

Nhiều tác giả

# WALK!NG 04

VIETNAM

歩くって、楽しい！  
2025

Take Free



ハイフォンで味わうロイヤル気分  
異国文化と  
未来都市が融合した  
ヴーイエン島へ

Đảo Vũ Yên - Giao thoa văn hóa và thành phố tương lai

IZAKAYA

# 歓送迎会も 昭和!

SHOWA

デートにぴったり  
カップルシートあり

\ TikTok始めました! /



## 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

**プロンズ (B)** 10品 29万9000VND  
やみつきキャベツ、から揚げ、餃子など

**シルバー (S)** 12品 39万9000VND  
B+昭和サラダ、鉄板ハラミ焼きなど

**ゴールド (G)** 14品 49万9000VND  
B+S+牛タン塩焼き、チキン南蛮など

※一部は別メニューに置き換え

**A プラン** 15種類 14万9000VND  
生・瓶・缶ビール、ソフトドリンクなど

**B プラン** 33種類 24万9000VND  
A+ハイボール、各種ジュースなど

**C プラン** 39種類 34万9000VND  
A+B+チューハイ、焼酎など

※30分延長プランもあり

## 【組み合わせ例】シルバー (S) + A プラン

枝豆	生ビールサッポロ	ウーロン茶
昭和サラダ	サッポロビール(瓶)	ミネラルウォーター
お新香盛り合わせ	サッポロビール(缶)	レッドブル
フライドポテト	ハイボール(缶)	ダイエットコーラ
鶏のから揚げ	サイゴンビール(缶)	ジンジャーイエール
餃子	タイガービール(缶)	ソーダ
イカゲソから揚げ	コーラ	トニック
豚バラにんにくの芽炒め	セブンアップ	
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		

合計 54万8000VND

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。



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

住 45 Phan Ke Binh, Ba Dinh, Hanoi

営 10:30~14:00、17:00~23:00

LO 14:00 / 22:30

通し営業、深夜営業等も検討中。まずはお気軽にお問い合わせください。



Facebook



Instagram



LINE



Zalo

# 初期費用0

無料

VND

ご相談は無料です。  
お気軽にお問い合わせください。

## 消防法の問題解決

- ✓ 消火器、スプリンクラー、火災報知器を設置したい。
- ✓ 避難経路や建物の構造について専門家に相談したい。
- ✓ 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。



見積書



消防レポート



査定報告書



消防  
コンサルタント

## 環境法の問題解決

- ✓ 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。



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



消防法の問題解決

太陽光設置

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



Design and construction of Japanese quality

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

admin@imamura-iiv.com

IMAMURA  
INTERNATIONAL  
VIETNAM

081-382-2003



本社HP



ベトナム語HP



ZALO



東京都民会幹事  
植村 学

東京都民会メンバー募集  
中。東京にゆかりのある  
方、大歓迎!一緒に楽し  
い時間を過ごしましょう。



お子様の習い事なら  
SSAにお任せください



ハノイの日系スポーツアカデミー

SSAは、スポーツと共に子様の社会性を大きく成長させる教育型のスポーツスクールです

**SAKURA SPORTS ACADEMY**

さくらスポーツアカデミー



037-989-3721 (日本語窓口)

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

体験予約受付中

QRコードより  
お気軽に  
お問い合わせ  
ください



対象：小学4年生以上・中学生

無料体験会を開催

# SSAエキスパートクラス開校！

通常レッスンとは練習内容やカリキュラムも異なり、サッカーをより高いレベルでプレーする事を目的としたクラスになります。

選手達がよりよい環境でプレーできるよう、ピッチ内外にておいて、様々なコンテンツをご用意しております。

# サッカー競技 特化型のクラスです

## 育成する選手像



### サッカー技術に特化

元Jリーガーが、試合で使える技術に特化したトレーニングを実施。圧倒的な技術を身につけ、技術でチームを牽引できる選手を育成します。

### サッカーIQ

サッカーは、様々な情報処理をしながら、即座に物事を判断し、実行を繰り返していくスポーツです。プロコーチから、ポジショニングや相手との駆け引きを学び、サッカーIQの高い、賢い選手を育成します。



### グローバルマインド

世界で活躍する選手は、どういったマインドで日々の生活や練習に取り組んでいるのか。選手達のマインドを変化させ、世界で戦えるマインドを育成します。



## クラスの特徴

- 通常クラスの練習時間が60分のところ、90分の練習時間を確保。
- 国際大会やリーグ戦に出場し、より多くの試合経験を積める。
- 推薦選手は、SSA提携先のJリーグや、ベトナムプロクラブのアカデミーに練習参加が可能。
- レッスンとは別に、映像を使ったサッカー講習などを実施し、プロコーチから、選手としての考え方や戦術をより詳細に学べる。
- ヨーロッパ短期サッカー留学への参加も可能。
- よりよい環境で成長できるよう、語学やコンディショニングなどのサポートも実施。
- 進路相談など、保護者様との面談もあり。



## 無料体験会の日程

2025年5月10日（土）16:00 - 17:30  
2025年5月17日（土）16:00 - 17:30

※2025年5月24日（土）開校予定

037-989-3721 (日本語窓口)

## 対象年齢&定員

U10 & U11 : 18名  
U12 & U13 : 18名

会場: Ba Dinh

※小学3年生以下のご参加は、  
安全面などを考慮し、クラブ  
が認めた飛び級選手のみ可能。

体験会のお申込みはこちら



# 「究極の痩せ方」を伝授します。

**1週間  
トライアル**

まずは体験! 200万VND

- プライベートトレーニング50分×2回
- 無料食事サポート21回
- 手ぶらでOK! トレーニングウェア・ズボン・タオル無料貸出いたします。

結果が出なければ全額返金いたします。



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!

096-321-5406

📍 9F, AZ Office, 132 Nguyen Thai Hoc, Dong Da, Hanoi  
✉ 123diet.net@gmail.com  
⌚ 7:00~21:00



HP



LINE



Zalo



014

# CONTENTS

## SHARE contents

- 006 New Face
- 009 特集：ハイフォンで味わうロイヤル気分  
異国文化と未来都市が融合したヴーエン島へ
- 014 Hanoi Gourmet Style
- 020 Saigon Gourmet Style
- 027 ピラティスEllyの美活日記
- 029 旅のベトナム語講座
- 031 映えるベトナム
- 033 俺式ダナン・ホイアン生活
- 035 知ってたらネタになるベトナム雑学
- 039 ベトナム滞在の教科書
- 045 仲間と出会う Meet Up
- 051 ベトナム観光名所マップ
- 055 編集後記



009

**WALKING**  
VIETNAM

月刊 Walking Vietnam

2025年4月1日発行

【運営】WALKING VIET NAM Co., Ltd.

Nhiều tác giả - Tập 2/2025 - No.026

Hanoi Office

住所: 8th Floor, No.4 Lieu Giai Street,  
Ba Dinh District, Hanoi City

Ho Chi Minh City Office

住所: 10th Floor, The Nexus Building,  
3A-3B Ton Duc Thang Street, District 1, HCMC

Tel: +84(35) 296 0543

Email: info@walking-vietnam.net

QRコードは株式会社デンソーウエーブの登録商標です。

本誌にて掲載されているプロモーション情報は、特別な表記がない限り、すべて当月の末日まで利用可能です。  
企業・店舗側の都合により予告なく変更となる場合がありますので、予めご了承ください。

NHÀ XUẤT BẢN HÀ NỘI

Số 4 - Tông Duy Tân - Hàng Bông - Hoàn Kiếm - Hà Nội  
Điện thoại: 024.38252916  
Email: nxbhanoi@yahoo.com.vn

Chủ trách nhiệm xuất bản

Tổng Giám đốc - Tổng Biên tập: TS. VŨ VĂN VIỆT  
Biên tập: Hoàng Thị Thùy Linh

Số lượng in (bản): 10.000 cuốn

Khổ: 19,3 x 27 cm

Đăng ký XB số: 534-2025/CXBIPH/79-46/HN

Quyết định xuất bản số: 1071/QĐ-HN

Cấp ngày: 25/3/2025

Nộp lưu chiểu năm 2025

ISBN: 978-604-44-5093-3

In tại Công ty CP In Sao Việt

Địa chỉ: 9/40 Ngụy Như Kon Tum, P. Nhân Chính  
Q. 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

# 編集部が歩いてみつけた！New Face

## ゴエン

Goen



日本語が堪能なチャン(Trang)さんが営む、カフェ併設の日本人向けベトナム語教室。レッスンは1回から受講可能で、グループレッスン(90分35万VND)から個人レッスン(90分50～55万VND)まであります。カフェメニューには「マンゴーラテバタフライピー」(6万VND)など写真映えするドリンクや、デザートの「ティラミス」(4万VND)を用意。ベトナム民芸品の販売のほか浴衣のレンタルサービスもあり、着て写真が撮れる体験会を実施しています。

住 22, Ngo 36, Dao Tan, Ba Dinh

電 097-251-8566

営 8:00～22:00

goen.coffee.2236

ハノイ

● カフェ&ベトナム語教室

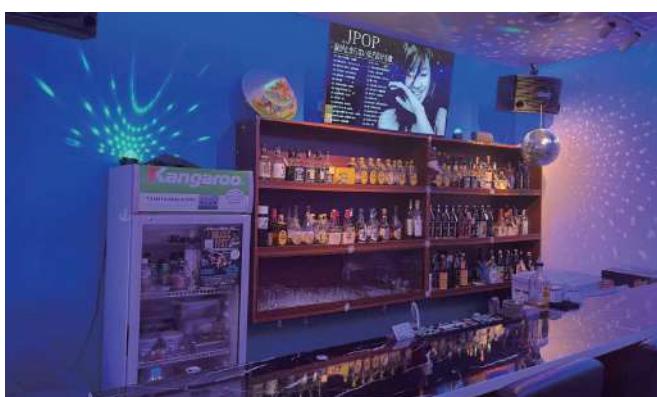


## ドレミ

Doremi

ハノイ

● カラオケスナック



ミラー球に照らされたカウンター席が並ぶカラオケスナック。テーブルチャージは、歌とスナック菓子込みで20万VND。アルコールメニューが充実しており、グラスドリンクの価格は8万5000VND～。焼酎やウイスキーなどのボトル(1本90万VND～)もあります。スタッフに「Walking誌を見た」と伝えると、2025年4月30日(水)までボトルが半額に。スペースとして、ハノイ在住歴が約10年のオーナー陣2人と、ベトナムあるある話や失敗談も楽しめます。

