

2024 Sep.  
Tập 7 - No.019

Nhiều tác giả

# WALKING 09

VIETNAM

FREE MAGAZINE

“歩く”がテーマの生活情報誌

## 西から変わるハノイ Go New West!

Khám phá phía Tây Hà Nội

TAISEI SQUARE HANOI



SÁCH CHUYÊN QUẢNG CÁO  
NHÀ XUẤT BẢN THANH NIÊN



日本でのマンション施工実績70万戸の長谷工による設計・施工・運営のサービスアパートメント



## 短期宿泊プラン新登場!

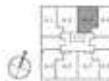
急なご出張にも快適なお部屋をご提供致します。

Aタイプのご宿泊料  
140万VND / 泊 (約60USD / 泊) ~

### サービス一覧

朝食 (週6回)	テレビ視聴 (VTV)	洗濯 (週3回)	巡回バス (土日祝日)
部屋ごとにWiFi	室内清掃 (週5回)	ジム利用 (5:00-23:00)	ミニショップ
AEONデリバリー注文	24時間警備	24時間メンテ常駐	タオル・シーツ (毎日、シーツは2日1回交換)
家具・家電完備	シーツ交換 (週1回)	ドライクリーニング (週2回有償)	アメニティ (毎日補充)
網戸あり	自転車貸出し	飲料水 (ウォーターサーバー)	飲料水 (2ボトル / 日)

※ピンク部分は短期宿泊だけのサービス



約1,350~  
1,650USD

**A** STUDIO&1BR (約60㎡)



約2,000~  
2,200USD

**B** 1BR (約80㎡)



約3,000USD

**C** 2BR (約120㎡)

快適性

遮音性

防露性

防水性

耐久性

安全性



HASEKO LHT COMPANY LIMITED

☎ 024-6664-1710 (日本語対応)  
094-890-5665 (担当: 井上)

THE AUTHENTIC (ジ・オーセンティック) の  
お問い合わせは「HASEKO LHT」へご連絡ください。

✉ reservation\_theauth-asia.com  
🌐 www.haseko.co.jp/vietnam/authentic/



Facebook

ベトナム随一の日系サービスアパートメント

前編  
駐在員向け

# THE AUTHENTIC

## 入居のいいところ

日本でマンションの設計から施工、管理までを手掛ける「長谷工コーポレーション」が、2017年に竣工したサービスアパートメント「The Authentic (ジ・オーセンティック)」。ハノイ・ロンビエン区にあり、各工業団地へのアクセスが便利なおことから、多くの駐在員が入居しています。本誌9月号と10月号の2号連続で、同アパートの魅力を徹底紹介!今回は駐在員向けをピックアップします。

賃料は、スタジオタイプで約1,350USD(約3436万4250VND)～。間取りは2ベッドルームまで用意

### 日本と変わらない生活



日本人スタッフが常駐しているほか、ベトナム人スタッフの多くがN2以上を保持。海外初心者でも、日本と同等の生活スタイルを維持することが可能です。また、部屋は清潔感があり、ストレスなく快適に過ごせます。

### 食事サービスが充実



アパート内にはレストランがあり、毎日朝食サービスを提供。メニューは日替わりで、2024年現在の品数は150品以上と、飽きない工夫も凝らされています。希望者には夕食を部屋まで届けたり、弁当ボックスで用意したりすることも可能です。

### 全室にバスタブ付き



ベトナムのアパートではあまり見かけない、貴重なバスタブ付きの部屋を用意しています。各部屋に200ℓも入る給湯器が設置されており、お湯を張るのにも十分です。なお、バスタブと洗い場は、日本式に倣って別々です。

### ゴルフコンペを開催



アパート主催で、入居者が集まるイベントを定期的に開催。中でもゴルフコンペが人気で、周辺地域にあるゴルフ場へ向かいます。入居者同士の親睦を深められる機会にもなっており、参加者からは気の合う友人を見つけやすいと好評です。



### The Authentic

📍 Land Lot Marked CT1, Tu Dinh Resident Complex Project,  
Long Bien, Hanoi  
☎ 024-6664-1710 (日本語可)  
🌐 [www.haseko.co.jp/vietnam/authentic](http://www.haseko.co.jp/vietnam/authentic)

THE AUTHENTIC  
WITH THE BEST SERVICE

# 700台

7席SUVから47席バス  
など豊富な車両タイプ

# 100%

ベトナム国内全域  
レンタカーサービス

# 300社

国内外300社以上  
企業様と契約



## グリーンリーフベトナム ドライバー付きレンタカーサービス

- 2013年から現在までベトナム国内全域でドライバー付きレンタカーサービスを10年以上行なっております。
- ベトナム国内のすべての省と都市において、月単位でご利用出来る月極レンタカーサービス（中長期利用）、1日からご利用出来るスポットレンタカーサービス（短期利用）、空港送迎サービスを提供します。
- ドライバー：英語、ベトナム語など多言語でコミュニケーションが可能です。ドライバーへは安全や運転技術に関する訓練を実施しており、プロフェッショナルなサービスを行なっております。



カスタマーケアチームは英語、日本語、ベトナム語を話せます。



国内全域に700台以上の車両をご用意しています。



ドライバーは英語、ベトナム語など多言語でコミュニケーションが可能です。



車両の定期的なメンテナンスと点検を実施しています。

### GREEN LEAF VIETNAM TRANSPORTATION COMPANY LIMITED

- 104-106 Tran Luu Street, An Phu Ward, Thu Duc City, Ho Chi Minh City
- 17 Pham Hung, My Dinh 2, Nam Tu Liem, Ha Noi (ICD PORT)
- Lot 18 &19 Area BB2- Kim Cuc Green Urban Area, Ghenh Rang Ward, Quy Nhon City, Binh Dinh Province



1800 6300 ☎

cskh@green-leaf.vn ✉

www.greenleafvietnam.com 🌐

\*ご予約やご相談はホットラインにお問い合わせください

# CONTENTS

## SHARE contents

- 004 編集部が歩いて見つけた! New Face
- 007 西から変わるハノイ Go New West !
- 014 ベトナム修学旅行のイマドキ調査
- 016 Capichi's Gourmet Style
- 018 ベトナム語独学サラリーマン
- 020 映えるベトナム カンボジア
- 021 気になる商品試食会
- 022 わくわくワークショップ体験ルポ
- 023 知ってたらネタになるベトナム雑学
- 024 らくらくベトナム語
- 025 ウォーキング・クラシファイド
- 026 みんなのメッセージボード
- 029 ベトナム生活・旅行の教科書

## MAP & information

- 030 HANOI Index 掲載店QRマップ
- 032 HANOI Map
- 049 DA NANG / HO CHI MINH CITY Index 掲載店QRマップ
- 050 DA NANG / HO CHI MINH CITY Map



**WALKING**  
VIETNAM

“歩く”がテーマの生活情報誌

Tập 7/2024 - No.019 Nhiều tác giả

月刊 Walking Vietnam

2024年9月1日発行  
【運営】WALKING VIET NAM Co., Ltd.

### Hanoi Office

住所: 8th Floor, No.4 Lieu Giai Street,  
Ba Dinh District, Hanoi City, Vietnam  
Tel: +84 (35) 296 0543

### Ho Chi Minh City Office

住所: 10th Floor, The Nexus Building,  
3A-3B Ton Duc Thang Street, District 1, HCMC  
Tel: +84 (78) 989 2768  
Email: info@walking-vietnam.net

QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。

NHÀ XUẤT BẢN THANH NIÊN  
D29 Phạm Văn Bạch, Yên Hòa, Cầu Giấy, Hà Nội  
ĐT: (024) 2214 7815 \* 0904558369  
Website: nxbthanhnien.vn; Email: info@nxbthanhnien.vn  
Chi nhánh: 145 Pasteur, P.6, Q.3, TP. Hồ Chí Minh

Chịu trách nhiệm xuất bản:  
Giám đốc - Tổng Biên tập: Lê Thanh Hà  
Biên tập: Nguyễn Thị Kim Thu

Số lượng in (bản): 10.000 cuốn  
Kích thước: 19,3 x 27 cm  
Đăng ký KHXB số: 328-2024/CXBIPH/152-10/TN  
Quyết định xuất bản số: 319/QĐ-NXB TN  
Cấp ngày: 22/02/2024  
Nộp lưu chiếu năm 2024  
ISBN: 978-604-41-1735-5  
In tại Công ty CP In Sao Việt  
Địa chỉ 9/40 Ngụy Như Kon Tum, phường Nhân Chính,  
quận Thanh Xuân, TP. Hà Nội.

Biên soạn: Walking Vietnam  
Công ty TNHH Walking Vietnam  
Địa chỉ: Số 16 Kim Mã Thượng, Phường Cống Vị,  
Quận Ba Đình, TP. Hà Nội  
Tel: +84(35) 296 0543  
E-mail: info@walking-vietnam.net



## ダナヴィーガンハウス

Dana Vegan House

ハノイ

●ヴィーガン料理



旧市街にある築100年近い家を改装した、米とベトナムの伝統文化をモチーフにしたヴィーガンレストラン。ベトナムの代表的な食材をモダンな調理法で組み合わせ、ヘルシーかつおしゃれな創作料理に仕上げられています。「ハノイ風米酢とキノコ入り米麺／Bun Nam Dam Bong Ha Noi」(8万5000VND)や「ピンフオック省産カシューナッツソースのピーツグリル／Cu Den Nuong Sot Hat Dieu Binh Phuoc」(18万VND)など豊富なフードメニューが揃うほか、コンプチャやモクテルなど各種ドリンクも提供。

📍 12 Dong Thai, Hoan Kiem  
 ☎ 096-496-1212  
 🕒 11:00～15:00、17:30～22:30  
 📱 Dana Vegan House  
 📷 danaveganhouse



## やきまるハノイ

Yakimaru Hanoi

ハノイ

●焼肉



新鮮かつ高品質な肉を揃えた焼肉店。オーナー自慢のメニューは、ジューシーな「厚切り牛ハラミ」(19万8000VND)と、厳選された上質な「レバ刺し」(9万8000VND)、豚ホルモンの味噌漬「味噌豚ちゃん」(6万5000VND)の3種。「サッポロ生」(6万5000VND)と合わせて楽しむのが一押しです。店内はシンプルながらも豪華さを感じる内装で、煙が籠らない風通しの良い空間です。また、おひとり様でも来店しやすいようにと、カウンター席も用意しています。

📍 12, Ngo 35, Phan Ke Binh, Ba Dinh  
 ☎ 097-754-3512  
 🕒 11:00～14:00 / 17:00～22:00  
 🕒 21:30  
 📱 焼肉居酒屋やきまるハノイ店



## グム

ngum

ハイフォン

●カフェ



緑の木々が生い茂り、静かで小さな通りに佇むカフェ。店舗は4階建てで各フロアのデザインは異なっており、それぞれに独自性があります。人気メニューは、ベトナム産ロブスタコーヒーに牛乳とソイクリームを加えた「インジョルミコーヒー／Injeolmi Coffee」(5万5000VND)で、オリジナルの餅菓子に乗せて提供。その他、ドライフルーツと一緒に味わう「薄茶」(6万5000VND)、抹茶をマスカルポーネクリームとベトナム風おこしと組み合わせた「谷」(7万VND)なども同店のおすすめです。

📍 17 Le Dai Hanh, Hong Bang  
 ☎ 036-691-9806  
 🕒 7:30～22:00  
 📱 ngum.cafe  
 📷 ngum.cafe



## アイアールドリンクステーション

IR Drink Station

ハノイ

●カフェ



材木と植物、鉄が主体のデザインにこだわったクラシックなカフェ。来店者に安らぎと居心地の良い空間を提供しているほか、若者たちが楽しく過ごせるようにとコワーキングスペースやゲームスペースも用意しています。ラテアートが施された「カプチーノ」(5万VND)と、まるやかな「バナナケーキ」(3万5000VND)はアフタヌーンティのお供にぴったり。暑い日には、緑茶にパッションフルーツやジャムを添えた「夏至茶／Ha Chi Tea」(4万5000VND)が同店のおすすめです。

📍 149 Giang Vo, Ba Dinh  
 ☎ 096-871-7558  
 🕒 月～木曜7:00～19:00  
 金～日曜7:00～22:00  
 📱 IR Drink Station  
 📷 irdrinkstation



## ザ・ブリックスサイゴン

The Brix Saigon

ホーチミン市

●多国籍料理



アジアだけでなく欧米の要素も取り入れ、見た目がトロピカルな高級レストラン「ザ・ブリックス／The Brix」がリニューアルオープン。広々とした庭とプールがある屋外席と、南国のヴィラを彷彿とさせる店内席があります。デートや特別なイベントにぴったりな料理は、「マッシュルームスパゲッティ」(21万VND)や「ドライエイジングダックプレスト」(52万VND)など。大きな窓から見える南国の景色を眺めながら、優雅な気分を味わえます。

住 26 Tran Ngoc Dien, Thu Duc

電 090-785-1010

営 火～金曜11:00～24:00

土・日曜9:00～24:00、月曜16:00～24:00

休 22:30

📍 thebrixsaigon



## 和牛割烹 刀

Wagyu Kappou Katana

ホーチミン市

●和食



本格的な牛懐石料理を提供する和食店。料理長を務めるのは、16歳から修業を積み、ミシュラン5つ星店などでシェフを歴任した実績がある西山一男さん。日本料理のすばらしさを海外の人たちにも伝えることを使命として掲げています。高品質の和牛と新鮮な魚介類を活かした懐石料理は、どれも日本の店舗にも引けを取らないほど。毎日10食限定の「華コース」(50万VND)や、和牛焼肉と寿司の「刀コース」(300万VND)は、自慢の料理の数々を堪能できます。

住 33 Mai Thi Luu, Quan 1

電 097-635-0021

営 11:00～15:00 / 17:00～24:00

休 14:30 / 23:00

📍 wagyukappokatana



## メオメオカフェ

Meo Meo Cafe

ホーチミン市

●猫カフェ



ベトナムではめずらしい、ビルのルーフトップにある猫カフェ。シンプルかつ開放的な空間に、かわいい猫たちが放たれています。人と猫と一緒にリラックスできるようにと、店内の清潔さにもこだわっています。価格は平日が9万9000VND、週末と祝日が10万9000VNDで、子どもは5万VND引き。ドリンクバーが含まれており、種類はウーロン茶や玄米茶、レモングリーンティ、ピーチティ、ストロベリーティなど豊富にあるほか、スナックも20種以上を用意しています。

住 7F, Gosto Bldg.,

27-29 Nguyen Khac Vien, Quan 7

電 086-639-3963

営 9:30～22:00

休 22:00

📍 meomeocafe



## チュロスクラブ

Churros Club

ホーチミン市

●チュロス



本場スペイン風のチュロスを販売する専門店、店内席のほかテラス席も用意。チュロスは毎日作りたてのみを用意し、外はカリッと中はふんわりとした食感に仕上げています。同店のおすすめは、チョコレートソースをかけた「チョコレート&レインボースプリングル」(4本9万5000VND～)。チュロスを差した「チョコレートシェイク」(7万5000VND)、チュロスにクリームをたっぷり詰め込んだ「フィルドチュロス」(9万5000VND)も、SNS映え必至の商品として人気です。

住 88B Xuan Thuy, Thu Duc

電 077-533-8193

営 10:00～24:00

📍 Churros Club

📍 churrosclub\_vn





Tay Ho会場

Ba Dinh会場

Cau Giay会場



# SSA お子様の習い事なら にお任せください!

## 9月中の入会で入会金(160万VND)が全額無料



サッカースクール

チアダンススクール

空手スクール



ハノイの日系スポーツアカデミー

SSAは、お子様の健康な体づくりや人間力を大いに養うことができる教育型スポーツスクールです

# SAKURA SPORTS ACADEMY

体験予約受付中

さくらスポーツアカデミー



☎ 088-806-6077 (井上)

QRコードより  
お気軽に  
お問い合わせ  
お申し込み  
ください



SSA STUDIO 住 7 Ngo 9 Dang Thai Mai, Quang An, Tay Ho, Hanoi



# Go 西から 変わる ハノイ New West!

ハノイの旧市街や、日本人街と呼ばれるキムマー通り、リンラン通りエリアよりももっと西側の地区は、新しいビルやホテルなどが続々と開業し、都市開発が進んでいます。今回は、ここ数年でオープンし、今はあまり日本人には知られていないものの、今後注目を浴びそうな新スポットへと案内します。



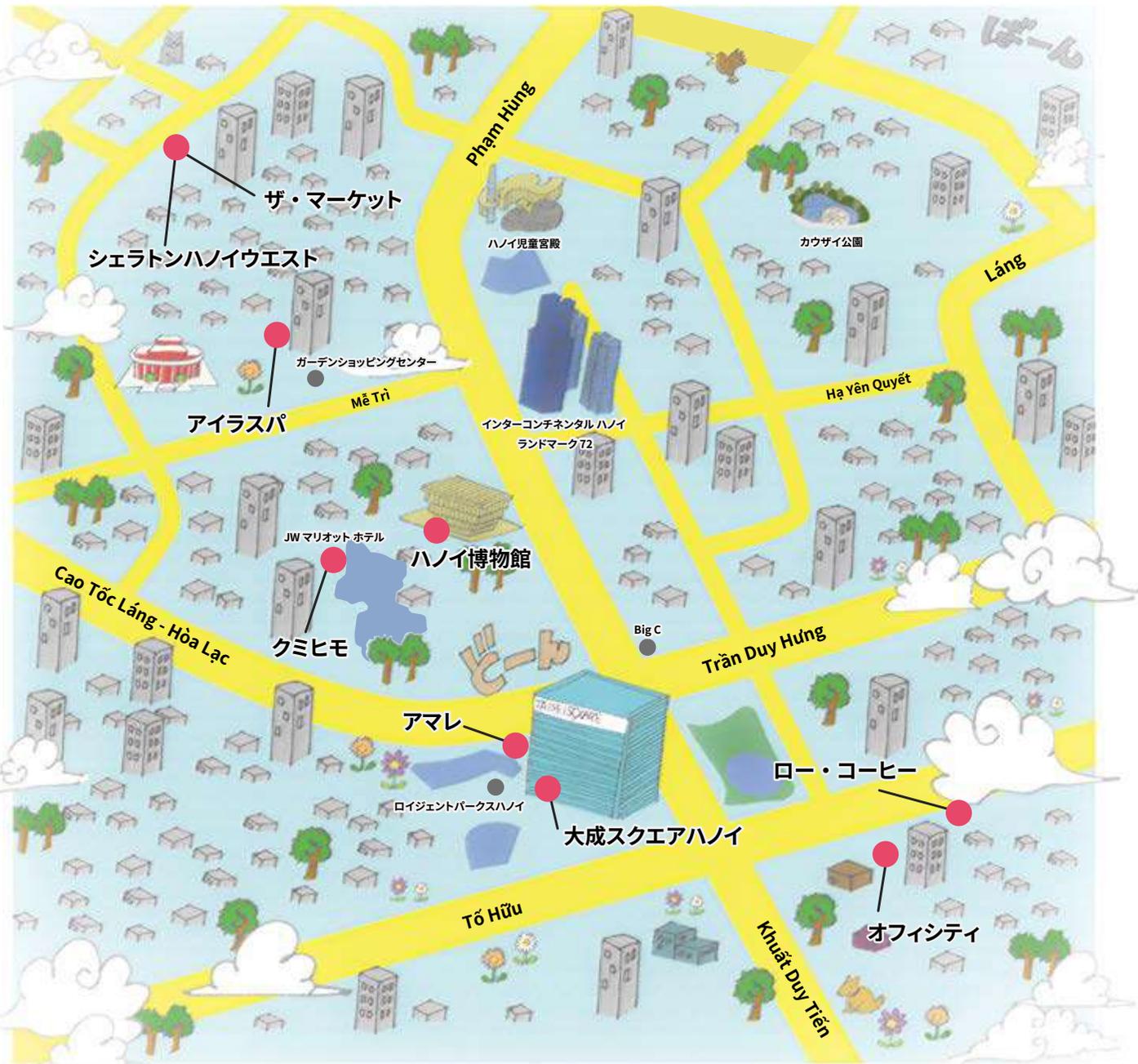
TAIPEI SQUARE  
HANOI



( 最近気になるあの場所へ )

# ハノイ西・新スポット案内

ハノイの西側で、特に開発が進んでいるのが、カウザイ (Cau Giay) 区やナムトゥリエム (Nam Tu Liem) 区、ハドン (Ha Dong) 区などです。一つひとつの建物は、旧市街や、日本大使館などがあるバーディン (Ba Dinh) 区にあるビルなどと比べるとかなり広く造られている一方で、中心部から行くには少し距離があるため、訪れるならタクシーやバスを利用するのがおすすめです。



# おいしいもの盛りだくさん

## こんなところで

# 食べたい&買いたい!

ハノイ旅行の食事や買い物の定番は、やっぱり旧市街周辺になってしまう傾向があります。在住者であれば、つい慣れ親しんだ店舗に行ってしまうもの。新しいお気に入りスポットを探しに、少し足を運んでみませんか？

### クミヒモ Kumihimo

創作日本料理で勝負、限界に挑戦!

