

ヤンゴン生活をより便利に、より豊かに

ミヤンミンジャポ!

*** MYAN JAPO ***

01.MAR.2017

Vol. 01

創刊号

THE PREMIUM HOTEL

PARKROYAL
YANGON

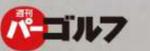
セールスマネージャー ポリ彩

Yangon Gourmet Report

Whet's Sushi & Soba

ミャンマー"カウンデー"フード

Danuphyu Daw Saw Yee
Myanmar Restaurant



Special Issues

今すぐ行きたい安心のお店

ヤンゴンベストランチ 10





重要な

お知らせ

ANAより

ヤンゴン国際空港をご利用のお客様へ



Special Issues
4 ヤンゴンベストランチ10



平素より、ANA便をご利用いただきまことにありがとうございます。
ご予約いただいております成田-ヤンゴン線において、ヤンゴン空港のご出発およびご到着が

2月1日(水)より「ターミナル1」へ変更となりました。

3月26日(日)より成田-ヤンゴン線の運航時間が以下の通りに変更となります。

NH813	成田-ヤンゴン	13:50-18:30
NH814	ヤンゴン-成田	21:45-06:50+1

係員一同、お客様のご搭乗を心よりお待ちしております。

詳しくはお近くの旅行会社またはANAヤンゴン支店 01-9255-100/101/102 まで

WEB : www.anaskyweb.com

ANAヤンゴン支店営業時間: 月-金曜日09:00-17:00/土・日・祝休



A STAR ALLIANCE MEMBER

8 THE PREMIUM HOTEL

パークロイヤル ヤンゴン

11 Yangon Gourmet Report

Yhet's Sushi & Soba

18 シートゥー&ティンザーの
使える!ミャンマー語教室

30 エンタメニュース!

21 “すわじゅん”の歌い手奮闘記

おいしいローカルレストラン

ミャンマー“カウンデー”フード

22 ミャンジャポ特製MAP

- 22 ヤンゴン(ラングーン)全域
- 24 シェエダゴン・パゴダ周辺~インヤール湖(南)
- 26 ヤンゴン ダウンタウン
- 28 ネピドー
- 29 ティラワ周辺

16 用途別ヤンゴンレストランリスト

17 Yangon Shwe Style
ミャンマーの竖琴体験

32 パーゴルフ

36 速水先生の健康ミャンマー料理レシピ

大雄会伊藤先生が丁寧に解説!
ミャンマー医療事情Q&A

38 クラシファイド

42 厳選お役立ちページ LISTING

発行人 Ei Ei Chaw (設立番号00510)
No.94, Padamyar Street, (3) Ward,
Kanaryut Township, Yangon

編集長 Kazuto Takeda
編集 Hideki Ogawa / Toru Shimoyama / Aye Chan Su / Sithu Aung
Thinzar Wint Htel / Thandar Linn / Zin Lai Yin / Soe Min Thu

デザイン Yoshinori Matsubara / Fumihiko Ohashi

印刷 Aun Thein Than (設立番号00435)

MYANMAR JAPON CO., LTD.
CEO Yutaka Nagasugi
503, Sakura Tower, 339, Bogyoke Aung San Rd.,
Kyauktada Township, Yangon

広告掲載・本誌設置に関するお問い合わせ
tel: 09-31019178
tel: 03-5698-2155(日本)
mail: info@myanmarjapon.com

Cover 香里奈

©2017 MYANMAR JAPON CO., LTD.
本誌記載の記事・写真の無断複製、複製、転載を禁じます。また本誌に掲載された広告内容に關し、MYANMAR JAPONは一切の責任を負いません。
All rights reserved. No part of this publication may be reproduced in any form without permission from MYANMAR JAPON CO., LTD.
Advertisements published in MYANMAR JAPON CO., LTD. do not necessarily represent the views of the publisher. The publisher is not liable for errors or omissions.

設置場所

ミャンマー
ヤンゴン国際空港(出発・到着ゲート)
在ミャンマー日本大使館
JETRO
JICA
日本人会
日系企業他、
ヤンゴン市内の人気レストラン
及び有名ホテル



ヤンゴン ベスト ランチ



今すぐ行きたい安心のお店

育児や仕事で忙しい平日でも、ホッと休まる土日でもいつも心ときめくのは、おいしいランチ。
子どもと一緒にでも安心、やみつきになる絶品フードまで
ヤンゴンを代表する10のレストランを厳選しました。



ラ オペラ イタリアン レストラン & バー
L'OPERA
ITALIAN RESTAURANT & BAR



最もおいしいイタリアンの呼び声高し
こだわりを凝縮した本格的な逸品が揃う

経験豊かなイタリア人シェフが厨房に立ち、多くのメディアやヤンゴン市からも賞を受けた高い実績を誇る「ラ・オペラ」。ブレッドは同じ施設内のペーカリー「Il Fornaio」で手作りのものを使い、パスタは自家製とイタリア産を使い分け、肉や魚、野菜も輸入国を変えるこだわりよう。イタリアンに欠かせないポルチーニなどの食材も揃えている。

ランチは、スープ、サラダ、メイン(パスタ、肉&魚、ピッツアの中から1種)、アイスクリーム、ドリンクが付いて17\$(スープなしは16\$)。パスタは7種、肉&魚は4種、ピッツアは5種から選べるため、何回来ても飽きません。落ち着きを感じさせる優雅な空間で、本場のイタリアンを味わいたいなら絶対に外せない一軒です。

☎ 09-7303-0755, 01-6655-16 🕒 11:00~14:00, 18:00~22:30
📍 62D, U Htun Nyein Street, Mayangone Tsp. 🗺️ p22-B3 🍷 なし 🚗 あり
🌐 www.operayangon.com

●見た目からも食欲を刺激されるメインの「ムール貝のトマトソース蒸し」。ビジネスランチでも豪華ランチでも満足すること必至。●こだわりの素材を使い、焼き方も抜群の「マルゲリータ」。まるでイタリアにいるかのような感覚になる。●結婚式など特別な日にも利用できるテラス会場。見晴らしの美しさに思わず酔いしれる。



ルビストロ
LE BISTROT



ヤンゴンで一番と評判のハンバーガー
水曜日限定でビールが無料サービス

ダマゼディ通りにある「SAVOY HOTEL YANGON」内の「LE BISTROT」。飲食店がひしめきあうダゴンエリアで奥様たちに支持されている理由は、同店自慢の「ハンバーガー」。「ヤンゴンで一番おいしい」という評判もあり、「レア」など焼き方もオーダー可能。ジューシーな肉にナイフを入れると肉汁がパンズに染み、一口ほおばれば何とも言えない多幸感が訪れます。水曜日は、バーガーを注文すると、ツボルグビールのサービスというのがうれいしです。また、月~土に提供する日替わりの「ビジネスランチ」も好評。2品で16\$~とコスパも高く、プールサイドの屋外ダイニングでの優雅な時間は、ひと時の優越感に浸ることができま

☎ 01-5262-89 🕒 12:00~15:00, 18:00~22:00 (ハンバーガーは終日注文可)
📍 129, Dhammazedi Rd. 🗺️ p24-B3 🍷 なし 🚗 あり
🌐 Savoy Hotel Yangon 🌐 www.savoy-myanmar.com



イエッツ 寿司 & そば
YHET'S SUSHI & SOBA



絶品の寿司とそばといえばここ!
新メニュー登場で注目度も抜群

築地直送の新鮮な刺身と、毎日打ちは自慢の魚や黒豚を使ったランチメニューを追加予定で、毎日通っても飽きない豊富なラインナップです。安心・安全な素材だけを厳選するこだわりようで、香り豊かなそばを味わった後は、そば湯でつゆも飲み干したくなります。テーブルはすべてゆったりとした半個室となっており、つつい長居したくなる居心地のよさもポイントです。

☎ 01-3772-12, 09-2501-88878 🕒 11:00~23:00 (L.O.22:00 / ランチ 平日11:00~18:00)
📍 No.57, Ground Fl., 37th St. (Lower Block), Kyauktada Tsp.
🗺️ p27-D3 🍷 なし 🚗 なし 🌐 Yhet's sushi&soba

●国産本マグロが入った寿司の盛りと、打ち立てのそばが入った同店自慢のセットメニュー。ヤンゴンとは思えないクオリティに驚くこと必至。●日替わりの丼ものと自慢のそばがセットで7\$というお得なランチ。足しげく通う奥様もいるそう。●高層に気にならず食事を楽しめる半個室。土日限定で舟盛り、刺身、寿司が全品20%オフになるなど見逃せない。

ゴールデンフォー ベトナム料理
“04”
GOLDEN PHO
 VIETNAMESE CUISINE



①丁寧に仕込んだ牛肉が盛りだくさんのヌードル「The lot」(6,500Ks)。肉好きにはたまらない。②エビや牛肉、豚肉を野菜と一緒に巻いた「Special Roll Combination」(6,500Ks) ③ランチで使いやすい清潔な店内にはいつも人があふれている

牛肉たっぷりのベトナムヌードル
 清潔な店内は友人とのランチに◎

ヤンゴンに4店舗を構え、伝統的なベトナム料理をおしゃれな店内で食べられる「GOLDEN PHO」。王道の料理が揃い、特に人気ののがボリュームたっぷりの牛肉入りヌードル。スライス状やボール状にし、7~9時間かけて仕込んだ牛肉は、複雑な食感と香ばしさがたまりません。また、ベトナム料理を代表する生春巻きもオーダーしたい一品。ヘルシーさが女性に受けています。気の置けない友人と行ききたいカジュアルな一軒です。

Shop Data
 ☎ 01-2549-57, 09-2535-38686 ☎ 11:00~22:00 (L.O.21:30)
 📍 No.62 (A-4), Ground Fl., Yaw Min Gyi Street, Dagon Tsp.
 📞 p27-C2 休なし 駐あり

ひまり-日美-
“05”
HIMARI



①豚&イカが入ったお好み焼きのMix玉定食(7,000Ks)。女性人気も高い自慢のメニュー。②子どもも喜ぶ人気のオムそば。豚&イカ入り(9,000Ks)。全テーブルに取扱が付いているため、アツアツで食べられます。③清潔感あふれる店内。1階はテーブル席、2階は掘りごたつ式の座敷で、60人まで対応可

ヤンゴン初の本格お好み焼き店
 ボリューム、価格も大満足セット

パールコンド内にオープンしたヤンゴン初の本格お好み焼き店。人気メニューは、Mix玉定食と冷やし中華。Mix玉はキャベツやネギなどの野菜も豊富で、だしの効いた生地と甘めのお好みソースが絶妙にマッチ。ほどよく酸味の効いた冷やし中華は、暑さで食欲がないときにもおすすめ。セットは5,500Ks~7,000Ksで、ごはん、みそ汁、漬物、サラダが付き、プラス1,000Ksでアイスコーヒーも注文可。子ども連れでも入りやすいです。

Shop Data
 ☎ 09-7753-30494 (日本語可) ☎ 11:30~22:30 (L.O. 22:00 / ランチ 平日 11:30~14:00)
 📍 Pearl Condo, Block D, Ground Fl., Units G-10, Kabar Aye Pagoda Rd., Bahan Tsp.
 📞 p24-C2 休なし 駐あり

ル プラントゥール レストラン & ラウンジ
“08”
LE PLANTEUR
 RESTAURANTS & LOUNGE



①フランス、イタリア、スペインといったヨーロッパの伝統料理を日替わりで楽しむことができるセットメニュー。②2つ星のミシュランスターシェフに師事したという調理人が腕ふるうランチ。ヨーロッパを歩き回ったキャリアが一面一面に生かされている。③美しい芝生、穏やかな湖、洗練された一軒家が特別な空間を演出。土日のランチにも行ってほしい

湖畔の洗練された一軒家レストラン
 瀟洒な雰囲気優雅な時間を約束

インヤール湖沿いにある瀟洒な作りが特徴の一軒家レストラン「ル・プラントゥール」。ヨーロッパ料理の伝統的なメソッドを詰め込んだ逸品に舌鼓を打つのは必至。ランチは、メインとカフェの「クイックセット」が12\$, 前菜、メイン、カフェが付いた「フルピストロランチ」も18\$でお得感も抜群。美しい庭園を持つ芝生の湖畔で、ヨーロッパにいるかのような感覚を体験したいなら、ぜひ一度訪れてみてください。

Shop Data
 ☎ 01-5142-30 ☎ 12:00~14:00, 18:00~23:00
 📍 80 University Avenue, Bahan Tsp. 📞 p24-B1
 休なし 駐あり LEPLANTEUR

パラミピザ サヤサンロード
“09”
PARAMI PIZZA
 SAYAR SAN ROAD



①前菜やメイン、スイーツやドリンクなどを3品選べるセットが17,500Ks(2品が12,500Ks)。ボリューム、クオリティも抜群。②アラカルトのピッツァ「DIAVOLO」は15,000Ks。木で焼く本格派で仕上げた本場の味を再現。③なんといってもキッズルーム併設がうれしい。子どもたちを遊ばせて、優雅な時間をどうぞ

キッズルーム併設で子どもも満足
 本格イタリアンで優雅なランチを

サヤサンロードにあり、日本人にも馴染みの「パラミピザ」。併設のキッズルームがあるため、子どもを遊ばせながらゆったりできるのがポイント。また、パスタも入ったランチメニューは品数を選ぶことができ、いずれも本場の味を再現。パンナコッタなどのスイーツも女性にはうれしいです。また、アラカルトでは、イタリア製の本格釜で焼いたピッツァに注目。昼も夜も日本人の肥えた舌を満足させるイタリアンです。

Shop Data
 ☎ 01-8604-809 ☎ 11:00~23:00 (L.O.22:30 / ランチ 月~土 11:00~15:00)
 📍 56 Sayar San Rd., Bahan Tsp. 📞 p25-C2
 休なし 駐あり Parami Pizza at Sayar San Road

北海道
“06”
HOKKAIDO
 JAPANESE RESTAURANT



①厳選した素材で作られる一番人気の札幌味噌ラーメン(9\$) ②納得のいく肉を海外から仕入れ、丁寧に作るハンバーグ定食(9\$) ③サクサクの食感、大ぶりのえびがボリューム満点のえび天丼(9\$)

安心、安全、本物にこだわる
 日本人料理長による北海道料理

ゴールデンヒルタワー内にある「北海道」。ぐるなび主催のコンテストで、約1600人の中から決勝進出10人に選ばれた北海道出身の山下料理長が腕ふるいます。味噌ラーメンは5種類の味噌をブレンドし、麺は特注

Shop Data
 ☎ 09-2505-37315, 01-5586-16 ☎ 11:00~14:00, 17:00~22:00
 📍 No.24/26, Golden Hill Tower(A) Ground Fl., Kabar Aye Pagoda Rd., Bahan Tsp.
 📞 p24-C2 休なし 駐あり Hokkaido Japanese Restaurant

ジェフズ キッチン
“07”
JEFF'S KITCHEN



①ブラジル料理の名物「シュラスコ」(13,900Ks)。ランチ時の人気メニューの一つ。②スパイシーさがたまらない、ボリューム感満点の「タイ風の海鮮盛り合わせ」(25,900Ks) ③最大15名収容可能な個室や広いテラス席を用意し、あらゆるシチュエーションで使いやすい

落ち着いたセンス溢れる空間で
 世界各国の名物料理をどうぞ

イタリアンなどの名店が連なるインヤール湖北東部の「ジェフズ・キッチン」。本格的なタイ料理をはじめ、地中海、イタリアン、フレンチ、ブラジルと多国籍なのが特徴。いずれもグルメを唸らせる逸品と評価が高く、大人数でシェアするのに最適な「シュラスコ」が人気です。スパイシーなタイ料理にハマる女性も多いとか。余裕のある広大なスペースに、大きな駐車場も完備。ビジネスの会食や女子会にもオススメです。

Shop Data
 ☎ 09-2659-00056 ☎ 10:30~20:30
 📍 4A, KanYeikThar Street (ChawDwinGone), Ma Yan Gone Tsp.
 📞 p22-B3 休なし 駐あり Jeff's Kitchen

シーヤンヤン
“10”
XI YANG YANG



①皮、スープ、肉の三位一体が融合した自慢の小籠包(4,000Ks)。カニ、エビ(ともに4,600Ks)もぜひ注文したい。②食べた誰もが絶賛する餃子(3,500Ks)もマストオーダーの一つ。③台湾をルーツに持つオーナー(左から2番目)が、代々受け継がれてきた本場のレシピを再現している

絶品の小籠包を食すなら外せない
 台湾出身のオーナーが本場を再現

ヤンゴンで小籠包といえば、サンチャウにある「シーヤンヤン」。他店との違いは、モチモチの皮と熱々のスープがこぼれてくる館で、豚肉、カニ、エビの3種から選ぶことができます。オーダー後、10分で提供するというから、時間のない人にも安心。また、野菜と豚肉の餃子もオススメ。絶妙な焼き加減で、肉汁があふれ、箸を持つ手が止まりません。3月中は本誌持参で5%オフになります。この機会に本場の中華を味わってください。

Shop Data
 ☎ 01-5025-82, 09-9607-32566 ☎ 8:00~20:00
 📍 No.4, Nyaung Tong Rd., Corner of Baho, Sanchaung Tsp.
 📞 p24-A3 休なし 駐あり Xi Yang Yang, Xiao Long Bao

ほ ぼ毎月といっていいほど、新しいレストランがオープンするヤンゴン。そんな中で人気を集めるお店はどこなのでしょう？

は どのエリアからインヤール湖周辺。ランチの場

である程度用意していくことをオススメします。土日のランチに最適なのは、インヤール湖周辺のレストラン。湖を眺めたり、庭を散歩しながらゆっくりと時間を過ごしていると、日々の忙しい生活を忘れて優雅な気持ちになります。Savoy Hotelの「LE BISTROT」もホテルの中庭に面しているため、オープンな雰囲気の中でゆったりできるので、翌週から気持ちをリフレッシュしてがんばれそうです(笑)。子連れの方はサヤサン通りの「Parami Pizza」が子どものサービスなども気になってきますね。やはり大事なお客様や友達と気持ちよく時間を過ごしたいので。ミヤマーは、日本では子連れで行きづらいような少し高級感のあるレストランで

お店って? where do you want to go?

