

2024 Dec.  
Tập 10 - No.022

Nhiều tác giả

# WALKING

VIETNAM

“歩く”がテーマの生活情報誌

# 12

FREE MAGAZINE

ハイメトロ  
3号線でGO!

Tuyến số 3 - Đường sắt đô thị Hà Nội



SÁCH CHUYÊN QUẢNG CÁO  
NHÀ XUẤT BẢN THANH NIÊN

昭和レトロに浸れる店にリニューアルオープン

昭和  
忘・新年会は昭和で!



最大30名まで貸切可能なテーブル席

12名までの掘り炬燵席

おしゃれなカップルシートが4部屋



組み合わせ自在な昭和宴会プラン!



お食事プラン + 飲み放題プラン

90分

ブロンズ (B)

やみつきキャベツ、から揚げ、餃子など  
10品 29万9000VND

シルバー (S) 

B\* + 昭和サラダ、鉄板ハラミ焼きなど  
12品 39万9000VND

ゴールド (G)

B\* + S\* + 牛タン塩焼き、チキン南蛮など  
14品 49万9000VND

\*一部は別メニューに置き換え

Aプラン

生・瓶・缶ビール、ソフトドリンクなど  
15種類 14万9000VND

Bプラン

A + ハイボール、各種ジュースなど  
33種類 24万9000VND

Cプラン 

A + B + チューハイ、焼酎など  
39種類 34万9000VND

30分延長プランもあり

宴会お食事プランと飲み放題プランは4名から受け付けております。皆様同じプランのみ選択可能です。

各階には、日本の番組が視聴できるテレビを設置。プロジェクター有でパブリックビューイングも可能です。

ヘルシーメニューが豊富で、単身赴任の方に大人気! ダイエット中、トレーニング中でも安心して通えます。



【組み合わせ例】

シルバー (S) + Cプラン

枝豆  
昭和サラダ  
お新香盛り合わせ  
フライドポテト  
鶏のから揚げ  
餃子

イカゲソから揚げ  
豚バラにんにくの芽炒め  
軟骨から揚げ  
カリフォルニアロール  
鉄板ハラミ焼き  
焼きそば

+

生ビールサッポロ  
サッポロビール (瓶)  
サッポロビール (缶)  
ハワイボール (缶)  
サイゴンビール (缶)  
タイガービール (缶)  
コーラ  
セブアンアップ  
ウーロン茶  
ミネラルウォーター  
レッドブル  
ダイエットコーラ  
ジンジャーエール  
ソーダ  
トニック  
レモンジュース  
レモンソーダ  
オレンジジュース  
トマトジュース  
ニンジンジュース

バナナジュース  
アボカドジュース  
ハイボール  
ジンジャーハイボール  
ウーロンハイ  
レモンチューハイ  
オレンジチューハイ  
コークチューハイ  
梅干しチューハイ  
レッドブルチューハイ  
ジントニック  
ジンリッキー  
ジンバック  
ウイスキーグラス  
黒霧島グラス  
赤霧島グラス  
いちごグラス  
梅酒グラス  
神の河グラス

ご予約・お問い合わせは

079-309-6668

までお気軽にどうぞ

居酒屋 昭和 SHOWA

45 Phan Ke Binh, Ba Dinh, Hanoi

10:30~14:00, 17:00~23:00

14:00 / 22:30

通し営業、深夜営業等も検討中。予約はお気軽にお電話ください。



Facebook



Instagram



LINE



Zalo

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

# 0 VND

無料

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](mailto: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



EXCLUSIVE

## OUTDOOR PRIVATE DINNER

フレイザーズスイーツハanoiだからこそ味わえる、唯一無二のディナー体験。煌びやかなガーデンプールを背景に、忘れられない夜のひと時をお過ごしいただけます。高品質食材を集めたバーベキューセットから、西洋またはアジア料理の特別感あふれるセットメニューまで、ユニークなダイニング体験をご提供します。

さらに、今なら豪華な装飾や完璧とまでいえるプロのサービスをもって、ご希望に沿った各種宴会を準備することも可能です。会場使用料はいただきません。特別なパーティープランを遠慮なくご相談・ご予約ください。



**Fraser Suites Hanoi フレイザーズスイーツハanoi**

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



Instagram



Facebook



ラグジュアリーなホスピタリティを極めた

# 「Fraser Suites Hanoi」の卓越したサービス

タイホー(Tay Ho)区にあるシレナ(Syrena)タワーの一角を担う高級サービスアパートメント「Fraser Suites(フレイザースイーツ)」は、2009年に誕生。長期滞在者向けに、5つ星ホテル級のホテル&アパートメントサービスを提供しています。スーパーマーケットや医療施設も充実していることから、近年は日本人家族からの人気上昇中。今号では、その徹底された高品質へのこだわりを解剖します。



## 確実にリラックスできる空間を追求

部屋の種類は、単身滞在員向けのスタジールームから、外資系大手企業や大使館職員関係者ら家族向けのデュプレックスタイプまで用意しています。室内は広々としており、夜のタイ(Tay)湖の眺めは絶景で心も癒されます。全室にキッチン、調理器具、洗濯機などが完備され、利便性の高さも重視しています。



## 高級レストランで贅沢な食事を体験

ロビー 1階に入居する鶏肉料理の専門店「Chicken Society(チキンソサエティ)」は、朝食はビュッフェ形式、昼食と夕食はコース料理などを用意。また、13階の屋上に位置する「Mizumi(ミズミ)」は、洗練されたモダンな空間の中で、5つ星シェフが手掛ける高級感に溢れた日本料理を満喫できます。



## 宿泊者・入居者限定のサービス有

館内には、プールや24時間営業のフィットネスジムがあります。宿泊者・入居者は無料で利用可能で、思う存分ゆったりとした時間を過ごすことができます。スカイラウンジでは、宿泊者・入居者向けのドリンクサービスがあるほか、旧正月やハロウィン、クリスマスなどの特別シーズンにはオリジナルメニューも登場します。



## 企業向けなど各種イベントを開催可

最大60人まで収容できるホールがあり、宴会や交流会など小規模なイベントを開催できます。最新の音響・照明機器を完備し、内容によっては企画進行から料理の用意まで、トータルサービスの提供も行っています。アパート・ホテルのスタッフは専門的な接客スキルを身に付けているほか、英語が堪能です。



## Fraser Suites Hanoi フレイザースイーツハノイ

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





# Van Xuan

## Van Xuan Foot Massage

2001年開業・長年の信頼と実績

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



### フットマッサージ専用の部屋



### 全身マッサージ専用の部屋



- 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

### マッサージコース

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 10:00 ~ 24:00



公式サイトは  
こちらから



体験記事は  
こちらから



住 24C Ly Quoc Su, Hoan Kiem, Hanoi

電 024-2218-8833

営 10:00 ~ 24:00



日本人に愛される「ヴァンスアンフットマッサージ」

# 20年以上続く人気の秘訣は、職人魂！

フットマッサージをこよなく愛する香港人がオーナーを務める「ヴァンスアンフットマッサージ / Van Xuan Foot Massage」は、2001年に開業しました。同店は高い技術と心のこもったサービスによって少しずつ店舗の名声が広がっていき、20年以上にわたって高い人気を維持しています。今号では同店営業担当のヒエン (Hien) さんに運営のこだわりを伺い、長く愛される理由を探ってきました。

## 心地よい空間で、リラックスと安らぎを提供



ハノイ中心部に2店あり、各店舗にはフットマッサージ用に5室、ボディマッサージ用に2室の計7室のマッサージルームがあります。利用者がリラックスし快適にサービスを受けられるよう、全室に温かみのある照明と、落ち着いた色調のインテリアが設置されています。

## 高品質かつ低価格で、利用のしやすさに特化



サービスは多く提供せず、「フットマッサージ / Foot Massage」(70~120分20万~35万VND)と「ボディマッサージ / Body Massage」(70~120分25万~39万VND)の2つのメニューに特化。リーズナブルな価格にこだわり、より多くの人に利用してもらえるよう配慮されています。

## 高い技術力で、安心・安全の満足度を重視



全スタッフは、約3カ月の専門的なトレーニングを受けているほか、理学療法士の資格試験にも合格。ツボ押しや血行不良の治療を専門とし、物理療法を用いているのも特徴です。国内外問わず多くのお客から称賛を受けており、中には、交通事故により何年も動かせなかった腕が再び動くようになった人もいます。

## 会員カードの作成で、お得なサービスを用意



同店オリジナルの会員カードを作成して課金すると、さまざまな特典を受けられるようになります。例えば、200万VNDのチャージで10%、500万VNDで15%の上乗せボーナスがもらえ、多くの日本人から好評を得ています。なお、カードに有効期限はなく、いつでも安心して利用できます。

 **Van Xuan**  
Van Xuan Foot Massage  
2001年開業・長年の信頼と実績



チエウヴィエットヴオン店

住 125 Trieu Viet Vuong, Hai Ba Trung, Hanoi  
電 024-6278-0767  
営 10:00~24:00



リークオックスー店

住 24C Ly Quoc Su, Hoan Kiem, Hanoi  
電 024-2218-8833  
営 10:00~24:00



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!



## SSAスタジオにJ Café誕生!



お子様の学びを見守りながら、  
待ち時間も快適にお過ごしいただけます!



### 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  
ください



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

# CONTENTS

## SHARE contents



**WALKING**  
VIETNAM

“歩く”がテーマの生活情報誌

**Tập 10/2024 - No.022 Nhiều tác giả**

月刊 Walking Vietnam

2024年12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  
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: nxbthanhnienvn.vn; Email: info@nxbthanhnienvn.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

Khổ 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 Ngụ Như 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

表紙撮影: Troi oi Samurai

表紙モデル: Rinnie Polaris

009 北部 New Face

011 中・南部 New Face

013 **特集: ハノイメトロ  
3号線でGO!**

020 Hanoi Gourmet Style

028 Saigon Gourmet Style

035 気になる商品試食会

037 わくわくワークショップ体験ルポ

039 ピラティスEllyの美活日記

041 映えるベトナム

042 楽しみ、楽しませる社員旅行

045 知ってたらネタになるベトナム雑学

047 らくらくベトナム語

049 ベトナム生活・旅行の教科書

051 俺式ダナン・ホイアン生活

053 無料掲示板 W-Station

055 仲間と出会う Meet Up

059 編集後記

061 ベトナム観光名所マップ

064 **巻末特集: 世界がまだ知らない、日本の絶景へ**



韓国に行かずとも大満足！本場に負けない韓国料理の数々

# MADANG KOREA



外はカリッと、中はもっちり！  
韓国焼酎ソジュが進む絶品チヂミ

家族や仲間と行くなら、割引期間中の今がチャンス

## 肉コンボはマストライ！

サムギョプサルなど熟成豚肉3種セット  
70万VND → 63万VND (計450g)

カルビなど熟成牛肉3種セット  
174万VND → 169万VND (計450g)



定番の王道メニュー！  
香ばしく肉汁滴る熟成牛肉



# MADANG KOREA

マダンコリア

住 109-110K1 Giang Vo, Dong Da, Hanoi

電 084-257-0555

営 11:00 ~ 23:00



Facebook

ザンヴォーで  
韓国焼肉！



 **NEW OPEN**



オーナーの朴です。  
日本語が得意なので  
お気軽にお声がけください！

# 編集部が歩いてみつけた！ 北部 **New Face**

## ゆめごこち

Yumegokochi

ハノイ

●リラクゼーションサロン



各種リラクゼーションメニューを提供するサロン。心地よさがクセになると人気の耳かきに加えて、顔剃りや全身マッサージ、きゅうりの顔パック、爪切り、洗髪、ヘアセットなどを含む「極楽皇帝コース」は、チップ込みで90～100分49万8000VND。頭から爪先までの全身をケアでき、すっきり整う贅沢な時間を味わえると日本人からも好評です。また、足湯や角質取り、ハーバルヘアケアなども受けられる女性向けの「全身ピカピカ女王コース」(90分49万8000VND)もあります。

- 住 142 Phan Ke Binh, Ba Dinh
- 電 091-467-5904
- 営 13:00～23:00
- LO 21:30
- ✕ yumegokochi Bar&massa



## 居酒屋縁

Izakaya Yen

ハノイ

●居酒屋



ダナンで9年の歴史がある居酒屋がハノイに進出。店舗は3階建てで、1階はカウンター、2階は喫煙席、3階は個室と禁煙席があり、さまざまな客層に対応できます。人気メニューは、新鮮な魚介類のみから厳選した「刺身盛り合わせ」(30万～58万VND)や「本マグロ釜焼き」(30万VND)で、多くの人が「生ビール」(6万VND)と合わせて注文します。また、小さく切ったチーズを醤油に漬けた「漬けチーズ」(10万VND)も同店のおすすめです。

- 住 41, Ngo 12 Dao Tan, Ba Dinh
- 電 070-341-9497
- 営 17:00～24:00
- f 居酒屋縁ハノイ- Izakaya Yen Hanoi



## スターバー

Star Bar

ハノイ

●バー



リンラン通りのお好み焼き店「光」と隣接。店内は1階のカウンター 10席のみで、大人の隠れ家的な雰囲気が漂っています。カラオケは無料で楽しめるほか、ドリンクはウイスキーや焼酎、カクテルなどがあり、価格はグラス1杯16万VND～。ボトルキープがない場合の席代は25万VNDですが、あると15万VNDになります。店名にある「Star」は、星のように光り輝くひと時を過ごしてほしいとの想いが込められおり、訪れる人に上質な時間を提供します。

- 住 116A Linh Lang, Ba Dinh
- 電 086-895-2572
- 営 19:00～24:30



## アンズバー・アンド・ラウンジ

An's Bar&Lounge

ハノイ

●バー



ヨーロッパ式の装飾が施された4階建てのバー。1階はカウンター、2階より上階には約20人を収容できるスペースがあり、友人らとパーティを開催したり、無料でカラオケを楽しんだりすることもできます。人気のドリンクは「サッポロビール／Sapporo Beer」(9万VND)や「レモンソー／Lemon Sour」(9万VND)、「ボンベイジン トニック」(9万VND)など。砂肝やもも焼きなどの種類豊富な「串焼き」(3万VND)をはじめ、各種日本料理の提供も行っています。

- 住 8, Ngo 71 Linh Lang, Ba Dinh
- 電 098-744-4678
- 営 19:00～翌3:00





2024年  
11/2  
OPEN

# 忘年会 新年会

は

# 寿司 どんちゃん騒ぎ!

幹事の皆様



個室 (8名様まで)、テーブル (15名様まで) お気軽にお問い合わせください!



本格寿司が1貫から楽しめる  
あったらいいなを形にしました!

ホーチミン市7区のうどんの老舗「どんのすけ」が  
どこか懐かしくて、敷居の高くない、そんな大衆寿司屋を  
イメージして作った新店舗!

昼は丼ものや焼き魚定食、「今週のおうどん」などを用意。  
酒の肴も充実しているので、同僚との飲み会にもぴったり。  
忘年会新年会のご予約承り中です!

