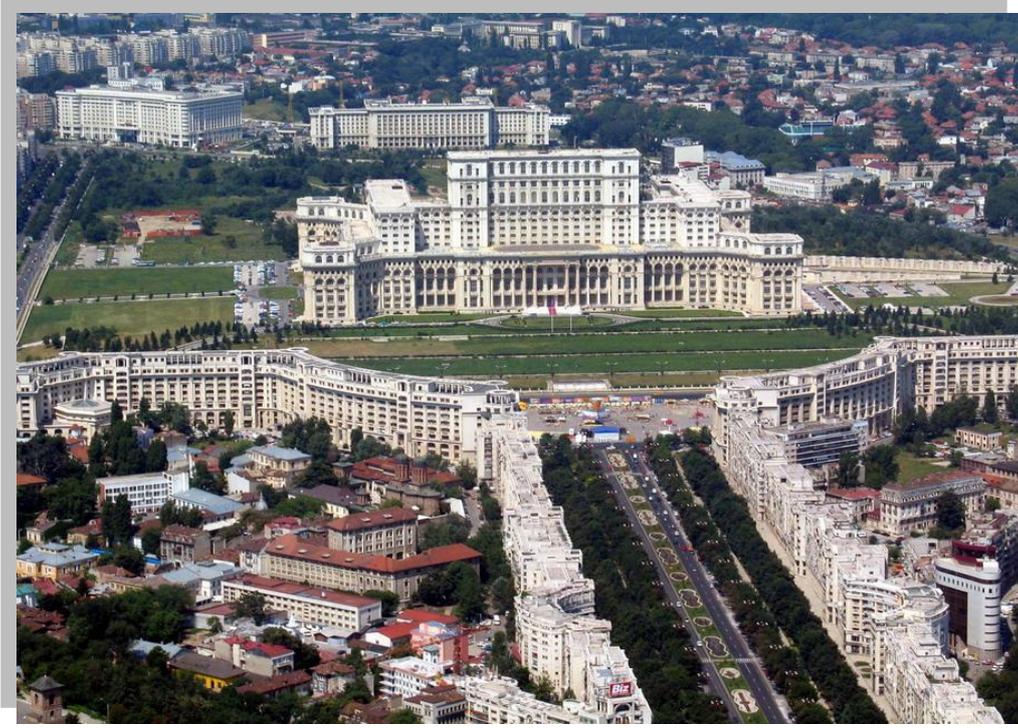


ブカレスト案内



2021年9月

在ルーマニア日本国大使館

目次

1. ブカレスト概要	3
(1) 地理・気候	3
(2) 時差	3
2. 滞在に関する諸案内	4
(1) 通貨・両替	4
(2) チップ	4
(3) 治安	5
(4) 医療情報	8
(5) 交通機関	9
(6) 電話	10
(7) 郵便	10
(8) ホテル・旅行代理店	11
(9) 代表的なおみやげ・買い物	12
(10) 免税手続き	13
3. 食事・レストラン案内	13
(1) ルーマニア料理ガイド	14
(2) レストラン案内	15
4. 観光	19
(1) 名所案内	19
(2) 美術館・博物館	21
(3) オペラ・観劇	22
5. ルーマニア語会話	23
6. 主要連絡先一覧	23

別添 ブカレスト市内地図

1. ブカレスト概要

首都であるブカレストには、ルーマニアの全人口約1,923万人(2021年調べ)の内、約1割である180万人が集まっており、ルーマニアの政治経済文化の中心地となっています。共産主義時代に建てられた画一的なアパート群が建ち並ぶ中、20世紀初頭には「バルカンの小パリ」とも言われた美しい街並みの面影も見出すこともできます。

ルーマニアの一般情報

- ◇ 正式国名 : ルーマニア (ROMANIA)
- ◇ 面積 : 237,500km² (本州程度)
- ◇ 人口 : 1,923万人
- ◇ 民族 : ルーマニア人88.9%、ハンガリー人6.5%、
ロマ人3.3%、ドイツ人 0.2%
その他セルビア人、ユダヤ人等
- ◇ 宗教 : ギリシャ正教の流れを汲むルーマニア正教
- ◇ 言語 : ルーマニア語
その他トランシルヴァニア地方の少数民族はハンガリー語、ドイツ語等
- ◇ 政体 : 共和制(大統領・首相)

(1) 地理・気候

ブカレストの緯度は北海道の北端に近いですが、夏は相当暑くなり、7・8月には40度に達する日もあります。湿気が少ないのが救いですが、直射日光を浴びすぎることのないよう、日射病・熱中症予防対策が必要です。また、朝晩および日中の気温差が大きいため服装には注意が必要です。

冬の平均気温は-1度程度ですが、時には-10度を下回ることもあり、年によっては相当の積雪もあります。大通りはともかく裏路地は除雪がされないため、路面が凍結し、歩くのは大変危険です。足元には十分お気を付けください。

ブカレストの年間平均気温

月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
平均気温	-2	2	7	11	17	20	22	21	18	12	5	1

(2) 時差

日本との時差は-7時間です。サマータイム実施中は-6時間となります。

2. 滞在に関する諸案内

(1) 通貨・両替

ルーマニア通貨の単位はレイ(Lei)で、1ユーロ=約4.9レイ／1レイ=約26円(2021年9月現在)。補助通貨としてバニ(Bani)があり、1レイ=100バニ。買い物の際に10バニ以下のお釣りはしばしば渡されないことがあります。国内での支払いはほぼレイ貨になるため、両替をおすすめします。買い物の際にはクレジットカードを使うことも可能です。ホテルの支払など一部を除き、基本的にユーロでの支払いはできません。

紙幣： 500レイ、200レイ、100レイ、50レイ、10レイ、5レイ、1レイ

硬貨： 50バニ、10バニ、5バニ、1バニ

参考 ルーマニアの物価

マクドナルドのハンバーガーセット(ビッグマック・ポテト・ジュース)

…17.90レイ(約465円)

スターバックスのカフェラテ(トールサイズ)

…11.90レイ(約310円)

タバコ1箱 … 約15レイ(約390円)

ミネラルウォーター500ml … 約2レイ(約52円)

食パン1斤 … 約1レイ(約26円)

ガソリン1L … 約6レイ(約156円)

外貨とレイの両替は空港、鉄道駅、銀行、ホテル、市内の両替所で可能です。(小切手による換金、トラベラーズチェックの換金は不可。)米ドル又はユーロのキャッシュを持参するのが最も便利です。最近の一部の両替所、主要ホテルで日本円の現金も受け入れ始めていますが交換レートはあまりよくありません。なお、汚れていたり、破損したりしている紙幣は両替を拒否されることが多いのでご注意ください。

換金した際、換金証明書が渡されるので、ヤミ換金でないことを証明するため、または、出国時の換え戻しのためにも紛失しないようにしてください。ヤミ換金は違法行為ですので、声をかけてきても決して相手にしないよう注意して下さい。

(2) チップ

- ◇ 空港：ポーターに荷物の運搬を依頼した際には通常2～3レイ程度支払います。手持ちのレイがない場合は1ユーロ程度で結構です。
- ◇ ホテル：ホテルのポーター、ルームメイドには1回のサービスにつき2～3レイ程度が相場です。
- ◇ タクシー：端数を切り上げて支払う程度で結構です。
- ◇ レストラン：サービス料が含まれていない場合、料金の10%程度を足して、端数を切り上げて支払います。外国人が利用するクラスのレストランは通常サービス料が含まれていますが、その場合は料金の5%をチップとして支払うのが習慣となっています。楽士がいる場合は数曲で1テーブルにつき5レイ程度。

(3) 治安

① 犯罪情勢

近年ルーマニアでは治安当局の対策もあって治安情勢は改善されつつありますが、依然としてスリ、ひったくり、置き引き、車上ねらい、自動車盗等の他人の財産窃取を目的とした路上犯罪が目立っています。

