メコン川沿いにある無数の文化を楽しみながらインドシナの人々が見た夢をたどる絶好の機会です。



タイ・ラオス友好橋

1994年4月に開通した際には世間を大きくにぎわせました。第1タイ・ラオス友好橋（タイ語でSaphan Mittraphap）はオーストラリア政府の援助を受けて完成しました。全長が1,100mを超えるこの橋は道路と鉄道の併用橋であり、ノンカイとビエンチャンを結んでいます。今でもメコン川にかかる橋の中で、一番ではないまでも、もっとも利用者が多い橋のひとつとなっており、タイ側およびラオス側からそれぞれ毎年100万人を超える外国人観光客が、この堂々たる橋を渡っています。

第1タイ・ラオス友好橋はその後、ムクダハンとサワンナケートを結ぶ全長1,600mの第2タイ・ラオス友好橋が開通するまでの13年間は、メコン川にかかる唯一の橋でした。2011年には、ナコンパノムとカムアン県のターケーウを結ぶ全長1,460mの第3タイ・ラオス友好橋が開通しました。2013年に開通した第4タイ・ラオス友好橋はメコン川架橋としてはもっとも短い橋です。全長630mしかなく、チェンライ県のチェンコーンと、ラオスのボケオ県のファイサイを結んでいます。

さらに2本の橋の計画が進んでいます。第5タイ・ラオス友好橋はブンカーン県とラオスのボリカムサイ県を結び、その次の橋はウボンラーチャターニー県とサーワン県を結ぶとみられています。



インドシナを流れるメコン

Thailand タイ

- チェンカーン (Chiang Khan)
- ノンカイ (Nong Khai)
- サコンナコーン (Sakon Nakhon)
- ナコンパノム (Nakhon Phanom)
- ムクダハン (Mukdahan)
- ウボンラーチャターニー (Ubon Ratchathani)

Lao PDR ラオス

- ルアンパバーン (Luang Prabang)
- ビエンチャン (Vientiane)
- サワンナケート (Savannakhet)
- チャンパーサク (Champassak)

Cambodia カンボジア

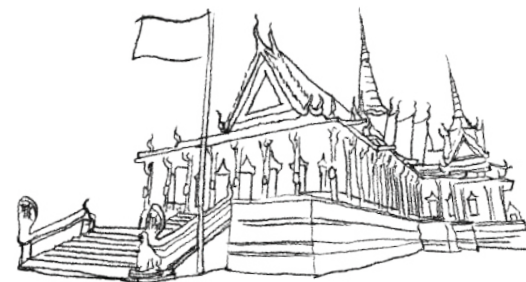
- ストウントレン (Stung Treng)
- クラチェ (Kratie)
- コンボンチャム (Kampong Cham)
- プノンペン (Phnom Penh)
- ネアックルン (Neak Loeung)

Vietnam ベトナム

- タンチャウ (Tan Chau)
- サデク (Sa Dec)
- ヴィンロン (Vinh Long)
- ミトー (My Tho)



ウボンラーチャターニーのワット・スパッタナーラーム (タイ)