住所 15A/27 Le Thanh Ton, Quan 1, HCMC

電話番号 096-234-5483

営業時間  
月～金 11:00～14:00 (L.O. 13:30)  
17:00～22:00 (L.O. 21:30)  
土日祝 11:00～22:00 (L.O. 21:30)



# 編集部が歩いてみつけた！ 中・南部 *New Face*

## ゴムサイゴン×ニコチン

ホーチミン市

Gom Saigon x Nicotin

●陶芸スタジオ&カフェ



カフェ「ニコチン」を併設した陶芸スタジオ「ゴムサイゴン」の3号店。一軒家を利用した店内は木目調で統一し、緑と陽光があふれる庭があります。メコンデルタ地方の素材にこだわった陶芸ワークショップ(1人45万VND)が毎日開催され、成形や色付けなどの指導を受けながら自分の作品を作ることができます。カフェの人気メニューは、甘酸っぱい「スターフルーツティー／Tra Khe」(7万VND)や「抹茶ラテ／Matcha Latte」(8万VND)など。

住 6C Tu Xuong, Quan 3

電 086-600-0121

営 【ワークショップ】月～木曜9:00～18:00、  
金～日曜9:00～21:00

【カフェ】9:00～22:00

ig gomsaigon



## ヴズバー

ホーチミン市

Vesou Bar

●バー



裏路地にひっそりと佇む地下にある、西インド諸島をコンセプトにしたラム酒専門バー。カリブ海のトロピカルな風情や、船の甲板とコロニアル調の家屋をイメージした内装は、異国情緒漂う空間を演出しています。ベトナム産「サムパンラム／Sampan Rhum」を使用した看板メニューに加え、ラム、サトウキビ糖、ライムを合わせて作った、同店おすすめのカリブ海定番カクテル「ティパンチ／Ti' Punch」(18万6000VND～)は、氷を入れずアルコールの風味を十分に堪能できます。

電 Basement, 150/7/3 Nguyen Trai, Quan 1

営 17:00～深夜

休 月曜

ig vesou\_saigon



## ヴィークイジーン

ホーチミン市

Vi Cuisine

●ベトナム料理



ダラット発のベトナム料理店が、ホーチミン市に新店舗をオープン。集合住宅内にある同店は、インドシナ風の装飾や配色を意識した空間づくりが特徴的です。香ばしく歯ごたえのある「ハイゴショウ入りのタニシ肉団子／Cha Oc La Lot」(11万8000VND)や、さっぱりとした酸味のある「サウ入りの豚リブスープ／Canh Suon Nau Sau」(28万5000VND)など、ベトナム北部の代表的な家庭料理の再現に力を入れており、2～4人用のセットメニューも用意しています。

住 1F, 70 Ham Nghi, Quan 1

電 096-748-5348

営 11:00～15:00

休 日曜

f Vi Cuisine Saigon



## ビバップ・ジャズクラブ&ワインバー

ホーチミン市

Bebop Jazz Club & Wine Bar

●ジャズクラブ



19世紀末に建てられた1区のフランス建築様式の建物内にオープンしたワインバーで、2024年12月には2階でジャズクラブの営業を開始。世界各国から厳選されたワインを豊富に取り揃えており、一部はグラス1杯(18万5000VND)から注文できるほか、地中海とアジアのフュージョン料理や各種カクテルも充実。ワインバーではジャズの名曲やジャズハウスが夜通し流れ、ジャズクラブではプロのミュージシャンによる生演奏が毎週金・土曜に披露される予定です。

住 38 Ly Tu Trong, Quan 1

電 028-7771-2689

営 17:00～24:00

休 月曜

ig bebop.saigon



# 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, Thu Duc City, HCMC
- 17 Pham Hung, Nam Tu Liem, Hanoi (ICD PORT)
- Lot 18 & 19 Area BB2- Kim Cuc Green Urban Area, Quy Nhon, Binh Dinh



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

# ハノイメトロ 3号線でGO!



ハノイ都市鉄道の3号線のニョン (Nhon) 駅からカウザイ (Cau Giay) 駅まで8.5kmの高架区間が、2024年8月に正式に営業開始しました。地下区間は現在建設中で、2027年の開通予定です。今号は3号線に乗って、高架区間の8駅を探索してきました。

## レードウクトー駅

Ga Le Duc Tho

ナムトゥーリエム区からカウサイ区へつなぐ

活気あふれる雰囲気への変化を感じ始める駅。周辺には、伝統歌劇「トゥオン／Tuong」に加え、ハノイ演劇映画大学、ハノイ舞踊学院、サーカス芸術専門学校など、芸術関連の学校が多く集まっています。

駅シンボルマーク

ミーディン国立競技場 (San Van Dong Quoc Gia My Dinh) で行われる各種スポーツ大会



2003年の東南アジア競技大会に合わせて建設された、ベトナム最大級のスポーツ競技場であるミーディン国立競技場

# S5



駅シンボルマーク

駅から徒歩5分の観光名所「ハー寺／Chua Ha」

## チュアハー駅

Ga Chua Ha

高層ビルに囲まれた近代的な地区

オフィスビルをはじめ、マンション、ショッピングモール、商店、飲食店などが立ち並び繁華街に位置する駅。同路線で最も乗降客の多い駅の1つで、連日、幅広い年齢層の人々が利用しています。



恋愛成就に利益があるとされ、ベトナム北部で最も有名な縁結びスポットの1つになっているハー寺

3号線を利用する際、各駅に抽象的な模様が施されているのを見て、不思議に思うかもしれません。実は、同路線は単なる交通手段としてだけでなく、ハノイの文化を紹介するこゝとも念頭に置いて設計され、駅から徒歩圏内にある文化的・社会的に価値のあるスポットを表現したシンボルを取り入れています。

# もっと知ろう



## ハノイ国家大学駅

Ga Dai Hoc Quoc Gia Ha Noi

元気な学生たちが行き交う

周辺には名門大学や専門学校が多数あり、日系塾「栄光ゼミナール」ハノイ校や、ハイテク企業が集まる通りからも近い駅。レストランのほか、高級ホテルも充実しており、出張時や現地の生活を感じたい時の滞在先としても最適なエリアです。



首相直風の教育機関であり、9つの大学とその他の教育・研究機関からなるベトナム国家大学ハノイ校

# S6



駅シンボルマーク

ハノイ外国語大学の象徴で、「メトロ」をさまざまな言語で書いたサイン



## カウサイ駅

Ga Cau Giay

将来的に乗り継ぎが便利に

カウサイ区とバーティン区を接続する位置にあり、同路線最終の高架駅。日本人街エリアのすぐ傍にあり、将来的には市内中心部のハノイ駅へと延伸されるため、利便性の高い駅となることが期待されています。



駅シンボルマーク

駅の隣にあるハノイ動物園 (Vuong Thu Ha Noi) の動物たち



サル島エリア、鳥類エリア、哺乳類エリア、遊園地エリアに分かれているハノイ動物園は、約100種、600以上の動物が飼育されている

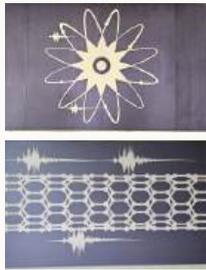
# S8



### ニョン駅 Ga Nhon

#### 若きエネルギーで賑わう始発駅

ハノイ郊外とつながるバックトゥーリエム (Bac Tu Liem) 区の端に位置する同駅は、駅前に飲食店が並んで同エリアで最も賑やかな駅。ラッシュ時には、周辺の数多くある学校や行政機関に通う学生と職員らが乗り降りする姿がよく見られます。



駅シンボルマーク  
ハノイ工業大学 (Dai Hoc Cong Nghiep Ha Noi) の教育研究分野を象徴する磁波と原子



ハノイ工業専門学校を母体として2005年に大学に昇格したハノイ工業大学

### フージェン駅 Ga Phu Dien

#### 自然と地域社会のバランスが良い

ハノイ西部の郊外の地上を走る、物資輸送専用の鉄路と交差する場所にある駅。裁判所、民事判決執行事務所、人民委員会など、バックトゥーリエム区の行政機関の本部が集まるエリアです。



駅シンボルマーク  
ハノイ植物園 (Vuon Thuc Vat Ha Noi) に生い茂る緑豊かな木々



ハノイ植物園は20haの広さがあり、ベトナムの絶滅危惧種リストに掲載されている多くの希少種を含む、約400種の木本類が植えられている

# シンボルマークが各駅に！ まだ見ぬハノイの魅力を



### ミンカイ駅 Ga Minh Khai

#### 今後の開発に期待膨らむ

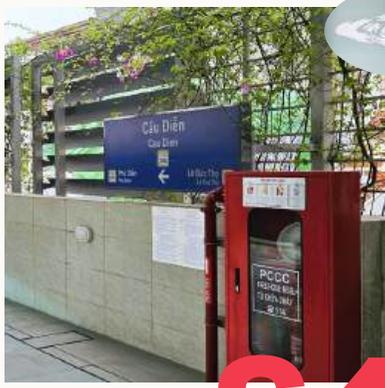
近隣には自動車・整備関連施設や工場が並び、飲食店やアクティビティを提供する場所が多くありません。一方で、寺院や教会、池などはいくつかあり、落ち着いたある町並みとなっています。



駅シンボルマーク  
トゥーリエム工業団地 (Cum Cong Nghiep Tu Liem) を連想させる歯車と工具



2002年に設立されたトゥーリエム工業団地は、現在は多くの企業が入居し規模を拡大している



### カウジエン駅 Ga Cau Dien

#### 川を見下ろすロマンチックな眺め

近くにおしゃれなカフェが点在し、手頃な価格の商品が並ぶ築20年以上のスーパーマーケット「タインダー / Thanh Do」もあります。駅外にはブーゲンビリアの棚が設けられており、見事な景観を生み出しています。



駅シンボルマーク  
駅から見えるニューエ (Nhue) 川をイメージした渦潮



ダイ (Day) 川の支流であり、ハノイ市とハナム (Ha Nam) 省を北西から南東方向に貫流するニューエ川

駅から歩いて行ける

# 緑あふれる憩いの地

3号線沿いには、ハノイ動物園があるカウザイ駅付近のトゥーレ(Thu Le)公園以外にも、家族でちょっとした息抜きに気軽に出かけられる公園がいくつかあります。メトロに乗って、散歩が気持ち良い場所を探しに行きましょう。



住 Thanh Thai, Cau Giay  
営 6:00 ~ 22:00  
料 無料



園内の木々や色鮮やかな花々は、手入れが行き届いている



中央に大きな湖があり、新鮮な空気を味わいながら運動したり、ベンチでひと休憩を取ったりできる

## カウザイ公園 Cong Vien Cau Giay

喧騒の真ん中にある自然を満喫

チュアハー駅から徒歩約15分の場所にある公園。総面積6540m<sup>2</sup>とハノイで最も大きな公園の1つで、急速な発展を遂げているハノイ西部の大気汚染の改善に貢献することを目的として建設されました。広場、子どもの遊び場、スポーツエリアの3つのエリアに分けられています。入り口は2つあり、タイムタイ通りのメインゲートは印象的な半球の形をしています。



集団でスポーツやアクティビティに参加するベトナムの人々の姿がよく見られ、コミュニティの親密さを感じられる

## マイジック調節池公園 Cong Vien Ho Dieu Hoa Mai Dich

地元民の頼りになる「緑の肺」

2018年に開園し、総面積15ha以上あるレードウクトー駅から徒歩約10分のところにある公園。5haが水面となっている湖は、周辺の空気を調節するために作られたもので、地域によりきれいな環境を作り出すことを目的としています。木々、散歩道、噴水のほか、広々とした空き地は運動だけでなく、スケートボードやダンスの練習など、さまざまなアクティビティにも対応できるようになっています。



夜に湖畔に座って涼しい風を楽しみながら、ライトアップされた建物を眺めるのも心が安らぐひと時

住 Ho Tung Mau, Cau Giay  
営 24時間  
料 無料

らくらくアクセス！

# わくわくショッピングガイド

タクシーで行くと渋滞が、バイクでいくと駐輪代が、と少し心配になるショッピングへも、ハノイメトロで行けばそんな迷いも吹っ飛びます。駅近くで簡単にアクセスできる人気のショッピングモールを2つ紹介します。



**メゾンマロウ**  
Maison Marou  
日本人もよく知るチョコレート店。ベトナム産カカオを使用した手作りチョコレートを提供



**ニヤナム書店**  
Nha Sach Nha Nam  
ベトナムの有名な書店チェーン。静かな空間の中で、コーヒーを飲みながら本を読むことができる



**住** 241 Xuan Thuy, Cau Giay, Hanoi  
**電** 024-3795-4001  
**営** 月～金曜10:00～22:00、土・日曜9:30～22:00  
**f** The Loop Shopping Center  
**globe** <https://loop.com.vn>

## ザ・ループショッピングセンター The Loop Shopping Center

### リニューアルしたショッピングモール

ハノイ国家大学駅 (Dai Hoc Quoc Gia) 駅の目の前にあるショッピングモールです。2012年に開業し、以前はIPHビルと呼ばれていた同施設は、2023年に改装し新たな商業施設「ザ・ループ / The Loop」へと生まれ変わりました。4階建てで、さまざまなブランドショップのほか、コワーキングスペースやレストラン、映画館などもあり、多種多様な企業・店舗が入居しています。定期的にイベントやプロモーションが開催されており、地元の文化やトレンドを楽しむこともできます。

### トゥーン / Toong

広々としたコワーキングスペース。現代的な空間が魅力で、多くの個人または企業が入居



**エコマート / Eco-Mart**  
近隣住民に親しまれているスーパーマーケット。安価かつ品質の高い食品を提供



## ザ・ゼイプラザ The Zei Plaza

### 高級路線の革新的な商業施設

レードウクトー駅から徒歩約7分のところにある、日本の高層ビルデザインからインスピレーションを受けたモダンな佇まいが特徴の施設。2つのエリアに分かれており、下3階はレストランやブランドショップが入居し、上階は外国人向けの高級マンションとなっています。ハノイ日本人大学やハノイ国立大学といった有名教育機関からも近いほか、ノイバイ国際空港までの移動時間が車で35分程度であるところも魅力です。



**ブルームコーヒー / Bloom Coffee**  
ビル1階にあるカフェ。オープンスペースで広々としており、落ち着いた雰囲気がある

**住** 8 Le Duc Tho, Nam Tu Liem, Hanoi  
**電** 086-690-6661 **f** The Zei Plaza  
**営** 8:00～22:00 **globe** <https://thezei.vn>

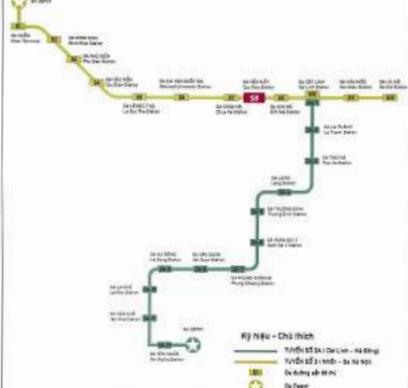
新しい発見の旅へ

# 3号線乗り方ガイド

電車に乗る際、日本人にとっては、乗車券の購入方法が複雑でないか、英語は通じるかと少し不安を感じます。本項では、電車になるまでのステップをわかりやすく紹介。一度体験すれば子どもでも簡単に乗れるようになります。

## ① 乗車券を買う

### T3 1 Đi Hà Nội For Ha Noi



- T3 S01 Ga Nhon Nhon Terminal
- T3 S02 Ga Minh Khai Minh Khai Station
- T3 S03 Ga Phú Diễn Phú Diễn Station
- T3 S04 Ga Cầu Diễn Cầu Diễn Station
- T3 S05 Ga Lê Đức Thọ Lê Đức Thọ Station
- T3 S06 Ga Đại Học Quốc Gia National University Station
- T3 S07 Ga Chùa Hà Chùa Hà Station
- T3 S08 Ga Cầu Giấy Cầu Giấy Station
- T3 S09 Ga Kim Mã Kim Mã Station
- T3 S10 Ga Cát Linh Cát Linh Station
- T3 S11 Ga Văn Miếu Văn Miếu Station
- T3 S12 Ga Hà Nội Hà Nội Station

### T3 2 Đi Nhon For Nhon

- T3 S12 Ga Hà Nội Hà Nội Station
- T3 S11 Ga Văn Miếu Văn Miếu Station
- T3 S10 Ga Cát Linh Cát Linh Station
- T3 S09 Ga Kim Mã Kim Mã Station
- T3 S08 Ga Cầu Giấy Cầu Giấy Station
- T3 S07 Ga Chùa Hà Chùa Hà Station
- T3 S06 Ga Đại Học Quốc Gia National University Station
- T3 S05 Ga Lê Đức Thọ Lê Đức Thọ Station
- T3 S04 Ga Cầu Diễn Cầu Diễn Station
- T3 S03 Ga Kim Mã Kim Mã Station
- T3 S02 Ga Minh Khai Minh Khai Station
- T3 S01 Ga Nhon Nhon Terminal

Thời gian chạy tàu Working time	
<b>Ngày trong tuần / Weekdays</b>	<b>Ngày lễ / Holidays</b>
Giờ vận hành (Operating hours): 06:30 - 22:00	Giờ vận hành (Operating hours): 06:30 - 22:00
Tất cả các không gian: 10 phút / chuyến	Tất cả các không gian: 10 phút / chuyến
All buses of the day: 10 minutes / trip	All buses of the day: 10 minutes / trip

Prohibited items: No smoking, no alcohol, no pets, no sharp objects, no flammable liquids, no large suitcases.



