

バリ島 基本情報

地上の楽園・バリ島の基本情報から、
バリ島の魅力、名物料理、舞踊案内、
おすすめの観光スポットやスパ等
役立つ情報をご案内致します。



TRStラベル株式会社

〒103-0023 東京都中央区日本橋本町3-2-13

TEL:03-3245-5010(代表)／5014(直通)

FAX:03-3245-5039



トラベルインフォメーション



バリ島トラベル・インフォメーション



パスポート&ビザ

日本人旅行者のインドネシア（バリ島）への入国については、入国日から起算して6ヶ月以上のパスポート残存有効期間、3ページ以上連続のパスポート残ページ、復路航空券が必要です。

また、2015年6月12日より、インドネシア共和国へ入国する日本人に対し査証（ビザ）の取得について、30日以内の観光や親族訪問を目的とする入国に際し、ビザ取得義務が免除となります。

（詳細は、インドネシア大使館のホームページ等参照願います。／商用の場合、取得をされるお客様も必ずご確認下さい。）

時差

バリ島は日本よりも1時間遅れ。インドネシアは東西約5,100kmに延びる長い島嶼国家なので、3地域の地方時間を用いています。

バリ島は中部時間。ボロブドゥールのあるジャワ島は、西部時間を用いているので、日本より2時間遅れとなります。

（日本 9:00 = バリ島 8:00 = ジャワ島 7:00）

治安

2002年10月の爆弾テロ事件以降、バリでは治安対策が見直され、状況は平穏に推移していますが、不特定多数が集まる 場所でのスリやひったくり、カード賭博詐欺、麻薬犯罪、水難事故等に日本人が巻き込まれる事件や海岸や街中で知り合った 素性の知らない人と行動を共にし、「後で高額なガイド料を請求された」等のトラブルも発生しています。日本にいる時と同じ感覚ではなく、十分な注意が必要です。

宗教

バリ島の人口の約90%がヒンドゥー教徒。バリ・ヒンドゥーが生活や習慣、考え方などすべての基盤となっています。

（バリ島を除く、インドネシアはほぼ全域ではイスラム教が信仰されており、イスラム人口は世界最大です。）

言語

公用語はインドネシア語。インドネシアでは島ごとに言語が異なり、バリでは日常バリ語を用いられています。ホテルやレストランなど、観光客が利用する施設では英語が通じる所がほとんどです。日本語が通じるお店も多数あります。

気候

熱帯性モンスーン気候。4月～10月の乾季と11月～3月の雨季に分かれます。1年を通して気温差はあまりなく、平均気温は20～30℃、平均湿度は75%です。

服装

年間を通じて、Tシャツや短パンといった日本の夏服で過ごすことが可能です。日差しが強いのでサングラスや帽子に、ホテルの冷房対策とあわせて長袖の持参をおすすめします。キンタマーニ等の内陸部の高地も気温が低いので、長袖が必要となることもあります。

また、寺院を参拝するときや祭礼に参加する際は、肌を露出する格好は宗教上禁止されているのでご注意ください。

通貨と両替

通貨 : 110ルピア＝約1円（2015年1月現在）

通貨はルピア（Rp.と表示）。ホテル、銀行、街中の両替所で両替可能。高額過ぎるレートを表示している両替所は、詐欺行為を働くことがあるので注意。また、店によっては、両替手数料を差し引く所もあるので、事前の確認が必要。両替後は必ずその場で金額を確認すること。店を出てからでは「額が足りない」等の苦情は一切受け付けてもらえません。街中のお店では、高額紙幣で支払うとお釣りのないときがあるので、両替時に小額紙幣を混ぜてもらうのが得策。

チップ

欧米ほど厳格ではありませんが、チップの習慣が一般的になってきています。ホテルで従業員に荷物を運んでもらった、枕銭、ルームサービス等、何か用事を依頼した時やよいサービスを受けたと感じた時などは、Rp.10,000程度が目安です。

病気・衛生

旅行中、慣れない食事や気候の変化から体調を崩すことがあります。また、衛生状態があまりよいとはいえないため、街中の小さな食堂や屋台の利用、特に生もの、水や氷については注意が必要です。ホテルやレストランでも、ミネラルウォーターを注文することをおすすめします。国際級ホテルの水道水は十分に衛生処理されておりますが、日本と大きく水質が異なるため、飲まないのが原則です。下痢、嘔吐、発熱など、体の不調を感じた場合は、ホテルの専属医や24時間年中無休の病院（日本語可）で、診察をお受けになることをおすすめします。

トイレ

公衆トイレなどはないので、外出先では、レストランなどのトイレを利用することをおすすめします。また、ホテルや観光客の多いレストラン・土産店以外ではトイレトイレットペーパーを備えていないところが多いため、ティッシュをご持参ください。（インドネシアでは基本的にトイレトイレットペーパーを使いません。）