住 3F, 56 Linh Lang, Ba Dinh

電 096-726-1647

営 21:00～翌2:00(混雑状況による)

休 日曜

@081huuwo

## ウニバーガー

Uni-Burger

ハノイ

● ハンバーガー



スマートミートを使用したハンバーガーのテイクアウト専門店。種類は鶏、豚、牛の3種から好みのパティを選べます。肉は一切ミンチにせず、塊のままで12～16時間かけてじっくりと焼き上げ、柔らかさと風味が引き立つ一品に仕上っています。人気メニューは、牛肉の柔らかさを感じられる「牛肉バーガー」(9万5000VND)。表面をカリッと焼いた「鶏肉バーガー」(6万5000VND)、BBQソースのピリッとした辛さと甘さを楽しめる「豚肉バーガー」(7万5000VND)も外せません。

住 A104 - 49 Linh Lang, Ba Dinh

電 093-606-3963

営 16:00～24:00

fb Uni-Burger



## 源氏バー

Genji Bar

ハノイ

● バー



誰でも気軽に訪れるができるように、アットホームにこだわったこぢんまりとしたバー。テーブルチャージは1人あたり12万VNDで、時間を気にせず、ゆっくりとお酒を楽しめます。ドリンクの「飲み放題」は30万VNDで、無料のスナックも提供。誕生日など来店客の特別な日には、パーティーを無料で開催し、店舗一丸となって祝福。また、カウンター席ではカラオケも楽しめるため、音楽とともに盛り上がりながら、忘れられないひと時を過ごせます。

住 12, Ngo 81, Linh Lang, Ba Dinh

電 037-971-4890

営 20:00～翌1:00



## タイタイステーキルーム

Tai Tai Steakroom

ホーチミン市

●ステーキ



1960～70年代のニューヨークにあるレストランをイメージしたステーキ専門店。店内カラーはアボカドグリーンを基調とし、木材と暖かな黄色い照明でエレガントな雰囲気を演出。人気メニューは、脂身と赤身のバランスがとれた「オーストラリア産サーロインステーキ」(35万5000VND)。パリッとした皮が特徴的な「鴨胸肉のチリソース焼き」(35万5000VND)や、オーストラリア産牛肉のカツに玉ねぎやうずら卵黄を挟んだ「ホクビー牛カツサンド」(19万5000VND)も外せません。

住 94 Cach Mang Thang Tam, Quan 3

電 033-340-3688

営 16:00～23:00

Facebook: Tai Tai Steakroom

Instagram: taitai.steakroom



## 鳥てつ

TORI-TETSU

ホーチミン市

●焼き鳥



1区のファムヴィエットチャン (Pham Viet Chanh) にある焼き鳥店「てつ／ TETSU」の姉妹店。代表の佐々木俊哉氏が考案した、備長炭の炭火で丁寧に焼き上げた焼き鳥メニューを中心に提供します。「ぽんじり」(2万8000VND) や「牛タンタタキ」(18万VND) など単品メニューのほか、要予約のコースメニューもあり、価格は90分飲み放題付きで1人60万VND～。最大25人を収容できる個室は、仕事終わりの仲間との集まり、送別会や忘年会といったイベントでも利用できます。

住 8A/6B1 Thai Van Lung, Quan 1

電 028-6656-6675

営 11:00～14:00／17:00-23:00

Facebook: 烧鳥酒場 鳥てつ Tori TETSU

Instagram: yakitori\_tori\_tetsu



## ソトチカ2号店

Sotochika 2nd branch

ホーチミン市

●日系レンタルオフィス



日系企業のベトナム拠点開設準備などで利用できる、シェアオフィスや個室を用意した日本人向けワーキングスペース「ソトチカ」の2店舗目。価格は1席利用で月額400USD (約1024万VND)～。利用期間は最小半日(4時間)で、単発利用も可能。ビジネス以外にも友人や主婦仲間などの集まり、学生同士の勉強会など、目的は多岐にわたります。会議室は、6人用の小会議室から12人用のセミナールームまで完備。カフェスペースもあり、コーヒーやお茶などのドリンクは無料です。

住 1F, Lancaster Bldg, 22 Le Thanh Ton, Quan 1

電 028-3939-3900

営 8:00～17:00

休 土・日曜、祝日

Facebook: Sotochika

Instagram: https://sotochika-office.com



## テイルズ・バイ・チャプター

Tales by Chapter

ホーチミン市

●プラントベース料理



廃棄物ゼロの理念に基づく持続可能なプラントベース料理を提供するレストラン。ビートルート、マッシュルーム、キャロットなど、14品を少しずつ味わえる「ゼロ／ ZERO」(190万6740VND) を提供し、ビートルートは、ヨーグルトやみかん、くるみと合わせており、冷たくて甘酸っぱく、サクサクとした食感が特徴。マッシュルームは、季節のキノコと自家製のキノコ醤油で旨味を引き立てています。アルコールペアリング(135万3550VND) とノンアルコールペアリング(86万6700VND) も用意しています。

住 10 Nguyen Thanh Y, Quan 1

電 036-815-0125

営 18:00～23:00

休 日曜

Facebook: Tales by Chapter

Instagram: tales.sgn



# 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 ☎

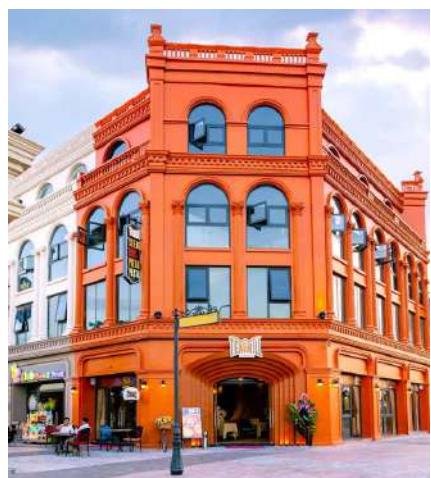
cskh@green-leaf.vn ✉

[www.greenleafvietnam.com](http://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

ハイフォンで味わうロイヤル気分

# 異国文化と未来都市が融合した ヴーイエン島へ



壮大な自然景観を有し、別名「王家の島」、「天国の島」とも呼ばれるヴーイエン(Vu Yen)島は、  
ハイフォン(Hai Phong)市の中心に位置し、2024年からはリゾートおよびエンターテイメントの中心地として、  
さまざまな開発が進められています。慌ただしい都市生活から解放され、  
心身ともにリフレッシュできる場所として注目を集めています。



## 港町ハイフォンの中心に輝く 青い宝石・ヴーイエン島

ヴーイエン島は、ハイフォンを訪れる人々を魅了する新しい観光地として人気が高まっています。これまで有名な観光地、レジャー施設等はありませんでしたが、今後はハイフォンの発展において重要な役割を果たすことが期待されています。

### ヴーイエン島の概要

ヴーイエン島は、約719haの広大な面積を誇ります。ハイフォン市内を流れるバクダン(Bach Dang)川、カム(Cam)川、ルオットロン(Ruoet Lon)川の三大川に囲まれており、豊かな自然と美しい景観が広がっています。現在は既に「ケーパーク(K-Park)韓国

文化公園」や「ロイヤルスクエア(Royal Square) 欧州広場」などの大型施設が開業し、異国情感あふれる体験を提供しています。

将来的には高級住宅やショッピングモール、学校、病院を備えた「ヴィンホームズ・ヴーイエン(Vinhomes Vu Yen)」が建設さ

れる予定で、リゾートと居住が融合した新しい都市モデルを目指しています。

#### Vu Yen Island

住 Vu Yen Island, Thuy Nguyen, Hai Phong  
Ph do bi bo - Cong vien Vu Yen

### ヴーイエン島への行き方

ハノイから出発する場合、最も便利なのはリムジンバスと小型船舶の組み合わせです。リムジンはグエンザー(Nguyen Gia)社を利用するのがおすすめで、フェスブック(FB: Nguyen Gia Limousine)や電話(1900-252-626)から予約できます。所要時間は約1時間半～2時間で、ハノイからヴーイエン島へ向かう船乗り場までのリムジン料金は、1人22万VND～25万VND。そこから約20分ごとに出発する小型船舶に乗り換え、ヴーイエン島までは無料で送迎してくれます。



ハノイとハイフォン間の送迎サービスを提供するリムジンバス会社「Nguyen Gia」



ヴーイエン島に向かう船乗り場。広々としたターミナルには待合席が用意されている



小型船舶は市内と島を繋ぐ交通手段としてだけでなく、リバーカルーズ的な要素も楽しめる

# 街中にある韓国本場の建築美を堪能

韓国文化公園「ケーパーク」では韓国の建築美を再現し、市内随一の韓国文化を体験できる場所となっています。

韓国の伝統的な雰囲気を感じながら、まるで本場を旅行しているかのような気分を味わえます。



カム川のほとりに位置するケーパークの広さは3600m<sup>2</sup>を誇り、その広さから「小さな韓国」とも言われています。細部にまでこだわった歴史的かつ優雅な都市デザインが特徴で、庭園ソセウォンや昌徳宮の後苑などが、建築家の手によって巧みに再現されています。他にも、赤い歩道橋、市内中心部と公園全体を見渡せる展望楼、ハノク(Hanok)建築を取り入れた門などがあります。

韓服を着た写真撮影やコスプレイベントなどは若者に人気で、エンタメの聖地としても賑わっています。また、夜になり、何百もの灯籠が飾られた道を歩くと、蓮の花灯籠祭りヨンドゥンフェを訪れたような感覚に陥ります。



公園の入り口には、ドリンクやおやつなどを販売する屋台が並んでいる



韓服など伝統衣装のレンタル店。大人用から子どもサイズまで用意



美しい灯籠の道を歩くだけで胸が躍る



無料の遊び場が多く  
子どもたちは思いっきり遊ぶことができる

# 優雅さと壯麗さが織りなす広場へ

バーイエン島の中心に位置する「ロイヤルスクエア歐州広場」は、クラシックな美しさとモダンなスタイルが融合した特別感ある空間を提供しています。文化、芸術、ラグジュアリーなライフスタイルが集い、訪れるべきスポットの1つとなっています。