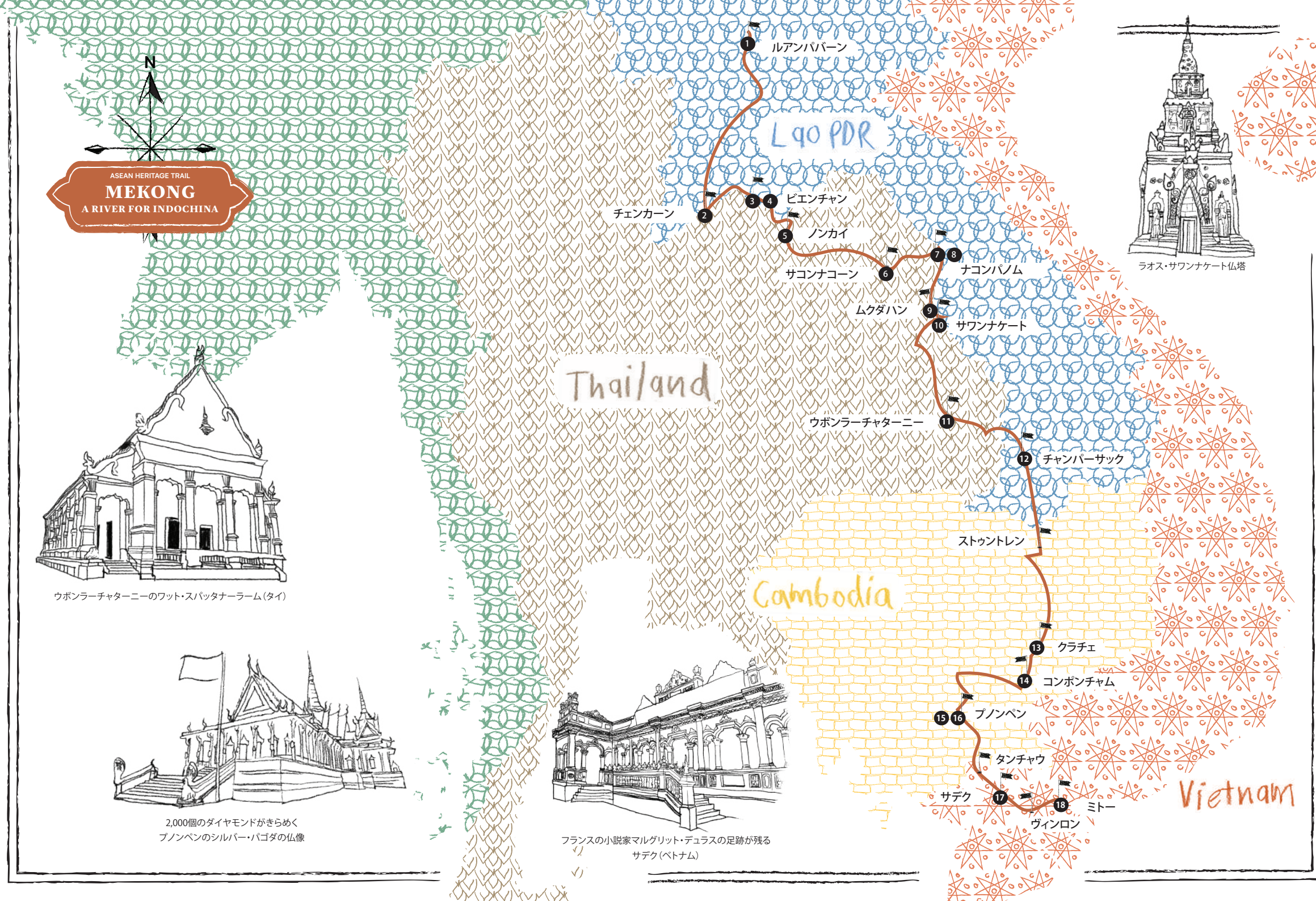
2,000個のダイヤモンドがきらめく
プノンペンのシルバー・パゴダの仏像



フランスの小説家マルグリット・デュラスの足跡が残る
サデク (ベトナム)



ラオス・サワンナケート仏塔

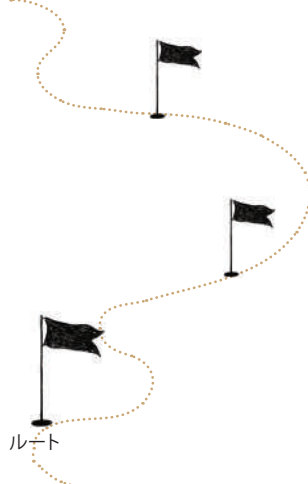


旅行プラン

インドシナを流れるメコン

旅行プラン名:

参加メンバー:	旅行日:
---------	------

[illegible][illegible][illegible]

見逃せない観光スポット



見逃せない観光スポット

① ルアンパバーンのパーフェクトな半島

Luang Prabang, LAO PDR

旧王宮を擁する古都ルアンパバーンはまるでメコン川というネックレスにはめこまれたダイヤモンドのようです。プーシーの丘の頂上からはパノラマビューが広がっており、半島の形をしたルアンパバーンの旧市街や宮殿を一望することができます。

② タイ・チェンカーンの托鉢行列

Chiang Khan, THAILAND

魅力あふれる小さな町チェンカーンでは、メコン川に沿って1世紀前の木造家屋が軒を連ねています。こののどかな町で生活しているコミュニティは、フランスの植民地支配から逃れ移住してきたラオスの人々がほとんどです。後にベトナム系および中国系移民もこの地にやってきました。チェンカーンは伝統的な雰囲気の色濃く残しています。信仰心の篤い暮らしが営まれていることから、地元の人たちはチェンカーンをルアンパバーンと似ていると言います。ルアンパバーンと同じようにチェンカーンでも僧侶たちが毎朝長い列をなして托鉢をしています。早朝には、サフラン色やオレンジ色の袈裟をまとった僧侶が狭い路地をリボンのように列をなして進んでいく風景を見ることができます。



Perfect Peninsula
in Luang Prabang
ルアンパバーンのパーフェクトな半島



③ ビエンチャンに立つラオス版パリの凱旋門

Vientiane, LAO PDR

メコン川沿いに位置するラオスの首都ビエンチャンは近年、新たな建造物を建築してきました。現代の都市への脱皮を模索するビエンチャンの願いが表れています。フランスの影響は今もコロニアル様式の古い家が並ぶセタティラート通りのあちこちに残ってはいますが、1957年に建設が始まったパトゥーサイ（勝利の門を意味する）はパリの凱旋門を模して造られたラオス版の凱旋門で、異国の風情があります。凱旋門の上からは素晴らしい景色を望むことができます。



④ ビエンチャンの黄金

Vientiane, LAO PDR

タートルアン仏塔はラオスの象徴です。1566年に建立され、今ではラオスでもっとも重要な国の文化的建造物と評価されています。黄金色の仏塔に夕日が当たり濃いオレンジやピンク色に染まる様子は必見です。

⑤ ノンカイのリバーフロントの黄昏

Nong Khai, THAILAND

ノンカイはメコン川沿いののどかな町ですが、ラオスからタイに入るとはじめにある町であることから人気の観光スポットになっています。リバーフロントは改修され、ナーガの彫刻が設置されており、メコン川を一望する美しいパノラマビューが広がっています。なかでも夕暮れ時は絶景です。もっとお勧めなのはリバーフロントでのディナーで、黄昏の中、ノンカイのベトナム料理やタイ料理を堪能することができます。ノンカイの旧市街には知事公邸など、いくつかフランスの影響を受けた建築物があります。

6 サコンナコーンのインドシナ村

Sakon Nakhon, THAILAND

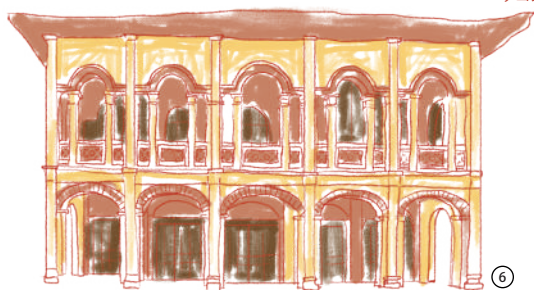
タラエにはバルコニー付きの装飾窓を持つ美しいアーチ型の家が並び、タイでもっとも美しい村のひとつに数えられています。一部の家は修復されていますが、崩れかかっているものがほとんどで、それが村をさらに趣深いものにしています。まさにインドシナといったこの建築様式は、植民地支配から逃れた多くのベトナム系移民に端を発しています。移民たちはベトナムで広がっていたのと同じヨーロッパ風のインドシナ様式で家を建て、バンタラエはタイ最大のローマ・カトリック系コミュニティとなりました。