電圧

電圧は220V、周波数は50Hz、コンセントはプラグCが一般的です。日本の電化製品をご利用の際は、変圧器が必要です。



【2017年インドネシア国民の祝祭日】

日付	祭日の名称	内容の解説	宗教	種別
1月1日(日)	タウン バル [TAHUN BARU]	新年		国民の祝祭日
1月21日(土)	サラスワティ	学問の神様に感謝とお祈りをする日	ヒンズー教	バリの祝祭日
1月25日(水)	バグルウェシ	鉄から出来ている製品に感謝とお祈りをする日	ヒンズー教	バリの祝祭日
1月26日(木)		シワ神(シヴァ神)の日	ヒンズー教	バリの祝祭日
1月28日(土)	タフン バル チナ [TAHUN BARU IMLEK]	チャイニーズ ニューイヤー(中国暦2568年新年)		国民の祝祭日
3月27日(月)		ニュビ前日のお祈りの日	ヒンズー教	バリの祝祭日
3月28日(火)	ハリラヤ ニュビ [HARI RAYA NYEPI]	ヒンズー教の新年・静寂の日(サカ暦1939新年)	ヒンズー教	バリの祝祭日
3月29日(水)	ハリラヤ グンバック グニ [HARI RAYA NGEMBAK GENI]	新年の翌日、火を使える事を祝う	ヒンズー教	バリの祝祭日
4月4日(火)		家を清掃しベンジョールを立てて帰省する日	ヒンズー教	バリの祝祭日
4月5日(水)	ハリ ラヤ ガルンガン I [HARI RAYA GALUNGAN]	全ての神々と神格化された祖先の霊を祈る祭儀で神々と祖先の霊は、ガルンガンの5日前に地上に降り、ガルンガンの5日後に天に帰るという日本のお盆に似ています	ヒンズー教	バリの祝祭日
4月6日(木)	ハリ ラヤ マニス ガルンガン I [HARI RAYA MANIS GALUNGAN]	家族が集まったり、友人宅を訪問します	ヒンズー教	バリの祝祭日
4月14日(金)	ワファット イサ アルマシー [WAFAT ISA ALMASIH]	キリスト受難日(聖金曜日)	キリスト教	国民の祝祭日
4月15日(土)	ハリ ラヤ クニンガン I [HARI RAYA KUNINGAN]	あらゆる靈魂を祈る儀式で、ガルンガンの10日後に行われ、その前後に連なる祭日は、この日をもって終了します	ヒンズー教	バリの祝祭日
4月16日(日)		クニンガンの翌日	ヒンズー教	バリの祝祭日
4月24日(月)	イスラ ミラージ ナビ モハメッド [ISRA MIRAJ NABI MUHAMMAD SAW]	モハメッド昇天祭	イスラム教	国民の祝祭日
5月1日(日)	ハリブル インドネシア [HARI BURUH INDONESIA]	メーデー		国民の祝祭日
5月11日(木)	ハリラヤ ワイサク [HARI RAYA WAISAK]	釈迦の生誕、成道、涅槃を成就した日を祝うものです	仏教	国民の祝祭日
5月25日(日)	ケナイカン イサ アルマシー [KENAIKAN ISA ALMASIH]	キリスト昇天祭	キリスト教	国民の祝祭日
6月1日(木)		インドネシアの憲法記念日	—	国民の祝祭日
6月23日(金)	政令指定休日(有給休暇奨励制度)			
6月25日(日)	イドゥル フィトゥリ/レバラン [IDUL FITRI/LEBARAN]	(断食明大祭)断食の終わりを祝います	イスラム教	国民の祝祭日
6月26日(月)	イドゥル フィトゥリ/レバラン [IDUL FITRI/LEBARAN]	(断食明大祭)断食の終わりを祝います	イスラム教	国民の祝祭日
6月27日(火)	政令指定休日(有給休暇奨励制度)			
6月28日(水)	政令指定休日(有給休暇奨励制度)			
7月17日(木)	プロクラマシ クムルデカアン インドネシア [PROKLAMASI KEMERDEKAAN RI]	インドネシア独立記念日	—	国民の祝祭日
8月19日(土)	サラスワティ	学問の神様に感謝とお祈りをする日	ヒンズー教	バリの祝祭日
8月23日(日)	バグルウェシ	鉄から出来ている製品に感謝とお祈りをする日	ヒンズー教	バリの祝祭日
9月01日(金)	イドゥル アドゥハ [IDUL ADHA 1430]	イスラムの犠牲祭	イスラム教	国民の祝祭日
9月21日(木)	タウン バル ヒジリヤー [TAHUN BARU 1431 HIJRIYAH]	イスラム暦の新年	イスラム教	国民の祝祭日
10月31日(火)		家を清掃しベンジョールを立てて帰省する日	ヒンズー教	バリの祝祭日
11月1日(水)	ハリ ラヤ ガルンガン II [HARI RAYA GALUNGAN]	全ての神々と神格化された祖先の霊を祈る祭儀で神々と祖先の霊は、ガルンガンの5日前に地上に降り、ガルンガンの5日後に天に帰るという日本のお盆に似ています	ヒンズー教	バリの祝祭日
11月2日(木)	ハリ ラヤ マニス ガルンガン II [HARI RAYA MANIS GALUNGAN]	家族が集まったり、友人宅を訪問します	ヒンズー教	バリの祝祭日
11月10日(金)		クニンガンの日の前日	ヒンズー教	バリの祝祭日
11月11日(土)	ハリ ラヤ クニンガン II [HARI RAYA KUNINGAN]	あらゆる靈魂を祈る儀式で、ガルンガンの10日後に行われ、その前後に連なる祭日は、この日をもって終了します	ヒンズー教	バリの祝祭日
11月12日(日)		クニンガンの翌日	ヒンズー教	バリの祝祭日
12月01日(金)	マウリド ナビ モハメッド [MAULUD NABI MUHAMMAD SAW]	モハメッド聖誕祭	イスラム教	国民の祝祭日
12月25日(月)	ハリラヤ ナタル [HARI RAYA NATAL]	クリスマス	キリスト教	国民の祝祭日
12月26日(火)	政令指定休日(有給休暇奨励制度)			



