

ベルギー滞在 ご旅行のご案内

10月16日発 | ブルージュ5連泊・ブリュッセル2連泊

1. 気候・服装・携行品について

■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の目安です。）

都市名	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
ブルージュ	最高（℃）	6	7	11	15	17	20	22	23	20	15	10	7
	最低（℃）	1	1	3	5	9	12	14	14	11	8	4	2
	降水量（mm）	68	55	55	43	51	59	64	73	70	76	75	75
東京 （日本）	最高（℃）	10	11	15	20	24	27	31	32	28	22	17	12
	最低（℃）	2	2	5	10	15	19	23	24	20	14	9	4
	降水量（mm）	60	57	116	134	140	168	156	155	225	235	96	58

●ベルギーの10月の気候：ブルージュ、ブリュッセルとも10月は秋が深まる時期です。ブルージュでは例年、日中の最高気温が15℃前後、朝晩は8℃前後まで下がります。日本の10月よりかなり涼しく、東京の11月頃を目安にした服装をお考えください。北海に近いブルージュでは風が吹くことも多く、曇天や雨の日は実際の気温以上に肌寒く感じることがあります。

●10月16日発（10月後半）の服装：長袖シャツやブラウスなどに、セーター、カーディガン、フリースなどを重ね、その上に風を通しにくいジャケットや薄手のコートを着用できる服装がおすすめです。晴れて風の弱い日の日中は比較的過ごしやすい一方、朝晩や曇天・雨天時には10℃を下回ることもあります。暑ければ一枚脱ぎ、寒ければ重ねられるよう、脱ぎ着しやすい重ね着を基本にご準備ください。

●【重要】防風・防寒対策について：今回はブルージュ旧市街に5連泊、ブリュッセル中心部に2連泊します。自由行動の日も多く、朝から夕方まで街を歩いたり、夕食後にホテル周辺を散策したりする機会もあります。特にブルージュでは運河沿いや広場などで風を受けると体感温度が下がりますので、防風性のある上着が便利です。寒さが苦手な方は、薄手のマフラーやストール、薄手の手袋などもお持ちいただくと安心です。

●雨具について：ベルギーでは年間を通して雨が降り、10月も晴れていたと思ったら急に小雨が降るなど、一日の中でも天候が変わることがあります。折りたたみ傘は常に携帯することをおすすめします。風を伴う雨では傘が使いにくい場合もありますので、フード付きの防水・撥水性のあるジャケットがあると便利です。

●履物について：ブルージュ、アントワープ、ブリュッセルなどでは、石畳の旧市街を歩く機会が多くなります。特にブルージュでは石畳が多く、雨に濡れると滑りやすくなる場所もありますので、靴底に滑り止めがあり、履き慣れたスニーカーやウォーキングシューズをご用意ください。防水・撥水性のある靴であれば、雨の日の街歩きにも便利です。本格的な登山靴などは必要ありません。

●自由行動・日帰り観光時の服装：今回はブルージュ滞在中に、アントワープ、ゲント、リールなどへ鉄道を利用して足を延ばすこともできます。駅や列車内、美術館などの屋内と屋外では体感温度に差がありますので、厚手の衣類一枚だけで調節するよりも、薄手の衣類を何枚か重ねて調節できる服装が便利です。小さめのデイベッグなどに雨具や薄手の防寒着を入れておくと安心です。

●日没時間について：10月後半のベルギーは日本より緯度が高く、秋が深まる時期です。夕方になると気温が下がりやすいため、朝から外出する際にも夕方の冷え込みを考えて上着をお持ちください。ブルージュやブリュッセルではホテルが旧市街・中心部にありますので、夕食後の街歩きにも防寒できる服装が便利です。

●その他の携行品：常備薬、リップクリーム、ティッシュ類などをご用意ください。街歩きの時間が長くなるため、小型のデイベッグやショルダーバッグも便利です。スマートフォンやカメラ用のモバイルバッテリー・予備バッテリーなどリチウムイオン電池を使用した製品は、預け入れ荷物には入れず、機内持ち込み手荷物としてお持ちください。