7 コスモポリタン、ナコンパノム

Nakhon Phanom, THAILAND

ナコンパノムは、おそらくタイのメコン川沿いでもっとも魅力的な都市とすることができます。メコン川を挟んだ対岸にラオスのターケーを臨むナコンパノムは、その発展において当時の近代都市の証であったフランス風インドシナ様式に倣いました。中心部には少なくとも数十のコロニアル様式の建築物があり、これがナコンパノムならではの独特の雰囲気を生み出しています。なかでも見てたえがあるのは、旧知事公邸（現在は博物館）やイタリアの宮殿を思わせるナコンパノム国立図書館のほか、ストーンウィッチ通り沿いに立ち並ぶ別荘やネオクラシカル様式の学校です。

Indochina village
in Sakon Nakhon
サコンナコーンのインドシナ村



Cosmopolitan
Nakhon Phanom

コスモポリタン、
ナコンパノム



In the shadow of
a Vietnamese clock tower
in Nakhon Phanom

ナコンパノムの
ベトナム時計塔のふもと



8 ナコンパノムのベトナム時計塔のふもと

Nakhon Phanom, THAILAND

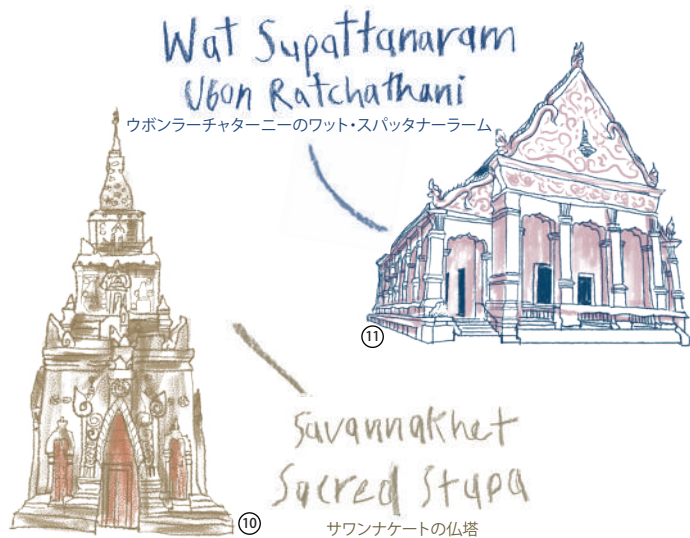
ナコンパノムのマーケットの中心に立つのが1960年代様式を代表する時計塔です。ベトナム人コミュニティによって1960年に建設されました。ナコンパノムはタイ国内でもっともベトナムに近く、その地理的条件によりベトナム戦争では最前線拠点となりました。時計塔自体はそれほど目を引くものではありませんが、夜になると多くの飲食店やバブが開店し屋台が出るナコンパノムでは人気のウォーキングストリートの真ん中に立っています。



9 タイでもっとも心を打たれるムクダハンの教会

Mukdahan, THAILAND

ソンコン村から30km北で、第二次世界大戦中に7人のカトリック教徒が命を落とし、カトリック教義は禁止されている外国の宗教にあたるとみなされ宗教迫害を受けて殉教したのです。この7人の殉教徒は1989年に列福され、記念のため新たな教会が建設されました。この「ソンコンの7人のカトリック殉教徒の教会 (The Seven Martyrs Catholic Church of Songkhon)」は、東南アジアでもっとも大きくもっとも美しい現代教会とされています。1996年にはタイ王立建築家協会から賞を授与されました。建築家のAchapol Dusitnanond氏は、互いに相いれない建築要素間の衝突という考えからインスピレーションを得ました。



10 サワンナケートの仏塔

Savannakhet, LAO PDR

タートインハン仏塔はサワンナケートでは見逃せない歴史のある名刹です。サワンナケートは、ラオスで2番目に大きな都市で、フランス植民地時代にはタイとベトナムを結ぶ交易の拠点でした。16世紀に建立されたこの寺院は、ラオス人だけでなくタイ人からも崇拝される礼拝の場となっており、9mの高さの仏塔には美しい彫刻や飾りが施されています。サワンナケートを散策すると、そこかしこでフランス植民地時代の建築物を見ることができます。

11 寺院の都市、ウボンラーチャターニー

Ubon Ratchathani, THAILAND

ウボンラーチャターニーには少なくとも十数の寺院がありますが、そのうちの2つが3つは見ておくべきでしょう。ワット・スパッターナラームは、ムン川沿いにあるタマユット派の王立寺院です。1853年に建設されたこの寺院は白一色で塗られており、タイ、中国、欧州の様式をミックスしたその外観が特徴的です。色とりどりの何百もの像が置かれたその様子は、まるで仏教のテーマパークのようにも見えるでしょう。比較的歴史の浅いこの寺院には、色鮮やかな仏教徒およびヒンドゥー教徒の数百の彫像が迷路のようにひしめいて、まるで夢のようです。そして200年の歴史を持つワット・トゥンシームアンを見ずしてウボンラーチャターニーを訪れたとは言えないでしょう。高床式の経蔵はとても美しく、本堂の壁一面は細かな絵で覆いつくされています。

12 王族が暮らした村、チャンパーサク

Champassak, LAO PDR

チャンパーサクはのどかな村ですが、驚くことにはラオス国王の南の宮殿が置かれていたことがあり、県の名前にもなっています。道路沿いには多くのコロニアル様式の家が並び、中でも目を引くのが国王が居住していた黄色の別荘です。村にある寺院のひとつには王家の霊廟もあります。この小さな村、チャンパーサクはユネスコの世界遺産に登録されているワット・プー（伝統的なアンコール様式建築物を代表する寺）への観光拠点にもなっています。



13 クラチェの旧総督邸で過ごす一夜

Kratie, CAMBODIA

フランスの統治時代、カンボジアの州知事として赴任した先では、どのような生活が送られたか想像してみてください。クラチェから30kmのところにある、崩れかけたコロニアル建築がひしめく村のル・ルレ・ドゥ・チロンでその暮らしに思いをはせることができます。メコン川を眺めるル・ルレ・ドゥ・チロンは1916年に当時の知事の邸宅となりましたが、現在はプティックホテルとなっており観光客が利用することができます。クラチェのリバーフロントにも色あせたコロニアル様式の家が並んでいます。