片道の場合、乗車券の販売機で目的地の駅名を選択します。価格は8万VND~1万2000VND。5万VND以下の紙幣のみ利用可能で、支払いが完了すると専用のトークン型乗車券が発行されます。なお、画面表示はベトナム語または英語を選べます。

1日または1か月乗り放題の乗車券の場合、各駅に設置された窓口で購入できます。価格は1日乗車券が2万4000VND、1か月乗車券が20万VND。ハノイメトロ2A号線と同じく、まずは専用の紙チケットが発行され、それを各駅の窓口で提示すると、乗車の都度、片道乗車券用のトークンを受け取れます。

1か月乗り放題の乗車券であれば、チャージ式のカードを購入することもできます。残額が少なくなったら、窓口でチャージ可能です。なお、6歳未満と60歳以上は乗車無料です。



トークンの券面デザインは、ハノイのシンボリック的存在である文廟の奎文閣 (Khue Van Cac)



## ② 改札を通る

乗車券トークンを改札機にタッチすると通過できます。



## ③ 目的地に到着

乗車券トークンを指定の場所に入れると改札機が開きます。チャージ式のカードの場合は、入るときと同じく指定の場所にカードをかざすとゲートが開きます。

# WALK!NG

VIETNAM

“歩く”がテーマの生活情報誌

B5  
サイズ



ウォーキングベトナムに  
広告を掲載しませんか？

# 広告募集

今だけ**特別価格**でご提案いたします！

## Point 1

発行数は毎月8000部  
Webサイトにも掲載

地域情報が豊富で、毎号保存したくなる情報誌として人気。SEO対策もしっかり行っています。

## Point 2

広告料は業界最安値  
月額300万VNDから用意

日本人の経験豊富な広告プランナーが在籍。広告デザインもプロのデザイナーが担当します。

## Point 3

掲載できる情報量が  
豊富で集客効果抜群

伝えたい情報をおもいっきりアピール。読者にインパクトを与える内容で集客に貢献します。

どうぞお気軽にお問い合わせください。

info@walking-vietnam.net

035-296-0543 (日本語:松本)

094-762-3169 (ベトナム語:Son)

## 雑誌広告のメリット

- ①信頼性が高く企業価値向上
- ②そのまま販促に活かせる
- ③保存され繰り返し読まれる

# Capichi Presents HANOI GOURMET STYLE



本誌編集部スタッフが、フードデリバリーアプリ「Capichi (キャピチー)」で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、カップケーキやクッキーを中心に提供する「バイクド・アンド・フレンズ」を徹底解剖します。



レポーター：編集H

食べることと旅行が大好きな編集者。世界各国・地域の特的な料理を食べ尽くすのが夢。もう1つの趣味である写真の撮影も兼ねて街をぶらぶら歩き、お気に入りの飲食店やカフェを見つけるのが生きがい。

## 週ごとにサプライズ要素を取り入れ 季節を感じさせる絶品スイーツをお届け



- 1 ベイクドを開業する前は独学でペストリー作りを学び、さまざまな厨房で10年以上経験を積んだシーリンさん
- 2 各種スイーツのほか、遊び心にあふれたカウンターではトートバッグなどのオリジナルグッズやコーヒー豆も販売
- 3 店内にはシーリンさんの友人や顧客のポラロイド写真、地域のイベント情報などが掲示され、域内コミュニティを盛り上げている



2015年に渡越したシンガポール出身のシーリン (Sheerene)さんは、当時ベトナムではまだめずらしかったバターケーキや、バタークリームを使ったスイーツを提供するため、2017年に在宅事業として「バイクド」を開業。季節限定のカップケーキやクッキー、アイスクリームの予約注文を受けたり、タイホーエリアにあるレストランに提供したりして4年が経った頃、もっと多くの人々に商品をお届けたいと考え実店舗を構えることにしました。当初はコロナ禍により営業を休止していましたが、内部体制の構築や新しいレシピの開発に集中し続け、現在でも同店のベストセラーであるチョコレートチップクルミクッキーが誕生したのもこの時期です。

高品質の原料にこだわり、ハノイにいる地元民と外国人の両方に合うように開発されたレシピで、世界各国のデザート文化からインスピレーションを得た、楽しく風味豊かなスイーツを作り上げることと力を入れています。カップケーキや週末限定メニューは週替わりのため、常に新しいものを試すことができます。また、年齢を問わず楽しめる、自宅で組み立てて作れるジンジャーブレッドハウスキットや、記念日などのためのホールケーキも用意しています。

## チョコレートチップクルミクッキー

Chocolate Chip Walnut Cookies

6万VND



### ベストセラー 1位の人気クッキー

アメリカ・ニューヨークから広まった、大きめのチョコレートチップクッキー。上質のバターとチョコレートが風味の勝利に欠かせないもので、表面はカリカリとしていて、割るととろりとにじみ出るチョコレートを見ているだけでも満足。しっとりとした歯応えを生み出しているのは砂糖で、クルミがサクサク感を加え、甘さとのバランスを取っています。

## キャロットカップケーキ

Carrot Cupcake

6万VND



### スパイスの香りがふわっと広がる

カップケーキメニューは週替わりのため、いつでも食べられるものではありませんが、販売時は決まってすぐ売り切れる人気の一品です。2層からなる見た目はかわいらしく、シナモンの風味がクルミと刻んだニンジンを引き立てているほか、濃厚でなめらかなクリームチーズとの組み合わせが、甘すぎないリッチな味わいを醸し出しています。

## ティラミス

Tiramisu

4万5000 ~ 10万VND



### キュートな盛り付けの定番デザート

手に取って食べられ、何層にも重なったケーキとクリームが絡み合う様子が見えるようにガラス瓶に入っています。イタリアの伝統的なティラミス作りの技法を用いて濃厚なマスカルポーネを合わせ、ベトナム産コーヒーに浸したサヴォイアルディと、上にかけたココアパウダーのほのかな苦味と深い味わいが、ココのバランスを整えています。

## アフォガート

Affogato

6万5000VND



### カフェイン補給にもなるデザート

コーヒーとスイーツの両方が堪能できる一品。新鮮なバナラビーンズを使った自家製バニラアイスクリームは、自然な甘い香りとほのかな塩味が効いています。ほんのり酸味のある、熱々としたダブルショットのエスプレッソは別のカップで提供され、アイスクリームに注ぐと素早く溶けてとろみがつき、ほろ苦さと甘さの調和が生み出されます。



### BAKED

④ 46 Xom Chua, Tay Ho, Hanoi

☎ 033-338-9340

🕒 8:00 ~ 18:00

📍 BAKED



<https://order.capichiapp.com>

デリバリーは  
こちらから



# 最新機能



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

✉ info@capichiapp.com

夜こそ豆腐を食べよう!  
**Soy ディナーセット**

SoyPepeはあなたの心と身体に寄り添います。

美味しい野菜を身体の中にたくさん摂取しよう。

大人気  
Soy Pepe 弁当  
野菜がおいしい  
栄養豊富なヘルシー弁当  
全日種類販売中

ゴルフ初心者も楽しくラウンドできます!  
**SOY PEPE CUP**  
男女混合ベストボールマッチ!!

Average 123, Average 140, Average 99, Average 111, Average 102

日程 2024年12月14日(土) 7:00 start  
参加費 参加費：100万VND \*Play Feelは自前となります  
対戦方式 男女混合ベストボールマッチ \*組合せは当日決定  
場所 HillTop Valley \*現地集合  
Play後にSoy Pepeで表乾式 食事・ドリンク・賞品付き!  
申込期日 2024年12月6日(金)  
参加方法 Hirokazu.Ishii@nttdata.com (石井)

- 日程 2024年12月14日(土) 7:00 start
- 参加費 参加費：100万VND \*Play Feelは自前となります
- 対戦方式 男女混合ベストボールマッチ \*組合せは当日決定
- 場所 HillTop Valley \*現地集合  
Play後にSoy Pepeで表乾式 食事・ドリンク・賞品付き!
- 申込期日 2024年12月6日(金)
- 参加方法 Hirokazu.Ishii@nttdata.com (石井)



**SoY PEPE Tofu Garden Restaurant**

住 1F, 591 Lac Long Quan, Tay Ho, Hanoi  
電 039-490-6591  
営 11:00 ~ 14:00 / 17:00 ~ 21:30 LO 21:00  
休 火曜



Facebook



Capichi



Menu

SOY PEPEに来たら  
Tofuポーズ!



代表：増田悠さん

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。手作りにごたわった豆腐・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  
白(500g) 9万VND  
赤(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



フンイエンス省『エコパーク』の和み日本食レストラン

北部  
中部  
南部



個室貸切可能  
ご予約受付中



フンイエンス会  
参加者募集中



刺身盛り合わせ(大)  
123万8000VND

アボカドサーモンサラダ  
13万8000VND

牛タン焼き  
15万8000VND

味噌ラーメン  
19万8000VND

カレーうどん  
15万8000VND

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



毎月第1土曜は、フンイエンス省在住者が集う交流会を開催。食事をしながら、みんなで楽しくおしゃべりしませんか？  
開始時間は18時30分から。  
お気軽にお越しください！

# 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



おかげさまで1周年

### Cities of Japan SPECIAL MENU



NIJI JAPANESE RESTAURANT  
30 DAO TAN, BA DINH, HA NOI

毎月、日本の一つの街を代表する特別メニューが登場!

11月は北海道、12月は〇〇!

次はどの街でしょう?



QRコードをスキャンして確認しよう!

## Merry Christmas!

2024年12月のイベント情報

ご予約  
承ります

### クリスマスイベント

12月24日(日)・25日(月)、NIJIではクリスマス特別メニューをご用意いたします!ご家族やご友人と一緒に特別なクリスマスをお楽しみください。ご来店の皆様にはクリスマスプレゼントもご用意しております。



### 忘年会・年末パーティー

NIJIでは、忘年会や年末パーティーのご予約を受付中です。また、12月8日(日)よりおせち料理のご予約も開始いたします。大切なご家族やご友人と過ごす時間を、豪華なお料理で彩りませんか?

### 団体予約限定の特典

- 5〜14名様 お会計から10%割引 + 黒霧島720mlボトル1本サービス
- 15名様以上 お会計から15%割引 + 黒霧島720mlボトル1本サービス
- スペシャルオファー お食事中に720ml以上のボトルをご注文いただくと、黒霧島720mlボトル1本プレゼント

人気のシーズンにつき、早めのご予約をおすすめいたします。忘年会はぜひNIJIで、特別なひとときをお過ごしください!



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)

📍 30 Dao Tan, Ba Dinh, Hanoi

☎ 088-667-8869

🕒 11:00 ~ 22:00

📅 日曜

### 営業時間変更のお知らせ

営業時間は11時~22時に変更となりました。

デリバリーは  
こちらから



Capichi



Grabfood



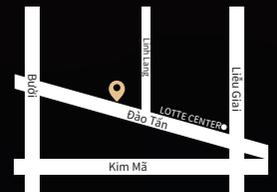
Facebook



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!!



オススメ!

Món đặc biệt

ロンガンかき氷

各 6万VND  
各 5.5万VND

日本のせんと  
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!

お子様も安心!!

自家製氷使用



Món đặc biệt

桜

各 6万VND  
各 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!

モモ



オススメ!

マンゴー



オススメ!

いちご



オススメ!

ブルーハワイ



オススメ!

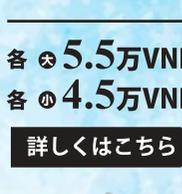
レモン



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



Món đặc biệt

富士山かき氷を  
完食した方

富士山かき氷10万VND 次回の招待券をプレゼントします。

さあ、お召し上がりください!

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(コ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

8, Ngach 49, Ngo 64 Nguyen Luong Bang, Dong Da, Hanoi

ハノイ都市鉄道「La Thanh」駅から徒歩5分  
(ラタイン)

Đà La Thành  
Hoàng Cầu

Ô Chợ Dừa  
Ngõ 31  
Japanese Cafe  
Arigatou

Home Page



Facebook



柔らかい鰻が当店の自慢です



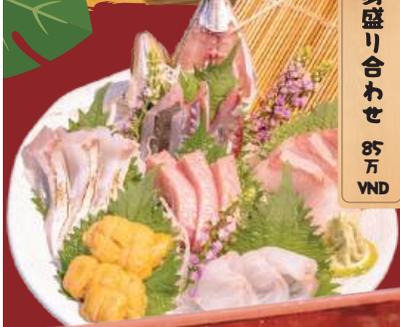
# 鰻は陸庵



ひつまぶし 54万9000 VND



刺身盛り合わせ 85万 VND



当店が提供する鰻は、ほろつとほどけるようなやわらかい肉質が特徴です。これを実現できるのは、料理長が長年、ベトナム産鰻の旨味を引き出す研究を続けてきたからです。加えて、醤油や本みりんなどを組み合わせた、自家製の秘伝ダレ製造にもこだわってききました。他店では決して味わえない、当店ならではの鰻料理を、心ゆくまでお楽しみください。

鰻重

54万9000 VND



鰻巻き 12万 VND



むつみあん  
**遊雅亭 陸庵** MUTSUMIAN

デリバリーはこちらから



Capichi

詳しくはこちらから



WALKING

日本語でお気軽にご連絡ください  
店長 Trung (チュン)



LINE



ホーチミン市店  
15A/7 Le Thanh Ton, Quan 1, HCMC  
090-649-5133 11:15~14:00 / 17:00~22:00



ハノイ店  
52A Linh Lang, Ba Dinh, Hanoi  
077-468-3939 11:15~14:00 / 17:00~22:00



Star Kitchen Presents

## SAIGON GOURMET STYLE

ストリートフランス料理  
ヘイペロ / Hey Pelo

コンビニ向け洋菓子やお土産の製造・販売などを行う「スターキッチン / Star Kitchen」代表の荒島由也さんが、実際に訪れて家族や友人に紹介したいと本気で思ったレストランを試食レポート付きで紹介。今号は、フレンチタコス専門店「Hey Pelo」を訪れました。



料理は創造力が大切と話す同店オーナーのジュリアンさん



レポーター：荒島由也

スターキッチンの創業者兼CEO。2013年、ベトナムにて料理教室事業を開始。現在は洋菓子やお土産事業を展開。将来は、政治家と俳優になることを画策中。「セクシーに生きる」が人生のモットー。

Instagram: [starkitchen\\_vietnamgift](#)

Website: [www.starkitchen-vietnam-gift.com](#)

もちろん、おひとりさまでも安心して利用できるほか、友人や家族とのパーティ用に複数オーダーして持ち帰ることも可能。しっかりと食事をとった後でも、つい手がとまらなくなるほど夢中になってしまっ、不思議な魅力がたっぷり詰まった料理を堪能できます。

フランス人が手掛ける本場フレンチタコスで学生時代に戻ったかのような気分を味わおう  
ホーチミン市とハノイで2店舗ずつ展開する、ベトナムではめずらしいフレンチタコスの専門店。オーナーを務めるフランス・リヨン出身のジュリアン（Julien）さんと、妻でベトナム人のフォン（Phuong）さんが2018年に創業しました。異国情緒あふれるフランスのストリートフードを気軽に楽しめる場所として人気を集め、今では来客の90%以上がベトナム人です。

同店ならではの魅力は、好きな具材やソースを選んでも、自分だけのタコスのカスタマイズできることです。店名の「Hey Pelo」はフランス語のスラングで、英語でいう親しい友人らへの呼びかけ「Hey Broo!（ようい兄弟）」にあたる言葉。学校帰りに友達と寄り道をするような感覚で立ち寄ってほしいとの想いから、気軽に入店できる明るい雰囲気作りにつながっており、店内はヒップホップの曲が流れ、常に多くの若者が集まって活気に満ちています。



スタッフTシャツに描かれた同店オリジナルキャラクター。各SNSにも登場



嫌いな具材を抜き、その日の食べたい気分に合わせて選べるのも楽しみの1つ



ローカル店が並ぶ地域で黄色がひととき目を引く外観。内観もイエローだらけ

## シャクシュカ&牛ひき肉のタコス

Shakshuka & Beef Tacos / 14万5000VND

スパイスが効いたパンチのある風味

「シャクシュカ」というトマトソースで煮込んだ中東料理をイメージしたタコスです。野菜はトマト、玉ねぎ、パプリカなどに、企業秘密のスパイスも合わせて、深い味わいを追求しています。牛ひき肉のコクと、サムライソースのピリ辛なアクセント、ガーリックの風味にとろ〜りとしたモッツアレラチーズが食欲をそそります。



シャクシュカ&牛ひき肉のタコス

## チキン&野菜のタコス

Chicken & Veggie Tacos / 13万VND

ビールと合わせて食べたくなる

柔らかい鶏肉と新鮮な野菜をたっぷり使ったタコス。ほんのりと甘く辛さも感じるアルジェリアソースが入っていることで、あっさりさと濃厚さが絶妙なバランスを保ち、これぞ本物のクリエイティビティともいえる同店を象徴する逸品です。エメンタルチーズのまろやかさはビールとの相性も抜群で、自宅で1人飲みながらじっくりと味わいたくなります。



チキン&野菜のタコス

## ベジタリアンフレンチタコス

Vegetarian French Tacos / 12万VND

栄養たっぷり、かつ満足感もある

ベジタリアンやダイエット中の人にも安心して食べてもらえるよう、ヘルシーに仕上げたメニューも用意。ひよこ豆をつぶして香辛料などと混ぜた中東料理「ファラーフェル」やシャクシュカ、キムチにカレーソースと、各国の食文化を創造性豊かに入り混ぜています。多種多様な辛さを堪能でき、食後はしっかりと満腹感を感じられます。



ベジタリアンフレンチタコス

## フレンチフライ

French Fries / 5万VND

タコスとセットで充実感アップ!

外はカリッと揚げ、中はふんわりと仕上げた、フランス本場のフライドポテトです。ファストフード店のものとは異なり、味はしっかりとスパイスが効いており濃い目で、野菜がたっぷり入ったタコスとの相性もぴったりです。フレンチフライのみを複数オーダーして、家族や友人らとシェアして楽しんでいるグループも見られるほどの人気の高さを誇ります。



フレンチフライ



### Hey Pelo

📍 94/11 Vo Oanh, Binh Thanh, HCMC

☎ 036-957-4691

🕒 10:30 ~ 22:30

📱 Hey Pelo

# ベトナム土産の“新”決定版



**看板商品 バインミーラスク**  
ベトナムを代表する6種のフレーバー  
(ココナッツ、マンゴー、コーヒー、ペッパー、パクチー、フォー)

6個入り 10万VND 18個入り 25万VND

## エビ春巻きスナック

ベトナム料理「エビ春巻き」を一口サイズに揚げたスナック菓子

10個入り 22万VND



## ダラットドリップコーヒー

ダラット産アラビカ豆100%使用  
バランスの取れた味わいが特徴的!

5パック入 15万VND

## ベトナムフラワーティー

(ロータス&ジャスミン)  
ベトナムが誇るロータスティーツ  
ジャスミンティーをお土産に!