駐妻目線のリアルなコラム

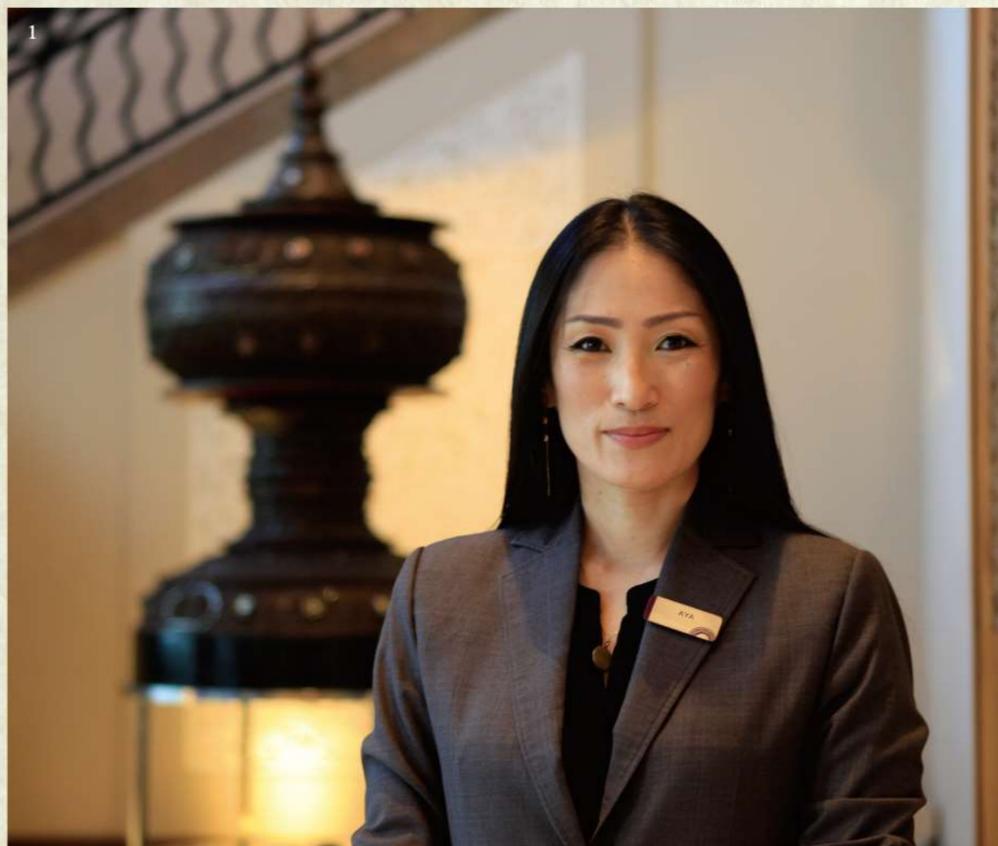


ども向けの遊戯施設があるので、子どもを遊ばせながらゆっくりと食事をすることができまよ。今後どんなレストランが増えていくのか楽しみです!(Choco)



vol.1
PARKROYAL YANGON

セールスマネージャー ポリ彩



1.日本人の目線に立ったサービスで信頼を受けている彩さん。「日本人のお客様のことはすべて把握したい」と責任感を持って日々仕事に臨む 2.優雅な時間が流れるプールは宿泊客に好評 3.格式高いロビーは五つ星ホテルならではの趣を感じさせる 4.長期にも短期にもコンフォタブルな暮らしを約束する落ち着いた室内

日本人向けサービスの向上で、長期滞在者が増加

20 15年の日本人シェアは25%でしたが、1年だけで35%になりました。その理由は、日本食のレベルを向上させ、朝食の品数を増やし、ほとんどの部屋にウォシュレットを設置したとがあります。例えば、バスタブとウォシュレットがあることが前提で予約されることもあり、多くの部屋に導入しました。日本人のニーズに添えてきたことで、利用頻度が上がったという経緯があります。

また、私がセールス(営業)として業務し始めたのが2016年5月。日本人のセールスがいないというだけでもやはり安心感がありますし、私以外にも日本語を話せるスタッフが常駐。夫である総支配人も15年の日本勤務の経験があり、現在もスタッフの日本語教育に力を入れ、さらに日本語人材を増やすことを検討しています。

長期滞在の日本人がわずか半年で劇的に増えたのは、うれしい結果となりました。どうやら「パークロイヤルは便利らしい」と口コミで広がったようで、今では11名が年間契約で滞在されています。年始にJCCM(ミャンマー日本商工会議所)の賀詞交換会が開かれたのですが、それもすぐに当ホテルに決めていただき、非常にうれしかったですね。

奥様たち向けの女子会が好評 パッケージプランも検討中

先日、特別なプライベートルームである企業の奥様たちのレディーズランチ会を開催。気に入っていただけまして、「またやりたい」ともおっしゃっていました。今後も女子会を

対象としたパッケージプランを提案していきたいですね。また、「SPICE BRASSERIE」には、3年の日本勤務の経験を持つイタリア人シェフがおり、スイーツが好評で特にチーズケーキなどが日本人のお客様に喜ばれています。ちょうどいい甘さが日本人の口にマッチするようです。

私は勤務し始めた理由は、元々ホテルに勤めていましたし、当ホテルの日本人のお客様が増えはじめていたので、ネビドーのパークロイヤルも合わせたセールスとなったわけです。「彩(あや)がいるなら任せよう」と思ってもらえるようになったらうれしいですし、それに見合うサービスの向上、それぞれのお客様のニーズに合ったサービスを提供していきたいですね。当ホテルでのお問い合わせには、お気軽に「あや」と呼んでください。

PARKROYAL
YANGON



Si Chuan
Dou Hua
Restaurant
四川豆花飯荘



世界で活躍するWang氏がシェフに就任

ヤンゴンを代表する五つ星ホテル「PARKROYAL YANGON」にある中華料理の名店「四川豆花飯荘」。

広東生まれのWang Shuzeが同店の総料理長に就任し、香港、マカオで腕を磨いたWang氏は国際会議で腕をふるうなど、その名は広く知られています。「料理で必要なのは、あらゆる偏見を捨て、いい部分を取り入れること」(Wang氏)。新たに生まれ変わる「四川豆花飯荘」にご期待ください。

01-250-388 33 Alan Pya Phaya Road, Dagon Tsp.



Hotel Kan Kaw

ホテルガンゴウ

閑静なエリアにある、清潔なお部屋で快適な睡眠を。

ダウンタウンまで車で5分と便利な場所に位置し、

併設された居酒屋レストラン「鎌倉」では、日本の味が楽しめます。



和・洋 朝食ブッフェは大好評! 和小皿の品揃えはヤンゴンNo.1 お部屋には広いベッドとバスタブがあり、ジムも完備しています

01-228566 英語・日本語・中国語・ミャンマー語OK!

No.93(A) Hnin Si Gone Street, Ahlone Tsp hotelkankawreservation@gmail.com

www.hotelkankaw.com

右から本マグロの赤身、サーモン、コハダタイが並ぶ豪華「刺身の舟盛り」(28\$)。クオリティ、量ともに満足必至のマスターオーダー



そば本来のうまみが味わえる「もりそば」(7.4\$)。ヤンゴンでも上質なそばを堪能してほしい



刺身でもいける鮮度の「白身魚の明太子天ぷら」(9\$)と人気メニューの「ネギ塩豚」(左/4.8\$)。酒の肴に最適



半個室を11部屋用意し、2階は最大14名でパーティも可。コースも応相談

Other Menu	
だしまき玉子	4\$
自家製黒豚餃子	5\$
鮭西京焼	7.3\$
アサリそば	9\$

Shop Data	
☎ 01-3772-12 / 09-2501-88878(田村)	
🕒 11:00~23:00(L.O.22:00)	
📍 No.57, 37 St. (Lower Block), Kyautada Tsp.	
📶 p27-D3 🚗 なし 🚲 なし 📱 なし 📺 Yhet's sushi&soba	

ヤンゴン食レベルの最前線は、イエッツにあり

ヤンゴン中心地のダウンタウンにあり、日本人駐在員にはお馴染みの「イエッツ」。厳選したオーガニック野菜や築地直送の鮮魚、打ち立てのそばを提供する名店として知られている。

本マグロを含む4種16切が入った「刺身舟盛り」は、わずか28\$とお値打ち価格ながら、クオリティは特筆ものの。独特の上質な脂、上品な香ばしさが秀逸で、土日には舟盛り、刺身、寿司が採算度外視の全品20%オフで提供するというから見逃せない。

また、自慢のそばは湿度に配慮しながら、その日出る分だけ仕込むこだわりよう。店主いわく「約8割のお客がオーダーします」とのこと。ラー油そばといった変わり種もやみつきになると常連から高い評価を受けている。

また、3月にはメニューを刷新し、価格を下げて、さらに使いやすくなるのがうれしい。素材は安心・安全かつ、高いクオリティでお客様を満足させる同店。その味を一度体験すれば、ヤンゴン飲食事情の最前線を垣間みる事ができるだろう。

今夜の食事は何を食べよう? 満足必至の一軒を紹介します

Yhet's Sushi & Soba

美心 Bijin Japanese Restaurant

心温まる 隠れ家

日本人が 丁寧に お迎え 致します

01-252261 | 17:30~23:00 (L.O.22:00) 日曜定休

No.26-B, Yaw Min Gyi Street, Dagon Township, Yangon

江戸鮓 EDO ZUSHI Japanese Restaurant

厳選食材の数々。日本の高級料亭の味を満喫

本店: 09-2590-40853 | 11:00-15:30 (L.O.15:00) | 17:30-23:00 (L.O.22:30)

スターシティ店: 09-2560-75020 | 11:00-21:00

No.290-B, U Wisarya Rd., 10 Ward Kamaryut TSP.

Yhet's SUSHI & SOBA

旬の魚を築地より 毎週火曜日に直送! 穴子秋刀魚白子など絶品!

01-377-212 | 01-382035 | 09-2501-88878 (田村)

11:00-23:00 (L.O.22:00) | Merchant Rd. (Dagon) | Yhet's sushi&soba

デリバリー 受付中! 店舗での受け取り 20% OFF!

TSUKIJI TEMPURA KUROKAWA

一つ一つ丁寧に目の前で揚げる 築地天ぷら黒川

09-253-440001 | 11:00-14:00 / 17:00-22:00

No.99, West Shwegone Daing St. Bahan Tsp.

OReno Kitchen

本格焼き鳥

日本の居酒屋で長年修行したミャンマー人店長が炭火で焼き上げるヤンゴン随一の焼き鳥の名店。

09-962-92298 | 11:30-14:00 / 16:00-22:30

Yangon No.15B, Nawaday St Yangon

大阪王将 OSAKA OHSHO

餃子といえばビール! ビールといえば KIRIN ICHIBAN!

100% malt, first press beer. KIRIN ICHIBAN

09-258676611 | 10:30-22:00 | 09-258676622 | 10:00-21:30

喜洋洋 City Mart

小籠包 3,500Ks

本場台湾人も絶賛する小籠包専門店。熱々の小籠包からジュワッと溢れる肉汁は絶品。

01-502-582 | 09-2502-69706

城 SHIRO

JAPANESE & ASIAN RESTAURANT

09-250-366-553, 09-450-005-793 | 11:00-23:00

1229, 6 Otr, Thitsar St, South Okkalapa Tsp

とんかつ Tonkatsu

一番美味しいとんかつ

01-511535 | 11:00-22:00

Sin Yaetwin Street (Bus Stop)

ひまり 本格焼き店

ヤンゴン初! お好み

09-775330494 (日本語可)

11:30-22:30 (L.O. 22:00) | Pearl Condo, Block D, Ground Fl., Units G-10, Kabar Aye Pagoda Rd., Bahan Tsp.

MAHLZEIT restaurant

Octoberfest BRUNCH

84, Pan Hlaing Street, Sanchaung Township, 11111 Yangon

Cho JAPANESE DINING & BAR

Sushi | Yakiniku

91(M), Than Lwin Road, Bahan Township, Yangon. Tel: 09 258 223 223

Dining Fukurou Japanese Restaurant

インヤールホテルに 移転オープン!

09-42023-1330 / 09-42148-8788

No.37, Kabazay Pagoda Road, Inya Lake Hotel Compound, Mayangone TSP.

勝 Katsu

ヤンゴンの居酒屋

067-421368 | 09-73199618

10:00-14:00 | 17:00-21:00

DIVINO ITALIAN RESTAURANT

Reservation: 01-525-935, 09-303-13888

11:30 AM to 2:00 PM / Lunch 6:00 PM to 10:30 PM / Dinner (CLOSED ON MONDAYS)

GOLDEN CRAB HOUSE SEA FOOD RESTAURANT

~ 10% DISCOUNT ~

From 18.1.2017 To 31.3.2017

No.170-4/113, Anada Thuriya Road, Saw Bwa Gyi Gone Block, Inn Sein Township, Yangon. Ph: 09-500 4632, 09-731 52 892

武士道 BUSHIDO Japanese Izakaya (Pub)

09-7871-73120 (ENG, JPN, BURMESE) | 11:30 - 14:30 / 18:00 - 22:00

No.75 / AB, Bo Yar Nyunt St., Dagon TSP.

2月 Grand Open!

01-1122-0052

19/A, Unit-15, Boaynyut Street, Yaw min Gyi Quarters, Dagon Township, Yangon.

Harry's

HARRY'S NEW MENUS AVAILABLE NOW!