14 多彩な建築様式が融合するコンボンチャム

Kampong Cham, CAMBODIA

ゆっくりとした時間が流れるコンボンチャムの暮らしが旅人を引きつけ、新たな観光スポットになっています。ラオスやカンボジア北東部に向かう前にぜひ立ち寄ってみてください。メコン川沿いに大通りが走っており、フランス植民地時代の建物やショッブハウスのほか、ワット・ノコールにあるアンコール様式の寺院などの古代クメール寺院、カンボジアで現存する木造仏塔のひとつであり美しい壁画が描かれた150年の歴史を持つワット・マハリブなどさまざまな建築物が並んでいます。



15 メコン川を見渡すプノンベン宮殿

Phnom Penh, CAMBODIA

1886年に建設が始まり、完成まで25年間かかったロイヤルパレスは、カンボジア国王の住まいでもある宮殿です。トンレサップ川とメコン川が交差する縁起の良い位置に建っています。高さ59mの塔を持つ王座の間、および王族ゆかりの品々が置かれた別館の展示館は一般公開されています。フランスの皇帝ナポレオン三世から贈られた鋳鉄製のバビリオンは10年以上にわたり修復待ちの状態が続いています。

16 2,000個のダイヤモンドがきらめくプノンベンのシルバーパゴダの仏像

Phnom Penh, CAMBODIA

複数の施設からなるロイヤルパレス内にはカンボジアの宝物庫であるシルバーパゴダがあります。床に敷き詰められた5,329枚の手作りの銀のタイルがシルバーパゴダの名前の由来となっています。中には、クリスタルで作られたエメラルド仏や、未来のブッダ (Buddha of the Future) と呼ばれる、ひときわ目を引く等身大のブッダ・マイトレーヤの黄金像もあります。黄金像は90kgの純金でつくられており、王冠の25カラットのダイヤモンドと胸の20カラットのダイヤモンドを含む2,000個を超えるダイヤモンドを身にまとっています。パゴダを囲む回廊には壁画が飾られており、カンボジアの伝統的な絵画を見ることができます。



17 フランスの小説家マルグリット・デュラスの足跡が残るサデク (ベトナム)

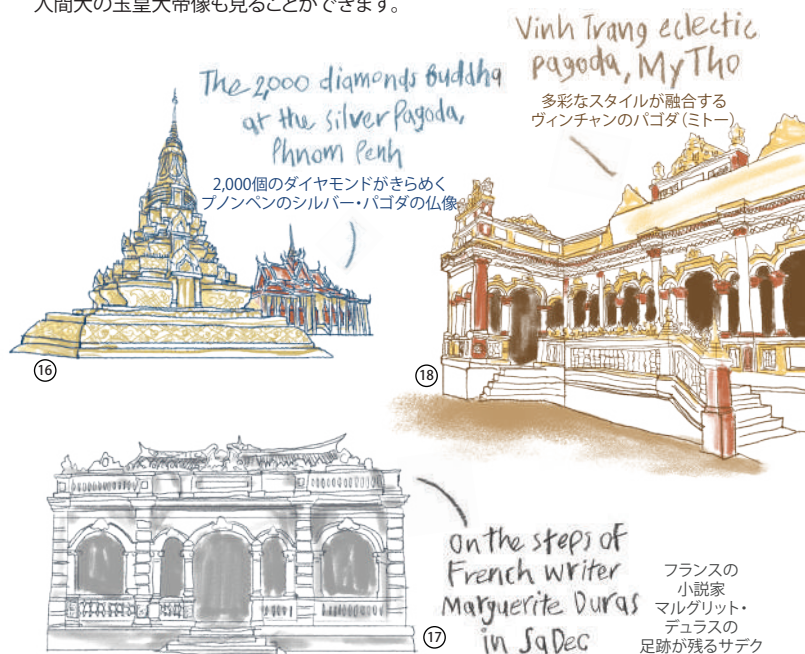
Sa Dec, VIETNAM

サイゴンで生まれたフランスの小説家マルグリット・デュラスは、ベトナム南部で幼少期を過ごした経験を基に作品を生み出しており、特に代表作の小説「愛人 ラマン」ではそれがはっきりと読み取れます。マルグリット・デュラスは1928年から1932年まで、当時フランス植民地であったベトナムのサデクで暮らし、夫に先立たれ破産していた母親はそこで学校を運営していました (学校は現在も残っています)。当時15才の学生だったデュラスはサデクで、裕福な中国人一家の息子で当時27才だったフィン・トゥイ・レと出会います。フィン・トゥイ・レは「愛人 ラマン」の青年のモデルとされ、実際に住んでいた家は再び一般公開されています。中国、ベトナム、フランスの建築様式が取り入れられているこの旧家では、手の込んだ彫刻を施したアーケード、タイル、調度品を見ることができま

18 多彩な様式を融合するミトー・ヴィンチャンのパゴダ

My Tho, VIETNAM

ヴィンチャンのパゴダは、ミトーから2.3km離れたメコン川の河口にあります。パオディン運河沿いに位置するこの寺院は、青々とした庭園と果物のなる木々に囲まれています。台風による倒壊を経て1907年に再建されたもので、中国、インドシナ、フランス様式が見事に融合しています。アールデコ様式は正面の三重の門の建設および儀式堂の再建が行われた1920年代と1930年代に加わったものです。多くの菩薩像や仁王像のほか、人間大の玉皇大帝像も見ることができます。



インドシナを流れるメコン
博物館&文化施設

多くの地方の博物館で、その土地独特の生活様式や地域の歴史を知ることができます。旅をしながら現地のコミュニティについて学ぶにはうってつけの場所です。



ナヨジバノム図書館

Museums and Cultural
Attractions
博物館&文化施設

Gastronomy Delights
美食の楽しみ

All About Craft,
Design and Textile
工芸品、デザイン、織物のすべて

Living Arts Highlights
イベントハイライト

タイ

ノンカイ水族館 (Nong Khai Aquarium)。2009年にオープンし、Sirindhorn Aquarium とも呼ばれるノンカイ水族館は、この種の水族館としてはイサーン地方最大であり、メコン川だけではなくタイ周辺に生息する魚類および水生生物について学ぶことができます。

