エジプト西方砂漠大周遊｜旅行のご案内

シーワ・オアシスと白砂漠・黒砂漠 12日間 ｜ 11月・12月出発のご旅行に向けて

1. 訪問都市の気候について

■例年の平均最高・最低気温（℃）と月間降水量（mm）

地域	項目	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
カイロ／ファイユーム	最高	19	20	23	28	33	35	36	35	33	30	25	21
	最低	10	11	13	16	20	23	24	25	23	19	15	11
	降水	5	4	4	1	1	0	0	0	0	1	3	5
地中海沿岸	最高	18	19	21	24	27	29	31	32	30	28	24	20
	最低	9	10	12	15	18	21	23	24	22	18	15	11
	降水	50	30	15	5	1	0	0	0	1	10	35	50
西部砂漠・オアシス	最高	18	20	24	30	35	37	38	38	35	31	25	20
	最低	5	6	9	13	18	21	23	23	21	16	11	7
	降水	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
東京	最高	10	10	14	19	23	26	30	31	28	22	17	12
	最低	1	2	5	10	15	19	23	24	21	15	9	4
	降水	50	60	120	130	140	170	160	160	210	200	90	60

※数値は例年の目安で、旅行期間中の天気予報ではありません。11月・12月の欄を着色しています。

● カイロ・ファイユーム
11〜12月の日中はおおむね21〜25℃。比較的穏やかな陽気ですが、日没後や朝晩には冷え込みます。

● アレキサンドリア・マルサ・マトルーフ 地中海沿岸は冬に雨が増え、海風も吹きます。気温以上に肌寒く感じることがあるため、防風性のある上着と折りたたみ傘が便利です。

● シーワ・バハレイヤなど西部砂漠 雨はほとんど降らず、晴れた日中と朝晩の気温差が大きい地域です。11〜12月の最低気温の目安は7〜11℃前後で、風や天候によってさらに寒く感じる場合があります。

2. 服装・携行品について

● 服装は重ね着を基本に 日中の観光は長袖シャツやTシャツ、動きやすい長ズボンなど春・秋の服装を基本にします。一方、砂漠の朝晩や地中海沿岸の風に備えて、フリース、セーター、ダウンジャケット、ウインドブレーカーなどを組み合わせてください。

● 防寒と日差しの両方に備える ニット帽・マフラー・手袋・使い捨てカイロは冷え込む時間帯に役立ちます。日中は日差しが強いため、つばのある帽子、サングラス、日焼け止めもお持ちください。

2. 服装・携行品について（続き）

● 砂漠・遺跡・街歩きの靴 砂地、石畳、凹凸のある遺跡を歩く機会があります。履き慣れた滑りにくいスニーカーや歩きやすい靴が適しています。砂や埃を避けるため、足を覆う靴を基本としてください。

● 砂風・乾燥への備え 砂が舞う時はストールやスカーフ、マスクなどが便利です。目薬、リップクリーム、保湿クリーム、のど飴も重宝します。コンタクトレンズ利用の方は眼鏡を予備に用意すると安心です。

● 4WDでの移動と手荷物 砂漠エリアでは四輪駆動車に分乗して移動する区間があります。荷物スペースは限られるため、車内で使うものは小さなリュック1個程度にまとめ、キャスター付きの大きな手荷物は避けてください。

● 衛生用品・ホテル設備 地方のトイレは有料の場合や紙が備わっていない場合があります。ポケットティッシュ、ウェットティッシュ、手指衛生用品、小額現金をご用意ください。地方のホテルでは日本と同じアメニティや暖房設備を期待できない場合があります。歯ブラシ等は持参しましょう。

● 泉・温泉を利用したい方 シーワなどの泉に入る機会を希望される場合に備え、水着、タオル、サンダルがあると便利です。入浴の可否は訪問場所・当日の状況に従ってください。

