

チベットと周縁の町と都市 / Cities and Towns in Tibet
 藏區城鎮 / bod gyi grong khyer dang grong rdal

日本語	英語	中国語	チベット語 (Wylie)	所在地区
▣ 銀川	Yinchuan	銀川	Yi'n khron	[寧夏]
▣ 蘭州	Lanzhou	蘭州	lan gru	[甘肅]
● 臨洮	Lintao	臨洮	lin tha'o	[甘肅]
● 酒泉	Jiuquan	酒泉	ji'u chon	[甘肅]
● 嘉峪関	Jiayuguan	嘉峪關	ja'yu'u kon	[甘肅]
● 敦煌	Dunhuang	敦煌	tun hong	[甘肅]
● サンチュ	Sangchu	夏河	bsang chu	〈甘南〉
● チョネ	Cone	卓尼	co ne	〈甘南〉
▣ 西寧	Xining	西寧	zi ling	[青海]
● レプコン	Rebkong	同仁	reb kong	〈黄南〉
● チャプチャ	Chabcha	共和 (恰卜恰)	chab cha	〈海南〉
● マチェン	Machen	瑪沁	rma chen	〈果洛〉
● ジェクンド	Jyekundo	玉樹	skye rgu (mdo)	〈玉樹〉
● ゴルム	Golmud	格爾木	na gor mo	〈海西〉
▣ 重慶	Chongqing	重慶	kh rung ching	[重慶]
▣ 成都	Chengdu	成都	kh reng tu'u	[四川]
● 雅安	Ya'an	雅安	ya'an	[四川]
● 宜賓	Yibin	宜賓	dbyi pin	[四川]
● 瀘州	Luzhou	瀘州	lu'u kro'u	[四川]

● 西昌	Xichang	西昌	zhi khrang	[四川]
● 攀枝花	Panzhuhua	攀枝花	phan kri hwa	[四川]

● ダルツェンド (康定)	Dartsendo	康定 (打箭爐)	dar rtse mdo	〈甘孜〉
● リタン	Lithang	理塘	li thang	〈甘孜〉
● バタン	Bathang	巴塘	'ba' thang	〈甘孜〉
● タウ	Tawu	道孚	rta'u	〈甘孜〉
● カンヅェ	Kantse	甘孜	dkar mdzes	〈甘孜〉
● デルゲ	Derge	徳格	sde dge	〈甘孜〉
● セルシュ	Sershu	石渠	ser shul	〈甘孜〉
● セルタ	Serthar	色達	ser thar	〈甘孜〉

● バルカム	Barkham	馬爾康	'bar khams	〈阿壩〉
● ンガバ	Ngaba	阿壩	rnga ba	〈阿壩〉
● ヅオルゲ	Dzorge	若爾蓋	mdzod dge	〈阿壩〉
● ソンチュ	Sungchu	松潘	zung chu	〈阿壩〉

● ミリ	Mili	木里	smi li	〈木里〉
------	------	----	--------	------

▣ 昆明	Kunming	昆明	khun ming	[雲南]
● 麗江	Satham	麗江	sa tham	[雲南]

● シャングリラ	Gyelthang	香格里拉 (中甸)	rgyal thang	〈迪慶〉
● デチェン	Dechen	迪慶	bde chen	〈迪慶〉

▣ ラサ	Lhasa	拉薩	lha sa	〈拉薩〉
------	-------	----	--------	------

● ダムシュン	Damshung	當雄	'dam gzhung	〈拉薩〉
---------	----------	----	-------------	------

● シガツェ	Shigatse	日喀則	gzhis ka rtse	〈日喀則〉
● ギヤンツェ	Gyantse	江孜	rgyal rtse	〈日喀則〉
● ドモ	Dromo	亞東	gro mo	〈日喀則〉
● サキヤ	Sakya	薩迦	sa skya	〈日喀則〉
● ティンキェ	Tingkye	定結	gding skyes	〈日喀則〉
● ラツェ	Lhatse	拉孜	lha rtse	〈日喀則〉
● ティンリ	Dingri	定日	ding ri	〈日喀則〉
● ニヤラム	Nyalam	聶拉木	gnya' lam	〈日喀則〉