ナコンパノム博物館 (Nakhon Phanom Museum)。旧知事公邸を利用した小さな博物館です。1912年から1914年にかけて、仏領インドシナの公的な別荘を模して建築されました。ナコンパノムの昔の写真、歴代知事の私物および調度品が収蔵されているほか、故国王ラーマ9世が1955年に使用した寝室も当時のまま保存されています。

ナコンパノムにあるホー・チ・ミンの旧家 (Ho Chi Minh House, Nakhon Phanom)。仏領インドシナを逃れ母国独立のために戦ったベトナムの国民的英雄ホー・チ・ミンは、1924年から1931年にかけて、現在のナコンパノム市内にあるバンナチョク村のこの小さく簡素な木造の家で暮らしました。「ホーおじさん」と呼ばれたホー・チ・ミンが日常的に使っていたゆかりの品々が置かれており、多くのベトナム人が誇りとする場所でもあります。

ムクダハンのホーケオタワー (Ho Kaeo Tower, Mukdahan)。現地の道具類と美術品、歴史的品々と展望台を一度に楽しめるタイでは唯一の博物館です。1996年にオープンしたホーケオタワーでは高さ65.5mから街を見渡すと同時に、2フロアーを使いムクダハンの歴史と人々について説明しています。博物館の最上階からの360度のパノラマビューは足を運ぶ価値のあるもので、眼下の街からメコン川、近くのサワンナケート市まで一望できます。

ウボンラーチャターニーの国立博物館 (National Museum, Ubon Ratchathani)。10室の展示室には、年代物の彫像、および陶器を含むアンティーク品が並ぶだけでなく、南イサーン全体の地方の文化、美術品、織物が紹介されており、ウボンと、かつてのクメール帝国、ラオス王国との強いつながりを見ることができます。一番の見どころは、1,300年前のシヴァ像およびウマ像、そして1,500年前のガネーシャ像でしょう。



Vat Phou Temple Complex, Champassak

ワット・ブーの寺院遺跡群
(チャンパーサク)



タイ／ラオス

ノンカイとビエンチャンにある双子のブッダパーク (Nong Khai and Vientiane twin Buddha Parks)。世界的にも珍しい唯一の場所です。「唯一の」二つの場所と言った方が良いでしょう。ブッダパークの建設は、僧侶であり、ヒンドゥー教と仏教の要素を融合したシャーマンでもある高僧のルアンブー、ブンルア・スリーラット翁が1958年に着手したものです。Xieng Khuan (ブッダパークという意味)とも呼ばれるブッダパークは翁の宗教観を具現化したもので、現在は近くに第1タイ・ラオス友好橋が建設されています。パーク内には、コンクリート製のヒンドゥー教および仏教の神々の彫像が200体置かれています。ルアンブー・ブンルア・スリーラット翁は1975年にラオスの共産革命を危惧してタイに逃れ、1978年前後にタイでこの一風変わった彫像が並ぶブッダパークを再び建設しました。サラケオクと名付けられたこのブッダパークからは、国境を挟んだ双子の片割れのブッダパークを望むこともできます。

ラオス

チャンパーサクのワット・ブーの寺院遺跡群 (Vat Phou Temple Complex, Champassak)。チャンパーサク村から約10kmのところに位置するワット・ブーの寺院遺跡群です。初期の古典的なアンコール様式が取り入れられている東南アジアでもっとも優れた例のひとつで、当時のクメール帝国の影響力が表れています。遺跡群は古代都市シュレスタプラの一部です。遺跡群内では散策しながら壮大な遺跡を見られるほか、博物館もあります。聖域のある丘の上からはメコン川をはじめ一帯の美しい眺望が広がります。



カンボジア

プノンペンのカンボジア国立博物館 (National Museum of Cambodia, Phnom Penh)。プノンペンで記憶に残しておくべきフランスの遺産をひとつ挙げるとすれば、国立博物館ではないでしょうか。カンボジアの美術品と工芸品を保護するために戦ったフランス人歴史家ジョルジュ・グロリエが1920年に建設したものです。1920年に開館したこの国立博物館には新たな解釈のクメール建築様式が取り入れられており、美しい中庭を囲む十数室の展示室ではカンボジアの美術品のみが陳列されています。世界最大のカンボジアの工芸品および美術品の収蔵数を誇り、アンコール時代の傑作も収められています。喜ばしいことに、この10年で多くの盗品が返還され、国立博物館に収蔵されています。

ベトナム

ドンホアヒエップ村のバドック・エンシェントハウス (Ba Duc Ancient House, Dong Hoa Hiep Commune) は、ヴィンロンから1時間のところにあります。1850年代に建てられたこの邸宅は、フランスとベトナムの建築様式が融合されています。アーケードやベランダなどの外観はフランス様式ですが、内部は典型的なベトナムの宮廷様式の邸宅で、中庭もあります。美しい調度品を見ることができ、庭園で開かれる伝統的なベトナム音楽のコンサートが訪れる人を出迎えてくれます。



メコン川にかかるフランス時代の鉄道橋

ラオスのコーンの滝はメコン川でもっとも迫力のある滝です。10Kmの長さにわたり千にもなる大小さまざまな島や水路の間を急流が流れるこの東南アジア最大の滝は、4,000の島を意味するシーパンドン (Si Phan Don) というこの地域の名前の由来になっています。今では観光客が楽しそうに滝の壮大な風景を写真に収めていますが、百年前のフランス軍にとっては中国への進出拡大という野望を阻む、どうしても越えることができない忌々しい滝でした。フランス軍は物資輸送の目的で7kmにわたり鉄道を敷き、物資や人を輸送し、再びボートに乘せていました。この鉄道は1893年に開通し、第二次世界大戦まで使われていました。再び鉄道を走らせる計画は一度も実現しませんでした。そのため、観光客は線路沿いや高架橋を歩き、2台の蒸気機関車を見ることが出来ます。