料理を通じて人と人をつなぐことをコンセプトにした、5つ星ホテル内にあるモダンな食店&バー。ハワイ出身のジェームスさんと田中孝典さんがシェフを務め、独創的なアレンジが施された日本料理を提供します。カップルやグループ向けのテーブル席のほか、20人を収容可能な個室も用意。開放感のあるバー&テラスや、串焼きを楽しめる特設の炉端焼きエリアもあり、雰囲気までしっかりと満喫できます。毎週金・土曜21~23時は、アコースティックバンドによるライブ演奏が開催され、2024年9月には開店1周年を記念した特別メニューやイベントを実施予定です。

- 住 L Floor, JW Marriott Hanoi, 8 Do Duc Duc, Nam Tu Liem
- 電 090-329-0998
- 営【ディナー】17:30~21:30【バー&テラス】17:30~23:00、土・日曜【ランチ】11:30~14:30
- LO【ランチ】14:30、【ディナー】21:30
- WWW www.kumihimo.vn



ブラックモアタコス  
Blackmore Tacos 39万VND

日本だけでなく韓国の食文化も取り入れた和牛タコス。ブルゴキソスの塩味、セラノペッパーの辛味、トマトポン酢の酸味が見事に調和している



エリンギ・マダロクリスプ  
Eringi・Tuna Crisp 38万VND ~

チップスに乗せる具材はエリンギやマダロ、サーモン、和牛から選べる。トリュフオイル、甘めのマヨネーズ、しその葉をかけて提供する



トロピックストーム  
Tropic Storm 38万VND

炙りサーモンハラス、海老フライ、チポトレマヨ、トロピカルフルーツのサルサといった、豪快な組み合わせが楽しめる、田中シェフ考案の創作ロール寿司

### RAAW Coffee

コーヒーをバラエティ豊かに味わう



フオットギフトセット / Phuot Gift Set 25万VND  
ベトナム北部から南部までの4産地で収穫されたコーヒー豆を25gずつ袋詰めしたセット。豆は浅煎りで、抽出にはドリップコーヒーがおすすめ

チャンマイ / Chan-May 7万VND  
塩クリームを上に乗せたコールドドリップコーヒー。2層に分かれた見た目が楽しく、クリームの塩味とコーヒーのさっぱりした味の組み合わせがグセになる

チャンチヨイ / Chan-Troi 7万VND

ベトナム式フィルターコーヒーにココナッツアイスクリームとミルクを加えた創作ドリンク。ココナッツの濃厚な風味がコーヒーによく合い、甘味を好む人にぴったり

スペシャルティコーヒーの焙煎と販売を専門とするカフェ。ベトナム各地の農園から直接コーヒー生豆を仕入れることで、より持続可能な生産をサポートすることに取り組んでいます。豊富なコーヒーメニューのほか、ティーやケーキも用意しています。おしゃれなパッケージに入った異なる焙煎度のコーヒー豆が数多く揃っており、お土産にもぴったりです。

- 住 B3.7 Hoang Dao Thuy, Thanh Xuan
- 電 038-406-0812
- 営 8:00~23:00 LO 23:00
- WWW RAAW Coffee raawcoffeevn
- HTTPS https://raaw.coffee

### ザ・マーケット The Market

料理と文化、芸術が融合した作品に感動



ベトナム春巻き盛り合わせ  
Dia Nem Viet Nam 32万5000VND

ハノイ風揚げ春巻き、エビの生春巻き、スモークサーモン入りの巻きフォアが楽しめる一皿。新鮮なハーブと甘酸っぱいヌックマムと合わせていただく

チャーカールザン  
Cha Ca La Vong 40万VND

魚は定番のギギではなく、ウコンで味付けしグリルしたチョウザメを使用。米麺、ピーナッツ、ディル、ヌックマムなどの組み合わせを堪能

オーストラリア産ラムリブのグリル  
Suon Cuu Uc Nuong 75万VND

チーズベイクドポテト、グリルトマト、ローズマリー、マッシュしたインゲン豆のほか、数時間煮込んだ特製ローズマリーソースを添えて提供

- 住 1F, Sheraton Hanoi West, 36 Le Duc Tho, Nam Tu Liem
- 電 024-2230-1234 (ext. 35)
- 営 6:00~22:00
- LO 21:30

西ハノイの急速な発展とともに、宿泊客の旅のニーズに応えるべく2024年5月にオープンした多国籍レストラン。おしゃれなオープンキッチンやバーカウンターの備え、高級感のあるデザインにこだわっています。ベトナムの伝統的な料理を体験できるほか、多様な食文化を楽しんでもらえるようにと、日本食のビュッフェや日本風にアレンジされたベトナム料理にも力を入れています。

# 何度も訪れたくなる場所

## こんなところで

## 癒されたい&和みたい!

せっかく少し遠出をするなら、時間を忘れてリラックスしながら過ごせる場所でもチェックしておきたいところ。家族や友人とのお出かけ、パートナーとのデートにもおすすめできる、ゆったりとくつろげるスポットを見つけました。

### アマレ AMARE

#### まるで日本!? 温泉とサウナの癒しの旅へ

2023年9月にオープンした日韓式ヘルスケア複合施設で、従来の治療法で関節や排泄器官の不調を改善し、心身のバランスも整えてくれます。館内は約3000㎡の広さを誇り、ドライサウナとウェットサウナを完備した男女別の温泉エリア、火山岩やヒマラヤ水晶など各種ストーンを用いた9つのサウナ室で構成されたチムジルバンエリアに加えて、各種スパメニューや食事を提供するエリアまであります。温泉とチムジルバンが利用できる1日券は49万5000VND〜で、初回なら24万7000VND〜で日中時間制限なしになります。さまざまなメニューを組み合わせたパッケージを購入すると、さらにお得に楽しめます。

📍 3F, Building B, Thang Long Number One, 289 Khuat Duy Tien, Cau Giay  
 ☎ 096-980-0855  
 🕒 9:00~22:00 🕒 20:30  
 📱 AMARE Onsen & Jjimjilbang  
 🌐 <https://amare.com.vn>

スパではボディ、フット、ヘッド&ネック&ショルダーなどのマッサージ(50分37万VND〜)を提供。時間は70分や100分も選択可

ミネラル、シルク、コールドの3種が揃う温泉エリア。上品なインテリアで落ち着いた雰囲気漂う



サウナ室は、韓国の基準を満たすよう設計。ヒノキなどの木材と、天然ミネラルを豊富に含むさまざまな貴石を使用



### ハノイ博物館 Hanoi Museum

#### ハノイの文化遺産を保存した博物館

アメリカのビジネスインサイダー雑誌にて、世界で最も美しい博物館の1つとして紹介された



20世紀初頭のハノイにおける裕福な家庭の日常生活を紹介する展示「ネブスア / Nep Xua」。200点以上の文書や工芸品を展示

蓮をイメージして建てられた一柱寺から着想を得た、個性的な建築デザインが特徴の博物館。2024年現在は、7万点以上の資料や遺物が保管されており、1000年にわたるタンロン(ハノイの旧称)

の歴史を紹介しています。入場料は無料です。展示テーマは定期的に変更されており、最近では「タンロンへの行程」、「19〜20世紀のハノイ」、「抗戦」が人気を博しました。



📍 Hanoi Museum, Pham Hung, Nam Tu Liem  
 ☎ 097-850-9935  
 🕒 8:00~11:30 / 13:30~17:00 (休月曜)  
 📱 Bao Tang Ha Noi - Hanoi Museum  
 🌐 <http://baotanghanoi.com.vn>

### アイラ・スパ Ayla Spa

#### 喧騒の中で腕利きのマッサージを

2人の熟練セラピストによる「4ハンドマッサージ / Four-handed Massage」(60分100万VND〜)が同店のおすすめメニュー



エッセンシャルオイルの香りが漂い、アースカラーの家具が置かれたインドシナ風の空間が迎えてくれる



ハノイで最も賑やかなエリアの1つに安らぎのオアシスを作ることを目的として、ホスピタリティとスパ業界のプロフェッショナルたちが集い設立したモダンなスパ。同店が研究を重ねて確立させた技術を用いて、ボディやフットマッサージのほか、フェイシャルケア、ボディスクラブ、ハーバルバスなど充実したトリートメントを提供します。



📍 Block A7, Fivestar My Dinh, Nam Tu Liem  
 ☎ 083-347-6688  
 🕒 9:30~22:30  
 🌐 <http://aylaspa.com>

# ワンランク上の日常を

# こんなところで働きたい&泊まりたい!

ベトナムは比較的物価が安く、非日常的な体験がしやすいのも同地ならではの。ハノイは新しいオフィスやホテルの開業が続いており、会社の移転や旅行・出張時の宿泊がそこに決まると、羨ましがられることも少なくありません。

## 大成スクエアハノイ Taisei Square Hanoi

日本品質を徹底した地上20階建てのオフィスビル

大成建設グループが、ハノイ西部・カウザイ (Cau Giay) 区において投資、開発、設計、施工、運営を進めるオフィスビル。2024年9月の開業で、1階と2階が店舗、3～20階までがオフィスフロアになっています。オフィスで働くビジネスパーソンには日本クオリティの環境を、店舗などを訪れる訪問客に向けてはプロフェッショナルなサービスを提供します。ビルは、水平・垂直の線で構成された端正かつ抑制の効いた日本建築のデザインをモチーフとし、モノトーンのフォーマルな雰囲気の中に木調や石目調の素材を組み合わせることで、落ち着きと温かみのある空間を実現しています。

- 📍 289 Khat Duy Tien, Cau Giay
- ☎ 088-824-7289 (リーシング窓口)
- 🕒 月～金曜8:00～17:00 (リーシング窓口)
- 📱 Taisei Square Hanoi
- 🌐 <https://taiseisquarehanoi.com>



オフィスのエントランス。広々とした奥行きのある空間には植栽もあり、訪問客が快適に過ごせるようにとこだわっている



オフィスからの絶景。ハノイ西部の高層ビルが建ち並ぶ光景を眺められ、経済成長を目の当たりにできる



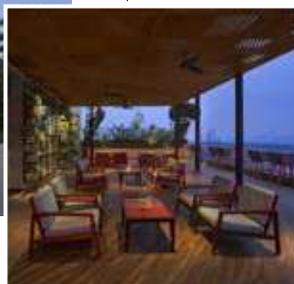
トイレはTOTO (トートー) 製の温水洗浄機 (ウォシュレット) を完備しているほか、女性トイレにはパウダーコーナーもある

## シェラトンハノイウエスト Sheraton Hanoi West

泊まるだけでも旅になる極上ホテル



夕日が街を照らす光景を眺めながら特製カクテルを味わえるスカイバー。ミーディンスタジアムで開催されるイベントの様子も眺められる



室内は、心から落ち着けるようにと温かみのある色合いで統一。窓は天井から床までの大きなサイズで、広大な景色を楽しめる

- 📍 36 Le Duc Tho, Nam Tu Liem
- ☎ 024-2230-1234
- 📱 Sheraton Hanoi West
- 📱 [sheratonhanoiwest](https://www.marriott.com/en-us/hotels/hansw-sheraton-hanoi-west)
- 🌐 [www.marriott.com/en-us/hotels/hansw-sheraton-hanoi-west](https://www.marriott.com/en-us/hotels/hansw-sheraton-hanoi-west)

マリオットインターナショナルグループの5つ星ホテルブランドの1つとして、ベトナムで8番目に開業。全520室を擁し、うち390室がホテルルーム (1泊400万VND～)、130室がアパートメント (月7000万VND～) となっており、旅行だけでなく短期滞在や長期出張時の宿泊先としても活用できます。高級レストラン、スカイバー、スパなどもあり、館内だけでも充実した時間を過ごせます。

## オフィシティ Officity

短期可だから気分転換にもぴったり



冷蔵庫や電子レンジを備えた共有スペースでは、持参した弁当を食べたり、休憩でお茶やおやつを楽しんだりする人の姿が見られる



オフィスの3階に位置し、中に入るとソファ席とかわいらしい雑貨が飾られた棚が目に入る、アットホームでフレンドリーな空間



スタートアップ企業の成長を支援したいとの思いから、2020年に開業した coworking space。個人用の固定デスク (1人180万VND～/月) や企業向けの個室オフィス (1人130万VND～/月) などリーズナブルな価格設定が特徴で、アメニティ完備のオフィス環境を提供します。長期契約の場合は1日分の料金が無料になるほか、会議室の時間貸しやドロップイン利用も可能で、出張者も気軽に立ち寄れます。

- 📍 3F, Building B, Viet Duc Complex, 39 Le Van Luong, Thanh Xuan
- ☎ 096-267-7591
- 🕒 【ドロップイン利用者】8:00～18:00、【会員】24時間
- 📱 Officity Coworking Space
- 📱 [Officitycoworkingspace](https://www.officity.vn)
- 🌐 [www.officity.vn](https://www.officity.vn)



<https://visaho.vn>



## VISAHO Joint Stock Company

■ 12AF, VIGLACERA Bldg., 1 Thang Long., Nam Tu Liem, Hanoi

☎ 024-3221-6336

## プロフェッショナルで高品質なサービスカ



VISAHO (ヴィサホ) は、日本のサンケイビルグループの現地法人です。不動産管理会社として2015年に設立。圧倒的な「プロフェッショナルで高品質なサービスカ」で、ベトナムNo.1の不動産サービス企業へと成長することを目標としています。事業開始から9年を経て、多くのお客様から好評をいただき、TAISEI SQUARE HANOIのような著名物件の管理も担っています。今後も、日系企業ならではの組織体制の構築と社員教育により、質の高いサービスを提供します。



● TAISEI SQUARE HANOIに  
入居されたお客様へ



## ALSOK Vietnam Security Services JSC.

■ 8F, Detech Bldg., 8 Ton That Thuyet, Nam Tu Liem, Hanoi

☎ 024-3785-4258

## 鍛え抜かれた警備で施設の安心・安全を確保



ALSOK VIETNAM (アルソックベトナム) は、日本で培った豊富な実績を基に、ベトナムでも多くのお客様に日本基準のサービスを提供しています。館内に入居・訪問するお客様が、24時間365日いつでも安心して過ごせるように、独自の警備計画に沿って、入退館管理、巡回、防犯カメラのモニタリングなどを実施し、万全の体制で警備にあたります。テナント内部においても、機械警備システムを導入いただくことで、不在中の侵入監視を行うことが可能です。



● TAISEI SQUARE HANOIに  
入居されたお客様へ



## MEIBI VIETNAM Co.,Ltd

■ 22F, Ngoc Khanh Bldg., 1 Pham Huy Thong, Ba Dinh, Hanoi

☎ 078-467-8374

## 綺麗で清潔な環境こそ最高のおもてなし



MEIBI VIETNAM (メイビベトナム) は、日本とベトナムで50年以上、数多くの清掃のプロフェッショナルを育成してきた実績があります。TAISEI SQUARE HANOIの美観、衛生を維持することが使命であり、同館を利用する全ての人が快適に過ごせるように、社員が一丸となって日々の業務、管理、運営の向上に努めています。

日系企業が単独で開発するベトナム初の大型オフィスビル

## TAISEI SQUARE HANOI

2024年9月に「TAISEI SQUARE HANOI (大成スクエアハanoi)」が開業します。ハード面・ソフト面ともに日本品質を追求しており、居心地の良い落ち着いたオフィスビルとなっています。ハード面(建物性能)を紹介した8月号に続き、今号では同ビルのソフト面(サービス水準)について紹介します。

**建設に続きビルの運営管理でも大成建設が顧客満足度の高いサービスを提供**

同ビルの所有ならびに運営管理は、大成建設の不動産開発子会社である「Taisei Development Hanoi(大成ディベロップメントハanoi)」が担い、日系のパートナー企業と協力しながら運営管理を行います。日本のオフィスビルでの管理経験を活かし、日系ならではのカスタマーサービスで、長く愛されるビルを目指します。

2024年  
9月  
開業!

**日系パートナー企業と共に実現する迅速な対応と品のある温かいおもてなし**

ビルの設備管理および受付は「VISAHO(ヴィサホ)」、警備は「ALSOK(アルソック)」、清掃は「MEIBI(メイビ)」の各日系パートナー企業が担当し、日本品質のサービス提供を約束します。

訪問客を出迎える車寄せやエントランスホールでは、警備スタッフおよび受付スタッフが、高いホスピタリティ精神を常に心掛けながら対応します。

日々の設備管理はもちろん、建物機器の故障時にも高い知識と経験を兼ね揃えた設備スタッフが迅速かつ丁寧に対応します。またALSOK Vietnamのハanoi事務所が同ビルに入居するため、何かトラブルが生じた場合にも最速で駆けつけて問題解決にあたることができます。

各企業の従業員や店舗を訪れる訪問者が快適に過ごせるように、細部まで行き届いた清掃により高水準な衛生環境を保ちます。特にトイレ清掃は日本式のドライ清掃とし、清潔さと快適性を維持します。



**TAISEI SQUARE HANOI**

**Taisei Development Hanoi**

〒 2F, Taisei Square Hanoi,  
289 Khuat Duy Tien, Cau Giay, Hanoi  
☎ 088-824-7289 (リーシング窓口)  
🌐 <https://taiseisquarehanoi.com>

ベトナムにおいて大成建設グループ全体では、ノイバイ国際空港など多くの施工実績がある。開発部門としては「Roygent Parks Hanoi(ロイジェントパークスハanoi)」や、その他分譲住宅事業へも参画。Taisei Development Hanoiは2020年設立、Taisei Square Hanoiの開発と完成後の運営管理を担う。

Walking Vietnam 10月号では、「TAISEI SQUARE HANOI」で提供するアメニティについて紹介します。

大人もいつか行ってみたい!

# ベトナム修学旅行の イマドキ調査

修学旅行前後の取り組みにも注力  
自身の内で生まれた言葉をかたちにする旅へ

International School Ho Chi Minh City 編



キャンプ生活で得られた貴重な経験を  
オリジナルの詩とデザインで自己表現

1993年、ホーチミン市初となる国際バカロレア(IB)の指定校として開校したインターナショナルスクールホーチミンシティ(ISC HCMC)。ベトナム在住の2~18歳の児童・生徒を対象に、探求心や知識、思いやりを育み、多様な文化への理解や尊重を深められるIBプログラムを提供しています。同校では、グレード3~グレード12の学年で、年に1回、2泊3日から4泊5日の修学旅行を実施。IB教育のテーマでもある、学校での学習内容を実社会でどれほど活かせるかを軸とし、各学年・クラスが独自のカリキュラムを作成します。

例えば、近年のグレード5のクラスでは、マダグイ(Madagui)のキャンプ場で詩を制作することが決まりました。キャンプ場は、ホーチミン市の中心部から北東へ車で約3時間のところにあり、自然が豊かで空気も澄んでおり、ベトナム人だけでなく外国人にも人気のエリアです。カotteイエン国立公園と隣接していることもあり、クライミングやグラススライダー、アーチェリー、ジップライン、カヤック、ハイキングなど、さまざまなアクティビティを体験できる場所として知られています。同校でも、16学年中4学年が課外授業先として選定したことがあるほどです。

リゾート施設が多くホテルも充実していますが、そのカリキュラムではそれらを利用せず、敢えてキャンプ場を選び、身支度のほか調理なども自身たちで行い、スマートフォンなどのデジタルデバイスの使用も禁じて、子どもたちに多少の不便を感じてもらうことも目的に含まれていました。

旅行前はまだ、詩を書くためには何が必要となるか、自身の気持ちを言葉に変えるにはどうするべきか、という授業を数回行い、修学旅行をただ楽しむだけで終わらないように意識を高めます。キャンプ当日は、それぞれの体験からどのような言葉が生まれてくるのか、旅行を楽しみつつも詩の内容を真剣に考えていきます。修学旅行から帰ってきた後は、完成した詩を全校生徒の前で発表したほか、デザインツール「キャンバ(Canvas)」を使用して、ポスター作成にも挑戦しました。詩を発表する際は、ステージ上でキャンプファイヤーのオブジェを制作し、キャンプ当日の出来事を思い起こさせる演出が施されました。同校は、さまざまな国・地域の生徒が在籍する多国籍な環境のため、新しい友達作りやすく親しみやすい機会を常に取り入れようという心掛けており、魅力的な特徴の1つとして挙げられます。



チームビルディングでは、各生徒同士の絆を深める良い機会に



各アクティビティに夢中の生徒たち。  
忘れられない思い出となる



ジップラインは、キャンプ  
場で最も人気の高かったア  
クティビティの1つ



アクティビティの間には、  
思い浮かんだ言葉をメモする  
ことも忘れない



### 3泊4日マダグイの旅

- ◎【事前学習】  
詩の書き方を学習
- ◎【1日目】  
バスでキャンプ場へ出発  
チームビルディング（アーチェリー、フィールドア  
クティビティなど）、ゲームナイト
- ◎【2日目】  
カヤック、プール、ジップライン
- ◎【3日目】  
ハイキング、クイズゲーム、キャンプファイヤー
- ◎【4日目】  
帰路
- ◎【修学旅行後】  
全校集会で詩を発表&ポスター制作



ハイキング中は、ホーチミン市では見られない  
ような美しい景色にも注目



当校は、好奇心、達成感、辛抱強さ、共感力という価値観を共有する、60カ国以上から集まった多様な文化的背景を持つ教師と家族で構成されています。私たちは30年以上にわたり、国際的な視野に立ち、生徒たちが社会へと巣立った後もその学習を発揮できるホリスティック教育のリーダーとしての地位を確立してきました。またISHCMCは、世界的な私立学校グループ「コグニタ / Cognita」の一員でもあり、100以上の学校と力を合わせながら、急速に進化するグローバルの中で生徒たちが成功できるようにとの共通の目的を持っています。日本語でのご案内も可能なので、まずは一度、お気軽にお問い合わせください。



日本人窓口担当  
村田真由さん

インターナショナルスクールホーチミンシティ  
International School Ho Chi Minh City

【住】【プライマリー】28 Vo Trung Toan, An Phu, 【セカンダリー】1 Xuan Thuy, Thao Dien  
☎ 028-3898-9100  
🌐 www.ishcmc.com



詩の内容をポスターデザインとして落とし込  
み、教室の外に貼り出す



# Capichi Presents HANOI GOURMET STYLE



本誌スタッフが、人気のレストランやショップを実際に訪れて取材した内容を試食レポート付きで紹介します。  
今号は、フードデリバリーアプリ「Capichi / キャピチー」のスタッフがおすすめする、  
ケーキの品揃えが豊富なカフェ「ザ・イースタン&オリエンタル」を徹底解剖します。



## レポーター：編集H

ベトナムでフリーライター兼日越翻訳・通訳者として活動中。海外旅行先ではカフェ巡りと建築鑑賞が必須。大都市好き。最近では、旅行先でチラシなどの印刷物を集めるのがマイブーム。

## 目指せ!ケーキ全種類の制覇 東洋の空間と西洋のスイーツが見事に調和



- 1 ケーキの種類について丁寧に紹介してくれる同店スタッフのフン (Hung) さん (写真右)
- 2 アリさんは多様性を重視しており、少数民族や外国出身のスタッフが数名在籍している
- 3 店内には民族衣装や水上人形など、アリさんが収集したベトナム文化を象徴する品々が飾られている
- 4 タイ湖を見下せる3階の窓際テーブル。SNSで映えスポットとして人気を集めている

ケーキは店頭で、コーヒーやティーとともに味わえるほか、記念日のお祝い用などにホールケーキを手配することも可能です。また、同店では毎週日曜、ビーフウェリントンなどのメイン料理1品とサイドディッシュ3品がセットになった「サンデーロースト / Sunday Roast」(29万 VND) も提供しています。なお、アリさんはその他、スラブ文化と料理の紹介に力を入れているカフェ「ザ・スラヴィックティーハウス / The Slavica Tea House」も手がけており、キャピチでも注文できます。

