



マレーシア食文化研修旅行

旅行期間 2025年9月15日(月)～9月19日(金) 5日間



旅行企画・実施：ベストワールド株式会社

観光庁長官登録旅行業第145号・日本旅行業協会正会員

〒101-0047 東京都千代田区内神田1-7-4

電話 03-3295-4111 FAX 03-3295-4118

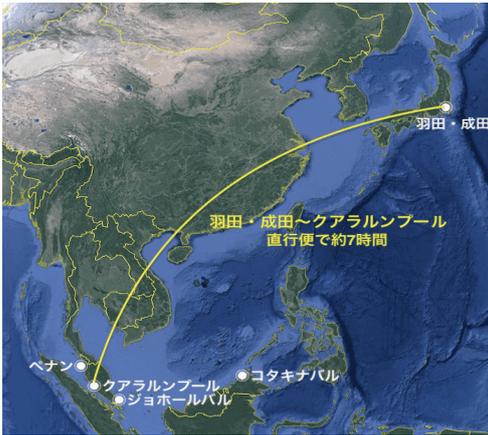


～マレーシアの首都クアラルンプールで「食」研修～

今回はマレー系、中国系、インド系、さらに多数の民族で構成される多民族国家であるマレーシアの首都クアラルンプールにて食文化をテーマに研修を企画しました。

ここはアジアでも有数の近代的な高層ビルやショッピングモールが立ち並ぶ大都会であり、一步小道に入ると、モスクや寺院、ローカルな屋台がひしめきあう活気に満ちた都市でもあります。

研修候補として「パームオイル製造工場、ローカルが利用する朝市場、日系企業または日本人経営のスポーツジム、ハラル料理についての講話」などを予定しています。宗教、食材、生活習慣の違いを肌で感じ、多民族国家ならではの多様な食文化を学ぶ充実のプログラムとなっています。



正式国名	マレーシア(Malaysia)
面積	約 33 万平方キロメートル(日本の約 0.9 倍)
人口	約 3,350 万人(2023 年マレーシア統計局)
首都	クアラルンプール
民族	マレー系約 70%(先住民 12%を含む)、中華系約 23%、インド系約 7%(2023 年マレーシア統計局)
気候	日本同様に暑い気候が続きます。薄着で涼しい服装がおすすめですが、室内では冷房が効いていることもあるので、薄いカーディガンや羽織ものを持っていくと良いでしょう。また急なスコールがあるので雨具や折りたたみ傘も忘れずに携帯しましょう

◆マレーシアの食の特徴

複数の民族がともに暮らすマレーシアの料理は、驚くほどバラエティに富んでいます。ココナッツミルクとスパイスのマレー料理、点心から麺まで多種多様な中華料理、香り豊かなカレー文化のインド料理、そしてマレーシア発祥のニョニヤ料理。いずれも多民族国家ならではの料理の多様さが魅力的なローカルフードです。

- ・サテ(日本の焼き鳥に似た料理)
- ・ナシゴレン(炒飯と共通点を持つ料理)
- ・ナシレマ(ココナッツミルクで炊いたお米を使った料理)
- ・ラクサ(スパイシーな麺料理) など



マレー風焼きそば「ミーゴレン」

◆クアラルンプールの見どころ



ペトロナス・ツインタワー

←アジア屈指の大都市クアラルンプール。摩天楼のなかでひとときわ目を惹くのが、天空にそびえる地上 88 階建ての双子の塔。1998 年に完成、進化を続けるこの都市を象徴するランドマーク



国立モスク

←ターコイズブルーの星型のドーム(屋根)、高さ 73 メートルもあるミナレット(尖塔)、イスラム建築とモダンなデザインが融合した建物は美しいイスラム装飾の見どころが多数



ムルデカ広場

←ツインタワーと並ぶ KL のランドマーク的存在。1897 年の建築当時、英国領マラヤの最高傑作と評価された建物で、現在は観光芸術文化省含む複数省庁管轄の建物。ライトアップされた夜の姿も見事。