ベルギー滞在 ご旅行のご案内

10月16日発 | ブルージュ5連泊・ブリュッセル2連泊

2. 電圧・プラグについて

ベルギーの電圧は230V・50Hzです。日本のプラグはそのまま使えません。丸型ピン2本のCタイプ変換プラグを1〜2個ご持参ください（現地ではEタイプのコンセントも使われます）。

充電器に「INPUT：100V-240V、50/60Hz」と表示されていれば、変圧器は不要です。複数の機器には、海外電圧対応の複数ポートUSB充電器が便利です。

日本国内専用の100V機器は直接使えません。ヘアドライヤーは原則としてホテル備え付けを利用し、ヘアアイロンなどを持参する場合は海外電圧対応を確認してください。

3. 通貨・両替について

通貨：ユーロ（EUR / €） 1ユーロ=100セント

■ベルギーの通貨と決済事情

ベルギーではユーロ（EUR / €）を使用します。ホテル、レストラン、カフェ、スーパーマーケットなどではクレジットカードやタッチ決済を広く利用できますが、小規模な店舗や露店、公衆トイレなどでは現金が必要になる場合があります。5ユーロ、10ユーロ、20ユーロ札を中心とした少額のユーロ現金をご用意いただき、クレジットカードと併用するのがおすすめです。

●現金の両替について：ユーロは日本国内の銀行や空港の両替所などでご用意いただけます。現地でもATMからユーロを引き出すことができますが、カード会社やATMによって手数料がかかる場合があります。今回は自由行動の時間も多く、鉄道での日帰り観光などもお楽しみいただけますので、必要な少額現金については出発前にある程度ご用意いただくと安心です。

●クレジットカードについて：Visa、Mastercardなどの国際ブランドのカードをお持ちください。暗証番号（PIN）の入力を求められる場合がありますので、出発前に暗証番号をご確認ください。また、念のため異なるブランドのカードを2枚程度に分けてお持ちいただくと安心です。

●カード利用時の通貨選択について：カードでのお支払い時に「日本円（JPY）」と「ユーロ（EUR）」のどちらで支払うか選択を求められる場合があります。日本円建てでは店舗側などが設定する換算レートが適用される場合があるため、通常は「EUR（ユーロ）」を選択してください。

●現金・カードの管理について：現金やクレジットカードは1か所にまとめず、必要な分だけを財布に入れて分散してお持ちください。100ユーロ札以上の高額紙幣は、小規模な店舗では使いにくい場合がありますので、20ユーロ札以下を中心にお持ちいただくと便利です。

●チップについて：ベルギーのレストランやカフェでは、サービス料は原則として料金に含まれており、チップは義務ではありません。サービスに満足した場合は、料金の端数を切り上げたり、少額を上乗せして渡す程度で十分です。カフェなどでは小銭を残す程度でも結構です。※ツアー中のバス、現地ガイドなど団体行動中の基本的なチップは旅行代金に含まれています。

ベルギー滞在 ご旅行のご案内

10月16日発 | ブルージュ5連泊・ブリュッセル2連泊

4. 物価について・ベルギーの食文化

物価目安（1ユーロ 185円）

項目	現地価格（目安）	日本円換算
ベルギービール（330ml程度／レストラン）	4.50～7.00EUR	約830～1,300円
グラスワイン（レストラン）	6.00～9.00EUR	約1,110～1,665円
ワッフル（トッピング付／テイクアウト）	5.00～10.00EUR程度	約925～1,850円
コーヒー／カプチーノ（カフェ）	3.50～5.00EUR	約650～925円
水（500ml程度／スーパー）	0.60～1.80EUR	約110～330円
フリッツ（フライドポテト／Sサイズ）	4.00～5.50EUR	約740～1,020円

ベルギーの食文化

ブルージュやブリュッセルをはじめ、ベルギーはビール、チョコレート、ワッフル、フリッツなどで世界的に知られる美食の国です。今回は自由食の機会もありますので、街歩きとあわせてベルギーならではの味をお楽しみください。

