

キャンディーペラヘラ&ボランティア体験

5泊6日間

ツアー期間：2025年08月04日(月)～08月09日(土)



手をつなごうアジアー子供たちの輝きをアジアの未来に！－(協賛)

Taste to share. Moments to remember.

tropicalasiatours.com

8月4日(月)

1日目

空港 - コスゴダ

本ツアーはスリランカ国内のツアーのため、参加するためにはご自身で航空便の手配やVISAの取得、旅行保険の手配をして集合場所のコロンボ空港までお越しいただく必要があります。

コロンボ空港までの経路に関しては、様々ありますが推奨する航空便としては以下のものがあります
(5月26日現在。なお、航空便の値段は予約時までに変更されていることがあります。)



東京成田空港を利用する場合

スリランカ航空(羽田0:05発⇒シンガポール乗換え⇒コロンボ16:35着。19:50発⇒成田 12万8700円)

また、前日の8月3日(日)成田発のスリランカ航空の直行便(往復)を使用することも考えられます(成田11:15発、コロンボ19:50発 12万4780円)。この場合、ご希望に応じ、空港近くのホテルの手配をさせていただきます(宿泊費や交通費は別途負担)。

関西国際空港を利用する場合

エアアジア(11:05関空⇒クアラルンプール乗換え⇒コロンボ21:55着 タイ航空使用0:55コロンボ発⇒バンコク乗換え⇒関空15:55着 9万4610円)

なお、コロンボまでの航空便のご手配やVISA取得、旅行保険はご自身で行っていただきますが、ご希望があればトロピカルアジアツアーズ(TAT)のイシャーラ(下記二次元バーコード参照)、手をつなごうアジア(田中 tunagouasia2022@gmail.com)がご相談に応じます。これらの連絡先はスリランカ到着時でも使用可能です。

コロンボ空港到着後は到着ロビーにて TATスタッフがお出迎え致します。その後、車でコスゴダのホテルまで移動していただきます(空港〜コスゴダ2時間半)。この日はホテル到着後チェックインしてお休みいただきます。

コスゴダでの宿泊

到着後ウェルカムドリンクと希望者に軽食もご用意できます。もっとも、到着時間が遅いため、乗換地においてお食事をお取りいただくことをお勧めします。

宿泊ホテル シェラトン・コスゴダ

<https://www.marriott.com/en-us/hotels/cmbst-sheraton-kosgoda-turtle-beach-resor>

(TPT イシャーラ連絡先)

問合せ



8月5日（火）
2日目
ムドゥワ ボランティア

手をつなごうアジア主催の
アートワークショップ①

ボランティア参加

早い朝食の後、午前7時にムドゥワ学校へ出発します。

午前9時から午後3時まで、ファシリテーター進行により、島の中の小さな学校で大きな紙に絵を描くアートワークショップのボランティアに参加します。

【アートワークショップ】

子供たちに身近にあるものを特大の紙に描いてもらうことにより、地域の素晴らしさを再認識してもらいつつ、協力することの大切さや素晴らしさを体現してもらうワークショップ。見守る私たちもスリランカの子供たちの輝く笑顔に出会うことができます。

主催 手をつなごうアジア

2022年8月～。未来を生きるアジアの子供たちのためにみんなで手を取り合って、今できることをしていきたいという想いから立ち上げられたボランティアグループ。アジアの子供たちにより良い教育を届け、将来の可能性を切り開いてもらいたいとの目的に掲げ活動しているボランティア団体



コスゴダホテルに戻ります（ムドゥワからコスゴダまで約30分）。

宿泊ホテル シェラトン・コスゴダ（朝・夕食付）

<https://www.marriott.com/en-us/hotels/cmbst-sheraton-kosgoda-turtle-beach-resor>

8月6日（水）
3日目
ヤッカトワ ボランティア

手をつなごうアジア主催の
アートワークショップ②

早い朝食後、午前7時にヤッカトワ学校へ出発します。

タミルの子供たちが通う小さな学校で午前9時から午後3時まで学校で前日と同様のアートワークショップのボランティア体験をしていただきます。前日より小さな学校で新たな発見があるはずです。