5パック入り 10万VND



## サイゴンバナナクッキー

バナナ味は暖かい気候が特徴的な  
ホーチミン市を感じられる味わい

10袋入 22万VND

## スターキッチンのお土産はここがいい!

- 01 ベトナムらしい食材、“パッケージ”が喜ばれる。
- 02 “小分け”だから配りやすい。
- 03 日本基準の品質、衛生管理だから安心、安全。



★【直営店】ホーチミン市高島屋B2フロア

ベトナム全国で  
販売中!  
販売店舗はQRから



常に新しい商品開発、魅力を伝えるマーケティングや販売活動に取り組んでおります。もし一緒に活動することにご興味ある方はご連絡ください。



代表 荒島 由也





# ホルモン 闇番長

肉魂

忘年会もおまかせ



ホルモン鍋  
18万VND/人 (注文は2人前~)

ホルモンマルチョウ  
16万8000VND

## 選べる2つの宴会コース 飲み放題もあります!

### 焼き物が中心の14品

刺し3種盛り・キムチ3種盛り・番長ポテサラ・もやしナムル・じゃがナムル・厚切り牛タン・塩ホルモン5点盛り・味噌ホルモン5点盛り・タンすじスタミナ焼き・豚カルビ・カルビ・ハラミ・ライス・ネギわかめスープ

45万VND/人  
(注文は4人前~、前日までに要予約)

### ホルモン鍋付きの15品

刺し3種盛り・キムチ3種盛り・番長ポテサラ・もやしナムル・じゃがナムル・塩ホルモン5点盛り・味噌ホルモン5点盛り・タンすじスタミナ焼き・豚カルビ・カルビ・ハラミ・ホルモン鍋(2人前)・ホルモン追加・雑炊・ネギわかめスープ

50万VND/人  
(注文は4人前~、前日までに要予約)

プラス 28万VND/人

生ビール・ウーロンハイ・ハイボール・酎ハイ・梅酒ロック・梅酒ソーダ・コココーラ・セブアップ・ウーロン茶・ミネラルウォーター・ソーダ

120分  
(L.O.は終了15分前)



おすすめ

厚切り牛タン  
28万VND

A5 和牛サーロイン  
85万VND

## ホルモン闇番長

Horumon Yamibancho Ho Chi Minh

住 40/19 Pham Viet Chanh, Binh Thanh, HCMC  
電 028-3514-4019  
営 月~金曜 17:00~24:00  
土・日曜 11:30~23:00

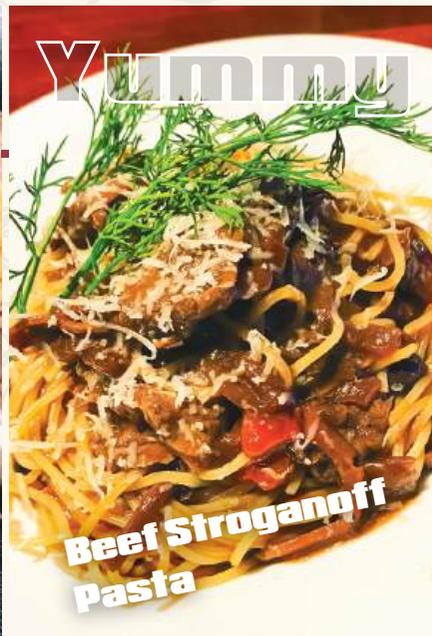
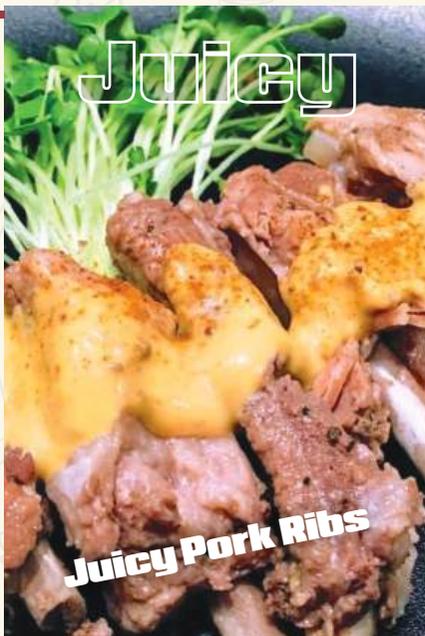
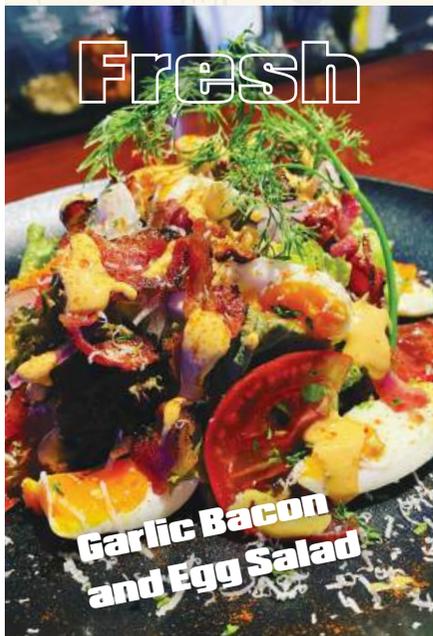


日本のテレビ番組が見られるカウンター席もあり、おひとり様から団体のお客様までご対応可能です。



# MODIS Dining Paradise

モディス ダイニング パラダイス



日本人シェフこだわりの「おしゃれ」な料理をご賞味あれ!



Capichi

デリバリーも人気!

豊富なメニューから選択可。  
お気軽にご注文ください。



今すぐチェック



レタントン通りにある隠れ家的存在と知られ、素朴でありつつも落ち着く照明で、居心地の良さは抜群。店内にはカウンター席と2階席に加えて、屋上席もあります。



メニューはすべて、日本人シェフのオリジナルレシピです。たくさんのレパートリーがあり、その日だけしか提供しない貴重な料理に出会えるかもしれません。



食事以外にも、ビールやウイスキー、焼酎、カクテル、ワインなど、ドリンクメニューも豊富に用意。おひとりさま、団体向けパーティにも対応できます。

店名の「MODIS」は、インドネシア語でおしゃれの意。また、シェフはインドネシア・バリ島での料理修行の経験もあり、ナシゴレンやミーゴレンが絶品と好評です。



**COUPON**

読者限定サービス

入店時に本広告をスタッフに提示すると、1グループ(1名〜)につきフレッシュトマトピザが1品無料!

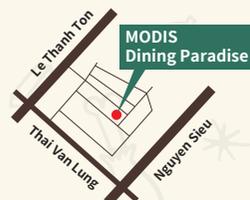
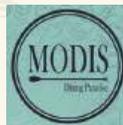
※店内飲食の場合のみ ※2025年5月31日(土)まで

MODIS Dining Paradise

住 8A/A16 bis Thai Van Lung, Quan 1, HCMC

電 093-410-7928

営 17:00 ~ 翌3:00





【じっくり焼き上げる】が信念です。

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っ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。

## ヨル 夜コルダ

17:00 ~ 23:00  
22:00 ラストオーダー

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、もちろんおひとりでも、数人でシェアでもお召し上がり頂けます。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 490k / 200g ~  
ステーキの盛り合わせ 1980k ~  
前菜、サイドメニューなど 80k ~

など



極旨炭火焼ステーキ重 348k  
(ステーキ&ハンバーグ重もございます!)



しっとりローストビーフ重 198k

## ヒル 昼コルダ

11:00 ~ 14:30  
14:00 ラストオーダー  
土日祝もランチメニューを提供

### 極旨ステーキ重ランチ、大好評!

※ランチタイムのみ、数量限定

岩手県産のひとめぼれを使ったご飯に、職人が焼くステーキにご飯に合う和風ダレをかけて。

Lunch

ステーキ重ランチ各種 198k ~ 378k  
鉄板ハンバーグ、ステーキ 180k ~  
お肉とサラダのランチ 160k ~  
肉を味わうチーズバーガー 280k

ステーキ重ランチには、全て10種野菜のしっかりサラダと鯉だしのWagyuビーフスープ 味変コンディメント付き!



CHARCOAL STEAKHOUSE  
IL CORDA

営 11:00 ~ 14:30 14:00  
17:00 ~ 23:00 22:00

住 11 Le Thanh Ton, Quan 1, HCMC 電 028-3823-4929



Website



Facebook



Instagram



※表示価格は1,000VND単位、税別の価格です。

カラオケ  
ダーツ  
ビリヤード  
無料

# SIX 6バー

**HAPPY Hour**  
18:30~19:30  
ビール1本につき  
1本無料サービス  
\*対象のビールはスタッフにお尋ねください

オシャレ&安心のガールズバー

レディースチャージなし  
テーブルチャージなし

人気!ウイスキー、焼酎など  
和食×飲み放題セット

毎週水・金曜に歌手のライブ  
土曜にベリーダンスショー開催



**6バー&和食**  
① 6F, 24/12 Dao Tan, Ba Dinh, Hanoi  
② 098-496-4314 (ロアン、日英可)  
③ 18:30~翌1:00 ④ 24:30



※VNDのほか、円、USD、クレジットカードでの支払い可

**6バー&SORA共通SNS**  
お気軽にお問い合わせください♡

LINE

Zalo

カウンター20席

テーブルチャージ: 26万VND (11USD)  
飲み放題: 60万VND (26USD)

カラオケ個室7室

ルームチャージ: 58万VND (25USD)  
飲み放題: 140万VND (60USD)

# SORA

10年愛される隠れ家バーラウンジ

最大40名まで収容できる  
大部屋を用意!

日本語または英語が話せる  
キャスト25名在籍

明朗会計でわかりやすい  
安心して楽しめる!



**SORA**  
① No.4 alley 24 Dao Tan, Ba Dinh, Hanoi  
② 098-496-4314 (ロアン、日英可)  
③ 18:30 ~ 24:00



おいしい?

それとも...?

# 気になる商品試食会

ベトナムは米やタピオカの生産が多く、それらを原料としたクラッカーも多く作られています。お菓子として食べられるほか、料理に振りかけることもあり、食感を楽しむアクセントとして利用されます。また、日本ではめずらしいエビ味などもあり、種類は豊富にあります。今回は、数ある種類の中から有名なブランドのものを選んで食べ比べてみました。



NO.  
14

ビスケット編

レポーター：コー

静岡県出身、本誌で編集アシスタントのインターンをしている大学生です。食材の好き嫌いが無いのが自慢で、いろいろなものを食べるのが大好きです。ベトナム滞在は今回が初。1日3食ベトナム料理を食べ続けていて、ウマイ!と感じる料理を探しています。すでにベトナムにとっぴりハマっている僕から皆さんへ、ベトナムの魅力を発信していきます。

Kinh Do キンドー

## エーエフシー ジンズオン

AFC Dinh Duong 1万4700VND

AFCのクラッカーシリーズはプレーンのほか、海苔、サラダ、キャラメルプリン、ステーキなど、さまざまなフレーバーを販売しています。内容量が多く、お土産としても購入できます。本項で紹介する商品は5枚1パックが4つ入っており、食べきりやすくなっています。



オニオンの良い香りがします。サクサク食感で塩加減はちょうど良く、オニオンの甘さとパセリがマッチしているため、やみつきになります。シーザーサラダに砕いたクラッカーを乗せて、食感を楽しむのもおすすめです。



Libra リブラ

## バインクイズア

Banh Quy Dua 1万4900VND



クラッカーの上に砂糖がまぶしてあり、クッキーのような見た目でした。少し固めの食感で、サクとした歯ごたえがあります。砂糖の甘さは控えめでバター風味がしっかりとあり、わずかにココナッツの風味も感じます。コーヒーや紅茶にぴったりの味でした。

ベトナム国内でトップクラスの規模を誇る菓子メーカーの商品です。主にクッキーやチョコレートなどを販売しています。生産する多くの商品は、イスラム教徒でも安心して食べられるようにとハラール認証を得ているため、国外でも人気のあるブランドです。



Huu Nghi ヒューギー

## ティポチーズクラッカー

Tipo Cheese Cracker 1万4000VND



一口サイズの大きさと、癖のない甘いチーズがオレオのようにサンドされています。最初にクッキーのようなサクサクとした食感がして、噛むたびに濃厚なチーズが口に広がります。全体の味のバランスが絶妙で、何回も口に運びたくくなりました。

ヒューニーは日本語で交友を意味し、ベトナム国外でもよく知られている企業です。ロールケーキや菓子パン、ウエハースなどクリームやミルクを使った商品を多く製造しています。自社ブランドであるティポは、アジアを中心に多くの国に輸出され、高い人気を誇っています。



# K-POPダンスなら CENES

初心者・未経験者歓迎



## 11月開校! 生徒募集中!

韓国人プロダンサーによる  
本場のレッスン

INSTRUCTOR

김도은 김ドウン

[HYBE] ルセラフィム LE SSERAFIM コレオ活動  
サバイバルフェスティバル本選進出3位  
ストリートオールラウンドチャンピオンシップ大会  
(ソウル総合芸術実用学校主催)  
釜山ロッテジャイアントツチアリーディング公演  
プロムダンスstudio放送ダンス講師  
永宗島 EMダンスアカデミー大人クラス コレオ講師  
漢城華僑小学放課後放送ダンス講師  
ソハ小学校生放送ダンス講師



TikTok, KIDS, TEENなどの  
コンテンツ盛り沢山!



初回  
レッスン  
無料

人気最新曲が初心者でも60分で  
踊れるようになる!

無料体験・お問い合わせはお気軽にSNSから



CENES



denes\_hanoi



denes\_hanoi

3F, AZ OFFICE Bldg, 11B, Ngo 41 Thai Ha, Hanoi

1週間ダイエット始めよう。

結果が出なければ  
全額返金

“毎食”完全  
食事サポート

2ヶ月コース利用

BEFORE AFTER BEFORE AFTER

1週間トライアルコース  
200万VND (税込)

手ぶらでOK! トレーニングウェア・パンツ・タオル無料貸出

お問い合わせはコチラから

HP

123DIET

123 DIET

Sakura Hotel 2, 54 Truong Cong Giai, Cau Giay, Hanoi  
7:00~21:00

無料出張カウンセリング受付中!

# わくわく ワークショップ 体験ルポ

04

## ドンホー美術式の ノンラー絵付け

Painting Non La with Dong Ho Art Style



一般的な16本の竹製骨組みのノンラーではなく、大人も子どもも着用しやすいように特注した、熟練した職人によって作られた一回り小さい14本のものを使用

伝統的な葉笠ノンラー  
絵を施してお土産品に

陰陽五行説という東洋哲学の思想に沿った5つの主色を用い、当時の人間と動物の様子や日々の農村生活を描いた、1000以上の歴史がある民間木版画「ドンホー」という美術様式の特徴をドゥルアートと組み合わせ、5000年前から存在する歴史の長い葉笠「ノンラー」に干支の絵を新スタイルで描くワークショップ。画家のバムビー(BamBie)さんが、その伝統技法の継承とベトナム文化の発信に貢献すべく、親しみやすいアプローチを通じて国内外のより多くの人々に関心を持ってもらいたいと、2019年に同事業を開始しました。ワークショップ中の説明などは日本語でも対応可能です。

### Step 01

#### 作品の文化的背景を知る

ベトナムの国家無形遺産に認定されたドンホー版画と、ノンラーの伝統工芸の歴史と現状について紹介を受ける



### Step 02

#### 干支の絵は手のひらサイズで

全体の完成図を意識しながら、干支の動物のほか、花や雲、葉など周りに描くものも決める



### Step 03

#### ノンラーの骨組みがガイド線になる

今回の取材では、干支の動物は寅を選択。下書きは鉛筆を使用し、消しゴムを使用した際はカスをブラシでしっかりと払い落とす



### Step 04

#### チューブ絞りは一定の力加減で

下書きを終えたら、金色の立体ペンで線を引く。これにより後の色塗りが容易になり、絵を細部まで際立たせるための重要なステップとなる



インクが乾くまでは、中部高原産のウーロン茶とフエの職人が作ったココナッツ菓子を食べながら、バムビーさんによるピアノと竹笛の演奏を堪能

創設者：バムビーさん

当ワークショップでは作品作りを通して、ベトナムの伝統文化を伝承できるほか、文化の多様性の認識を世界へ広げることに役立っています。また、ベトナム文化の歴史を知り、深い理解も得られます。完成した作品はお土産にもぴったりなので、お気軽にご参加ください。



### Step 05

#### 耐水性を高めるには 塗り重ねが大切

陰陽五行説の技法に沿って、アクリル絵具で色を塗る。時間内に完成しなかった場合は、持ち帰り用として7色の絵具とブラシを用意してくれる



実施日時	9:00 ~、14:00 ~
所要時間	約3時間
対象	全年齢
定員	25人
使用言語	ベトナム語、日本語、英語
参加費	35USD (約87万5000VND)



ビーエス・アートスタジオ  
B/S Art Studio

3F, 106 Le Loi, Quan 1, HCMC  
098-808-0837  
9:00 ~ 19:00  
B/S Art Studio  
bs\_artstudio  
<https://bsartstudio.vn/en>



## 一人ひとりに合った治療を提供 患者さまの未来をサポート!

当院では、東京都内で院長経験があり、2万人以上もの治療実績を持つ日本人が院長を務めています。  
患者ファーストを心がけ、それぞれに合った治療を提供いたします。

### 整体



初回30分：50万VND  
基本60分：80万VND

### 鍼灸



30分：60万VND

### サブスク [フリーパス]

早期改善を目的とした短期集中コース  
30分：200万VND



その他、矯正、子ども向け、オーダーメイド料金も用意しております!



院長 伊藤友乃伸

掌を通じて、皆さまと常に100%の力で向き合います!

私たちは、一人ひとりに合わせたオーダーメイド施術を提供し、症状の早期改善や痛みの根本の改善を目指します。患者さまからの直接の声が早期改善に繋がると考え、カウンセリングを重視し、安心・納得して施術を受けていただけるよう最大限の配慮をいたします。体の現状がどうなっているか、分かりやすい説明を心がけていますので、何でもお気軽にご相談ください。

予約はこちら!

☎ 083-676-1309

※LINEでのご連絡もお気軽にどうぞ!



もっと知りたい方はコチラ



LINE予約はコチラ

### TOMO カラダケアへの道案内



①レタントンのファミリーマートの正面のゲートを見つめます。



②そのゲートを入ります。右上の15Aの看板が目印。



③そのまままっすぐ歩きます。



④左側にドアがあります。入るとすぐ受付があります。



⑤入ってすぐ左に曲がると...