② 犯罪の発生状況

(ア) 発生数

2020年は、新型コロナウイルス対策として3月以降に緊急事態宣言やこれに続く警戒事態が発令されました。この結果、ルーマニア警察の発表によれば、犯罪などの件数は前年度から全体で12%減少しました。また、長期的にも減少傾向にあります。しかし、スリやひったくり、置き引き、車上ねらい、自動車盗難等の路上犯罪や一般犯罪は継続して発生しており、また凶悪犯罪も発生しているため、引き続き注意が必要です。

(イ) 時間帯

犯罪は昼夜を問わず発生していますが、特に夜間・深夜帯になると手口も荒くなるため、外出時には、複数人でも注意が必要です。

(ウ) 場所

ブカレスト市内においては、繁華街に限らず、犯罪が発生しています。特に注意が必要な場所としては、アンリ・コアンダ国際空港や駅（ノルド駅等）、夜間帯における一流ホテル周辺（路上等）、レストラン、公共交通機関内（バス、路面電車等）及び観光名所等です。また、ローマーナ広場、ユニレイ広場周辺の旧市街地区といった中心部において、若者グループが観光客等をねらって取り囲み、ネックレスなどの貴重品を引きちぎり強奪していくといった事件も発生しています。

(エ) 日本人の被害例

日本人の犯罪被害例は、最近の比較的安定した治安傾向や新型コロナウイルスによる渡航制限及び外出規制などもあり、報告されていません。ただし、過去には以下のような犯罪が報告されており、今後も発生の可能性がありますので、引き続きご注意ください。

a 2019年以前に、日本人の犯罪被害は、公共交通機関内でのスリ、ひったくり、置き引き、車上ねらい等が確認されています。

b 法外な料金を請求するタクシー（通常20～30レイのところ、40～60レイなど。）に関連する被害も発生しています。特に空港や駅では、無許可のいわゆる白タクの運転手らが、地理に不案内な外国人旅行者に近付き、親切心を装ってタクシーに乗せた後、不当に高額な料金を請求し、さらに、そこから強盗等他の犯罪に発展したケースもあります。

c 2015年に、日本人旅行者が深夜にタクシーに乗ったところ、スタンガンの様な物を首に突き付けられて脅され、ATMで多額な現金の引き出しを強要される事件や、一般人を装う者から両替を依頼されて対応すると、偽警察官が現れて違法両替を指摘した上で所持品検査をし、現金等を奪われる事件（2018年）が発生しています。

また、2012年に、日本からアンリ・コアンダ国際空港に夜に到着した女性が、同空港において親切心を装ったルーマニア人男性に声をかけられ、一緒にタクシーに乗車し、その後その男性により暴行・殺害された事件や、観光目的で訪れた邦人男性が、ブカレスト市内のノルド駅に到着しホテルを探していると、ルーマニア人の男女から道案内をすると声をかけられ、暗がりへ誘い込まれて現金を出すよう脅され、男性がこれを拒否すると、殴る蹴るの暴行を受け貴重品及び現金を強奪された事件も起きました。最近はこの種の凶悪な事件は報告されていませんが、十分な注意が必要です。

③ 防犯対策

(ア) 配車サービスの利用

ルーマニアを訪れる際は、安全で快適な旅行とするためにも、旅行会社の配車送迎サービスやクレジットカードや電子マネーで決済できる「BlackCab」や「Uber」を利用することをお勧めします。空港、駅、市内等でタクシーを利用する場合には、それぞれ下記情報を参考とし、乗車に際しては十分注意してください。また、タクシー運転手を名乗る人物に個別に声をかけられても、絶対に乗車しないでください。

- a アンリ・コアンダ国際空港には到着ロビー両脇に、登録業者のタクシーを呼び出すことができるタッチパネル式機械が設置されており、同機械を利用することで白タクへの乗車を回避できます。
- b ノルド駅では、正面メインゲートの車寄せから乗車することをお勧めします。
- c ブカレスト市周辺のタクシーであれば、運転席と助手席のドアに1キロメートルあたりの値段が表示されているので、乗車の前に必ず確認してください（2021年6月現在、ブカレスト市内のタクシー、及びアンリ・コアンダ国際空港からのタクシーは、1キロメートルあたり1.4~3.5レイ）。
- d ブカレスト市内では、Star Taxi、Speed Taxi、Meridian Taxiなどのスマートフォンアプリ（氏名、電話番号、メールアドレス等を登録する必要あり）でタクシーを呼ぶこともできますが、比較的安心できるタクシー会社（MERIDIAN、COBALGESCU、LEONE、SPEED、TAXI2000等）以外への乗車はお勧めしません。

(イ) 主な犯罪手口に対する具体的対策

a スリ、ひったくり

手口：バス、路面電車等で一人が体を押し付けるなどして注意を引いている間に仲間が刃物でバッグを切り、財布等貴重品を抜き取る。数人の集団(女性だけの場合もある)で歩きながら被害者を取り囲み巧妙に財布を抜き取る。盗まれたものは共犯者にリレー式に手渡され、抜き取った人物は何も持っていないのが普通。

【対策】

- ・買物中などに人がすり寄ってきた際は特に注意する。
 - ・バスや路面電車内ではリュックやバッグは体の前で抱きかかえて持つようにする。
 - ・混雑した場所には必ずスリ等の常習犯が待ち構えていると意識して気をつける。
 - ・現金や財布をズボンやシャツのポケットなど目につきやすい場所には入れない。
- また、背負っているバックに貴重品を入れない。
- ・生命・身体の安全を第一に考え、犯人の要求に抵抗しない態度を示すことが必要。

b 置き引き

手口：ホテルのロビー、レストラン、公共交通機関などで足もとや椅子等に荷物を置き、その荷物から目を離しているうちに何者かに貴重品を抜き取られたり、荷物ごと持ち去られたりしてしまう。また、見知らぬ者が話しかけてきて、荷物から注意がそれている間に仲間が荷物を持ち去る。

【対策】

- ・見知らぬ者から片言の日本語または英語で親しげに話しかけられ、時間や道を聞かれても、まともに対応することを避ける。しつこく話しかけられても「急いでいる」等と答え、立ち話を始めたり、同席したりしない。
- ・外出時には所持品から目を離さず、身体から放さないよう意識する。

c 強盗

手口：親しげに英語で話しかけ、レストランを紹介する、道案内をするなどと誘って待ち伏せていた仲間と暴行を加えて所持品を奪う。食事中に睡眠薬を飲ませて所持品を奪う。両替所で換金して出てきた際やATMで現金を引き出した後に襲う。いきなり後方から何者かが頭部を殴り、倒れている隙にバック等の所持品を強奪する。

【対策】

- ・両替やATM利用の際は、周囲に不審者がいないか十分気をつける。
- ・現金や貴重品を第三者から容易に見える場所に所持しない。
- ・見知らぬ者に声をかけられても相手にせず、また行動・飲食等をともにしない。

④ 交通事情

ルーマニアでの2020年の交通事故発生件数は12%減少しています。ただし、死者数について、日本と人口当たりの発生率を比較すると、ルーマニアは日本の約3.8倍となっており、交通事故による危険性が高いと見られますので、十分な注意が必要です。ルーマニア全体、特にブカレストで年々車両台数が増加している中、運転技術、マナーに問題ある運転手が散見されます。また、速度違反による交通事故のほか、車両だけでなく歩行者にも過失がある交差点での交通事故も発生しています。歩行中に自動車事故に巻き込まれる可能性が十分ありますので注意してください。

さらに、道路標識が少ない、停止線など道路標示が薄くて見えない、舗装状態が悪く道路に穴が開いている場所もある等、交通環境の整備も不十分ですので、安全運転を常に意識してください。