ボランティア終了後、ゴールに向かいます。ゴールの市内観光をお楽しみください。

ゴール 観光

ゴールはスリランカ南部の港町であり、2012のスマトラ沖地震で起きた大きな津波により甚大な被害を受けた地でもあります。写真のゴールフォートはその地にポルトガルとオランダ人によって作られた要塞です。ゴールフォートは世界遺産に登録されており、とても古いランドマークです。町や都市はそれよりもとても古く、歴史ある建築物を観光することができます。学者の中には、この地を、ソロモン王が商船を送り、ヨナが主から逃れた旧約聖書の「ターシッシュ」であると信じている者もいます。（約2時間）



コスゴダホテルに戻ります（ゴールからムドゥワまで約1時間）

宿泊ホテル シェラトン・コスゴダ（朝・夕食付）

<https://www.marriott.com/en-us/hotels/cmbst-sheraton-kosgoda-turtle-beach-resor>

8月7日(木)
4日目
コスゴダ - キャンディー



朝食後キャンディーへ(コスゴダからキャンディーまで約4時間40分)

キャンディー 市内観光 (散策 約2時間)



キャンディーは丘に州都全体が「世界遺産」です。ポルトガル、オランダ、イギリス統治時代のシンハラ人王の最後の砦でしたが1815年にイギリスに割譲され王国は消滅しました。

スリランカと世界の仏教徒にとって、キャンディーは「ダラダマリガワ」(仏陀の神聖な歯の遺跡の寺院)の本拠地であるため、最も神聖な場所の1つです。



ペラヘラ祭り 見学

エサラ・ペラヘラ祭(Esala Perahera)は、[スリランカ中部州キャンディー](#)で行われる[祭り](#)。

ペラヘラは「行列」を意味する言葉です。祭り自体はスリランカ国内各地で行なわれますが、キャンディーのエサラの月の新月から満月にかけての2週間でなされるエサラ・ペラヘラ祭は、中でも最大の規模の祭りです。

[仏歯](#)を納めた舎利容器を背に乗せた、装飾(電飾)された[ゾウ](#)を先頭に、音楽隊やダンサーなどの群が街中を歩いてパレードするのがペラヘラの由来となっています。

現在では仏歯に対する祭祀ですが、祭りに仏歯が加わったのは1775年からで、それ以前はキャンディーの[ヒンドゥー教](#)の守護神である[ナータ](#)、[ヴィシュヌ](#)、[カタラガマ](#)、[パッティニ](#)の神々を祀る祭祀でした。



宿泊ホテル アマヤヒルズ(朝・夕食付)

<https://www.amayaresorts.com/amayahills/>

8月8日(金)

5日目

キャンディーダンブッラ-ダンブッラの洞窟寺院-ヒリウドゥナ-シーギリヤ

早めの朝食後、ダンブッラ-ダンブッラの洞窟寺院に移動

(キャンディからダンブッラダンブッラまで約2時間30分)

ダンブッラ 観光 (所要時間約3時間)



ダンブッラ洞窟は、高さ500フィート、周囲1マイルの広大な孤立した岩盤です。これらの岩柱の中には、ユネスコ世界遺産の1つであるダンブッラ洞窟寺院があります。ダンブッラの洞窟は、アヌラーダプラからの14年間の亡命中にワラガンバ王を守りました。彼が王座を取り戻したとき、彼は島で発見される最も壮大なロック寺院を建設しました。最初の洞窟には、岩から切り取った47フィートの仏像の横臥像があります。仏教にまつわる神々のイメージがいたるところにあります。壁や天井のフレスコ画はここで最も古いものですが、キャンディ時代には塗り過ぎです。二番目の洞窟には、すべての中で最も上質で最大のものがあり、150体の等身大の仏像がさまざまな姿勢で置かれ、神や王の像はほとんどありません。天井はフレスコ画で覆われており、仏の生涯の素晴らしい出来事やシンハラ人の歴史のランドマークが描かれています。

ヒリウドゥナへ、クッキングデモンストレーションをお楽しみください。

(ダンブッラからヒリウドゥナまで約10分)