バリ島の魅力

バリヒンドゥ寺院

「神々が住む島」と呼ばれるバリ島には、すべての村に複数の寺院があり、すべての家庭に簡素な家族寺院がある。あらゆる寺院は山と海を結ぶ方向に建てられており、山の方向に寺院の一番奥の部分で最も神聖な堂がある。方向に建てられており、バリで最も有名な寺院はバリ島東部にあるプサキ寺院。

バリヒンドゥの総本山であり、一年を通して大きな祭事が執り行われる。

また海に浮かぶタナロット寺院や断崖絶壁に建つウルワトゥ寺院などは夕日の名所として観光地としても名が高い。



自然

乾季と雨季からなる典型的なモンスーン気候であるバリ島は一年を通して緑と花々に溢れる豊潤な島である。美しいライステラス、手つかずの自然、熱帯樹の森・・・パラダイスと表現されるにふさわしい島である。

ビーチ

バリ島はサーフィンのメッカとしても知られるほど

世界的なポイントも多い。サーフィンの中心地であるクタ・レギャンのビーチでは豪華な波に魅せられたサーファー達が世界中から大挙する。

また、南部のタンジュンベノアやサヌールではマリンスポーツも数多く楽しめる。



宗教

イスラム教徒が約90%を占めるインドネシアにおいてバリ島ではバリヒンドゥ教が多くを占める。バリの文化の根源となっているものはインドのヒンドゥ教を根源としながらもバリ固有の祖霊崇拝や呪術を色濃く反映したバリ独自のヒンドゥ教であり、世界中の旅行者を虜にする芸術・音楽・建築物なども、その根底にはその独自信仰が流れている。

バリ島の歴史

先史時代のバリ島はドンソン文化と称される本格化する稲作と一体になったものがインドシナ半島から伝わったと考えられている。

11世紀から続くジャワとの交流の盛んになり13世紀ごろには東ジャワの文化や宗教が進んで取り入れられるようになった。ヒンドゥ教がバリに伝わったのもこの頃とされる。

16世紀には当時ジャワ島の盛大勢力であったマジャパイト王国の侵攻を受け、バリ島東部にジャワ貴族によるゲルゲル王国が興った。ゲルゲル王国はバリ全体に大きな力を及ぼし、この時代の芸能や音楽・彫刻などバリ島最大の魅力となるバリヒンドゥ文化が開花した。

18世紀、バリは8つの王国に分裂し、その後は19世紀のオランダ植民地時代や日本の占領を得て、現在はインドネシア随一のリゾート地としてその名を広めている。



バリ舞踊

バリ島には宗教的な性格が強い芸能から、娯楽・観光用として上演される芸能まで幅広い芸能が同時に存在する。宗教的意味合いの強い踊りを「ワリ」、ストーリー性を帯びた奉納舞いを「プバリ」、娯楽性の高い

ものを「バリバリアン」と呼んでいる。人気のレゴンダンスやケチャックダンスはバリバリアンに区別される。



バリの音楽

現在バリで聞くことのできる音楽で最も一般的なのがガムラン・ゴン・クビヤールと呼ばれるものである。これは今世紀の初頭に出現した、新しいガムランの演奏形態で、今日

さまざまな芸能の伴奏に用いられる。ホテルのディナーショーなどで一番多く演奏されるのがこのスタイルのガムランであり、沢山の観光客を楽しませている。



バリ島の魅力



ヨガ

世界的なブームに伴い、バリ島でも現在では様々な場所でヨガを体験できる。

古代インドにて発祥し、ヒンドゥ教とともに発展してきたヨガは現代におけるパー
自己ヒーリングシステムのひとつとされている。

ヒンドゥ文化が根底に流れる神秘的な雰囲気、またスピリチュアルな大自然の
抜群なバリ島はヨガに最適な場所と言えるであろう。

スパ

優雅なリラクゼーションを求める旅行者にとってバリで受けるスパはまた格別のもの。

大型ホテルのほとんどに併設されている高級スパから、様々な志向をこらした街
スパ、リーズナブルさが魅力のローカルサロンなど、バリ島には数えきれないほどの

スパが存在する。バリやインドネシアに伝わる伝統的なトリートメント、海や自然の植物を使ったトリートメント
に加え、最近ではインドの伝統療法アーユルヴェーダを体験できるスパも多い。