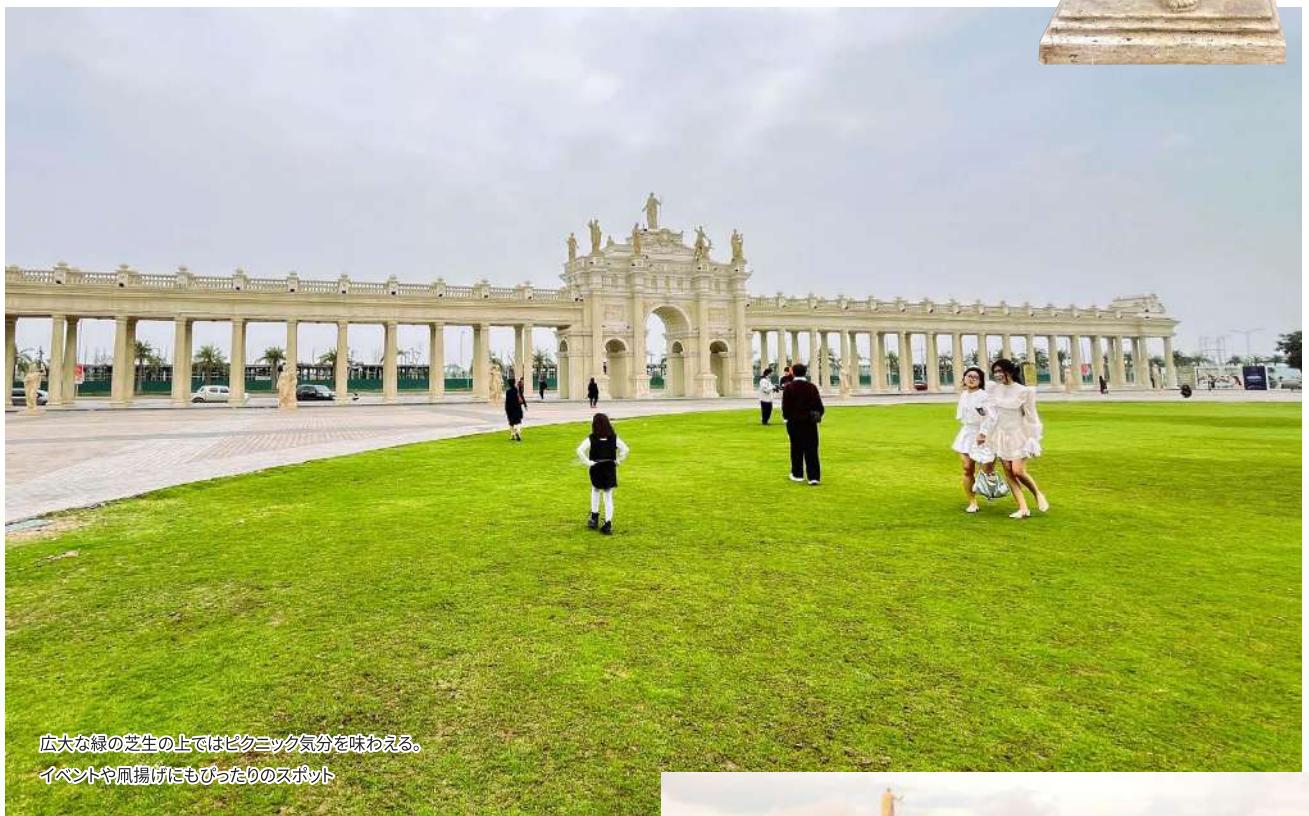
ヨーロッパの雰囲気が漂う外観と、ビールがおいしいことで有名なレストラン



太陽の塔の下では、華やかなウォーターショーが繰り広げられる



ネオクラシック様式の彫刻と建築で、ヨーロッパそのままの雰囲気を出している



広大な緑の芝生の上ではピクニック気分を味わえる。  
イベントや扇揚げにもぴったりのスポット

ヨーロッパで見られる名高い広場からインスピレーションを受けたこの場所は、独創的な建築美だけでなく、欧洲ならではの体験を提供する中心地としても輝きを放っています。デザインは、12世紀のゴシック建築を色濃く反映し、その広さはなんと3haにも及びます。ローマ建築風のアーチ型ゲートは、まるでローマの一角にいるかのような景色を生み出しています。特に若者たちにとって、海外に行かずとも、豪華で洗練された記念写真を撮るのに最適なスポットと言えます。

高さ45mを誇る太陽の塔は、反射ガラスの外観が輝き、広場の象徴的存在として一際目を引きます。花火大会やウォーターショー、各国の文化を感じるフェスティバルなど、特別なイベントの際の目印としても存在感を光らせています。



広場で子ども向けの絵画イベントが開催された時の様子



## 歩行者天国でリバーサイドウォーキング

ヴーイエン島内には、「リバーウォーク(River Walk)」と呼ばれる歩行者天国通りがあります。文化、ショッピング、グルメが融合し、夜になると煌めくライトに包まれ、活気に満ちた雰囲気が広がります。



メリーゴーラウンドは、子どもたちに最も人気のある遊具の1つ



童話にまつわるキャラクターの像が設置され、写真撮影も楽しめる



カラフルでユニークな猫のオブジェ。楽しい雰囲気を演出



アイスクリームの形など、ユニークなデザインが施された屋台



ベトナム人に人気のドリンクや軽食を販売するキオスク

リバーウォークは全長約2.5kmに及び、ベトナム国内で最も長く、美しい歩行者専用の通りの1つになることが期待されています。アートワークパーク(Artwork Park)がテーマで、「子どもと家族」、「恋愛」、「ハイフォンと海」など、さまざまなテーマやコンセプトに基づいた店舗や展示が多くあります。

スリル満点の遊具も設置されており、ベトナム最高峰となるスカイドロップ、コーヒーカップ、メリーゴーラウンドなど、さまざまなアトラクションが楽しめます。個性豊かなストリートフードの屋台も多数並び、訪れる人々に特別な体験を提供。日本の某有名ランドのような、芸術的かつ夢のような世界観が広がっています。

# HANOI GOURMET STYLE

## 韓国料理 TE TE / テーテー

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)」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、キムパプやトッポギなど韓国料理を提供する「TE TE」を徹底解剖します。



### 韓国の伝統と、情熱も提供 究極のホットな食文化を体感



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・地域の特徴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。

オーナーのカン・シンギュ(カン・シンギュ)さんは、1988年生まれの韓国ソウル出身です。2019年にベトナムを訪れた際、新型コロナウイルスの感染拡大の影響で、2カ月間の滞在を余儀なくされました。その間にベトナムで韓国の食文化を広めたいと感じたようになり、当地で飲食店を開くことを決意しました。

2024年には3店舗がオープンし、さすがにオトギ(Otogi)ベトナム社と提携してトッポギソースの開発・生産も開始。今後は、より多くのベトナム人に韓国のおいしい物の味を届けられるよう活動していくほか、店舗の利益の一部をベトナムの貧しい子どもたちに寄付することも考えていました。

メニューは、韓国の伝統的な本来の風味を大切にしています。日本人から最も人気のある料理は、ビビンバやキムパプ、マヨチキンライス、マグロライス、フライドチキンなど。店名の「TE TE」は、ベトナム語で「ピリッとする辛さ」という意味で、ベトナムではトッポギが人気、かつそれが韓国料理の代表例でもあることから選ばれました。店内は赤と黄色の温かい色合いで、親しみやすさと伝統的な雰囲気が漂い、自宅のようにリラックスできる空間を提供しています。



店内は黄色の照明で照らされ、シンプルで落ち着いた空間ながらも清潔感がある



韓国本場の味を見事に再現。厳選した食材で丁寧に作られた品ばかり



同店スタッフのトゥイ(Thuy)さん(写真左)は、開店当初からオーナーをサポート

## マヨチキンライス

Mayo Chicken Rice

7万9000VND



### サクサクとろとろの至福のコラボ

ふんわりとしたスクランブルエッグの下には、たっぷりの白ご飯が敷かれています。カリッと揚げた鶏肉の外はサクっと、中はジューシーで柔らかく、一口食べると旨味が溢れ出す絶品の仕上がりです。たっぷりとかかったクリーミーなマヨネーズソースとピリッとしたスパイスソースが絶妙に絡み合い、乾燥海苔の風味が良いアクセントになっています。

## とんかつライス

Tonkatsu Rice

12万9000VND



### 特製ソースでさらにおいしく

サクサクの衣に包まれた豚カツは、噛むたびにジューシーな肉汁が溢れ出でます。付け合わせとして、シャキシャキの千切りキャベツと紫キャベツ、新鮮なトマト、そして大根の漬物が添えられており、見た目は色鮮やかで、栄養バランスもしっかりとと考えられています。ふっくらと炊き上げたご飯の上には海苔が乗せられており、香りを引き立てています。

## Capichi's チョイス!

### ツナキムパプ

Tuna Kimbap

5万9000VND



### 彩り豊かな具材で満足感もたっぷり

キムパプといえば韓国の国民食の1つであり、中の具材を変えることで無限のバリエーションが楽しめます。同店の具材がたっぷりと巻かれた大きなキムパプには、ふんわりとした卵、シャキシャキの人参ときゅうり、甘酸っぱい大根、風味豊かなツナがまとめられています。ご飯はごま油で風味付けされ、その豊かな味わいが病み付きになります。

### トップギローズテーラー

Tokbokki Rose Te Te

11万9000VND



デリバリー人気No.1

### クリーミーなコクとピリ辛の絶妙ハーモニー

まず、小さくかわいらしいフライパンに盛り付けられた食材たちが、色鮮やかで目を引きます。クリームソースはほんのりピリッとした辛さがアクセントとなり、もちもちとしたミニサイズのトップギや、弾力のある太めの春雨が、食感の楽しみを創出。さらに、魚のすり身、ソーセージ、ゆで卵が加えられ、味わいに深みとコクが生まれています。

## TE TE

④ SH27, Emerald CT8 bldg., 180 Dinh Thon,  
Nam Tu Liem, Hanoi

⑨ 086-739-7625

⑧ 9:00 ~ 22:00

⑩ TE TE - Kimbap & ROSE Tokbokki



デリバリーは  
こちらから





支えてくださった皆様に、心からの感謝をお届けします!  
Capichi 5周年大感謝祭!

