

2023年8月21日

【ドバイ経済観光庁】

秋を迎える前に、夏の疲れた心身をすっきりとリセット

夏バテ解消効果が期待できるドバイ旅行の最旬スポットを厳選紹介！

～『世界のベストレストラン 50』（2023年）にドバイのレストラン2軒がランクイン！

10/28から毎年恒例、'30分の運動 X30日間！'『ドバイ・フィットネス・チャレンジ』スタート～



ドバイ経済観光庁より、夏バテ解消の効果が期待できるドバイならではのウェルネス体験ができる最旬スポットをご案内します。暑い日々が続き、そろそろ夏の疲れが溜まってきている方も多いのではないのでしょうか？

伝統的なアラビア式「ハمام」でたくさん汗をかいてリフレッシュした後は、緑に囲まれた自然派レストランでヘルシーフードを楽しめば、心身の緊張が緩んでいくのがわかります。また、香りの文化が受け継がれているドバイならではの、香りで癒される観光スポットを訪れば、五感から感じとる「気持ちよさ」に日常の喧騒から解放された気分も味わえます。

さらに、**本年10月28日から約1カ月間**、ドバイ市内全域がフィットネス会場となる『ドバイ・フィットネス・チャレンジ』が開催されます。「1日30分の運動」を呼びかけるイベント期間中は、旅行者も気軽に地元の人たちと一緒に汗を流せるユニークなイベントです。

心身に蓄積された老廃物をデトックスして、秋に向けてエネルギーをチャージしてくれるドバイ旅行に出かけてみませんか？

『ドバイ・フィットネス・チャレンジ』2023年10月28日より約1カ月間ドバイ市内で開催！

今年で6回目を迎える『ドバイ・フィットネス・チャレンジ』が今年も10月28日より開催します。期間中は「毎日30分ずつの運動」を目標に、ドバイ市内全域でヨガ、ランニング、トランポリン、サイクリングなど多種多様なスポーツイベントが無料で行われ、気軽に誰でも楽しむことができます。

『ドバイ・フィットネス・チャレンジ2023』公式サイト：

<https://www.dubaifitnesschallenge.com/>

ビジット・ドバイ公式サイト：

<https://www.visitdubai.com/ja/whats-on/dubai-events-calendar/dubai-fitness-challenge>



夏バテ解消の効果が期待でき、ドバイならではのウェルネス体験ができる最旬スポット！

熟練セラピストによる伝統的な秘術でデトックスー『ザ・スパ』@パレス・ダウNTOWN



水に囲まれたアラブ宮殿をイメージした建物の中に9室のトリートメントルームを有します。熟練のセラピストが疲れた夏の身体を伝統的な秘術で癒してくれます。スキנקレンジングにおすすめの「ダブル・デトックス・ハمام」では、豊かなシトラスの香りに包まれながら、蓄積された老廃物の排出を促すマッサージで心身の不調を整えてくれます。

<https://www.addresshotels.com/en/hotels/palace-downtown/wellness/spa/>

ビジット・ドバイ公式サイト：<https://www.visitdubai.com/ja/articles/best-hammams-and-spas>

ドバイ最大規模の極上スパ施設 - 『タリーズ・オットマン・スパ』@ジュメイラ・ザビール・サライ

ドバイの中でも最大規模を誇り、数々の賞を受賞している最高級のスパ施設です。モザイクで彩られた内装は、細部に至るまで優雅で美しく1日過ごしても飽きない空間です。施設内には42室のトリートメントルーム、スチームルーム、サウナ、そして2つのタラソテラピープールが完備されていて、施術の前後は使い放題なのでゆっくりと極上の世界を体験できます。



ゴールドの24金を使ったオリジナルのフェイシャルメニューでは、最高の贅沢を満喫できます。

<https://www.jumeirah.com/en/rejuvenate/dubai/jumeirah-zabeel-saray/signature-talise-ottoman-spa>

ビジット・ドバイ公式サイト：<https://www.visitdubai.com/ja/places-to-visit/talise-ottoman-spa>

乾燥した夏の肌に潤いと栄養をチャージ! - 『アナンタラ・スパ』 @アナンタラ・ザ・パーム・ドバイ

世界各地の伝統的な美容療法を融合したユニークなスパ体験が特徴です。「アラビアン・エキゾチック・スクラブ&ラップ」では、厳選した原料で作ったクリーミーなスクラブで、不純物や不要な皮膚細胞をやさしく取り除き、夏の乾燥した肌に栄養を与えてくれます。最後にオリジナルの原料が加えられたボディラップをすれば、肌の奥まで潤いが浸透するのが実感でき、夏の肌のお手入れにぴったりの施術です。



<https://www.anantara.com/en/palm-dubai/spa>

ビジット・ドバイ日本語サイト：<https://www.visitdubai.com/ja/places-to-visit/anantara-spa>

緑に囲まれた隠れ家レストランで味わうヘルシーフード - ザ・ファーム



砂漠の真ん中に緑豊かなボタニカルガーデンが広がる『ザ・ファーム』では、体にやさしいヘルシーフードが味わえます。野菜チップス、シナモンが利いたかぼちゃのスープ、グルテンフリーのケーキなど、オーガニック食材をふんだんに使用した世界各国の料理が楽しめる人気店です。美味しいベーカリー店も併設されているのでパンのテイクアウトもできます。