アクティビティ

海や山、内陸部の森林など豊富な自然に囲まれたバリ島では様々なアクティビ
が満喫できる。ダイビングやサーフィン、パラセーリングなどのマリンスポーツや
ラフティングやトレッキングなどのエコ・アドベンチャーが特に人気。

ショッピング

バリ島には多くの優れた工芸品がある。木工芸品やシルバー、パティック・イカット
などの織物、バリアートなどがその代表だが、最近ではアロマグッズ、石鹸などの
コスメティック、アタと呼ばれる籐製品なども人気がある。また、スミニャック地区を
はじめとし流行のファッションを取り扱うブティックも多数あり、ショッピングはバリ島の
魅力のひとつとも言えよう。



フード



日本の5倍の面積を持つインドネシアには多くの味付けがあるが、一般的には
各種香辛料とココナッツを多く用いた料理が大半を占める。

ワルンと呼ばれる地元の食堂や屋台ではかなり辛い料理がほとんどだが、観光客
向けのレストランではアレンジされた味付けになっている場合が多い。

ナシゴレン(焼き飯)やミーゴレン(焼きそば)、アヤムゴレン(鶏のから揚げ)が
その代表。また世界的な観光地であるバリ島では和食・中華・イタリアンなど様々な
嗜好を持つ人も満足できる「食」が味わえる。



バリ島＜食べ物編＞

各種スパイスで味付けされたインドネシア料理を一挙ご紹介！

バリ島ではインドネシア各地の料理を味わうことができる。一般的にはスパイシーで複雑な味付けの料理が多い。

★ナシチャンプルー



チャンプルーはインドネシア語で混ぜるの意味で一言で言うとワンプレートディッシュ。ご飯の上に、様々な総菜が乗っている。

★ナシゴレン



インドネシア風焼き飯。バラバラとしたお米にはとてもよく合う。店によって味付けがかなり異なる。

★バビグリン



豚肉の丸焼き。パリパリした皮が美味しい。ちなみにイスラム教の多いジャワ島では豚肉はあまり見かけない。

★ソトアヤム



香辛料のきいたチキンスープ。日本人の口にもよく合うはず。地元ではスープの中にご飯を入れて一緒に食べる。

★イカンパカル



魚に香辛料と塩を擦り込んで炭火で焼いたもの。スパイシーでビールによく合う。シンバランビーチのイカンパカルが有名。

★ナシクニン



ナシ=ご飯、クニン=黄色の意味でその名の通り黄色いご飯。以前はお祝い事や祭りの時に食されていた。

★ミーゴレン



インドネシア風焼きそば。一般的には具には鶏肉もしくはシーフードが入る。小腹が空いたときにもおススメ。

★ブール・アヤム



鶏肉のおかゆ。胃が疲れた時にはもってこいの一品。優しい味で夜食にもおススメ。

★サテ



串焼き。地方によりかなり味が異なる。バリでよく食されるのはサテ・リリッというつくねを焼いたもの。サテ・アヤムはジャワ島マドゥラの名物。

★アヤムゴレン



下味をつけた鶏肉を油で揚げたもの。通常はララパンと呼ばれる生野菜と一緒に食べられることが多い。



バリ島＜バリ舞踊編＞

豪華絢爛めくるめく華やかな世界・・・

バリ島ではぜひ世界的にも評価の高い舞踊鑑賞を。ガムランの調べに誘われていざ華やかな世界へ。

◎人気の三大舞踊◎



<<レゴンダンス>>

ガンプーとサンヒャンという2つの舞踊が合体してできたといわれる宮廷舞踊で優雅な舞いや豪華な衣装が大変美しい。踊り手は、主に若い女性でガムランの音楽に乗せて繰り広げられる。儀式性は少ないが、その芸術性の高さから世界的にも評価が高く多くのファンを持つ。なかでもウブドのティルタサリ舞踊団は何度も海外公演を行う程の人気である。



<<パロンダンス>>

パロンダンスとはチャロナランという死者の寺で行われる伝統芸能を観光用にアレンジしたもの。このダンスでは「善と悪」「生と死」「聖と邪」といった相対立するものによってこの世が成り立つというバリの考えを踊りで表現している。パロン（聖獣）とランダ（魔女）という2つのキャラクターが登場するがこの両者の戦いは終わらずに続き、2つの力が拮抗することで世界が保たれているという意味合いを持つ。



<<ケチャックダンス>>

儀式舞踊のサンヒャンを基に1930年代にドイツ人画家シュピーズらによって現代のスタイルが確立された。ケチャの特徴は男性の「チャッチャッチャッ」というかけ声特徴的。ダンスで演じられるのはインドの叙事詩「ラマヤナ」から用いられたもので、さらわれたシータ姫をラーマ王子が魔王ラーバナから奪い返すというストーリー。夕陽をバックに繰り広げられるウルワトゥ寺院でのケチャが有名。