ヒリウドゥナヴィレッジトレック

ヒリウドゥナヴィレッジはわずか2km(ノバラナから車で05分)です。タンクまたは人工の貯水池の堤防沿いの素晴らしい散歩から典型的なスリランカの村のトレッキングを始めます。貯水池自体、周囲の低木ジャングル、湿地帯、村は、早朝または夕方の活動のハイブです。驚くべき野鳥、蝶、ワニの可能性のある目撃は、村人たちが早朝に釣りをしたり、湖の周辺で服を洗ったりするのを見ている魅力に加えます。

ヒリウドゥナで伝統的な村の生活を見学し伝統的なスリランカの昼食をお召し上がりいただきます。村の家でライブクッキングのデモンストレーション付き



シーギリヤ 観光 (所要時間は約3時間)



シーギリヤは、5世紀に建てられた「世界遺産」で、「空の要塞」として知られています。シーギリヤは、スリランカで最も素晴らしく不思議なものです。600フィートの高さの岩の頂上にある宮殿の入り口にかつて立っていた巨大なライオンのため、ライオンロックとも呼ばれます。

頂上には王宮の基礎、すべての建物に供給するための水タンクなどがあります。下方にはシーギニヤレディとして知られる壁画(21の等身大の乙女のフレスコ画)が当時の色合いのまま輝いています。この壮大な創造物はユネスコの遺産として保存され、第8回世界の驚異としても知られています。

(ヒリウドゥナからシーギリヤまで約30分)

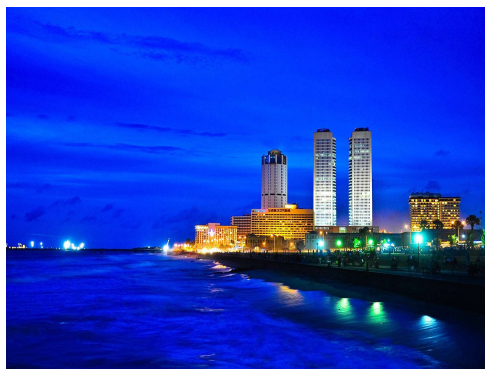
宿泊ホテル ヘリタンス・カンダラマ(朝・夕食付)

<https://www.heritagehotels.com/kandalama>

※ 建築家ジェフリー・バワの最高傑作と言われるホテル

8月9日（土）
6日目
シーギリヤ-コロンボ

朝食の後コロンボへ、（シーギリヤからコロンボまで約4時間15分）



コロンボは小さな港ですが、スリランカのビジネスと商業の中心地です。首都は数マイル先のスリジャヤワルダナプラコッテです。



コロンボは、1505年のポルトガル人の到着後主要な港になり、イギリスの時代に更に発展し、1815年にはスリランカの首都になりました。ポルトガル、オランダ、イギリス統治時代の建物は、街のいたるところにあります。現在、ポルトガルとオランダの要塞は見ることはできませんが、当時の建物や教会はフォートとペタのエリアで見ることができます。

---ツアーの終わり---

（お見積り） 下記は、本ツアーを2名1室の利用（朝食・夕食付）で参加した場合の一人当たりの料金となります（航空便、海外保険費用等を除く）。

お一人（2名1室使用）	210,000円
お一人（1名1室使用）	277,000円

直行便で前日到着する場合で、その日からシェラトンコスゴダに宿泊する場合には、上記の金額に19,000円が加算されます（2人一部屋使用の場合。1人一部屋使用の場合には27,000円加算）。

前記の料金には、以下が含まれます	以下は前記料金に含まれていません
- 到着と出発の転送 - フラワーレイと出迎えサービス - エアコン付きの専用車による移動 - ドライバーガイド付き - 日程通りのホテル宿泊費（朝食、夜食、宿泊） 500mlの2本のミネラルウォーター - 入場料には以下のサイトのみが含まれております。（1人あたり） - 他のすべてのサイトについてはお客様が支払う必要があります。 ➢ キャンディ寺院・ ➢ ペラヘラ ➢ シーギリヤ ➢ ダンブッラ ➢ ヒリワドゥナ ➢ ガンガラーマ 2、3日目には昼食が含まれます。 5日目のヒリワドゥナでの昼食が含まれております。 - すべての税金	- アーリーチェックイン、レイトチェックアウト料金（標準チェックイン時間 14:00、チェックアウト時間 12:00） - ビデオとカメラの許可 - 飲み物は含まれていません - ミニバーの料金 - 航空運賃 - ビザ代 - チップ - 費用が発生する場合は追加の訪問 - 個人的な背室を表現する。 - ツアー中の地元レストランでの昼食は含まれていません。 - マドゥワボートの料金は含まれていません - チップはご利用いただきませんが、お客様が満足した場合はガイドにチップを渡すことをお勧めします。