● サガ	Saga	薩嘎	sa dga'	〈日喀則〉
● チャムド	Chamdo	昌都	chab mdo	〈昌都〉
● マルカム	Markham	芒康	smar khams	〈昌都〉
● ヅォゴン	Dzogang	左貢	mdzo gang	〈昌都〉
● ズァユル	Dzayul	察隅	rdza yul	〈林芝〉
● ニンティ	Nyingtri	林芝	nying khri	〈林芝〉
● コンポ ギャムダ	Kongpo Gyamda	工布江達	kong po rgya mda'	〈林芝〉
● ツェタン	Tsethang	澤當	rtse thang	〈山南〉
● チョンギェ	Chonggye	瓊結	'phyong rgyas	〈山南〉
● ルンツェ	Lhuntse	隆子	lhun rtse	〈山南〉
● ツォナ	Tsona	錯那	mtsho sna	〈山南〉
● ナクチュ	Nak Chu	那曲	nag chu	〈那曲〉
● プラン	Purang	普蘭	spu rang stag la	〈阿里〉
● トディン	Tholing	托林	mtho lding	〈阿里〉
● センゲ ツァンポ	Sengge Tsangpo	獅泉河鎮	seng ge gtsang po	〈阿里〉
● ルトク	Ruthok	日土	ru thog	〈阿里〉
● ホータン	Hotan	和田	hu then / (li yul)*旧称	〔新疆〕
● ガントク	Gangtok	甘托克	star tog	〔シッキム〕
● カリンポン	Kalimpong	卡林邦	ka gling spung	〔シッキム〕
● ダージリン	Darjeeling	大吉嶺	rdo rje gling	〔シッキム〕
● レー	Leh	列城	gle	〔ラダック〕
● ダラムサラ	Dharmsala	達蘭薩拉	rda ram sa la	〔ヒマチャル〕
● シムラ	Simla	西姆拉	sim la	〔ヒマチャル〕
▣ カトマンズ	Kathmandu	加德滿都	ka ta man rdu	【ネパール】
▣ ティンブ	Thimpu	廷布	thim phu	【ブータン】

■所在地名（略記）

* [] はルビに

* 中国語による地名は、歴史的な経緯と日本語からの利用と対照の便を考慮して、繁体字に統一したが、音訳字は基本的に現代中国で使用されているものを用いた。詳細については、現代チベットの行政区と地域名のページを参照されたい。

- [寧夏] 寧夏回族自治区
- [甘肅] 甘肅省 <甘南> 甘南藏〔チベット〕族自治州
- [青海] 青海省 <海北> 海北藏〔チベット〕族自治州
<黄南> 黄南藏〔チベット〕族自治州
<海南> 海南藏〔チベット〕族自治州
<果洛> 果洛〔ゴロク〕藏〔チベット〕族自治州
<玉樹> 玉樹〔ユシュ〕藏〔チベット〕族自治州
<海西> 海西蒙古〔モンゴル〕族藏〔チベット〕族自治州
- [重慶] 重慶市
- [四川] 四川省 <甘孜> 甘孜〔カンヅェ〕藏〔チベット〕族自治州
<阿壩> 阿壩〔ンガバ〕藏〔チベット〕族羌〔チァン〕族自治州
<木里> 木里〔ミリ〕藏〔チベット〕族自治縣
- [雲南] 雲南省 <迪慶> 迪慶〔デチェン〕藏〔チベット〕族自治州
- [西藏] 西藏自治區 <拉薩> 拉薩〔ラサ〕[市]
<日喀則> 日喀則〔シガツェ〕[市]
<昌都> 昌都〔チャムド〕[市]
<林芝> 林芝〔ニンティ〕[市]
<山南> 山南〔ロカ〕[市]
<那曲> 那曲〔ナクチュ〕[市]
<阿里> 阿里〔ンガリ〕地区
- 【インド】 [シッキム]
[ラダック]
[ヒマチャル・プラディシュ]
- 【ネパール】
- 【ブータン】