オーストラリア出身のアリ (Ali) さんがオーナーを務める、ケーキをはじめとした洋菓子や各種スイーツを販売するカフェ。アリさんは2007年、教育関係の仕事でハノイに移住しましたが、幼い頃から情熱を注いできた菓子作りを追求したいと思いつき、2019年に同店をオープンしました。母国の代表的なスイーツを数多く用意しており、材料や甘さ加減もさまざま。2024年9月現在は、ハノイ・タイホー区内に2店舗を構えており、店内は、ベトナムの文化とアンティーク品に対するアリさんの憧れを注ぎ込んだ、敢えてのオリジナルのベトナムらしい空間づくりにこだわっています。

## ヴィーガンバナナスライス

Vegan Banana Slice

6万VND



### 食感も味も特徴的なヴィーガンデザート

ヴィーガンでも楽しめるバナナケーキ。オーツ麦にたっぷりのバナナを加え、卵も牛乳も加えていないとは思えないほどしっとり柔らかく、なめらかな食感に仕上げています。バナナとチョコレートの相性は抜群で、さらに香ばしく濃厚な味わいのピーナッツバターを効かせており、ダイナミックな甘さを演出しています。

## メドヴィク

Medovik

9万5000VND



### 優しい甘さが魅力的なケーキ

ロシアの国民的なスイーツで、同店の人気メニューの1つです。ふんわりとしたキャラメル風味の生地は、はちみつのまろやかな甘さとコクが効き、間に挟まれたサワークリームは、その酸味と塩味が味のアクセントになっています。上にはビスケットのクラムがかかっており、より楽しい食感を加えています。

## ミニパヴロヴァネスト

Mini Pavlova Nest

3万5000VND



### 甘酸っぱさが生み出すハーモニー

焼いた甘いメレンゲの上にホイップクリームを敷き、その上に新鮮でジューシーなイチゴとジャムを乗せたオーストラリアの伝統的なデザート。甘味と酸味のバランスが良く、外はサクサク、中身はしっとりとしたマシュマロのような食感です。スイーツへの欲求を満たしてくれる、コストパフォーマンスの高い一品です。

## 抹茶ミルクレープ

Matcha Crepe Cake

7万VND



### 甘すぎず大人びた贅沢クレープ

抹茶のクレープと生クリームが何層にも重なったミルクレープ。もっちりとしたクレープは甘さ控えめで、抹茶特有の香りがしっかりと引き出されており、たっぷりに入ったリッチな生クリームの上質さが感じられます。上に振りかけられた抹茶パウダーのほろ苦さと、トッピングのイチゴの酸味が程よいアクセントを加えています。



### The Eastern & Oriental Tea House and Coffee Parlour

📍 46 Quang An, Tay Ho, Hanoi

☎ 093-641-9346

🕒 7:30 ~ 22:00

📍 The Eastern & Oriental Tea House and Coffee Parlour

 Capichi

<https://order.capichiapp.com>

The Slavic Tea Houseの  
デリバリーはこちらから



# ベトナム語独学サラリーマン



## 北部の観光地とB級スポット

### ハノイ観光といえ

本誌をご覧の皆さんは、旅行、出張、現地滞在と、いろいろな理由が背景にありベトナムを訪れていることでしょうか。もし、ベトナム、ハノイが初めてだとしたら、ほとんどの人が鉄板の観光コースをチエックしているのではないのでしょうか。

ハノイといえば、ホーチミン廟、タンロン遺跡、文廟、ホアロー刑務所、ホアンキエム湖と旧市街の玉山祠(きよくさんじ)、ハノイ大教会(セントジョセフ教会)、水上人形劇、ハノイ歌劇場(オペラハウス)。それからナイトマーケット、市街には小さな寺がたくさんあって、ベトナム名物のシクロで回るのも(時々料金でトラブルになるのを除けば)とても楽しい経験です。少し足を伸ばせば、ベトナム北部をゆったりと流れる紅河にかかるロンビエン橋。1日では回りきれないほどのスポットがありますし、食べ物もフォーやバインミー、チエーをはじめとしたスイーツ、ベトナムコーヒーにエッグコーヒーなど、これらも大満足間違いなしです。ハノイ発訪問時は、旧市街周辺のホテルを予約すればまず間違いありません。筆者も紹介したスポットは全て訪れていますし、とても楽しむことができました。ベトナムの歴史ある風情と活気、一方で現代的なWiFiはどこにもでもあり、LEDの派手な看板が入り混じる不思議なアジアテイストは、海外にすることを強く実感できる不思議な魅力にあふれています。

### 玄人好みのスポット

有名スポットを紹介しながら、筆者自身も初めてベトナムを訪れた時の感動や

衝撃を思い出していました。渡航回数が増えてきて、滞在日数が長期になると、それらも当たり前前の光景になってしまい、少し退屈に感じることもあります。そんな時は、ハノイ近郊や有名観光地からは少し離れたB級スポットを訪れてみるのがおすすめです。ハノイ近郊にはたくさんある村があり、村民全員が同じ職種というところもめずらしくはあります。

例えば、ヴァンフックシルク村。ハノイ中心部から近年開通したばかりのハノイメトロで行くことができ、GrabTaxiであれば旧市街から片道千円前後で行くことができます。この村はメインストリートがカラフルな傘で覆われていて、SNS投稿などでも映える不思議な風景が広がっています。シルクは手織りではなく機械で織られており、見た目のゴツイメカが賑やかな音を立てながら繊細な模様を織り上げていく様は、おじさんでも楽しめるので一見の価値があります。

さらに、ハノイメトロを終点で降りて、バスを乗り継いでいくと、ノンラー村や線香村へ行くことができます。線香村は竹を割って干す家(というが、ちょっと小さな工場や、さらに細く割って線香にしている家、それらを道端で干す家、その先端を加工して線香として完成させていく家、それを綺麗に並べて観光地として人を集めている家など、村全体が線香に関わる何かで生計を立てている様子を見ることが出来ます。線香は赤や緑、黄色などカラフルに着色され、これらを束ねてまるで花畑のように見せ、女性であればアオザイを着て、線香の花畑



の中に佇んで撮影できる、映えスポット  
 になっています。ベトナムは日本と同様、  
 中国の影響を強く受けており仏教国で  
 もあるので、至る所に大小の寺があつた  
 り、市街地の店舗でも店内に神棚が置  
 かれて線香があげられたりしているの  
 で、消費量は多そうです。

バッチャン村でも同様に、村全体で陶  
 磁器を焼いたり、販売したりしています。  
 旧市街から15kmほどのところにある  
 ので、比較的有名な観光スポットとなっ  
 ています。メインストリートではバッ  
 チャン焼きを売っている店が並んでいて  
 市内や空港のお土産屋さんで購入する  
 よりだいぶ安く入手することができます。  
 ある程度の数を購入するのであれば、  
 移動費を含めても、よりお得になります。  
 販売だけでなく、ろくろを使っての作成  
 体験や、絵付だけの体験などもできます。  
 作った作品は、日数に余裕がある場合は  
 実際に焼いてもらい、後日ホテルに郵送  
 してもらうことも可能です。

## よりディープなスポット

ここまで紹介してきたスポットは、比  
 較的インターネットでも情報があがつて  
 いることが多いですが、ここからはイン  
 ターネットでもあまり紹介されていない、  
 ネイティブが遊びに行くようなスポッ  
 トをご紹介します。

一つ目はハノイの動物園。日本人街  
 として有名なリンラン通りのすぐそば、  
 トゥーレ湖の中にあります。周りからあ  
 まり見えないので、その存在に気付いて  
 いない人が多いスポットです。かくい  
 う筆者も初めて渡越してから3年ほど経  
 つまで、この動物園の存在に気づいて  
 ませんでした。こちらは動画で詳しい様  
 子を紹介しているので、「ちゃんと動物い

るの？」と気になる方は、ぜひYouTu  
 beチャンネルにも遊びに来てください。  
 その他、少し郊外にあるチャム山は  
 「アルプス？」と言えるほどの不思議な  
 岩山の景色が広がっており、麓には寺や  
 この山を取り囲む村全体で、山から切り  
 出した石で石像を作っているの、道の  
 両側にはホーチミンおじさんや歴史上  
 の人物、なんだかよくわからない人やモ  
 ニュメントなどが作成途中のものも含め  
 て立ち並んでいます。

というわけで、有名観光スポットだけ  
 ではなく、紹介してきたようなB級ス  
 ポットを訪れてみると、よりディープな  
 ベトナムを感じるすることができます。機会  
 があれば足を運んでみてください。なお、  
 B級スポットでは英語が通じないことが  
 多いので、YouTubeチャンネルで紹  
 介しているベトナム語を覚えて、簡単な  
 挨拶や会話ができる、より深くベトナム  
 を楽しむことができます。

さて、筆者の都合により、本誌での連  
 載は今回を持って終了となります。長き  
 に渡りご覧いただいた皆様、応援いた  
 いた皆様、誠にありがとうございました。

## Kaz (カズ)

1970年生まれ。静岡県浜松  
 市出身。日系ベトナムIT企業  
 現地採用ITアドバイザー。  
 ベトナム語独学歴は4年半。  
 チャンネルのモットーは、楽  
 しく!分かりやすく!



# カンボジア 映えるベトナム

S N S で 話 題 沸 騰 !

ベトナムの首都ハノイから飛行機に乗り、約1時間40分ほどで到着するカンボジア。映え写真を求めて、今回は敢えて隣国まで足を運んでみました。前回のベンメリア遺跡に続き、今回は後編として、定番のアンコールワットの魅力を紹介します。

雨上がりの聖池に美しく映るアンコールワット

神秘的な朝日を拝める

## アンコールワット Angkor Wat

カンボジアで最も人気の高い観光地といえば、アンコールワットがその象徴的な存在として知られています。アンコール遺跡群の入場チケットは、前編でも紹介したベンメリア遺跡の入場チケットと合わせて購入可能です。

アンコールワットで朝日を拝むには、早朝5時頃にホテルを出発する必要があります。到着後、西参道をまっすぐ進んでいくと聖池が見えてきます。向かって左手に見える湖は「逆さアンコールワット」と呼ばれ、湖面に映る絶景の反射を写真に収める絶好のスポットとして、観光客が多く集まります。朝日が顔を出すと空は徐々に黄色く染まっていき、池にもアンコールワットの輪郭が映ります。神秘的な絶景を楽しんだ後は、そのまま遺跡の奥へと進むことができ、壁面に施された複雑な彫刻を目にすることができます。

また、アンコール遺跡群の近くには、映画『トゥームレイダー』のロケ地として有名なタ・プローム (Ta Prohm) 遺跡もあります。ここでは、ガジュマルやスポンの木が遺跡を侵食している様子が見られます。人工物と自然が一体となった同地は、アンコールワットとはまた異なる魅力があり、合わせて訪れることをおすすめします。



タ・プロームでは、映画『トゥームレイダー』主演女優のアンジェリーナ・ジョリーのごとく、木の根が覆う入り口を潜っていく



シムリアップ観光の締めはバブストリートへ。夜になるとネオンが輝き、朝・昼に訪れた遺跡とは違う賑やかな雰囲気を楽しめる



【 住 Phumi Boeng Mealea, Cambodia

【 営 7:00~17:30

【 料 1日券37USD、3日券62USD、7日券72USD



おいしい?

それとも...?

# 気になる商品試食会

スーパーでよく山積みになっている、一見餃子のようにも、肉まんのようでもある真っ白のパン。そのまま食すというより、何かにつけたり挟んだりして食べるものです。そもそもそのパンに味の違いがあるのでしょうか。



NO. 11

バインバオ編

レポーター：サクラ  
東京都出身の大学生で、現在はウォーキング誌で編集アシスタントのインターンをしています。趣味は街めぐりで、人と関わるのも大好きです。ベトナムに来てからは新しい発見がたくさんあり、日本との違いに驚いてばかりですが、毎日が充実しています。そんな新鮮な感覚を読者の皆さんにもお伝えできるようがんばります！

Phu My Bakery フーミー ベーカリー

## バインバオチャイスア

Banh Bao Chay Sua 1万2300VND

上海餃子のブランドとして2004年に設立された企業の商品です。ヨーロッパの食文化に精通しており、餃子以外に高級ケーキブランドも展開しています。企業としては年中無休であり、温かい状態での無料配達なども用意。細かいサービスにまで手を抜かないことで知られています。



商品名にミルクを指すスア (Sua) が入っている通り、食べるとほんのりミルクのような甘い味がしました。パン自体はサイズが他の2商品よりも小さめで、しっとりとしています。常温でもあまりパサパサせず、口の中の水分がとられない商品です。



Lc Foods エルシーフーズ

## バインバオダンプリング

Banh Bao Dumpling 1万3800VND



今回食べ比べた中では最も甘さを感じました。パンの外側はかなり柔らかく、一方で中は少し芯が残っていて硬いです。少しポソポソとしていて水分感はありませんでした。甘さはしっかりあるので、おやつとしてブラックコーヒーや紅茶と合わせて食べるのがおすすめです。

常に世界の新しいテクノロジーを取り入れ、商品開発を行っている企業の商品です。春巻や点心などのほか、ソーセージやミートボールなどの加工肉商品やインスタント商品、飲料も販売しています。



Tho Phat トーフアット

## バインバオコンニャン

Banh Bao Khong Nhan 1万7200VND



パン自体は1番ふっくらとしていて柔らかく、膨らみがある分大きいため重量感があります。噛めば噛むほど甘い味が口の中で広がり、噛んだ分だけおいしさが増します。小腹が空いたときは1個で十分な満足感を得られます。少し苦めのコーヒーなどの相性が良いです。

1987年開業の、当初は手作り餃子の製造を専門として小さな店舗から始まった企業で、ベトナム風餃子の製造量は国内トップクラスを誇ります。現在は春巻きなどのベトナム料理を中心に販売しています。



# わくわく ワークショップ 体験ルポ

01

テキスチャー  
コンクリートキャンドル作り  
ワークショップ  
Texture Concrete Candle Workshop



体験中は手袋とエプロンを着用。デコレーション用の瓶が2つ用意され、片方をキャンドル作りに使用する

## Step 01

### 手袋をはめてスタート

まずは瓶に施したい模様を決めてから、セメントに水と溶剤を混ぜて瓶に塗るための混合物を作る。好みに色を加えることも可能



心安らぐ癒しの和風空間で個性あふれるキャンドル作り  
アロマキャンドル専門店「幸福ホーム/Kofuku Home」が開催する、セメントで塗装した瓶でアロマキャンドルを作るワークショップ。瓶にセメントを使用するというめずらしいアイデアを取り入れた創設者のトウイ(Thuy)さんは、セメント特有の傷や気泡の付き方に魅力を感じ、わびさびの精神であらゆるもの不完全さを受け入れようという思いを込めて、同ワークショップを立ち上げました。キャンドルの中に隠しメッセージを入れるのが特徴で、火を灯すとそのメッセージが浮かび上がり、大切な人への贈り物として喜ばれています。

## Step 02

### ミスを恐れない!不完全さこそが魅力

デザインに応じて、手やツールを使ってセメントの混合物を瓶に塗る。どの程度の量が必要かは、スタッフが丁寧に教えてくれる



## Step 03

### 高温に注意!

瓶の塗装が終わると、次は小型コンロでワックスを溶かす。ワックスが完全に溶けて90度以下に冷めたら、好みの香りのエッセンシャルオイルと色を加える



## “About brand”

日本の美意識にインスパイアされた同店は、オーダーメイドの名前入りアロマキャンドルを中心に、お香などのインテリア雑貨や苔玉を販売しています。2021年5月にオンラインでの販売を開始。2022年1月にホーチミン市のタオディエンエリアに、2024年1月にハノイ大教会の近くに実店舗をオープンしました。

**実施日時** 毎週火・木曜19:00～  
土・日曜10:00～/ 15:00～  
(2024年9月現在)

**所要時間** 2時間

**対象** 15歳以上

**定員** 4人

**使用言語** ベトナム語/英語

**参加費** 55万VND～



最後まで明るい笑顔で丁寧に説明してくれた、スタッフのズン(Dung)さん。「他にはないオリジナルのキャンドルを作って、ぜひ『幸福』を持ち帰ってください!」



**幸福ホーム / Kofuku Home**  
 18 Tran Ngoc Dien, Thu Duc, HCMC  
 ☎ 093-624-8586 🕒 9:00～21:00  
 Kofuku Home - nen thom khac ten  
 @kofukuhome  
 🌐 https://kofukuhome.com



## Step 04

### 隠しメッセージは明るい色のワックスがおすすめ

瓶に木製の芯を入れ、香り付けされたワックスを注ぐ。隠しメッセージは紙に書き、スタッフに渡しておく。ワックスが少し固まってきたら、キャンドルの中に入れてくれる

ワックスが完全に固まるまで約6時間かかり、でき上がった後に受け取りに来るか、自宅まで届けてもらうこともできる



知らなくても困らない、

でも知ってたらネタになる



# ベトナム雑学

## ベトナムの入学前教育に悩む親

小学校入学を控えた子どもが先取りで1年生の勉強を始めるのは、日本もベトナムも変わりません。しかし、最近のベトナムではこの事前学習の程度之差が家庭によって大きく、頭を悩ませる親も結構いるそうです。今回はベトナムの入学前教育について書いていきます。

### 入学前教育で求められるもの



日本では小学校に入る前にひらがなの読み書きがある程度できて、簡単な数字が分かるくらいが平均的でしょうか。入学前のオリエンテーションでは、事前学習として自分の名前をひらがなで読めるくらいのことしか求めませんが、実際のところ、それだけでは不十分だと考える保護者は多いと感じます。

一方のベトナムでは、具体的な案内などはないものの、最低限ベトナム語の読み書きと一桁の足し算、引き算くらいは学習して入学する子どもが多数派のようです。クラスの大半がこれらを理解して入学してくるので、担任の先生も初めて勉強する子どもに教えるというよりは、既に理解していることを確認するよいうな授業になってしまいがちです。

### どこで入学前教育を受ける？

入学前教育といっても、ベトナム語の読み書きと1年生の算数なので、保護者が家で教えているのかと思いきや、多くの子どもは家庭外で学んでいます。例えば、幼稚園が時間終了後に追加の事前教育を実施していたり、現役の小学校の先生が副業として個人塾を開いていたりもします。通常、ベトナムの幼稚園は17時くらいまでありますので、ここからの学習となると19時頃に帰宅という、小学生の塾を彷彿させるようなスケジュールとなります。私が幼稚園の頃のことを考えるとちょっと気の毒な気もしますが、親が自宅で事前教育をしないのは、夫婦共働きの社会で時間が取りにくいということも背景にあるようです。

### 入学前教育の弊害？



このように、多くの子どもが小学校入学前に事前学習を行っています。他の子がこれだけできているのに私の子は...なんていう母親の悩みもよく聞きます。また、もう十分に事前学習ができているにも関わらず、さらに上を見て「ここまでするのか!」なんていう教育熱心な親もいたりするそうです。日本では、入学前学習であり先取り過ぎると弊害があると言われており、例えば授業が分かり切っているので教師の話を実剣に聞かず、幼い間にその意識が培われにくくなることや、周りより自分は多くの事を知っているという間違った優越感を持ちやすくなるなどが指摘されています。ベトナムでも同じような事象があるのか気になるのですが、今後幼児教育は過熱していくのではないのでしょうか。



SESSA VIETNAM CO., LTD 代表  
稲田琢磨

ベトナムで7年ほど人材関連の仕事に従事し、2021年に人事コンサルティング会社『SESSA VIETNAM (セッサベトナム)』を起業。「人材紹介」「人事労務相談」「労働許可書取得代行」などのサービスを中心に、企業、求職者向けの人事コンサルティングを展開。日常でベトナム人を観察しながら、ベトナムの「なぜ・なに」を考えるのが日課となっている。座右の銘は「為せば成る、なるようになる」。



<https://www.sessa-jp.com>



公式サイト



X



Facebook



YouTube



Instagram

楽しく

簡単に

日本語で学べる



### ▶ rakuraku vietnam

私たちの目標は、ベトナム語を通して日本人とベトナム人の橋渡しをすることです。ハノイ大学ベトナム語学科のカリキュラムをもとに作成したオンライン講座や、SNSでレッスン動画配信、文化や習慣、観光スポットの紹介などを行っています。私たちと一緒に楽しくベトナム語を学びましょう！

# らくらく ベトナム語



## 「Cần」という表現を勉強しましょう！

### 接続

主語 + cần + 動詞 / 名詞

\* cần + 動詞：～する必要がある

\* cần + 名詞：～が必要だ

### 例

Tôi cần mua một quyển từ điển. (để tra từ)

私は辞書を一冊買う必要があります。(言葉を調べるのに)



Tôi cần bức ảnh của món ăn này để quảng cáo trên Instagram.

インスタグラムで広告するためにこの料理の写真が必要です。

### 名言

**Cuộc sống vốn không phải là chờ đợi cơn bão đi qua,  
mà là học cách nhảy múa dưới cơn mưa.**

人生とは嵐が過ぎ去るのを待つことではない。雨の中で、どんなふうにもダンスをするかを学ぶことだ。

- Vivian Greene



### 単語

Cuộc sống 人生	vốn (dĩ) もともと	không phải 違う、そうではない	chờ đợi 待つ	Cơn lốc 嵐
đi qua 過ぎ去る	học 学ぶ、勉強する	cách 方法	nhảy múa ダンス、踊る	Cơn mưa 雨

ベトナム生活に役立つ広告掲示板。求人・求職、売ります・買います、お知らせを、今なら無料で掲載できます。

### Hà Nội/Tuyển thợ quay phim v.v.

Pen's Creation Labo tuyển thợ quay phim và hỗ trợ nhiếp ảnh gia. Hoan nghênh những bạn có đam mê với chụp ảnh, quay phim và muốn gắn bó lâu dài. Không yêu cầu kinh nghiệm.

✉ penscreation@gmail.com

### Hà Nội/Tuyển nhân viên kinh doanh

Tạp chí Walking Vietnam tuyển nhân viên kinh doanh full-time. Chi tiết về lương thưởng và phúc lợi sẽ được trao đổi qua email. Vui lòng liên hệ theo địa chỉ dưới đây.