ワヤン・クリツ（影絵芝居）、パリス（少年の踊り）、トベン（仮面劇）、タルナジャヤ（青年の踊り）など多くの舞踊がある。

ウブド地区主な公演スケジュール

特別に明記していない公演は19:30-※スケジュールは予告なく変更の場合があります。

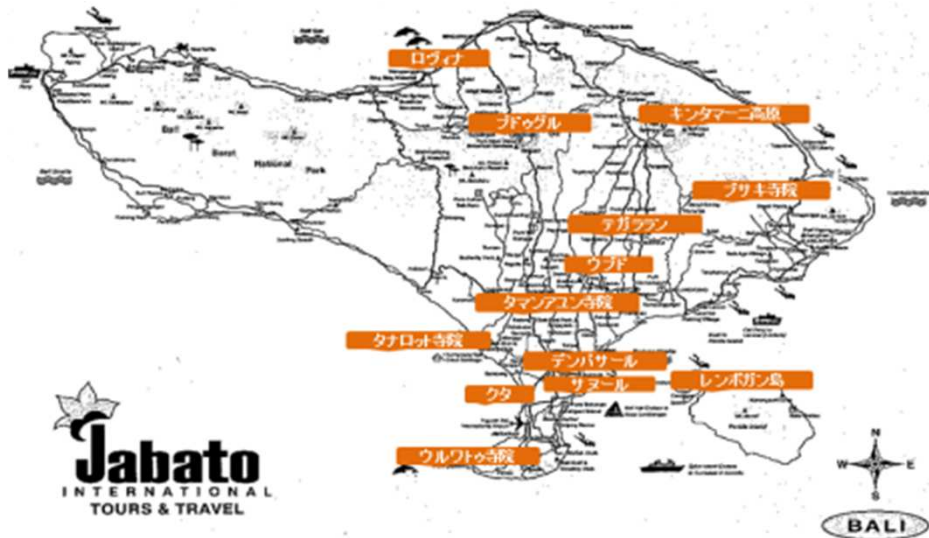
	演目	場所	グループ名
日	マハプラタ・レゴン	ウブド王宮	ジャヤ・スワラ
	レゴンダンス	アルマ美術館	ブリアアン・マスターズ
	ジャンゲル	ウォーター・パレス	チャヤ・ワルサ
	レゴンダンス	バレバンジャール・ウブド・クロッド	ボンドッ・ブカッ
	ブリアタン・ダンサー&ミュージシャン	バレレン・マンデラ	スカーゴン・ワニタ・メカール・サリ
月	レゴンダンス	ウブド王宮	サダ・ブダヤ
	パロン&クリスダンス	ワンティラン (19:00-)	サンディ・スアラ
	ケチャ・ラマヤナ&ファイヤーダンス	ブラ・ダラム・ウブド	クラマ・デサ・ウブド・カジョー
	ラマヤナ・バレエ	ウブド王宮	ピナ・ルマジャ
火	ケチャ・ラマヤナ&トランスダンス	タマンサリ寺院	サンディ・スアラ
	レゴンダンス	バレレン・マンデラ	グンタ・ブアナ・サリ
	女性ガムランwoth 子供ダンス	ウォーター・パレス	チャンドウラ・ワティ
	スピリット・オブ・バリ	クトゥ寺院	スマラ・ラティ
	レゴン&パロンダンス	ウブド王宮	バンチャ・アルタ
水	ジェゴク	ブラ・ダラム・ウブド (19:00-)	ヨワナ・スワラ
	レゴンダンス	ヤマサリ・ステージ・ブリアタン	ヤマサリ
	ケチャ・ファイヤー&トランスダンス	ダラム・タマン・カジョー寺院	クラマ・デサ・アダッ・タマン・カジョー
	レゴントランス&パラダイス・ダンス	ウブド王宮	バンチャ・アルタ
木	ケチャ・ダンス	ブリアタン・ブラ・アゲン	スマラ・マディア
	スピリット・オブ・ガムラン(パロン&子供ダンス)	ウォーター・パレス	チュニッ・ワヤー
	ケチャ・ファイヤー&トランスダンス	バトゥ・カル寺院	クラマ・デサ・サンパハン
	パロンダンス	ウブド王宮	サダ・ブダヤ
金	レゴンダンス	バレレン・マンデラ	ティルタ サリ
	ケチャ・ファイヤー&トランスダンス	パダン・ウルタ寺院 (19:00-)	パダン・スバドゥラ
	ケチャ・ラマヤナ&ファイヤーダンス	ブラ・ダラム・ウブド	クラマ・デサ・ウブド・カジョー
	レゴンダンス	ウブド王宮	ピナ・ルマジャ
土	レゴンダンス	ブリアタン・アゲン寺院	グズン・サリ
	レゴンダンス	ウォーター・パレス	チャンドウラ・ウィラブアナ
	ビューティー・オブ・レゴン	ブラ・ダラム・ウブド	スマラ・ラティ



