

わたしの

# ロング・ステイ・ストーリー



Katsuhisa Nakajima

中島 克久

出身:東京都

年齢:60歳

✉ k.nakaji.1964@gmail.com



----

## ■ロングステイを始めたのはいつですか？

1年のうちに10ヶ月をタイで生活する様になったのは4年前からです。約30年前よりタイにちよこちよこ訪れており渡航歴は100回を超えております。

## ■何処でロングステイしていますか？

タイランドのサムットプラカーンです。過去にカラシンとコンケンでの長期滞在経験もあります。

## ■ロングステイをすることになったきっかけは？

趣味が旅行(国内ツアーガイド)とB級グルメ(調理師)なのですが、初めてタイに来た際にラヨンで食べた蟹の量が半端無く多くバラバラのお米との相性抜群の蟹チャーハンに魅了されそれからちよこちよこタイに来る様になり、その後、更にタイ料理(特にイサーン料理)に嵌り何れタイで生活したいと考える様になりました。日本の厳格な?時間管理から緩過ぎる?タイのスタイルに憧れた事も一因かも知れませんが、また、高血圧や花粉症の心配が無い事も魅力となりました。

## ■ロングステイする前の仕事や生活

以前は毎日、会社と家の往復でありワクワク、ドキドキの無い平凡な生活で、休みにストレス解消で海釣りや旅行に行っておりました。

## ■ロングステイ中の日々の生活について

現在は毎日、朝コンドミニアム内のジムで身体を動かしたり週に何回かプールで泳いでおります。また、毎日美味しいタイ料理と果物とビールを楽しんでもいます。日中は時間に余裕があるためタイ語を勉強したり日本向けのボランティアの執筆作業を少し行っています。

## ■現地での活動または予定の活動など

タイ語検定3級合格を目指して奮闘中です。合格後にはタイ国内旅行と海釣りを再開する予定です。タイ国内77県のうち74県は観光済みです。

## ■大変だったことや現地でのトラブルについて

狭心症の持病があり、タイでは一般的には既往症対応の保険が無く、入れるとしても条件が厳しかったりかなり高額になるため定期的に日本に戻らなければならないのがネックです。また、昨今はクレジットカードの海外旅行保険のルール改正等があり、よく確認して対応しなければなりません。

## ■1カ月の大まかな生活費

住居費 1万バーツ・1ベッドルーム

光熱費 7百バーツ・電気と水道

食費 1万2千バーツ・毎日のビール含む

通信費 約370バーツ

交際費 5千バーツ

雑費 3千バーツ・バイクのガソリンと週1回のマッサージ含む

合計 約3万3千バーツ(約14万9千円 2025年2月現在)

## ■ロングステイをしてみたいと思う人に向けてのメッセージ

頑張った自分自身への、そしてご家族へのご褒美として海外滞在を経験してみるのも良いのではないのでしょうか?移住、ロングステイ(少し長い旅行)、二拠点生活と様々なスタイルがありますのでご自身に合うタイプを見つけてみて下さい。新しい発見や驚きもあり新鮮な気持ちで且つ新しい刺激のある生活が見つかると思います。