⑥行き止まりかと思いきや、青いビルの左の奥に入ります。



住 15A/44B Le Thanh Ton, Quan1, HCMC

営 10:00 ~ 20:00

休 19:30 休 火曜

※駐輪スペース有

# TOMO カラダケア

# ピラティス Eilly の 美活日記

## ～ヘアケア編～

感動のサラサラヘアが手に入る！  
希少な高濃度ケラチントリートメント

ホーチミン市在住のピラティスインストラクター・エリー（Eilly）さんが、心も体も美しくなるべく、あらゆる美の体験レポートを公開。今回は筆者が実際にいつも通っている美容室でのヘアケアをレポートします。

これまで受けたどのトリートメントよりも、仕上がりのサラサラ感が桁違いです。何度もブリーチとカラーをしてボロボロだった毛先が、本来の髪よりもスルツとなめらかな手触りに。しかもこれが持続するから本当にすごいです！

### Check 1

ケラチントリートメントは、パサつきや広がりが気になる傷んだ髪におすすめです。ダメージをケアしながら、ヘアカラーも思いっきり楽しめます。紫外線、プール、そして高温多湿のホーチミン市でも、おしゃべりな美しい髪が実現できてうれしい！



### Check 2

欧州などで使用されているケラチンは、濃度の高さゆえに日本では許可されていませんが、ベトナムでは問題なく利用できるとのこと。ホーチミン市の日系サロンでも、高濃度ケラチンを取り扱っている美容室は数少ないのだそう。

数ある日系美容室の中でも老舗の、ホーチミン市1区にある「ヴァンプ/Vamp」。同店オーナー兼スタイリストの若田壮司さんは、仕上げてほしい雰囲気やその時の気分に合わせて確実に仕上げてくれる、揺るぎない技術と信頼感があることで定評があります。今回、筆者の髪をサラサラに復活させてくれたのは「ケラチントリートメント」（220万 VND、シャンプー（33万 VND）込みで、施術は計1時間半ほど。店を出た後は、ランウェイで髪をなびかせるモデルのような気分を味わえます。



ヴァンプ / Vamp

9F Lant Bldg, 56-58-60 Hai Ba Trung, Quan 1, HCMC

028-7303-3330 / 077-768-8614

10:00 ~ 19:00、月曜、第1・3火曜は不定期営業

info@vamphairline.com

Vamp Hair Line

vamphairline

www.vamphairline.com



ピラティス・エリー

愛知県名古屋出身。ホーチミン市在住歴は6年。タオディエン区を中心に、マットによるピラティスをグループまたはプライベートで指導。指導歴は16年。体を動かすことと食べることが好きで、ちょっぴり素敵なアラフォー目指して日々美活中。二児の母でもある。

erisbody



### Check 3

とにかく持ちが良い！髪の深部に直接入り込むケラチンのパワーで、美容室帰りのサラサラヘアがなんと1~2カ月も持続します。ただし、持続力を維持するために、施術後から48時間は髪を濡らさないように気をつけて。





日替わりフルーツ入りのピーチティ

ウェルカムドリンク



リンランエリアの日系ホテル



HOTEL YAH  
HANOI

Yet Another Healing

もうひとつの癒やし

ヒマラヤ岩塩サウナも完備!

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・ハノイまで徒歩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ニューザイ通りの中間に位置する活気溢れるハノイの日常に囲まれた日系ホテル。



HOTEL YAH  
HANOI

14-16 Kim Ma Thuong, Ba Dinh, Hanoi

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

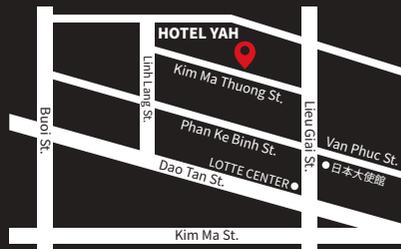
ZaloまたはLINEでもご予約承ります。



Zalo



LINE



# 映えるベトナム

S N S で 話 題 沸 騰 !

ベトナムの若者の間では、多種多様な娯楽が広まっており、近年はボルダリングやアーチェリーなど、日本でもめずらしい遊びが人気です。今回は、人気上昇中のゴーカートに挑戦できるイエソン公園へと足を運びました。

まるでF1レースに勝ったかのような爽快感を味わえる

コースは広々としていて景色もきれいだ。通り過ぎる風も気持ち良い

エンジン音で心も高鳴る

## ハノイスーパーカーティング Ha Noi Super Karting

南北鉄道のザップバット (Ga Giap Bat) 駅から車で南東に約10分のところに、イエソン (Yen So) 公園があります。公園は緑豊かな自然に囲まれており、湖を取り囲むように様々な植物が生い茂っていますが、耳をすましてみると、遠くからエンジン音が力強く響き渡ってきます。

音の鳴る方へ進むと、猛スピードでカートが駆け回るトラックに到着します。そこではゴーカートを楽しめます。まずはカウンターで個人情報を入力し、ゲーム時間やヘルメットを選びます。エンジンを唸らせながら位置につき、スタッフがスターターロープを引くと、レースがスタートします。最初は湖や木々、街並みを眺めながら、緩やかなコースを進んでいきますが、ゴールに近づくにつれ、坂道や急カーブが続き、スリル満点の展開に引き込まれます。

初体験時は、カーブを曲がり切れずに衝突してしまうことが多いですが、何かあればスタッフがすぐにサポートしてくれます。身長130cm以上であれば乗車可能なため、子ども連れの家族でもレースを楽しめます。

休憩スペースでは、ドリンクやアイス販売

注意事項やルールは英語で教えてくれるため外国人でも安心

④ Cong Vien Yen So, Hoang Mai, Hanoi  
⑤ 098-816-5783  
⑥ 9:00 ~ 21:00  
⑦ 1人10分22万VND / 15分30万VND / 60分99万VND、  
団体 (6人用) 30分325万VND / 60分550万VND



# 我が社の自慢!

## 楽しみ、楽しませる社員旅行



東大寺にて。ペペラプールのお客であり、前東大寺別当の狭川普文さんがフルアテンド。一般客が入れないエリアで撮影

日本・奈良県&  
京都府&大阪府編

ペペラプールの  
Pepe la poule



代表：増田 悠さん

大阪府堺市生まれ。2010年7月に来越し、現在はハノイで多国籍料理店「ペペラプール / Pepe la poule」と、豆腐料理店「ソイペペ / SoY PEPE」の2店を経営。2023年10月から1年間、アイドルグループ「マस्प / MASP」のプロデューサー兼リーダーとしても活動し、ハノイ市内で開催された各イベント等に出演。

住 22 Quang Khanh, Tay Ho, Hanoi  
電 024-6291-2641  
www.pepelapoule.com



### 旅のしおり

1日目	
7:50	関西国際空港に到着
11:30	昼食
13:00	道頓堀周辺を観光
16:45	夕食
18:00	天理教神殿に参拝
2日目	
7:00	朝食
10:00	ひらかたパーク、各自で昼食
16:45	ららぽーと門真、各自で夕食
3日目	
7:00	朝食
10:00	東大寺を観光
12:15	昼食
14:30	清水寺を観光
17:30	夕食
4日目	
9:30	増田さんの母方実家で朝食
15:30	関西国際空港を出発

## コロナ禍を乗り越えて10周年 常に新しいことに挑戦

僕がハノイに来たのは、29歳の時。17年前の兄の死が僕の人生を大きく変え、人生一回しかないからやりたい事があれば全力で本気でやろうと思うようになりました。日本のレストランで培った経験を生かして、戦争で家を失った家庭や恵まれない子どもたちにご飯を提供するボランティアに1年間参加しました。その時に、こうした恵まれない子どもたちが働ける場所を、いつか自分が作りたいと考えるようになりました。その時期にフランス人のペペ(Pepe)さんとの出会いがあったことで、後の「ペペバブル」開業へのきっかけになりました。

ボランティア終了後、縁がありホーチミン市のお店でシェフ兼マネージャーを任せられました。2年間奮闘、2014年にペペバブルをオープン。それ以来9年間、毎年社員旅行でベトナム各地を巡っています。5年ほど前から、10年目の年は「日本へ社員旅行に行くぞ」と言い続けてきましたが、スタッフたちはまた僕がなんか言い出したくらいにしか思っていなかったでしょう。3泊4日だとしても店を丸4日間休んで、約50人の航空券、宿泊費、食事代を安く見積もっても1人10万円で、合計500

万円はかかる。どうかしなくてはという思い、やはりどうにもならないのではという気持ちがありしばらく悩みましたが、考え抜いた末にクラウドファンディングにたどり着きました。

もちろん、クラウドファンディングはそんなに甘いものではないというところは重々承知していましたが、ひとまずITの仕事をしている友人に連絡して、専用のサイトを作って欲しいとタメ元で相談したところ、やったことはないけれどやってみてくれると即答してもらえました。2024年3月から開始したところ、1カ月半でたくさんの方々が応援して下さい、奇跡の135%という信じられない数字を達成できました。「他人様のお金で社員旅行に行くなんて」という批判の声があることは覚悟していましたが、実際は温かいお声ばかり。本当に多くの方々からのご協力と応援を得ることができ、目標金額を達成することができたことは、ご協力してくださったすべての方々のお陰にほかなりません。

今後何か新しいことに挑戦したいとは考えているので、今一緒に働いてくれているスタッフのモチベーション維持に繋がると考えています。新しい事に挑戦する事が好きなので、型にハマらず色々な事にチャレンジしていきたいです。



お好み焼き店「ほんくら家 道頓堀店」を貸し切って盛り上がった初日の昼食



和の雰囲気を堪能できる天理教の詰所に宿泊。部屋は広くてきれいで、全員が入った銭湯も良い思い出となった



自由行動時間は、約50人を5つのグループに分けて行動。旗を掲げていたため迷子防止にも繋がった



ひらかたパークで好評だったウォーターライダー。意外にも絶叫系が得意なスタッフがほとんどだった

## クラブファンで社員旅行を実現 スタッフ50人でツアー無し!?

行き先は、僕の地元である大阪府に加えて、京都府と奈良県にも行ってきました。この旅行のもう1つすごいところは、約50人を連れてツアーを組まないことです。関西に住む親族が総勢で手伝ってくれて、マイクロバスを2台借り、4日間運転やガイドまでしてもらい、叔父が管理している天理の宿舍も格安で貸してくれました。

また、食事においては、回転ずしやしゃぶしゃぶといった、ベトナム人にとってはあまり馴染みのない、新鮮な体験も楽しんでもらいました。

印象的だったのがひらかたパークにて、普段はしゃぶしゃぶのイメージのジェットコースターに6回も乗ったと報告してくれたことです。海外へ行っただことがないスタッフがほとんどだったので、どのアクティビティも思いっきり満喫してきたようです。

一方で、僕は楽しかった気持ち半分、残りの半分は心配で仕方ありませんでした。修学旅行の引率の先生みたいに、とにかく大丈夫かとやきもきしられたので、ほんと安心してるところです。もう1つうれしかったこととして、スタッフの成長

を感じられたタイミングもありました。例えば集合時間においては、1日目に遅れてきた人がいたため、1人が時間を守れないとみんなが待つことになり迷惑をかける、と注意したところ、翌日からは全員が15分前行動の更に15分前に集合するように自発的にルールを変更してくれました。僕の言いたいことが伝わったんだと、これまで築いてきた信頼関係を実感する瞬間でもあり、うれしく感じました。

海外へ行っただことがないスタッフがほとんどだったので、どのアクティビティも思いっきり満喫できたようです。一方僕は全力で楽しみつづ、全力で心配もしていました。この旅にどれだけ人が動いてくれたかを知っているからこそ、誰かが怪我をしたり事故があったりしたら、迷子になったら考えると、とてもないプレッシャーを感じていましたが、最終的に怪我や事故もなく、無事帰ってくることで安心しています。

2025年以降の社員旅行はどこに行くか今のところ未定です。ひとまずはまたベトナム国内に落ち着く予定ですが、社員旅行に行かないという選択肢はありません。僕たちはコロナの時期でも社員旅行は続けてきました。毎日頑張ってくれているスタッフのために、来年もみんなをあつと言わせられる企画を立てられるよう尽力します。



# 肩甲骨 剥がし

実感! ビフォーアフター

姿勢改善 体スッキン 代謝アップ

体験 **30分** **40万** VND

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



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

キャンペーン終了期間は未定



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, 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



LINEでお気軽にご相談ください



LINE



知らなくても困らない、

でも知ってたらネタになる

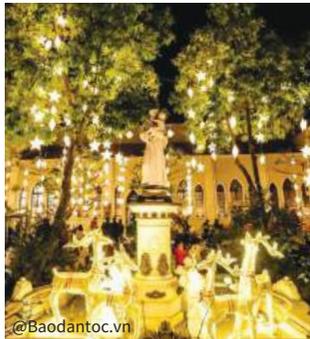


# ベトナム雑学

## ベトナム人にとってのクリスマス

12月に入り、街でもクリスマスのデコレーションが目立ってきました。私がベトナムに来た10年程前の頃と比べると、オシャレなクリスマスデザインをしたカフェや商業施設が増えたように感じます。ちなみに、ハロウィーンもここ数年で一気に浸透し、かつては伝統的な日だけ祝っていたベトナムも、現在はより華やかになりました。今回はベトナムのクリスマスについて紹介します。

### クリスマスとは言わない？



@Baodantoc.vn

### クリスマスの過ごし方

ベトナムでも、クリスマスの過ごし方は日本人と大きな違いはありません。キリスト教徒でなくても親が子どもにプレゼントやケーキを買ってあげたり、恋人同士でムーディーある時間を過ごしたりと、皆さんが想像できるような形で各々楽しめます。ただ、日本のようにクリスマスだからといってチキン（七面鳥）を食べるのは一般的でなく、たとえクリスマスであったとしても、食べるものは特に普段と変わらないという人が多いです。

私たち日本人は「X'mas」「クリスマス」と認識してそう呼ぶのが一般的ですが、ベトナムではあまりそのような呼ばれ方をされることがありません。多くのベトナム人はクリスマスを「Noel（ノエル）」と呼び、ベトナム人が日本人にクリスマスについての話をするときもその言葉を使うのが普通です。ノエルはフランス語のクリスマスにあたる言葉なので、ベトナムではその言葉が浸透しているのも頷けます。ちなみに、ベトナム語でもクリスマスに当たる言葉で「Giáng Sinh」がありますが、若者はあまりこの言葉を使わないようです。日本人がクリスマスのことを「降誕祭」と呼ぶようなものでしょうか。



@Knhtevadothi

### クリスマス後の余韻

12月25日のクリスマスが終了すると、日本はお正月の準備モードに入りますが、旧正月文化のベトナムでは



@Baodantoc.vn

テトまでまだ少し時間があります。なので、25日が過ぎてもすぐクリスマスのデコレーションが撤去されることはなく、終わってからもしばらくはクリスマスの飾りがそのまま残っています。ベトナム人いわく、折角きれいに飾り付けたのにすぐ片付けるのはもったいないんだそうで、テトの飾り付けが始まる時期までそのまま放置ということもめずらしくありません。この辺りのラフさも、ベトナムっぽいといえばベトナムっぽいですね。



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」。



www.sessa-jp.com

日本人常駐だから質も対応も安心・良心的な価格だから選ばれ続ける

# For Our Customers For Interior Industry



Hanoi

住 1, Ngo 280, Lac Long Quan, Tay Ho

Ho Chi Minh

住 61/10 Binh Gia, Quan Tan Binh

まずはお気軽にお電話ください

**096-139-3010** Hung  
ベトナム語

**086-794-4244** Tomita  
日本語

✉ noithat.asone@gmail.com



オフィス・店舗から工場建設まで  
工事・設計・施工を承っております



Facebook



ASONE Website

北  
部

中  
部

南  
部



公式サイト



X



Facebook



YouTube



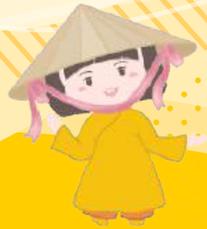
Instagram

楽しく

簡単に

日本語で学べる

# らくらく ベトナム語



## ▶ 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！

## 皆さん、突然ですがベトナムにも若者言葉やスラングが存在することを知っていますか？

日本語や、英語にも流行りの若者言葉があるように、ベトナム語にもさまざまなスラングが存在します。今号も前号に続いて、ベトナムで流行している若者言葉を4つ紹介します。

## ベトナムの若者言葉

4選

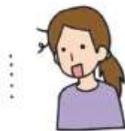


### Cạn lời カンロイ

驚きや感動などの強い感情で言葉が出ない状態を表します。日本語で言えば、「言葉が出ない」、「啞然とする」という意味です。

例：Thằng này bảo nó học giỏi nhất lớp mà điểm thi còn thấp hơn cả tớ.  
Cạn lời!!!

この人、クラスで1番頭いいって言ったのに、テストの点数俺より低かった。何も言えねえ!!!



### Trẻ trâu チェーチョウ

テンションが高く、ふざけている人の事を言います。面白い人も該当します。小馬鹿にした言い方になるので、フォーマルな場所では使うのを避けましょう。

例：Con trai tôi trẻ trâu lắm, suốt ngày chỉ biết chơi điện tử mà không lo học hành.

私の息子は本当に子供っぽくて、一日中ビデオゲームばかりして勉強もしません。



### Thả thính ターティン

「Thả thính」は直訳すると「撒き餌」という意味ですが、現代のベトナム語では「ナンパ」や「アプローチ」を指します。

例：Anh ta đang thả thính cô đấy.  
彼はナンパしている。



### Gato ガトー

自分が持っていないものを他人が持っている、ヤキモチや嫉妬心を抱きます。その気持ちを相手に伝えるために、この言葉をよく使います。

例：Tôi GATO với ngoại hình của cô ấy quá!