バリ島＜観光地＞

「神々の住む島」バリ島で自然に触れる。文化と出会う。癒しの旅。

海だけじゃない、スパだけでもない・・・東西南北見どころがいっぱい！



* 主な観光地 *



キンタマーニ高原

バリ島随一の景勝地として知られるキンタマーニ高原。バトゥール湖を中心にバトゥール山、アバン山の大パノラマが広がる。高原に位置するため、熱帯のバリ島にありながら一年を通し涼しい風が吹きぬける。



ウブド

バリの芸術の中心地ウブド。少し歩けばのどかな田園地帯が目の前に広がる素朴な雰囲気、お洒落なショップが並ぶメインストリート、活気を見せる朝の市場、夜になればあちこちから聞こえるガムランの調べ・・・様々な「顔」を持つウブドには見どころも沢山存在する。



テガララン

ウブド市内から車で約30分の所に位置するテガララン。ライステラスの名所として有名。

目の前には豊かな緑がどこまでも広がり、見る物を癒しの世界へと誘う。

ストリート沿いにはお土産の問屋街が並び、ぶらぶら見て回るだけでも十分楽しめる。



メンギ(タマン アユン寺院)

かつてメンギ王国の国寺であったタマンアユン寺院はバリ島で最も美しい寺と言われる。神秘的なメル(塔)が立ち並ぶ境内、美しい水を湛えるお堀や青々とした芝生が広がる庭園などがそう呼ばれる所以であろう。

* 世界遺産



タナロット寺院

バリ島を代表する被写体のひとつ。寺は海の中に浮かぶように建てられ、夕暮れ時には黄金色をバックに黒々としたシルエットを見せる。その姿はまるで神々が君臨したかのようで、全てのものに感動を与える。



バリ島＜観光地＞



ウルワトゥ寺院

バドゥン半島の南西の外れにある寺院。70mの断崖絶壁の上に位置し、荒々しく打ち寄せるインド洋の荒波が一望できる。夕日の鑑賞スポットとしても有名で、夕刻に催されるケチャックダンスも鑑賞されるとあって沢山の観光客が押し寄せる。



クタ・レギャン

バリ島の娯楽の中心街。サーフィンのメッカでもあり、世界中のサーファーにその名を知らしめている。通りにはショップやバー、レストランが立ち並び、様々な人種が行きかう様子は雑然とした無国籍な雰囲気が漂う。



サヌール

バリ最初のリゾート地として開発され、かつてはバリを代表するホテルが立ち並んでいたが近年のヌサドゥアの開発によって客足が遠のいていった反面、のんびりとした雰囲気を求めて欧米人のリピーターに根強い人気がある。



デンパサール

バリ州の州都であり庶民の生活の中心。デン(北)パサール(市場)という意味を持つだけあってあちらこちらに市場が立ち並ぶ。見どころは市場のほか、ジャガナタ寺院、バリ博物館、アートセンターなど。



ブサキ寺院

バリヒンドゥ寺院の総本山で大小30あまりの寺院によって構成される。霊峰アグン山の中腹標高およそ900mの所にあり、運が良ければ背景に壮大なアグン山を望むことが出来る。年間55もの祭事が催され、祭礼に出会う機会が多くある。



ブドゥグル

キンタマーニ高原と並ぶバリ島の避暑地。標高1500mに位置するブラタン湖を中心に清々しい風景が広がる。美しいライステラス、ダイナミックな山並みを楽しめるこの近辺でドライブを楽しむのもいいだろう。



ロヴィナ

シガラジャの西に広がるロヴィナのビーチでは、早朝のイルカウォッチングが楽しめる。沖合にイルカがやってくる様子をスピードボートから眺めるというツアーは宿泊客に人気がある。



レンボガン島

バリ島から高速クルーズで約30分、沖合に浮かぶレンボガン島に到着する。そこには青い海、白い砂浜と絵に書いたような景色が広がる。マリンスポーツやダイビングも盛んでデイクルーズの目的地としても人気を集めている。



バリ島を離れて・・・ジョグジャカルタへの旅

お隣の島、ジャワ中部にある王宮文化が色濃く残る古都ジョグジャカルタ。ここには世界遺産に指定されている仏教遺跡ボロブドゥール寺院・ヒンドゥ教遺跡ブランパナン寺院の2つの遺跡がある。また、ジャワ建築の極みである王宮や、ラマヤナ舞踊鑑賞、パティック工房見学などバリ島とは異なる悠久の歴史に触れる旅が出来る。



バリ島＜アクティビティ編＞

バリ島の大自然の中、海で山で川で！ここでしかできない経験を・・・

その他にもまだまだ沢山のアクティビティがあります。詳しくは詳細ページをご覧ください。

** 山編 **

ラフティング(アユン川、トラガワジャ川)