☎ 094-762-3169

✉ sonnq@abilive.vn

### TP.HCM/Tuyển nhân viên phục vụ

Nhà hàng Modis Dining Paradise cần tuyển nhân viên phục vụ ca 17h00-22h00. Lương 30.000VNĐ/giờ, được nghỉ 1-2 ngày/tuần. Có phụ cấp xăng xe, ăn ca, phụ cấp chuyên cần. Yêu cầu tiếng Nhật và tiếng Anh giao tiếp, ưu tiên ứng viên có kinh nghiệm, nhanh nhẹn, thật thà, chịu học việc, có thể làm lâu dài.

☎ 093-410-7928 (Michi)

☎ 078-487-5753 (Quế Anh)

## お知らせ

### Hà Nội・ホーチミン市／設置協力店を募集

Walking Vietnamでは、本誌の設置にご協力いただける企業・店舗さまを募集中です。まずはご希望の設置住所、送付部数など、詳細をメールでご連絡ください。ただし、場所や冊数によってはご希望に添えない場合がございますので、予めご了承ください。

✉ info@walking-vietnam.net

## クラシフィイドの申し込み方法

下記必要事項をご記入の上、メールでお申し込みください。

✉ info@walking-vietnam.net

①お名前・企業・団体名

②住所

③電話番号

④掲載希望期間

⑤掲載カテゴリー

(求人／求職／売ります／買います／お知らせ)

⑥地域／タイトル15字以内／本文100字以内

※ベトナム語の場合は、地域／タイトル半角20字以内／本文半角150字以内

### 締め切りは毎月5日です

(10月号掲載の締め切りは9月5日)

※掲載は1人・社・団体につき1情報まで、内容は非営利活動に限ります。

※掲載期間は最大連続6カ月まで、隔月掲載は不可です。

※スペースの都合や内容により、掲載をお断りする場合がございます。

※文字数の都合上、内容を一部変更して掲載させていただく場合がございます。

※内容に関しては、当社では一切責任を負いかねますのでご了承ください。

### Hà Nội・ホーチミン市／日本語教師募集

KOHI日本語センター Ho Chi Minh校とHanoi校では、非常勤の日本語教師を募集しています。資格・経験は問いません。1時間25万VND～。週1日からOK。8:00～12:00または18:00～21:30。詳細はお問い合わせください。

✉ ecorock18@gmail.com (関口)

### Hà Nội・ホーチミン市／日本語教師募集

Riki Vietnamでは、日本人の日本語教師を募集しています。授業形態は、オフラインかオンラインとなります。未経験でも大歓迎。お気軽にご応募ください。

✉ akira@riki.edu.vn

### ホーチミン市／キャストを募集

倶楽部舜では日本人キャストを募集しています。ベトナム在住の方は大歓迎。寮完備。各種バックあり。給与は要相談。日本語のできるベトナム人キャストも合わせて募集しています。

☎ 034-740-0319

✉ clubshun.vnm@gmail.com

### ホーチミン市／雑誌業務ボランティア募集

WALKING VIETNAM HCMCでは、雑誌の編集業務をボランティアで手伝っていただける方を募集しています。資格・経験は問いません。興味がある方はお気軽にお問い合わせください。学生の応募も可。

✉ s.takahashi@abilive.vn

### Hà Nội/Tuyển nhân viên phục vụ và phụ bếp

Nhà hàng Ramen Bonten tại Hà Nội tuyển dụng 2 nhân viên phục vụ, 1 bếp chính, 2 phụ bếp. Yêu cầu tuân thủ giờ giấc, có tinh thần trách nhiệm cao. Ưu tiên ứng viên có kinh nghiệm liên quan và giao tiếp được tiếng Anh hoặc tiếng Nhật. Mức lương hấp dẫn và các chính sách đãi ngộ tốt.

☎ 090-511-4016 (Yuge)

### Hà Nội/Tuyển nhân viên phục vụ

Nhà hàng Fukada 74 Linh Lang cần tuyển nhân viên phục vụ bàn (nữ). Thời gian làm việc: 17h00-22h00. Lương 35.000VNĐ/giờ. Yêu cầu nhanh nhẹn, chăm chỉ, tiếng Nhật giao tiếp cơ bản. Hỗ trợ ăn ca, thưởng lễ tết.

☎ 024-6682-7878

### Hà Nội/Tuyển nhân viên phục vụ

Nhà hàng Pépé la Poule tuyển dụng nhân viên phục vụ full-time. Yêu cầu giao tiếp được tiếng Anh hoặc tiếng Nhật. Có kinh nghiệm là một lợi thế.

☎ 024-6291-2641

### Hà Nội/Tuyển nhân viên truyền thông tiếng Nhật

Công ty TNHH Monstarlab Việt nam cần tuyển nhân viên truyền thông phụ trách biên phiên dịch Nhật-Việt và tham gia vào các hoạt động quảng bá hình ảnh công ty. Chi tiết về công việc, lương thưởng và chế độ phúc lợi vui lòng liên hệ theo địa chỉ dưới đây.

☎ 0932-390-768

✉ sau.do@monstar-lab.com

## 求人

### Hà Nội/スタイリストを募集

UNKNOWN. HAIRではスタイリストを募集しています。頑張った分だけ給与に反映されるので、稼げる環境が整っています。子育て世帯の方や短期の方も大歓迎。勤務時間も服装も自由。一人ひとりのライフスタイルに合わせた働き方が実現できます。

☎ 036-718-9942 (坂下)

### Hà Nội/看護師を募集

DYMでは、Hà Nội/カウザイ区の日系クリニックにて看護師を募集しています。業務内容は、看護業務(胃カメラ、マンモグラフィ補助等の非医療行為)、医療事務(保険申請等)、電話・予約対応など。ご連絡お待ちしております。

✉ yamaguchi-r@dym.jp (山口)

### Hà Nội/ホールスタッフを募集

HOKODONではパートタイムのホールスタッフを1名募集しています。場所はリンランエリアの日系飲食店。国籍・性別・経験年数は問いません。給与は時給3万VND。日本語ができる方歓迎。まずは履歴書をお送り下さい。

☎ 086-513-9700 (満潮)

✉ hokoru@gmail.com

### Hà Nội/マネージャーやシェフなどを募集

割烹いし田では、マネージャー 1名、サービススタッフ2名、寿司・刺身シェフ1名、前菜・デザート1名を募集しています。給与は850万～2000万VND以上。経験や実績によって、それ以上の給与も可能です。ご興味のある方は、お気軽にご応募ください。

☎ 096-926-9933

### Hà Nội/マネージャーやシェフなどを募集

Nuboko Sushi & Teppanyakiでは、マネージャー 1名、寿司・刺身シェフ2名、焼き場1名、煮方1名を募集しています。給与は850万～2000万VND以上で、経験や実績に応じて、それ以上の給与も可能です。あなたの才能を發揮し、素晴らしいチームに加わりませんか?

☎ 034-489-1168

### Hà Nội/ホテルの営業兼管理職を募集

MOMIZIでは、フルタイムの営業兼管理職を1名募集しています。オフィスと現場の両方の勤務で、出張もあります。給与は1800USD以上から交渉。年昇給1回。年賞1回。福利厚生は、社員旅行・現地医療保険代など。まずは履歴書をお送り下さい。

☎ 090-400-9193 (ヴァン)

✉ vantran@momizi.com.vn

### Hà Nội/医師、薬剤師、看護師などを募集

天龍クリニックでは、医師、薬剤師、看護師、鍼灸師、柔道整復師、整体師を募集しています。当院は日本、中国、ベトナムと複数の国で医療施設を経営しており、海外でキャリアを積むチャンスです。給与は日本円で40万円以上で、住宅付きです。勤務地はベトナムのほか、中国でも可能です。

☎ 035-984-5032 (崔)

✉ tenryu888@163.com



あつまれ!

# みんなのメッセージボード

同年代、同郷、出身校、同じ趣味を持っている方同士の交流を深めて  
ベトナム生活をもっとエンジョイ!

## 同年会・県人会・サークル 掲載募集中

掲載無料

サークル情報を掲載ご希望の方は、  
下記メールアドレスまでお問い合わせください。  
皆さまのお写真もお待ちしております!

✉ info@walking-hanoi.net

### 【記載例】

グループ名：○○○会、団体名など  
趣旨：○○県出身者の集い、○○が趣味の人の集まりなど  
開催：○ヶ月に○回、不定期開催など  
場所：都度決定、ハノイ市内の飲食店など  
連絡先：000-000-0000 (担当者のお名前)  
メール：○○○○@○○.○○○ (担当者のお名前)  
添付：集合写真 (任意)

※連絡先情報は、必ず電話番号か  
メールアドレスのどちらかをご記載ください。  
※お送りいただいた情報は、順次掲載していきます。



ゆるバス



Hanoi Japan Football Club

## ゆるバス

- 趣 火曜夜に経験者、未経験者関係なくゆる〜(時に激しく)バスケしてます。バスケ好き、スポーツ好き、火曜日夜暇な方バスケしましょう。
- 開 火曜 19:30 ~ 21:00 (雨天中止)
- 場 2R42+33H, Nguyen Thi Thap, Trung Hoa, Cau Giay, Hanoi (屋外)
- 電 093-166-6727 (井無田)

## ハノイバレーボール同好会

- 趣 バレーボールがしたい人、バレーボールが上手になりたい人。
- 開 土曜14:00 ~ 17:00
- 場 ハノイ日本人学校
- 電 032-662-5157 (代表：和嶋)
- ✉ hanoi.volleyball@gmail.com
- f HANOI Japanese Volleyball Club

## 県人会

### 新潟県人会

- 趣 新潟県に所縁のある方々の集まり。
- 開 毎月1回(現在新型コロナウイルス感染症対策のため不定期)
- 場 ハノイ市内飲食店
- 電 090-450-0538 (須田)
- ✉ flyinglion@hotmail.com (須田)

### ハノイ宮崎県人会

- 趣 宮崎県生まれ懇親会。宮崎県が大好きな方、宮崎ゆかりの方も募集しています。
- 開 1カ月に1回
- 場 都度決定ハノイ市内飲食店
- 電 039-863-2090 (富田)
- ✉ hanoimiyazakikenjinkai@gmail.com

## ナデシコタンロンズ(ソフトボール女子)

- 趣 初心者から参加可能な女子ソフトボールチームです。身体を動かしたい方、経験問わず、誰でも大歓迎です。グループが無い方も可。
- 開 日曜午前
- 場 St. Paul American School
- 電 086-708-0645 (日高)
- ✉ nadeshico.hanoi.2024@gmail.com

## FC Red Door (サッカー)

- 趣 年齢、性別、国籍問わない集まりです。サッカー終わりに美味しくビールを飲むため、汗を流しましょう。
- 開 日曜9:30 ~ 12:00
- 場 San bong An Duong 39 Ng. 76 An Duong, Tu Lien, Tay Ho, Ha Noi
- ✉ fc.reddoor.vn@gmail.com

## 格闘打撃研究会 無声堂

- 趣 グローブとヘッドギアを着用してのライトスパーリングやビデオ研究を通じて、打撃技の向上を目指す仲間の集まりです。見学歓迎。
- 開 土曜16:00 ~
- 場 Nam Tu Liem
- 電 090-374-9626 (若林)
- ✉ waka.yuhi@gmail.com
- 格闘打撃研究会

## ハノイダンスクラブ(初心者向け)

- 趣 ヒップホップダンスの初心者の集いです。日本語が話せるベトナム人の先生が教えてくれます。
- 開 木曜19:30 ~ 21:00
- 場 タイ湖西側エリア
- 電 036-837-5407 (加藤)

## ハノイ日本人柔道会

- 開 土曜19:30 ~ 21:00
- 場 Cau Giay Judo Club (85 Nguyen Van Huyen)
- ✉ kikuchiyosuke@gmail.com (菊地)

## 北部

### スポーツ

#### アオザイテニスクラブ(テニス)

- 開 日曜8:00 ~ 10:00
- 場 VNTTennis (Dich Vong St., Cau Giay Dist.)
- 電 083-831-3347 (掛谷)
- ✉ kakeyan0506.com@gmail.com

#### 日本人会ゴルフコンペ参加者募集

- 趣 20年以上の歴史をもつ、ベトナム最大の日本人限定オープンゴルフコンペ。初心者も大歓迎!
- 開 毎月1回、第2日曜開催
- 場 ハノイゴルフクラブ
- 電 093-166-7001 (橋本)
- ✉ nihonjinkai.golf@gmail.com

#### SOBA会(軟式野球・ソフトボール)

- 趣 初心者から参加可能なソフトボール、野球サークルです。
- 開 日曜午前
- 場 St. Paul American School
- 電 091-297-8808 (ツノダ)
- ✉ hanoi.soba@gmail.com

#### Hanoi Japan Football Club

- 趣 20 ~ 50代までが所属する、サッカーが大好きな人たちの集まりです。メインは11人制です。
- 開 土・日曜午後
- 場 ハノイ市内中心部
- 電 077-942-9139 (樋口)

#### 阿波踊り Ha Noi 香蓮

- 開 週1回
- 電 096-445-1434 (阪下正樹)
- ✉ sum\_pao@yahoo.co.jp

## 神奈川大学会

- 趣 神奈川大学出身のベトナム在住者同士で接点を作ること。
- 開 月に1回程度
- 場 ハノイ近郊
- ☎ cager19
- 📧 ozw.sho
- 📧 s.o76.eve@gmail.com

## ハノイ外語会

- 趣 東京外国語大学、大阪(外国語)大学、外国語学部の同窓会。留学生も歓迎。件名に「外語会参加希望」、本文に出身校、卒年、学部、専攻語科を記載の上メール下さい。
- 開 2カ月に1回
- 場 ハノイ市内飲食店
- ☎ hanoi.gaigokai@gmail.com (永尾)

## ハノイ横浜国大卒業生の会

- ☎ 035-742-5150 (ハマヤ)
- ☎ shinichi\_hayama@yotsugi.com.vn

## その他

### ハノイカジノ同好会

- 開 月に1回(懇親会)、週に1回(カジノ活動)
- 場 レストラン
- ☎ 078-266-4099 (菊田)
- ☎ kikuta@gmail.com

### フンイエンス省交流会

- 趣 食事は毎月開催。ゴルフは定期的に行っています。
- 開 第1土曜18:30～
- 場 フンイエンス省エコパーク内飲食店
- ☎ 035-310-108 (玉井)
- ☎ n-tamai@fivegate.co.jp (玉井)

### ハノイ駐在JOCV OB / OG会

- 趣 青年海外協力隊OB / OG会です。
- 開 1カ月1回
- 場 ハノイ市内飲食店
- ☎ ex-jocv-in-hanoi@googlegroups.com

### ハノイ初心者会

- 趣 ハノイ在住が1年以内の方を対象とした食事会を開催しています。
- 開 1カ月に1回
- 場 ハノイ市内の飲食店
- ☎ hanoi.shoshinsha@gmail.com (富田)

### Under forty 会

- 開 3カ月に1回
- 場 ハノイ市内飲食店
- ☎ minowa@niinuma.jp (箕輪)

### 河内猛虎会

- 趣 「子どもから大人まで楽しもう」を目標として、定期的に観戦会兼懇親会を開催しています。
- 開 1カ月に1回
- 場 キムマー通り近郊
- ☎ 081-299-1692 (二宮)
- ☎ hanoi\_moukokai@yahoo.co.jp

### どんぐり音楽隊

- 趣 楽器演奏サークルです。
- 開 木曜9:15～11:00
- 場 Vタワー屋上のおふくろ亭・思い出スナック
- 📧 dongurihanoi
- ☎ hanoidonguri2020@gmail.com

## 同年会

### ハノイ72会

- 趣 1972年生まれの懇親会。
- 開 1カ月に1回開催予定
- 場 ハノイ市内飲食店
- ☎ tashirou@yoshimurakogyo.com (長尾)

### ハノイ1974年会

- 趣 1974年生まれの懇親会。
- 開 1カ月に1回
- 場 ハノイ市内飲食店
- ☎ f.yamagami@gmail.com (山神)

### ハノイ75年会

- 趣 1975年生まれの同年会。
- 開 1～2カ月に1回
- 場 ハノイ市内飲食店
- ☎ torutanaka@mgreeny.com (田中)

### 789会

- 趣 1978年及び79年生まれの懇親会。
- 開 月に1回程度(飲み会、ゴルフ、マラソンなど)。
- ☎ 086-860-9880
- ☎ t.sugeno@manabox.co.jp (菅野)

### ハノイ82会

- 開 2～3カ月に1回程度。
- 場 ハノイ市内
- ☎ halca.w11@gmail.com (はるか)
- 🌐 http://viethich.com/1982-hanoi

### ハノイ84・85会

- 趣 1984年および85年生まれの懇親会。
- 開 1～2カ月に1回
- 場 ハノイ市内の飲食店
- ☎ hanoi.vn.8485@gmail.com (谷)

### 87会(87年生まれの会)

- 開 2～3カ月に1回
- ☎ steinsgate1988@gmail.com

### ハノイ90年会

- 趣 1990年1月～1991年3月生まれの懇親会。
- 開 不定期開催(2～3カ月に1回程度)
- 場 ハノイ市内飲食店
- ☎ 1990hanoi@gmail.com (関)

### ハノイ96会

- 開 1～2カ月に1回
- 場 ハノイ市内
- ☎ arswyshr@gmail.com (有澤)

### ハノイ1973会

- 趣 おニャン子クラブや元気になるテレビ番組を振り返りつつも、ベトナムにおける成長戦略及びSDGsを議論。
- 開 めでたい時、うれしい時、凹んだ時など数ヶ月に1回。
- 場 北部ベトナム及びBRICS(検討中)
- ☎ hanoi1973kai@gmail.com (山本)

## 同窓会

### 拓殖大学学友会ベトナム支部

- 開 3カ月に1回
- ☎ 091-481-8898 (フン/Hung、日本語)
- ☎ hung@vietnamhousing.vn

## 群馬県人会

- 趣 群馬に所縁のある方、群馬が好きの方、群馬に興味のある方グンマーの真実を知りたい方。
- 開 2カ月に1回
- 場 ハノイ市内飲食店
- ☎ 086-9061-689 (サイトウ)
- 🌐 http://line.me/ti/g/nb0leTxHhA

## 神奈川県人会ハノイ

- 趣 神奈川県にゆかりのある方なら誰でも参加可能。
- 開 1カ月に1回
- 場 ハノイ市内の飲食店
- ☎ 096-754-4250 (まさ)
- ☎ kanagawa.hanoi@gmail.com

## ハノイ岐阜県人会

- 趣 岐阜県出身、またはゆかりのある方。
- 開 奇数月の第1土曜
- 場 ハノイ市内
- ☎ maeda@chubutsu.co.jp (前田)

## ハノイ静岡県人会

- 趣 静岡県に所縁のある方。まずはメールでご連絡ください。
- 開 2カ月に1回
- 場 ハノイ市内
- ☎ iwashina.shizugin@gmail.com (岩品)

## ハノイ三重県人会

- 趣 三重県出身、またはゆかりのある方の集い。
- 開 人数が集まり次第
- 場 ハノイ市内で都度決定
- ☎ 078-231-6864 (アラキ)
- ☎ sa1214@zoho.com

## 晴れの国～ハノイ桃太郎会(ハノイ岡山県人会)

- 趣 岡山県に所縁のある方。
- 開 1カ月に1回
- 場 ハノイ市内飲食店
- ☎ hanoiookayamakenjinkai@mail.com (岸川)

## 粉もんちゃん会(ハノイ大阪人会)

- 趣 大阪に所縁のある方。
- 開 2カ月に1回
- 場 ハノイ市内の飲食店
- ☎ konamonhanoi@gmail.com (田中)

## 彩の国・埼玉県人会ハノイ

- 開 1カ月に1回
- 場 ハノイ市内飲食店
- ☎ akahir-tanaka@secomvn.com.vn

## 広島県同好会

- 趣 広島にゆかりある方、広島好きな方を募集しています。ぜひ広島弁で盛り上がりましょう。
- 開 不定期開催(1～2カ月に1回)
- 場 ハノイ市内飲食店
- ☎ Kanose.k@ogino.com.vn (鹿瀬)

## みちのくゆかりの会

- 趣 陸奥にゆかりのある人々が集う懇親会。
- 開 1カ月に1回
- 場 ハノイ市内飲食店
- ☎ 090-340-4720 (宮田)

# 南部

## スポーツ

### Guppies(ぐっぴーず) バasketボール

- 老若男女問わず、20代前半から50代後半までの20人前後がプレイ。「強くなる!勝つ!」をモットーに、熱く本気でやっています。経験が浅い方、女性も歓迎! オフ会も盛んです。
- 開 日曜午前または午後の3時間程度。大会前などは追加練習あり。
- 場 不定。日本人学校、3区、タンピン区など。
- 電 094-709-0311 (梶原)、098-106-7880 (庄司)
- 電 s\_kajiwara0716@yahoo.co.jp (梶原)、nooneone3511@gmail.com (庄司)

### おじさんクライミング

- おじさんだけでクライミングをたのしんでいます。良かったらご参加ください。
- 開 土曜 10:00 ~
- 場 Vertical Academy
- 電 097-966-2015
- 電 ecorock18@gmail.com (関口)

### ナタラジャ(Nataraja) ダンスの会

- ボリウッドダンスとズンバを楽しむ会。初心者から経験者まで大歓迎。音楽に合わせて踊ってリフレッシュ! 楽しさとエネルギーを体感しましょう。
- 開 【ボリウッド】火・木~土曜、【ズンバ】水・金曜
- 場 ホーチミン市3区スタジオ
- 電 093-212-1753
- 電 rani\_mumbai2002@yahoo.com

### ハノイビリヤード同好会

- 初心者から上級者まで、玉突きの練習やミニトーナメント、懇親会を行います。
- 開 月2回、土・日曜13:00 ~
- 場 ハノイ市内
- 電 085-534-3414 (坂本)
- 電 gadget39 (坂本)
- 電 gadget39@icloud.com (坂本)

### 犬会(犬の怖さを知る会)

- 犬に噛まれた人の話が聞きたい人、実際に犬に噛まれた人。
- 開 年に1回程度
- 場 ハノイ市内の飲食店
- 電 tomo.yezi1989@gmail.com (田中)

### 三水会

- ヴィンフック省内の日系企業に勤める日本人やベトナム人が集う会。毎月の交流会や、不定期でゴルフコンペも開催しています。
- 開 第3水曜
- 場 ヴィンフック省内の飲食店など
- 電 naoki.sugita@mc-net.co.jp (杉田)

### ドンメシ會

- ハナム省ドンバン工業団地近郊の人々が集う交流会。
- 開 1カ月に1回
- 場 ハノイ市内飲食店
- 電 uev-ueda@kamihimo.jp (植田)

### 白い金曜日-White Friday

- 朝活ボランティアとしてホアンキエム湖のゴミ拾いを実施しています。白い服を着た人を見つけた方、お声がけください。
- 開 金曜7:30 ~ 7:50
- 場 ホアンキエム湖周辺
- 電 084-205-4503 (田丸)

### ハノイローカルSHOP巡りの会

- いつも日本人街にいたるのではなく、時には外に出ましょう。ビアホイ、ローカル鍋の店、ローカル焼肉、ビアクラブなど、皆で遊びに行くような会です。
- 開 1.5カ月に1回程度
- 場 都度決定
- 電 096-726-1647 (JUN) / 038-646-4998 (HITOMI)
- 電 sumijun5@gmail.com

### 東京都民会

- 東京が地元、東京に住んだことがある人の集いです。
- 開 月に1回程度
- 場 都度決定
- 電 096-726-1647 (JUN) / 038-646-4998 (HITOMI)
- 電 OMI)
- 電 cross3570@gmail.com (植村)

### ホアンキエム湖清掃活動

- 毎週日曜にホアンキエム湖のまわりを清掃活動と終了後にカフェで交流をしています。
- 開 日曜8:00~8:30
- 場 ホアンキエム湖周辺
- 電 097-766-2221 (黒木) / 035-531-0108 (玉井)
- 電 kuroken4287@gmail.com (黒木)
- 電 n-tamai@fivegate.co.jp (玉井)

## 日系のハウスクリーニング専門店が、遂にハノイに!

2024年 オリコン顧客満足度®調査  
ハウスクリーニング コストパフォーマンス

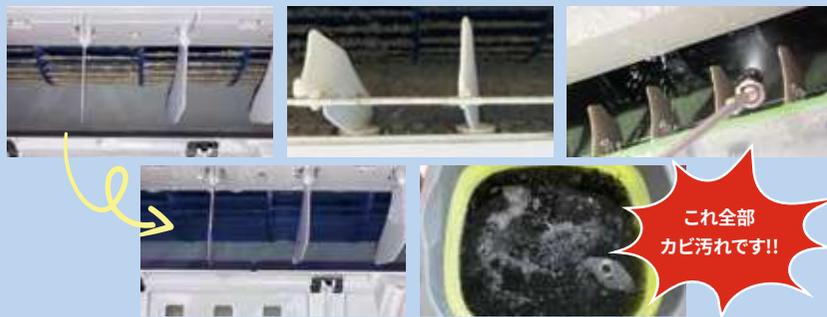


5年連続  
**No.1**

日本で**300**店舗以上展開

専用の機材や洗剤を駆使して、お掃除のプロが徹底的にキレイにします。エアコンや窓ガラスなど、普段のお掃除では手の届きにくい箇所はもちろん、定期的な清掃もおまかせください。

### エアコンクリーニングサービス



これ全部  
カビ汚れです!!