09-7199-3711 | harrysbar.mm | www.harrys.com.mm

CAFE DEL SeOUL WINE & DINE

Reservation | Delivery 099 7199 3711

www.facebook.com/cafedelseoul

24/1 Pyay Road, 7 mile, Mayangone Township

OISHII SUSHI

毎週鮮魚を日本から輸入
80名様まで着席可能

Shop-1 No.98, Latha Street (Middle Block), Latha Township, Yangon, Myanmar. Tel : 01-708685, 09-796740737
Shop-2 No.69, Shwe Daung Tan Street (Middle Block), Lanmadaw Township, Yangon, Myanmar. Tel : 09-3128 7053
Shop-3 No.28 A, Kokine Swimming Pool Street, Bahan Township, Yangon, Myanmar. Tel : 01-546633, 09-780051595
Shop-4 No.77 B, Shinsawpu Street, Sanchaung Township, Yangon, Myanmar. Tel : 01-510205, 01-510206

09 7303 0755

Italian Restaurant & Bar (since 1997)

62D, U Htun Nyein Street, Mayangone Tsp, Yangon

VISA MasterCard JCB MPU Wi-Fi f operayangon

シェンダゴンパゴダを眺めながらのお食事に

SKY BISTRO

tel 01-255-277 open 10:00-22:30 address 20th floor of Sakura Tower, 339, Bogyoke Aung San Road Kyauktada Township, Yangon, Myanmar

ヤンゴンで唯一無二の
夜景があなたを癒す

YANGON YANGON

tel 01-255-131 open 17:00~
address Rooftop of Sakura Tower, 339, Bogyoke Aung San Road Kyauktada Township, Yangon, Myanmar

The Best Restaurant in Yangon

油控済み化学調味料不使用
安心安全の食事
心の平穏に配慮しています。

Padonmar Restaurant
www.myanmar-restaurantipadonmar.com

open 11:00am - 11:00pm tel 09-7302-9973 / 09-7310-8608 / 09-7324-2410 / 09-540-9469 address 0.105/107 kha-yoe-bin road, dagon tsp yangon

TOKYO BBQ DINING

MANPUKU

セレブに人気の日本人料理長が手がける焼肉店。
TEL: 09-9701-37546 / 09-830-0426 / 09-5046-736
ADDRESS: No.(30), Sagawar Street, Dagon Township

創造的なヨーロッパ
ビストロ料理

LE BISTROT AT DHAMMAZEDI

月曜日～土曜日まで
ビジネスランチ受付中

129, Dhammazedi Road, Yangon, The Republic of the Union of Myanmar
T: (+95) 1 526289, 526298, 526305 F: (+95) 1 524891, 524892
E: reservation@savoy-myanmar.com
www.savoy-myanmar.com

VINTAGE LUXURY

YACHT HOTEL

Botataung Jolly, Yangon, Myanmar.
tel : 951-9016332 - 35, 939 - 250846974
info@vintageluxuryhotel.com
www.vintageluxuryhotel.com

WEEKDAYS
Value Deals!
MONDAYS TO FRIDAYS

YOUR CHOICE OF ANY DELICIOUS
PERSONAL PAN PIZZA
+ 1 FREE SOFTDRINK
ONLY K 4500
LIMITED TIME ONLY

CHICKEN SUPREME
SUPER SUPREME
HAWAIIAN PARADISE
PEPPERONI & CHEESE
CHICKEN HAWAIIAN
VEGGIE SUPREME

EXPERIENCE IT TODAY!

SHAN YOE YAR RESTAURANT

駐在員の支持率No.1。ミャンマー料理の接待店

TEL 092-5056-6695 © 6:00-22:00 9 1131 Yangon 169, War Dan Street, Lanmadaw Tsp Shan Yoe Yar Restaurant

NOVOTEL HOTELS & RESORTS YANGON MAX

ルーフレストランLe Cellierでフランス料理もお楽しみいただけます。

ミャンマーの象徴的な5つ星ホテルで
最上のひと時を

tel 01-230-5858, 01-230-5868 address 459, Pyay Road, Kamayut Tsp www.novotel-yangon-max.com NovotelYangonMax

NOVOTEL HOTELS & RESORTS INLE LAKE MYAT HIN

平穏で美しいインレー湖の
東に位置するホテル

tel 09-251-042570 address Inle Lake, Shan State Myanmar

Facilities ジュニアスイート 62 / 湖上ヴィラタイプ 57 / プレジデンシャルヴィラ 2 / レストラン 2 / スパ&フィットネス / プール / 会議室

UNION

BAR AND GRILL

01 392 263 09 250 355 064 No. 42, Strand Road, Botataung Township, Yangon, Myanmar info@unionyangon.com www.unionyangon.com

O'THENTIC

= THE VIBRANT CORNER =

No. (45/A), CORNER YAW MIN GYI ST. & BO YAR NYUNT ST. DAGON TOWNSHIP - YANGON.
PHONE-(+95) 99 6662 9766 EMAIL - othentic.ygn@gmail.com
FOLLOW US ON FACEBOOK: OTHENTIC.YGN

TAW WIN GARDEN HOTEL

Categories	Rooms	Size (sqm)
Deluxe	294	45
Premier	169	50
Family	11	60
Executive	14	75
Princess	16	85
Taw Win Suite	9	102

TAW WIN GARDEN HOTEL
No.45, Pyay Road, Dagon Township, Yangon, Myanmar.
Tel: +951-8600080 Fax: +951-8600082

Email: info@tawwingardenhotel.com www.tawwingardenhotel.com

シェンダゴンパゴダから近く
美しい夜景が望める隠れ家ホテル

H VALLEY YA

01-524-693 24 West Shwegonedaing 3rd St, Bahan Tsp. info@hotelhvalleyyangon.com

月光 Gekko

01 254 041 01 386 986 535 Merchant Street, Kyauktada Township, 4th Quarter Yangon, Myanmar. www.gekkoyangon.com

TINTIN TINTIN'S BOGALAZAY 118

01-245904 116-118 Bogalazay Street (Middle Block), Bohlataung Township, Yangon www.tintintinyangon.com

MAKOTO REAL ESTATE SERVICE

あなただけの
お住まいを探します!

最新情報をアプリでチェック
物件情報満載

日本人のベテランスタッフがアパート・コンドミニアム オフィス・店舗物件などの優良物件をご案内します。アフターフォローもお任せください。

親切丁寧 信頼と実績 新居転居

MYANMAR A&K Company Limited MAKOTO REAL ESTATE SERVICE 09-7952-54325 担当:有友(ありとも) Myanmar A&K Co. Ltd. 09-4217-44136 日本製対応可

ミャンジャポの
広告

\$98

広告掲載に関するお問い合わせ 09-3101-9178 担当:下山(日本語・英語・ミャンマー語)

いざという時に使える ヤンゴンレストランリスト

個室、深夜営業、テラス席などシチュエーション別でお店を紹介!

個室があるお店

- | | |
|--|--|
| 匠家
鐵完
鎌倉
L'OPERA
Yhet's Sushi & Soba
鎌倉マリーナ | 胡蝶
四季亭
藤の坊
ふるさと
蓮 カンドーヂ
OTAKE |
|--|--|

SHWE KAUNG HOT POT (NANATAW RD.)

深夜営業(24時以降営業)

- | | |
|---|--|
| 大阪王将
PWINT THIT SAN
NEW BURGER
CAFE SULE | UPTOWN COFFEE SHOP
365
SPICE BRASSERIE |
|---|--|

店名	電話番号	配達地域	対応時間	問い合わせ先
L'Opera	09-7303-0755	マヤンゴンより南地区(ティンガンチュンを除く)	11:00~14:00, 18:00~21:00	www.operayangon.com
AWAのお弁当	09-7926-55994	ダウンタウンから8マイル	平日 10:00~18:00	awa.yoko.hayami@gmail.com
あないも	09-2504-37706	北部はシュエダゴンダイナまで	平日 9:30~19:00	あないも's Kitchen

詳細な情報は「厳選お役立ちページLIST」42Pを参照!

蓮 サヤサン本店

全90席を擁する
ヤンゴン最大級の
日系居酒屋

蓮 カンドーヂ

2月よりランチ始めました!

蓮 黄金鶏白湯らーめん

濃厚な魚介系つけ麺と鰹節を
そのままたっぷり入れた新しいスタイルのラーメン

蓮

銀座の老舗店の料理長を迎え、
最高峰の料理をご提供

洗練された和の個室にジャズ

ハイボール
230円!

アットホームな空間で庶民派居酒屋スタイルを!

テラスあり

- | | |
|--|--|
| L'OPERA
蓮 サヤサン本店
TRITON
GOLDEN SEA FOOD
MY FRIENDS | WIN STAR
SHWE KAUNG 2
ル・プラントゥール
ECLIPSE |
|--|--|

- SIGNATURE RESTAURANT
IN THE GARDEN
DIVINO
PADONMAR RESTAURANT
LE RENDEZ-VOUS@THE FRENCH INSTITUTE
MONTAGE CAFE@7 MILE RESIDENCE
SHWE SA BWE

お酒が充実

- | | |
|----------------------------|-------------------------------------|
| 蓮 カンドーヂ
鐵完
鎌倉
四季亭 | Yhet's Sushi & Soba
鎌倉マリーナ
胡蝶 |
|----------------------------|-------------------------------------|

Yangon Shwe Style

ヤンゴン在住の地元で詳しい女性情報局員たちが
女性目線からお役立ち情報をお届け!

23 ミャンマーの竖琴体験

yangon shwe style 情報局員: らつこ, koma, Choco



ミャンマー、ビルマといえば竖琴。というイメージを持つ日本人は多いのではないのでしょうか。
「ビルマの竖琴」は今から70年前に発表された児童文学作品で、2度にわたり映画化もされ、
ヴェネチア国際映画祭で受賞、アカデミー賞にもノミネートされるなど世界的にも評価された日本を代表する映画のひとつと言えます。
せっかくミャンマーにいるのだから、ビルマの竖琴を奏でてみたい!今回は竖琴を体験してきました。



★ミャンマーの竖琴とは

「MYANMAR JAPON」から引越してきましたシュエスタイルです。今後は「ミャンジャポ!」で情報をお届けしていきます。竖琴は、ミャンマー語では「サウン・ガウ」と呼ばれ、起源は定かではありませんが、9世紀ごろには海外で演奏された記録が残っています。竖琴は宮廷音楽や仏教音楽として愛され、竖琴奏者は重宝され尊敬されていました。大きさは縦横80cmほどで、重さは3kg少々。当初は3弦でしたが、時代とともに7弦、14弦と増え、現在は16弦のものが主流で、20万Ksくらいから購入できます。高級なものはバダウの木で作られ、シルクの弦、金箔、鹿の皮が使われており、漆が塗られています。音階が7種類あり、曲によってチューニングをして音階を変えます。



★先生の演奏を聴かせてもらいました

弦楽器初心者のシュエメンバーは、同じ強さ、同じ速さで弾いていくだけでひと苦労。一曲奏でられるようになるまでの道は簡単ではなさそうですが、みんな真剣に取り組んでいました。

★さあ、弾いてみよう!

丸みがあって3kg少々ある竖琴。男性は胡座をかき、女性は横座り膝の上に乗せて演奏します。左手で竖琴を支え、右手で抱きかかえるように竖琴を持っていると、まるで赤ちゃんなど大切なものを抱いているような気持ちに。まずは右手の人差し指を使って下の弦から弾いていき、中指を使って弦を押さえて音を止め、また次の弦を弾きます。

トクマ・ダビン・アカデミー
Thukuma Dhabin Academy ヨーミンジー教室

09-771095926 加藤(日本語)
09-254190048 ウェイ・ジン(ミャンマー語)
inya.inya2016@gmail.com
ヨーミンジー通り9区画57番(パークロイヤルホテル至近)

レッスン料金	
グループ レッスン (3名以上で開催)	プライベート レッスン (2名以下)
1レッスン 10,000 Ks / 人	1レッスン 30,000 Ks / 人

シチュエーション別で解説!

MYAN JAPO SPECIAL LESSON!

シートウー&ティンザーの
使える!
ミャンマー語教室

シートウー
ヤンゴン生まれ、東ヤンゴン大学英語学科卒。その後ヤンゴン外国語大学で4年間日本語を勉強する。現在はmntv「The JAPAN BRAND」番組リポーターとして活躍。MYANMAR JAPONマーケティング/企画営業担当。

ティンザー
モン州バウン生まれ。ヤンゴン外国語大学日本語学科卒。その後日本へ留学。日本の大手人材コンサルティング会社を経て帰郷。現在はmntv「The JAPAN BRAND」番組リポーターとして活躍。MYANMAR JAPON人材紹介・不動産仲介部門を担当。

海外生活で最初にぶつかるのが、やっぱり言葉の問題です
レストランやタクシーで使えるミャンマー語をピックアップ

LESSON!

1 ◎ レストランで使える! ◎

はい
ホウッケ
ဟーウー

いいえ
ヒンイン
ウーアウ

すみません(店員を呼ぶ)
タセイヤウ
ウーウーウー

メニューをください
ミヌーペーパー
ミヌーペーパー

席はありますか?
タインザヤー シーラー
ウーウーウー

これをください
ダーペーパー
ウーウー

数字

1	テイ	ウー	11	セツテイ	ウーウー
2	ソニ	ウー	20	ソナセー	ウーウー
3	トウ	ウー	100	タヤ	ウーウー
4	レー	ウー	1,000	タタン	ウーウー
5	ンガ	ウー	1,500	タタンガヤ	ウーウー
6	チャウ	ウー	2,000	ソナタン	ウーウー
7	クウ	ウー	2,500	ソナタンガヤ	ウーウー
8	シ	ウー	3,000	トウタン	ウーウー
9	コ	ウー	10,000	タター	ウーウー
10	タセ	ウー			

オススメ料理を教えてください
ペーハーカウレー ピョーピャー
ウーウーウー

料理を注文したけど、まだ来ていません
ママーターダー マラーデー
ウーウーウー

〇〇を入れないでください
〇〇マッペーパー
ウーウー

パクチー
ナンナンピン
ウーウー

うま味調味料
アチョーモン
ウーウー

レストランでよく使う言葉

一人	タヤ	ウー	フォーク	カイン	ウー
二人	ソナヤ	ウー	はし	トウ	ウー
スプーン	ズン	ウー	皿	バガン	ウー

LESSON!
2 ◎ タクシーで使える! ◎

この住所に行ってください
ディレイサアタイムペーパー
ウーウーウー

両替をお願いします
ソグレーペーパー
ウーウー

〇〇までいくらですか?
〇〇アティペラウレー
ウーウー

〇〇へ行きたいです
〇〇ゴ トワチンデー
ウーウー

通り
ラン
ウー

病院
セイヨウ
ウー

空港
レイゼツ
ウー

〇〇までどのくらい時間がかかりますか?
〇〇アティペラウラウ
ウーウー

ここ/そこ/あそこで停めてください
ディマ/ホーマ/ホーウマ ヤッペーパー
ウーウー

右/左に曲がってください
ニャー/ペー ゴ チョーパー
ウーウー

まっすぐ進んでください
テテトワパー
ウーウー

急いでください
ミャンミャン ローペーパー
ウーウー

LESSON!