熱帯の木や花が咲き乱れる川をゴムボートで下って行くスリル満点のアクティビティ。アユン川はゆるやかな流れ、初心者にもおススメ。トラガワジャ川は多少急流。

アフタヌーンラフティング&ナイトサファリ



お昼に出発し、まずはアユン川でのラフティング。そのあとはエレファントサファリで象達と楽しい時間をお過ごしください。4コースのディナーも含まれます。

マウンテンサイクリング



キンタマーニ高原からウブドまでの山間の村を下っていくコースです。途中の民家や農園で温かい庶民の生活や文化に触れ合えます。

トロピカル トレッキング



タロ村をトレッキングしながら美しい自然を満喫。バリの日常生活やトロピカルな景色を肌でかんじることが出来ます。

エレファントサファリ



ウブドの北、タロ村にあるエレファントサファリでは象の背中に乗ってジャングルの中を散歩できます。その他、餌やりや象のショーなど象に触れ合える一日です。

バリサファリ&マリンパーク



2007年に登場したバリ島初の本格的サファリパーク。広大な敷地にはインドネシア・インド・アフリカからやって来た沢山の可愛い動物たちが、皆様をお待ちしています。

** 海編 **

バリハイ リーフクルーズ



バリ島のベノア港から、約1時間で、レンボガン島沖に浮かぶポントゥーン(浮島)に到着。カラフルなお魚が泳ぐ海でマリンスポーツ三昧のクルーズを・・・

バリハイ ビーチクルーズ



バリ島のベノア港から、約1時間で、そこは絵に書いたようなパラダイスが待ち受けています。プライベートビーチでまったりリラックスするのよしアクティブに過ごすのよし！

バリハイ サンセット ディナークルーズ



ベノア港より出港し、黄昏時のヌサドゥア沖をのんびりとクルーズ。海洋に沈む夕日を眺めながらのディナーと船内でのアトラクションをお楽しみ下さい。

ドルフィンウォッチング



バリ島周辺に生息している野生のイルカを、船の上からウォッチング。イルカと出会う確率はなんと約90%！

マリンウォーカー



バリ島よりも透明度の高いマリンブルーの海でマリンウォークが楽しめます。その他にサイクリングやカヤックなどで大自然を満喫ください。

フィッシング



自然がいっぱいのバリ島で大物を狙ってみませんか。家族での釣りや本格的なものまで経験豊かなガイドがご案内致します。



バリ島＜スパ編＞

「癒しの島」バリ島のスパでのんびりリフレッシュ。

バリ島には高級なホテルスパからリーズナブルな街スパまで志向をこらしたスパが沢山あります。

** スパ用語 **

バリやジャワなどインドネシア各地の伝統的なトリートメントから、海水や海藻・果実やハーブなど自然の恵みを取り入れたもの、

インドやタイの伝統的療法に加え最近ではチョコレートやバリのコーヒー、お茶を使ったものなどバリ島で受けれるメニューは実に豊富。

バリニーズマッサージ



エッセンシャルオイルを用いてストレッチや指圧などと組み合わせリンパの流れに沿ってじっくり圧をかけていく手法。バリでは現在でも民間療法の一つとして考えられている。

ルルール



ボディマッサージの後、葉草・お米の粉などをスクラブ状にしたものを全身に施し、乾燥させた後ぼろぼろと落としていく。古い角質を取りのぞき肌の新陳代謝を促していくのが施術の目的。

ボレ



ジンジャー、ナツメグ、クローブシナモンなど体を温めるスパイスを使ったスクラブ。血行を良くして筋肉痛や疲れ、頭痛に効果的。古くからバリの農村に伝わる伝統的民間療法。

クリームバス



シャンプーの後、天然素材を用いたクリームで頭皮をマッサージ。アボガドやアロエベラ、人参やナッツなどが良く用いられている。頭皮に浸透させる間に首筋や肩、腕のマッサージも含まれる。

タイ式マッサージ



指圧や整体、ヨガなどを組み合わせたタイの伝統的マッサージ。体のエネルギーラインである「セン」に沿って圧を加えリンパの活性、血行の促進体の痛みの緩和を目指していく。

リフレクソロジー



足裏は第二の心臓と呼ばれ全身のツボが集中して存在する。そのツボに圧を加えることで人間の持つ自然治癒力を高める効果があると言われている。疲れた足に最適。

アーユルヴェーダ(シロダーラ)



インドに起源を持つ伝統療法。シロダーラはアーユルヴェーダの治療法の一つで個人に合わせた温かいセサミオイルを第三の目と呼ばれる額に垂らしながら頭皮のマッサージを行っていく。

タラソテラピー



タラソテラピーとは人体に欠かれないミネラルやオリゴ等を豊富に含む海水や海藻を使った海洋療法。海に囲まれたバリ島ならではの大自然の恵みを是非とも味わってみよう。

フラワーバス



南国に咲き乱れるトロピカルな花々をふんだんに使用したフラワーバス。芳しい香りと視覚の両方からリラクゼーション効果が期待できる。トリートメントの仕上げにお姫様気分が体験できる。

ホットストーン



温められた天然石とオイルを使ったマッサージ。石の遠赤外線効果で体の深部から温まるので血行や体液の循環を活発にし、新陳代謝が良くなると言われている。

【2018 年インドネシア国民の祝祭日】

13,770 もの島からなるインドネシア、この広大な国には様々な民族、言語、宗教、文化、芸術などが息吹き「ピネカ・ダウンガル・イカ」(一つの言語、一つの文化、伝統を強要するのではなくお互いを理解し、それを基礎に新たな国家・文化を創造しよう)というスローガンにて、国の統一が推し進められています。インドネシアでは国民の 90%以上がイスラム教を信仰していますが、バリ島ではヒンズー教徒が 90%以上を占めています。国民の祝日も宗教に関したもので、バリ島ではインドネシアの祝祭日以外にもヒンズー教にのっとったバリ独自の祭日が存在します。