### KIREI produceはここが違う!

- 1 内部ファンのカビ汚れも徹底清掃
- 2 周辺養生して水の飛散防止

服や引き出し、カビてませんか?

エアコンで室内を25度以下に保ち、送風またはドライを定期運転してください。

日系ならではの安心の

定期清掃プラン  
をご用意!

定期清掃は  
週1回からご利用可能!



### サービス対応エリア

ハノイ市内全域 / バクニン省  
フンイエン省 / タイグエン省

### KIREI produce

CÔNG TY TNHH KIREI PRODUCE VIETON

代表: TAMARU HITOSHI (田丸仁)

住所: 73 Lo Duc, Pham Dinh Ho, Hai Ba Trung, Hanoi

電話番号: **084-205-4503** (日本人直通電話)

メール: vieton@kireiproduce.vn



Instagram



Website



Zalo

まずはお気軽にお問い合わせください。

# ベトナム生活・旅行の教科書

## 掃除の時間 編

おそうじを中心とした生活知識が豊富な田丸氏が、ベトナムで過ごす際の豆知識をご紹介します。  
今回は、掃除に費やす時間について考察していきます。

### 日本人は掃除が嫌い!?

日本の学校では、授業終了後に学生が皆で掃除をするのは一般的ですが、世界では珍しい光景です。日本人にとって掃除は身近ですが、それに費やす時間は世界でも少ないことを皆さんはご存知でしたか？

参考：ケルヒャージャパン

○ [www.kaercher.com/jp/newsroom/kaercher-stories/int-cleaning-2019.html](http://www.kaercher.com/jp/newsroom/kaercher-stories/int-cleaning-2019.html)



### 世界平均は3時間20分

清掃器具で有名なドイツのブランド「Kärcher(ケルヒャー)」の調査によると、世界中の人々が家の掃除に費やす時間は、1週間に約3時間20分でした。これは、1日あたり約28分間掃除をしている計算です。



### 世界トップは4時間56分

世界で最も家の掃除に時間をかける国、それはロシアです。ロシアの人々が家の掃除に費やす時間は、1週間に4時間56分。1日あたり約42分間掃除をしている計算です。



### 日本の平均はわずか1時間33分



日本の人々が家の掃除に費やす時間は、1週間に1時間33分。1日あたり約13分間掃除をしている計算です。これは、世界平均と比較して少ないことがわかります。欧米諸国の人々は、掃除をすることでストレス

解消につながっている一方で、日本人は掃除がストレスだと感じる人が多いそうです。

### ベトナムの掃除事情



東南アジアはメイドに頼る文化が根強く残っており、ベトナムもその一つです。自分で掃除をする時間が少なく、掃除の職に就く人々の時給は約180円と、賃金が低いのが現状です。掃除サービスが付帯したアパートメントも多く、日本人からは人気です。アジア人の掃除に対するそもそもの考え方が、欧米とは大きく異なるのかもしれませんが。



### Cong ty TNHH KIREI PRODUCE VIETON代表 田丸仁

日本のオリコン顧客満足度ランキング調査において、ハウスクリーニング部門で総合1位を5年連続で獲得し続ける「おそうじ革命」を展開するKIREI produce(キレイプロデュース)へ2018年に入社。社長秘書、加盟開発営業部長、おそうじ革命事業部長を経て、2023年に海外事業部長に就任。ベトナム・ハノイに海外1号店を2024年4月に立ち上げた。今後は「世界中をKIREIに！」をモットーに、世界22カ国へ展開予定。

○ <https://linktr.ee/hitoshi.t>

# Index 掲載店QRマップ

QRコードを読み込んで道案内!

## HANOI CITY



**10** **Ba Đình** パーティン  
バー  
**魔の巣** ⇒P.47  
☎ 8 Ngo 81 Linh Lang  
☎ 036-668-0785  
🕒 19:00~Last



**11** **Ba Đình** パーティン  
カフェ  
**ムスピカフェ&ダイニング** ⇒P.47  
☎ 8 Ngo 81 Linh Lang  
☎ 036-668-0785  
🕒 7:30~18:00



**12** **Ba Đình** パーティン  
バー&日本料理  
**6バー** ⇒P.48  
☎ 6F, 24/12 Dao Tan  
☎ 098-496-4314 (日・英)  
🕒 17:30~翌1:00  
🕒 翌0:30



**13** **Ba Đình** パーティン  
ラウンジ&バー  
**そら** ⇒P.48  
☎ 4 Alley 24 Dao Tan  
☎ 098-496-4314 (日・英)  
🕒 19:00~24:00



**14** **Ba Đình** パーティン  
日本料理  
**遊雅亭 睦庵** ⇒P.53  
☎ 52A Linh Lang  
☎ 077-468-3939  
🕒 11:15~14:00 / 17:00~22:00



**15** **Ba Đình** パーティン  
サービスアパートメント  
**プロイクスリアルエステート** ⇒P.裏表紙裏  
☎ No.1-3 Alley 58/26, Dao Tan  
☎ 093-650-4505



**16** **Cầu Giấy** カウサイ  
オフィスビル  
**大成スクエアハノイ** ⇒P.13  
☎ 289 Khuat Duy Tien  
☎ 088-824-7289 (リーシング窓口)  
🕒 平日8:00~17:00 (リーシング窓口)



**17** **Cầu Giấy** カウサイ  
デリバリー  
**キャピチー** ⇒P.38  
☎ 3F, 80 Duy Tan  
☎ 024-2246-9266  
🕒 8:30~18:00  
🕒 土・日曜



**18** **Cầu Giấy** カウサイ  
スパ  
**フジスパ(ズイタン店)** ⇒P.39  
☎ 76 Duy Tan  
☎ 086-806-9398  
🕒 10:00~22:30



**19** **Cầu Giấy** カウサイ  
ジム  
**123ダイエット** ⇒P.裏表紙  
☎ Sakura Hotel 2, 54 Truong Cong Giai  
☎ 096-321-5406  
🕒 7:00~21:00



**01** **Ba Đình** パーティン  
オフィスクリーニング  
**メイビ** ⇒P.12  
☎ 22F Ngoc Khanh Bldg., No.1  
Pham Huy Thong  
☎ 078-467-8374



**02** **Ba Đình** パーティン  
日本料理  
**虹** ⇒P.34  
☎ 30 Dao Tan  
☎ 088-667-8869  
🕒 11:00~14:00 / 18:00~22:00  
🕒 日曜



**03** **Ba Đình** パーティン  
日本料理  
**あざくさレストラン** ⇒P.37  
☎ 30 Nguyen Van Ngoc  
☎ 084-265-6906  
🕒 平日9:00~14:00 / 17:00~22:00  
土日祝10:30~22:30



**04** **Ba Đình** パーティン  
焼肉  
**ホルモン焼肉** ⇒P.37  
☎ 32 Nguyen Van Ngoc  
☎ 092-730-7888  
🕒 平日9:00~14:00 / 17:00~22:00  
土日祝10:30~22:30



**05** **Ba Đình** パーティン  
スパ  
**フジスパ(ラグジュアリー店)** ⇒P.39  
☎ 106 Linh Lang  
☎ 089-945-8005  
🕒 10:00~22:30



**06** **Ba Đình** パーティン  
スパ  
**フジスパ(ファンケービン店)** ⇒P.39  
☎ 76 Phan Ke Binh  
☎ 034-425-6196  
🕒 10:00~22:30



**07** **Ba Đình** パーティン  
ヘアサロン  
**アンウンヘア** ⇒P.40  
☎ 85 Linh Lang ☎ 036-718-9942  
🕒 平日10:00~20:00  
土日祝9:00~19:00  
🕒 月曜



**08** **Ba Đình** パーティン  
ホテル  
**ホテルヤー** ⇒P.43  
☎ 14-16 Kim Ma Thuong  
☎ 024-7300-2473



**09** **Ba Đình** パーティン  
クリニック  
**天龍クリニック** ⇒P.46  
☎ 3 Ngach 7/71 Linh Lang  
☎ 035-984-5032  
🕒 9:00~22:00





**30** **Hai Bà Trưng** ハイバーチュン  
 消防・太陽光・建築・内装  
**イマムラインターナショナルベトナム** ⇨ P.64  
 ① Golden House, 15 Ngo 66 De To Hoang  
 ② 088-856-8811 / 036-220-7855



**20** **Tây Hồ** タイホー  
 ジム・スタジオ・スポーツアカデミー  
**SSAスタジオ** ⇨ P.06  
 ① 7 Ngo 9 Dang Thai Mai  
 ② 037-989-3721  
 ③ 9:00~22:00



**31** **Hoàn Kiếm** ホアンキエム  
 マッサージ  
**ヴァンズアンフットマッサージ** ⇨ P.41  
 ① 24C Ly Quoc Su  
 ② 024-2218-8833  
 ③ 10:00~24:00



**21** **Tây Hồ** タイホー  
 豆腐・豆乳レストラン  
**ソイペ** ⇨ P.33  
 ① 1F, 591 Lac Long Quan  
 ② 039-490-6591  
 ③ 11:00~14:00 / 17:00~21:30  
 ④ 21:00 ⑤ 火曜



**32** **Hoàn Kiếm** ホアンキエム  
 保険  
**MSIG ベトナム** ⇨ P.58  
 ① 10F, CornerStone Building,  
 ② 16 Phan Chu Trinh  
 ③ 024-3936-9188 / 024-3936-9200



**22** **Tây Hồ** タイホー  
 豆腐・豆乳 製造販売  
**ソイソイ** ⇨ P.33  
 ① 2F, 591 Lac Long Quan  
 ② 084-606-6631  
 ③ 10:00~19:00



**33** **Đống Đa** ドンダー  
 カフェ  
**ありがとうカフェ** ⇨ P.35  
 ① 8 Ngách 64/49, Ngo 64 Nguyen Luong Bang  
 ② 089-669-4682  
 ③ 8:00~22:00 ④ 祝日



**23** **Tây Hồ** タイホー  
 ホテル・レジデンス  
**フレイザーズスイーツハanoi** ⇨ P.42  
 ① 51 Xuan Dieu  
 ② 024-3719-8877



**34** **Bắc Từ Liêm** バックトゥーリエム  
 スパ  
**フジスパ(ゴアイザオダン)** ⇨ P.39  
 ① Villa F11, Xuan Tao  
 ② 096-411-4128  
 ③ 10:00~22:30



**24** **Nam Từ Liêm** ナムトゥーリエム  
 レンタカー  
**グリーンリーフ** ⇨ P.02  
 ① 17 Pham Hung  
 ② 1800-6300



**35** **Hoài Đức** ホアイドック  
 コンクリート研削  
**ドクターフローア** ⇨ P.44  
 ① BT1-A131, Splendor, An Khanh, An Khanh  
 ② 076-312-0603  
 ③ 8:00~17:00 ④ 土・日曜



**25** **Nam Từ Liêm** ナムトゥーリエム  
 ビル管理  
**ヴィサホ** ⇨ P.12  
 ① 12AF, Viglacera Tower, No.1 Thang Long Ave  
 ② 024-3221-6336



**36** **Long Biên** ロンビエン  
 サービスアパートメント  
**ジ・オーセンティック(長谷工)** ⇨ P.表紙裏~01  
 ① 17 Co Linh  
 ② 024-6664-1710 / 094-890-5665



**26** **Nam Từ Liêm** ナムトゥーリエム  
 警備  
**アルソック** ⇨ P.12  
 ① 8F, Detech Bldg., 8 Ton That Thuyet  
 ② 024-3783-5321  
 ③ 平日8:00~17:00 / 土曜8:00~12:00  
 ④ 日曜・祝日



**27** **Nam Từ Liêm** ナムトゥーリエム  
 クリニック  
**DYMメディカルセンター** ⇨ P.45  
 ① B1, Epic Tower, Alley 19 Duy Tan  
 ② 024-7771-0170  
 ③ 8:00~18:00  
 ④ 日曜・祝日



QRコードを読み込んで道案内!

**HUNG YEN**



**37** **Húng Yên** フンイエム  
 日本料理  
**和み** ⇨ P.36  
 ① F1 Lake 2, Township Ecopark  
 ② 086-696-6412 / 035-531-0108  
 ③ 11:00~14:00 / 17:30~21:30



**28** **Hai Bà Trưng** ハイバーチュン  
 ハウスクリーニング  
**クレイブロデュース** ⇨ P.28  
 ① 73 Lo Duc  
 ② 084-205-4503  
 ③ 6:00~22:00



**38** **Húng Yên** フンイエム  
 錦鯉販売  
**和み鯉ファーム** ⇨ P.36  
 ① Nong Truong Ba Khe, Lien Nghia  
 ② 086-696-6412 / 086-932-2388  
 ③ 8:00~20:00

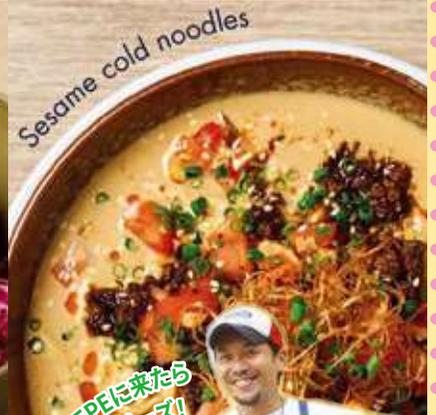
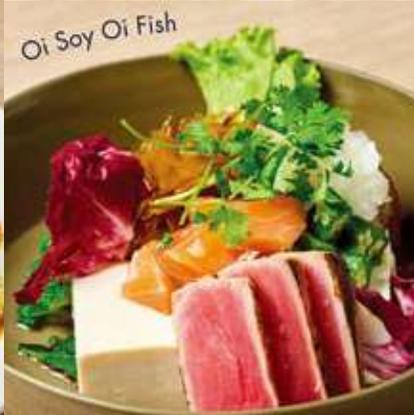
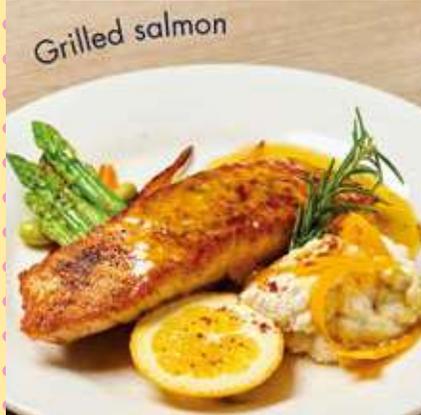
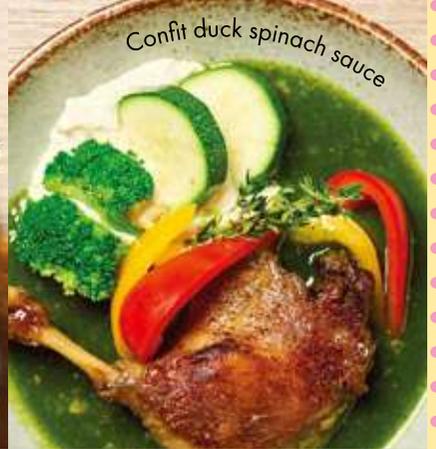
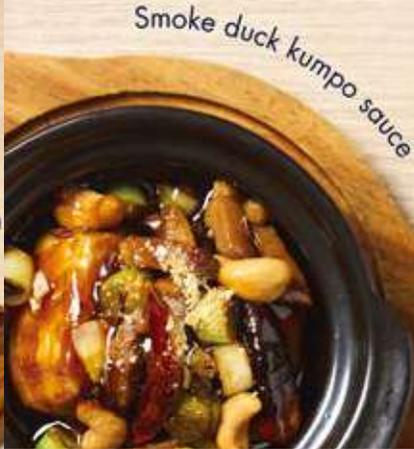


**29** **Hai Bà Trưng** ハイバーチュン  
 マッサージ  
**ヴァンズアンフットマッサージ** ⇨ P.41  
 ① 125 Trieu Viet Vuong  
 ② 024-6278-0767  
 ③ 10:00~24:00





# 色々なタイプの豆腐・豆乳料理があります



SOYPEPEに来たら  
Tofuポーズ!



**SoY PEPE Tofu Garden Restaurant**  
 住 1F, 591 Lac Long Quan, Xuan La, Tay Ho, Hanoi  
 電 039-490-6591  
 営 11:00 ~ 14:00 / 17:00 ~ 21:30 LO 21:00  
 休 火曜



Capichi



Facebook



Menu

抹茶・珈琲豆乳(500ml) 7万5000VND  
 無糖・微糖豆乳(200ml) 2万3000VND  
 無糖・微糖豆乳(500ml) 5万VND  
 抹茶豆乳(200ml) 3万2000VND  
 珈琲豆乳(200ml) 3万2000VND  
 SOY COOKIE 5万5000VND  
 木綿・絹ごし豆腐 4万VND  
 豆腐プリン 2万5000VND

日本製の設備を使い、有機豆腐・豆乳を作っています。契約農家の無農薬大豆を使っていますので安心安全です。手作りこだわった豆腐・豆乳をぜひお楽しみ下さい。

代表：谷島 隆広さん

「今月のピックアップ」  
 天然醸造味噌

田舎 (500g) 10万VND  
 あわせ (500g) 9万VND  
 赤 (500g) 9万VND  
 白 (500g) 9万VND

ご注文・お問い合わせはお気軽に  
**084-606-6631**



**SOY-SOY**  
 住 2F, 591 Lac Long Quan, Tay Ho, Hanoi  
 電 084-606-6631  
 営 10:00 ~ 19:00  
 休 火曜



Facebook



Capichi



デリバリーはこちらから



# 虹

NIJI JAPANESE RESTAURANT

## 食欲をそそる香ばしい炭の香り



オーナー ニュンさん

Anniversary  
おかげさまで1周年

### Summer OSUSUME 夏のおすすめ

2024年9月30日(月)まで

対象のお料理をご注文いただくと  
ドリンク1杯プレゼント!



タマゴノキ  
ジュース

日本茶

パッションフルーツ  
ピーチティ



### 弁当パッケージ

#### 5日間パッケージ

1食あたり140,000 VND

#### 7日間パッケージ

1食あたり130,000 VND

#### 10日間パッケージ

1食あたり100,000 VND

- ・弁当セット1つに、ご飯、サラダ、味噌汁、フリードリンク1杯(タマゴノキジュース、パッションフルーツピーチティ、日本茶から選択可能)が含まれます。
- ・3km以内は無料配達、それ以上は30,000 VNDの送料がかかります。
- ・毎日10:00 ~ 17:00までご注文を受け付けています。

#### 特別オファー

先着30名様限定で、5日間パッケージを1食あたり99,000 VNDでご提供いたします!  
また、このプランを定期的に利用する企業にはさらに割引をご提供しております!  
詳細についてはお問い合わせください。



JCBカードお支払いすると会計から**10%OFF**

キャンペーン期間

2024年12月31日(火)まで

※他のキャンペーンとの併用不可



### Japanese Restaurant NIJI (虹)

住 30 Dao Tan, Cong Vi, Ba Dinh, Hanoi

電 088-667-8869

営 11:00 ~ 22:00

休 日曜

#### 営業時間変更のお知らせ

営業時間が11時~22時に変更いたしました。  
(14時~17時はお茶orコーヒーを1杯サービス)

デリバリーは  
こちらから



Capichi



Grabfood



Facebook



LINE



Zalo



# 18 taste ありがとうカフェの「かき氷」は おいしさ18通り!!

トッピングも  
大人気!!  
かき氷(日本式)

さらに、4つのトッピングの組み合わせで様々なおいしさが楽しめます!!