⑤ 野犬被害

最近では、以前より被害事例が減少していますが、ルーマニア各地には野犬が生息している地域があります。ブカレスト市内では最も対策が進んでいますが、ブカレスト郊外及び地方では、まだ管理が行き届いていない地域もあるので、犬に咬まれる危険性に注意してください。また犬のほか野生生物が多く生息していることから、狂犬病感染リスクが高く、キツネ等の野生動物や犬、猫等から狂犬病ウイルスが検出されていることが報告されています。予防のためには、動物に不用意に近付かない、触らない、餌をやらないようにしてください。もし、動物に咬まれた場合は、清潔な流水で傷口を洗い、最寄りの医療機関で診察を受けてください。

(4) 医療情報

救急車 ☎ 112

警察、消防と共通番号で英語対応可です。

私立病院救急車サービス

SANADOR Ambulance ☎ 021-9699

ブカレスト市中心部の救急対応可能な公立病院

病院名	住所	電話番号	注意点
Emergency Hospital “Floreasca”	Calea Floreasca nr. 8, Sector 1	☎ 021-599-2300, 021-599-2308 ☎ 021-9622 (救急専用)	24 時間対応可能な救急病院だが、成人のみを対象としており、小児および感染症患者は受け付けていない。医師の多くは英語を話す。看護師・技師・受付職員等はルーマニア語しか解さない場合が多い。
National Institute of Infectious Diseases “Prof. Dr. Matei Bals”	Str. Dr. Calistrat Grozovici nr. 1, Sector 2	☎ 021-210-9517	感染症専門医療機関で犬咬傷処置、狂犬病ワクチン接種が可能。
Emergency Hospital for Children “Grigore Alexandrescu”	Bd. Iancu de Hunedoara nr. 30-32, Sector 1	☎ 021-316-9366, 021-316-9372	国立の小児専門病院で 24 時間対応している。
University Clinical Emergency Hospital	Splaiul Independentei nr. 169, Sector 5	☎ 021-318-0523	国立大学付属病院。婦人科も受け付けている。

ブカレスト市中心部の救急対応可能な私立病院

大使館事務所近辺の病院を挙げます。初期治療や簡単な手術は可能ですが、重症の場合には上記の公立病院へ転送されます。

SANADOR Clinic Hospital

住所: Str. Sevastopol nr.9 ☎ 021-9699(コールセンター)

ビクトリア広場近く、日本大使館事務所至近にあり、24時間救急対応しています。

ブカレスト市中心部の私立歯科医院

CMI Dr. Arina Vinereanu

住所: Calea Plevnei, nr.186 ☎ 021-410-4093

本邦留学経験があり、日本語を話す医師が勤務しており、簡単な処置であれば利用可能です(要予約)。

薬局

ブカレスト市内各所に薬局チェーン店 (Helpnet、Sensiblu 等) があり解熱剤、感冒薬、胃腸薬等は処方箋なしで購入できます。

(5) 交通機関

メトロ(地下鉄)

出入り口のMマークが目印。2020年9月にM5が開通し、現在5路線が走っています。駅の券売機で購入した切符を改札機に挿入するか、コンタクトレス機能の付いたクレジットまたはデビットカードを改札機にかざすことで改札を通過できます。料金は以下のとおりです。

2回使用券	6.00レイ	10回使用券	25.00レイ
24時間パス	8.00レイ	1週間パス	30.00レイ
1か月パス	80.00レイ		

バス・トラムバイ(路面電車)・トロリーバス

バス・トラムバイ・トロリーバスのカードは共通であり、バス停近くにあるグレーの切符売り場(Casa de bilet)で購入し、カードを購入またはチャージをします。乗車後、車内に備え付けられているカードリーダーにカードをかざし、緑色のランプが点灯するのを確認します。(カードリーダーにVISA/Mastercard等の表示がある場合はコンタクトレス機能の付いたクレジットカードまたはデビットカードでの支払いが可能。)車掌がいなくても、抜き打ち検査が行われ、カードを所持していなかったり、カードをタッチしていなかったりするとその場で罰金が課せられるので要注意です。運行時間は5:00~23:00頃。料金は以下のとおりです。

Cardul Activ (アクティブ) 繰り返し使用可能・緑のカード	3.70レイ	Carudul Multiplu (マルチプル) 使い捨て・青いカード	発行は無料だが、チャージ不可
1回	通常の線:3.00レイ 特急・空港線:7.00レイ		
1日乗車分	8.00レイ	1か月パス	80.00レイ

タクシー

タクシーは、ホテルやレストランのスタッフに信用できるタクシー会社へ連絡してもらうのが無難ですが、外国人観光客と見られると不当な料金を請求される場合もあるので、いかなる場合でも、メーターの有無及び作動確認を含む事前及び事後の交渉が必須です。平均的に料金は1.69レイ/kmで、空港~市内間の移動は約35~45レイが相場です。また、空港ではタクシー呼び出し機が設置されており、それを利用して呼び出すことが最も安全です。タクシーの支払いは現金のみとなっています。

民間大手タクシー会社電話番号

Meridian: ☎ 021-9444(ルーマニア語) / 9888(英語)

Speed: ☎ 021-9477

Titan: ☎ 021-9661

またブカレスト市内では、タクシーの他、インターネットやスマホのアプリで簡単に配車サービスを出すことのできる Uber や Bolt、BlackCab 等の配車サービスも広く普及しており、比較的安価で安全に目的地まで運んでもらえる。事前にアプリをダウンロードしておくことをおすすめします。

レンタカー

Compact Rent A Car ☎ 074-463-8292

AVIS (インターコンチネンタル内) ☎ 021-314-1837

(6) 電話

公衆電話

市内には公衆電話はほとんどなく、故障のままで放置されている電話機も多いので注意を要します。最近では携帯電話が主流となっており、SIMカードは路上の売店や販売機等で購入できます。

国際電話

日本へ電話をかける際は「00(アクセスコード)」+「81(日本の国番号)」+「市外局番の初めのゼロを除いた番号(東京なら3)」+「相手の電話番号」の順にダイヤルしてください。

例) 東京都内03-3123-4567にかける場合						
00	—	81	—	3	—	3123 — 4567
アクセスコード		日本の国番号		市外局番から		相手の電話番号
				ゼロを取る		

(7) 郵便

日本へ送る郵便物の料金表は以下の通り(2021年9月現在)。切手は郵便局で購入できます。

一部のホテルから送ることも可能。郵送にかかる日数は10日前後。

- ① 葉書 — 9.00レイ
- ② 小包(追跡可能な国際航空便) — 58.00レイ(基本料金)+35.70レイ/kg

ブカレスト市内で国際小包を取り扱っている郵便局は5番および6番郵便局のみであり、税関手続きのため開封状態のまま持っていく必要があります。迅速かつ確実に送りたい場合は割高になりますが、DHL等のクーリエサービスの利用をお勧めします。

- ◇ 5番郵便局 ☎ 021-336-1771 住所: Bd. Libertatii nr.1, Sector 5
- ◇ 6番郵便局 ☎ 021-330-2731 住所: Calea Văcărești 203, Sector 4
- ◇ DHLオフィス ☎ 021-222-1777 Fax: 021-230-8338
- ◇ UPSオフィス ☎ 021-233-8877 Fax: 021-410-9910

(8) ホテル・旅行代理店

年2回開かれる国際見本市の時期(5月下旬・10月初旬)にはホテル留保が難しくなる上、料金も15%程高騰する。なお、料金に税金が含まれていない場合5%の付加価値税と2%の市税が加算される。