3 ◎ ショッピングで使える! ◎

〇〇はどこですか?
〇〇ペーナーマレー
ウーウー

レジ
グェシンカウンター
ウーウー

トイレ
エインダー
ウーウー

試着室
アウエーレーカン
ウーウー

このS/M/Lサイズはありますか?
S/M/L サイツ シーラー
ウーウー

お釣りを間違えています
ピャンアングエ マーニーデー
ウーウー

色違いはありませんか?
タチャーアヨオン シーラー
ウーウー

少し考えさせてください
ネネ/スインザー オウンメー
ウーウー

新しいものはありますか?
アティ シーラー
ウーウー

返品したいです
ピインシーラー
ウーウー

グラス	クエ	ウー	冷たい	エーデー	ウー	鶏肉	チェッター	ウー
水	イエ	ウー	暑い	プーデー	ウー	牛肉	アメーター	ウー
氷	イエゲエ	ウー	白ご飯	タミンピュー	ウー	豚肉	ワッター	ウー

あなたはちゃんと見れていますか？

見方によって2つの顔が見えます。ビジネスも多角度から見る事が大切です。



農民公益銀行グループの
ミャンマー専門企業信用調査

FWP
RESEARCH

エフ・ダブル・ピー リサーチ

進出支援・信用調査・マーケットリサーチ

まずはお気軽にご相談ください。

TEL

094-5210-2233
099-7878-7786

ミャンマー
進出支援も
お任せ

ミャンマー国番号 +95 (担当:木下)



農民公益銀行グループ
FWP RESEARCH

●本社 / #307, 3rd Floor, Hledan Center, Kamaryut T/S, Yangon
TEL 099-7979-7786

●日本支社 / 東京都江東区富岡1-26-17 〒135-0047
TEL 03-3641-8998 FAX 03-5875-8403
E-mail info@fwpresearch.com

タウンジーにて生放送コンサート



ミャンマー水掛け祭りのステージ

生放送で3ステージに出演！
初の寺子屋訪問で思わず感動……

はじめまして。ミャンマーとご縁があり、これまで新年を祝う水掛け祭りのステージで歌わせていただいたり、日本の増上寺で行われるミャンマー祭りにも出演いたしました。ミャンマー語と日本語で歌い、ミャンマーの歌手の方々とコラボレーションさせていただき、ミャンマーと日本がエンターテインメントを通して深くつながってほしいと思っています。

今回は、6回目の滞在でしたが、ヤンゴンから初のタウンジーへ車で10時間移動し、ミヤワディテレビの「Red Bull Family Music Tour」というステー



ミャンマーで活躍するアーティストが綴る
笑いあり、泣きあり、悲喜こもももの日記

ジに出演。ステージは生放送で3ステージ！ミャンマーを代表する歌手のチッカウンさんやチャンチャンさん、一緒に楽曲制作でもコラボしているサイアウンティヤンさんなど、選りすぐりの方々が集まり、会場は大盛り上がりでした。

翌日からはマンダレー、ヤンゴンと移動し、約10カ所の寺子屋を訪問。音楽を学ぶ場所がまだまだ少ないミャンマーで、子どもたちとカスタネットやリズム練習をしたり、歌いながら一生懸命声を張り上げる子どもたちを見て、熱い思いが何度も込み上げてきました。訪問前日、親族を亡くされたお子さんがいて、それを思うと胸が苦しくもなりながらも、一生懸命に生きている姿に感動。音楽の無限大のチカラを感じた、とても貴重な滞在となりました。

初の寺子屋訪問でパワーをもらいました



子どもたちとリズム遊びで大盛り上がり

ミャンマーの思い出～水掛け祭りのライブ



ミャンマーのお正月では、1年間の汚れを落とすため、水を掛け合い幸せを祈ります。私は、2015年4月に初めてこのステージに出演させていただきました。ミャンマーで古くから歌われている水掛け祭りの曲「ビュニーピャウワ」という曲を、総勢5万人の皆さんと大合唱し、本当に素敵な時間となりました。



Profile すわ じゅんこ
栃木県大田原市出身。12月17日生まれ、いて座、O型。9歳から地元の合唱団で歌を習い始め、チャリティー演奏会や刑務所、老人ホームなどでボランティアコンサートをしながら音楽を学ぶ。avexの新人開発にその実力が認められ、ボーカルレッスンを受け始める。ミャンマーでのイベントに多数参加し、栃木県大田原市の国際親善大使に任命された。歌を通じたミャンマーと日本の交流において、Children's NGO[Futokoro]より感謝状を授与される。
<http://suwajunko.chillout.jp>

思わず人に教えたくなるあのお店
ミャンマー
“カウンデー”フード
Myanmar Local Tasty Food

気にはなるけど、どこにあるのかわからない……
日本人でも行きやすいミャンマー料理店。教えます

第1回 Danuphyu Daw Saw Yee
Myanmar Restaurant

ミャンマーで最も歴史あるレストラン
日本人の口にもマッチする絶品カレー

1968年創業、ミャンマーで最も歴史あるレストラン。ヤンゴン市内で3店舗を展開し、今回訪れたユーチマウンロード店は、ダウンタウンから徒歩圏内。ランチ時はいつも賑わい、いつも家にいるかのようなアットホームさが人気の秘密です。ミャンマー料理はしょっぱくて、辛いというイメージですが、同店はあっさりとした味付けが特徴。

今回は、ロブスターカレーとポークカレーを注文。ロブスターカレーは、トマトやコリアンダーが入った独特な香りで、ご飯との相性も抜群。ポークカレーのお肉はジューシーで、香ばしいお肉が食欲を刺激します。他にもベジタリアンカレーなど約20種類のカレーがあり、日本人の口にも合う、このミャンマーカレーをぜひ体験してみてください！

ベズントク・カレー(ロブスターカレー) 6,500Ks



အရသာရှိသော



ライス、スープ、野菜がセットで、辛さも調整可能。写真手前はポークカレー(3,500Ks)



いつも賑わっている店内。家にいるかのような気軽さもポイント



カラフルで目立つ外観。物価にせずに入ってみて！

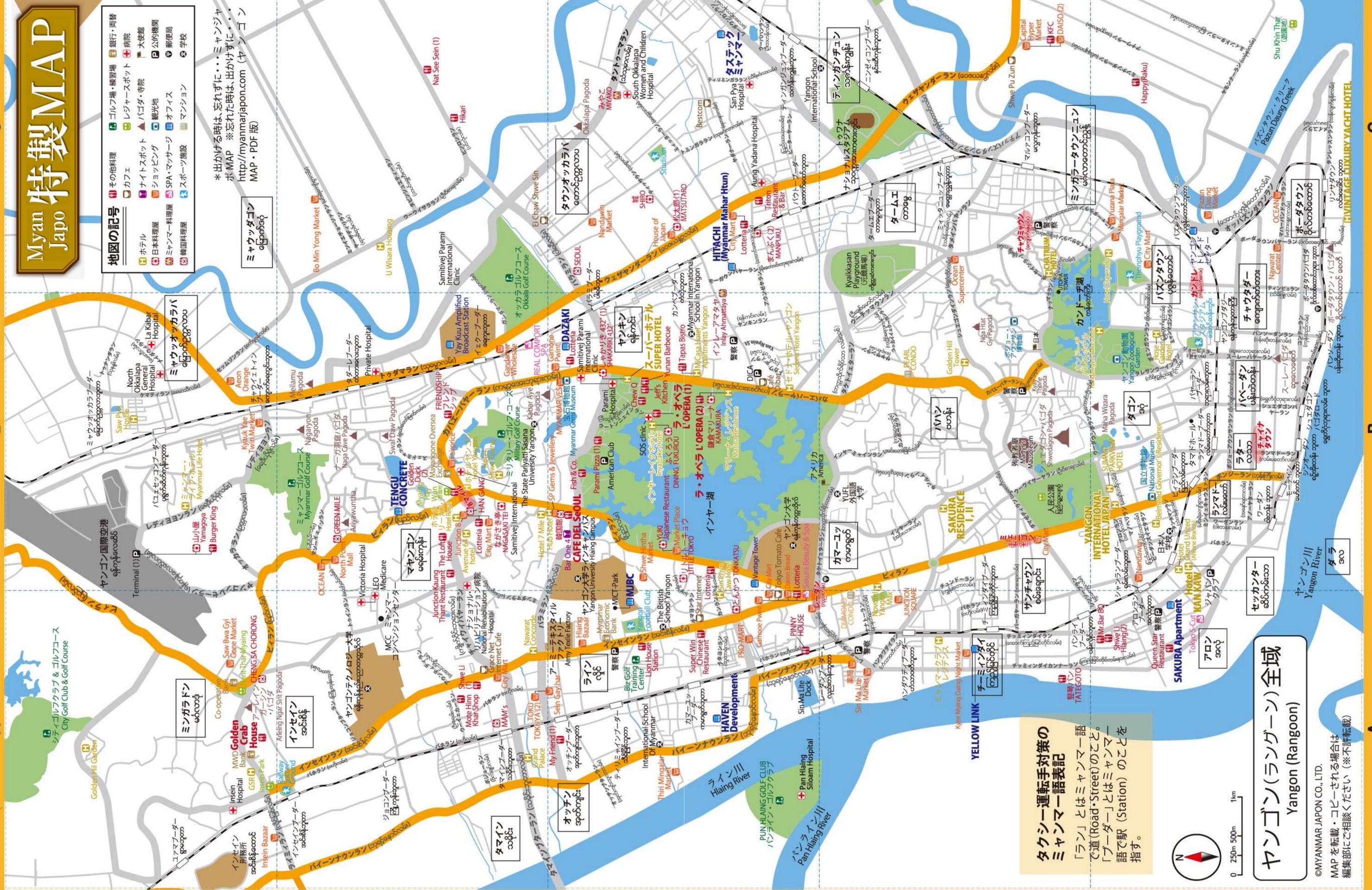
豪華なロブスターが存在感抜群。日本人の口にも合うと合います！

Myan Japo 特製MAP

- 地図の記号**
- その他料理
 - ゴルフ場・練習場
 - 銀行・両替
 - カフェ
 - レジャースポット
 - 病院
 - ナイトスポット
 - パコダ・寺院
 - 大使館
 - ショッピング
 - 観光地
 - 公的機関
 - SPA・マッサージ
 - オフィス
 - 郵便局
 - 韓国料理屋
 - スポーツ施設
 - マンション
 - ホテル
 - 日本料理屋
 - ミャンマー料理屋
 - 学校

* 出かける時は、忘れずに・・・ミャンジャポ MAP
 ※ 忘れた時は、出かずに・・・
<http://myanmarjapo.com> (ヤンゴン MAP・PDF版)

ミャウッタゴン
 မြောက်ဧရာဝတီ



タクシー運転手対策のミャンマー語表記

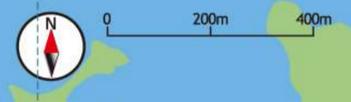
「ラン」とはミャンマー語で道(Road・Street)のこと。「ブーダー」とはミャンマー語で駅(Station)のことを指す。



ヤンゴン(ラングーン)全域 Yangon (Rangoon)

©MYANMAR JAPON CO., LTD.
 MAPを転載・コピーされる場合は編集部に相談ください。(※不許転載)

シュエダゴン・パゴダ周辺
～インヤール湖(南)



カマーユツ
ကမာရိတ်

ヤンキン
ရန်ကင်း

ティンガンチュン
သက်န်းကျွန်း

タームエ
တာမ္မေ

バハン
ဟဟန်း

サンチャウン
စမ်းချောင်း

チャウミヤウン
(ကျောက်ပြောင်း)

ミンガラタウンニユツ
မင်္ဂလာတောင်ညွန့်

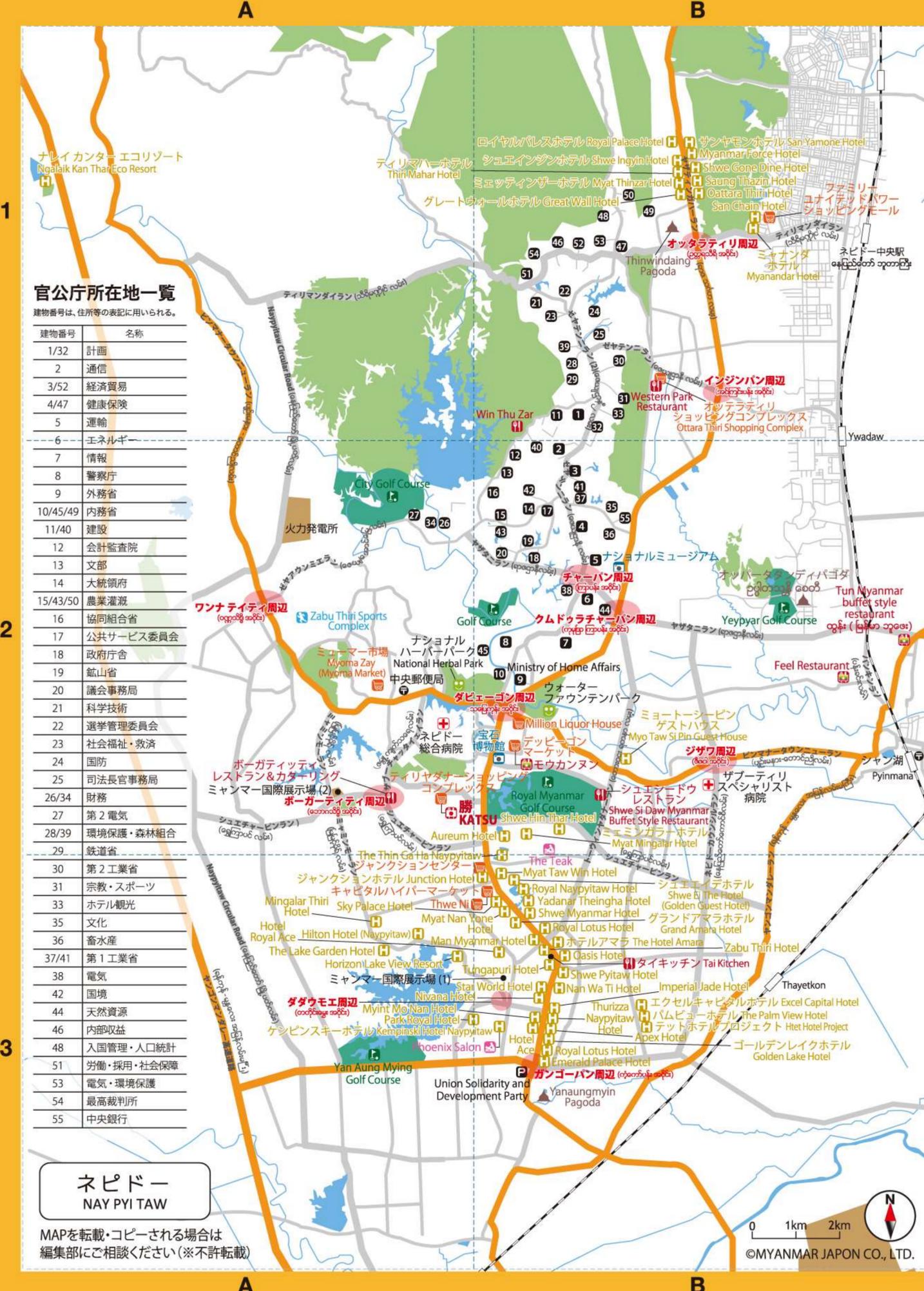


ミニ知識
ダウンタウン道の名称ルール
 ダウンタウンの一部などは基盤の目になっていてわかりやすい。縦の通りは西から順に東へ数え、原則2つの数字の通りを挟んで1つの大通り。

MAPを転載・コピーされる場合は編集部にご相談ください(※不許転載)

ヤンゴンダウンタウン
 Downtown of Yangon





著作権の都合上、表示することが出来ません

伊澤利光

いざわ・としみつ / 1968年3月2日
生まれ、神奈川県出身。89年プロ
転向。2001年にはマスターズで4
位に入り、「キング・オブ・スイング」
の称号を得る。同年、初の賞
金王に輝き、03年には2度目の賞金
王を獲得。今季の日本プロで4年
ぶりにツアーに復帰。今後は競技
ゴルファーを再び目指す。フリー

伊澤利光

50歳からのパーフェクトスイング

アマチュアを教えてきて分かったこと

フワッと上げるアプローチは、 力感をなくして ゆっくり振ろう

手前のグリーンエッジからピンがそれほど離れていないときは、ボールをフワッと上げて、グリーン上にソフトタッチでランディングさせたい。伊澤利光によれば、左足体重で構えることと、できるだけ力感をなくすことが、フワッと上げるアプローチを成功させるポイントだという。

左足体重で構えたら

ゆっくり振り上げて 同じスピードで 振り下ろす

柔らかくフワとしたボールを上げたいのに、スタンスを狭くして左足体重で立つという。「右足体重で構えたらトップやダフリといったミスが出るので要注意」と伊澤はいう。

左足6対右足4の 体重配分で構える

ボールからピンまでの距離が約30ヤード。グリーンまでは打ち上げて手前にバンカーがある状況です。この場合、柔らかいボールを高く上げるアプローチが有効です。ボールの

落とすところはグリーンエッジとピンの間。ボールに強いスピニングがかかるわけではないので落ちてから多少ランが出ると考え、ピンをデッドに狙うことは避けましょう。

フェースを時計盤の2時ぐらいまで開いてください。リーディングエッジが右を向いてしまうので、スタ

ンスをオープンにすることで、フェース面が目標を向くように調整します。ボール位置は左足力カートの延長線上です。グリップエンドから指2本分ほど余らせて握ります。

ボールを上げるアプローチと聞くと、アベレージゴルファーの多くは、右足体重で構えようとしています。しか



スタンスは肩幅が、肩幅よりも少し狭く。左6対右4の体重配分で構える。フェースは時計盤の2時ぐらいまで開き、リーディングエッジが目標を向くようにスタンスはオープン



重心を低くしたり、スタンスを広くして力感を出さないこと。ヘッドスピードが上がる原因となる



フェース面にボールを乗せる意識を持ちながら、ボールの下にヘッドを通すイメージ。素早く振るとダルマ落としになりやすい



グリップエンドから指2本分余らせて握り、ゆっくり振り上げる。ダウンスイングは、バックスイングと同じスピードで振り下ろす

右足はフィニッシュまで ベタ足で振る

アドレスから力感を出しすぎると、ヘッドスピードが上がり、ボールが低く打ち出されたり、飛距離が出すぎてしまいます。スタンスを肩幅よりも狭くすると、力感を出しづらくなるので試してみてください。あとは、ボールの下にリーディングエッジを入れるつもりでヘッドを下ろし、そのまま振り抜きます。できるだけゆっくりと上げて、ダウンスイングでもスイングスピードを変えずに振り抜くことがポイントです。腕やフェースを返す意識はありません。インパクト後は完全に左足に体重を移さず、右足に体重を2〜3割ほど残しておきましょう。右足はフィニッシュでもベタ足状態です。ボールがフェアウエイにある場合、フェースの上めに当たって飛距離が出ない「ポッコン」が出にくいので、大きく振ったり強めに打つ必要はありません。距離に応じた振り幅でスイングしましょう。



ボールを上げようとして右足体重で構えたら、リーディングエッジがボールに直接当たりやすい

レッスンの続きは
アプリで
今すぐ上達!