彼女の容姿を羨ましく思います!





愛と勇気と品質の  
**PRONICS**

**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

見学随時受付中

# PRONICS HANOI SERVICE APARTMENT

🔗【初回宿泊者限定】2024年12月中に事前連絡で、1泊無料招待券をプレゼント!

- 🏠 週3回の掃除・洗濯・アイロン掛け、週1回のリネン交換付き。
- 📺 生活に必要な家具や家電(冷蔵庫・洗濯機・IH調理器・TV・冷房)付き。

- 🇯🇵 日本人には嬉しいバスタブとウォシュレット付き。建物内にジムあり。
- 📺 日本のテレビ番組NHKや民放も視聴可能。インターネットWiFiも無料。
- 🗳️ 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。

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  
✉️ nguyenmy@pronics.com.vn

☎️ 093-650-4505 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。

## 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



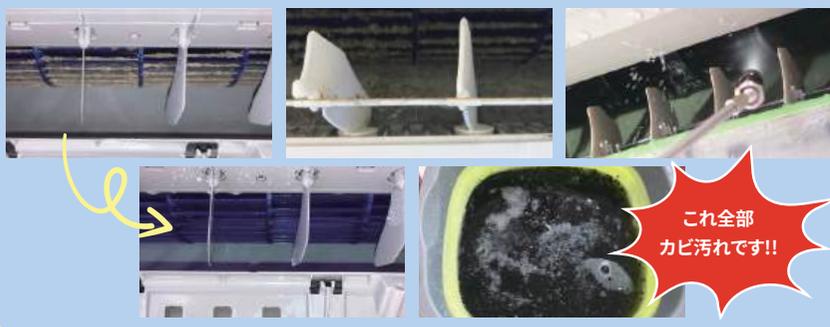
5年連続  
**No.1**

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  
フンイエング省 / 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。

# ベトナム滞在の教科書

## 文化 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。  
今回は経済成長と汚れについて考察していきます。

### 経済成長に伴う「汚れ」

経済成長中の国(俗に言う新興国)は、大気汚染を中心とした環境汚染が深刻化します。これは歴史から見ても明らかです。経済が成長する代償とも言うべき様々な汚染は、なぜ起こるのか。そして、どのようなことに気をつけるべきか、簡潔にまとめてみました。



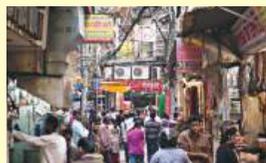
### 高度経済成長期の日本



30年間、経済が低迷していると言われる日本にも、かつては高度な経済成長期がありました。時期は、1955～73年です。同時期とある1950年代後半～1970年代は、イタイイタイ病、水俣病、四日市ぜんそく、新潟水俣病という四大公害病が蔓延しました。これらの主な要因は、工業排水などの汚染物質によるものでした。当時の日本は経済成長を遂げる一方で、公害病が蔓延し、大気汚染も深刻なものでした。

公害病が蔓延し、大気汚染も深刻なものでした。

### 現在の新興国



上位の新興国に指定されているのは、ブラジルやインドなどのBRICやインドネシアやベトナム、エジプトなどのCIVETSといった国々です。これらの国々の大気汚染指数を調べてみると、健康に有害とされる150の数値を超えるところばかりです。ちなみに、

2024年10月7日の数値は、160という非常に高い健康被害数値でした。ハノイはデジタル化が進み、コウザイ区やロンビエン区などの中心地から少しだけ離れたエリアでは高層マンションも増え、便利なショッピングモールも増えました。一方、環境汚染は深刻化しており、日常でも気をつけるべきポイントが多いことは事実です。

参考: [www.iqair.com](http://www.iqair.com)

### 国としての対策



これらの課題に対応するべく、ハノイでは今後様々な対策が予定されています。例えば、公共の乗り物である鉄道路線の拡大、来年から開始予定のハイパーチュン(Hai Ba Trung)区におけるゴミの分別、区域ごとのバイク乗り入れ禁止など、まだいつから始まるのかがわからないのは事実ですが、

国としても環境への配慮はしているようです。これからの対策に期待したい一方、個々人でも対策は早急に打っておくべきでしょう。世界保健機関(WHO)によると、大気汚染による健康被害は甚大であり、呼吸器系の病気だけでなく脳卒中や神経疾患といった病気を引き起こすことが調査でわかっているようです。

参考: [www.who.int](http://www.who.int)

### 個人としての対策



誰でもできる対策として、以下のことに気を付けて下さい。12月頃からハノイの大気汚染は深刻なものとなるため、十分な対策をおすすめします。

- 外出時はマスクを装着し、除菌シートも持ち歩く。
- 食前には爪の隙間や手首、肘まで手洗する。
- 洗濯物は室内で干すなど、なるべく外気との接触を断つ。
- 換気扇など外気の侵入経路はこまめに掃除する。

日頃から、家の中で発生する汚れを落とすだけでなく、外から汚れを入れないことも大切なことです。



### 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>

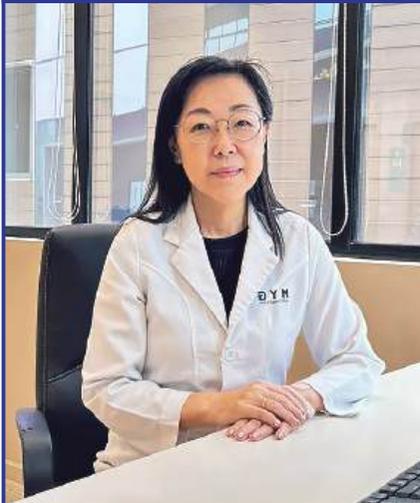
ホーチミン1区院



うがじんもとい  
**宇賀神 基 医師**

専門は内科全般、中でも呼吸器疾患（肺炎、肺癌、喘息など）の診断・治療が得意。胸部CTの読影能力については、放射線科医にも劣らない自信あり。

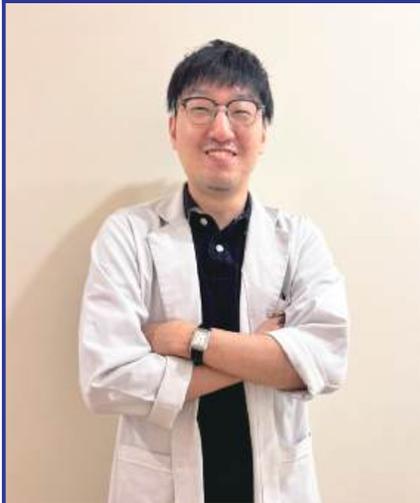
ホーチミン1区院



ひらやま えりこ  
**平山 恵理子 歯科医**

一般歯科30年、インプラント・審美歯科10年の臨床経験。インビザライン症例数40件以上。ベトナムやカンボジアの子どもたちの歯科検診などのボランティア活動にも従事。

ハノイ院



あおき けんこう  
**青木 健剛 医師**

耳鼻咽喉科頭頸部外科医として、大阪国際がんセンター等で勤務。耳鼻咽喉科の症状はもちろん、発熱や下痢等の内科症状も幅広く対応可能。

武田薬品の Dengue 熱ワクチン (QDENGGA) 提供開始しました

接種スケジュール

必要な接種回数は2回  
初回接種の3か月（90日）後に2回目を接種

対象年齢

4歳以上から接種可能 ※妊婦及び授乳中の方は接種不可。  
※一度罹患した方でも接種可能です。

効果

2回接種後、12か月後には約80%の発症の予防及び重篤化の予防ができてと言われています。

価格

ワクチン1回分 ▶ 160万VND  
ワクチン2回分まとめて ▶ 300万VND



※お取り置き、お一人様分のみです。  
※2回分お支払いいただいた場合、返金はできませんのでご注意ください。

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



LINE



ホームページ

ホーチミン1区院

📍 Unit B103, M plaza, 39 Le Duan, Quan 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

ホーチミン7区院

📍 Floor 3A01, The Grace Tower, 71 Hoang Van Thai, Quan 7, HCMC

☎ 028-7771-0170 (日本語・英語・ベトナム語)

🕒 8:00 ~ 17:00 📅 日曜・祝日

ハノイ院

📍 B1, Epic Tower, Alley 19 Duy Tan, Nam Tu Liem, 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

# 俺式ダナン・ホイアン生活

在ベトナム歴10年。ハノイのIT企業にマネージャーとして赴任後、週刊誌のライター、現地スイミングスクールの代表を経て、現在はアニメーションスタジオのマネージャーを務めている日比靖昌さんが、ダナンで見つけたアレコレについて語ります。

📱 ひびやすまさ



多くの海鮮レストランが並ぶ、美しいミーケー (My Khe) ビーチ沿い



新鮮なカツオを刺身としていただく



カツオのタタキは、ベトナムではなかなか食べる機会が少ない



「ダイナマイトナオキ」オーナーの瀬戸直樹さん(写真右)

魚市場でふと見つけた、立派なタチウオ



魚市場で、価格交渉をする瀬戸さんの姿。ベトナム語はペラペラ



## ビーチリゾートの街、シーフードの街

ダナンの街からこんにちは！

私が現在住むダナンは小さな街で、日本人居住者は400人程度と言われています。残念ながら日本人向けの雑誌が発刊されていないこともあり、本コラムを通して、ダナンのさまざまな日本人向け情報を発信していく予定です。

ダナンは、海岸沿いに多くの海鮮レストランが並んでいます。しかし、日本人からすると味付けが濃いところが多く、加えて衛生面や新鮮さも心配になってしまふのが正直なところではないでしょうか。そんな環境下の中、私がいつも周りの人におすすしめしているのが、海鮮レストラン「ダイナマイトナオキ」です。毎週のように通うほどのお気に入りです。同店のオーナー兼店長を務めているのが、瀬戸直樹さん。なんと、彼の人生はかなりの波乱万丈だったようです。

ダイナマイトナオキへ足を運んでいただき、新鮮な魚料理を試してみてください。

魚にこだわる名物オヤジの店

瀬戸さんの少年時代は、暴走族の抗争に参戦し、トラックをダイナマイトで爆破したこともあるそうです。その後はプロボクサーとして活躍したほか、会社の社長に就任した過去も持っています。さらには硫黄島の自衛隊基地や、アメリカ海軍の空母で働いた経験もあります。現在はダナン在住で、16年以上も日本料理店を運営しています。

瀬戸さんは、季節、時間帯に合わせて、ダナンで複数ある魚市場の中から、最適な魚を仕入れてきます。売り子さんとはベトナム語で値段交渉し、それが毎日の日課となっています。撮影当日はカツオを買い、一緒にダイナマイトナオキへ足を運んでいただき、新鮮な魚料理を試してみてください。

大きなロブスターも生きたまま売られていた



魚市場から店舗に戻ったら、すぐに仕込みを行う



朝一で獲れたという4kgのカツオを購入





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！

相談  
無料



個室およびシェアスペースには必要な家具、設備が完備されているほか、会議室やパントリー、複合機もご利用いただけます。会議室と一部スペースは、ドロップイン利用も可能なので、出張時や社外ミーティングにもおすすめです。



LINEで今すぐ  
利用状況をチェック！



7F, Star Bldg., 33 Ter-33 Bis, Mac Dinh Chi, Quan 1, HCMC

☎ 028-6299-5082

🕒 8:00~17:00 📅 土日祝

✉ info@sotochika.com



## ハノイ/パソコンモニターの買取

24インチ前後のパソコンモニターを1台探しています。机にぴったり収まるサイズのを希望します。安ければ安いほどありがたいです。買取希望価格は電話にてご提示ください。

☎ 035-296-0543 (近藤)

## お知らせ

### ハノイ・ホーチミン市/雑誌の配達先募集

Walking Vietnamでは、企業への雑誌郵送・配送を無料で承っています。受け取りをご希望の方は、企業名、郵送・配達先の住所、電話番号など、詳細をメールでご連絡ください。無料郵送・配送は期間限定で、終了時期は未定ですので予めご了承ください。

✉ info@walking-vietnam.net

### ハノイ・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

## お詫びと訂正

「Walking Vietnam」2024年11月号のp.29「和牛割烹刀/Wagyu Kappo KATANA」様の広告内容に誤りがありました。正しくは下記のとおりです。読者の皆様ならびに関係者の皆様にご迷惑をおかけいたしましたことを深くお詫び申し上げます。

誤：JCCHまたはJCCCIの会員の方は、会計より5%OFFとソフトバンクを1つ無料

正：JCCH・JCCCI会員の方は、会計より5%OFF&ソフトドリンクが1つ無料

## W-STATION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

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

2025年1月号掲載の締め切りは2024年12月5日

※掲載は1人・社・団体につき1情報まで、内容は営利活動に限りません。

※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/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 35.000VND/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 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

## Hà Nội/Tuyển nhân viên nhà hàng

Nhà hàng Grill Seibu cần tuyển nhân viên pha chế, nhân viên phục vụ, nhân viên bếp. Vui lòng liên hệ theo địa chỉ dưới đây.

☎ 098-907-7781

✉ manager@grillseibu.com.vn

## 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 nhà hàng

Nhà hàng Miyakoya cần tuyển nhân viên phục vụ và nhân viên bếp (full-time & part-time). Ưu tiên ứng viên đã có kinh nghiệm làm bếp Teppanyaki hoặc làm tại nhà hàng Nhật, giao tiếp được tiếng Anh hoặc tiếng Nhật, nhanh nhẹn, chịu khó. Chưa có kinh nghiệm sẽ được đào tạo. Chi tiết về công việc và lương thưởng vui lòng liên hệ trao đổi.

☎ 0374951123 (Diệp)

## TP.HCM/Tuyển nhân viên phục vụ

Nhà hàng Modis Dining Paradise cần tuyển nhân viên phục vụ ca 17h00-22h00. Lương 30.000VND/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)

## 買います

### ハノイ/電子ピアノの買取

電子ピアノを安く譲ってくださる方を探しています。可能であれば、引越時などでも持ち運びがしやすいサイズのを1台希望します。買取希望価格はメールにてご提示ください。

✉ barobaroo0002@yahoo.co.jp (加藤)

## 求人

### ハノイ/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)

### ハノイ/レストランスタッフ募集

三代目石田屋では、日・英のコミュニケーションが可能なレストランマネージャー、キッチンスタッフ(コンロ、グリル、前菜、デザート)、食器洗いスタッフを募集しています。仕事内容や給与の詳細は、下記までお問い合わせください。

✉ kappouishida@gmail.com

👤 石田 高浩

### ハノイ/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運営しており、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

### ハノイ・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

### ハノイ・ホーチミン市/日本語教師募集

KOHI日本語センター Hanoi校とHo Chi Minh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)

### ハノイ/管理者・キッチン・配膳担当募集

ファンケーピンにある居酒屋昭和では、明るくまじめなスタッフを募集しています。キッチン、配膳スフ共に、時給3万〜4万VND、月給750万〜1500万VND。能力によって変動あり。各種保証あり。管理者の給与は要問い合わせ。

☎ 079-309-6668

### 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

SODA SINGHA MAKES  
WHISKY HIGHBALL  
PERFECT!