主要ホテルリスト

◆主要ホテル名◆	住所〔カッコ内〕は地図位置	電話番号
アテネパリス・ヒルトン ★★★★★	Str. Episcopiei 1-3〔地図Ⅰ〕	021-303-3777
	革命広場や国立美術館、アテネ音楽堂近くの高級ホテル。建物自体は、1914年にフランス人建築家によって建設された。	
インターコンチネンタル ★★★★★	Bd. Nicolae Bălcescu 4〔地図Ⅰ〕	021-310-2020
	大通り、マゲル通りに面した、ブカレストのシンボルにもなっているホテル。	
JWマリオット・グランドホテル ★★★★★	Calea 13 Septembrie 90〔地図Ⅱ〕	021-403-0000
	議会宮殿の裏手にあるゆったりとした雰囲気の高級ホテル。ホテル内にはヨーロッパ屈指の高級ブティック店が並ぶ。	
ラディソンブル ★★★★★	Calea Victoriei 63-81〔地図Ⅰ〕	021-311-9000
	モダンな内装の高級ホテルで、ホテル内に寿司レストラン「ジンジャー」を2017年にオープン。	
ホテル・パーラメント ★★★★★	Str. Izvor 106〔地図Ⅱ〕	021-411-9990
	議会宮殿の真裏にある眺めの良い高級ホテル。	
シェラトンホテル ★★★★★	Calea Dorobanti 5-7〔地図Ⅲ〕	021-201-5000
	市の中心部に位置し、日本食レストランやピザレストランが入っています。旧ハワードジョンソンホテル。	
ノボテル ★★★★	Calea Victoriei 37B〔地図Ⅰ〕	021-308-8500
	ビクトリア通り沿いにあり、大学広場や旧市街に近い。2006年にオープンしたホテル。	
ゴールデン・チューリップ ★★★★	Calea Victoriei 166〔地図Ⅲ〕	021-212-5558
	比較的お手頃な料金で宿泊できます。ロマーナ広場付近。ヴィクトリエ広場と旧市街のちょうど中間に位置しています。	
ホテル・ミネルヴァ ★★★★	Str. General Gheorghe Manu 2-4〔地図Ⅲ〕	021-311-1555
	お手頃な料金で宿泊できます。街の中心、ロマーナ広場と日本大使館のあるヴィクトリエ広場のちょうど中間に位置するホテル。	
ホテル・ベルテロット ★★★★	Str. General H. M. Berthelot 9〔地図Ⅲ〕	031-425-5860
	お手頃な料金で宿泊できます。旧市街含む多くの観光地が徒歩圏内。	

当地旅行代理店

VISIT ROMANIA	Str. Petofi Sandor 15	☎ 021-223-1818 Fax: 021-223-1810
	日本人スタッフが1名勤務しています	
Exact Tours	Str. Ghiocei 2	☎ 021-312-3045 Fax: 021-312-3046
	日本人スタッフおよび日本語可能なスタッフが勤務しています	

(9) 代表的なおみやげ・買い物

◇ **マクラメ刺繍**

白い木綿の糸を鉤針で編んだ、テーブルなどの敷物で、ほとんどの製品は農家の女性によるハンドメイドであり、ブドウや花がモチーフとなっている。

◇ **イースターエッグ**

鶏の卵の殻に細かな絵付けをしたもの。ビーズを一つ一つ貼り付けた、凝った作りのものもある。

◇ **ルーマニアの民族音楽**

パン・フルートと言う木製の楽器は、ルーマニアの伝統的民族音楽には欠かせない楽器で、かなりの高音が出る。ルーマニアの伝統音楽を収録したCDは約5ユーロ程度～。

◇ **ルーマニアの民族衣装**

ルーマニアの民族衣装は地域によって大きく異なるが、赤と白を基調とした色使いのものが主流。特に女性用のブラウスには様々なバリエーションがある。値段は刺繍の多さや模様の複雑さにもよるが、200～1000レイ程度で購入可能。

◇ **ルーマニア・ガレ(花瓶, ランプ等)**

国内にはガラス細工で有名なフランスのエミール・ガレ(19世紀)の弟子達の工房があり、**ガレ風**のガラス細工が比較的安価(50～550レイ)で手に入る。ただし、梱包が十分でないため、輸送の際注意が必要。

◇ **レース皿(編み皿)**

縁の部分が編み目になっている飾り皿。大きさも様々あり、小さいもので5ユーロ程度～。

◇ **ジェロビタール(GEROVITAR)**

アナ・アスラン博士という女性によって開発されたアンチエイジングを目的としたルーマニア生まれの基礎化粧品。女性に人気のあるお土産で、市内の薬局やスーパーの化粧品コーナーなどで販売されている。ナイトクリームやアンチリンクルクリームなど25レイ～。Gerovital H3シリーズの他、Gerovital Plant や、天然の泥クレイを配合した Aslavital シリーズも販売されている。

◇ **蜂蜜, プロポリス**

蜂蜜の生産高の多いルーマニアでは、プロポリスは日本と比べ破格の値段で購入できる。値段はスプレーで1本3ユーロ程度。薬局で販売されている。また、アカシア蜂蜜を始め各種ルーマニア産の蜂蜜がスーパー等で安く入手可能。

◇ **ワイン・ツイカ等**

ルーマニアはワインの生産量も多く、様々な種類のワインが販売されている。固有種のフェテアスカ・ネアグラ(赤)、タムイオアサ・ロマネアスカ(白)等を使った国際的に高評価のものもある。ルーマニアのウォッカとも言うべきツイカはプラム等から作られる蒸留酒。アルコール度数は20～40%と非常に高く、パリンカはツイカを再蒸留したもので、アルコール度数はさらに高い。ボトルの運搬には注意が必要。

お土産物店

ブカレスト市内のお土産物店は農民博物館、農村博物館等の博物館併設店のほかに、ヴィクトリエ通り (Calea Victoriei) や旧市街にも点在する。

◆お土産物店◆	住所	電話番号
農民博物館 Muzeul Național al Țăranului Român	Șos. Pavel D. Kiseleff 3 [地図Ⅳ] 陶器を含むルーマニアの各地の民芸品の品揃えが充実しているお土産物店。 農民博物館裏にあり、博物館に入館せずに入ることが可能。	021-317-9660 / 021-317-9661
農村博物館 Muzeul Național al Satului "Dimitrie Gusti"	Șos. Pavel D. Kiseleff 28-30 [地図Ⅴ] 博物館の入り口右手にあるお土産物店。ルーマニアの民芸品の品揃えが豊富。	021-317-9103
マイ・ルーマニアン・ストア "my Romanian store"	Str. Episcopiei 6 [地図Ⅰ] ルーマニアの伝統食器や衣装、雑貨が並べられているおしゃれなお店。スタッフは英語での 会話が可能。平日は11:30~20:30、週末は12:00~20:00まで営業していて便利。	075-619-9429
リプスカニ通り Strada Lipscani	Str. Lipscani [地図Ⅰ] 旧市街にある通り。ガレの弟子たちの工房が並び、購入することが可能。土曜は午前中のみ、日曜は休みの店が多いため注意。	—
カルトウレシュティ・カルセル Cărturești Carusel	Str. Lipscani 55 [地図Ⅰ] 2015年にオープンした旧市街のおしゃれな書店。最上階はカフェスペースとなっていて雰囲気 がよい。 一階入り口付近にはルーマニア土産やポストカードなどもある。大型ショッピングモール AFI 内やロマーナ広場から大学広場までの大通り(マゲル通り)沿いにも店舗がある。	072-882-8922
フマニタス Librăria Humanitas	Calea Victoriei 45 [地図Ⅰ] 2004年2月に改装オープンした書店。クレツレスク教会の向かい側にあります。ルーマニア に関する書籍の他、絵はがきも販売しており、ガイドブックの種類も充実。	021-313-5035

(10) 免税手続き

ルーマニアでは、ほとんどすべての商品に付加価値税が課せられています。旅行者は、付加価値税払い戻し制度加盟店で一定額以上の買い物をした場合には、免税手続きにより税還付を受けることが可能。手続きは空港のパスポートコントロール後の税関ブースにて24時間対応しており、①品物②店発行の書類および領収書③パスポートの提示が必要。還付方法は現金もしくは送金。