北部  
中部  
南部

# ORANGE DAY

4月18日 - 20日 全てのご注文が対象

**送料無料 + 30.000 VND OFF + 10% キャッシュバック**

送料無料: 15万VND以上のご注文が対象、最大割引額は2万VND。先着3,000件まで(※自動適用ではありません)、お一人様2回まで利用可能。VNPay: 15万VND以上のご注文が対象、割引額は3万VND。先着1,500件まで(※自動適用ではありません)、お一人様2回まで利用可能。10%ポイント還元: ご注文金額に制限なし、キャンペーン期間中のすべてのご注文が対象。他のプロモーションとの併用も可能。



**友達招待で合計400.000VND**

ORANGE DAY期間限定、Capichiを友達に紹介すると100.000VND相当のポイントがもらえる!紹介された方は100.000VND相当のポイントが貰える上に、最大100.000VNDオフの50%オフクーポンを2枚プレゼント!合計400.000VNDの超大チャンス!

**全ての注文で豪華特典のチャンス**

期間中のご注文はさらにビッグなプレゼントのチャンス!毎回注文完了後に、iPhone16やCapichi限定グッズ、豪華な食事券、クーポンなどが当たるCapichiスペシャルガチャを回すことができます!

**WALKING読者限定! 5周年記念送料無料クーポン配布中! クーポンコード: 55KUJIRA**

※2025年4月1日~30日の5周年記念月間のみ利用可能。最大20.000VNDオフ、お一人様1回のみご利用可能。

**さらに!3日間限定特典! 期間中Capichiアプリを毎日開くだけで**

**合計11.000ポイント(50.000VND相当)がみんなもらえる!**

Capichi Viet Nam

106 Hoang Quoc Viet, Cau Giay, Hanoi  
7F, 111 Ly Chinh Thang, Quan 3, HCMC



Capichi

お問い合わせ先: 02422469266



「ありがとうカフェ」では  
インターンシップで  
日本に向かうベトナム大学生への  
メッセージを募集します。

インターンシップ生へ  
**「贈る言葉」**  
募集中!

楽しいこと  
苦しいこと

良いこと  
悪いこと

日本で  
学ぶことの  
メリット、問題点

日本での働き方!  
働くことを通して  
学べること!



○どんなことでも結構です。下記フォームにお送りください。

<https://forms.gle/jYyuNBRzaarvgMDp6>

「ありがとうカフェ」には、  
日本語を学ぶ学生、日本に興味のある大学生が  
スタッフとして働いています。  
ぜひ、ご来店ください。



**Japanese Cafe Arigatou**

通称「ありがとうカフェ」

TEL : 089-669-4682 営業時間：8:00~20:00  
(木曜・祝日定休)

So 8, ngach 64/49, ngo 64, Nguyen Luong Bang, Dong Da, Hanoi

ハノイ都市鉄道「La Thành」駅から徒歩5分  
(ラライン)

Đè La Thành

Ô Chợ Dừa

Ngõ 31

Hoàng Cầu

Japanese Cafe  
Arigatou

Home Page



Facebook



Kuroichan Restaurant

# 黒いちゃん



店長 ナムさん



金土日限定

予約時に「Walking誌を見た」と伝えると

会計より10%OFF

2025年4月30日(水)まで



住 35, Ngo 81, Linh Lang, Ba Dinh, Hanoi

電 038-7578-762

営 17:00 ~ 24:00

f Kuroi chan 黒いちゃん焼き鳥串店

# 浅草龍

和の美学が息づく空間で、  
至福のひとときを味わう

浅草 龍  
ASAKUSA RYU



8~20名様収容可能な個室を完備！



住 57 Phan Ke Binh, Ba Dinh, Hanoi

電 092-988-1990

営 10:00~14:00 / 17:00~22:30

f Asakusa Ryu



刺身七点盛り合わせ

すっぽん鍋

ソフトシェルクラブ天ぷら

開きほっけ焼き



### 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**



**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**

**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と  
ジャスミンティーをお土産に！  
**5パック入り 10万VND**



### スターキッチンのお土産はここがいい！

- ① ベトナムらしい食材、“パッケージ”が喜ばれる。
- ② “小分け”だから配りやすい。
- ③ 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

STAR KITCHEN

## 木々に囲まれたテラス席で過ごす 都会の喧騒を忘れさせる路上カフェ

ホーチミン市内に4店舗を開設する同店は、街の中にありながらも自然を感じられるカフェ。木々に囲まれたテラス席では、心地よい風を感じながら、のんびりとした時間を過ごせます。ベトナムならではの路上カフェの雰囲気を残していることから、地元の人だけでなく旅行者にも親しまれています。

店内に足を踏み入れると、頭上に広がる木々が柔らかな木陰をつくり、そっと風が吹き抜けます。昼間は木漏れ日が優しく差し込む一方で夕方には豆電球が灯り、まるで別世界に来たかのような違いも楽しめます。

同店のオーナーは、バリスタとして10年以上の経験を持ち、コーヒーへのこだわりも強く持っています。コロンビア産のコーヒー豆を自ら厳選し、品質は徹底管理。クオリティーを高く維持しながらも、多くの人に味わってもらえるようにと、手頃な価格で提供されています。深みがありながら飲みやすい味わいで、どんなシーンにも寄り添う1杯です。

1人でゆっくり読書をしたい時、仕事の合間に気分を変えたい時、友人との会話を楽しみたい時と、どのような時間でも自然と馴染めるのが魅力です。

## SAIGON GOURMET STYLE

カフェ  
リトルカムサイゴン／Little Cam Saigon

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、街中にいながら自然を感じられるカフェ「Little Cam Saigon」を訪れました。

店名にある「カム／Cam」は、オーナーの息子の名前が由来。「家族のように温かく、心地よく過ごせる場所を作りたい」との思いが込められている



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。

✉ starkitchen\_vietnamgift

🌐 www.starkitchen-vietnam-gift.com



シンプルなカウンター席で街ゆく人を眺めながら、思い思いの時間を過ごせる



狭い通路にも素朴なインテリアが並び、どこか温かみのある雰囲気が漂う



昼と夜とで空間が大きく変化する中庭。時間帯に合わせた過ごし方を見つけよう

## ガーリックバタークロワッサン

Garlic Butter Croissant / 4万VND

### ガーリックバターの香ばしさが凝縮

カリッと焼き上げられたクロワッサンの表面には、香ばしいガーリックが散りばめられているほか、中にもコクのあるガーリックバターがたっぷりと入っており、一口かじるだけで濃厚な味わいが口の中で広がります。バターのまろやかさとガーリックの香りが絶妙なバランスを保ち、最後まで飽きることなく食べられます。

## 塩漬け卵クロワッサン

Salted Egg Croissant / 4万VND

### 塩漬け卵の濃厚な味わいが魅力

表面に鮮やかなオレンジ色の豚肉でんぶをまぶした、見た目から食欲をそそるクロワッサン。外側のパリッとした歯ざわりを楽しんだ後、中から現れるのはとろりとした塩漬け卵のフィリングで、特有のクリーミーさとほのかな甘みがバランスよく絡み合っています。塩気が強すぎることはなく、むしろバターと上手に溶け合い、繊細な味わいを楽しめます。

## リトルスプリング

Little Spring / 5万5000VND

### 二層に分かれた美しいシグネチャードリンク

見た目にも美しく、路上カフェ文化としても相応しい、二層構造のシグネチャードリンク。上層には濃厚なエスプレッソ、下層にはベトナム名物のシナモンが香るサトウキビジュースが注がれています。飲むたびに、エスプレッソの力強い味とサトウキビのまろやかな甘さが絶妙に混ざり合い、心地よいコクとほのかなスパイスの余韻が広がるのが特徴です。

## ミアサマー

MIA Summer / 5万VND

### 暑さを忘れる、さっぱり爽快な1杯

ベースはサトウキビジュースで、そこにピーチのフルーティーな甘さとフレッシュミントの清涼感を加えたドリンクです。最初にサトウキビのやわらかい甘味が舌に広がり、続いてピーチの濃厚な果実をしっかりと感じた後は、ミントのすっきりとした爽快感で締めくされます。甘さは控えめで、さっぱりとした味わい。暑い日でもゴクゴク飲めます。



ガーリックバタークロワッサン



塩漬け卵クロワッサン



リトルスプリング



ミアサマー



## Little Cam Saigon

① 60/1 Le Thi Rieng, Quan 1, HCMC

② 090-460-6157

③ 7:00 ~ 22:00

④ Little Cam Saigon



味わう芸術、  
睦庵の新しい息吹。

睦庵 なご  
OMAKASE  
MUTSUMIAN



和牛のすき焼き

1人前 38万VND / 2人前 75万VND



睦庵おまかせ／睦庵すきやき

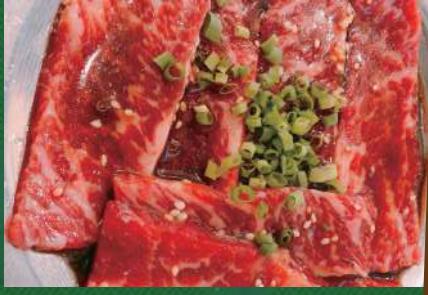
5F&6F 15/1 Le Thanh Ton, Quan 1, HCMC



HP

090-696-3553

④ 11:00 ~ 14:00 / 17:00 ~ 23:00



# ホルモン 閣番長

肉魂

歓送迎会もおまかせ



## 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・  
コカコーラ・セブンアップ・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)



ホルモン 閣番長

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



おすすめ

厚切り牛タン  
28万 VND



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。

# 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。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ぬ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、表面がパサつかず、肉汁をしっかりと含んだまま、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っ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。

## 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 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



## ヒル 昼コルダ 11:00~14:30 22:00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。

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鰹だしのWagyuビーフスープ味変コンディメント付き！

*Lunch*  
ステーキ重ランチ各種 19万8千VND～37万8千VND  
鉄板ハンバーグ、ステーキ 18万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

CHARCOAL STEAKHOUSE  
**IL CORDA**

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

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



Website



Facebook



Instagram

FamilyMart  
Haagen-Dazs  
Chu Mien Trinh

IL CORDE  
Charcoal  
Steakhouse

Lê Thanh Tôn

※表示価格は税別の価格です。

# WALK!NG

VIETNAM

“歩く”がテーマの生活情報誌

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

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



*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



## 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

全身マッサージ専用の部屋



- 安眠効果
- ストレス解消
- 免疫力アップ
- 疲労回復
- 血流やリンパの流れを改善
- 消化機能の向上



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



住 24C Ly Quoc Su, Hoan Kiem, Hanoi

電 024-2218-8833

営 10:00 ~ 24:00



# ピラティス Elly の 美活日記 ～外食編～

体の中から整える  
薬膳メニューで外食美活

## Check 1

ベトナムの食生活では不足しがちな野菜をたくさん食べられる「薬膳魚肉鍋」(2人前35万VND)。魚介類もたっぷりと入っており、牛肉か豚肉に変更することも可能。ダラット産の有機野菜を使用し、野菜そのものにうま味があり驚きました。