いつでも最新号、バックナンバーをお楽しみいただけます!

バックナンバーも購入可能

スマートデバイスからアクセス
iPhone, iPad, アンドロイド携帯など
【動作環境】iOS5.0以降 / AndroidOS2.3以降
アプリをダウンロード
もちろんアプリは無料!

Download on the App Store
ANDROID APP ON Google play

定期購読は
割安です!

期間は
4タイプ

3か月なら
33% オフ

1年なら
47% オフ

無料
お試し版

情報量No.1.今すぐに内見を!

今日の“注目”物件

スタッフが周って吟味した、必見の賃貸情報だけを厳選。優良物件ばかりをご紹介します。今すぐ問い合わせを!



1 1,000\$
田 3LDK 約125㎡
ミンガラワンニューン地区 3/3階 あり
家具家電インターネット / ロフト付き / カンドー湖の近く



2 1,250\$
田 2LDK 約80㎡
ポタタウン地区 2階 あり
サービスアパート / 家具家電 / SkyNet / Internet / 駐車場 / シム



3 2,500\$
田 1LDK 約50㎡
パハン地区 1階 あり
サービスアパート / 家具家電 / SkyNet / Internet



4 240LAKH
田 約8,400㎡
Thilawa工業団地 2階建て あり
2階建て(778㎡)の事務所付き



5 1,700\$
田 3LDK 約139㎡
ダゴン地区 4/8階 あり
家具家電付き / バスタブ / 駐車場



6 1,200\$
田 2LDK 約88㎡
タンリン地区 4/12階 あり
家具家電 / SkyNet / Internet / 駐車場 / Thilawa工業団地の近く



7 1,500\$~
田 1LDK 約50㎡
マヤンゴン地区 1階 あり
サービスアパートメント / 家具家電 / SkyNet / Internet



8 12LAKH
田 1LDK 約224㎡
ランマドー地区 7/7階 あり
新築 / ホールタイプ / 事務所用物件

アイコン詳細 田 間取り・平米数 エリア 階数/総階数 エレベーター 物件詳細

物件に関するお問合せ info@myanmarjapon.com ☎ 09-2544-91345
5F, Sakura Tower 339 Bogyoke Aung San Rd. Kyauktada T/S, Yangon
担当: 下山 / ティンザー 日本語・英語・ミャンマー語対応!



ミャンマーの人材情報



今月のミャンマー 人材情報							今月のミャンマー 求人情報					
年齢	性別	日本語	英語	パソコンスキル	希望給与	その他	業種	職種	採用数	勤務地	給与	必須条件 / その他
34	女	-	上級	Ms Office	\$1,500	サンダーランド(UK)大卒(コマーシャル, ACCA Part I & II, LCCI III, チーフ経理を含む経理経験10年以上あり)	建設会社	Project Manager	1	ヤンゴン	Nego	英語ビジネスレベル 経手当: 交通費 経験: Project Management 経験5年以上
29	男	-	上級	Ms Office	\$2,000	大卒[エレクトロニクスコミュニケーション学], MBA取得中, Project Manager/GM経験有, シンガポールにて勤務経験有(シンガポールにて勤務経験有)	エンジニアリング会社	Senior Civil Site Engineer	1	ヤンゴン	100~200万ks	英語ビジネスレベル 経手当: 交通費 経験: Civil Engineer 経験10年以上
35	男	N1	上級	Ms Office	\$1,500	コンピュータ大卒, MBA取得, ツアーガイド, インタープリター, トレーニングマネージャー経験有	メディア会社	営業	2	ヤンゴン	50~100万ks	英語ビジネスレベル 経手当: 交通費 経験: 営業の経験が深い方
31	男	N2	中級	Ms Office	\$1,000	大卒[経済学], 国土建大卒[ビジネスマネジメント学], 日系金融機関での勤務経験有	サービス会社	営業	2	ヤンゴン	50万ks~	英語 コミュニケーションレベル 経手当: 交通費 経験: 営業の経験がある方
29	女	N1	上級	Ms Office	\$1,300	大卒[日本語学], 台湾短大卒, シンガポールの日系企業での勤務経験有, 翻訳通訳経験有, Customer Service経験有	検品会社	事務職	1	北オックラバ	50万ks~	日本語か中国語のコミュニケーションレベル 経手当: 交通費 経験: 検品工場経験者優先
41	女	-	上級	Ms Office	10Lakh	大卒[ビジネスマネジメント学], ACCA Part I, チーフ経理経験有	検品会社	検品マネージャー	1	ヤンゴン	70~100万ks	日本語N2以上レベル 経手当: 交通費 経験: 検品工場か検品会社での経験ある男性
26	男	-	上級	Ms Office	7.5Lakh	大卒[法学], 営業経験有	マイクロファイナンス会社	事務秘書	1	ヤンゴン	\$500~1500	日本語N1, 英語ビジネスレベル 経手当: 交通費 経験: 日本での勤務, または滞在経験ある方
30	女	N3	中級	Ms Office	10Lakh	コンピュータ大卒, 日本語学経験有, Admin 中途採用経験有	ヘアサロン	サービススタッフ	1	ヤンゴン	\$300~500	日本語か英語 コミュニケーションレベル 経手当: 交通費 経験: ヘアサロンに興味の深い方
25	男	-	中級	Ms Office	4.5Lakh	大卒[英語学], Logisticsや営業経験有, 貿易会社に応募希望	ヘアサロン	サービススタッフ	1	ヤンゴン	\$300~500	日本語か英語 コミュニケーションレベル 経手当: 交通費 経験: ヘアサロンに興味の深い方
24	女	-	中級	Ms Office	\$500	大卒[歴史学], 営業やマーケティング経験4年有	ヘアサロン	サービススタッフ	1	ヤンゴン	\$300~500	日本語か英語 コミュニケーションレベル 経手当: 交通費 経験: ヘアサロンに興味の深い方
25	男	-	中級	Ms Office	\$700	タンリン工科大学[科学], Junior Lab Technician や営業経験有	ヘアサロン	サービススタッフ	1	ヤンゴン	\$300~500	日本語か英語 コミュニケーションレベル 経手当: 交通費 経験: ヘアサロンに興味の深い方
23	女	-	中級	Ms Office	5Lakh	ヤンゴン大卒[経済学], Admin 経験有	ヘアサロン	サービススタッフ	1	ヤンゴン	\$300~500	日本語か英語 コミュニケーションレベル 経手当: 交通費 経験: ヘアサロンに興味の深い方
27	女	中級	初級	Ms Office	6Lakh	大卒[法学], 日本語学経験有, LCCI III	ヘアサロン	サービススタッフ	1	ヤンゴン	\$300~500	日本語か英語 コミュニケーションレベル 経手当: 交通費 経験: ヘアサロンに興味の深い方
25	女	初級	初級	Ms Office	3Lakh	大卒[法学], 経理職希望者	ヘアサロン	サービススタッフ	1	ヤンゴン	\$300~500	日本語か英語 コミュニケーションレベル 経手当: 交通費 経験: ヘアサロンに興味の深い方
27	女	-	中級	Ms Office, AutoCAD, QS	4Lakh	タンリン工科大学[土木], Site Engineer 経験有	ヘアサロン	サービススタッフ	1	ヤンゴン	\$300~500	日本語か英語 コミュニケーションレベル 経手当: 交通費 経験: ヘアサロンに興味の深い方
30	女	N4	初級	Ms Office	\$300	東ヤンゴン大卒[法学], LCCI III, Admin & Accountant 経験有	ヘアサロン	サービススタッフ	1	ヤンゴン	\$300~500	日本語か英語 コミュニケーションレベル 経手当: 交通費 経験: ヘアサロンに興味の深い方
25	女	N4	中級	Ms Office	4Lakh	メインテイラー工科大学(エレクトロニクスとコミュニケーション学), Telecom 会社での勤務経験有	ヘアサロン	サービススタッフ	1	ヤンゴン	\$300~500	日本語か英語 コミュニケーションレベル 経手当: 交通費 経験: ヘアサロンに興味の深い方
30	女	N2	上級	Ms Office	\$500	ヤンゴン外大卒[日本語学], 経理経験有	ヘアサロン	サービススタッフ	1	ヤンゴン	\$300~500	日本語か英語 コミュニケーションレベル 経手当: 交通費 経験: ヘアサロンに興味の深い方
23	男	-	中級	Ms Office, AutoCAD	2Lakh	大卒[冶金学], 新卒	ヘアサロン	サービススタッフ	1	ヤンゴン	\$300~500	日本語か英語 コミュニケーションレベル 経手当: 交通費 経験: ヘアサロンに興味の深い方
39	女	初級	中級	Ms Office	7.5Lakh	ピエ大卒[物理化学], Diploma in Accounting, Admin-Office Manager 経験有	ヘアサロン	サービススタッフ	1	ヤンゴン	\$300~500	日本語か英語 コミュニケーションレベル 経手当: 交通費 経験: ヘアサロンに興味の深い方
21	女	-	初級	Ms Office, AutoCAD	2Lakh	大卒[土木専攻]	ヘアサロン	サービススタッフ	1	ヤンゴン	\$300~500	日本語か英語 コミュニケーションレベル 経手当: 交通費 経験: ヘアサロンに興味の深い方
29	女	N4	中級	Ms Office	\$900	コンピュータ大卒, 経理経験有	ヘアサロン	サービススタッフ	1	ヤンゴン	\$300~500	日本語か英語 コミュニケーションレベル 経手当: 交通費 経験: ヘアサロンに興味の深い方

ミャンマー在住 日本人募集 企業名: 大手製造業 給与額: \$1000以上(応相談) 勤務時間: 8:30~17:30
 職種: 所長補佐 勤務地: ヤンゴン 休日: 土・日・祝日
 短大卒以上 / 英語ビジネスレベル / 文章作成能力 / コンプライアンス遵守能力 / 職務経験10年以上

人材に関するお問合せ entry@myanmarjapon.com ☎ 09-2544-91345
 5F, Sakura Tower 339 Bogyoke Aung San Rd. Kyauktada T/S, Yangon
 担当: 下山 / ティンザー 日本語・英語・ミャンマー語対応!



バナナの焼き菓子 ココナッツ風味

ンガビョーディーサインマキン



- バナナを皮を剥いて木べらや大きめのフォークでつぶす。
- 1をフライパンか鍋に移し、砂糖、卵、強力粉、半量のバター、牛乳、ココナッツミルクを加えて混ぜ合わせる。
- 弱火にかけて、水気が減って粘りが出るまで5分ほど加熱しながら木べらなどで混ぜる。
- 別のフライパンを弱火にかけて、残り半量のバターを入れて3を流し入れ、約15cmの円形に成形し、3~5分蓋をして焼く。
- 表面にけしの実を散らしたらひっくり返し、両面を焼き上げる。

材料	分量	カロリー
バナナ	2本(150kcal)	
卵	1個(77kcal)	
強力粉	50g(184kcal)	
砂糖	大さじ4杯(140kcal)	
バター	10g(74kcal)	
牛乳	100ml(70kcal)	
ココナッツミルク	100ml(150kcal)	
けしの実	大さじ1杯(85kcal)	

合計 930kcal(1切232kcal)

ワンポイントアドバイス
 小麦粉をふるった後、強力粉と混ぜてから焼くことで、サクサクとした食感になります。

遠水 陽子
 管理栄養士で料理教室を主宰、日本人の味覚にも合う、塩分控えめで健康的なミャンマー料理を研究中。料理教室は火・水・土曜日の10~13時、お子さん連れも参加可。土曜日はお父さんの参加も大歓迎。家族分のお土産つきで、料理の内容は参加者のリクエストに合わせて。和食、ミャンマー料理、アジア料理などバラエティ豊富。材料の野良はできるだけgreen hillの有機野菜を使用。600kcalに抑えたお昼ごはんも好評発売中です。

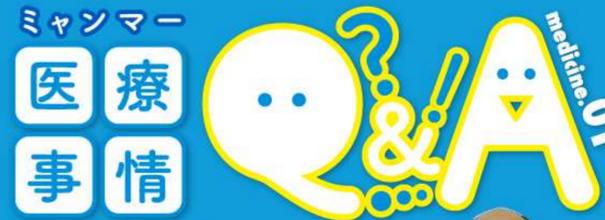
☎ 097-9265-5994 ✉ awa.yoko.hayami@gmail.com

ミャンマー・ジャポン 企画・営業 スタッフを募集!

ミャンマーで人気No.1の日本語フリーペーパー『MYANMAR JAPON』と
 英字・緬字バイリンガル誌『MYANMAR JAPON+plus』、エンターテインメント総合誌『ミャンジャポ!』。
 ミャンマーの明治維新を体感し、「1年で3年分の成長」ができる企業です。
 世界の大企業が集まるオフィスビルで、あなたの能力をフルに活かしませんか?

狂犬病はどう対処すべきですか?

大雄会・伊藤先生が丁寧に解説!



何かと不安がつきまとうミャンマーの医療事情。日常的に起こりうる医療に関するさまざまな質問を、ヤンゴンで常駐する伊藤先生に答えてもらいます。

読者の皆様からの質問も随時受付中!
 ✉ post@myanmarjapon.com / 件名:伊藤先生教えて

LEO Medicare 日本人診療院長
 ヤンゴン第一医科大学名誉教授 伊藤哲(いとう・さとし)
 大雄会病院にて放射線科医として長く診療に携わり、1998年より大雄会とミャンマーの交流に尽力。日本人の看護師も常駐し、安心の医療を提供している



深く噛まれた場合、WHO(世界保健機関)が推奨する抗狂犬病ガンマグロブリン製剤を使った方がいいと言われてますが、現在世界的に枯渇状態です。WHOが認可する方法でワクチンを接種するのが一般的。もちろん当院でも行っています。当院ではまだ狂犬病が発症した例はありませんし、噛まれたすぐに発症することはありません。ただし、発症すれば100%死に至る恐ろしい病気です。咬まれた後(暴露後)は、約4週間に分けて、事前の接種歴などに応じて、決められた日程で複数回の暴露後接種を行います。ただし、病院に行く前にワクチンを用意しているのかを確認してください。場合によっては置いていない病院もありますので。

過去には暴露後、当院に来られたケースもありますし、犬以外に噛まれるケースもあります。一般的には、コウモリの方がリスクが高いと言われ、野生動物に傷口をなめられることで感染することもあります。ネコヤリスに噛まれた場合でも、来ていただくのが無難です。つまり海外で野生動物に触るといのは、リスク以外の何物でもないわけです。そもそも、海外でそういったリスクを侵すこと自体がもってのほか。例えば、公園に行き、いくらかわいいリスがいたとしても、手を出すことなど行うべきではありません。また、出血をとまなわい引っかき傷であっても、日本の医療機関が定めたリスクはカテゴリー2とされ、ワクチンを5回接種するのが推奨されています。

A 噛まれた直後からワクチンを複数回接種します

VICTORIA HOSPITAL



給与
 US\$1,500~3,000(経験と能力に基づく)

必要資格
 広告関連/マーケティングの営業経験(2年以上)
 1年以上の海外生活あるいは海外勤務経験がある者
 年齢:45歳まで

勤務開始日
 応相談

休日・休暇
 隔週土曜日全休(出勤日は半休)、日曜日、国民の休日

業務内容
 ミャンマーに進出中の企業様に向けた
 広告企画の提案、人材紹介、
 不動産仲介などのサポート業務
 広告戦略の企画立案、企画営業
 大手クライアント様との打ち合わせ、
 新規顧客の獲得などの業務

待遇
 住宅手当 or ホテルの提供、海外旅行保険加入、
 採用時東京→ヤンゴン渡航航空券支給、
 VISAサポート(70日に1回海外航空券・ホテル代支給等)。
 通勤交通費および業務上の交通費はすべてタクシー代を支給
 (または社用車での移動)。

勤務地
 ミャンマー・ヤンゴン市
 (Sakura Tower・ヤンゴンの中心地)