3. 食事・レストラン案内

ルーマニア料理は煮込みや肉のグリルなど、素朴な料理が中心で日本人の口に合うと言われている。

飲み水

水道水はあまり飲まずにスーパーなどでミネラルウォーターを購入するのが良い。ミネラルウォーターにはガス入りの「minerală(ミネラーラ)」とガスなしの「plata(プラータ)」がある。

(1) ルーマニア料理ガイド

前 菜

◇ サラタ・デ・ヴィネテ(salata de vinete)

焼きナスをつぶしてマヨネーズを加えた、ルーマニア風ナスのサラダ。パンに塗って食べる。焼きナスの味が濃く、日本人には馴染みやすい。

◇ チョルバ(ciorbă)

ルーマニアの代表的なスープで、チョルバの素ともいうべき特別な酢(bors)を入れるため、酸味があるのが特徴。様々な種類があるが、牛の胃(ミノ)のスープ(ciorbă de burtă)、牛肉と野菜の煮込み(ciorbă de vacuță)、ミートボールのスープ(ciorbă de perișoare)、豆のスープ(ciorbă de fasole)などが代表的。

メ イン

◇ サルマーレ(sarmale)

ルーマニア料理の定番中の定番。挽肉と米を酢漬けにしたキャベツ(sarmale în foi de varză)やブドウの葉(sarmale în foi de varză viță)でくるみ、トマトソースで煮込んだルーマニア風ロールキャベツ。これにルーマニアの伝統的主食である、トウモロコシの粉に水を加えて練って固めた、ママリガ(mămăligă)を添えて食べるのが一般的。

◇ トキトウーラ(tochitură)

野菜や肉などの煮込み料理で、モルドバ地方風のものが有名。これもママリガと食べるのが一般的。

◇ フィカツェイ・デ・プイ・ラ・グラタール(ficăței de pui la grătar)

鶏肉のレバーのグリル。日本のレバーのような臭みはなく、食べやすい。

◇ シュニッツェル(snitel)

薄くのばした肉にころもをつけて揚げたもの。鶏肉のシュニッツェル(șnițel de pui)、牛肉のシュニッツェル(șnițel de viță)、豚肉のシュニッツェル(șnițel de porc)などがある。

◇ ミティティ(mititei)

挽肉に香辛料とニンニクを混ぜて棒状に丸めた物を炭火で焼いたもの。町の屋台でもレストランでも食べられる庶民的定番料理。ビールと良く合う。

デザート

◇ パパナッシ(papanași)

ブラショフ地方名物のデザート。チーズ、小麦粉、卵を混ぜて揚げたドーナツにチェリージャムとサワークリームをたっぷりかけたもの。

◇ クラティーテ(clătite)

いわゆるクレープ。チョコの入ったもの(clătite cu ciocolată)や、アイスクリーム入り(clătite cu înghețată)などがある。

◇ アイスクリーム(înghețată)

いちごのアイスクリーム(Înghețată de căpșuni)、チョコレートアイスクリーム(Înghețată de ciocolată)、バニラのアイススクーム(Înghețată de vanilie)などがある。

アルコール、その他飲み物

◇ ワイン(vin)

ルーマニアワインは手頃な値段で、且つおいしいと評判。白ワイン(vin alb)、赤ワイン(vin rosu)、甘いワイン(vin dulce)、辛口ワイン(vin sec)など。代表的な銘柄はムルファトラル(Murfatlar)、ジドベイ(Jidvei)や高級なものとしては、ヒペリオン(Hyperion)、ダヴィーノ(Davino)、セナートル(Senator)など。

◇ ツイカ(țuică)

アルコール度数の高い、プラム等の蒸留酒。小さなグラスで飲む。

◇ ビール(bere)

代表的なルーマニア国産のビールはウルスス(Ursus)やシルバ(Silva)、チューク(Ciuc)など。

◇ コーヒー(cafea)

エスプレッソ(cafea espresso)、カプチーノ(cappuccino)、古くから飲まれているトルココーヒー等が主流。

◇ 紅茶(ceai)

日本でいう“紅茶”はチャイネグル(ceai negru)。その他、フルーツティ(ceai de fructe)も一般的。

(2) レストラン案内

1989年の革命以後、市内のレストランは徐々に増え、今ではルーマニア料理、イタリアンをはじめ、和食(約30軒)、アジア料理など様々な料理を味わうことができます。また、ルーマニア料理の多くのレストランで、楽器の生演奏が行われています。

レストラン名の☆印は値段によるランクを表す(☆☆☆高級、☆☆中級、☆リーズナブルレストラン)

ルーマニア料理

◆レストラン◆	住所	営業時間	電話番号
カル・ク・ベレ (Caru 'cu Bere) ☆☆	Str. Stavropoleos 5 [地図Ⅰ]	(月～日)9:00-24:00	0726-282-373
	19世紀後半創業のビアホールで、2006年に改装オープン。ルーマニア料理が中心で、連日賑わっており、予約必須。夜はダンスショーもあり、ルーマニアの明るい雰囲気を楽しむことができる。		
ラ・ママ(La MAMA) ☆	Str. Episcopiei 9 [地図Ⅲ]	(日～木)10:00-24:00 (金、土)10:00-26:00	0213-129-797
	市内には何店舗があるが、ヒルトンホテルに近いこちらが良い雰囲気。料理の量が多く、いつも混み合っているので、必ず予約が必要。夏はテラス席で食事ができる。		
カーサ ドイナ (Casa Doina) ☆☆☆	Șos. Kiseleff 4 [地図Ⅳ]	(月～日)11:00-23:00	0745-009-009
	キセレフ公園近くにあるレストラン。夏はテラス席がおすすめ。ウェブサイトのコンタクトフォーム(casadoina.ro/contact/)から予約可能。		
ヴァトラ(Vatra) ☆☆	Str. Ion Brezoianu 19 [地図Ⅰ]	(月～日)12:00-22:30	0213-158-375
	店内はルーマニアの民芸品で装飾されており、雰囲気がよい。生演奏がないため、落ち着いて食事をしたい方におすすめのお店。		
クラマ・ドムネアスカ (Crama Domneasca) ☆☆☆	Str. Șelari 13-15 [地図Ⅰ, Ⅱ]	(月)14:00-24:00 (火～日)12:00-24:00	0758-333-000
	ワインセラーのような内装のレストラン。店内は広いため、団体での利用も可能。肉料理の評判がよく、ディナータイムにはダンスや歌のショーも行われ、良い雰囲気が味わえる。		

ラ・タイファシュ (La Taifas) ☆☆	Str. Mihail Moxa 12 [地図Ⅲ]	(火～日)12:00-23:00	021-212-7788
	ルーマニア料理とインターナショナルな料理のお店。大使館から徒歩約10分。大人数の予約も可能で、メニューを事前に連絡しておくとおスムーズ。日替わりメニューも用意している。		
モンシェリ(Mon Cheri) ☆☆	Intrarea Tudor Stefan 16 [地図Ⅳ]	(月～日)12:00-23:00	0748-750-029
	テラス席のある、こぢんまりとした雰囲気のレストラン。チョラン・アフマツ(豚もも肉の薫製)がおすすめ。		
ラ・プラチンテ (La Placinte) ☆	Bd. Gheorghe Magheru 26 [地図Ⅲ]	(月～日)10:00-22:00	0743-110-046
	モルドバ風パイ料理がメインのファミリーレストラン風の店。日本大使館付近やロマーナ広場ほか市内に数軒店を構える。一人で入りやすい雰囲気。		