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(Elly)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。おいしいだけでなく、健康と美容にも良い日本薬膳レストランをレポートします。

アンヘルシーになりがちな外食も、スパイスたっぷりの薬膳料理なら肌にも腸にもやさしく、女子会はもちろん、疲れた時や二日酔い後のリカバリー食にもぴったりです。独特の風味、落ち着いた店内の雰囲気にもたっぷりと癒されて。



## Check 2

化学調味料は一切使用せず、豊富な天然スパイスやハーブのみで薬膳スープやお茶を作っています。精製された砂糖も極力使用せず、素材本来の甘味や旨味を引き出すようにしておいて、体にやさしいところも魅力です。



薬膳 / YAKUZEN

- 4-6 Nguyen Thi Dieu, Quan 3, HCMC
- 10:30 ~ 22:30 ( 22:00
- 028-3636-9535 / 091-427-3235
- <https://yakuzen.vn>



ピラティス・エリー

愛知県名古屋市出身。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。体を動かすこと食べることが好きで、ちょびり素敵なアラフォーを目指して日々美活中。二児の母でもある。

erisbody

ホーチミン市3区にあるレストラン「YAKUZEN(薬膳)」では、製薬会社「ロート製薬」協力の下、和食シェフと国際薬膳師・栄養士がメニューを監修しており、心身が健康になれる日本薬膳に基づいた料理やお茶を楽しめます。薬膳鍋のピリッとスパイクの効いたこだわりのスープは、花椒やクローブ、生姜などが使われているため体の中からじんわりと温まり、さっぱりとしていて最後まで飲み干したくなるほど。美容にも良いとされ、うれしいことづくめです。



## Check 3

食後や午後のティータイムには、五味子、サンザシ、クコの実などが入った「薬膳茶/Yakuzen Tea」(14万VND)が私のお気に入り。ビタミンやミネラルが豊富で、疲労回復やアンチエイジングも期待できます。

# ベトナム語、勉強してるのに話せない? それ、学び方を変えるだけで解決します!

## ロアンのベトナム語講座

3ヶ月で話せるようになる!

マンツーマン × 60章ステップ学習

 無料体験レッスン受付中!

ロアンのベトナム語講座		他のスクール
 カリキュラム	<ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> 全60章のステップ式学習!</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> ゼロから着実に会話力アップ!</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 自由会話が中心。文法・語順の違いが分かりにくい</li> </ul>
 担任制マンツーマン	<ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> 毎回同じ講師が指導!専用学習プランで最適化!</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 每回講師が変わる。ゼロから説明が必要で効率</li> </ul>
 続けられる仕組み	<ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> 固定スケジュールで学習習慣が定着!継続率9.5ヶ月の実績!</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 自由予約制。面倒になって辞める人が多い</li> </ul>
 プロ講師のみ	<ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> 日本語N1レベル&amp;採用率1.5%のエキスパート</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 日本語が通じない講師が多く、ストレスに</li> </ul>
 成長が可視化できるテスト	<ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> 定期テストでレベルを可視化!苦手克服しやすい</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> テストなし。成長が分からずモチベ低下</li> </ul>
 教材の充実度	<ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> 参考書・宿題・単語帳・検定対策など充実!</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 一般的な教科書のみ。実践で使いにくい</li> </ul>

たった3ヶ月でベトナム語検定試験合格!

古菅 洋行さん (40代・埼玉県)

現地勤務を目指して勉強開始。でも、リスニングが難しく伸び悩んでいました。この講座では、日本語OKの担任が文法や発音まで論理的に指導してくれるので、無理なく続けられました!おかげで3ヶ月で準6級合格!勉強が楽しくなり、自信がつきました!



6ヶ月で彼女の家族と会話ができるように!

工藤さん (20代・アメリカ)

ベトナム語を話したかったけど、発音が難しく、どう学べばいいのか分からませんでした…。ロアンのベトナム語講座は担任制で、私のレベルに合わせた実践的な指導をしてくれるから、着実に上達!おかげで6ヶ月で彼女の家族と徐々に会話ができるようになりました!



## たった30分で、あなたのベトナム語が変わる!

まずは無料体験で試してみませんか?

無料体験レッスンに申し込んだ方限定!今だけ!お得な特別キャンペーン開催中!

申し込みカンタン1分!  
フォームを記入するだけ!

スキマ時間でOK!  
たった30分で体験!

専用アプリ不要!  
PC・スマホで受講OK!

詳細はこちら >>



今すぐ無料体験レッスンを申し込む >>



# これだけで通じる 旅のベトナム語講座

私たち、カケル(福岡県出身)とロアン(バクニン省出身)は日越夫婦で、YouTubeチャンネル「カケル＆ロアン」を運営(登録者約1万1000人)。日本とベトナムの文化の違いについて発信しています。



ベトナム語を少し話せるだけ、現地のスタッフにも好印象を持ってもらえる!

Cho tôi xem ①  
チョー トイ セム

私に ① を見せてください



Hộ chiếu パスポート  
ホ チエウ



Visa ビザ  
ビザ



Vé máy bay 航空券  
ヴェ マイ バイ



Bên trong túi xách バッグの中  
ベン チョン トウイ サック



Hành lý xách tay 手荷物  
ハイン リー サック タイ



Thư mời 招待状  
トゥー モイ



これはマジで必須フレーズ!  
知らなかつたら、迷子確定や!

② ② おでこ?  
オーダウ

② ② はどこですか?  
トゥー トゥー ハドコデスカ?



Quầy đổi tiền 両替所  
クアイ ドイ ティエン



Nhà vệ sinh トイレ  
ニヤー ベ シン



Xe đẩy hành lý カート  
セー ダイ ハイン リー



Băng chuyền hành lý 荷物受取所  
バン チュエン ハイン リー



Lối ra 出口  
ロイラー



Bãi taxi タクシー乗り場  
バイ タクシー



こういう裏技(?)があるなら、もっとベトナム旅行が楽になるね!

そうね!来月は『タクシーに乗る時に使えるフレーズ』を紹介するよ!



ハノイ空港の入国審査、赤ちゃんのおかげでスムーズに

カケル ハノイ空港の入国審査、いつもめっちゃ並ぶよね…

ロアン うん、特に朝の便は外国人レーンが長すぎて、1時間待ちとかザラよね。

カケル この前もやばかったよね。だけど、今回は赤ちゃんがいたから別レーンに通されて、めっちゃ早く出れた!

ロアン そう!ハノイ空港は小さい子ども連れだと優先レーンを通して貰えることがあるのよ!

カケル それは知らなかつた…赤ちゃんパワーすごい!

ロアン でも、「Chúng tôi đi với em bé／チュントイ ディ ヴォイエム ベー(私たちは子どもと一緒にです)」って言わないと、気づかれることもあるから注意してね。



※カタカナ表記は、本誌のガイドラインに従った発音で統一されています。

紹介したフレーズの音声はこちら>>





リンランエリアの日系ホテル



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、ロッテセンターへノイまで徒歩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

SNSで話題沸騰!

足を運びやすい観光地から非日常を味わえる地方まで、場所ごとに全く異なる特徴を持つベトナム。今回は、そんなローカルの中でも一風変わった、ヘビと関わりのあるレマット村を紹介します。新たな出会いに心が躍ること間違いなし!

立派な造りをした村入口にある門をくぐり、いざヘビの世界へ



村内にある寺。門には細かいデザインが施され、歴史を感じられる造り



店で飼育しているヘビを触らせてくれた。ヘビは優しく触れば危害を加えることはない

シャーと威嚇するコブラ。ケースの中にいるため安心して眺められる

## ヘビと共に生きる穏やかで静かな村

### レマット村 Pho Le Mat

ハノイ市内中心部に位置するホアンキエム (Hoan Kiem) 湖周辺から、バイクタクシーで北東方面へ約30分のところにあるレマット村。別名、ヘビ村とも言われるこの村は意外にも、清潔感が漂う立派な家が建ち並び、静寂に包まれ落ち着きのある雰囲気が漂っています。

レマット村の門をくぐり奥へ進んでいくと、ヘビ料理を扱ったレストランが複数見えてきます。料理の参考価格は、どの店もおおよそ30~40万VND。フォーやブンチャードといった定番の地元料理と比べると少し割高ですが、日本ではなかなか味わえない料理をお腹いっぱい食べることができます。

ヘビの味は淡白で嗜み応えがあり、ソースを付けることでまた違った風味を楽しめます。関節や骨が強くなるといわれるヘビ酒は40度と強めですが、優しい味わいで飲みやすいです。比較的最近作られたものはアミノ酸のようなほんのりとした甘みを感じるのに対し、7~8年ほど熟成させたものは複雑な層と長い余韻を併せ持った深みのある味わいです。お酒の瓶の中には、漬け込まれたヘビが巧妙に形作られていて、製造の技を垣間見ることもできます。

レストラン「チンタン／ Chin Thang」や「フオンクエ／ Huong Que」ではヘビが展示されているほか、気前の良い料理人が実際にヘビを触らせてくれたり、ヘビの解体ショーを見せてくれたりします。ヘビの触り心地はツルツルしていて、皮は革のように堅く、ひんやりしているのも特徴です。どのように掴めばよいか迷いますが、店主が持ち方を丁寧に教えてくれるため、安心して触ることができます。



④ Viet Hung, District de Long Bien, Hanoi



生産者の想いが詰った良質の錦鯉を  
自然豊かな兵庫県三木市から世界へ



当社独自の飼育管理プログラムにそってストレスのかからない飼育を行っています。

なごみ鯉ファームでは歴史の中で培われてきた  
錦鯉づくりの伝統をつなぎさらなる向上を求め  
努力し、錦鯉養殖を続けてきました。確かな品質  
の鯉を生産し国内だけではなくベトナムの錦鯉愛  
好家のみなさまにお喜びいただいています。



野池



飼育ハウス



日本直輸入販売

日本から選別された稚魚を輸入。放流して飼育します。殺菌や濾過を徹底。美しい鯉に安心の飼育環境です。

和み鯉ファーム Nagomi Koi Farm

📍 108 Thuy Nguyen, Khu do thi Ecopark, Van Giang, Hung Yen

📞 086-696-6412 (ビン・ベトナム語対応)

📞 035-531-0108 (玉井・日本語対応)



鯉の飼育は私たちにお任せください!