※掲載の内容につきまして、弊社では一切の責任を負いません。予めご了承ください。

👑 コミュニティ募集

ヤンゴンどさんこ会

2ヶ月に一度（奇数月に）開催しています。多くの方々にご参加いただき3年が経過しました。北海道出身の方や北海道好きな方一緒に北海道の話をしましょう。ご連絡お待ちしております。

☒ dosanko.yangon@gmail.com（横田）

ヤンゴン青森県人会

青森県にゆかりのある方、興味のある方、ご出張ベースの方もお気軽にご連絡ください。2015年より南部藩と津軽藩仲良く親睦会やってます！奇数月の第2金曜開催中です。

☒ aomori.yangon@gmail.com（岡）

伊達の会

ミャンジャポ愛読者の皆様、私達は故郷宮城県、伊達藩をこよなく愛し、家族・親戚の様な雰囲気の中でお付き合いをしています。現状のところ、不定期に集まって食って飲んで色んな話をするだけの集まりですが、今後は色んなイベントも計画していきたいと考えております。是非、下記へ連絡ください。

☒ eba-takeshi@fe-eng.co.jp（江場）

☒ yatsuo@intl.yachiyo-eng.co.jp（谷津）

ヤンゴン福島県人会

福島県の出身、福島県企業に勤めている方等、福島県にゆかりのある方が集まっています。不定期ですが、福島県らしいアットホームな雰囲気で、飲み会を開催しております。少しでも興味があれば、是非ご連絡下さい。

☒ mari.kuroda9145@gmail.com（黒田）

ヤンゴン茨城県人会

茨城県に縁のある方、故郷の事やビジネスの事など大いに語り合います。2カ月に1回程度開催しています。

☒ wkatsu@autobell-japan.com（勝）

ヤンゴン埼玉県人会

アットホームをモットーに毎月開催しております！月の最終火曜日は埼玉県人会！お忘れなく！埼玉に少しでも関わりのある方は、お気軽にご連絡下さいませ！

☒ saito@ga-asia.com（齋藤）

ヤンゴン千葉県人会 (TEAM P-NUTS)

千葉出身の方、千葉に縁のある方、千葉の話で盛り上がりませんか？第5回千葉県人会は3月、開催予定です！お気軽にご参加ください！

☒ thousand.leaves.yangon@gmail.com（末田）

東京都民の会

このところ、都合が合わず、開催が不定期となっております。ご連絡をお待ちしております。

☒ h.komatsu056@nifty.com（小松）

ヤンゴン神奈川県人会

神奈川県にゆかりのある老若男女が集まっております。開催は不定期です。お気軽にご連絡下さい！

☒ haga@growth.bz（芳賀）

ヤンゴン新潟県人会

新潟出身、ゆかりのある方、新潟の地酒や珍味が盛り上がりませんか？ご興味のある方も大歓迎です！募黙で実直な県民メンバーがお待ちしております。

☒ niigata.yangon@gmail.com（かとう）

ヤンゴン信濃会

長野県出身者、県内大学出身者、信州にゆかりの深い方、郷土話に花を咲かせましょう。「信濃の国」斉唱、イナゴの佃煮もあるかも？回数回食事をやっています。お気軽にご連絡ください！

☒ jun.nagata@kokorize.com（ナガタ）

中部・東海地方ヤンゴン会 (旧)ヤンゴン愛知県人会

不定期ですが食事を開いています。中部東海地方に縁のある方、気軽にご連絡ください。

☒ noribuki@gmail.com（イブキ）

ヤンゴン大阪人会
12月7日に大阪人会冬の陣（忘年会）をイェッツにて開催しました。新旧入り交じり約30名が参加し大盛況！笑いが絶えず大盛り上がりで



した。やっつば大阪ええわー!! 次回は春の陣開催します。ご興味のある方お気軽に連絡ください！

☒ tsuzaki@mm.klinelogistics.com（津崎）

ヤンゴン山口県人会

偶数月に開催中。対象は山口県出身、山口県にゆかりのある方、または山口県をこよなく愛している人等々。ちょっと頑固でおちゃめな山口県人たちですが、ここミャンマーで頑張っています。

☒ sakogawa@vac-gr.com（迫川）

ヤンゴン愛媛県人会

愛媛出身の方、縁のある方で定期的に集まり、故郷話に花を咲かせて楽しく食事をしています。一緒に盛り上がってくださいの方、興味のある方は遠慮せんど一度連絡くださいね！（日野）

☒ hino_yasunobu@yahoo.co.jp

ヤンゴン九州人会

九州出身の方、九州に縁のある方などで集まっており、1月に第16回懇親会を開催しました。次回の第17回懇親会は3月上旬に開催できればと思っています。自薦他薦を問わず、お気軽にご連絡下さい！

☒ yujit@sagaasialaw.com（堤）

ヤンゴン福岡県人会

福岡県にゆかりのある方、ヤンゴン福岡県人会では会員を大募集中です。福岡市とヤンゴンは日本・ミャンマー間で初めての姉妹都市となりました。ヤンゴン福岡県人会も益々盛り上がりしていきたいと思ひます。次回は2017年3月24日(金)に懇親会を実施しますのでご興味のある方はお気軽にご連絡ください。焼酎、飲むパイ！

☒ Ryo.Tamura@alumni.sasin.edu（木村、田村）



ヤンゴン大分県人会

大分県人、九州人も楽しいよ。まじわってみませんか？大分、九州にゆかりのある方、興味のある方は、ご連絡ください。

☒ yokowinwin@gmail.com（河野）

ヤンゴン鹿児島県人会

原則奇数月の10日(丸に十の字)に懇親会を行っています。場所は、ふるさと?で、18時過ぎからです。元気に飲み食べ、楽しく語っています。鹿児島に興味のある方、縁のある方も参加可能です。

☒ setoyama@giobalthink.jp（瀬戸山）

JICA ボランティア会

JICA ボランティア経験者や海外でのボランティアに関心のある方、体験談や各国のエピソード、今のミャンマーでの仕事や活動などざっくばらんに語り合いませんか？2017年は念願の青年海外協力隊の派遣が始まるかもしれません！次回は2月末から3月初旬に定例会を開催する予定です！

☒ honmaruru@hotmail.com（本田）

ヤンゴン赤門会

東京大学の校友会です。四半期に一度を目途に懇親食事会や懇親ゴルフを行っています。又、東京大学からのご来訪者を招いての勉強会等も都度開催しております。留学生含め、東京大学OB/OGの方、どうぞご参加下さい。

☒ Y.Yoshino@mitsui.com（芳野）

ミャンマー蔵前工業会（東京工業大学同窓会）

奇数月に多少欠かして開催される蔵前会も5回を数え、人数も倍に膨れ上がりました。東工大に多少なりとも関係する方は、遠慮は無用。今すぐ下記アドレスまで連絡ください。

☒ kurita.k888@gmail.com（栗田）

如水会ヤンゴン支部（一橋大学同窓会）

お蔭様で会員数も支店ぐン増加中です！一橋大学卒業生や大学関係者の皆様、いつでもご連絡をお待ちしております。定期的に懇親会を開催しておりますので、気軽にご参加下さい！

☒ yuki.murayama@mitsubishicorp.com（村山）

ミャンマー茗溪会（筑波大学）

茗溪会立ち上げから半年が経ちメンバーも急増！昨年12月7日には家族も含めて和気あいあいと忘年会を実施しました！3/5には家族を含めてワイワイとバーベキューを実施予定です！筑波大学にゆかりがある方、ご連絡をお待ちしております！

☒ T.Machida@mitsui.com（町田）

東京外語会ヤンゴン支部

数ヶ月に一度、現役留学生の皆さんも交えて懇親会を行っています。次回は、3月の予定です。OBの方々、是非ご連絡ください。

☒ tufs.yangon@gmail.com（水口）

ミャンマー稲門会（早稲田大学校友会）

ミャンマー在住の早稲田大学卒業生の親睦会です。早稲田大学のご縁を通じて日本とミャンマーを繋ぐ活動を順次して参ります。懇親会を定期的に開催しております。

☒ rahwaig@gmail.com（羅）

ヤンゴン三田体育会

「練習は不可能を可能にす」。慶應義塾体育会出身者及び同体育会支援者の集い。様々なスポーツで凌ぎを削った猛者を中心に月一度集結しています。練習で鍛え上げた体力と精神力をヤンゴンで発揮してみませんか？

☒ isseitokumasu@gmail.com（木村）

ヤンゴン三田会（慶應義塾大学）

慶應義塾大学卒業生（ミャンマー人の方も大歓迎!）による校友会です。定期的に懇親会や他校友会との親睦ゴルフ会を開催しております。FBページも設けておりますので、ご連絡お待ちしております。

☒ kensuzukiken@gmail.com(鈴木)

ソフィア会

上智大学の卒業生・留学生・在校生の皆様、一緒にご飯を食べに行きませんか？

☒ sayakanakayama.myanmar@gmail.com(中山)

在ミャンマー紫紺会（明治大学同窓会）

明治大学の卒業生の親睦会です。紫紺の旗の元に集いませんか。親睦を深めましょう。その他、お知り合いで明治大学出身者をご存知の方がいらしたらぜひ教えていただけますとうれしいです。

☒ wakaimatsu@gmail.com（若松）

ミャンマー青学校友会

青山学院の卒業生、在学生、何らかご縁のある方、ぜひ懇親会にお越しください。月に一回程度、集まっています。ヤンゴンに出張中の方、短期訪問の方も大歓迎です。ご連絡お待ちしております！

☒ lio889411@gmail.com（八重樫）

ミャンマー立教校友会

会員募集しております。立教大学卒業生・在学生の方、これから目指す方など、お気軽にご連絡下さい。立教、立教、立教～、自由の学府～。

☒ akihiro.594@gmail.com(小久保)

ミャンマー白門会（中央大学）

中央大学卒業生・在学生の方以外でも縁のある方興味のある方のご連絡をお待ちしています。1～2ヶ月に1回程度、勉強会や懇親会を行っていますので、ご遠慮なく参加してください。

☒ goto@ayeyarwady.com（後藤）

法政大学ヤンゴン会

六大学かつMARCHの大学の中で唯一、ミャンジャポに掲載のなかった法政大学ですが、ヤンゴンにコミュニティを立ち上げたいと思っております。法政大学卒業生、在学生、関係者、どなたでも参加可能です。ご連絡をお待ちしております。

☒ onodeka@gmail.com（小野寺）

ヤンゴン桜門会（日本大学）

日本大学OB・OG募集中です！当初2名で発足した本会も現在は20名を超える大所帯になりました。懇親会を2カ月に1回、懇親ゴルフを3カ月に1回程度開催しております。最近では、他大学OB会とのゴルフ対抗戦を開催し益々盛り上がりっております。日本最大の大学卒業生諸君、一緒に盛り上がりましょう!!!

☒ sakata@hitachizosen.com.mm（坂田）

ヤンゴン濃青会（京大同窓会）

京都大学の同窓会です。年4回程度の飲み会を予定。ミャンマー人留学生との交流も開始しました。卒業生、在学生、元職員など関係者の方々のご連絡をお待ちしております。

☒ katsuhiko.onishi@sumitomocorp.com（大西）

同志社校友会ミャンマー支部

ついに同志社大学の校友会を設立致しました。卒業生、在学生、元職員など同志社にご縁がある皆様、是非一度、集まりましょう!! 控えめな同志社卒の皆様、支部設立メンバーになるには今しかありません!!

☒ takayuki_morishita@konoike.com.mm（森下）

立命館/APU校友会

立命館& APU 卒業生の皆様、是非集まりましょう！2カ

月に一度校友会を開催しております。ご連絡お待ちしております！

☒ shinyume@hotmail.co.jp（新谷）

阪大／大外大ヤンゴン会

大阪大学・旧大阪外国語大学（現大阪大学外国語学部）の卒業生・在校生・関係者の方で集まりませんか？いつでもご連絡お待ちしております。

☒ bur.h.yasu1027@gmail.com（萩原）

ミャンマー関大会（関西大学交友会）

関西大学のOB OG会です。定期的に会合・食事を開催しています。関大の卒業生、および関大に興味もしくは縁がある方も大歓迎です。1月28日に定例会を予定しています。また2月25日には母校校友会が来賓されます。皆様の連絡をお待ちします。

☒ tanakaa@myanmar.com.mm（田中）

関西学院大学 OB・OG 会

関西学 OB・OG 会では隔月で懇親会を行っています。ご縁のある方はまずはご連絡下さい。ゴルフもやっています！

☒ ryosuke.ozawa@sumitomocorp.com(小澤)

ヤンゴン甲南会（甲南大学同窓会）

甲南に縁のある方の集まりを不定期ながら開催しております。異国の地では非親睦を深めましょう！

☒ tsuzaki.motohiro@gmail.com（津崎）

ヤンゴン都立西高会

7月に「ヤンゴン都立西高会」が発足致しました。発足メンバーは4名、32期（80年卒）～49期（97年卒）です。西高の教育理念「文武二道」を実践しているメンバーで、ビールを飲む会・テニス・ゴルフ等々やっていきます。

☒ hattori@d-rental.com（服部）

ヤンゴン湘友会（湘南高校同窓会）

先日、有志6名で第一回ヤンゴン湘友会を開催しました。今後不定期でヤンゴン湘友会を開催します。湘南高校の卒業生や関係者の方、是非ご連絡ください。定期的にミャンマーにご出張にいらっしゃる方や短期滞在の方も大歓迎です。

☒ to.sezaki@gmail.com（瀬崎）

ヤンゴン和僑会

世界12地域に拠点を設立。各国の日本人企業家や起業を目指す同志達の非営利組織です。『相互扶助』を理念に、各国の企業家やビジネスマンと交流・活動をしています。10月には、東商との懇親交流会を開催しました。和僑会の勉強会や定例会に一度参加してみませんか？

☒ yuikow.harashedule@gmail.com（若松）

G-NABU会ゴルフ
当会は決して怪しい会ではありません。明るく楽しく元気よく～をモットーに昼夜問わず活動中(＾∨＾)毎週日曜日練習会、毎月第2日曜日に月例会を行います。1月の優勝者は住電の田中さんでした。来月は貴方も。当会は老若男女出張者初心者問いません。先ずはメールください。

☒ y_wada@just-fashion.co.jp（和田）

ヤンゴン卓球の会

乾季になり動きやすい季節になりました。白球を追いかけてスマッシュ！基本はオリンピックホテルにて毎週日曜日に活動しています。部員募集中！

☒ t_kamiyama@issun.jp（上山）

ヤンゴン剣道部

剣道部（JMKC）では、部員募集中！小学生以上であれば経験の有無、男女は問いません。毎週月・木曜日、初心者クラス17:30～18:00中・上級者・成人クラス18:00～20:00 ゴールデンヒル内体育館で稽古をしています。礼儀正しく・勇ましい日本の武道を体験してみませんか？

☒ yangon.kendo@gmail.com（出崎）

ヤンゴンアメフトの会（ヤンゴンフーターズ）

フラグフットボールはコンタクトが無い安全なチーム競技です。約半数は未経験者ですが、2月25日に3回目のバンコク遠征

があり、タイ、インドと対戦します。毎週日曜日、日本人学校で活動していますので、ぜひご参加ください。

☒ hisakazu.maeda@mm.panasonic.com（前田）

ヤンゴン野球会（サムライズ）

毎週週末にチャイカサングランド（地図上の元競馬場の場所です）で練習や紅白戦を行っています。1月下旬にはシンガポールへの遠征も企画中！少しでもやったことがある方なら楽しめると思いますので、是非ご参加を！

☒ haga@growth.bz（芳賀）

ヤンゴン・ゴールデン・エレファントズ (YGE)

在ミャンマーの日本代表チーム、YGEラグビー部（大人、子供チーム）は共に闘うラグーマン、マネジャーなどを募集しています。ご興味ある方は、下記までご連絡ください。毎週土曜日午後4時～、ヤンゴン日本人学校をベースに練習をしています。随時、レストラン藤の坊で懇親会をしています。

☒ xyanny@kg8.so-net.ne.jp（梁井）

サーフィン好きの集い

ミャンマーの海は透明度もソコソコで、気持ちよくサーフィンできますよ。サーフィン後のビールとイカの一夜干しも良い具合ですので、御一緒にいかがでしょうか？

☒ tomoyuki_tanaka@konoike.com.mm（田中）

バレーボール部

現在部員を募集中です。経験の有無や老若男女を問いません。誰でも気軽に出来るスポーツです。練習はソフト・バレーが火曜日の6時半から日本人学校で。普通のバレーが土曜日の6時からやっています。日頃のストレスや運動不足の解消に最適です。