メコン川は何世紀にもわたり川沿いで暮らす地域コミュニティの生活の糧となってきたことから、よく命の川と呼ばれています。メコン川流域では野菜、米、そしてもちろん魚が主食となっています。国際機関の推計によると、農業はメコン川流域に暮らす人々の約60%に安定した食料の確保および生計手段を提供しています。メコンデルタは最大の米の産地のひとつとされ、この地域の農家は2年間で最大7回米を収穫しています。メコン川沿いではすべての国でキャッサバ、サトウキビ、大豆、トウモロコシだけでなく、スイレン (ハス) まで栽培されており、料理に用いられています。

また、メコン川沿いでは特産品も栽培されており、ルーイ (タイ) のマカデミアナッツ、ボーラウェン高原 (ラオス) のコーヒー豆、メコンデルタ地域 (ベトナム) のカカオ豆などがあります。

料理には生魚や干した魚が使われることが一般的で、ご飯が添えられます。大抵、エシヤロットやオニオン、ガーリック、コリアンダー、カフィアライム、ミント、ターメリック、ジンジャー、チリ、魚醤を使った香り豊かなソースも並びます。イサーン地方とラオスの両方で人気の料理といえば、スパイシーなラップ、パパイヤサラダ、酸味のあるスープ、アモック (バナナの葉で魚を包んだ料理) でしょう。ベトナム南部ではバーベキューボークのほか、主食としては米やタピオカを使った麺が人気です。

新鮮な食材が並ぶにぎやかで情緒あるマーケットに行きたいのであれば、メコンデルタの水上マーケットがお勧めです。ヴィンロンから1時間のところにある、カイペーの水上マーケットは必見です。メコン川には新たな橋が建設されましたが、今でもこの水上マーケットはメコンデルタ地域で最大級の規模を誇っており、カイペーのフランス様式の大聖堂を背景にした絶好の写真スポットとなっています。毎日、何隻もの船が行きかい、果物や野菜を中心とした品物を販売しています。船で何が売られているか知りたい場合には、長い竹竿に販売している商品のサンプルが括り付けられているので、それを目印にしてください。



バゲット／パテ (VIVE LA BAGUETTE/PÂTÉ)

もうひとつの魅力的なフランスの遺産がフランスパンで、カンボジア、ラオス、ベトナムの至るところで焼き立てのバゲットが売られています。この地域ではどの町や村でもベトナム語でバインミーと呼ばれるサンドイッチを売る店があります。バインミーは通常、豚むね肉の切り身やフランス風のパテに、角切りのきゅうりや人参、コリアンダーを添えたものに、たっぷりチリソースがかかっています。ナコンパノムやノンカイでも同じようなサンドイッチを楽しむことができます。

インドシナ流れる川、メコントレイル沿いの名物料理

タイ北部／ラオス

ラーブ(larb)はひき肉、鶏肉または魚をオニオンかエシャロット、チリ、コリアンダー、ミントと混ぜたスパイシーなサラダです。特にカモ肉やラム肉を使ったラーブは絶品です。タイでは肉や魚には必ず火が通っていますが、ラオスでは生の方が好まれています。レストランでは、お好みに合わせて火を通したラーブを出してくれるでしょう。

パパイヤサラダ。ラオスではタムマークフン、タイではソムタムと呼ばれる青パパイヤを使ったサラダで、ラオスとタイでは味付けが違います。青パパイヤの他には、パームシュガー、ライム、ガーリック、トマト、干しエビ、チリなどを伝統的なすり鉢に入れてつぶしながら混ぜ合わせます。ラオスの人々は魚醤をたっぷり入れるのでラオス版のサラダは味が濃くなっています。タイではピーナッツも加え、ラオスより砂糖を多めに入れるのに対し、ラオスではサラダに生のナスやもち米を添えることが好まれています。ベトナムには、青マンゴーとエビを使い、ミント、タイバジル、コリアンダーで香りづけをしたマンゴーサラダがありゴイソアイと呼ばれています。

タイではガイヤーン、ラオスではピンカイと呼ばれるグリルチキンもラオスおよびイサーン地方の伝統料理で、青パパイヤサラダやもち米を添えて出されます。チキンは魚醤、ガーリック、ターメリック、白コショウ、コリアンダー、チリで漬けています。タイでは、パームシュガーも加えます。



タイ

ベトナムがルーツの料理は主にナコンパノムやノンカイで味わうことができます。そのひとつが、卵を別々のフライパンに落とし、ベトナム風ソーセージや豚ひき肉と一緒に焼いたカイクラタ (khai kratha) という料理です。ライスペーパーでくるんだ生春巻きや、豚肉、スプリングオニオン、人参を巻いた焼き春巻きもタイ風にアレンジしたベトナム料理です。



ラオス

コーヒー豆はフランス人によりメコン川近くのボーラウェン高原に持ち込まれました。この地域は標高1,000~1,300mで比較的涼しく雨が多いため、アラビカ種とロブスタ種のコーヒー豆の栽培には最適なのです。ボーラウェン高原の主要中心都市バクソン周辺では5,000人の人々がコーヒー栽培に携わっており、オーガニックのコーヒー農園があります。



カンボジア

ソムロームチュー (Somlor Machou)。カンボジアではあらゆる料理に添えられる、ややスパイスが効いた酸味の強さが際立つスープです。魚、エビ、またはビーフを使い、風味を増すためにしばしばカフィアライムが加えられます。

アモック (Amok)。タイでもよく見られますが、クメールのアモックは絶対に味わっておくべき一品です。ココナッツミルク、ターメリック、ガランガル、ガーリック、カフィアライム、チリ、パームシュガーを混ぜた魚を、バナナの葉に包んで蒸した料理です。ココナッツの殻に入れて出すのが一般的です。とても滑らかで濃厚な味わいです。

ベトナム

バインセオ (Bánh xèo) とは、「ジュージュー焼いたパンケーキ」という意味で、米粉、水、ターメリックパウダーから作ります。野菜のみ、またはポークなどの肉やエビとグリーンオニオン、緑豆、もやしをくるんで食べます。メコンデルタ地域では、レタス、ミント、タイバジル、ドクダミも加えます。