トロピカルアジアツアーズの利用規約

キャンセルポリシー

- 到着日～14 日前のキャンセル － 100%のキャンセル料
- 15 日～21 日前のキャンセル － 50%のキャンセル料
- 22 日～29 日前のキャンセル － 25%のキャンセル料
- 30 日以上前にキャンセル － キャンセル料なし

以上は当社の標準的なキャンセルポリシーであり、宿泊ホテルのキャンセルポリシーによって異なる場合があります。

- トロピカルアジアツアーズは、上記キャンセルポリシーと旅程に厳密に基づいています。記載された旅程以外のサービスをお客様に提供することは予定されていません。その場合、追加料金がかかります。
- 上記の旅程は、選択されたフライトの到着および出発のタイミングによって変更されることがあります。また、最終的な料金に差異が生じる可能性があります。フライトスケジュールが確認でき次第、それに応じて通知いたします。
- **当社の通常の方針は、スリランカ国外で発生する送金手数料等の負担は送金者負担となります。**
- **予約確定でありませんのでご注意ください。予約の確認は、部屋の確認に同意した後の空室状況によります。空き状況は予告なく変更される場合があります。**

重要な情報

- 旅行の順序は、ツアーのスムーズな進行とフライトの詳細を確保するために、事前の通知なく変更される場合があります。
- 政府による入場料の値上げの場合には、その分の負担はお客様にお願いしています。
- すべての予約は、予約時の空き状況によります。
- ご案内の価格は、既存の税の改定の対象となります、またはスリランカ政府/政府当局によって課された新しい税金がある場合にもお客様にご負担をお願いします。
- 未使用の滞在またはサービスに対する返金はありません。
- すべての所要時間は概算であり、変更される場合があります。
- 交通機関の遅延/ 気候条件は私達の管理が及ばないため、例えば自然災害によりツアーの一部内容が変更された場合も返金の対象になりません。
- ポヤデー（満月）の日はお酒の提供はありませんのでご注意ください。

親愛なるお客様



お知らせです

信頼できる旅行お客様にとして、私達を信頼して下さったことに感謝します。私達の目的はお客様にスリランカで素晴らしい安全な休暇をお過ごしすることです。

このツアーは、お客様にとっても楽しく、夢中になれる興奮をもとらし、お客様の人生に忘れられない体験をもたらします。

いつも信じていること“健康と安全”お客様の安全を第一に考え、常にお客様の安全を確保します。本ツアーの参加に際しては以下の点を注意して下さい、

- 健康体であって、深刻な疾患を有していないことが必要です。
- 妊娠中の方の参加はお断りしています。
- スリランカは敬虔な仏教国ですので、適切な服装と履物を常に着用してください。
- 酩酊状態でのボランティア参加又は施設等の見学はご遠慮ください。
- 随行者や施設等の職員の指示には必ず従ってください。
- 以下の健康状態にあるお客様には強くお勧めしません。
 - 心臓の疾患
 - 筋肉の損傷
 - 慢性的な背中の中の痛み状態
 - 高血圧又は低血圧の状態（医師による管理がなされている場合を除く。）。
 - 身体障害

スリランカでの安全で思い出に残る体験を提供する

（ツアー全般）

主催 トロピカルアジアツアーズ（Tropical Asia Tours）

連絡先 +94 11 2 588 435（スリランカ）

Email webinfo@tropicalasiatours.com

協賛 手をつなごうアジア

連絡先 080-1125-2463

Email tunagouasia2022@gmail.com