☒ kobatake.setsujiro@gmail.com（小畠）

ヤンゴン混声合唱団

【団員募集】皆さん一緒にコーラスをやきましょう！老若男女、初心者経験者共に大歓迎。古典合唱からJポップの合唱版、単独ステージや公共楽団との共演が、あなたをお待ちしています。毎週土曜日15:00~16:30に日本人学校で！詳細下記。

☒ sato-kaz@marubeni.com（事務局 佐藤）

ヤンゴン吹奏楽愛好会

毎週土曜、17時～19時30分で日本人学校にて練習をしています！初心者・経験者問わず大歓迎です。練習後の懇親会もほぼ欠かさず行っておりますので、ご興味をお持ちの方はお気軽に見学にいらしてください！（写真は昨年12月Japan Hotel様にて行ったクリスマスコンサートです）

☒ ygnbrass@gmail.com（中村）



ヤンゴン赤ヘル会

当会では、「広島東洋カープ」を愛するメンバーが月に1度集まり、和気あいあいと交流しています。広島県にゆかりのある方も大歓迎。お気軽にご参加ください。不定期でパブリックビューイングも開催しております。

☒ nobitanerv@gmail.com / homma@kurihalant.co.jp(本間)



シュエカン鍋食事会

いよいよ今年もティンジャンがまもなく始まります。1年の行いを省みながら、みなさん明るい新年を迎えましょう。毎週水曜日シュエカンホットポット ナナトウラン店でみんなで鍋をつつきながら、和気満々お話をしながら盛り上がりませんか？

☒ ryotakeish@outlook.jp（武石）

僧院日本人ボラ募集

毎週土日にやっている僧院の日本語ボランティアで、少人数での会話練習を手伝ってくれる方を募集しています！教えるという感じではなく、日常会話を楽しんでいただければ結構です。時間は18時30分からです。

☒ t_kamiyama@issun.jp ☎ 09-420016788（上山）

写真も大歓迎 投稿募集!3/13 締切!	✉ post@myanmarjapon.com
<p>■「コミュニティ」売ります・買います」「お知らせ」等のご投稿をお待ちしています。140字以内で原稿をまとめてメールアドレスまでお送りください。写真の掲載もできる限りお返しさせていただきます。なお、「求人」などの営利目的については有料扱いとなります。(140文字まで20,000Ks、200文字まで30,000Ks)</p> <p>■誌面スペースの都合上、原稿に手を入れて頂くことがあります。また、コミュニティの性質等が本コーナーにふさわしくない場合や、弊誌からの連絡にご返答がない場合は掲載をお断りさせて頂くことがあります。</p> <p>■登録コミュニティ増加にともない、掲載内容の信頼性を担保するため、①コミュニティ名、②代表者ご氏名（苗字を先に）、③勤務先・所属先、④電話番号についてお知らせ頂いております。ご提供いただいた情報の利用にあたりましては細心の注意を払い、ご本人から承諾を得たときや法令等に基づくと判断されるとき、またはそのほか正当な理由がある場合を除いて、これを第三者に開示・提示することはございません。</p>	

スターシティ会

じわじわと人が増えているスターシティ。欧米人もかなり増えてきました。いつも同じグループで活動されている方や、私のように1人で夕飯を食べている方、ご家族でのご参加、どんな方でも歓迎です。毎回参加者も増えており、新年会でも仕事・所属に関係なく、笑いの絶えない時間を過ごしました（今後も月1回程度、ご飯会・ゴルフなどで交流を）。次回は2月中旬の週末のご飯会を予定！お気軽にご連絡をお待ちしております!!

☒ kitazawa.jactive@gmail.com（北澤）

ラテンな会

「ラテンな会」はラテン好きな方々の集まりです。ラテン圏にゆかりのある方、ご興味がある方、どなたでも大歓迎です。美味しい中南米料理とお酒を楽しみましょう！次回は3月17日を予定しております。ご連絡をお待ちしております。

☒ tkata.myn@gmail.com（片岡）

ミャンマー・ラオス会

ラオスにゆかりのある方、興味がある方、ラオスを理由に飲みたいだけの方も歓迎！旅行を予定されている方も是非。毎月第二週目に、ヤンゴンで楽しく飲んでいます。参加をお待ちしています！

☒ saorif2517@gmail.com（藤本）

ミャンマー・ベトナム会

ミャンマー、ベトナム両国にゆかりの有る方、無い方、問いません！ひとまず一度ご連絡ください〜。

☒ tokaido53take@hotmail.co.jp（永田）

ミャンマーの“使える”情報誌

効果 抜群! MYANMAR JAPONの広告



持ち歩き
常備率
No.1

信頼度抜群。
ミャンマーの“使える”ビジネス情報誌
月刊誌だからビジネスチャンスを見逃しません!

ミャンマーのビジネスマン支持率No.1メディアといえ、
「ミャンマー・ジャポン」(MJ BUSINESS)。
ヤンゴンでのビジネスシーンに欠かせない情報を網羅し、注目は抜群。
ビジネスニュースから政治経済、企業のトップインタビュー、ゴルフレッスンまで“使える情報”が満載です。
ミャンマーでの事業活動に必携の一冊!



ビジネス
ニュース!
毎月更新!

日本のビジネスを
ミャンマー人と企業へ紹介する情報誌!
MJ BUSINESSのミャンマー語・英語版!

MJ BUSINESSの人気コンテンツをミャンマー語、英語に翻訳した「ミャンマー・ジャポンプラス」(MJ plus)。
ミャンマーや日本のニュースをミャンマー人のビジネスマンへわかりやすく掲載。
経済人のインタビューや独自の視点からのビジネスニュースも報じ、
ミャンマー人経営者やマネージャー層に届けます。ミャンマーでのビジネス展開にご活用ください。



配布先
ヤンゴン市内の主なホテル・レストラン、ヤンゴン国際空港、JETRO、JICA、日本大使館の他、
日本国内の駐日ミャンマー大使館、東京商工会議所をはじめとする全国の主な商工会議所、
日本アセアンセンター、地銀協会など200カ所以上
発行日 毎月20日 発行部数 18,000部(日・隔同時印刷)
配布地域 ヤンゴン・ネピドー・マンダレー・日本全国



配布先
シティマート・オーシャン、マーケットプレイス全店、ヤンゴン国際空港、
ミャンマー国際航空(MAI)、KBZ銀行、CB銀行の他、
ホテル、レストラン、NLD全国会議員およびミャンマー人企業オーナーへ直送
発行日 毎月5~7日 発行部数 15,000~18,000部
配布地域 ヤンゴン・ネピドー・マンダレー

日本ブランドを紹介する常設ショールーム

The JAPAN BRAND

The JAPAN BRAND@AEONorange 出展募集!

3つの
TV FACEBOOK MAGAZINE
メディアでブランディング!

日本には世界に通用する電子機器や食品、アニメなど、数多くの製品やコンテンツがあります。
日本ブランドの知名度を高めるため、テレビ、FACEBOOK、情報誌を駆使してミャンマー人消費者に訴求します。

media. 1 TV

SKY NET m n tv



ミャンマー最大の
民間テレビ局で 5分番組
毎週6本放映中!

毎週現地ロケ・毎月24本以上O.A

media. 2 FACEBOOK



最新情報を
毎日更新!!
景品が当たるクイズや動画など
お得な情報が盛りだくさん

FB「The JAPAN BRAND」

media. 3 MAGAZINE



ミャンマー人
エグゼクティブ向け
無料情報誌

毎月2P以上のタイアップ記事掲載



広告掲載に
関するお問合せ

✉ info@myanmarjapon.com ☎ 09-3101-9178

5F, Sakura Tower 339 Bogyoke Aung San Rd. Kyauktada T/S, Yangon 担当: 下山・シートウー 日本語・英語
ミャンマー語対応!

☎ +95-(0)9-31019178 ✉ info@japan-brand.jp 🌐 http://japan-brand.jp

MYANMAR JAPON CO., LTD. 5F, Sakura Tower, 339 Bogyoke Aung San Rd, Kyauktada TSP, Yangon

厳選 お役立ちページ

※営業時間・休日等は予告なく変更される場合があります（情報は2017年2月15日時点のものです）。

【店舗・施設関係者各位】 営業時間や連絡先等の変更の際はお伝えください。
edit@myanmarjapan.com

<p>☆…日本人会の特典割引あり(5%～10%、店舗によって条件は異なる)</p> <p>🗺…JCBカードのご利用可能な店舗（一部優待割引あり）</p> <p>KIRIN …KIRIN ICHIBAN ドラフトビール取扱い店舗</p>
--

グルメ・飲食店

日本料理

あじさいらーめん (AJISAI) **MAP** **P26-B3**

No.99, Shwe Taung Tan Street, Lanmadaw Township, Yangon
🕒 09-450040795 / 09-5135282
🕒 10:00～22:00 無休

AJISHIN 味心 **MAP** **P24-C1** **🗺** **KIRIN**
No.192, Kabar Aye Pagoda Road, Myanmar Plaza, 4th Floor, Rm-403, Bahan Township, Yangon
🕒 09-970890390
🕒 10:00～23:00 無休

あないも (ANAIMO) **MAP** **P27-D2** **KIRIN** ☆
300, Mahabandula Park Street, Kyauktada Township, Yangon
🕒 01-378022
🕒 11:30~14:00 / 17:30～22:00 日曜休（土曜は夜のみ）

あないもキッチン (Anaimo’s Kitchen) **MAP** **P25-D3**
No(70), Kyitekasan Rd, Tamwe Township, Yangon
🕒 09-250437706
🕒 10:00～19:00 土日曜休

イエッツ (YHET’S SUSHI&SOBA) **MAP** **P27-D3** **🗺** **KIRIN**
No.57, Ground Floor, 3073 Street (Lower Block), Kyauktada Township, Yangon
🕒 01-377212 / 01138235
🕒 11:00-23:00 (LO.22:00) 無休

いずみ (IZUMI) **MAP** **P24-A2** ☆ **🗺**
8G Diamond Condominium, Pyay Road, Kamaryut Township, Yangon
🕒 09-260911585 / 09421144386
🕒 11:30～14:00 / 17:30～22:00 不定休

うれしいキッチン (URESHI KITCHEN) **MAP** **P24-A2** ☆
Corner of Kyun Taw Road & Nar Nat Taw Street, Kamaryut Township, Yangon
🕒 01-536496
🕒 10:00～22:00 無休

江戸鮎 (EDOZUSHI)
(1) **MAP** **P24-B2** **🗺** **KIRIN**
No.290-B, U Wisarya Road, 10 Ward Kamaryut Township, Yangon
🕒 09-259040853
🕒 11:00～14:30 / 17:30～23:00 日曜 17:00～21:00 無休
(2) **MAP** **P29-A2** **🗺**
A-1,Star City, Kyaik Khauk Pagoda Road, Thanlyin Township,Yangon
🕒 056-23150～53 / 056-23313～318 (Ext-1183) / 09-2560-75020
🕒 11:00～21:00 無休

おいしい寿司 (OISHII)
(1) **MAP** **P26-C3**
No.98, Latha Street (Middle Block), Latha Township, Yangon
🕒 01-708685
🕒 10:00～22:00 無休
(2) **MAP** **P26-B3**
No.69, Shwe Daung Tan Street (Middle Block), Lanmadaw Township, Yangon
🕒 09-31287053
🕒 10:00～21:30 無休
(3) **MAP** **P24-C2** **KIRIN**
No(28-A), Kokine Summit Pool Street, Bahan Township, Yangon
🕒 01-546633
🕒 10:00～22:00 無休

大阪王将 (OSAKA OHSHO) **KIRIN**
(1) **MAP** **P25-D3**
No.256, Kyaik Ka San Street, Tarmwe
🕒 09-258-6766-11
🕒 10:00～22:00 無休
(2) **MAP** **P27-E2**
No.73,Yae Kyaw Street, Pa Zun Taung Township, Yangon
🕒 09-258676622
🕒 9:00 ～ 21:00 無休
(3) **MAP** **P26-B1**
No.330,Yangon International Hotel Compound, Ahlone Road, Dagon Township, Yangon
🕒 09-258676633
🕒 6:00 ～翌 2:00 無休

おおたけ (OTA-KE) **MAP** **P24-C3** **🗺**
Kandawgyi Palace Hotel Kan Yeik Thar Rd, Yangon
🕒 01-249255-9 (Ext-7444 / 7999)
🕒 11:30～14:30 / 18:30～22:30 無休

神楽 (KAGURA JAPANESE RESTAURANT) **MAP** **P26-B1**
No.330, Ahlone Road (Inside of Yangon International Hotel), Ahlone Township, Yangon
🕒 01-2316001～4
🕒 11:00～22:30 日曜休

勝 (KATSU)
(1) **MAP** **P27-D2**
No.B-2, Aung San Stadium(North Side), Yangon
🕒 01-381233 / 09-250402200
🕒 11:30～14:00 / 17:30～22:00 第2・第4日曜休
(2) **MAP** **P26-B1**
No.330, Yangon International Hotel Compound, Ahlone Road, Dagon Township, Yangon
🕒 09-258676633
🕒 6:00 ～翌 2:00 無休

42 ミャンマール

Naypyitaw
🕒 067-421368, 09-253227579
🕒 10:00～14:00/17:00～21:00 日曜休

鎌倉 (KAMAKURA) **MAP** **P26-A2** **🗺** **KIRIN** ☆
1 Floor, HOTEL KAN KAW, No.93(A), Hnin Si Kone Street, Ahlone Township, Yangon
🕒 01-228566 (Ext.122)
🕒 7:00～9:30 / 11:00～14:30 / 17:00～23:30 無休

鎌倉マリーナ (KAMAKURA Marina) **MAP** **P23-B3** **🗺**
(Inside of Marina Residence) 8 Kaba Aye Pagoda Road, Ward No.10 Mayangone Township, Yangon
🕒 01-650651(Ext.8100) / 09-420048231
🕒 11:30～14:00 / 17:30～22:00 無休

きんさくら (KIN SAKURA SUSHI) **MAP** **P27-D3**
BAK, Olympic Tower, First Floor, Bo Aung Kyaw Street, Kyauktada Township, Yangon
🕒 01-256720 / 09-5147840 / 09-250150816
🕒 11:00～21:00 無休

月光 (GEKKO) **MAP** **P27-D3** **🗺** **KIRIN**
535, Merchant Street, Kyauktada Township, 4th Quarter, Yangon
🕒 01-386986
🕒 9:00～23:00 無休

鯉昇 (KOI NOBORI)
(1) **MAP** **P27-D2** **KIRIN**
No(285), Bandoohla Panchan Street, Upper Block, Kyaukthada Township, Yangon
🕒 097-95274691
🕒 11:00～24：00
(2) **MAP** **P29-A2**
Wing(B), Star City, Kyaik Khauk Pagoda Road, Thanlyin Township, Yangon
🕒 09-262358468
🕒 11:00～23:00 無休

コウサン 19 ストリート (Ko San 19th St.) **MAP** **P26-C3**
108, 19th Street, Latha Township, Yangon
🕒 09-428038032
🕒 12:00～24:00 無休

コウサンカフェ (Ko San Cafe) **MAP** **P24-A1**
18, U Tun Lin Chan Street, Hledan, Yangon
🕒 01-503232
🕒 9:00～23:00 無休

焼肉 神戸屋 (KOBEYA) **MAP** **P24-A1** ☆ **🗺** **KIRIN**
615(B), Marlar Street, Pyay Road, Kamaryut Township, Yangon
🕒 01-535072 / 09-420015401
🕒 15:00～23:00 無休

胡蝶 (KOCHO) / 北海道ラーメン (HOKKAIDO)
 MAP **P25-D2** ☆ **🗺** **KIRIN**
S-4, U Chit Maung Housing, Tamwe Township, Yangon
🕒 09-254191597
🕒 11:30～14:00 / 17:30～22:00 無休

琥珀 (KOHAKU) **MAP** **P25-D3** ☆ **🗺** **KIRIN**
(Chatruim Hotel) No.40, Natmauk Road, Tamwe Township, Yangon
🕒 01-544500 (Ext.6231)
🕒 11:30～14:30 / 18:00～22:30 無休

桜 (SAKURA) **MAP** **P27-D3**
150, 40th Street (Lower Block), Kyauktada Township, Yangon
🕒 01-245160
🕒 12:00～15:00 / 17:00～21:30 日曜休