イタリア料理

◆レストラン◆	住所	営業時間	電話番号
グラノー(Grano) ☆☆☆	Str. Putul lui Zamfir 40 [地図Ⅳ]	(月～日)8:30-22:00	021-231-2386
	ドロバンチエリアのおしゃれで美味しいイタリアン。店内ではイタリア食材の販売も行われている。テイクアウトの利用も可能で、デザートも美味しく人気。		
イル・カルチョ (Trattoria Il Calcio) ☆☆	Str. Benjamin Franklin 1-3 [地図Ⅲ]	(日～木)12:00-24:00 (金、土)12:00-25:00	0732-528-140
	シーフードパスタがお勧め。ピザも本格的で美味しく、地元の人にも大人気の店。他にもヘラストラウ公園やフロレアスカ通り沿いにも姉妹店がある。事前予約がおすすめ。		
ボンジョルノ (Trattoria Buongiorno) ☆	Bd. Lascar Catargiu 56 [地図Ⅲ]	(月～日)8:00-23:00	072-244-6766
	市内にいくつかあるイタリアンレストラン。ヴィクトリエイ広場からロマーナ広場にむかう通り沿いにあり、日本大使館からも近い。		
ポエジア(Poesia) ☆☆☆	Bd. Aviatorilor 76 [地図外]	(月～日)12:00-23:00	0744-502-000
	パスタやリゾットの他、肉・魚料理も提供している。パスタは62レイ～。		
フィオール・ディ・ラツテ (Fior Di Latte) ☆☆	Bd. Primaverii 19-21 [地図外]	(月～日)8:00-24:00	0784-420-555
	パスタやリゾットの他、魚料理も充実している。パスタは42レイ～。デザートにも力を入れており、特にティラミスやジェラートは絶品。		

フランス料理

◆レストラン◆	住所	営業時間	電話番号
ビストロフランセーズ (Le Bistrot Francais) ☆☆☆	Str. Nicolae Golescu 18 [地図Ⅰ]	(月～土)13:30-23:00	075-601-8393
	ワイン専門誌「ワイン・スペクテーター」に掲載のワインを900種以上取り扱う。ルーマニアおよびフランス産の新鮮な食材を使い、繊細な味を提供している。		
ジョセフ・バイ・ジョセフハダッド (JOSEPH by Joseph Hadad) ☆☆☆	Str. Dr. Ion Cantacuzino 8 [地図Ⅳ]	要確認	075-399-9333
	40年以上の調理経験を持つシェフによるレストラン。肉・魚料理の他、パスタも人気のメニューとなっている。		
カジュ・バイ・ジョセフ・ハダッド (CAJU by Joseph Hadad) ☆☆	Str. Nicolae Golescu 16 [地図Ⅰ]	(月～日)12:00～24:00	075-111-4545
	上記レストランと同シェフが経営する、比較的安価でカジュアルな系列店。週替わりで旬のスペシャルメニューも提供している。		

日本料理

◆レストラン◆	住所	営業時間	電話番号
結城(YUKI Home Dining) ☆☆	Str. Putul lui Zamfir 5 [地図Ⅳ]	(火～日)12:00-21:30	0761-341-667
	2015年1月にオープンした日本の家庭料理を出すレストラン。オーナーは日本人。居酒屋風のお店で、在留邦人に人気。テイクアウトにも対応している。		
カンパイ(Kanpai) ☆☆	Str. George Calinescu 49 [地図Ⅳ]	(月～日)12:00-22:00	0371-184-961
	2015年6月にオープンしたカジュアルな日本料理レストラン。焼鳥やラーメン、やきそばなどがおすすめ。		
ゼン・スシ(Zen Sushi) ☆☆☆	Str. George Calinescu 15 [地図Ⅳ]	(月～土)12:00-23:00 (日)13:00-22:30	0722-161-718
	おいしいお寿司、天ぷら、丼ぶりをメインに提供している。事前予約を推奨。市内に3店舗ある。		
エド・スシ・ガーデン (EDO Sushi-Garden) ☆☆	Str. Știrbei Vodă 84A [地図Ⅲ]	(水～月)12:00-22:00(火)15:00-22:00	0735-111-095
	ごはんまりとしたレストラン。安く手軽にお寿司やラーメンが食べられる。カリフォルニアロールなど欧米風のお寿司メニューが豊富。		
スシテラ (SUSHI TERRA) ☆☆	Calea Dorobanti 140 [地図Ⅳ]	(月～日)11:00-23:00	0745-704-704
	市内に5店舗を構える。カリフォルニアロールなど欧米風のお寿司メニューが豊富。数種類のお寿司の入ったセットプレートが便利。お寿司の他、タイ料理も提供している。		
わさび (Wasabi Running Sushi) ☆☆☆	Bd. Vasile Milea 4 [地図外]	(月～日)10:00-22:00	0758-333-000
	市内に唯一の日本人経営者による回転寿司店。ショッピングモールAFI Cotroceni内にある。ブカレスト市外ではクルージュやティミショアラにチェーン店を構える。		
べにはな(Benihana) ☆☆☆	Calea Dorobantilor 5-7 [地図外]	(ランチ)12:00-15:00 (ディナー)18:00-22:30	021-201-5000
	シェラトンホテル内にある鉄板焼きとお寿司のお店。海外の日本食レストランという雰囲気でも個室もある。		
ジャパノス(Japanos) ☆	Bd. Aviatorilor 8 [地図Ⅳ]	(月～日)12:00-22:00	0770-710-620
	カンパイのオーナーの系列店で、お手頃価格で生麺のラーメンが食べられる(テイクアウトも可)。日本大使館から徒歩7分程度の場所に位置する。日本風のお弁当や寿司も提供。		

中華料理

◆レストラン◆	住所	営業時間	電話番号
北京花園(Beijing Garden) ☆☆	Str. Berzei 66 [地図Ⅲ]	(月～日)11:00-24:00	0726-666-888
	大通り沿いにある中華料理店。日本語の話せるスタッフがいる。揚げ物が美味しい。		
南京(Nan Jing) ☆☆	Str. Gheorghe Manu 2-4 [地図Ⅲ]	(月～日)12:00-23:00	021-318-1285
	ミネルヴァホテル内にある老舗中華料理店。宿泊客以外も訪れることが可能。		