ベルギービール：数多くの銘柄があり、銘柄ごとに専用のグラスで提供されることも多いのが特徴です。トラピストビール、修道院ビール、ホワイトビール、ランビックなど、地域や醸造所によってさまざまな味わいを楽しめます。アルコール度数が7～10%前後と高めのビールもありますので、飲みやすい銘柄でも度数をご確認ください。

ワッフル：軽い食感の「ブリュッセル風」と、生地そのものに甘みがあり、もっちりとした「リエージュ風」が代表的です。プレーンなら比較的手頃ですが、生クリームやフルーツ、チョコレートなどを加えると10ユーロを超えることもあります。

フリッツ（Frites）：ベルギーを代表する庶民的な食べ物のひとつです。外側はカリッと、中はホクホクした食感で、マヨネーズをはじめ様々なソースを付けて食べます。街中の専門店では軽食として気軽に楽しめます。

ムール貝：ベルギーを代表する料理のひとつで、白ワインやセロリなどと一緒に蒸したムール貝をフリッツと組み合わせた「ムール・フリット」が定番です。店や量によりませんが、20～30ユーロ程度がひとつの目安です。

チョコレート：ブルージュ、ブリュッセルともに数多くのチョコレート店があります。箱入りの商品だけでなく、プラリネなどを1粒単位や量り売りで購入できる店もあり、お土産にもおすすめです。

水：水道水は飲用できますが、日本と比べて硬度の高い水です。レストランでは日本のように無料の水が自動的に出てくるとは限らず、ミネラルウォーターを注文するのが一般的です。ガス入り（Pé tillante / Bruisend）か ガスなし（Plate / Plat）を選ぶ場合があります。

ベルギー滞在 ご旅行のご案内

10月16日発 | ブルージュ5連泊・ブリュッセル2連泊

4. 物価について（続き）・自由食のご案内

今回はブルージュ5連泊、ブリュッセル2連泊で、自由行動とあわせて各自で食事をお楽しみいただける機会があります。食事の内容によって予算にはかなり幅がありますので、下記をひとつの目安にしてください。

・軽めの食事：15 ～ 25 EUR（約2,775 ～ 4,625円）

サンドイッチ、スープ、クロケット、フリッツなどを中心にした軽食の目安です。ベーカリーやカジュアルな店、テイクアウトを利用すると、レストランより費用を抑えることができます。

・ランチ：20 ～ 30 EUR（約3,700 ～ 5,550円）

クロケットやサラダ、肉・魚料理などのメイン料理に飲み物を付けた場合の目安です。ブルージュのマルクト広場やブリュッセルのグラン・プラスなど、観光の中心部ではやや高めになる傾向があります。

・ディナー（一般的なレストラン）：35 ～ 55 EUR（約6,475 ～ 10,175円）

メイン料理にビールやワインなどを楽しんだ場合の目安です。前菜やデザートを追加したり、ビールやワインを2杯程度注文すると、50～70ユーロ程度になることもあります。

注意

・レストランの水：ベルギーでは、日本のように無料の水が自動的に提供されるとは限りません。レストランではミネラルウォーターを注文するのが一般的で、ガス入りかガスなしを選ぶ場合があります。

・チップのマナー：ベルギーではサービス料が料金に含まれているため、チップは義務ではありません。サービスに満足した場合は、料金の端数を切り上げたり、少額を上乗せして渡す程度で十分です。

・カード払い：レストランやカフェではクレジットカードやタッチ決済が広く利用できます。カード端末で「EUR（ユーロ）」か「JPY（日本円）」の選択を求められた場合は、通常はEURを選択の方が分かりやすいでしょう。小規模な店舗などに備えて、少額の現金もお持ちください。

・トイレの利用：公共施設や博物館など無料で利用できるトイレもありますが、駅や観光施設などでは0.50～1.00ユーロ程度の利用料が必要な場合があります。少額のユーロ硬貨を用意しておくとう便利です。

※価格と円換算は目安です。円換算は添付案内と同じく1ユーロ 185円で計算しています。