お子様も安心!!

自家製氷使用



オススメ!

Món đặc biệt

ロンガンかき氷

☆ 6万VND  
● 5.5万VND

日本のせんじと  
ロンガン(ベトナムのフルーツ)の  
かき氷。

ロンガンは「龍の眼」が  
由来のフルーツです。



オススメ!

Món đặc biệt

桜

☆ 6万VND  
● 5.5万VND

ほんのり薫る桜の風味が、  
かき氷の上品な甘みに  
溶け込んで、  
目を閉じれば、  
懐かしい春の景色が  
広がります。



オススメ!

抹茶



オススメ!

マンゴ



オススメ!

マンゴ



オススメ!

いちご



オススメ!

ブルーハワイ



オススメ!

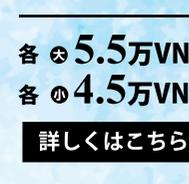
レモン



キャラメル



ミルク



パッションフルーツ



黒蜜



はちみつレモン



ブルーベリー



ライチ



ミント



パッションフルーツ



黒蜜



ゆず



各 ☆ 5.5万VND  
各 ● 4.5万VND  
詳しくはこちら



さあ、お召し上がりください!



富士山かき氷を  
完成した方

富士山かき氷10万VND 次回の招待券をプレゼントします。

Topping | すべてのメニューにセットできます。 各1万VND

コンデンスミルク	餡子	白玉	アイス

4つ全部のせる《ゴージャストッピング》も話題です!!



## Japanese Cafe Arigatou

通称「ありがとうカフェ」

TEL: 089-669-4682 | 営業時間 8:00 ~ 22:00 | 祝日定休の場合あり  
※詳細はフェイスブックにて

Số 8, gác 64/49, ngõ 64, Nguyễn Lương Bằng, Đống Đa, Hà Nội  
ハノイ都市鉄道「La Thành」駅から徒歩5分  
(ラティン)

Đà La Thành  
Hoàng Cầu

Ô Chợ Dừa  
Ngõ 31

Japanese Cafe  
Arigatou

Home Page



Facebook



# フンイエン省『エコパーク』の日本食レストラン



2024年10月10日(木)

**19時～**

マグロ解体ショー

2024年10月10日(木)～13日(日)

10月9日(水)までに4名様以上のグループで  
事前予約していただいた方に、  
「なごみロール」を1本と「もちアイス」を人数分プレゼント

2024年10月10日(木)～13日(日)

お店で飲食していただいた方  
先着500名さまにオリジナル  
「和みコップ」を1個/人プレゼント



個室貸切可能  
ご予約受付中



刺身盛り合わせ(大)  
123万8000VND

牛タン焼き  
15万8000VND

アボカドサーモンサラダ  
13万8000VND

味噌ラーメン  
19万8000VND

フンイエン省  
参加者募集中



毎月第1土曜の18時30分から  
開催しています。食事を楽しみ  
ながら気軽に交流しませんか？



和み日本食レストラン  
Nagomi Japanese Restaurant

住 F1 Lake 2, Township Ecopark, Van Giang, Hung Yen

電 086-696-6412 (ピン・ベトナム語対応)

035-531-0108 (玉井・日本語対応)

営 11:00～13:30 / 17:30～21:30

Facebook



Zalo





# Asakusa Restaurant ホルモン焼肉



代表 レ・ヴァン・ティンさん



13名様まで入る個室と半個室もございます!



あさくさの盛り合わせ  
厚切り牛タン/カルビ/ハラミ/ゲタカルビ/ホルモン/上ミノ



牛レバー刺身



牛タン刺身

**宴会コース90分**  
ご予算・ご希望に合わせてお料理をご用意いたします  
**55~75** 飲み放題付!  
万VND  
4名様以上からご予約承ります。お電話にてご予約ください。



牛ハツ刺し



ホルモン盛り合わせ (150g)

月曜日から水曜日まで事前にご予約のお客様にホルモン盛り合わせをプレゼント

<p><b>牛タン</b> しゃぶしゃぶ</p>	<p><b>博多もつ鍋</b> (塩、味噌味)</p>	<p><b>すき焼き</b></p>	<p><b>ネギ豚しゃぶしゃぶ</b></p>
------------------------------	---------------------------------	--------------------	-------------------------

## 日替りランチ定食

<p>チキンステーキ</p>	<p>デミオムライス</p>	<p>和牛肉ステーキ</p>
----------------	----------------	----------------

お得なランチメニューは8万5000VND~16万VND

**要予約**  
**月火水限定**  
予約時に「ウォーキング詰みた」で  
**10%OFF**  
2024年9月30日(月)まで



### あさくさレストラン (居酒屋)

住 30 Nguyen Van Ngoc, Cong Vi, Ba Dinh, Hanoi  
電 035-469-9255  
営 平日 9:00~14:00 / 17:00~22:00  
土日祝 10:30~22:30



### ホルモン焼肉

住 32 Nguyen Van Ngoc, Cong Vi, Ba Dinh, Hanoi  
電 092-730-7888  
営 平日 9:00~14:00 / 17:00~22:00  
土日祝 10:30~22:30

Capichi  
Walking Vietnam Website  
QR Code

# 最新機種対応



接待  
女子会  
宴会  
家族で外食  
サークル

アプリで  
最短**1分**



## Capichiで レストラン予約

人気のお店、5つ星ホテルのレストラン、ミシュラン掲載店舗などぞくぞく掲載!

初めてのレストラン予約利用で**最大100,000VND**分のクーポンもらえる!

Capichi Việt Nam Co.,Ltd.

3F, 80 Duy Tan, Dich Vong Hau, Cau Giay, Ha Noi

7F,111 Ly Chinh Thang Vo Thi Sau, District 3, Ho Chi Minh



お問い合わせ先: ☎ 02422469266



GET IT ON Google Play



✉ info@capichiapp.com



**FUJI SPA CENTER**

# 新しい サービス

# 身体の角質取り

## ラグジュアリー サービス

### 1. フジラグジュアリー - ハーバルボールによるフットトリートメント

60分 ..... 109万 VND  
90分 ..... 129万 VND

### 2. フジラグジュアリー - ハーバルボールによる全身トリートメント (精油あり/なし)

60分 ..... 129万 VND  
90分 ..... 145万 VND

### 3. フジラグジュアリー - 栄養豊富なシャンプーとハーバルボールによる全身トリートメントのセット (精油あり/なし)

90分 ..... 196万 VND

## 全身トリートメント

### 1. 精油とホットストーンによるフジ全身トリートメント

70分 ..... 56万 VND  
100分 ..... 69万 VND

### ★ 2. 精油とハーバルボールによるフジ全身トリートメント

70分 ..... 61万 VND  
100分 ..... 74万 VND

## フットトリートメント

### ★ 1. ハーバルボールによるフジフットトリートメント

70分 ..... 55万 VND  
100分 ..... 65万 VND

### 2. ホットストーンによるフジフットトリートメント

70分 ..... 45万 VND  
100分 ..... 59万 VND



ご予約はこちら

QRコード読み取り

🕒 10:00 ~ 22:30  
(ラストオーダー : 21:30)

🌐 fujispacenter.vn 📍 Fuji Spa Center



フジスパ(リンラン店)  
店舗①: 106 LINH LANG,  
BA DINH, HANOI  
電話: 089-945-8005  
(日本語・英語可)



フジスパ(ゴタイザオダン店)  
店舗②: BT F11 XUAN TAO,  
NGOAI GIAO DOAN, HANOI  
電話: 096-411-4128  
(英語可)



フジスパ(ファンケビン店)  
店舗③: 76 PHAN KE BINH,  
BA DINH, HANOI  
電話: 034-425-619  
(英語可)



フジスパ(ズイタン店)  
店舗④: 76 DUY TAN,  
CAU GIAY, HANOI  
電話: 086-706-9398  
(英語可)



① 泉マーケットと同じ玄関よりお入りください。地下駐車場の奥にある階段から上がることもできます。



② 泉マーケットの店内を通って、奥の扉よりお進みください。帰りにお買い物も楽しみいただけます。



③ 奥の階段から上がったところにあります。エレベーターの場合は「L」階を押してください。

### Cut

女性	80万VND
男性	70万VND
15歳以下	50万VND

### Treatment & Shampoo

シャンプー & ブロー	20万VND
炭酸シャンプーヘッドスパ	15万VND
ルベル4ステップトリートメント	80万VND
他のメニューと組み合わせ	50万VND
ケラチントリートメント	100万VND
他のメニューと組み合わせ	60万VND

### Perm

コールドパーマ	120万VND
デジタルパーマ	160万VND
縮毛矯正 リタッチ 4cm以下	150万VND
縮毛矯正	200万VND

### Color

リタッチ 4cm以下	100万VND
フルカラー	120万 - 150万VND
ヘナカラー	120万VND -
ブリーチ リタッチ 4cm以下	120万VND
ブリーチ	150万VND
ハイライト	120万VND -



まずは  
相談してみる



今すぐ  
予約する

## スタイリスト一時帰国のお知らせ

▶ **Shige** 2024年9月2日(月)～8日(日)まで  
**Wataru** 2024年9月9日(月)～15日(日)まで



# UNKNOWN.HAIR

📍 85 Linh Lang, Ba Dinh

☎ 036-718-9942

各種クレジットカード使えます  
日本円からベトナムドンへの両替も承ります

### 2024年9月のお休み

月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						休 月曜



ツボ押しと中国式マッサージの組み合わせで

# 心と身体を リセット

マッサージで健康に

安眠効果 ●

免疫力アップ ●

血流やリンパの流れを改善 ●

● ストレス解消

● 疲労回復

● 消化機能の向上



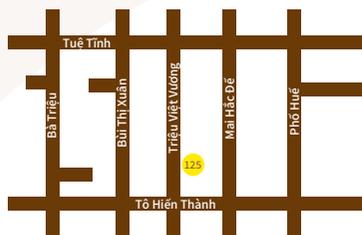
会社  
代表  
LINE  
@vanxuan

## FOOT

70分 20万VND  
90分 25万VND  
120分 35万VND

## BODY

70分 25万VND  
90分 32万VND  
120分 39万VND



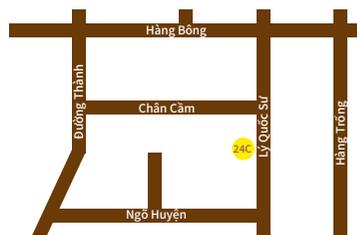
住 125 Trieu Viet Vuong, Hai Ba Trung, Hanoi

電 024-6278-0767

営業 10:00 ~ 24:00



## Van Xuan Foot Massage ヴァンスアンフットマッサージ



住 24C Ly Quoc Su, Hoan Kiem, Hanoi

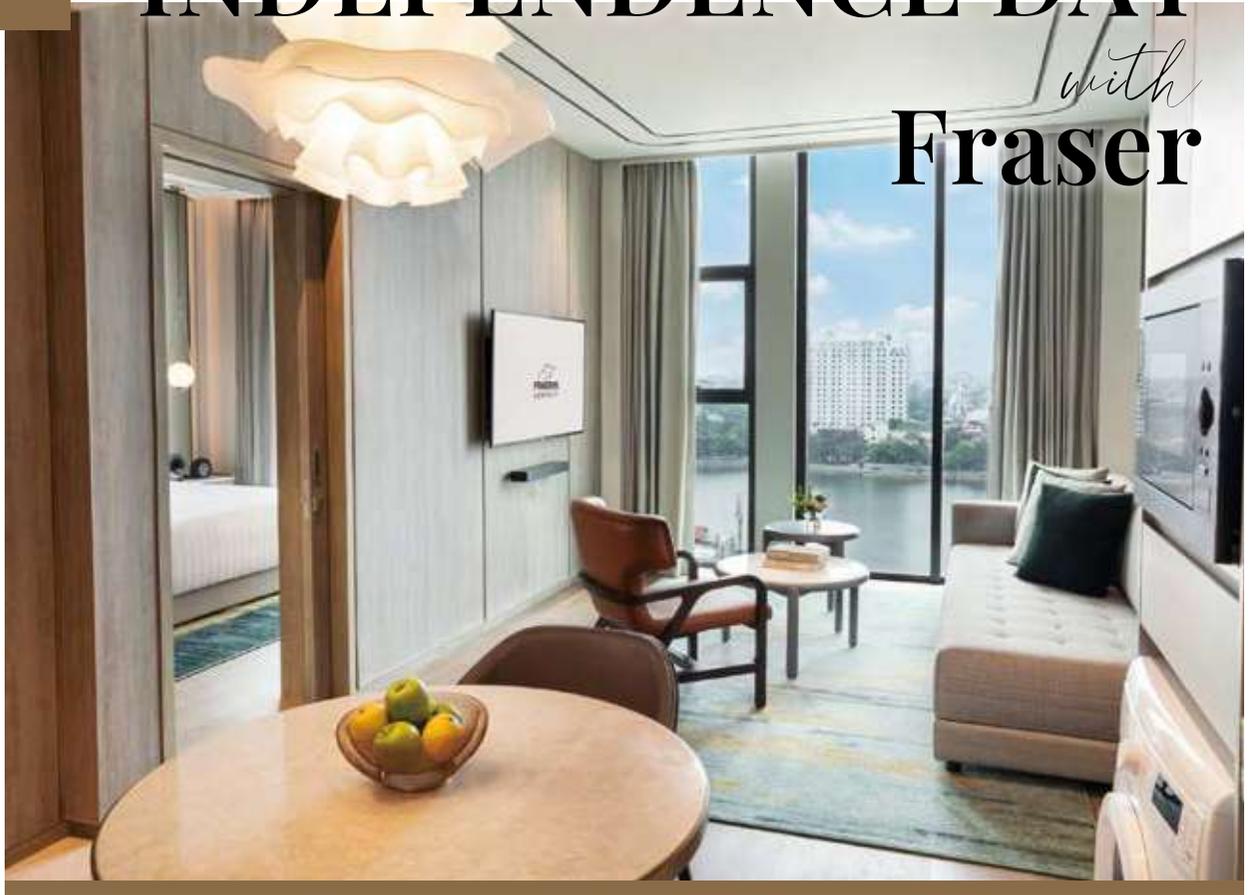
電 024-2218-8833

営業 10:00 ~ 24:00

# INDEPENDENCE DAY

with  
Fraser

FRASER SUITES HANOI



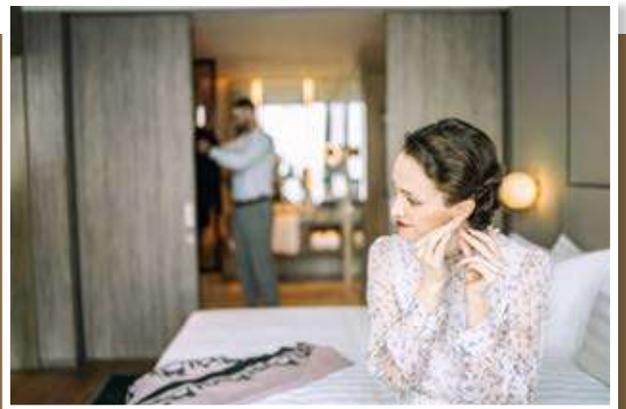
## フレイザーでベトナム独立記念日を盛大にお祝いしましょう!

ベトナム独立記念日を祝して、宿泊・食事を特別価格でお楽しみいただけます。フレイザーではワンランク上の快適な滞在を体験いただけます。ゆったりと、充実したひと時をお過ごしください。

- ✓ ベストフレキシブル料金の20%割引
- ✓ チキンソサエティレストランが15%割引
- ✓ ウェルカムアメニティ
- ✓ ウェルカムドリンク
- ✓ ホテル館内施設の利用可能

2024年9月30日(月)まで

今すぐご予約ください



FRASERSUITES

### Fraser Suites Hanoi

📍 51 Xuan Dieu, Quang An, Tay Ho, Hanoi  
☎ 024-3719-8877  
✉ sales.hanoi@frasershospitality.com



Website



Instagram



Facebook





リンランエリアの日系ホテル



HOTEL YAH  
HANOI

ヒマラヤ岩塩サウナも完備!

Yet Another Healing

もうひとつの癒やし

無料夕食サービス

おにぎりと味噌汁の無料夜食サービス

メインが選べるハーフブッフェ朝食始めました!



Wi-Fi  
FREE



無料  
ランドリー



大浴場  
サウナ完備  
※男性浴場のみ



電子レンジ  
※1F共有



全室禁煙  
※館内全室



HP

空港から車で26分、日本大使館まで徒歩6分、ロッテセンターハanoiまで徒歩7分。日本食とエンタメの街リンランエリアと高層ビルが並ぶリユースイ通りの中間に位置する活気溢れるハanoiの日常に囲まれた日系ホテル。



HOTEL YAH  
HANOI

14-16 Kim Ma Thuong, Cong Vi, Ba Dinh, Hanoi

024-7300-2473 日本語対応可能 info@hotelyah.vn

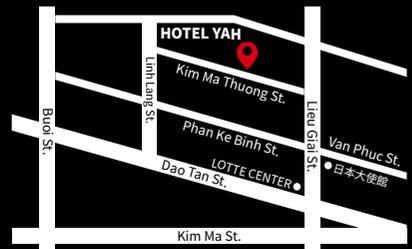
ZaloまたはLINEでもご予約承ります。



Zalo



LINE



コンクリート研磨



# 無機質なコンクリート床を 大理石のように

こんなお悩みはありませんか？

オフィスの床をピカピカにしたい

工場の床が古くなってきた

施設の床に道案内を表示したい

駐車場の床がひび割れている

## そのお悩み、ドクターフロアが解決いたします!!

Dr.Floorの施工サービスはコンクリート床を研削・研磨加工し専用剤を塗布することにより仕上げるサービスです。



Before



After

### ドクター・フロア・システム **5**つの強み

#### 環境性

危険物なし  
有毒廃棄物なし  
揮発性有機化合物なし

#### 機能性

防水防油  
滑り止め  
騒音防止  
きれいな表面  
16色選択可能

#### 安全性

不燃性  
設置時の有毒ガス発生なし  
燃焼時の有毒ガス発生なし

#### 持続性

耐摩耗性  
耐擦傷性  
さび止め  
持続性のさらなる向上

#### 経済性

合理的なコスト  
格安の補修費  
半永久的な効果



**01** | コンクリート床面から発生する埃の抑制



**02** | 油などの染み込み防止



**03** | 日常の清掃が容易 (手入れが容易)



**04** | 安全性が高い (有害物質の発生が低い)



**05** | タイヤ痕の抑制

# HK Dr.Floor Vietnam

住所：BT1-A131, Splendor, An Khanh, Hoai Duc, Hanoi

営業時間：8:00~17:00 定休日：土・日曜

メール：drfloor.vietnam.japandivision@gmail.com



Web-JP



FB-VN



Zalo

☎ **076-312-0603**



# DYM メディカルセンターホーチミン7区院・ハノイ院で インビザライン矯正開始！

※ハノイ院では平山医師によるオンライン指導の下、ベトナム人歯科医が施術を担当します。



**平山恵理子医師** ホーチミン7区院で勤務

九州大学歯学部卒業。一般歯科30年、インプラントは10年の臨床経験あり。インビザライン矯正の診療資格取得。ベトナム歯科医師ライセンス取得。2008年からベトナムとカンボジアで子どもたちの歯科検診と虫歯予防のボランティア活動実施。

## インビザライン矯正の3つのメリット

- ✔ 透明で目立たない
- ✔ 快適な装着感
- ✔ 取り外し可能で食事も歯磨きも安心

## DYMメディカルセンターでインビザラインを開始するメリット

- ✔ 経験豊富な平山先生によるコンサルティングでしっかりと最後までフォローアップ
- ✔ 日本よりも低価格かつ同品質
- ✔ 最大2回支払いに対応 (契約時とマウスピースお受け取り時)
- ✔ 最新のスキャナー (iTero ルミナ) を使用しているため、お口が小さい方でもスムーズにスキャン可能



インビザライン開始にあたっての初回相談を無料で提供中！

**最新のiTero**  
スキャナーを使用し  
矯正後のシミュレーション  
が可能です。

10歳からでも検査できるので、  
お子様の矯正にも最適です。

## DYMメディカルセンター

DYM MEDICAL CENTER

共通ホットライン **1900-292-937**

電話受付時間 8:00から18:00まで

### ホーチミン7区院

〒 Floor 3A01, The Grace Tower, 71 Hoang Van Thai, Tan Phu Ward, District 7, HCMC

☎ **028-7771-0170** (日本語・英語・ベトナム語)

🕒 8:00 ~ 17:00

🗓 日曜・祝日



LINEで簡単に  
お問い合わせいただけます



Website

### ハノイ院

〒 B1, Epic Tower, Alley 19 Duy Tan, My Dinh 2 Ward, Nam Tu Liem Dist, Hanoi

☎ **024-7771-0170** (日本語・英語・ベトナム語)

🕒 8:00 ~ 18:00 🗓 日曜・祝日 ※水曜は日本人医師休診

### ホーチミン1区院

〒 Unit B103, M plaza, 39 Le Duan Street, Ben Nghe Ward, District 1, HCMC

☎ **028-3521-0172** (日本語)

🕒 8:00 ~ 18:00 🗓 日曜・祝日 ※水曜は日本人医師休診

完全予約制

日本人医師による診察

海外旅行保険適用

タクシー代支給

# 天龍クリニック



中国では店舗を拡大

### ■ 診療内容

日常の病気：肩こり、腰痛、冷え症、老眼、ヘルニア  
 ストレスによる病気：湿疹、頭痛、不眠、ニキビ、不妊症  
 過労による病気：視力低下、高血圧、男性精力減退  
 スポーツによる怪我：ぎっくり腰、テニス肘、ゴルフ肘、膝痛

医学博士 | 中国中醫師 | 日本鍼灸師 | 日本中薬業人材育成協会理事  
 世界中薬業学会連合会分会理事 | 北京中薬大学  
 日本校友会副会長 | 天津中薬大学日本校助教 | 日本神戸東洋医療学院  
 研究員 | 日本中薬業学会評議員 | 国際交流委員会  
 日本語、韓国語、中国語、英語可



院長 医学博士 崔 衣林 先生

※写真は中国天津のクリニック

## 天龍クリニックは、ハノイのサッカーチームやスポーツアカデミーをサポートしています

### 元Jリーガー絶賛のクリニック



さくらスポーツアカデミー KANTAさん

Jリーグ在籍時代は、ひたすらアイシングを行う治療方法が優先されましたが、天龍クリニックでは、ストレッチや指圧で積極的に筋肉を動かし、針治療でしっかりと緩めてくれます。治療前は痛くて曲がらなかった膝が、たった1時間の治療で痛みがなくなり、屈伸できるようになりました。崔先生の施術がすばらしくて本当に驚きました！

### 即効性を実感！信頼の鍼治療



さくらスポーツアカデミー MAKIさん

施術前は痛みで開かなかった足が、施術後は痛みが全くなり、足の動きが改善しました。効果がこんなに早く現れるとは驚きです！知識や実績が豊富な先生で絶大な信頼をおけ、自宅でのケア方法も指導してもらい、大満足でした。診療室も完全個室のプライベート空間で、とてもリラックスできました。



整体



美容



ヘッドスパ



カッピング



鍼灸治療



毛髪ケア



ダイエット



脱毛

## オープン記念 おすすめ 体験コース

各コース体験30分

40万VND

整体

ヘッドスパ

カッピング

2024年9月30日(月)まで



日本人向け医療の駆け込み寺  
天龍クリニック

☎ 035-984-5032

📍 3 Ngach 7/71 Linh Lang, Cong Vi, Ba Dinh, Ha Noi

🕒 9:00 ~ 21:00

通訳は私におまかせください

日本語可  
24時間対応



ズオンさん

LINEでお気軽にご相談ください  
ID:tenryu8888



LINE



LINEアカウントのQRコードより、万が一返信が届かない場合はお手数ですがID検索で直接「友だち追加」いただけますようお願い申し上げます。

団体は20名様  
まで入れます

Dining Bar Restaurant

# 魔の巣バー

悪魔のおにぎり  
無料サービス

スタッフ全員日本語対応可能  
食事もできる 癒しのバー

歓迎会・懇親会・送別会での  
貸し切りご予約可能

お料理の持ち込みOK

他店への料理のオーダーも承ります



ペペロンチーノ  
18万VND



カレーうどん  
18万VND



カレーライス  
18万VND



明太子パスタ  
22万VND



魔の巣バー

Manos Dining Restaurant

📍 So 8 Ngo 81, Linh Lang, Cong Vi, Ba Dinh, Hanoi

☎ 036-668-0785

🕒 19:00 ~ Last



LINE



Instagram



人と人を結ぶ場所  
美味しいこだわり  
ランチやっています!  
10時30分~20時30分ラストオーダー  
ランチメニューセット  
13万VND~  
Musubi  
cafe dining

おすすめは  
カレーとハヤシライス!