その他インターナショナル料理

バリオ (Barrio) ☆☆	Str. Biserica Amzei 30 [地図Ⅲ]	(月～日)9:00～23:00	0733-222-777
	ロマーナ広場近くのホテル併設のレストラン。低価格で肉料理、シーフード料理などが楽しめる。		
アルト・シフト (Alt Shift) ☆☆	Str. Constantin Mille 4 [地図Ⅰ]	(月～日)12:00-26:00	0727-316-245
	旧市街に近いおしゃれなレストラン。若い世代に人気のお店。深夜遅くまで営業している。		
メイズ (Maize farm to table) ☆☆☆	Str. Paris 61A [地図Ⅳ]	(水～金)17:00-24:00	0756-400-900
	Labyrinthe Paris Building 3F	(土)13:00-24:00 (日～火)休	
2019年Tripadvisorでエクセレンス認証を授与したお店。オーガニックな食材にこだわっている。			
ボーン (Bone) ☆☆	Calea Floreasca 198 [地図外]	(月～日)12:00～23:00	0733-198-200
	魚料理・シーフード、肉料理をメインに幅広いメニューを展開している。		
アップタウン (Uptown) ☆☆	Str. Rabat 2 [地図Ⅳ]	(月～土)11:00-22:00	021-231-4077
	ブカレスト在住の外国人の間で大人気のお店。平日でもすぐに席がうまってしまうため、要予約。とても広いテラス席は雰囲気が良い。		
クンナイ (Kunnai) ☆☆☆	Str. Copilului 6-12 [地図外]	(月～日)12:00-24:00	072-268-7343
	ロマンチックな雰囲気のタイ料理店。カレーなど伝統的なタイ料理を味わうことができる。		
タージ (TAJ) ☆☆	Calea 13 Septembrie 127-131 [地図Ⅱ]	(月)11:00-21:00	021-410-1820
	マリオットホテル近くの大通り沿いにあり、地元で愛されているインドカレー店。		
アリオリ (La Finca by Alioli) ☆☆	Str. Grigore Alexandrescu 77	(月～日)12:00-23:00	076-715-0500
	[地図Ⅲ, Ⅳ]	スペイン料理のお店。テラス席もあり雰囲気が良い。パエリアが名物料理。	
パタ・ネグラ (Pata Negra) ☆☆☆	Str. Washington 11 [地図Ⅳ]	(月～日)12:00-24:00	021-313-5936
	一軒家のスペイン料理店。タパス、生ハム、パエリアなどが美味しい。		
ギュロス・テッサロニキ (Gyros Thessalonikis) ☆	Str. Gabroveni 2 [地図Ⅰ]	(月～日)9:00-24:00	079-959-4770
	旧市街にあるギリシャ料理ファストフードのスタンド。ピタは、好みの具や量の調整もできる。		
ヴァン・ゴッホ (Van Gogh Grand Cafe) ☆	Str. Smărdan 9 [地図Ⅰ]	(日～木)8:00-24:00 (金、土)8:00-25:00	077-011-7279
	かつて銀行だった建物を改装し、ゴッホの作品をふんだんに飾ったかわいらしいカフェ。観光客と若者でにぎわう。ドリンクの他、パスタなどの軽食も提供している。		
ヴァイン・エキスパート (Vinexpert) ☆☆☆	Calea Victoriei 155 [地図Ⅲ]	(月～金)10:00-24:00 (土～日)16:00～24:00	074-448-1307
	ルーマニアの老舗ワイン輸出業者のワインバー。ルーマニアワインやシャンパンを楽しむことができる。日本大使館から近く、ボトルの購入も可能。		

4. 観光

(1) 名所案内

場所によってはパスポートをもとめられることがあります。(議会宮殿と春の宮殿は必須)。

◇ 革命広場 (Piața Revoluției)

共産主義体制下のルーマニアの独裁者で、後に処刑されたチャウシェスク大統領が1989年12月21日、共産党本部バルコニーで演説途中、この広場に集められた市民の罵声を浴び、翌22日に屋上からヘリコプターで脱出したシーンは世界中に放映されました。市民側に立ったルーマニア国軍と旧秘密警察(セクリターテ)の戦いが最も激しかったのはこの一帯です。この広場を取り囲んで建っているのが旧ルーマニア共産党本部、大学図書館、アテネ音楽堂、ヒルトン・ホテル、旧共和国宮殿(現・国立美術館)です。

◇ 大学広場 (Piața Universității)

インターコンチネンタルホテルの前の広場。革命時にはここで最初の犠牲者が出ました。現在は明るく、革命時の痕を残すものはほとんどありませんが、犠牲者の慰霊塔である十字架がいまも立てられています。

◇ 議会宮殿 (Palatul Parlamentului)

開館時間 10:00-16:00(11~2月)、
9:00-17:00(3~10月)

☎ 0733-558-102/103(要予約)

国民の館(Casa Poporului)とも呼ばれるこの建物は、チャウシェスク大統領が権力を誇示するため巨額のコストと膨大な労働力を投入し1983年に着工したもので、地域住民の強引な追い出しや古い教会の破壊を行って、当時西側諸国から強い非難を浴びました。大理石



やマホガニーをふんだんに利用したこの宮殿は当時「共和国の館」と呼ばれ、共産政権のあらゆる機関を入居させる予定でした。地上12階、地下4階の建物で、地上部分の床面積(33万平方メートル)は米国防省(ペンタゴン)に次いで世界第2位の巨大建造物です。1989年の革命により一時建設途中で放置されましたが、現在は上下両議院の他、最大7カ国の同時通訳設備を持つ会議場、コンサートホール、展示場、宴会場として利用されており、一部は一般公開されています。最近では宮殿内に現代美術館もオープンしました。宮殿正面から東に伸びる大通りは「統一大通り」と呼ばれ、この通りの両側のアパート群には共産党員や官僚が入居する予定でした。

見学はガイドツアーのみ(英語・ルーマニア語・フランス語)で、事前予約が必要です。

◇ 春の宮殿(Palatul Primăverii) 開館時間 10:00-17:00(火~日) ☎ 021-318-0989(要予約)

2016年3月より一般公開が開始されたチャウシェスク元大統領の豪邸。贅沢な装飾が施されたチャウシェスク家のプライベートルームを見学することができます。また当時の国民の暮らしからすれば極めて豪華な暮らしだったことがうかがえる、スパ設備を完備した部屋や屋内プール、広大な庭なども公開されています。見学はガイドツアーのみ(英語・ルーマニア語・フランス語)で、事前予約が必要です。

◇ 凱旋門 (Arcul de Triumf)

第一次世界大戦における戦勝を記念して建てられたもので、当初は木造の漆喰塗りでした。その後ペトレ・アントネスクという建築家により造り替えられ1935年に現在の形になりました。南側の壁には、建設当時の、フェルディナンド(1865年～1927年)とその妻マリアの肖像が彫られています。



◇ ルーマニア正教総本山

(Catedrala Patriarhală din București)

ミトロポリエの丘の上(議会宮殿の近く)にある教会で、1655年に領主ラドゥ・レオンによって建てられました。トゥルゴヴィシテからブカレストへの遷都に伴い、この教会はワラキアの本山となり、現在の総本山へと至っています。隣接する建物に本教会の総主教が住んでおり、坂の途中の鐘楼がアクセサリーとなっています。

◇ 旧王宮跡 (Curtea Veche Domnească), 旧市街

ブカレストで現存する最古の旅館であるハヌル・ルイ・マヌク(現在はレストランになっている)の斜め向かいにあるレンガ造りの中世の王宮跡であり、いわばブカレストの発祥の地。16世紀よりこれについての記述があり、ドゥンボビツァ川の北岸に建てられ、当時、北はリプスカニ通り、東は1848年通り、西はセラリ通りに沿って城壁があり、ブルンコヴェアヌ王の頃は塔なども配した大理石造りの立派な建物であったといえます。現在はごくわずかな部分が復旧されているだけとなっています。

旧王宮跡から北東はバルティアヌ大通り、北側はカロル I 世大通り、西はヴィクトリエイ通りに囲まれた市街は第二次大戦前からの建造物も多く、旧市街(チェントル・ヴェキまたはリプスカニ地区)と言われています。道にはみ出したカフェも多く、カル・ク・ベレやテラサ・ド・アムネイといったレストランもこの地区にあり、観光シーズンの週末は大変混み合っています。

◇ ヘラストラウ公園 (Parcul Herăstrău)

市の北側ヘラストラウ湖のまわりにある市内最大規模の公園。緑豊かな187ヘクタールの敷地内には農村博物館や各スポーツ施設、レストラン、カフェがあり、夏場には湖上遊覧船も運航されています。平成11年5月には凱旋門に近い一角に日本庭園が開園され、日ル文化交流協会より寄贈された200本のサクラの苗木が植えられています。

◇ クレツレスク教会 (Biserica Crețulescu)

革命広場の向かい側に立つ、1722年に建てられた教会。教会自体はかなり古いですが、善と悪を裁く神の姿が描かれた18世紀当時のフレスコ画は綺麗に保存されています。1989年の革命でかなりの損傷を受けたため、現在でも一部修復中になっています。

(2) 美術館・博物館

◇ 国立美術館 (Muzeul Național de Artă al României)

1989年革命の舞台となった革命広場に位置する美術館で、革命時には外部内部ともかなりの損傷を受けました。2000年5月より西洋絵画部門が再開され、ヴェラスケス、エル・グレコ、ルーベンス、レンブラントといった巨匠達の作品や、モネ、シズレーといった19世紀印象派の画家達の作品を見ることができます。また、テオドール・アマン、ニコラエ・グレゴレスク、シュテファン・ルキアンなどのルーマニアを代表する画家達の作品も所蔵されています。

