

2026 TASHI DELEK TOUR SCHEDULE タシデレツアー 年間スケジュール

※スケジュールはあくまでも予定です。ツアー期間が前後する場合や中止になる場合がございます。

2026年2月催行予定

Tashi Delek Tour Vol.21

～お釈迦様の聖地 インド仏跡
巡礼の旅 in ブッダガヤ～

釈尊が悟りを得た地「ブッダガヤ」は、チベット仏教をはじめ世界中の仏教徒が最も大切にしている聖地です。この旅では、成道の地・ブッダガヤに加え、初転法輪の地、般若経が説かれた地、そして涅槃の地と、仏陀の生涯をたどる聖地を巡礼します。また、ヒンドゥー教徒がカルマの浄化を願って沐浴する、ガンジス川のほとりの聖地「ベナレス」も訪れます。一般的な観光ツアーとはひと味違う、チベット仏教徒の祈りとともに歩む聖地巡礼の旅をお楽しみください。

11月頃申込受付開始！



2026年3月催行予定

Tashi Delek Tour Vol.22

～ヒマラヤ展望と仏教聖地
ムスタン巡るの旅 in ネパール～

ヒマラヤ山脈の麓に広がる国・ネパールには、多くの亡命チベット人が暮らしています。その中で今回タシデレツアーで、初めてムスタンを巡ります。2008年までムスタン王国として自治権が与えられていたため伝統的なチベット文化を色濃く残すタイムカプセルのような場所と言われています。また、タシデレ店主ロサンが幼少時過ごしたボカラから、カリガンタキ川を渡り、チベットの岩塩をインドへ運んだ「塩の道」と呼ばれる街道を北に進みます。街道からはアンナプルナやニルギリ、ダウラギリなどの名峰を眺めることができます。他のツアーにはない魅力がたっぷりです。

12月頃申込受付開始！



2026年5月催行予定

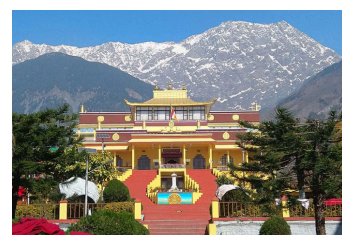
Tashi Delek Study Tour Vol.2

～チベット難民の暮らしと『今』

五感で感じるダラムサラの旅～

インド北部とヒマチャル・プラデーシュ州にある「ダラムサラ」は、チベット亡命社会の中心地とされています。今年でチベットから亡命67年になるダライ・ラマ法王がおられ、亡命政権の官庁街、法王様のお寺ツクラカンがあります。ノルブリンカ研究所（伝統工芸院）、チベット舞台芸術研究所（TIPA）、チベット医学・歴史学研究所（メンツィカン）などチベット文化の中核を担う施設もあり亡命政府を形成しています。スタディツアーは、これら歴史と文化をじっくりと時間をかけたプログラムでダラムサラだけに滞在します。90歳を迎えられたダライ・ラマ法王のコンパッションイヤーに、現地の難民チベット人の暮らしと『今』に触れていきましょう。また、メンツィカンでの個別セッションも予定しています。

2月頃申込受付開始！



2026年7月催行予定

Tashi Delek Tour Vol.23

～大草原でゲル宿泊！
チベット仏教根付くモンゴルの旅～

チベット仏教の信仰が今も深く息づくモンゴルには、多くのチベット寺院や、貴重な仏教美術を収蔵した博物館が点在しています。首都ウランバートルからは、広大な自然が広がるテレグジ国立公園を訪れ、モンゴルらしい風景が広がる砂丘ではゲルキャンプを体験します。現地のモンゴル人家庭では、一緒に料理を作ったり、砂丘では乗馬体験を楽しんだり、暮らしに触れる交流も。チベットとも深いつながりを持つモンゴルの歴史と文化を、五感で感じる旅です。

3月頃申込受付開始！



2026年8月催行予定

Tashi Delek Tour Vol.23

～僧院巡りとツォモリリ湖
チベット文化圏の秘境を訪れる旅～

敬虔なチベット仏教の信仰が息づくラダックは、標高3,000メートルを超える山岳・高原地帯。1年を通して観光シーズに限られています。州都レー周辺では、美しいチベット仏教寺院の数々を参拝。さらに、まだ訪れる観光客がほかの地域に比べて少ないチャンタン高原の「ツォモリリ湖」と湖畔のゴルゾク僧院の見学など見所がたくさんあります。高所順応を考慮した無理のないスケジュールで、安心して訪れることができる、チベット文化と絶景に満ちた秘境への旅です。

4月頃申込受付開始！



2026年10月催行予定

Tashi Delek Tour Vol.24

～チベット亡命社会と
仏教聖地を訪れる旅 in ダラムサラ～

“リトルラサ”と呼ばれるチベット亡命政府の拠点「ダラムサラ」を中心に、数々のチベット文化の中核を担う施設を訪れます。静かなチベット人居留地区「ビル」では、カギョ派シェラプリン寺を参拝。チベット人一般家庭訪問では料理と一緒に作ったり、人々の暮らしや信仰に触れます。旅の後半は、グル・リンポチェ（パドマサンパバ）ゆかりの地「ツォペマ」を訪れ深い祈りの地を巡ります。

6月頃申込受付開始！



2026年11月催行予定

Tashi Delek Tour Vol.25

～チベット仏教の総本山を
訪れる旅 in 南インド～

南インド・カルナタカ州には、現在も伝統的な仏教文化が継承されるチベット仏教の総本山があります。店主ロサンが僧侶として長年属したデブン寺ゴマン学舎がある「ムンゴッド」、セラ寺があるマイソール近郊の「バイラクッベ」はインド最大のチベット人居留地です。訪問・滞在に特別入境許可が必要なこのエリアは、観光地ではないため、一般の旅行者には訪問しづらい場所ですが、現地に精通している店主ロサンがその人脈を駆使してガイドする、まさにタシデレ押しツアーです。

6月頃申込受付開始！



プログラム企画
お問い合わせ

チベットレストラン & カフェ タシデレ
東京都新宿区四谷坂町12-18 永谷ビル1階
☎：03-6457-7255
✉：tibetrestaurant@tashidelek.jp



募集中の
ツアー情報は
こちらから
ご覧ください