フーティウ (Hu Tieu) またはクイティウ (Kuy Teav) はベトナム南部とカンボジアで食べることができます。ガーリックオイル、オイスターソース、しょう油、砂糖を煮詰めてあめ色に焦がしたところに細いビーフンを入れ、からめます。その後、豚骨やスルメで出汁をとり、風味付けに魚醤を少し加えたスープに入れて食べます。

ネムヌン (Nem Nuong) は南部の名物料理で、串に刺したバーベキューポークをライスペーパーで巻き、角切りのきゅうり、青バナナ、スターフルーツを添え、ハーブをのせたものです。タイではネームヌアンと呼ばれており、ノンカイのメコン川沿いにある多くのベトナム料理店で出されています。



工芸品、デザイン、織物のすべて

メコン地域でイサーン地方、ラオス、カンボジアの工芸品といえば織物の影響が大きく、洗練された綿製品だけでなく絹織物も作られています。工芸品は主に竹、ラタン、粘土などの天然素材を使っていますが、ベトナム南部では日常的に用いる伝統的なベトナムの品々に新たなデザインをする意欲的な若いデザイナーが誕生しています。

ナコンパノムのサンツリーアート&カルチャーマーケット (Suntree Art & Culture Market, Nakhon Phanom) は、メコン川沿いにオープンしたばかりの市場で、オーガニック農業やコミュニティの工芸品を専門に扱っています。ミミズ農法を用いたオーガニック農場での生産方法や、村の人たちによる伝統的なタイのクラフトアートを見ることができます。市場では地元の織物、食材、エスニックな手工芸品が売られています。中でも色鮮やかなのがプータイの織物で、美しい洗練されたパターンが目を引きまします。

サコンナコーンのノン ルア村 (Ban Non Ruea) は、クラムと呼ばれる植物を使った藍染の布で有名です。この地域特有の伝統的な藍染のおかげで、ノン ルア村とタムタオ村 (Ban Tham Tao) はタイ最大のクラム生産地となりました。この地域の各村は村独自のパターンを持っており、藍染の美しい手織りの作品を販売しています。また、観光客向けに手作りのコットン製品を使った藍染体験も行っています。

虹、それともクリムト風の水牛？ ウボンラーチャターニー生まれの芸術家マイトリー・シリブーンは、機械にとって代わられている水牛が徐々にイサーン奥地の風景から姿を消していく現状を危惧し、水牛の保護を思い立ちます。そこで、数年前に天然の染料を使って水牛に絵を描き、芸術作品にすることで殺処分から救おうとしました。芸術作品となった水牛の写真展は世界中で開催されました。ウボンラーチャターニーから24kmのところにあるシリブーンのイサーンドリームホームステイには、水牛アートではなく、イサーンのアーティストの創造力を結集した工芸品が作られています。

イサーン製品。流行の先端に行く洗練された家具やデザイン性の高い製品を扱っているのは、主にバンコクの高級ショッピングモールです。しかし、そうした製品はすべてイサーンで作られたものです。イサーンでは地元の職人たちが現代的な織物、布製品、マット、銀食器、陶器、肘掛け椅子やベッドなどの家具を作っています。ナコンパノム、サコンナコーン、ウボンラーチャターニーに、イサーン製品を作る村があります。

カンボジアのクロマー (krama) と呼ばれるスカーフは、何よりもカンボジアらしい織物です。素材は綿で、格子縞やラインの入った模様が一般的であり、色の組み合わせがひととき美しいものもあります。クロマーはスカーフとしてだけでなく、帽子から、物を運ぶバッグ、さらには赤ちゃん用のハンモックとしても利用できます。

Ban Non Ruea,
Sakon Nakhon

サコンナコーンの
ノン ルア村



カンボジア発祥の伝統工芸の復興が、アーティザンアンコールの誕生のきっかけとなりました。織物や布製品、また彫刻から宝石、皿からクッションまで豊富な工芸品を取り扱っています。アーティザンアンコールは、プノンペンでは中央郵便局の近くと、空港2階で2店を出店しており、最高級品質の製品を販売しています。

ビエンチャンにあるキャロル・キャンディ (Carol Cassidy) のラオス織物の店の、モダンなパターンを取り入れ、これまでにない色合いを組み合わせたシルクが、ラオスシルクの復活に貢献しました。店はフランス植民地時代の古い邸宅内にあり、観光客向けに工房も公開されています。

ルアンパバーンのオックポップトック (Ock Pop Tok) には、コミュニティ主導のプロジェクトの一環として地元のラオスの人々がデザインし織った、繊細な色合いの美しいシルク製品が並んでいます。

ベトナム・ティエンザン (Tien Giang) の象徴的なコニカルハット。スーツケースにしまうのは手こずるかもしれませんが、コニカルハットはベトナムの伝統的衣装の象徴です。コニカルハットを作る細やかな手さばきを見学し、お土産に持って帰りたいのであれば、ティエンザン省のThan Cuu Nghia村、Tan Ly Dong村、Tan Ly Tay村がお勧めです。

ヴィンロンから70分のところにあるロンディン (Long Dinh) 村のスゲのマットは現在、世界中に輸出されており、村のあちこちにある製作所でスゲを使った色とりどりのマットを作る様子を見ることができます。



サコンナコーンのクリスマス・スター・パレード。タイ最大のカトリック教徒コミュニティがあるサコンナコーンのバンタラエ村で毎年開催されるお祭りです。12月23日から25日までの間、どの家も星で飾り付けられ、電飾を光らせたパレードが行きかいます。タイでは間違いなく最大の宗教的なクリスマス行事です。