ハヤシライス  
18万VND



Musubi cafe dining

📍 So 8 Ngo 81, Linh Lang, Cong Vi,

Ba Dinh, Hanoi

☎ 036-668-0785

🕒 10:30 ~ 21:00



Instagram



# HAPPY Hour

17:30~19:30

BUY ONE GET ONEで  
ビール1本サービス

キャンペーン終了期間は未定

\*対象のビールはスタッフにお尋ねください

エンターテイメントが充実!  
安心して楽しめるガールズバー

周りを  
気にせず  
楽しみたい

美味しい  
日本の料理が  
食べたい

事前に  
予算の相談が  
したい

最少6名様から最大40名様まで  
貸切予約可能です!

日本料理と飲み放題のセット

セット価格の中には“料理、ウイスキー、焼酎、ビール、ソフトドリンク、水”が含まれています。カラオケ、ダーツ、ビリヤードも無料でご利用いただけます。詳細についてはお気軽にお問い合わせください。

098-496-4314

ロアン (日本語と英語)

## SIX バー

JAPANESE CUISINE

テーブルチャージなし

レディースチャージなし

おすすめメニュー

- 🍷 レモンサワー 12万6000VND
- 🍷 サッポロ生ビール 9万6000VND
- 🍷 とり唐揚げセット 19万6000VND
- 🍷 坦々麺 16万6000VND



6sixバー&日本の料理

① 6F, 24 / 12 Dao Tan, Cong Vi,  
Ba Dinh, Ha Noi

☎ 098-496-4314 ロアン (日本語と英語)

🕒 17:30~翌1:00 🕒 翌0:30



- VND、円、USD、クレジットカードでのお支払いが可能です。
- 毎週水・金曜に歌手のライブ、土曜にベリーダンスショーを開催しています。
- カラオケ、ダーツ、ビリヤードもご利用可能です。

カラオケルーム 7部屋  
カウンター 20席

テーブルチャージ(ルーム) 1時間  
バーチャージ 1時間

- 🍷 26万VND(11USD)
- 🍷 飲み放題:60万VND(26USD)  
(ウイスキー、焼酎、ビール)

カラオケルーム 19:00~24:00

- 🍷 部屋利用:58万VND(25USD)
- 🍷 飲み放題:140万VND(60USD)  
(ウイスキー、焼酎、ビール、ソフトドリンク)

# SORA LOUNGE & バー

日本語または英語が話せる  
キャスト25名在籍

明朗会計10年愛される優良店  
安心して楽しみください!

大部屋は最大30名様まで座れますので、大人数でのご利用におすすめです。

## そら Lounge

そらラウンジ&バー

① No.4 alley 24 Dao Tan,  
Ba Dinh, Ha Noi

☎ 098-496-4314 ロアン (日本語と英語)

🕒 19:00~24:00



6バー&そらラウンジ共通



Line



Zalo

# Index 掲載店QRマップ

QRコードを読み込んで道案内!

## DA NANG / QUY NHON / HCMC



**10** **Quận 1** 1区  
レストラン  
**モディスダイニングパラダイス** ⇒ P.55  
 ① 8A/A16 bis Thai Van Lung  
 ② 093-410-7928  
 ③ 17:00~3:00

**11** **Quận 1** 1区  
レンタルオフィス  
**ソトチカ** ⇒ P.67  
 ① 7F, Star Building, 33Ter-33bis, Mac Dinh Chi  
 ② 028-6299-5082  
 ③ 8:00~17:00  
 ④ 祝日

**12** **Quận 1** 1区  
クラブ  
**倶楽部 舜** ⇒ P.59  
 ① 26/4 Le Thanh Ton  
 ② 034-740-0319  
 ③ 19:30~24:00  
 ④ 土・日曜

**13** **Thủ Đức** トウドック  
レンタカー  
**グリーンリーフ** ⇒ P.02  
 ① 104-106 Tran Luu, An Phu  
 ② 1800-6300

**14** **Thủ Đức** トウドック  
保険  
**MSIG ベトナム** ⇒ P.58  
 ① Level 15, The Hallmark Building,  
15 Tran Bach Dang  
 ② 028-3821-9030

**15** **Bình Thạnh** ビンタイン  
警備  
**アルソック** ⇒ P.12  
 ① 15F, L'Mak Long Tower, 101 - 103  
Nguyen Cuu Van  
 ② 028-3620-4491 ④ 日曜・祝日  
 ③ 平日8:00~17:00 / 土曜8:00~12:00

**16** **Bình Thạnh** ビンタイン  
焼肉  
**ホルモン閣番長** ⇒ P.52  
 ① 40/19 Pham Viet Chanh  
 ② 028 3514 4019  
 ③ 平日 17:00~24:00  
 土・日曜 11:30~23:00

**17** **Quận 3** 3区  
デリバリー  
**キャピチー** ⇒ P.38  
 ① 7F, 111 Ly Chinh Thang  
 ② 024-2246-9266  
 ③ 8:30~18:00  
 ④ 土・日曜

**18** **Quận 7** 7区  
クリニック  
**DYMメディカルセンター** ⇒ P.45  
 ① F3, The Grace Tower, 71 Hoang Van Thai  
 ② 028-7771-0170  
 ③ 8:00~17:00  
 ④ 日曜・祝日

**19** **Quận 11** 11区  
炭酸水販売  
**レッドサン** ⇒ P.56  
 ① 28/8 Phu Tho  
 ② 097-275-9479

**01** **Hải Châu** ハイチャウ  
カフェ  
**イキガイガーデンカフェ(グエンチータイン店)** ⇒ P.51  
 ① 60 Nguyen Chi Thanh  
 ② 093-560-1939  
 ③ 7:00~23:00

**02** **Hải Châu** ハイチャウ  
カフェ  
**イキガイガーデンカフェ(ファンタインタイン店)** ⇒ P.51  
 ① 2 Phan Thanh Tai  
 ② 093-560-1939  
 ③ 6:00~23:00

**03** **Liên Chiểu** リエンチエウ  
カフェ  
**イキガイガーデンカフェ(ファムヌースオン店)** ⇒ P.51  
 ① 1 Pham Nhu Xuong  
 ② 093-560-1939  
 ③ 7:00~23:00

**04** **Quy Nhơn** クイニョン  
レンタカー  
**グリーンリーフ** ⇒ P.02  
 ① Lot 18-19 Area BB2, Kim Cuc  
Green Urban Area, Ghenh Rang  
 ② 1800-6300

**05** **Quy Nhơn** クイニョン  
カフェ  
**イキガイガーデンカフェ(クイニョン店)** ⇒ P.51  
 ① 194 Nguyen Thi Dinh  
 ② 070-815-3441  
 ③ 7:00~22:30

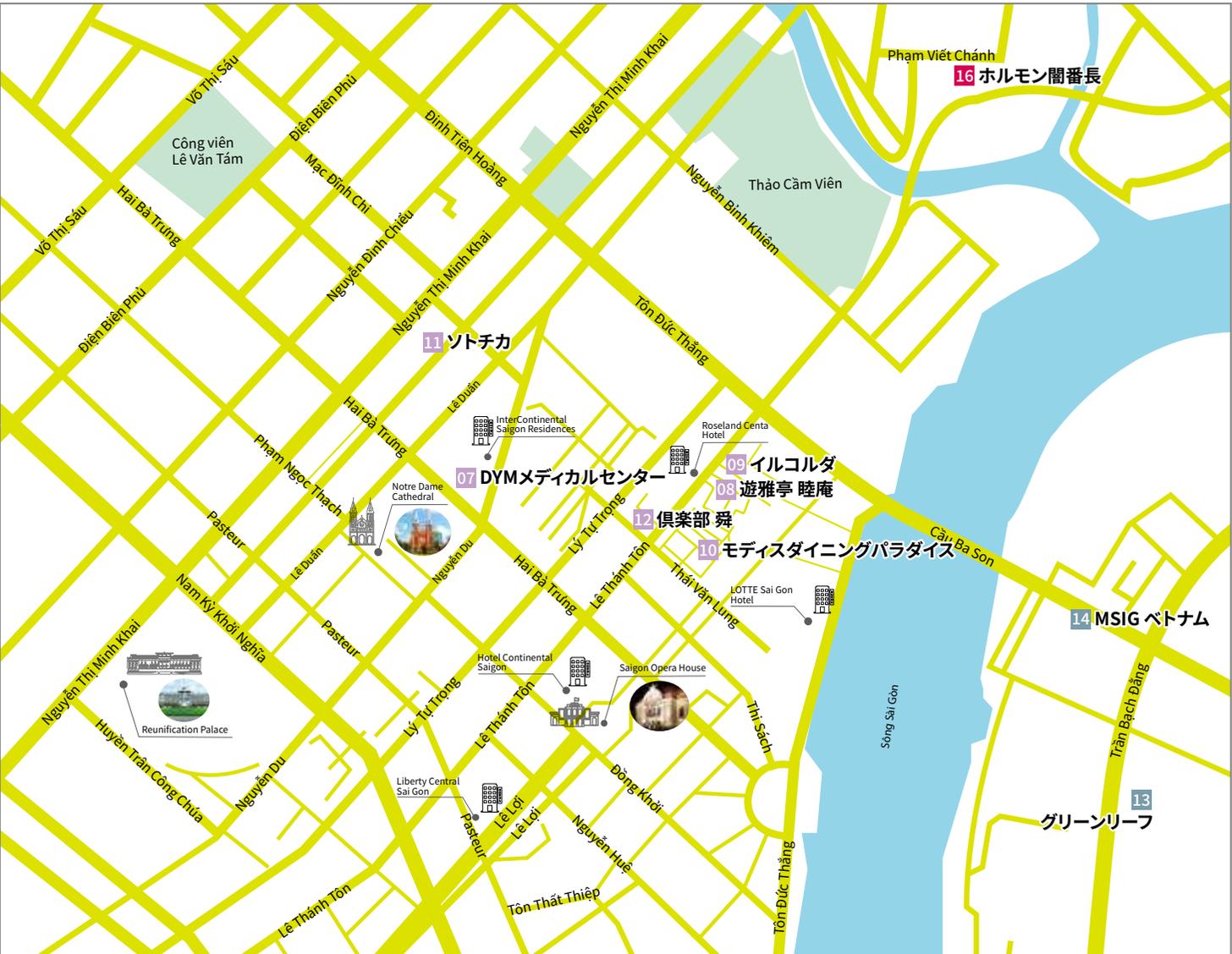
**06** **Quận 1** ナムトゥーリエム  
ビル管理  
**ヴィサホ** ⇒ P.12  
 ① Miss Ao Dai Building, 21 Nguyen  
Trung Ngan  
 ② 024-3221-6336

**07** **Quận 1** 1区  
クリニック  
**DYMメディカルセンター** ⇒ P.45  
 ① B1, Mplaza Saigon, 39 Le Duan  
 ② 028-3521-0170  
 ③ 8:00~18:00  
 ④ 日曜・祝日

**08** **Quận 1** 1区  
日本料理  
**遊雅亭 睦庵** ⇒ P.53  
 ① 15A/7 Le Thanh Ton  
 ② 090-649-5133  
 ③ 11:15~14:00 / 17:00~22:00

**09** **Quận 1** 1区  
ステーキハウス  
**イルコルダ** ⇒ P.54  
 ① 11 Le Thanh Ton  
 ② 028-3823-4929  
 ③ 11:00~14:30 ④ 14:00  
 17:00~23:00 ⑤ 22:00

# HO CHI MINH CITY Map



# DA NANG CITY Map



# QUY NHON CITY Map





ダナンに行ったら、  
木陰でひと休み



塩  
コー  
ヒー

# IKIGAI GARDEN CAFE



**IKIGAI**  
garden.cafe

IKIGAI GARDEN CAFEは2021年4月に設立された“緑溢れる庭園”がテーマのカフェで、現在ダナンとビンディンで4店舗展開中です。緑の木陰でコーヒーを楽しむ文化を発信することをコンセプトに、お客様に愛されるブランドづくりを目指しています。

メニューには、コーヒー・紅茶・スムージー・ミルクティー・チーズクリーム等があります。価格は平均2万9000VNDから4万9000VND。ドリンクは新鮮な食材から作られ、品質管理を徹底しています。一番人気のメニューは、コーヒーの苦味と塩味クリームがマッチした「塩コーヒー」です。ぜひ一度お試しください。



① IKIGAI Nguyen Thi Dinh

② IKIGAI Nguyen Chi Thanh

③ IKIGAI Pham Nhu Xuong

④ IKIGAI Phan Thanh Tai



## IKIGAI GARDEN CAFE

- 住 ① 194 Nguyen Thi Dinh, Quy Nhon, Binh Dinh  
 ② 60 Nguyen Chi Thanh, Hai Chau, Da Nang  
 ③ 01 Pham Nhu Xuong, Lien Chieu, Da Nang  
 ④ 02 Phan Thanh Tai, Hai Chau, Da Nang

電 093-560-1939  
 営 7:00~23:00  
 6:00~23:00  
 (IKIGAI Phan Thanh Tai)



Instagram



Facebook

# ホルモン 闇番長

肉魂



## ランチセット

11:30~16:00

カルビ定食

22万8000VND

ハラミ定食

22万5000VND

豚カルビ定食

13万2000VND

もつ煮込み定食

13万8000VND

満腹カルビ定食

14万8000VND



おすすめ

## ホルモン鍋

1人前18万VND

(2人前からの注文)

ホルモン  
マルチョウ  
16万8000VND



## ホルモン闇番長

Horumon Yamibancho Ho Chi Minh

住 40/19 Pham Viet Chanh, Phuong 19, Binh Thanh, HCMC

電 028 3514 4019

営 平日 17:00~24:00

土・日曜 11:30~23:00

- ・刺し3種盛 13万8000VND
- ・セセリボン酢 5万2000VND
- ・キムチ3種盛 11万8000VND
- ・もつ煮込み 8万6000VND
- ・酢もつ 4万5000VND
- ・冷麺 12万8000VND

日本のテレビ番組が見られるカウンター席もあり  
おひとり様から団体のお客様までご対応可能です



# 当店自慢の うなぎ蒲焼



炭火焼

生の鰻をさばいて  
焼いた本物の味!

ランチセット  
鰻重  
54万9000VND



自焼き  
50万VND



牛タン塩焼き  
17万VND



特別刺身三点  
盛り合わせ(大)  
85万VND



鮭セット  
中トロ、大トロ、赤身  
59万VND

疲労回復に効くビタミン類やエネルギー源となる脂質をたっぷり含む鰻は、夏バテ防止にぴったり!  
土用の丑の日に鰻も食べて、夏の暑さを乗り越えましょう。



## 遊雅亭 睦庵 MUTSUMIAN

むつみあん

デリバリーはこちらから  Capichi

詳しくはこちらから  WALK!NG VIETNAM

ホーチミン市店



📍 15A/7 Le Thanh Ton, Ben Nghe, Quan 1, HCMC  
☎️ 090-649-5133 🕒 11:15~14:00/17:00~22:00

ハノイ店



📍 52A Linh Lang, Cong Vi, Ba Dinh, Hanoi  
☎️ 077-468-3939 🕒 11:15~14:00/17:00~22:00

申し訳ありません。

イルコルダのステーキは、  
焼き上げまで少しお時間を頂いております。

肉を焼くときには、できるだけ肉に「ストレス」を与えないように火を通していくことにこだわっています。

ステーキのお肉はご注文頂いてからまずは超低温調理処でゆるやかに常温に戻します。

その後、当店認定の焼き師のみが、直火の炭焼き処と直火の当たらない寝かせ処を交互に使い分け、

中心温度を何度も測りながらゆっくりじっくり丁寧に焼き上げて行きます。

この独自の焼成法により、表面がバサつかず、肉汁をしつかりと含んだまま、

厚切りのステーキでもしつとり柔らかで炭火の香りがしつかりと残るように仕上げております。

【じっくり焼き上げる】が信念です。

## DINNER

17:00 ~ 22:00 オーダーストップ

焼き師がじっくり焼き上げる、  
冷めても美味しい厚切りのステーキ、  
数人でシェアでもお召上がり頂けます。  
ぜひ一度ご賞味くださいませ。



Dinner  
アンガス牛ステーキ各種 49万VND/200g ~  
ステーキの盛り合わせ 198万VND ~  
前菜、サイドメニューなど 8万VND ~ など



## LUNCH

毎日11:00 ~ 14:00 (土日祝日もランチ営業)

ランチでは鉄板メニューや  
お肉とサラダのランチが人気です。  
お子様連れに半個室やおひとり様に  
カウンターなどお席も充実!

Lunch  
鉄板ハンバーグやミニッツステーキ 18万VND ~ 25万VND  
お肉とサラダのランチ 16万VND ~  
肉を味わうチーズバーガー 28万VND など



KID FRIENDLY  
昼、夜、共に  
お子様ランチも  
ご用意しております。



CHARCOAL STEAKHOUSE  
IL CORDA

住 11 Le Thanh Ton, Quan 1, HCMC

営業 11:00 ~ 14:30 17:00 ~ 23:00  
閉店 14:00 22:00

電話 028-3823-4929 休 なし



Website



Facebook



Instagram





# MODIS Dining Paradise

モディス ダイニング パラダイス

MODISでは、おいしい料理、素敵な飲み物と一緒に、最高のひと時を提供しています。



デリバリーでも大人気! 日本人シェフのこだわりの料理を、ぜひご堪能あれ!



キャピチアプリを今すぐチェック



デリバリーも大人気!  
**選べる! 豊富な品揃え!**  
**キャピチでご注文ください!**

MODISは「おしゃれな」という意味を持つインドネシア語で、シェフはバリで修行経験があり、ナシゴレンやミーゴレンは絶品です。こだわりがたくさん詰まった自慢の料理、パーティーのご利用や、おひとり様での注文も大歓迎です!



レタントンの隠れ家、素朴だけど落ち着く照明、居心地の良い雰囲気。席はカウンターと2階席も屋上もございます。



日本人シェフの自慢の料理の数々、たくさんのレポートからシェフが決めたメニューです。その日だけのメニューもございます。

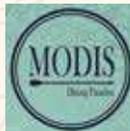


ドリンクも豊富なMODIS。ビール、ウイスキー、焼酎、カクテル、ワインなど、パーティーでもお一人でもお気軽にお立ち寄りいただけます。

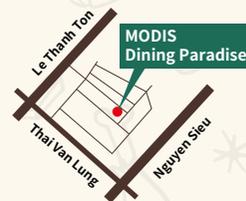
**COUPON**  
**大サービス!**  
 人気の、フレッシュトマトピザ  
 無料サービス券(店内専用)  
 1グループ、何名様からでも(1名様から)  
 ※店内でこちらをスタッフにお見せください。

## MODIS Dining Paradise

住 8A / A16 bis Thai Van Lung, Ben Nghe, Quan 1, Ho Chi Minh City  
 電 093-410-7928  
 営 17:00 ~ 3:00



Facebook



# PREMIUM IMPORTED SODA

NO.1 SODA BRAND IN THAILAND



## SINGHAソーダ

1. タイより直輸入!
2. 強くて長い泡立ち!
3. ウイスキーハイボール/ソーダの元祖!

