

ウズベキスタン国の基本情報

総人口：約2 380万人

総面積：44万7400平方Km

首都：タシケント（人口約210万人）

時差：日本より4時間遅い（4月1日～9月30日のサマータイム採用中は、3時間遅い）

気候：内陸性気候。空気が乾燥しており、夏は昼夜の寒暖差が大きい。冬は、零下10～20度ぐらいになる。

公用語：ウズベク語 ※ロシア語はかなり通じる。

民族：ウズベク人約80% ほかに、ロシア人、タジク人、カザフ人など

宗教：イスラム教88%（大部分はスンニー派） ほかに、ロシア正教など

通貨：通貨単位は、スム。

日本からは、USドルをお持ち下さい。

1 USドル=116.6 スム

なお、クレジットカードやトラベラーズチェックは、一部の外資系ホテルや大型レストラン以外は、ほとんど利用できません。

服装：夏季は、高温乾燥、日本の夏服で結構です。ただし、紫外線や直射日光が強いため長袖シャツやジーンズ、スラックスがお勧め。少なくとも日中は、ショートパンツや半袖シャツ、Tシャツは避けたほうが無難。夜間との寒暖差が大きいのでカーディガン、ウインドブレーカーもお勧め。また寺院などでは、肌を露出しすぎると入場を断られる場合がありますのでご注意下さい。靴は、観光時に歩く距離が長いのでスニーカーなどをご用意下さい。寝巻きとして上下のスエットスーツやサンダルも必需品。

チップ：ホテルやレストラン等では、基本的に不要。ただし、お世話になったガイドさんやドライバーさんには、多少の心づけも。

電圧：220ボルト、プラグは2ピン丸型（ロシアと同じヨーロッパCタイプ）。日本の電化製品を使用する場合は、交換プラグと変圧器が必要です。

飲み水：生水、水道水は避け、ホテルや街中で買えるミネラルウォーターをお飲み下さい。

お土産：絨毯、皮革製品、絵画、民芸品、など。

持っていくと便利なもの：帽子、サングラス、履きやすい靴（ホテルなど室内では、サンダル）、トイレットペーパー（備え付けのものは品質に難あり）、カメラやビデオの電池、日焼け止めクリーム、正露丸など胃腸薬（慣れない食事で下痢や腹痛を起こしやすい）、バンドエイド、洗面用具（歯ブラシ、石鹸など）、水筒 <冬季> 厚手のコート、手袋、マフラー、ブーツ、帽子、ポケットカイロなど。

査証：日本人は、必要。ビザ情報参照。

【 観光ポイント 】

タシケント市内

「石の町」を意味するウズベキスタンの首都であり、人口200万人を超える中央アジアの中心都市。紀元前2世紀まで遡る長い歴史をもち、11世紀にはシルクロードの要所として栄えた。1867年にここを占領したロシア帝国は、トルキスタン総督府を置いて、中央アジア全体の植民地経営の拠点とした。その後、旧ソ連時代を通じて高層ビルの建設も進み、地下鉄も走るようになり近代的都市として装いもあらたに発展を続けている。

バラクハン・メドレセ

16世紀にバラク・ハーンが建設したイスラム神学校。

クケリダシ・メドレセ

16世紀半ば、クケリダシによって建てられたもので現在は、博物館となっている。

ナボイ劇場

第二次世界大戦後、シベリア抑留された日本人の一部はタシケントにも送られたが、その抑留者によって建設され、大地震でも倒れなかったと評判の建物のひとつ。

チョルスー・バザール

地下鉄チョルスー駅を中心に建てられたバザール。青緑色の丸屋根付きのバザールの周囲には、近郊の町や村から出てきた人々の出店がひしめいていて庶民の風情が大いに楽しめる。

サマルカンド

「青の都」の別名がある通り街全体が美しい宝石のようなたたずまい。ザラフシャン川流域に位置する商業都市。前10世紀頃から中央アジア有数のオアシス都市として栄華を極め、チムール帝国の時代にはその首都ともなった。今も数多くの遺跡が点在するシルクロードの最重要拠点のひとつ。

レギスタン広場

市内中心部にあり、3つの巨大なマドラサ（神学校）に囲まれた広場。「砂の広場」という意味があり、市民憩いの場所である。

シャーヒ・ズィンダ廟

14～15世紀に建てられた墓廟群。

グリ・アミール廟

チムールとその一族が葬られており、タジク語で「支配者の墓地」を意味する。

ウルグ・ベク天文台跡

チムールの孫のウルグ・ベクが1429年に建てた天文台の遺跡。ウルグ・ベクは学問や芸術に造詣が深く、イランを中心に各地から高名な学者を招いて学術の発展に寄与した。チュパン・アタという丘の上にあり、1908年にロシア人学者らの手によって発掘された。

アフラシャブの丘

市の北東部にあり、13世紀まで栄えたマラクダの都市の遺跡のある丘。

ペンジケント遺跡

市の東70kmの、現在はタジキスタン共和国内にある6～8世紀のソグディアナ帝国の遺跡。ペンジケントの町並みが一望できる小高い丘の一面に広がっており、往時の住居や市場の跡が見られる。

ブハラ

ブハラ州の州都で人口約22万人、町そのものがユネスコの世界遺産に登録されている。ザラフシャン川下流域の広大なオアシスに位置する商業都市。ソグド人の都市国家からサマーン朝やブハラ・ハーン国の首都ともなったシルクロードの重要な旧都であり文化遺跡の宝庫。

カラーン・ミナレット

約1万人の信者を収容できる巨大な寺院で、タジク語で「大いなる光のモスク」という意味する。旧市内で最も高い建物（約46m）で、ブハラのシンボリック的存在でもある。

リャビ・ハウス

水を溜めておいた池。市内では現存する最古の池のひとつ。

アルク城

6世紀に建てられ、その後、破壊と修復を繰り返し、今に残っている高い城壁をめぐらせた砦。

タキ

道路が集中する交差点の上に円形の屋根を設けた昔ながらのバザール。

チャシュマ・アイユーブ

別名「ヨブの泉」と呼ばれ、その昔、人々が渇水で苦しんでいるときに預言者ヨブが杖で地面を叩いたところ、そこから泉が湧き出たという由来をもつ。

イスマイル・サマ二廟

9世紀の終わり頃、ブハラを占領したサマーン朝イスマイルの廟で、市内で最も古い建物のひとつ。

ウルゲンチ（ヒヴァ）

ウルゲンチは、ヒヴァ観光の拠点となる旧ソ連時代に造られた比較的近代的な町です。ヒヴァはウルゲンチから南西約30 kmにあるオアシス都市。町は外敵を防ぐために二重の城壁で囲まれている。

イチャン・カラ

内城自体が一つの町になっていて、20のモスク、20のメドレセ、6つのミナレットなど数多くの遺跡が残されている。城壁の高さは8 m、長さは2200 mにも及ぶ砦。1969年に「博物館都市」に指定され、1990年にはユネスコの世界遺産にも登録されている。

カルタ・ミナル

1852年に建てられた高さ15.6 m、基礎部分は直径が9 mもあるミナレット。

ジュマ・モスク

10世紀に建立されたモスク。213本の木の柱で支えられた寺院で別名「金曜日のモスク」とも言われる。