Dubai Tourism-Confidential

<https://www.thefarmdubai.ae/>

ビジット・ドバイ日本語サイト：<https://www.visitdubai.com/ja/places-to-visit/the-farm-2>

アート鑑賞の合間のティータイムに最適! - ワイルド&ザ・ムーン

ドバイの最先端アート&カルチャーが集まるアルサーカル・アベニューにある『ワイルド&ザ・ムーン』は、薬草学や自然療法をコンセプトに有機野菜やスーパーフードを使ったビーガン料理が楽しめる、ウェルネス志向の人には必見スポットです。朝食はもちろん、アート鑑賞中の休憩スポットとしてもおすすめしたい、おしゃれなカフェです。

<https://www.wildandthemoon.ae/>

ビジット・ドバイ日本語サイト：

<https://www.visitdubai.com/ja/articles/healthy-restaurants-in-dubai>



ビーガン料理とヨガや瞑想レッスンも同時に楽しめるヒーリングスポット - セヴァ・テーブル



ホリスティックな雰囲気漂う、緑に囲まれた空間で、植物を中心としたビーガン料理を楽しむことができます。野菜は持続可能なバーティカルファーミングの技術を駆使したドバイ産を扱っています。店内は、素朴な木製のテーブルのまわりにカラフルなクッションや民族調の装飾が彩られ、おしゃれでフォトジェニックな空間です。敷地内に併設されているウェルネスセンター「セヴァ・エクスペリエンス」では、ヨガや瞑想のレッスンも受けることができ、まさにライフスタイルヒーリングにぴったりの場所です。

<https://www.sevaexperience.com/cafe>

ビジット・ドバイ日本語サイト：

<https://www.visitdubai.com/ja/articles/instagrammable-cafes-in-dubai>

香りの空間に包まれながら、自分だけのオリジナル香水を調合！ - パフューム・スーク

香りの文化があるドバイならではの観光スポットが『パフューム・スーク』です。手軽に自分だけのオリジナルの香水を手に入れることができるので地元の人にも人気があります。お店の人に好みの香りやイメージを伝えると、その場で調合してくれます。香水の色もピンク系やブルー系など自分好みにアレンジできるのも魅力。最後は、アラビアンなものからシンプルなデザインまで揃う香水瓶の中から気に入った瓶を選べば、自分だけのオリジナル香水の完成です。



ビジット・ドバイ日本語サイト：<https://www.visitdubai.com/ja/places-to-visit/perfume-souk?query=%E3%81%B1%E3%81%B5&page=1&configure=%5Bobject%20object%5D>

伝統的なアラブの香水について学べる文化遺産施設 - アル・シンダガ博物館の香水ハウス



ドバイの豊かな文化遺産に触れることができるアル・シンダガ博物館に併設されているのが香水ハウス（The Perfume House）。ここでは、何世紀にもわたって受け継がれてきた伝統的なアロマオイルやアラブの香水作りの技術を観ることができます。実際に香りを嗅いだりして香りに癒されながら、古くから伝わるアラブの伝統的なオイルや原料（ウッド、サフラン、特定のバラなど）を研究することができます。

<https://alshindagha.dubaiculture.gov.ae/en/Pavilions/Houses/Pages/Perfume-House.aspx?IsDlg=1>

ビジット・ドバイ日本語サイト：<https://www.visitdubai.com/ja/places-to-visit/al-shindagha-museum>

2023 年度版『世界のベストレストラン 50』 史上初！ドバイのレストランがランクイン！

料理界のアカデミー賞と言われ、世界中のレストランを対象に食の識者の投票によって選出される『世界のベストレストラン 50』が 2023 年 6 月末に開催され、ドバイから 2 軒のレストランが初ランクインを果たしました。これまで中東からの入賞がなかったアワード賞に新しい風をもたらすことになったのは、11 位にランクインした『Trèsind Studio』と 46 位の『Orfali Bros Bistro』です。



- 『Trèsind Studio』 : <https://www.theworlds50best.com/the-list/11-20/tresind-studio.html>
- 『Orfali Bros Bistro』 : <https://www.theworlds50best.com/the-list/41-50/orfali-bros.html>

本年度の 50 位までにランクインしたレストランの詳細は、こちらをご覧ください。

<https://www.theworlds50best.com/list/1-50>

ドバイ経済観光庁

ドバイ経済観光庁 (DET) は、ドバイを世界有数の商業都市、投資拠点および観光地にするという究極のビジョンを掲げ、競争力強化によりドバイ首長国を世界経済と観光の主要拠点にするというビジョンの達成と、経済・観光競争力指標を高めるために、政府を支援することを使命としています。ドバイ経済観光庁はドバイの多様で革新的なサービス経済をさらに強化し、世界の優秀な人材を集め、世界クラスのビジネス環境を提供し、生産性を加速するための取り組みを推進しています。さらに、ドバイ経済観光庁はドバイの多様なデスティネーション提案、ユニークなライフスタイル、優れた生活の質を総合的に促進することで、ドバイが世界で最も住みやすく働きやすい都市となるビジョンを支援します。ドバイ経済観光庁は、ドバイのビジネスと観光分野における計画、管理、開発、およびマーケティングにおける主要機関であり、宿泊施設や旅行案内業者を含めた全ての観光サービスの許認可及び種別分類を担当しています。ドバイ経済観光庁のポートフォリオには、ドバイ政府観光・商務機関、ドバイフェスティバル・小売事業、ドバイ産業・輸出、ドバイ投資開発局(Dubai FDI) およびドバイ中小企業、ドバイ観光大学、ドバイカレンダー・ドバイビジネスイベントが含まれます。

URL : <https://www.visitdubai.com/ja>

公式 Facebook : <https://www.facebook.com/visitdubai.JP/>

公式 Twitter : https://twitter.com/visitdubai_jp

公式 Instagram : <https://www.instagram.com/visitdubai.jp/?hl=ja>