KL タワー

←KL の町を一望できる展望スポット。地上 421m、世界で 7 番目に高いテレビ塔で、SNS で話題の地上 300m の位置にある全面ガラス張りのスカイボックス。足元が透けてスリル満点の絶景写真スポット

《マレーシア・クアラルンプール研修 日程案》

	月日	曜	発着地	時刻	交通機関	摘 要	食
①	2025年 9月15日	月	成田集合 成田空港発 クアラルンプール着	早朝 11:15 17:55	各自 JL723 専用車	各自成田空港へ集合 日本航空にてマレーシアの首都クアラルンプールへ 着後、入国手続き 専用車にてホテルへ移動 【クアラルンプール泊】	機 — 機
②	9月16日	火	クアラルンプール 滞 在	午前 午後	専用車	◆ローカル朝市にて研修(中華系) 人口の約 20%を占める中華系のローカルが利用する朝市を見学、日本と異なる食材や活気を現場で体験します ◆市内研修 巨大モールがひしめき、CNN の“世界の買い物都市”で上位に入るなどショッピングの街としても有名な人気観光地、マレーシアの首都クアラルンプール。ここでは、世界一のツインタワーや美しいイスラム建築などの観光に加え、活気あふれる屋台街での食べ歩きも楽しめます。 ◆パームオイル工場訪問(予定) マレーシア経済の重要な柱である食用パームオイルの製造工場を訪問、穀物が原料のその他のオイルと異なりサステナブルな取り組み、栄養素の話などを担当者から伺います。 【クアラルンプール泊】	朝 — —
③	9月17日	水	クアラルンプール 滞 在	午前 午後	専用車 各自	◆ヤクルト工場または日系スポーツジム訪問(予定) 国内乳酸菌飲料シェア 2 位であるヤクルトの現地工場を訪問します。イスラム教徒が大半を占めるマレーシアでのヤクルトの販売戦略とは、商品の栄養素や効能などを担当者よりレクチャー後、ブランディングやマーケティングなども学びます ◆市内自由研修 マーケットや屋台などの地元民の食や生活を研修します。 【クアラルンプール泊】	朝 — —
④	9月18日	木	クアラルンプール 滞 在 クアラルンプール発	午前 午後 夕方 22:50	専用車 各自 専用車 JL724	◆レストランシェフが教える「ハラル」調理学習(予定) ハラル認定キッチンを持つホテルにて、シェフからのハラルに関する講義と調理実習、そして実際にハラル認定を受けたホテルキッチンを見ることができ、ハラルへの対応を目で確かめることができます。 東京五輪の影響で日本でもハラル対応のレストランも増えた状況で、これからの国際社会における多宗教への対応を食の観点から考えていきます。 ◆多種多様なスーパーマーケットを見学 伊勢丹、イオンなどの日系から欧米や地元資本のスーパーまで多くの店舗が展開されています。数店舗の売り場を見学して取り扱う食材や流通事情をみていきます。 ホテルロビーに集合、専用車にて夕食レストランへ 空港着後、チェックイン及び搭乗手続き、 【機内泊】	朝 昼 —
⑤	9月19日	金	成田空港着	07:00		着後、入国手続き 到着後、解散。	機 —

※この日程は 2025 年 3 月に作成しています。時刻、現地スケジュール等変更になる場合があります。

※利用航空会社：日本航空(JL)

実施要項

●旅行費用概算 約¥257,000. -

※上記旅行費用は 2025 年 3 月の航空運賃、為替レートにて算出しております。2025 年の 6 月に料金を再検討致します。

●催行人員 15名様

※催行人数に満たない場合は、旅行費用が変更となる場合があります

●旅行費用に含まれるもの

- ①日程記載の国際線区間航空運賃(エコノミークラス)
- ②研修時及び観光時のバス費用
- ③現地宿泊ホテル(1室2名)バス又はシャワー付き
- ④食事代:機内食、朝3回、昼1回
- ⑤研修時における通訳費用、訪問費用など
- ⑥航空機の手荷物運搬料金(お一人様 23kgまで)