日付	祭日の名称	内容の解説	宗教	種別
1月 1日(月)	タウン バル [TAHUN BARU]	新年		国民の祝祭日
2月 16日(金)	タフン バル チナ [TAHUN BARU IMLEK]	チャイニーズ ニューイヤー		国民の祝祭日
3月 17日(土)	ハリ ラヤ ニュピ [HARI RAYA NYEPI]	ヒンズー教の新年・静寂の日	ヒンズー教	国民の祝祭日
3月 18日(日)	ハリ ラヤ グンバック グニ [HARI RAYA NGEMBAK GENI]	新年の翌日、火を使える事を祝う	ヒンズー教	バリの祝祭日
3月 30日(金)	ワファット イサ アルマシー [WAFAT ISA ALMASIH]	キリスト受難日(聖金曜日)	キリスト教	国民の祝祭日
4月 13日(金)	イスラ ミラージ ナビ モハメッド [ISRA MIRAJ NABI MUHAMMAD SAW]	モハメッド昇天祭	イスラム教	国民の祝祭日
5月 1日(日)	ハリ ブル インドネシア [HARI BURUH INDONESIA]	メーデー		国民の祝祭日
5月 10日(木)	ケナイカン イサ アルマシー [KENAIKAN ISA ALMASIH]	キリスト昇天祭	キリスト教	国民の祝祭日
5月 29日(火)	ハリ ラヤ ワイサク [HARI RAYA WAISAK]	釈迦の生誕、成道、涅槃を成就した日を祝うものです	仏教	国民の祝祭日
5月 30日(水)	ハリ ラヤ ガルンガン I [HARI RAYA GALUNGAN]	全ての神々と神格化された祖先の霊を祈る祭儀で神々と祖先の霊は、ガルンガンの 5 日前に地上に降り、ガルンガンの 5 日後に天に帰るという日本のお盆に似ています	ヒンズー教	バリの祝祭日
5月 31日(木)	ハリ ラヤ マニス ガルンガン I [HARI RAYA MANIS GALUNGAN]	家族と集まったり友人宅を訪問します	ヒンズー教	バリの祝祭日
6月 1日(金)	ハリ ラヤ パンチャシラ [HARI RAYA PANCASILA]	パンチャシラ(建国五原則) 記念日		国民の祝祭日
6月 9日(土)	ハリ ラヤ クニンガン I [HARI RAYA KUNINGAN]	あらゆる靈魂を祈る儀式でこれはガルンガンの 10 日後に行われ、その前後に連なる祭日は、この日をもって終了します	ヒンズー教	バリの祝祭日
6月 15日(金)	イドゥル フィトリ/レバラン [IDUL FITRI/LEBARAN]	断食の終わりを祝います	イスラム教	国民の祝祭日
6月 16日(土)	イドゥル フィトリ/レバラン [IDUL FITRI/LEBARAN]	断食の終わりを祝います	イスラム教	国民の祝祭日
8月 17日(金)	プロクラマシ クムルデカアン インドネシア [PROKLAMASI KEMERDEKAAN RI]	インドネシア独立記念日		国民の祝祭日
8月 22日(水)	イドゥル アドゥハ [IDUL ADHA 1430]	イスラムの犠牲祭	イスラム教	国民の祝祭日
9月 11日(火)	タウン バル ヒジリヤー [TAHUN BARU 1431 HIJRIYAH]	イスラム暦の新年	イスラム教	国民の祝祭日
11月 20日(火)	マウリド ナビ モハメッド [MAULUD NABI MUHAMMAD SAW]	モハメッド聖誕祭	イスラム教	国民の祝祭日
12月 25日(火)	ハリ ラヤ ナタル [HARI RAYA NATAL]	クリスマス	キリスト教	国民の祝祭日
12月 26日(水)	ハリ ラヤ ガルンガン II [HARI RAYA GALUNGAN]	全ての神々と神格化された祖先の霊を祈る祭儀で神々と祖先の霊は、ガルンガンの 5 日前に地上に降り、ガルンガンの 5 日後に天に帰るという日本のお盆に似ています	ヒンズー教	バリの祝祭日
12月 27日(木)	ハリ ラヤ マニス ガルンガン II [HARI RAYA MANIS GALUNGAN]	家族と集まったり友人宅を訪問します	ヒンズー教	バリの祝祭日

備考：バリ島における観光客への影響はございませんが、企業訪問、公的機関訪問などのご予定にあたりましては、以下の*有給休暇奨励制度についてご留意頂きますようお願い申し上げます。

***有給休暇奨励制度**： 祭日の前後に有給休暇奨励制度を適用し連休とする企業があります。2018 年の有給奨励日は、現時点では未定。