# 俺式ダナン・ホイアン生活



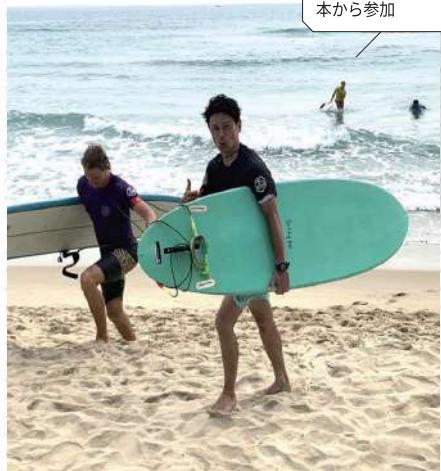
在ベトナム歴10年。ハノイのIT企業にマネージャーとして赴任後、週刊誌のライター、現地スイミングスクールの代表を経て、現在はアニメーションスタジオのマネージャーを務めている日比靖昌さんが、ダナンで見つけたアレコレについて語ります。

[ひび やすまさ](#)

ダナンのローカルサーフィン大会に初出場した時の写真。結果よりも、参加することに意義がある!?



元ダナン駐在員の  
シューゾーさんは、  
この大会のために日本から参加



ベトナム中のアマチュアサーファーが  
参加する大会「サーフフェスト/Surf Fest」



中古ボードの販売、  
レンタルボードも豊富。  
日本語でのサーフレッスンも提供



「サーフシャック」1階では  
アパレルブランド「アーバンアイランドソエティ  
ダナン」を取り扱う。ダナン土産にはもってこい!

## 年々ポピュラーになる、ダナンのサーフシーン

**メローな波とサーフカルチャー**  
私は、サーフィン歴30年に  
なります。ダナン市内屈指の人気スポット・ミーケー(MY Khe)ビーチには、サーフボードのレンタルショップが数ヵ所あり、気軽にサーフィンを楽しめます。ビーチブレイクなので、波はその日次第となります。ちなみに、ベトナム人サーファーのほとんどがダナン出身者ではなく、サーフィンのために他の街からダナンへと移り住んできた人たちです。とはいっても、外国人サーファーに高压的な態度を取ることはありませんのでご安心ください。5月から10月にかけては、波は小さく膝ぐ腿程度。この期間は、SUPかロングがおすすめです。その期間以外は豊富な波がありますので、基本的にいつでもサーフィンを楽しめます。

**「サーフシャック」とアツシさん**  
ダナンには、日系のサーフショップ「サーフシャック」もあり、店長のアツシさんにはいつもお世話をっています。2年前、アツシさんの勧めでサーフィン大会に参加しました。もっと上達したいという気持ちが芽生え、また、ダナンサーファーの常連となることができました。店ではサーフボードの人気メーカー「シャープアイ」や「ファイヤーワイ」も取り扱っており、日本より安い価格で購入できます。また、中古ボード、レンタルボード、サーフィンレッスンもあります。より良い波質を求めるコアサーファーのため、サーフトリップもコーディネートしています。私がダナンでサーフィンが楽しくできるいるのは正直、アツシさんのおかげと言えるでしょう。

## 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……  
安心できる業者がみつからない  
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

代表のティンです。  
日本語が話せます。



## 現地調査・お見積り無料



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 195 Phuc Loi, Long Bien, Hanoi

[HCMC Office] 44, Khu Nha O Bac Dinh Bo Linh, Binh Thanh, HCMC



HP



Zalo

日本人窓口 ☎ 082-494-1982 ✉ infojp@nccjsc.com

知らないでも困らない、  
でも知つたらネタになる



# ベトナム雑学



**天気が良くなつたら…**  
こんな感じで晴天に恵まれない日々  
が続きますが、4月も後半に入ると青  
空を拭める日が増えてきます。運が  
良ければ気温や湿度も丁度良く、最高  
の行楽日和を享受できますが、そんな  
時期も感覚的には一瞬で、まもなく東  
南アジア特有の高温多湿な夏が訪れます。  
空は青く、外に出たくなるような

**晴れの日が少ない**  
南北に長い国土を持つベトナムにお  
いて、北部は四季があることが特徴で  
す。ベトナムをよく知らない人は、東南  
アジアの国ということで南国のような  
気候を思い浮かべる人が多いですが、北  
部は一般的な南国のイメージとは異な  
る気候となっています。冬から春にかけ  
ては晴天の日が少なく、曇っている日が  
大半です。ちょうど旧正月がこの時期  
に当たるので、北部では正月を晴天で  
迎えることが多いことが多く、逆に晴  
れていれば年明けから幸先がいいと喜  
ばれます。



**降り続く霧雨**  
北部では肌寒い冬が終わると、3月  
から4月にかけて夏に移り変わる準備  
が始まります。この時期は傘が必要な  
ぐらいの霧雨が続き、朝方は霧が立ち  
込めます。高層マンションにいると、  
朝方はベランダから外が何も見えない  
という状況になることがあります。また、  
気温が中途半端に低く、霧雨の影響で  
常に湿度が高いため、乾燥機がない家  
では洗濯物の生乾きに頭を悩ませます。  
他にも、カビが発生しやすくなるので、  
家の中で空気の循環が悪そうなどころ  
は要注意です。このような事象は、この  
時期の北部の風物詩とも言えます。中  
部や南部住まいの人々とは、中々共有  
できない生活環境です。

景色が広がるわけですが、暑さも強烈  
なのが難点です。夏のピーク時におけ  
る北部の暑さは南部よりも厳しいと言  
われていますので、晴れた日の風景が最  
も美しいとされる世界遺産ハロン湾も、  
夏の時期に観光するには体力的に堪え  
るものがあります。

このように曇っている日が多い北部  
なので、ハノイの風景を頭に浮かべた時  
に、何となく晴天より曇っているほうが  
しつくりくるという方は私だけではない  
でしょう。北部は日本と同じく四季が  
あると言われますが、同じ四季でもまた  
違った印象を受けるものです。

4月を迎えて、徐々に夏に向けての気候変化が見られるようになりました。冬から春にかけては晴天の日  
がめったにないハノイ。すつきりとした青空が恋しくなる季節でもあります。今回はハノイを中心とした、  
北部におけるこの時期の気候について書いていきます。

# ハノイの雲天と霧雨に物思ふ



SESSA VIETNAM CO.,LTD代表

稻田 琢磨（日本国社会保険労務士有資格者）

ベトナムで10年以上、人材・人事業務に携わり、現在は自ら起業した「SESSA VIETNAM（セッサベトナム）」にて、主に「人材紹介」「人事労務相談」「労働許可書取得代行」などの人事コンサルティングサービスを展開。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。ベトナム人妻と2人の子どもを育てながら、日越の二言語教育に日々奮闘中。



www.sessa-jp.com

# マジで、ハエはイヤだ！

食事中、ハエが飛んでいるのはとても気になりますよね。  
食欲がなくなるし、衛生的にも良くありません。



## 捕虫器

ガッチャリタイプ  
おしゃれタイプ

1台なんと! **20万VND/月**

ガッチャリ捕獲タイプ、目立たないおしゃれタイプの2つを用意。  
場所に応じて使い分け。レンタルなのでメンテナンスフリー！

異物混入対策・衛生管理対策

飲食店



工場生産現場・食堂



ホテル・学校・幼稚園



キレイになれば安心感。  
自然と人も集まります！



## アフリカマイマイ

でっかいカタツムリ見たことありませんか？あれはアフリカマイマイと言います。触りたくなる気持ちも分かりますが、素手で触ると寄生虫感染の危険があるので、絶対に触らないようにしましょう。

再発防止をご希望の場合は私たちにお任せください。



## IDSV 5つの特徴

- ✓ 下請け無しですべて自社施工！
- ✓ 現地価格かつ日本品質を維持！
- ✓ 国内4拠点あり。全国対応可能！
- ✓ 日本語による報告書を作成！
- ✓ あらゆる生物の駆除に対応！

## 実績

医療、食品、化粧品等、各種工場以外にも、学校、幼稚園、ホテル、病院、飲食店、スーパー、アパート、戸建てでの実績あります。日系、越系はもちろん、韓国、中国、欧米諸国系企業とも取引があります。

害虫のことなら何でもお気軽にご相談ください！



アイディーサービスベトナム ID Service Vietnam (IDSV)

Van Thuong, Xuan Canh, Dong Anh, Hanoi

▼日本語でのお問い合わせ

ホットライン **098-657-8670** (篠崎)

✉ shinozaki@ids-gaichu.jp

▼Lien He

Hotline **033-640-6662** (Dao Huyen)

✉ tienmanh@idsv.com.vn



ホームページ

北部

中部

南部

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



内装工事

設計施工

Hanoi

① 1, Ngo 280, Lac Long Quan, Tay Ho

Ho Chi Minh

② 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





清掃サービス



家具・家電



バスタブ  
温水洗浄便座



日本のテレビ視聴可  
無料WiFi



レンタカー  
通訳手配



住人専用ジム



Booking.com

1泊33USDより提供  
月契約600USDより提供

1ベッドルームと2ベッドルームの2タイプ

## 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, Ba Dinh, Hanoi ☎ 093-650-4505  
✉ nguyenmy@pronics.com.vn

Ms. ミィ(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



Facebook



HP



ロッテセンターハノイ→

# WALK:NG 各種 SNS

VIETNAM

フォローしてたらいいことあるかも！



INSTAGRAM

walking\_vietnam



FACEBOOK

walkingvnmedia



X

Walking\_Vietnam

# 絶賛更新中！！

これからいろいろ計画中！  
ぜひフォローお願いします！

北部

中部

南部

# ベトナム滞在の教科書

## 歯ブラシ 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。  
今回は歯ブラシについて考察していきます。

### 掃除道具にも便利な歯ブラシ

皆さん、バスルームの細かい部分や角の部分を掃除する時に、使い終わった歯ブラシを掃除用として使用した経験はありませんか?大きなブラシだと細かい部分の掃除ができませんが、歯ブラシのような小さいブラシは、小さな隙間にも入るため、掃除道具としても重宝します。ただ、どのタイミングで歯ブラシを掃除用として切り替えるべきなのでしょうか。今回は、そんな不思議な疑問を解決します。



### 歯ブラシの替え時



交換が必要です。また、歯ブラシは使用していくうちに、たくさんの細菌が付着するため、毛先の形に限らず、1ヶ月程度で交換すべきでしょう。

歯ブラシは、1日3回使用した場合、一般的に1カ月で交換るべきと言われています。歯の毛先が歯ブラシのヘッドからはみ出たら、交換の合図と考えてください。ずっと同じ歯ブラシを使用し続けると、汚れが適切に取れなくなり、虫歯や歯周病になりやすくなるため、定期的に

### 歯ブラシに適した掃除箇所

歯ブラシを使って掃除がしやすい箇所は、細かい部分です。広い面積は時間がかからってしまうため、なるべく細かい部分にのみ歯ブラシを使用して掃除をしてください。歯ブラシは、次のような箇所を掃除する時に便利です。



- 排水口
- 蛇口やシャワーヘッド
- バスルームの目地の部分
- 便器の縁

大きなブラシでは届かなかった細かい部分の汚れが取れた時は、すごく気持ちが良いですよ!