## SINGHAソーダ

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

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



## 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

# 仲間と出会う Meet Up

### 【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。



## ハノイ国際ハンドボールチーム

**趣** 男女、経験者問わず募集中です。日本人のみならず、10カ国ほどの外国籍メンバーも参加しています。週末、不定期でベトナム人主催の大会に参加しているほか、ベトナムのプロチームとの練習試合も行っています。まずはお気軽にご連絡ください！

**開** 火曜20:30～

**場** 671 Hoang Hoa Tham, Vinh Phuc, Ba Dinh  
**電** patotine.tv@gmail.com

## 県人会

### 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  
**電** 090-340-4720 (宮田)

### 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)  
**電** flyinglion@hotmail.com (須田)

### 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  
**電** 093-125-7699 (本田)

### 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  
**電** akihir-tanaka@secomvn.com.vn

### 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  
**電** 096-754-4250 (まさ)  
**電** 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  
**電** maeda@chubutsu.co.jp (前田)

## 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)  
**電** kikuchiyosuke@gmail.com (菊地)

## 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)  
**電** waka.yuhi@gmail.com  
**電** 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)

## 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  
**電** fc.reddoor.vn@gmail.com

## ゆるバス



**趣** 火曜夜に経験者、未経験者関係なくゆる～く(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)  
**電** hanoi.volleyball@gmail.com  
**電** HANOI Japanese Volleyball Club

## 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** VNTennis (Dich Vong St., Cau Giay Dist.)  
**電** 083-831-3347 (掛谷)  
**電** kakeyan0506.com@gmail.com

## 日本人会ゴルフコンペ

**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)  
**電** 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)  
**電** 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)  
**電** sum\_pao@yahoo.co.jp

## 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。グローブが無い方も可。  
**開** 日曜午前  
**場** St. Paul American School  
**電** 086-708-0645 (日高)  
**電** nadeshico.hanoi.2024@gmail.com

## 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)

## 犬会(犬の怖さを知る会)

趣 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  
✉ tomo.yezi1989@gmail.com (田中)

## Under forty 会

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

## 働く女子会



趣 ハノイで働いている女性なら誰でも大歓迎! 新メンバーも多く、和やかな雰囲気の中で親睦を深めています。お気軽にご参加下さい。  
開 2~3か月に1回  
場 ハノイ市内の飲食店  
☎ 090-210-9089 (三浦)  
✉ amiura@pasonatech.vn

## アフリカハノイ会

趣 これまで仕事や観光、勉強でアフリカにいたことのある人同士で、ハノイのアフリカ料理を食べつつ、アフリカの思い出について語る会。  
開 2か月に1回程度(平日)  
場 ハノイ市内  
☎ 039-372-3310  
✉ teisawan@gmail.com (小池)

## ハノイ75年会

趣 1975年生まれ同年会。  
開 1~2か月に1回  
場 ハノイ市内飲食店  
✉ torutanaka@mgreeny.com (田中)

## 789会

開 1978年及び79年生まれ懇親会。  
場 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か月に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年生まれ懇親会。  
開 1~2か月に1回  
場 ハノイ市内の飲食店  
✉ hanoi.vn.8485@gmail.com (谷)

## 87会(87年生まれ会)

開 2~3か月に1回  
✉ steinsgate1988@gmail.com

## ハノイ90年会

趣 1990年1月~1991年3月生まれ懇親会。  
開 不定期開催(2~3か月に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か月に1回  
場 ハノイ市内  
✉ arswyshr@gmail.com (有澤)

## ハノイ97会

趣 1997年生まれ懇親会。年齢が近い方でもOKです。  
開 1~2か月に1回  
場 ハノイ市内  
✉ hanoi1997s@gmail.com (丸岡)

## 同窓会

## 拓殖大学学友会ベトナム支部

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

## 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  
✉ s.o76.eve@gmail.com  
☎ cager19  
✉ ozw.sho

## 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か月に1回  
場 ハノイ市内飲食店  
✉ hanoi.gaigokai@gmail.com (永尾)

## 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か月に1回  
場 ハノイ市内  
✉ iwashina.shizugin@gmail.com (岩島)

## ハノイ愛知県人会

趣 愛知県に縁のある方の懇親会。愛知県を通過したことのある方でもOKです。  
開 1~2か月に1回  
場 ハノイ市内  
✉ aichi.hanoi@gmail.com (丸岡)

## 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

## 粉もんちやうん会(ハノイ大阪人会)

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

## 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か月に1回  
場 ハノイ市内飲食店  
✉ hanoiokayamakenjinkai@mail.com (岸川)

## 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か月に1回)  
場 ハノイ市内飲食店  
✉ Kanose.k@ogino.com.vn (鹿瀬)

## 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か月に1回  
場 都度決定ハノイ市内飲食店  
☎ 039-863-2090 (富田)  
✉ hanoi Miyazaki jinkai@gmail.com

## 同年会

## ハノイ72会

趣 1972年生まれ懇親会。  
開 1か月に1回開催予定  
場 ハノイ市内飲食店  
✉ tashirou@yoshimurakogyo.com (長尾)

## ハノイ1973会

趣 おニャン子クラブや元気が出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)

## ハノイ1974年会

趣 1974年生まれ懇親会。  
開 1か月に1回  
場 ハノイ市内飲食店  
✉ f.yamagami@gmail.com (山神)

## Danang Japanese Baseball Team (仮称: Danang Ron Samurai)



**趣** SHBダナンFCの旧ホームスタジアムで、3カ国で野球をやっています。天然芝のスタジアムでゆるーく楽しくキャッチボールをして、打って走らしましょう!

**開** 1カ月に1回、土・日曜午前  
**場** チーラン (Chi Lang) スタジアムなど  
**✉** arima.s08.uhome@gmail.com (有馬)  
**f** Danang Japanese Baseball team (仮Danang Ron Samurai)

## 南部

### スポーツ

#### Guppies (ぐっぴーず) バスケットボール

**趣** 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)  
**✉** s\_kajiwara0716@yahoo.co.jp (梶原)  
 nooneone3511@gmail.com (庄司)

#### おじさんクライミング

**趣** おじさんだけでクライミングを楽しんでいます。  
**開** 土曜10:00~  
**場** Vertical Academy  
**電** 097-966-2015  
**✉** ecorock18@gmail.com (関口)

#### ナタラジャ (Nataraja) ダンスの会

**趣** ポリウッドダンスとズンパを楽しむ会。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** 【ポリウッド】火・木~土曜、【ズンパ】水・金曜  
**場** ホーチミン市3区スタジオ  
**電** 093-212-1753  
**✉** rani\_mumbai2002@yahoo.com

#### 侍サイゴンズ



**趣** 野球を楽しむとともに、ベトナムでの野球普及に努めています。野球未経験者、女性メンバーも活躍中です!

**開** 日曜  
**場** Becamex Baseball field (ビンズン省新都市)  
**✉** sgnbaseball@gmail.com (運営)

## 白い金曜日 - White Friday

**趣** 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次第、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)

## 東京都会

**趣** 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)  
**✉** cross3570@gmail.com (植村)

## 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)

## 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  
**✉** hanoidonguri2020@gmail.com  
**f** dongurihanoi

## ドンメシ

**趣** 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  
**✉** uev-ueda@kamihimo.jp (植田)

## 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

## 中部

### スポーツ

#### DaNang Fight Club



**趣** ミット打ち、マスパ、ライトスパなどで安全にボクシングをしています。初心者も未経験者も、リングで楽しくボクシング!

**開** 1カ月に2~3回、日曜午後  
**場** グーハンソン (Ngu Hanh Son) 区のプロスリング  
**✉** arima.s08.uhome@gmail.com (有馬)  
**f** DaNang Fight Club

## 河内猛虎会

**趣** 「子どもから大人まで楽しもう」を目標にして、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  
**電** 081-299-1692 (二宮)  
**✉** hanoi\_moukokai@yahoo.co.jp

## Xuan Voce (スアンボーチェ)



**趣** 女性のコーラスグループです。様々な歌を楽しく歌っています。

**開** 水曜  
**場** V-Art Space (シブチャー内)  
**✉** xuanvoce2015@gmail.com (岩村)  
**f** xuanvoce.hanoi

## 子育て中のパパ友会

**趣** ハノイで子育てをしている父親限定の会。食事をしながら、子育て情報の共有や意見交換などをつつ、パパ友の輪を広げましょう。

**開** 2カ月に1回程度  
**場** ハノイ市内  
**電** 039-372-3310  
**✉** teisawan@gmail.com (小池)

## ホアンキエム湖清掃活動

**趣** 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)  
**✉** kuroken4287@gmail.com (黒木)  
 n-tamai@fivegate.co.jp (玉井)

## ハノイビリヤード同好会

**趣** 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)  
**✉** gadget39@icloud.com (坂本)  
**f** gadget39 (坂本)

## ハノイローカルSHOP巡りの会

**趣** いつも日本人街にいたのではなく、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)  
**✉** sumijun5@gmail.com

## 三水会

**趣** 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  
**✉** naoki.sugita@mc-net.co.jp (杉田)



## 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。)



[msgvn\\_onlineagent@vn.msg-asia.com](mailto:msgvn_onlineagent@vn.msg-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

# 編集後記



ベトナム人Lの営業活動が始まり、オフィスにいないことが多くなった。編集ボスRとなかなか会えない日が続いたことで、どうやらRはLが本当に営業活動をしているかどうかを疑っている様子。

- L** 戻タダイマリました♪あ、R  
サン、来てたノオ?
- R** 来てたのお?じゃない!こんな時間まで、わざわざお前を待ってたんだ。
- L** アラヤダ、でもアタシ、今ハ彼氏募集してないですヨ。
- R** は?ウシはお前みたいいなチンチクリンには興味はない!
- L** 相変わらずの照れ屋さんですネ。それア、用ってなんですか?
- R** チツ。お前が新しい広告の契約が取れるか取れないかという話を耳にしてたな。
- L** ワオ、情報が早い。
- R** 次号のページ割を考えるから、早く報告しなさい。何も取れてないとは言わせないぞ。
- L** エッ!せっかく温泉に浸かってRサンからのストレスを解消してきたノニ、早速台無し!
- R** 温泉...だと?お前、今は就業時間中だ!何を遊んでるんだ!
- L** 失礼ですネ!ちゃんとした、営業活動ですヨ。
- R** 温泉で営業!?ま、まさか、そんな破廉恥なことを平然と...!?
- L** ハレンチ?ワタシ、そんなヒウイな言葉ワカリませ〜ン。
- R** 冗談を言うな!ここまで築き上げてきた誌面のクリーンなイメージがバーに...  
(涙)
- L** ハイ、コレ契約書。ココの会社名をちゃんと読んでクダサイ。
- R** : 温泉リゾート?  
広告掲載の契約をしてくれて、しかも無料で温泉入っていいヨって言ってくれまシタ。
- R** お:おう、そうだったのか。それは、よくやったな。うむ、丁寧に扱いなさい。
- L** コレだから年寄りハ、早とちりで困っちゃうワ。ホロ酔い気分まで台無し。
- R** ほろ酔い:まさか、ついでに酒も飲んできたな!?!どおりで今日は陽気だと思ったら!
- L** ハイ、コレ。バーとの契約書。なんだとー!?



Lが浮かれ気分(?)で訪れた温泉施設。次号で紹介予定なので楽しみに!

## Special Thanks

Inoue Shota  
Kamogawa Reima  
Kamogawa Manami  
Bui Thanh Tung  
Ha Minh Anh  
Phung Thuy Linh

(順不同)

Walking Vietnam 2025年1月号は...

## 特集: い〜い湯だなベトナム♪ (仮)

温泉=日本特有の文化、とは限りません。ベトナムには意外にも、複数の温泉リゾートが存在します。次号では北・中・南部それぞれの注目施設を紹介します。次日本に一時帰国したら温泉旅館に泊まりたい!でも、すぐの帰国は難しい...という方は、ひとまずベトナムの温泉地を楽しんでみませんか? 2025年旧正月テト(Tet)中の旅行の参考にもどうぞ。

# “歩く”がテーマの生活情報誌 **WALKING** VIETNAM

日本人営業が常駐で安心  
にお任せください

顧客獲得の認知に広告掲載が有効です

掲載できる  
情報量が豊富

WEBサイトにも  
無料掲載

日本クオリティの  
デザインが可能

そのまま販促に  
活かせる

## ウォーキングベトナムなら

- 編集や校閲が内容を精査しているので
- ✓ 信頼性が高く企業価値が向上する
- 300カ所以上に設置しているので
- ✓ 幅広い層の読者にアプローチが可能
- 関心の高い観光をテーマに現地取材しているので
- ✓ 保存性が高く繰り返し見てもらえる
- 五感を刺激するので
- ✓ 他の媒体に比べて記憶に残りやすい
- 美しく伝わりやすいデザインなので
- ✓ 有効的で訴求力の高いPRが可能

まずはお気軽にお問い合わせください

035-296-0543 日本語：松本 094-762-3169 ベトナム語：Son

✉ info@walking-vietnam.net 🌐 walking-vietnam.net

絶賛更新中!!



フォローしてたら  
いいことあるかも



📷 walking\_vietnam



📘 walkingvnmedia

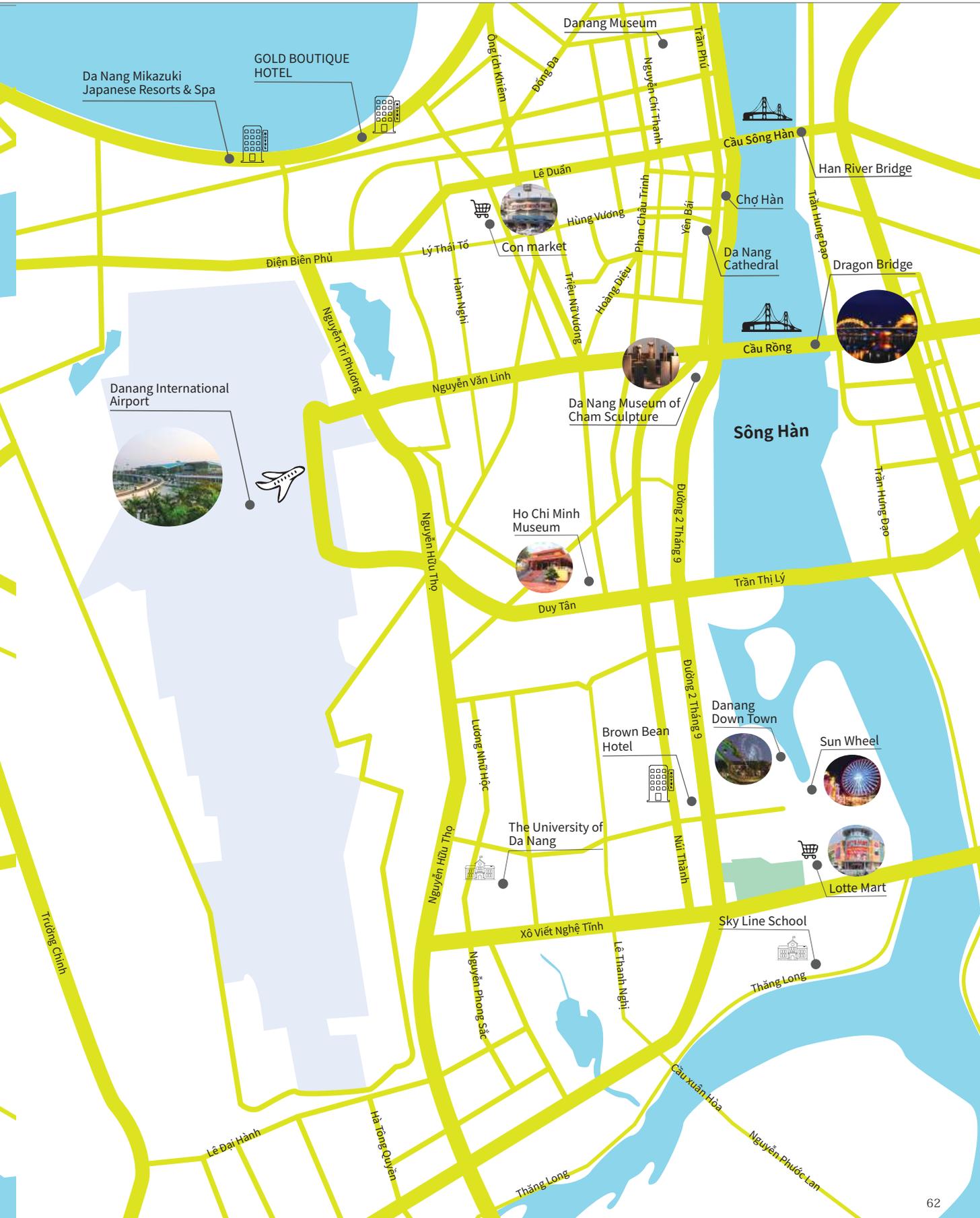


🌐 Walking Vietnam

# ハノイ観光名所マップ



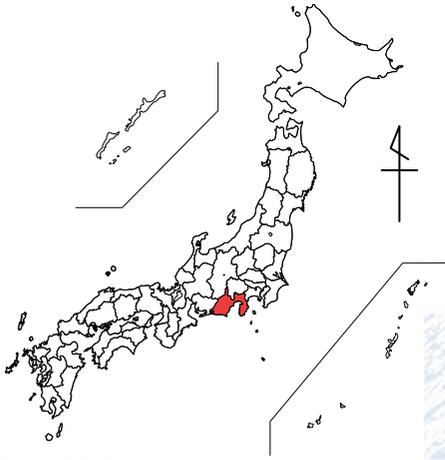
# ダナン観光名所マップ





# 世界がまだ知らない 日本の絶景へ

静岡県編



静岡県は、富士山をはじめとする豊かな自然環境が広がっています。それだけでなく、数々の温泉地や海鮮グルメなどさまざまな楽しみ方ができるほか、冬になると富士山の雪化粧が一層美しい景観を演出します。今号では、冬に訪れたい静岡県のスポットを紹介します。

## 富士山の麓に広がる壮大な自然美

静岡県は日本の中部地方に位置し、豊かな自然と深い歴史が息づく地です。雄大な山々や滝などの自然景観をはじめ、熱海や伊豆の温泉地は、豊富な温泉と共に高いリゾート感を味わうことができ、リラクゼーションの場としても最適です。東京都から新幹線で約1時間、大阪府から約2時間半とアクセスも良好で、日帰り旅行も可能です。また、東名高速道路や伊豆スカイラインなど車でのアクセスも便利です。

注目すべきスポットは、何と言っても世界遺産の富士山。その壮大な景観は四季を通じて異なる表情を見せ、訪れる人々を魅了し続けています。冬になると、富士山頂と太陽が重なるダイヤモンド富士が見られる、この時期ならではの魅力も詰まっています。また、駿河湾や相模湾に面しているため、サクラエビやシラス、カツオなどの新鮮な海産物を使った地元料理は絶品です。

静岡県はその自然、歴史、そして美食に恵まれた地域であり、訪れるすべての人に多様な魅力を提供します。一度足を運べば、その魅力に再び訪れたいくなることでしょう。



## ダイヤモンド富士

ダイヤモンド富士は、富士山の山頂と太陽が重なり、沈むまでの間に、ダイヤモンドのように輝く現象のこと。山中湖や田貫湖をはじめ、富士山が東か西の方向に見える場所から、かつ気候条件が良ければ、秋から冬にかけての期間に見ることができます。

住 富士宮市北山

電 054-421-3220 (静岡県富士山世界遺産センター内)

休 9月11日～6月30日

料 2000円 [www.fujisan-climb.jp](http://www.fujisan-climb.jp)

## 三保松原

三保半島にある景勝地で、その美しさから名勝に指定され、日本新三景、日本三大松原の一つに選ばれています。約5kmの海岸に約3万本の松が生い茂り、その緑と白波が打ち寄せる様子と富士山が織りなす風景が有名で、さまざまな絵画や和歌に表現されてきました。