お問い合わせ: **097-275-9479**  
(英語: ZALO / またはLINE)

RED SUN IMPORT & DISTRIBUTIONにより独占供給  
RED SUN IMPORT & DISTRIBUTION



レンタルオフィス入居者募集中

出張時の  
一時利用も使いやすい！

個室オフィスおよびシェアオフィスには使いやすい家具  
や必要な設備が完備されており、会議室やパントリー、  
複合機を共有のものとしてご利用頂けます。  
会議室や一時レンタルスペースは外部のお客様の  
ご利用も可能、ミーティングや作業にも最適！



今すぐ LINE 登録  
利用状況をチェック！



LINE なら気軽に、  
一時利用連絡も簡単！



他、各種サービスも随時受付中

相談  
無料

お気軽に  
お問合せください！



info@sotochika.com



028-6299-5082 (ベトナム) +84-28-6299-5082 (日本)

平日ベトナム時間8:00-17:00 ※ベトナム祝日は除く

7th Floor, STAR BUILDING, 33Ter-33bis,  
Mac Dinh Chi Street, Ward, Da Kao, District 1, HCMC

ソトチカ  
SOTOCHIKA



## 海外旅行にまつわるこんな不安やお悩みはありませんか？

- ① 旅行当日だけ保険にまだ未加入！保険って手続きが面倒
- ② 保険料はなるべく安くしたい！
- ③ 無駄にしないように必要な補償のみを選びたい
- ④ 新型コロナウイルス治療費用をカバーできる保険を探したい
- ⑤ 70歳以上の方をカバーできる保険がない

そんなお悩み、三井住友海上ベトナムの海外旅行保険、**TRAVEL EASY-TRAVEL INSURANCE**におまかせください！



出発日当日のお申込みOK！オンラインで簡単にお申し込み完了  
 ＊オンラインお支払い完了後、5分以内に証券が発行されます。  
 ＊お支払い時に銀行振込をご選択された場合は、証券発行に最大48時間かかります。



保険料 **99,000 VND**  
からスタート



新型コロナウイルス治療費用も  
保険でカバー



1歳から80歳まで加入可能です



個別補償プラン (**Single Benefit**)  
とまるごと補償プラン (**Comprehensive**) で  
補償を選べます

### 今すぐ購入

QRコードスキャン後、  
保険会社のページへ接続します。  
(表示言語は英語・ベトナム語となります。)



[msignv\\_onlineagent@vn.msig-asia.com](mailto:msignv_onlineagent@vn.msig-asia.com)



(+84-28) 3821 9030 (Ms. Thanh Hang)

#### PAYMENT PARTNERS



#### MSIG INSURANCE (VIETNAM) COMPANY LIMITED

Hanoi Head Office  
 10<sup>th</sup> Floor, CornerStone Building,  
 16 Phan Chu Trinh Street, Phan Chu Trinh Ward,  
 Hoan Kiem District, Hanoi, Vietnam  
 Tel: (+84-24) 3936 9188~3936 9200

Ho Chi Minh City Branch Office  
 Level 15, The Hallmark Building,  
 15 Tran Bach Dang Street, Thu Duc City,  
 Ho Chi Minh City, Vietnam  
 Tel: (+84-28) 3821 9030

A Member of **MS&AD** INSURANCE GROUP

老舗高級倶楽部

# 舜

CLUB SHUN  
Japanese Luxury Bar

倶楽部舜では日本人キャストを  
募集しております。

ベトナム在住の方大歓迎。寮完備。  
各種バックあり。給与は要相談。

また日本語の出来るベトナム人キャストも  
合わせて募集しております。

ボトル制

テーブルチャージ  
お一人様 380万VND  
VIPルームもご用意しております。

日本式の心温まるおもてなしで皆さまのお越しをお待ちしております。



日本人ホステス数名と、ベトナムの女の子達でお迎えいたします。



倶楽部 舜 Ho Chi Minh店

住 26/4 Le Thanh Ton, Ben Nghe, Quan 1, HCMC

電 034-740-0319

営 19:30~24:00

休 土・日曜



Facebook



Instagram



# 絶景

世界がまだ知らない、日本の絶景へ

Khám Phá cảnh đẹp Nhật Bản mà thế giới chưa biết đến

Địa điểm ngắm lá mùa thu

日本最大級とされる屈指のラベンダー畑 / Cánh đồng hoa oải hương tuyệt đẹp được cho là lớn nhất Nhật Bản

## ファーム富田 (北海道) Farm Tomita (Hokkaido)

ラベンダーを中心に80種類もの花々が緩やかな丘陵を彩る、富良野を代表する花畑です。6月上旬から10月上旬まではマリーゴールドが見頃で、時期により異なる品種のマリーゴールドを見ることができます。近隣は、ショッピングやカフェも充実しています。

Đây là vườn hoa tiêu biểu của Furano với 80 loài hoa, chủ yếu là hoa oải hương, tô điểm cho những sườn đồi thoải thoải. Hoa cúc vạn thọ nở đẹp nhất từ đầu tháng 6 đến đầu tháng 10, và bạn có thể chiêm ngưỡng nhiều loại cúc vạn thọ khác nhau tùy vào thời điểm trong năm. Xung quanh cũng có rất nhiều cửa hàng và quán cà phê.



海に面した広大な敷地に花と緑が広がる公園  
Công viên ngập tràn hoa và cây xanh hướng ra biển

## 国営ひたち海浜公園 (茨城) Công viên Quốc gia Hitachikaihin (Ibaraki)

開園面積が約215haと、広々とした園内は7つのエリアに分かれており、自然の中で楽しめるレジャースポットや花畑があります。10月中旬になると、「みはらしの丘」では約280万本のコスモスと、真っ赤に色付いた約3万2000本のコキアが彩ります。

Một công viên rộng lớn với diện tích mở khoảng 215 ha, được chia thành 7 khu vực với các điểm giải trí và vườn hoa, nơi bạn có thể hòa mình vào thiên nhiên. Vào giữa tháng 10, đồi Miharashi sẽ được tô điểm bởi khoảng 2,8 triệu bông cosmos và 32.000 cây kochia đỏ tươi.



大谷川が刻んだ深さ100mにおよぶ大峡谷  
Hẻm núi sâu 100 mét được hình thành bởi sông Otani

## 鳴子峡 (宮城) Hẻm núi Naruko (Miyagi)

春から夏にかけて緑が美しく、例年10月中旬から11月中旬にかけては、赤や黄色の美しい紅葉に染まります。ブナ、ナラ、カエデなどの紅や黄と、マツなど常緑樹の緑とのコントラストは見応えがあり、変化に富んだ峡谷の景色を堪能できます。

Nơi đây mang sắc xanh tươi đẹp từ mùa xuân đến mùa hè, và từ giữa tháng 10 đến giữa tháng 11 được bao phủ bởi những tán lá đỏ và vàng tuyệt đẹp. Sự tương phản ấn tượng giữa màu đỏ và vàng của cây cũ, cây sồi, cây phong và màu xanh lá của cây thông và các cây thường xanh khác mang đến vẻ đẹp phong phú cho hẻm núi.



作家・新美南吉の有名な童話が舞台の川  
Dòng sông trong câu chuyện thiếu nhi nổi tiếng của tác giả Niimi Nankichi

### 矢勝川 (愛知) Sông Yagachi (Aichi)

日本の教科書にも採用されている童話「ごんぎつね」の舞台となった川です。例年9月下旬になると、全長約1.5kmにわたり、地元の人々によって育てられた300万本以上の彼岸花が一齐に咲き、一面が絨毯のように真っ赤に覆われた幻想的な光景が現れます。

Dòng sông này là bối cảnh của "Gon, chú cáo nhỏ", một câu chuyện thiếu nhi được đưa vào sách giáo khoa Nhật Bản. Hằng năm vào cuối tháng 9, hơn 3 triệu cây hoa bỉ ngạn do người dân địa phương trồng đua nhau nở rộ dọc theo chiều dài 1,5 km của con sông, tạo nên một thảm hoa đỏ tươi tuyệt đẹp.



都心からのアクセスが抜群の自然スポット  
Điểm đến thiên nhiên dễ dàng di chuyển từ trung tâm thành phố

### 万博記念公園 (大阪) Công viên Kỷ niệm Expo'70 (Osaka)

正式名称は日本万国博覧会記念公園で、1970年に開催された日本万国博覧会の跡地を整備した公園です。自然文化園の中にある「花の丘」では計22品種、約20万本のコスモスが咲き誇り、例年10月上旬から11月下旬に見頃を迎えます。

Có tên gọi chính thức là Công viên Kỷ niệm Triển lãm Thế giới Nhật Bản, công viên này được xây dựng tại địa điểm diễn ra Triển lãm Thế giới Nhật Bản năm 1970. "Đồi Hoa" trong Vườn Văn hóa Thiên nhiên có tổng cộng 22 giống hoa cosmos với khoảng 200.000 bông khoe sắc, thường đẹp nhất từ đầu tháng 10 đến cuối tháng 11.



緑の回復と人間性の向上がテーマの国営公園  
Công viên quốc gia với chủ đề phục hồi xanh và nâng cao tính con người

### 国営昭和記念公園 (東京) Công viên Quốc gia Tưởng niệm Showa (Tokyo)

昭和天皇御在位五十年記念事業の一環として、国が設置した国営公園です。夏が終わり、気候的に過ごしやすい9～11月の時期は、「コスモまつり」や「黄葉・紅葉まつり」が開催されます。散策しながら花や紅葉を楽しむのにぴったりです。

Đây là công viên quốc gia do chính phủ thành lập trong dự án kỷ niệm 50 năm trị vì của Nhật hoàng Showa. Từ tháng 9 đến tháng 11, khi mùa hè kết thúc và thời tiết dễ chịu hơn, "Lễ hội hoa cosmos" và "Lễ hội lá vàng, lá đỏ" sẽ được tổ chức. Đây là nơi rất thích hợp để đi dạo và chiêm ngưỡng hoa và lá mùa thu.



約500本ものメタセコイアが約2.4kmも続く  
Khoảng 500 cây metasequoia san sát trải dài 2,4 km

### メタセコイア並木 (滋賀) Hàng cây Metasequoia (Shiga)

農業公園マキノビックランドからマキノ高原へと続く並木道です。その姿がすぎ科のセコイアに似ていることから、メタ(変形した)セコイアと名づけられました。11月下旬～12月上旬になると、葉が黄色からレンガ色へ徐々に染まっています。

Con đường rợp bóng cây này dẫn từ Công viên Nông nghiệp Makino Pic-land đến Cao nguyên Makino. Vì có hình dáng giống với cây sequoia thuộc họ liễu sam nên loài cây này được đặt tên là meta (biến dạng) sequoia. Vào cuối tháng 11 đến đầu tháng 12, lá cây sẽ dần chuyển từ màu vàng sang đỏ gạch.



**ZEKKEI Japan** <https://jp.zekkejapan.com>

各地の詳細はWebサイトをチェック！アクセス方法やベストシーズン、周辺の観光情報なども豊富に掲載しています。

Hãy truy cập website để biết thêm thông tin chi tiết về từng địa điểm!

Bạn sẽ tìm thấy nhiều thông tin phong phú về cách di chuyển, mùa đẹp nhất để ghé thăm và các gợi ý về du lịch trong khu vực.

# 設置協力店/企業一覧

最新の『Walking Vietnam』をお探しの際にご活用ください!

## ハノイ

居酒屋 えびす	Hair Design RAGDOLL Japan	<b>バーディン区</b>	
北国	ハノイ商店		
くれたけインキンマー132	花ゆき		<b>リンラン通り近郊</b>
みのり	一切れ焼肉 苑		アクルヒ スーパーマーケット
名代宇奈とと キンマー店	餃子家龍		燈
おふくろ亭	Japanese Restaurant Niji <span style="float:right">[p.34]</span>		あきない 春夏冬
お富さん	黒てつ家		あさくさレストラン/ホルモン焼肉 <span style="float:right">[p.37]</span>
Ramen Mikado	まんぶく亭		Chloe
サクラホテル3	ぺこぺこ		Crazy Cats
T-Matsuoka Medical Center	Pronics Real Estate Hanoi <span style="float:right">[p.裏表紙裏]</span>		Decora
Tokachiya Ramen & Chahan	Remond Hair		Eden bar
牛角	そらラウンジ&バー <span style="float:right">[p.48]</span>		Fuji Investment & Trade Service
焼肉櫻	<b>ファンケーピン通り近郊</b>		フジスパ(リンラン店) <span style="float:right">[p.39]</span>
やんちゃ	ベトナムハウス		〇吟
<b>リエウザイ通り近郊</b>	フジスパ(ファンケーピン店) <span style="float:right">[p.39]</span>		業務スーパー
Japanese hair salon te to te. +me	Hair Salon Step		Hanoian Kitchen
ハノイインターナショナルスクール	初詣		Hikari Japanese Restaurant
JOBA ハノイ校	北海道らーめん 梵天		黄麵屋
三国デンタルクリニック	居酒屋いけだ		一豚軒
たこ焼き金八	モミジ ビジネス ホテル		田舎
<b>ドイカン通り近郊</b>	NIQ	Izumi Mart & Omiyage	
Masa One Fitness Hanoi	NOBU Wagyu Restaurant	UNKNOWN.HAIR <span style="float:right">[p.40]</span>	
スーパーホテルキャンドル	たつ壺家	和	
<b>カウザイ区</b>	みやび/俺ん家	魔の巣バー/Musubi cafe dining <span style="float:right">[p.47]</span>	
Capichi Inc. <span style="float:right">[p.38]</span>	和食いけだ	天龍クリニック <span style="float:right">[p.46]</span>	
DYMメディカルセンターベトナム <span style="float:right">[p.45]</span>	やきとりプレミアム	みけそん	
フジスパ(ズイタン店) <span style="float:right">[p.39]</span>	屋台ラーメン 諭吉	モミジ ビジネス ホテル	
Ikka - Wagyu Yakiniku	諭吉ラーメン+	お好み焼き本舗 みやこ屋	
なかよし幼稚園	ほこどん	Sol Latino	
Roygent Parks Hanoi	<b>キムマートゥオン通り近郊</b>	スナックぶるおか	
サクラホテル2	一味膳	スモウハウジング	
<b>タイホー区</b>	令和ホテル&アパート	スーパー富分	
Chops	炭火やきとり とり吉	寿司いけだ	
Desing Hair Nine	てもみスパ&マッサージ (1号店)	匠	
dragon CELLO	Hotel YAH Hanoi <span style="float:right">[p.43]</span>	武牛	
Fraser Suites Hanoi Apartments <span style="float:right">[p.42]</span>	<b>キムマー通り近郊</b>	たま弥	
フジスパ(ゴアイザオドアン店) <span style="float:right">[p.39]</span>	千房	てもみ スパ & マッサージ (2号店)	
Hair Salon Kukai	Cici Beauty	鶴屋ハノイ	
ひまわり幼稚園	ファミリーメディカルプラクティス・ハノイ	遊雅亭 睦庵 <span style="float:right">[p.53]</span>	
JTB ハノイ支店	Hair Salon Ono	<b>ダオタン通り近郊</b>	
串焼きBBQ ちばサン	浜鯔	6sixバー&日本の料理 <span style="float:right">[p.48]</span>	
Mr. Linh's Bistro	ほぐし庵		

## 設置協力店/企業一覧

最新の『Walking Vietnam』をお探しの際にご活用ください!

遊雅亭 睦庵	p.53
Brilliant English	
わか葉ホーチミン	
ふた葉	

<b>トウドウク市</b>	
Green Leaf Viet Nam	p.02
倶楽部 舜	p.59

<b>3区</b>	
Raffles Medical International Clinic in HCM	
シャーウッドレジデンス	
Wabi Sabi Serviced Apartments	
ソトチカ レンタルオフィス Stochika 61	p.57

### ビンズン

わか葉 ビンズン
萬福酒家
寿司煉

<b>ナムトゥーリエム区</b>
桜モンテッソーリ子どもの家
<b>ドンアイン区</b>
IDSV

### フンイエン

和み 日本食レストラン	p.36
-------------	------

### ダナン

<b>ハイチャウ区</b>	
Ikigai Nguyen Chi Thanh	p.51
Ikigai Phan Thanh Tai	p.51
屋台ラーメン 諭吉	
居酒屋 縁	

<b>リエンチエウ区</b>	
Ikigai Pham Nhu Xuong	p.51
一寸法師	
Oani Spa	
Queen Spa	
Sunny Spa	

### ビンディン

IKIGAI Nguyen Thi Dinh	p.51
------------------------	------

### クアンナム

taran.
--------

### ホーチミン市

<b>1区</b>	
Akuruhi Shop	
DYMメディカルセンターベトナム	p.45
ファミリーマート Saigon Sky Garden	
業務スーパー	
Ginza hair salon	
晴レ屋	
Indo serviced apartment	
Intercontinental Resident	
Intercontinental Saigon Residences	
九州酒場 勝	
Lancaster HCM	
プロスタイルホテルホーチミン	
Saigon Sky Garden	

日本国際眼科病院	
NIQ Terrace	
おひさま幼稚園	
Pepe la Poule	
ラッフルズメディカルハノイ	
Ramen & Butadon Oyama	
rosso Photohouse	
サマセットウエストレイク	
さくらクリニック	
さくらHoa Anh Dao幼稚園	
SSA Gym & Studio Tay Ho	p.06
Soy PePe/SOY SOY	p.33
Tailort	

<b>ハドン区</b>
コクヨベトナムトレーディング
As' One

<b>ドンダー区</b>	
ありがとうカフェ	p.35
Lotus Clinic Hanoi	
おふくろ亭2号店	
岡ちゃん食堂	
パンケーキハウス HoiHoi	
らくらくベトナム語	p.24

<b>ホアンキエム区</b>	
H.I.S. ハノイ支店	
MSIG Insurance Vietnam	p.58
スターツインターナショナルベトナム	
The Tokyo Red Grill	
東京海上日動	
ウエンディツアー	
Van Xuan Foot Massage	p.41
WellBe	

<b>ハイバーチュン区</b>	
hair salon te to te.	
Hotel du Parc Hanoi	
Imamura International Vietnam	p.64
お食事処 なごみ	
Star Lotus Hanoi	
Van Xuan Foot Massage	p.41

<b>ロンビエン区</b>	
The Authentic Haseko	p.裏表紙

Design and construction of Japanese quality



IMAMURA INTERNATIONAL VIETNAM

# 消防法の問題解決

# 環境法の問題解決

## イマムラにご相談ください!

- ✓ 厳格化されたルールに設備が対応できていない
- ✓ 毎回ペナルティで時間もコストもかかっている
- ✓ 消防の推奨企業が日本語対応不可のため困っている
- ✓ ベトナム消防法改正に伴い、消防設備の見直しを検討

- ✓ 電気代を削減したい。
- ✓ 環境法に関する指摘事項に設備が対応できていない。
- ✓ ベトナムの環境法改正に伴い、電気、排水設備の見直しを検討。
- ✓ 太陽光を設置したい。
- ✓ 電気使用量の見える化をしたい。

見積書

消防レポート

査定報告書

消防コンサルタント

# 初期費用



太陽光設置

エアコン等電気代削減提案

シミュレーションレポート

環境コンサルタント

ご予算やご要望に合わせたプランをご提案いたします。



消防設備の問題解決

太陽光発電設置

工場移転・改修

オフィス・店舗・住宅の内装

建築設計・施工管理

# IMAMURA INTERNATIONAL VIETNAM

まずはお気軽に  
お電話ください

## ☎ 088-856-8811

Mr. Okada Daisuke (Japanese)

## 036-220-7855

Mr. Biên (Vietnamese)

Golden House, 15 Ngo 66  
De To Hoang, Cau Den,  
Hai Ba Trung, Hanoi

✉ admin@imamura-iiv.com

公式サイト



詳しくは



ウォーキングハノイの  
WEB特集記事をご覧ください

check!



消防・建築・内装コンサルタント  
代表取締役社長  
岡田大輔さん

愛と勇気と品質の

**PRONICS**

見学随時受付中

600 USD~/月

33 USD~/1泊

1ベッドルームと2ベッドルームの  
手配可能



Pronics



## おすすめポイント

- **日本企業直営だから安心**  
管理・サービス体制がすぐ身近にあるため、入居中のトラブルも迅速な対応が可能です。
- **便利な立地**  
リンランの日本人街がすぐそこなのに、周辺は住宅に囲まれており静かに過ごせます。
- **最短1泊から長期契約も可能**  
家具家電食器類完備のお部屋をそのままお使いいただけ、出張者の滞在に大変便利です。

## サービス料込み

- 週3回の掃除・洗濯・アイロン掛け、週1回のリネン交換がついています。清潔で快適な生活を提供いたします。
- 生活に必要な家具や家電（冷蔵庫・洗濯機・IH調理器・TV・冷房）、食器などが備え付けられています。日本人には嬉しいバスタブとウォシュレットもついています。
- 日本のテレビ番組NHKや民放も視聴可能です。インターネットWiFiも無料です。
- 建物内にジムがあり、営業時間内はいつでもご利用いただけます。
- ツアー予約・工場や空港行きのレンタカー・通訳の手配（有料）可能です。
- リビングルーム・ベッドルーム・バスルームなど、ほぼ全ての部屋に太陽の光が降りそそぎ、自然の風が通ります。
- 周辺は住宅街なので騒音も少なく静かです。
- ダオタン通りのタクシーピックアップ無料サービスいたします。

## プロニクスハノイサービスアパートメント

📍 No.1-3 Alley 58/26, Dao Tan, Cong Vi, Ba Dinh, Hanoi

☎ 0936-504-505 Ms. ミイ (日本語・英語対応可)

空き状況はお気軽にお問い合わせください。



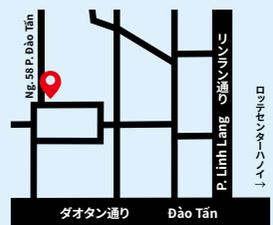
HP



Facebook



Booking.com



Japanese Quality  
ダイエット専門パーソナルジム

# 123DIET

## 1週間ダイエット 始めよう!

結果がでなければ  
**全額返金**いたします。

2ヶ月コース利用



**結果がでなければ全額返金**

<b>1週間 トライアル</b>	〈減量予想〉 <b>1~2kg</b>	〈合計金額〉 <b>200万VND</b> (税込)	〈食事完全サポート〉 <b>21食</b>	〈トレーニング50分〉 <b>2回</b>
----------------------	------------------------	----------------------------------	--------------------------	--------------------------

手ぶらでOK! トレーニングウェア・パンツ・タオル無料貸出

**無料出張カウンセリング受付中!**  
ハノイ市内どこでも行きます!



**123 DIET**  
住 Sakura Hotel 2, 54 Truong Cong Giai, Dich Vong, Cau Giay, Hanoi  
☎ **096-321-5406** (日本語対応)  
営業 7:00~21:00  
✉ 123diet.net@gmail.com

QRコードからLINEにて  
お気軽にご相談ください



HPはこちら