※添乗員が1名同行致します。

●旅行費用に含まれないもの

- ①成田空港までの国内移動費用
- ②燃油特別付加運賃及現地空港税(¥39,840)
※2025年2月時点での料金にて算出しております。料金が変動する場合はご請求書にてご案内を致します。
- ③団体包括取扱諸費用(¥9,900)
- ④成田空港施設使用料(¥3,160)
- ⑤国際観光旅客税(¥1,000)
- ⑥任意の旅行傷害保険料
- ⑦個人に属する費用(旅券印紙代等)
- ⑧シングルルーム追加費用
- ⑨記載された食事以外の食事代、飲み物代
- ⑩日程記載以外の食事代
- ⑪荷物超過料金(23kgを超えるもの)

●参加申込み

右のQRコードから参加申込みフォームへ入り、必要事項の記入をお願いします。
※送信後、登録したメールアドレスへ完了メールが届きます。



●申込み締切り

2025年6月6日(金)まで

●申込金

参加申し込みと同時に、申込金(¥50,000)を下記ベストワールドの口座へお支払い願います。(旅行代金の内金となります。)

●振込先

銀行名:三井住友銀行 日比谷支店
名義:ベストワールド株式会社
口座:当座 2102391

●渡航手続き

パスポートをまだお持ちでない方、パスポートをお持ちの方でも残存有効期限がない場合は下記の書類をご用意の上、現住所のある各都道府県の旅券センターにて申請を行って下さい。

1. 戸籍抄本 1通(最近6ヶ月以内のもの)
2. 写真 1枚(縦4.5cm×横3.5cm)
3. 身分証明書(保険証+学生証)

※パスポートは6ヶ月以上の残存期間が必要になります。

●キャンセルについて

旅行参加申し込み後、お客様のご都合で旅行を取り止める場合は以下の取消し料がかかります。

※45日前～3日前までの場合 費用の20%

※2日前～出発前日までの場合 費用の50%

※旅行開始後の取消の場合 費用の100%

※参加と同時に航空機・ホテル等に予約金が必要とされた場合、前払いする関係上、キャンセルの際かかる実費を頂きます。

●おことわり

旅行費用は2025年3月現在を基準にしております。
参加人員が15名に満たない場合、出発前に大幅な為替変動などがあった場合、航空運賃が変更になった場合には、旅行費用が変更となる場合がありますのでご了承下さい。
旅行出発便、帰国便は主催者の都合で変更になる場合がありますのであらかじめご了承お願い致します。

●規約事項

旅行中天災事変、火災、政府及び公共団体の命令、政変、ストライキ、戦争、暴動、流行病、隔離、税関規則等不可抗力の事由により生じた損害、盗難、詐欺、暴行、傷害等会社及び旅行会社の責任外の事故による損害または参加者が諸法令、或いは公序良俗に反する行為のための生じた損害については責任を負うことは出来ません。なお航空機、鉄道船舶などの運輸機関の運賃変更、スケジュールの変更があった場合、その他止むを得ざる事情があった場合などは、経費・日程を変更する場合があります。その他の規約事項は弊社旅行業約款によります。個人情報保護法にもとづき、申込書に記載された個人情報について、お客様との連絡のために利用させていただくほか、旅行サービスの手配及びそれらのサービスの受領のための手続きに必要な範囲内で利用させていただきます。また、当社の提携する企業の商品やサービスのご案内、旅行参加後のご意見やご感想の提供のお願い、アンケートのお願い、海外旅行のご案内等にお客様の個人情報をご利用させていただくことがあります。

総合旅行業務取扱管理者 中沢 雄二

◆旅行実施及び問い合わせ先◆

ベストワールド株式会社

(観光庁長官登録旅行業第145号/日本旅行業協会正会員)

〒101-0047 東京都千代田区内神田1-7-4

TEL: (03)3295-4111 FAX: (03)3295-4118

マレーシア食文化研修 係 (担当:鈴木)

Mail : suzuki-d@bstworld.co.jp