### 毛先を戻して掃除用へ

歯ブラシを掃除用として使用する前に、開いてしまった毛先をなるべく元に戻すことでの掃除がしやすくなります。戻し方はとても簡単です。コップにお湯を注ぎ、歯ブラシをしばらくつけておくだけ。ある程度毛先が戻った後に、掃除用として使用してください。



### 一工夫で生活をよりエコに

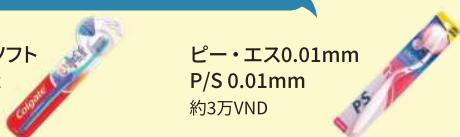
お客様のご自宅を掃除する際はもちろん、新品の歯ブラシを使用しますが、自宅は使用後の歯ブラシを使うことが多いです。掃除が上手な人の共通点は、身近なものを上手く賢く使えるところです。大それた道具や洗剤は必要ありません。掃除の知識を少しでも多く身につけることで、より経済的な生活を送ってみてください。



ベトナムは、意外にも歯ブラシの値段は高めです。

コルゲートスマートソフト  
Colgate Slimsoft  
約5万VND

ピー・エス0.01mm  
P/S 0.01mm  
約3万VND



### 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>



WEB制作・WEBマーケティング会社

お問い合わせ  
フォーム



こんなお悩みをお持ちの企業様へ



サービスの認知度を  
上げたい。



WEBサイトの新規制作、または  
リニューアルしたい。



ビジネスパートナー  
企業を増やしたい。

アビリブベトナムのWEBサイトで、戦略×デザイン×集客。



### WEBサイトデザイン

最新トレンドを押さえたデザインはもちろん、成果を生むサイト構築が強み。モバイル最適化・多言語対応、ECサイトやLPまで幅広く対応。



### システム構築

CMSを活用した管理システムや予約機能など、必要な機能をスピーディに開発。予算・要望に合わせた最適な提案が可能。



### WEB・SNSマーケティング

戦略設計から運用・改善まで支援し、認知度と集客力を強化。WEB広告、SEO対策、アクセス解析、SNS企画・運用など対応。

他社とは違う!



### アビリブの3つの特長

#### WEB制作から運用まで包括的にサポート

**01** 制作～システム構築、サイト運用、マーケティングまですべて自社で行っています。

#### WEBサイト制作実績6000件の経験とノウハウ

**02** 創業25周年あり、ずっとWEBサイトの制作を行っています。直接契約して制作を進めてるため、様々な課題が集まります。

#### ベトナム進出企業の課題を解決するソリューション提供

**03** 企業サイト、LPの作成、ベトナム現地のサーバーのご紹介等、WEBを通じた包括的な課題解決を行っています。

動かせ、webで世界。

**abilive VIETNAM**

アビリブベトナム ● 8F, TID Center Bldg., 4 Lieu Giai, Ba Dinh, Hanoi

まずはご相談ください。

日本語・ベトナム語対応可能

**024-3202-3455**

**info@abilive.vn**

**日本品質 × ベトナム市場**  
WEB・SNS戦略でベトナムビジネスを加速



## 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 旅行当日だけど保険にまだ未加入！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。)



msigvn\_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**



## 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





2025年4月

# 日系レンタルオフィス ソトチカ 2号店オープン 入居者募集中

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でクーポン配布中！



1号店

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

028-6299-5082

2号店

1F, Lancaster Bldg.,  
22 Le Thanh Ton, Quan 1, HCMC

028-3939-3900

営 8:00~17:00

休 土・日曜、祝日

info@sotochika.com



北部

中部

南部

小児科

婦人科

健康診断

さくら人間ドック

さくら脳ドック

内視鏡検査

予防接種

救急および外科処置



松尾めぐみ医師

長崎大学医学部医学科卒  
千葉大学大学院医学薬学府卒  
深谷赤十字病院初期研修医  
千葉大学医学部附属病院肝胆脾外科勤務

相談しやすく、親しみやすい診療を大切に、一人ひとりに寄り添ったケアを心がけています。安心して健康に過ごせるよう、しっかりサポートいたします。

## 総合内科



口腔外科

小児歯科

歯周病治療

インプラント治療

歯列矯正

マウスピース

予防歯科



石辺紀章医師

日本大学医学部卒  
松江市立病院勤務  
広島市民病院勤務  
高知医療センター勤務

海外生活で不安を感じやすい歯の健康。  
歯科医師としての経験を活かし、虫歯治療からインプラント・矯正、お子様の治療まで幅広く対応いたします。

## 歯科



## 日本と同水準の医療サービスとおもてなし

## デング熱ワクチンの無料相談と10%割引

適用期間 2025年3/17(月)～5/17(土)

デング熱ワクチン  
QDENGA 0.5ML - ドイツ  
150万VND → 150万VND

2025年4月限定胃内視鏡・大腸内視鏡の割引  
(適用期間 2025年3/31(月)～4/29(火))

30%  
割引  
鎮静剤を使った大腸  
内視鏡検査  
150万VND → 810万VND

鎮静剤を使った胃内  
視鏡検査  
95万VND → 670万VND

30%割引  
+ピロリ菌検査  
無料  
鎮静剤を使った胃+大  
腸内視鏡検査  
110万VND → 1480万VND

胃内視鏡検査  
72万VND → 500万VND  
大腸内視鏡検査  
105万VND → 735万VND

胃+大腸内視鏡検査  
178万VND → 1240万VND

5/5(月)  
子供向けの  
こどもの日  
歯科検診と  
口腔衛生の割引  
6/1(日)  
国際子供の日

適用期間 2025年5/1(木)～6/30(月)

歯科検診  
クリーニング+フッ素塗布  
30万VND → 50万VND  
対象:15歳以下  
※平日のみ

※上記の項目外で発生した検査は、その時点でのクリニックの表示価格で請求されます。

内科

ワクチン接種

健康診断

婦人科

皮膚科

歯科

小児科

脳ドック



**さくらクリニック**  
SAKURA CLINIC

65 Trinh Cong Son, Tay Ho, Hanoi



	診療時間	最終受付	月	火	水	木	金	土	日・祝	電話番号
総合内科	8:30 - 12:30	(12:00)	●	●	●	●	●	●	/	024-3718-1000
	13:30 - 18:00	(17:30)	●	●	●	●	●	●	/	
歯科	9:00 - 13:00	(12:30)	●	●	●	●	●	●	/	024-3718-2000
	14:00 - 18:00	(17:30)	●	●	●	●	●	●	/	

ハノイ駐在の日本人の健康を守り続ける

キャッシュレス、各種保険対応可能で安心

WellBe・Tokio Marine・Prestige・MSIG・UIC・各種クレジットカード付帯  
海外旅行保険利用可能!※詳しくはご来院前にお電話にてお問合せください。



内科LINE



歯科LINE

# 仲間と出会う Meet Up

同年会・県人会・サークル情報募集中

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。

活動中の写真もお待ちしております！

✉ [info@walking-vietnam.net](mailto:info@walking-vietnam.net)

掲載無料

## 【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：○カ月に○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：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、順次掲載ていきます。



## 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arring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



## 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。グローブが無い方でも可。

開 曜午前

場 St.Paul American School

電 086-708-0645 (日高)

✉ nadeshico.hanoi.2024@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)

## 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)

✉ 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)

✉ 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

## 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カ月に1回  
場 ハノイ市内  
✉ aichi.hanoi@gmail.com (幹事)

## 三重県ゆかりの会

- 趣 三重県出身者、またはゆかりのある方の集い。  
開 不定期  
場 ハノイ市内  
電 090-548-8795 (藪内)  
✉ yabuhni@yahoo.co.jp

## 粉もんちゅうん会(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)

## 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  
✉ hanoikayamakenjinkai@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カ月に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ます。  
開 1カ月に1回  
場 都度決定ハノイ市内飲食店  
✉ hanoimiyazakikenjinkai@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、凹んだ時など数カ月に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)

## 阿波踊り Ha Noi 香蓮会

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

## 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)

### 群馬県人会

- 趣 群馬に所縁のある方、群馬が好きな方、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  
✉ akihir-tanaka@secomvn.com.vn

## 東京都民会



- 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  
✉ cross3570@gmail.com (植村)

### 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)  
✉ kanagawa.hanoi@gmail.com

## 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)

### ハノイ福井県人会

- 趣 福井にゆかりのある方なら誰でも参加可能。  
開 不定期  
場 ハノイ市内の飲食店  
電 083-760-8528 (柳原)  
✉ yanabara1019@gmail.com

## 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)  
✉ kikuchilyosuke@gmail.com (菊地)

## 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

## 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。  
開 火曜20:30~  
場 671 Hoang Hoa Tham, Vinh Phuc, Ba Dinh  
✉ patotine.tv@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 (井畠)

## ハノイタッチラグビー同好会(RED RIVERS)

- 趣 タックルが無い安全なラグビー。老若男女、経験問わず、誰でも大歓迎。  
開 日曜午後  
場 15 Hong Ha, Ba Dinh  
電 091-997-5830 (熊谷)  
✉ info.hanoijptouch@gmail.com

## 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)  
gadget39 (坂本)

## 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。  
開 2~3カ月に1回  
場 ハノイ市内の飲食店  
✉ anemonesaki@yahoo.co.jp (藤田)

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

## 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。様々な歌を楽しんでいます。  
開 水曜  
場 V-Art Space (シブチャー内)  
✉ xuanvoce2015@gmail.com (岩村)  
✉ xuanvoce.hanoi

## 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)

## ドンメシ会

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 ハナム省内飲食店  
✉ uev-ueda@kamihimo.jp (植田)

## 同窓会

### 拓殖大学学友会ベトナム支部

開 3カ月に1回  
電 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 東京外国语大学、大阪(外国语)大学、外国语学部の同窓会。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

電 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  
電 078-266-4099 (菊田)  
✉ kikuta@gmail.com

### フンイエン省交流会



趣 食事会は毎月開催。ゴルフは定期的にやっています。  
開 第1土曜18:30~  
場 フンイエン省エコパーク内飲食店  
電 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カ月に1回  
場 ハノイ市内飲食店  
✉ minowa@niinuma.jp (箕輪)

## 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)  
場 都度決定  
電 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97会

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

活動中の写真も  
お待ちしております!