ピーターコーンフェスティバル (Phi Ta Khon Festival)。チェンカーンの近くの都市ダーンサーイでは、ピーターコーンフェスティバルが開催されます。ムン川の精霊に厄払いをしてもらうカーニバルのようなお祭りです。祭りの目玉は金曜日に行われる大きなパレードで、男性と少年が色鮮やかなマスクと衣装を身につけて練り歩きます。マスクはもち米を蒸すのに使われる竹かごから作ったもので、木やバナナの幹を削って表情をつけています。伝統的衣装はカラフルな布地を縫い合わせたものですが、最近ではカラフルなさまざまな布を縫ぎ合わせたジャンプスーツのような衣装が多くなっています。2回目のパレードは規模を小さくし、土曜日に行われます。地元のアーティストからマスクを購入することもできます。

ナコンパノムの光のボートパレードは、出安吾（雨期明け）とブッダが地上に戻ったことを祝うもので、毎年10月末か11月上旬に開催されます。華やかな電飾をつけたいくつものボートが、日の入りを合図に市庁舎前に集まりメコン川を照らします。ノンカイでは、細長いボートを使った大規模なボートレース祭りも通常10月に開催され、ラオスのボートとタイのボートが競います。

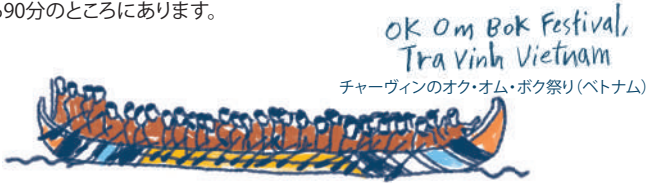
ウボンラーチャターニーのキャンドルフェスティバル (Wax Candle Festival)。フェスティバルの期間中は、ウボンラーチャターニーと周辺県の職人が蜜ロウの彫刻技術を披露します。タイでも重要なお祭りであり、ブッダの最初の説法をたたえる行事であるアサラハブーチャの期間中に開催されます。巨大なろうそくを乗せた山車が、ダンサーに囲まれて練り歩きます。ヒンドゥー教や仏教の神話のシーンをテーマにしたものが多く、木やしっくいに彫刻を施し、それを蜜ロウでコーティングしています。パレードは2日以上続きます。

チャンパーサク（ラオス）のワット・プーフフェスティバル (Vat Phou Festival) は、聖地をたたえるために毎年2月前後に開催されます。ワット・プーのアンコール時代以前の遺跡群で祈りをささげる儀式が行われるほか、食欲をそそる多くの出店が並び、伝統的なラオスの音楽や舞踊が披露され、象のレース、闘鶏、闘牛が行われます。

メコン川沿いで行われるカンボジア水祭り (クメール語でボンオムトーク) は、川の流れが逆流する自然現象をたたえ、トンレサップ川とメコン川で、年に1度、(通常は11月)に開催されます。3日間続くお祭りでは水上パレードやボートレースが行われ、花火があがり、人々は寺院に参拝し供え物をします。

サデク（ベトナム）のフラワー村は、サデクから4kmのところにあります。メコンデルタ地域の花の中心地とされており、用水路で栽培されている盆栽を中心とした数百鉢もの苗木や色とりどりの花には、栽培者たちのスキルの高さが表れています。船の上に、庭園がそのまま再現されたようです。とはいえ、旧正月のテトフェスティバル開催中および週末はかなりの人で混雑しますので、避けた方がよいでしょう。

チャーヴィン（ベトナム）のオク・オム・ボク祭り (Ok Om Bok Festival) は、Moon Offering Festival (月の神様を拝み、豊作を祈願する祭り)とも呼ばれる、メコンデルタに住むクメール族の伝統的な祭りです。米の生育を促すお月様をたたえるという意味をこめ、毎年10月15日に開催されます。月への捧げ物として、パーオム湖で灯ろう流しやナーガをかたどった船によるNgo（ゴー）レースが行われます。チャーヴィンはミトーから90分のところにあります。



大蛇ナーガ (GIANT NAGAS) の世界

ナーガはメコン川沿いに暮らすタイ北東部とラオスの人たちの信仰の一部となっています。金のたてがみを持つという伝説の大蛇で、竜の頭を持ち、魚の胴体を持つとよく言われています。通常、出安吾（雨季明け）までにメコン川に姿を現すとされ、ナーガが現れた土地は豊穡が約束されるといいます。地元の人は、ナーガは半神の生き物であり、人知を超える力を持っていると信じています。

そのため、川で大きな波が立つと、それはナーガの仕業だと言うのです。ラオスでは、ナーガはビエンチャンの都の守り神とされています。川沿いにはこの伝説の生き物をまつた多くの寺院や巨大な像があります。ノンカイで、10月の出安吾（雨季明け）に開かれるロケットフェスティバルの最中に、ナーガが姿を現しメコン川の川面に火の玉を投げると言われています。この時期になると光を放つ球がメコン川の川面に現れては消えていくという現象が見られますが、なぜ球が現れるのか確かな科学的説明は見つかっていません。そこで、ナーガが火の玉を投げていると信じる方が夢があるとされたのです。

Information

タイ北部

www.tourismthailand.org

www.museumthailand.com

カンボジア

www.visitcambodia.org

ラオス

www.tourismlaos.org

ベトナム

Vietnam.travel



MEKONG
A River for Indochina
Online version

ASEAN HERITAGE TRAIL

MEKONG **A River for Indochina**

1st Edition 2019

Printed in Thailand

ISBN 978-974-679-297-4

発行

Tourism Authority of Thailand

www.tourismthailand.org

ライター

Luc Citrinot

デザイン

Unplan Co., Ltd.

All rights reserved. 本誌内容を無断で複写、複製、転載、転記することを禁じます。

ASEAN各国への渡航や入国、またASEAN域内での国境を越えた移動には、さまざまな規制や制限が出ています(2021年2月現在)。最新情報は、各国の日本国大使館または外務省のウェブサイトをご確認ください。

この冊子は、発行元のタイ国政府観光庁(TAT)の許可を得て、日本アセアンセンターが翻訳・編集をしたものです。著作権は、発行元に帰属します。

翻訳: 国際機関日本アセアンセンター





Tourism Authority of Thailand

1600 New Phetchaburi Road, Makkasan,
Ratchathewi, Bangkok 10400, THAILAND
Tel. +66 2250 5500
Call Center 1672