住 静岡市清水区三保1338-45

電 054-340-2100

営 9:00～16:30

<https://miho-no-matsubara.jp>

## 三島スカイウォーク

2015年に開業した、日本最長を誇る400mの巨大な吊り橋。伊豆と箱根の中間に位置しており、富士山と駿河湾を一望できる絶景スポットです。自然を体験できるアスレチックやジップラインなどのアクティビティも楽しめます。

住 三島市世原新田313

電 055-972-0084 営 9:00～17:00

料 大人1100円、中学・高校生500円、小学生200円

<https://mishima-skywalk.jp>





### 三嶋大社

源頼朝が源氏の再興を祈願してそれが成就したことで有名になり、勝負運のご利益としても人気です。境内には、天然記念物にも指定されている樹齢1200年の金木犀や、重要文化財にもなっている総ケヤキ素木づくりの御殿など、貴重な建物が残っています。

住 三島市大宮町2-1-5  
電 055-975-0172  
営 8:30 ~ 17:00

料 境内無料、宝物館：一般500円、  
高校・大学生400円、小・中学生300円  
www.mishimataisha.or.jp



### 白糸の滝

新富士火山層と古富士火山層という、異なる地層が作り出す絶壁から湧き出る、天下の名瀑です。この滝は、水を通す上部の新富士火山層と水を通さない下部の古富士火山層の境界に位置し、高さ20m、幅150mの曲線を描く絶壁から、数百におよぶ大小さまざまな水流が落下しています。

住 富士宮市上井出273-1  
電 054-427-5240  
営 8:30 ~ 16:30 (駐車場)  
www.city.fujinomiya.lg.jp/kankou/l1ti2b00000018ez.html

### 富士山本宮浅間大社

富士山の噴火を鎮めるために富士山を神として祀った神社で、全国に多数ある浅間神社の総本宮。この神社は富士山の溶岩流の末端に位置し、境内には溶岩の隙間から湧き出た地下水が池になっている湧玉池があります。この湧玉池は国の特別天然記念物に指定されており、その神秘的な美しさが訪れる人々を魅了しています。

住 富士宮市宮町1-1  
電 054-427-2002  
営 【11月~2月】6:00 ~ 19:00、  
【3月~10月】5:30 ~ 19:30、【4月~9月】5:00 ~ 20:00  
http://fuji-hongu.or.jp/sengen



### 焼津さかなセンター

あらゆる海産物や水産加工品などを購入することができる広大なショッピングセンター。海産物の買い物だけでなく、各種海鮮ランチを食べることができます。レッド通りに面した「さんすい1号店」では、中トロ、エビ、ネギトロなどのネタが乗った「本マグロ中トロ海鮮丼」(1980円)を楽しめます。

住 焼津市八橋4丁目13-7  
電 054-628-1137  
営 9:00 ~ 17:00  
休 1月1日  
www.sakana-center.com



### 萐山反射炉外観

伊豆の国市にある反射炉で、2015年に明治の産業革命の遺産として世界遺産に登録されました。反射炉とは、江戸時代末期に作られた大砲を鑄造する施設で、実際に稼働していた反射炉としては日本で唯一現存するものです。



住 伊豆の国市中268  
電 055-949-3450  
営 【3月~9月】9:00 ~ 17:00、【10月~2月】9:00 ~ 16:30  
休 第3水曜、12月31日~1月1日  
料 高校生以上500円、中学生以下50円  
www.city.izunokuni.shizuoka.jp/bunka\_bunkazai/manabi/bunkazai/hansyarodocuments/hansyarotoha.html



### 柿田川公園

富士山の麓に位置し、園内には多くの湧水が存在します。第一展望台と第二展望台からは、年中途切れることなく湧き出る清水「わき間」を一望することができます。また、湧水広場では訪れた人々が直接水に触れ、その清涼感を体験することが可能です。国指定天然記念物である柿田川のほとりに、川の美しい景観を楽しみながら散歩できる遊歩道が整備されています。

住 駿東郡清水町伏見72-1  
電 055-981-8224  
www.kakitagawa-kanko.jp/sightseeing/kakitagawa

ZEKKEI Japan

https://jp.zekkeijapan.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。

# Khám phá cảnh đẹp Nhật Bản mà thế giới chưa biết đến

Tỉnh Shizuoka



Tỉnh Shizuoka có môi trường thiên nhiên phong phú, bao gồm núi Phú Sĩ. Không chỉ vậy, nơi đây còn có nhiều khu nghỉ dưỡng suối nước nóng và món ngon từ hải sản để thưởng thức, và vào mùa đông tuyết phủ đầy núi Phú Sĩ tạo nên cảnh quan tuyệt đẹp. Số tháng này giới thiệu một số địa điểm thú vị ở tỉnh Shizuoka để ghé thăm vào mùa đông.

## Vẻ đẹp thiên nhiên hùng vĩ dưới chân núi Phú Sĩ

Tỉnh Shizuoka nằm ở miền trung Nhật Bản và là vùng đất có thiên nhiên phong phú và lịch sử lâu đời. Phong cảnh thiên nhiên bao gồm những ngọn núi và thác nước hùng vĩ, cùng các khu vực suối nước nóng như Atami và Izu với nhiều suối nước nóng và bầu không khí nghỉ dưỡng tạo thành một địa điểm lý tưởng để thư giãn. Chỉ mất khoảng 1 giờ từ Tokyo và 2,5 giờ từ Osaka bằng tàu shinkansen để tới đây nên bạn có thể đi về trong ngày. Bạn cũng có thể dễ dàng di chuyển bằng ô tô qua đường cao tốc Tomei và Izu Skyline.

Địa điểm đáng chú ý nhất phải kể tới di sản thế giới núi Phú Sĩ. Phong cảnh hùng vĩ của nơi đây mang vẻ đẹp khác nhau qua bốn mùa làm say đắm du khách. Vào mùa đông, du khách có thể chiêm ngưỡng hiện tượng Diamond Fuji khi mặt trời chạm đỉnh núi Phú Sĩ. Ngoài ra, do nơi đây giáp vịnh Suruga và vịnh Sagami, các loại ẩm thực địa phương sử dụng hải sản tươi sống như tôm sakura, cá cơm shirasu và cá ngừ katsuo rất đáng để thử.

Tỉnh Shizuoka là một vùng đất có thiên nhiên, lịch sử và ẩm thực phong phú, mang lại nhiều điểm tham quan hấp dẫn cho tất cả du khách ghé thăm. Một khi đã đến đây, bạn sẽ muốn quay lại nhiều lần để khám phá thêm.



## Mishima Skywalk

Được khánh thành vào năm 2015, đây là cây cầu treo khổng lồ dài nhất Nhật Bản với độ dài 400m. Nằm giữa Izu và Hakone, cây cầu này mang đến tầm nhìn ngoạn mục ra núi Phú Sĩ và vịnh Suruga. Du khách cũng có thể tham gia các hoạt động như vượt chướng ngại vật hay trượt zipline để trải nghiệm thiên nhiên.

Địa chỉ 313 Sasahara Shinden, Mishima-shi

SĐT 055-972-0084 Giờ mở cửa 9:00~17:00

Chi phí Người lớn 1100 yên, học sinh THCS&THPT 500 yên, học sinh tiểu học 200 yên

https://mishima-skywalk.jp



## Diamond Fuji

Diamond Fuji là hiện tượng mặt trời chạm đỉnh núi Phú Sĩ và tỏa sáng như kim cương cho đến khi lặn. Có thể nhìn thấy hiện tượng này từ hồ Yamanaka, hồ Tanuki và các địa điểm khác có thể nhìn thấy núi Phú Sĩ từ phía đông hoặc phía tây trong điều kiện thời tiết tốt, trong khoảng thời gian từ mùa thu đến mùa đông.

Địa chỉ Kitayama, Fujinomiya-shi

SĐT 054-421-3220 (Trung tâm Di sản Thế giới Núi Phú Sĩ tỉnh Shizuoka)

Ngày nghỉ 11/9~30/6

Chi phí 2000 yên www.fujisan-climb.jp

## Rừng thông Miho no Matsubara

Nằm trên bán đảo Miho, danh lam thắng cảnh này đã được công nhận là 1 trong 3 cảnh đẹp mới của Nhật Bản và là 1 trong 3 rừng thông lớn nhất Nhật Bản. Dọc bờ biển dài 5km là 30 nghìn cây thông mọc trải dài, và nơi đây nổi tiếng với quang cảnh những tán lá xanh, những con sóng trắng xóa vỗ bờ và núi Phú Sĩ, đã được mô tả nhiều trong tranh vẽ và âm nhạc.

Địa chỉ 1338-45 Miho, Shimizu-ku, Shizuoka-shi

SĐT 054-340-2100

Giờ mở cửa 9:00~16:30

https://miho-no-matsubara.jp





### Đền Mishima Taisha

Ngôi đền trở nên nổi tiếng vì Minamoto no Yoritomo cầu nguyện cho sự hồi sinh của gia tộc Minamoto và được ứng nghiệm, đồng thời được biết đến là một nơi cầu chiến thắng linh ứng. Trong khuôn viên đền vẫn còn nhiều công trình có giá trị, bao gồm một cây hoa mộc vàng 1200 năm tuổi được công nhận là di tích thiên nhiên, và một cung điện làm bằng gỗ zelkova đã được công nhận là tài sản văn hóa quan trọng.

**Địa chỉ** 2-1-5 Omiya-cho, Mishima-shi  
**SĐT** 055-975-0172  
**Giờ mở cửa** 8:30~17:00

**Chi phí** Khuôn viên đền: miễn phí,  
Nhà trưng bày: Người lớn 500 yên, học sinh THPT & đại học 400 yên,  
học sinh tiểu học & THCS 300 yên.  
**Website** www.mishimataisha.or.jp



### Đền Fujisan Hongu Sengen Taisha

Đây là ngôi đền thờ núi Phú Sĩ như một vị thần dập tắt sự phun trào của núi Phú Sĩ, và là trụ sở của nhiều đền thờ Sengen tại Nhật Bản. Ngôi đền này nằm ở cuối dòng dung nham của núi Phú Sĩ, nằm trong khuôn viên là ao Yushitama, một ao nước hình thành từ nước ngầm phun ra từ các khe nứt của dung nham. Ao Yushitama này được công nhận là di tích thiên nhiên đặc biệt của Nhật Bản, với vẻ đẹp bí ẩn thu hút du khách.

**Địa chỉ** 1-1 Miyamachi, Fujinomiya-shi  
**SĐT** 054-427-2002  
**Giờ mở cửa** [Tháng 11~tháng 2] 6:00~19:00,  
[Tháng 3, tháng 10] 5:30~19:30, [Tháng 4~tháng 9] 5:00~20:00  
**Website** http://fuji-hongu.or.jp/sengen



### Thác Shiraito

Là một trong những thác nước nổi tiếng nhất thế giới, hệ tầng núi lửa Shinfujii và hệ tầng núi lửa Kofujii là hai tầng khác nhau tạo thành một vách đá dựng đứng. Thác nước nằm ở ranh giới giữa hệ tầng núi lửa Shinfujii phía trên có nước chảy qua, và hệ tầng núi lửa Kofujii phía dưới không có. Hàng trăm dòng suối nhỏ đổ xuống từ vách đá cong cao 20m, rộng 150m.

**Địa chỉ** 273-1 Ueide, Fujinomiya-shi  
**SĐT** 054-427-5240  
**Giờ mở cửa** 8:30~16:30 (bãi đỗ xe)  
**Website** www.city.fujinomiya.lg.jp/kankou/ltti2b00000018ez.html



### Bên ngoài lò phản xạ Nirayama

Tọa lạc tại thành phố Izunokuni, đây là lò phản xạ được công nhận là di sản thế giới vào năm 2015 với vai trò di sản của Cách mạng công nghiệp thời Minh Trị. Được xây dựng vào cuối thời kỳ Edo để đúc đại bác, đây là lò phản xạ duy nhất còn tồn tại ở Nhật Bản thực sự đang hoạt động.

**Địa chỉ** 268 Naka, Izunokuni-shi  
**SĐT** 055-949-3450  
**Giờ mở cửa** [Tháng 3~tháng 9] 9:00~17:00, [Tháng 10~tháng 2] 9:00~16:30  
**Ngày nghỉ** Thứ Tư thứ 3 hằng tháng, 31/12~1/1  
**Chi phí** Học sinh THPT trở lên 500 yên, học sinh THCS trở xuống 50 yên  
**Website** www.city.izunokuni.shizuoka.jp/bunka\_bunkazai/manabi/bunkazai/hansyarou/documents/hansyarotoha.html



### Trung tâm cá Yaizu

Một trung tâm mua sắm rộng lớn, nơi bạn có thể mua tất cả các loại hải sản và thủy sản chế biến. Ngoài việc mua sắm hải sản, du khách cũng có thể thưởng thức bữa trưa với các loại hải sản khác nhau. Tại quán "Sansui số 1" đối diện với đường Red, bạn có thể thưởng thức "Honmaguro Chutoro Kaisen-don" (1980 yên), gồm cá ngừ chutoro, tôm, cá ngừ bằm negitoro, v.v.

**Địa chỉ** 4 chome 13-7 Yagusu, Yaizu-shi  
**SĐT** 054-628-1137  
**Giờ mở cửa** 9:00~17:00  
**Ngày nghỉ** 1/1  
**Website** www.sakana-center.com



### Công viên sông Kakita

Công viên nằm dưới chân núi Phú Sĩ và có rất nhiều suối nước. Từ đài quan sát thứ nhất và thứ hai, bạn có thể ngắm toàn cảnh "Wakima", dòng nước ngọt liên tục chảy quanh năm. Tại quảng trường suối nước, bạn cũng có thể trực tiếp chạm vào nước và trải nghiệm sự mát lạnh. Dọc theo bờ sông Kakita, một di tích thiên nhiên quốc gia, có một lối đi dạo nơi du khách có thể tản bộ trong khi thưởng ngoạn cảnh đẹp của dòng sông.

**Địa chỉ** 72-1 Fushimi, Shimizu-cho, Suntou-gun  
**SĐT** 055-981-8224  
**Website** www.kakitagawa-kanko.jp/sightseeing/kakitagawa

# ZEKKEI Japan

<https://jp.zekkeijapan.com>

Hãy truy cập website để biết thêm 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.





消防に関する改修工事の実績が豊富

行政当局への申請がスムーズ



ローカル建設業者に依頼したいけど……  
安心できる業者が見つからない  
ベトナム語での商談はハードルが高すぎる

あいみつで違いがわかる



### 日系施工実績

- Y 社 工場建設、防火設備工事
- D 社 消防法改正による工場改修工事
- N 社 アパート建設、給排水、電気設備工事
- M 社 ホテル内装設計
- F 社 工場空気調和設備、エアコン設置
- J 社 事務所内装設計・工事

現地調査・お見積り無料



HP



LINE



Zalo

建築設備総合エンジニアリング企業

**NCC**  
Tương lai Đất Việt

**NCC International JSC**

【Head Office】366, Doi 2, Thon Sap Mai, Dong Anh, Hanoi

【Hanoi Office】12, Ngo 196 Phuc Loi, Long Bien, Hanoi

【HCMC Office】44, Khu Nha O Bac Dinh Bo Linh, Binh Thanh, HCMC

日本人窓口

☎082-494-1982 ✉infojp@nccjsc.com



代表 レ・ヴァン・ティンさん



2階

13名様まで入る個室と  
半個室もございます！

# Asakusa Restaurant ホルモン焼肉



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



馬刺し



牛タン刺身



牛レバー刺身



ホルモン盛り合わせ

90分 飲み放題付 55~75万VND  
忘年会コース  
ご予算とご希望に合わせてご用意いたします。  
受付人数4名様以上。お電話にてご予約ください。



牛モツ煮



牛ホルモン炒め



野菜天ぷら



牛タン鍋

月火水限定  
予約時に「Walking誌を見た」と伝えると  
会計より10%OFF  
2024年12月31日(火)まで



博多もつ鍋



牛タン鍋



炙り焼き



## あさくさレストラン (居酒屋)

住 30 Nguyen Van Ngoc, 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, 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





# WAGYU KAPPO KATANA

## 和牛割烹

活気あふれる日常から一步離れ、  
静かな風情と上品な雰囲気が漂う

「和牛割烹刀-KATANA-」



### 特別な空間

エレガントでラグジュアリーな完全予約制の個室は、特別な会合や接待などのビジネスシーンに最適です。世界に誇る日本の美食とおもてなしの真髄をご堪能いただけます。



### 極上の味わい

熟練の目利きが厳選した最高の鮮魚と肉質4等級以上の黒毛和牛を日本より独自のルートで輸入し、経験豊富なシェフにより孤高の味覚をご提供します。



#### 特典①

予約時に「Walking誌を見た」と伝えると、**2024年12月限定**で「手ぶらでBBQ」の海鮮セット・肉セット(50万VND/人)が**10%OFF!**

#### 特典②\*

JCCH・JCCI会員カードの提示で、会計より**5% OFF** & ソフトドリンクが**1杯無料!** 会員以外は、予約時に「Walking誌を見た」と伝えると同じ特典が利用可能です。

2024年12月31日(火)まで

## 和牛割烹刀 -KATANA-

33 Mai Thi Luu, Quan 1, HCMC

電話	097-635-0021
ランチ	11:00 - 14:30 L.O. 14:00
ディナー	17:00 - 23:00 L.O. 22:00
定休日	月曜
Email	invoice.maishintastevn@gmail.com



LINE



INSTAGRAM



ZALO