# 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、タンビン区など。
- 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 【ポリウッド】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
- ✉ 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)

## 同年会

### HCMC84～90年代合同会

- 趣 84～90年代の幹事で合同会を企画しました。詳細は年度、氏名、連絡先を明記の上、メールでご連絡ください。
- 開 2025年4/13 (日) 16:00 ~ 20:00
- 場 ホーチミン市内1区日系居酒屋
- ✉ shkitamuraeiji@yahoo.co.jp (北村)

## サークル情報募集中

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。  
活動中の写真もお待ちしております!

✉ info@walking-vietnam.net

掲載無料

# 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)

### 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)

### 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しつつ、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)

# 中部

## スポーツ

### DaNang Fight Club



- 趣 ミット打ち、マススパー、ライトスパー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)
- ✉ DaNang Fight Club

### 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、打って走りましょう!
- 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)
- ✉ Danang Japanese Baseball team (仮Danang Ron Samurai)

# 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
- ✉ dongurihanoi

### 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 (幹事)

### 動物を語り触れ合う会



- 趣 ヤギやウサギ、モルモットにトカゲ、アヒル、インコ、さらにはドンタオ鶏まで、さまざまな生き物たちと触れ合いながら動物愛を語ります。
- 開 2～3カ月に1回、日曜
- 場 ID Service Vietnam (IDS) 内ふれあい動物広場
- ✉ mtmrk589@gmail.com (松本)
- ✉ tijopvietnam

### ハノイローカルSHOP巡りの会

- 趣 いつも日本人街にいるのではなく、時には外に出ましょ。ビアホイ、ローカル鍋の店、ローカル焼肉、ピアクラブなど、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

### 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

### Meet Up 交流会

- 趣 気の合う仲間を探す、誰でも参加可能な異業種交流会です。
- 開 不定期
- 場 ハノイ市内の飲食店
- ✉ mtmrk589@gmail.com

### ハートフル交流会

- 趣 気の合う友達を作り、ビジネス交流の場となり、恋人を見付けられたり、ストレス発散ができ、気分転換となる場になるような会を目指します。
- 開 不定期
- 場 ハノイ市内の飲食店
- 電 087-765-1789 (シン)
- ✉ vietgobikes.info@gmail.com



# 天龍クリニック × 中国天津中医薬大学 × 日本京都光華女子大学



天龍クリニックは中国天津中医薬大学の代表団とともに日本京都光華女子大学を訪問した。学術交流会では日本側より日本における中医看護学について、中国側より中医学の診断と治療法、そして実際の治療体験会を行った。中医学は哲学思想だけでなく、多用な治療法はその場で効果が実感できるのだ。腰痛などの整形外科疾患から婦人科疾患、そして精神疾患まで。日本側の教授や大学院生らは交流で得た知識だけでなく、身体も治癒され大変満足！当院では医療分野における国際交流を積極的に開催。



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

## 【重要なお知らせ】

平素より天龍クリニックをご利用いただき、誠にありがとうございます。この度、諸事情により移転準備を進めております。お問い合わせは、LINEまたは右記の新しい電話番号へお願いいたします。ご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

## 日本人向け医療の駆け込み寺 天龍クリニック

**032-838-4200**

住 56 Phan Ke Binh, Ba Dinh, Hanoi  
営 9:00 ~ 21:00

24日  
時間  
対応  
日本語可

LINEでお気軽に  
ご相談ください



カラオケ  
ダーツ  
ビリヤード  
無料

SIX  
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

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



和食も楽しめる♪ シックスバー

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

6バー & そらに初来店のお客様限定

スタッフに「Walking誌を見た」と伝えると

**会計より10%OFF!**

※VNDのほか、円、USD、クレジットカードでの支払い可

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！

そら  
Lounge

そらラウンジ

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

6バー & そら共通SNS

お気軽にお問い合わせください♥



LINE



Zalo



# ホーチミン市観光名所マップ



# ダナン観光名所マップ



# ハノイ観光名所マップ



# 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？

今だけ**特別価格**でご提案いたします！

！  
！  
**集**

## 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  
対策もしっかりとっています。

## 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



# 編集後記

スマホを見ながら薄気味悪く笑う営業Lの姿が鼻につく編集ボスR。いちいち気になつて仕方がないRは、Lを嗜めるが…。

- R L : ブブ…クク。  
おい、オフィスの中で不気味な声を出すな! 気が散つて仕方がない。
- R L : Rサンは、ブンダウマムトムつて知つてマス?  
あの匂いがキツい食べ物か。もちろん知つてはいるし、ワシは嫌いだ。
- L R : ヤッパリ。好みにうるさいRサンですモノね。
- R L : うるさいのではなく、こだわりだと言つてくれ。
- L R : ホラ、この動画を見てくださいヨ。新しく入ったインターナンのSちゃんとベトナム料理店に行つてしまシタ。
- R L : ほう。後輩をレストランに連れていくとは、君も成長したもんだ…って、Sが今食べているのはまさか?
- L R : ソーナンデス! 私が、ブンダウマムトムが絶対にオイシイから食べてミニ、って言つタマ、Sが気絶したように固まつているじゃないか! ベトナムに来たばかりの子に、君は何てこと!
- L R : アラ。Sちゃんが入社した時、「いろいろとベトナムについて教えてあげてくれ」と言つてきたノハ、ドコのドナタだった力シラ?
- R L : 確かに言つたが、いきなりこはないだろう! かわいそうに…。
- L R : ホーホツホツホツ。本当に爆笑デスマ。Sちゃんは素直デスカラ、私ハとっても大好きデス。
- R L : 君は鬼だ。やはり教育係として付けたのは間違いだつたか。L 私ニ感謝してクダサイ。来週もSちゃんを連れテ、取材に行つてきてあげますカラ。R それは助かるのが…。今度は何を食べさせる気だ?
- L R : モチロン、犬。
- R L : 却下だ!
- L R : ド、と言うと思いましたノデ、ヘビ料理にシマス。
- R L : ヘビだと? ワシがあんなにお願いしたのに、君は1月号で取材拒否してきたじゃないか。ダッテ、今回はSちゃんが食べてみたいって言うんですモノ。この前は素直にマムトムを食べてってくれましたカラ、ソノ勇気を称えマス。
- L R : Sはマムトムを食べて、ゲテモノ挑戦に目覚めたのか? まあ、メデイアの人間としては良い姿勢ではある。
- L R : Sも結局食べられないんじゃないのか? 食べ物を粗末にするのは厳禁だぞ。
- L R : デモ、私は絶対ニ通訳ダケ。料理は切食べマセン。
- R L : 大丈夫デス。料理が余つたらティクアウトして持つて帰りますカラ。
- R L : 絶対にいらん! 何が何でも完食してこい!

## Special Thanks

Takayasu Shinya / Satoh Kanji / Sasaki shunya / Sumi Junnichi / Matsuki Yui / Okudaira Miki / Mori Taiki / Tanaka Shoichiro / Okazaki Yuta (順不同)

**Walking Vietnam 2025年5月号は…**

**特集：癒しのアニマル触れ合いスポット（仮）**

働く在越日本人の中には、日本以上に仕事に追われ、疲れ果てている人が多くいます。そんな時に心を癒してくれるのが、動物の存在。しかし、いつ日本へ帰国するかが分からぬ環境下では、ペットを飼う決断をなかなかできない家庭が多いのです。そんな人に向けて、次回はハノイやホーチミン市の都市圏で動物に触れ合える施設を紹介します。かわいい動物たちと出会い、心身ともに癒されましょう。

# 大人数での集まりや特別なイベントにおすすめ!



会社の接待

歓送迎会

誕生日会

女子会

県人会

コンペ会場

ワークショップ

各種イベント



## 2025年4月末までスペシャルプロモーション

畳の個室をなくし、大きな空間へリノベーションしたペペラプールの2階。10名様～30名様までの貸切利用が可能になりました!今だけ特別に、貸切時の最低使用料金なしでご利用いただけます。

11:00～22:30まで利用可能(定休日なし・休憩時間なし)

スクリーン・プロジェクター・マイク完備

ビュッフェスタイル対応可能

期間限定!新しくなった  
個室を満喫できるチャンス!  
ぜひご予約を!



Pepe la Poule ペペラプール

住 22 Quang Khanh, Tay Ho, Hanoi

電 024-6291-2641

営 11:00～22:30

LO 21:30



Facebook



Capichi



# 新発売



ソイソイの田舎納豆  
7万5000VND 150g

4月中旬  
販売開始



テンペ  
4万5000VND 150g

# 同時発売



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

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。

# 歓送迎会は 呑める寿司屋 寿司どんちゃん

2024年

11/2  
OPEN

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!



住所 15A/27 Le Thanh Ton, Quan 1, HCMC

電話番号 096-234-5483

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

## 本格寿司が1貫から楽しめる

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、そんな呑める寿司屋をイメージして作った新店舗! 昼は寿司セットや丼もの、「今週の定食」などを用意。酒の肴も充実しているので、新年会や歓送迎会にもぴったり。ご予約承り中です!

当店自慢のメニューはこちらからご覧ください! ▶



# F'S DESIGN COURT



F'S DESIGN COURTは、日本とアジアの食の架け橋となる場を提供。製品の体験に加え、試作や試食、セミナー、凍結・解凍テストなど、お客様のご要望に応じて多彩な用途をご利用いただけます。



**THAILAND**  
F'S DESIGN COURT Bangkok

**VIETNAM**  
F'S DESIGN COURT Ho Chi Minh

**INDONESIA**  
F'S DESIGN COURT Jakarta

## FUKUSHIMA GALILEI VIETNAM

📍 #502, 5F, Zen Plaza Bldg., 54-56 Nguyen Trai, Quan 1, HCMC  
📞 028-3933-3628 🎭 hashiguchi.tos@galilei.co.jp (代表 橋口)

詳細やご利用、ご見学につきましては、  
事前に弊社までお問い合わせください。