◇ ルーマニア・コレクション美術館 (Muzeul Colecțiilor de Artă)

西洋のみならず東洋の美術工芸品を展示した美術館。日本の墨絵や壺などのコレクションも豊富。充実したニコラエ・グレゴレスクのコレクションが見所。国立美術館と共通の入場券もあります。

◇ コトロチェニ博物館 (Muzeul Cotroceni)

大統領府内にある、ルーマニア国王カロル I 世、フェルディナンド I 世が暮らしていた宮殿の一部を見学できる博物館。ドイツ風、フランス風、オリエンタル風、北欧風、など趣向を凝らした内装を楽しむことができる。フェルディナンド I 世は植物学の研究者でもあったため、内装は花屋植物をモチーフにしたものが多い。

◇ ルーマニア国立歴史博物館 (Muzeul Național de Istorie a României)

旧市街にあるネオクラシック・スタイルの建物。展示物は60万点にもものぼり、古代ダキア人の宝飾物や武器など、遺跡からの発掘品が多い。見所はローマにあるトリアヌスの円柱のレプリカ、単に美術史的な重要さとどまらず、ルーマニア人のルーツを示す貴重な文献ともなっています。

◇ 国立農村博物館 (Muzeul Național al Satului)

ルーマニア各地方の民家、教会、水車など約300棟を展示した野外博物館。欧州のなかでも規模の大きさや保存状態の良さで高く評価されています。見学で見逃せない建物は、1875年ゴルジュ建築様式で建てられたチェアウル(Ceauru)の家、1820年代オアシュ地方の典型的な家、モセイニの家(Casa Moșeni)、1727年に建てられたマラムレシュのドラゴミレシュティ村(Dragomirești)から移設された見事な木造教会等。ミュージアムショップでは民芸品や織物等のお土産を扱っています。

◇ 国立軍事博物館 (Muzeul Militar Național)

ルーマニアの古代史からの展示がされているほか、1989年の革命当時の展示室も設置されています。屋外には、戦車や戦闘機などの展示もあります。

◇ 農民博物館 (Muzeul Național al Țăranului Român)

ルーマニアの民族衣装や陶器などの展示があります。1996年には欧州を代表する博物館として選出され賞を受けました。地下の共産党の遺物を集めた部屋も見所です。

(3) オペラ・観劇

オーケストラ、室内楽団によるコンサートやオペラ、オペレッタ、バレエは10月から4月頃のシーズン中それぞれの専門劇場で催されます。日曜日にはオペラ及びコンサートのマチネがあります。曲目はクラシックを中心にしていますが、ルーマニアの現代作曲家達の作品を紹介することもあり興味深いものがあります。オペラはレパートリーが広くルーマニア作品の他、イタリア歌劇などの公演もあります。オペレッタもルーマニアの作品の他、シュトラウス、レハール、カルマンなどの作品や英米のミュージカルも上演しています。主要劇場・演奏会場の住所、電話番号は次の通りです。

◇ 国立劇場 (Teatrul Național București)

住所: Bd. Nicolae Bălcescu 2 ☎ 021-314-7171 (URL) <https://www.tnb.ro/ro>
インターコンチネンタルホテルに隣接し、シーズン中にはルーマニア及び外国の演劇を上演している。

◇ アテネ音楽堂 (Ateneul Român)

住所: Str. Benjamin Franklin 1-3 ☎ 021-315-6875
(URL) <https://www.fge.org.ro/>

国立ジョルジェ・エネスクフィルハーモニーの使用するコンサートホール。1888年に建設され、1898年には、ルーマニアの有名な作曲家である、ジョルジェ・エネスクがこのホールでデビューコンサートを行った。



◇ 国立オペラ劇場 (Opera Națională București)

住所: Bd. Mihail Kogălniceanu 70-72 ☎ 021-314-6980
(URL) <http://operanb.ro/>

オペラ、バレエを中心にシーズン中は毎晚上演している。

◇ 国立オペレッタ劇場 (Teatrul Național de Operetă și Musical Ion Dacian)

住所: Bd. Octavian Goga 1 ☎ 021-315-6836 (URL) <https://www.opereta.ro/>

旧国立オペレッタ劇場は取り壊され、国立劇場小ホールに間借りをしており、有名軽歌劇を上演している。

5. ルーマニア語会話

* 挨拶・呼びかけ *

- ・こんにちは=Bună ziua(ブナ ズイーワ)
- ・ありがとう=Mulțumesc(ムルツメスク)
- ・はい / いいえ=Da / Nu(ダ / ヌ)
- ・すみません=Scuzați-mă(スクザツィマ)
- ・お願いします(どうぞ)=Vă rog(ヴァ ローグ)
- ・どうぞ=Poftim(ポフティム)

* 移動 *

- ・～はどこですか=Unde este～?(ウンデ イエステ)
- ・～へ行きたいのですが=Aș vrea să merg la ～(アシ ブレア サ メルグ ラ)

* 緊急・医療 *

- ・気分が悪いです=Nu mă simt bine(ヌ マ シムト ビーネ)
- ・病院はどこですか?=Unde este spital?(ウンデ イエステ スピタル)
- ・日本大使館はどこですか?=Unde este ambasada Japoniei?(ウンデ イエステ アンバサダ ジャポニエイ)
- ・助けて!=Ajutor!(アジュトール)
- ・警察を呼んでください!=Chemați poliția!(ケマツィ ポリツィア)

6. 主要連絡先一覧

ルーマニアの国番号 : 40

(例) ルーマニア国外から日本大使館へ : +40-21-319-1890

◇在ルーマニア日本国大使館◇

8th Floor, America House East Wing
Sos. Nicolae Titulescu, Nr.4-8, Sector 1, Bucharest
☎ (+40)-21-319-1890
Fax: (+40)-21-319-1895, (+40)-21-319-1896

◇緊急連絡先◇

警察／消防／救急車 : 112

◇ブカレスト オトペニ国際空港◇ <http://bucharestairports.ro/>

代表	021-204-1000	021-201-4000
出発便案内	021-204-1210	021-204-1200
到着便案内	021-204-1220	021-204-1224
空港内遺失物	078-613-7134	* 空港ロビーでの遺失物のみ。月～金 9:00～15:00
預け入れ荷物の遺失物	021-204-1205	

◇航空会社◇

Aegean Airlines	072-773-5878	Aeroflot	021-351-8872
Air Berlin	021-204-2003	Air France	021-655-0740
Austrian Airlines	021-655-0730	Blu Air	1494
British Airways	021-204-2003	Czech Airlines	021-223-3205
Eurowings	021-204-2003	FlyDubai	031-403-5044/45
KLM	021-655-0739	LOT Polish	072-773-5878
LUFTHANSA	021-655-0719	Qatar Airways	021-204-2003
Ryan Air	021-201-3486	SAS	072-773-5878
TAP	072-773-5878	Tarom	021-204-1355/4979
Turkish Airlines	080-067-2371	Wizz Air	090-376-0160
All Nippon Airways (全日本空輸)	欧州顧客サービスセンター		(+49)-69-2997-6198
Japan Airlines (日本航空)	ヨーロッパ予約センター		(+44)-207-660-0349

◇カード会社◇ 紛失の際の主要連絡先(日本)

AMEX	(+44) 20-8840-6461 ※イギリスセンター(日本語対応)		
三菱 UFJ ニコス	(+81) 3-3514-4091 ※(旧)日本信販も含む		
JCB	(+81) 422-40-8122	DC	(+81) 3-3770-1818
三井住友 VISA	(+81) 3-6627-4067	Diners Club	(+81) 3-6770-2796
UC	(+81) 3-5996-9130	セゾン	(+81) 3-5992-8300