● 常備薬・その他 普段お使いの薬、胃腸薬、酔い止め、ライト、予備の充電手段などをご準備ください。慣れた味が恋しくなる方は、携行しやすい日本茶やインスタント食品なども役立ちます。

● 持ち込み制限品への注意 ドローンの持参はお控えください。双眼鏡や専用GPS機器なども税関で確認される場合があります。モバイルバッテリーは預け入れ荷物に入れず、各航空会社の機内持込規定に従ってください。

3. 電圧・プラグについて

エジプトは220V・50Hz、プラグは主にCタイプ（丸ピン2本）です。Cタイプ変換プラグをご用意ください。「INPUT 100 – 240V」と表示された充電器は通常、変圧器不要です。100V専用機器はそのまま使用できません。

4. 通貨・両替について

通貨はエジプト・ポンド（EGP／LE）。原稿記載の参考レートは1ポンド　3.4円、1米ドル　161円（2026年6月時点）です。為替は変動するため、現地では最新レートをご確認ください。

● 現金の準備 原稿では出発前に米ドル現金を用意し、到着後にエジプト・ポンドへ両替する方法を案内しています。傷みの少ない紙幣を準備し、すべてを一度に両替せず、使う予定に応じて調整してください。

● チップと小額紙幣 トイレ利用やホテルでのサービスなど、少額の支払いが発生します。10・20・50ポンドなどの小額紙幣を意識して確保しましょう。

● カードと地方の支払い 都市部のホテル・大型店ではカードを使えることがありますが、オアシスの個人商店や地方では現金が必要です。エジプト・ポンドの余りは帰国前に調整するとよいでしょう。

5. 現地の物価とお土産について

■原稿に掲載された価格の目安（1エジプト・ポンド　3.4円で換算）

品目	現地価格・購入場所	日本円換算
水（500ml・スーパー）	10〜15 EGP	約35〜50円
現地ビール（レストラン）	120〜200 EGP	約400〜700円
シーワ特産のデーツ	現地商店など	約300円〜
香水瓶・ガラス細工	カイロの市場など	約500円〜
パピルス絵画	専門店など	約2,000円〜

● シーワ・オアシスの名産品 デーツ（ナツメヤシの実）、オリーブオイル、岩塩を使った工芸品などが知られています。デーツは比較的持ち運びやすく、旅の記念にもなります。

● カイロの市場で探したいもの ハーン・ハリーリなどでは、香水瓶や真鍮細工、ヒエログリフを刻んだカルトゥーシュのアクセサリー、パピルスの絵画、カルカデ（ハイビスカス茶）などが定番です。

● 買い物のコツ バザールの個人商店などでは価格交渉をする場合があります。購入前に材質・品質・金額をよく確かめ、無理のない範囲でお買い物をお楽しみください。

6. 旅行中に知っておきたい現地事情

● 飲料水・食事 水道水の飲用は避け、未開封のボトル入り飲料水をご利用ください。長い移動に備え、必要な飲料水や軽食を適宜確保しておくと安心です。

● 砂漠での移動と休憩 砂漠・オアシス間は長距離の陸路移動となり、町を離れると商店やトイレが少なくなります。飲み物やその日に必要な薬は、スーツケースではなく手荷物へ入れてください。

● 写真撮影 軍・警察関係施設、検問所、橋など、撮影に制限のある場所ではカメラやスマートフォンを向けないでください。人物を撮影する際も、必要に応じて事前に許可を得ましょう。

● 地域の習慣への配慮 イスラム教徒が多い国です。宗教施設や地方の町では、肌の露出を控えた服装が無難です。礼拝中の人や礼拝施設の撮影も、その場の指示に従いましょう。

● 旅程上の柔軟性 砂漠地域の天候や道路事情、現地の管理・警備上の判断によって、見学順序や立ち寄り場所が変更となる場合があります。添乗員・現地ガイドの案内にご協力ください。

※金額・気象数値はご案内原稿に基づく参考値です。現地事情、利用条件、制度等は変更される場合があります。