しゃかりき 432° (Shakariki 432°) **🗺** **KIRIN**
(1) **MAP** **P22-B3**
No.51/D, Kabaraye Pagoda Road,10th Quarter (Inside of Super Hotel 1st Floor) Mayangone Township, Yangon
🕒 09-975562131
🕒 6:30～24:00
(2) **MAP** **P25-C1**
Building-215 Room (8), Yan Shin Street, Yankin Township, Yangon
🕒 09-452223252
🕒 11:00～23:00 無休

J’S DINNING **MAP** **P27-D2** **KIRIN**
Anawritha Rd, Between 40th St and Bo Aung Kyaw St, Kyauktada Township, Yangon
🕒 09-979143403
🕒 9:00～21:00 無休

シアワセスシ (SHIAWASE SUSHI)
(1) **MAP** **P27-C2**
No.38-40/1(A), Boarynyunt Street, Dagon Township, Yangon
🕒 09-251046434 / 09-450046434
🕒 10:00～21:30 無休
(2) **MAP** **P26-C3** **KIRIN**
No.54, Latha Road, Lower Block, Latha Township, Yangon
🕒 09-794304077 / 09-450046434
🕒 10:00～22:00 無休

四季亭 (SHIKI-TEI) **MAP** **P27-C2** **🗺** **KIRIN**
(Park Royal Yangon), No.33, Alan Pya Phaya Road, Dagon Township, Yangon
🕒 01-250388 (Ext.8119)
🕒 11:30～14:30 / 17:00～21:30 無休

ジャパンジャパン (JAPAN JAPAN RESTAURANT) **MAP** **P27-D2**
No.253, Pansodan Upper Block, Kyauktada Township, Yangon
🕒 09-5130016 / 09-49577448
🕒 11:00～22:30 無休

新橋橋丁 (SHINBASHI YOKOCHO) **MAP** **P27-E3** **🗺**
No(80), 50th Street (Middle Block) Ward (1), Pazundaung Township, Yangon
🕒 01-201689 / 09-26331-0909
🕒 11:00～14:00 / 17:00～22:00 無休

すー (SUSHI ICHI) **MAP** **P26-B2** **🗺**
No.105, Phone Gyi Road (Middle Block), Lanmadaw Township, Yangon
🕒 01-218282～4
🕒 10:00～22:00 無休

寿司ハウス (SUSHI HOUSE)
(1) **MAP** **P25-C2** **KIRIN**
No.247/269 B, Room 001, Build C, Delta Plaza, Middle Shwe Gon Daing Street, Bahan Township, Yangon
🕒 01-5562772
🕒 11:00～22:00 無休
(2) **MAP** **P26-B2**
No(45),Room B-023, Basement (B1), Tawwin Center, Pyay Road, Dagon Township, Yangon
🕒 01-8600111(Ext-1123)
🕒 9:00～21:00 無休

匠家 (Takumiya) **MAP** **P24-A2** **🗺** **KIRIN**
Novotel Yangon Max, 4th Floor, Kamayut Township
🕒 09-261766526 / 09-261766525
🕒 11:00～14:00 / 17:30～21:30 無休

CHO JAPANESE DINING **MAP** **P24-B2**
No.91M, Than Lwin Road, Bahan Township, Yangon
🕒 09-258223223 / 09-440859574
🕒 11:00～14:30/17:30～22:00 無休

鐵完 (TEKKAN) **MAP** **P24-C2** **🗺** **KIRIN**
No(20), Rm-01, City Channel complex, Pearl Street, Bahan Township Yangon
🕒 09-31062647 (11:30～14:00)
🕒 17:30 ～ 23:00 (ラストオーダーは 22:30) 無休

天理スタミナラーメン (TENRI STAMINA RAMEN) **MAP** **P26-A1** **🗺**
24, Baho Street, Ahlone Township, Yangon
🕒 09-7328771
🕒 10:00～22:00 無休

てんぶら黒川 (TENPURA KUROKAWA) **MAP** **P24-B3** **🗺** **KIRIN**
No(99), West Shwegone Daing St, Bahan TSP, Yangon
🕒 092-5344-0001
🕒 11:00～14:00 / 17:00～22:00 日曜休（土曜は夜のみ）

Htoo San **MAP** **P26-B3** **KIRIN**
No.789, Mahabandoola Road(In Front of China town City Mart) Lanmadaw Township,Yangon
🕒 01-229265 / 09-783601091 / 09-799601091
🕒 9:00～15:00 / 17:00～23:00 無休

友寿司 (TOMO) **MAP** **P26-B3** **🗺**
No.702, Mahabandoola Street, Latha Township, Yangon
🕒 01-251302
🕒 10:00～22:00 無休

とんかつ (TONKATSU) **MAP** **P23-A3**
No.144(D), Insein Road, Sin Yaetwin Street (Bus Stop), Kamayut Township
🕒 09-791445536 / 01-511535
🕒 11:00 ～ 15:00/17:00 ～ 22:00 第2・第3土曜休

TRY **MAP** **P26-B3**
No.B (01-11), Lanmadaw St, Latha Township, Yangon
🕒 09-799888555
🕒 9:00～23:00 無休

ながさき亭 (NAGASAKI TEI) **MAP** **P22-B2** **KIRIN**
No.56(B), Thiri Marlar Street, 7,Smile, Pyay Road, Mayangone Township, Yangon
🕒 01-661350 / 09-5133506
🕒 11:30～14:30 / 17:30～22:00 火曜休

ハル (HARU) **MAP** **P24-C2** **🗺**
81, Kabar Aye Pagoda Road, Bahan Township, Yangon
🕒 09-421149721
🕒 11:00～23:00 無休

ハロー (HELLO)
(1) **MAP** **P24-A2**
No.2,Room-3,Narmattaw Road, Kamaryut Township, Yangon
🕒 01-514010
🕒 10:00～22:00 無休
(2) **MAP** **P24-A2**
2nd Floor, Junction Square, Yangon
🕒 01-527242(Ext-3026)
🕒 9:00～21:00 無休

美心 (BIJIN) **MAP** **P27-C2** **🗺** **KIRIN**
No (26-8), Yaw Min Gyi Street, Dagon Township, Yangon
🕒 01-252261
🕒 17:30～23:00 日曜定休

びっくり (BIKKURI SUSHI & SASHIMI JAPANESE RESTAURANT)
 MAP **P25-D3** **KIRIN**
No.16, Natmauk Road,Tamwe Tsp,Yangon
🕒 09-799566917 / 09-36714873
🕒 10:30～22:30 無休

日葵 (HIMARI MYANMAR) **MAP** **P24-C2** **KIRIN**
Pearl Condo, Block D, Ground Floor, Units G-10, Kabar Aye Pagoda Road, Bahan Township, Yangon
🕒 09-77530494
🕒 11:30～14:00 / 14:00～22:00 無休

ファミリー寿司 (FAMILY SUSHI) **MAP** **P25-D2** ☆
Room104, Building 27, U Chit Maung Housing, U Chit Maung Street, Tamwe Township, Yangon
🕒 09-73119456 / 09-5077223
🕒 11:00～22:00 無休

ふくろう (DINING FUKUROU) **MAP** **P22-B3** **🗺** **KIRIN**
No.37, Kabar Aye Pagoda Road, Inside of Inya Lake Hotel, Yangon
🕒 09-260031197/09-420231330
🕒 11:00～22:00 無休

武士道 (BUSHIDO) **MAP** **P27-C2** **KIRIN**
No.75/AB, Boyar Nyunt Street, Dagon Township, Yangon
🕒 09-459190088 / 09-459190101 / 09-787173120
🕒 10:00～22:00 日曜休

藤の坊 (FUJINOBO) **MAP** **P24-C2** **🗺** **KIRIN**
(Cherry Hills Hotel) No 520/4 A, Kabar Aye Pagoda Road Shwegone Daing, Bahan Township, Yangon
🕒 09-450067052
🕒 6:00～9:30 / 11:30～14:00 / 17:00～22:30 無休

フジレストラン (FUJI JAPANESE RESTAURANT)
(1) **MAP** **P24-A2**
37, Hanthawaddy Road, Kamaryut Township, Yangon
🕒 09-73022338 / 01-514776
🕒 11:00～21:30 無休
(2) **MAP** **P24-B2**
Market Place, Bahan Township, Yangon
🕒 09-73022337
🕒 9:00～21:00 無休
(3) **MAP** **P24-A2**
Junction Square
🕒 09-261767259
🕒 9:00～21:00 無休

ふるさと (FURUSATO) **MAP** **P24-B3** **🗺**
No.137, West Shwe Gon Daing, Bahan Township, Yangon
🕒 01-556265 / 09-73081914
🕒 11:00～14:00 / 17:00～22:00 無休

平和なラーメン (HEIWA na JAPANESE RESTURANT) **MAP** **P27-C2**
No.207, 32 Street, Upper Block, Pabedan Township, Yangon
🕒 01-375931 / 09-5164287
🕒 11:00～14:30 / 5:00～22:30 (LO 22:00) 無休

北海道 (JAPANESE RESTAURANT HOKKAIDO) **MAP** **P24-C2** **🗺** **KIRIN**
104B Inya Road, Kamaryut Township, Yangon
🕒 01-536985
🕒 7:00～22:00 無休

No.24/26,Kabar Aye Pagoda Road, Golden Hill Tower (A) Bahan Township, Yangon
🕒 09-250537315 / 01-558616
🕒 11:00～14:00 / 17:00～22:00 無休

SHWE KAUNG HOT POT (シュエカン)

(1) MAP P24-C3

No.18 Ko Min Ko Chin Road, Shwe Gon Daing, Bahan Township, Yangon
☎ 01-559339
🕒 10:30~22:30 無休

(2) MAP P24-A1

Nanattaw Street, Hanthawaddy, Kamayut Tounship, Yangon
☎ 01-537731
🕒 10:30~22:00 無休

SHWE KEINNARY KIRIN

No.2, Rm-1/2, Corner of Zaw Gyi Road & Chin Twin Road, 64 Quarter, Zone-2, South Dagon Township, Yangon
☎ 09-783940288 / 09-261996698
🕒 10:00~22:30 無休

SHWE LI KIRIN

(1) MAP P22-A2

No.54/A, Insein Road, Insein Township, Yangon
☎ 09-250208282 / 01-662994
🕒 16:00~22:30 無休

(2) MAP P24-C1

No.1, Kabar Aye Pagoda Road, Yankin Township, Yangon
☎ 09-250208383
🕒 16:00~22:30 無休

SHWE LI HLAING KIRIN

(1) MAP P27-D1

No.132, Upper Pansodan Road, Mingalar Taung Nyunt Township, Yangon
☎ 01-370856
🕒 15:00~23:00 無休

(2) MAP P23-A5

No.415, Lower Kyeeg Myint Daing Road, Alone Township, Yangon.
☎ 01-212478 / 09-8626466
🕒 14:30~22:00 無休

SIGNATURE RESTAURANT (シグニチュア) / **GARDEN** (ガーデン) MAP P24-C3 🍴

Corner of Bahan Street & Kan Yeih Thar Street, Bahan Township, Yangon
☎ 01-546487~8 / 01-543387
🕒 10:30~23:00 (GARDEN は 7:00~10:30 も営業) 無休

SKY BISTRO (スカイ・ビストロ) MAP P27-D2 🍴 **KIRIN**
20th Floor, Sakura Tower, No.339 Bogyoke Aung San Road, Kyauktada Township, Yangon
☎ 01-255277
🕒 10:00~23:00 無休

SUPER WIN CHINESE RESTAURANT MAP P23-A3 **KIRIN**
No.67, Insein Main Road, 9 Ward, Hlaing Township, Yangon
☎ 01-512240
🕒 10:30~22:00 無休

STYLE-7 KIRIN

No.103/104, Pyi Htaung Su Road, 48 Quarter, North Dagon Township, Yangon
☎ 01-581494
🕒 11:00~23:00 無休

TAPAS BISTRO MAP P23-B3 **KIRIN**

No.17, Kabar Aye Pagoda Road, Yankin Township, Yangon
☎ 01-650933 Ext-121122
🕒 6:30~22:30 無休

THE LOFT HOUSE MAP P22-B2 **KIRIN**

No.33, Kyaik Waing Pagoda Road, Mayangone Township, Yangon
☎ 09-788887788
🕒 15:00~ 翌 1:00 無休

THE WEST STEAKHOUSE MAP P24-C2 **KIRIN**

No.12, Kabar Aye Pagoda Road,Pearl Condo, Bdg-D, Ground Floor, Bahan Township, Yangon
☎ 09-962599848
🕒 7:00~23:00 金曜~土曜 7:00~ 翌 1:00 無休

Tin Tin (Pop-up) Restaurant MAP P27-D3 🍴

No.116/118, Bogalay Zay Street, Botahtaung Township, Yangon
☎ 01-245904
🕒 11:00~23:00 無休

TRITON RESTAURANT & BAR MAP P23-C3 **KIRIN**
No.12, Wai Zayan Tar Road, Thingangyun Township, Yangon
☎ 09-250920920
🕒 11:00~23:00 無休

WIN STAR MAP P24-A3 **KIRIN**

No.28/29/30, Corner of Padonmar Road & Sanchaung Road, Sanchaung Township, Yangon
☎ 01-788877712
🕒 11:00~2:00 無休

WINE & DINE MAP P24-C1

No.138-C, New University Avenue Road, Bahan Township, Yangon
☎ 01-400842
🕒 11:00~23:00 無休

XI YANG YANG (喜洋洋) MAP P24-A3

No.4, Nyaung Tong Road, Sanchaung Township, Yangon
☎ 01-502582
🕒 8:00~22:00 無休

YANKIN BEER PUB MAP P25-C1 **KIRIN**
Anawratha Road, Kyauk Kone, Yankin Township, Yangon
☎ 09-794441615
🕒 11:00~23:00 無休

YUMMY RESTAURANT & B.B.Q MAP P25-D1 **KIRIN**
No.33, Bauk Htaw Butar Yone Road, Yankin Township, Yangon
☎ 01-541190 / 09-456350353
🕒 10:00~23:00 無休

バー・ナ이트スポット

Bar Code Bar and Karaoke Lounge MAP P24-A2 🍴
No.316, 3rd Floor, Novotel Yangon Max, Kamaryut Township
☎ 09-260669330 / 09-260669331
🕒 18:00~2:00 無休

BAR ONE 4 MAP P22-B3 **KIRIN**
No.6-C, West May Kha Street(3), Mayangone Township, Yangon
☎ 09-258555655
🕒 4:00~23:30 無休

BLIND TIGER MAP P27-D3 **KIRIN**
No.93/95, Seikkanthar Street, Kyauktada Township, Yangon
☎ 09-786833847
🕒 16:00~24:00 日曜休

CLUB FIVE MAP P27-C2 **KIRIN**

No.33, Alan Pya Phaya Road, Inside of Park Royal Hotel, Dagon Township, Yangon
☎ 01-250388
🕒 8:00~ 翌 1:00 無休

CLUB RIZZOLI MAP P25-D3 **KIRIN** ☆

No.40, Natmauk Road, Inside of Chatrium Hotel, Tamwe Township, Yangon
☎ 01-544500
🕒 18:00~0:00 無休

GALLERY BAR MAP P27-D2 **KIRIN**

No.223, Sule Pagoda Road, Inside of Sule Shangri-La Hotel, Kyauktada Township, Yangon
☎ 01-242828(ext-6430)
🕒 15:00~23:00 無休

Japanese Style Bar 心 (SHIN) MAP P27-C2 🍴
No(26-B),Yaw Min Gyi Street, Dagon Township, Yangon
☎ 01-252261
🕒 20:00~25:00

Ko San Double Happy Bar MAP P26-C3
No.108, 19th St. Latha Township, Yangon
☎ 01-503232

LIVE SPORT BAR MAP P24-C2 **KIRIN**
Pale Street, Mya Yeik Nyo Hotel Compound, Bahan Township, Yangon
☎ 09-73132161 / 01-704428
🕒 17:00~2:00 無休

LOBBY BAR MAP P27-C2 🍴 **KIRIN**
No.33, Alan Pya Phaya Road,Inside of Park Royal Hotel, Dagon Township, Yangon
☎ 01-250388
🕒 8:00~1:00 無休

SKY BAR MAP P26-B1 **KIRIN**
No.330, Ahlone Road, Inside of Yangon International Hotel, Ahlone Township, Yangon
☎ 01-2316001~4
🕒 17:00~24:00 無休

TG BAR MAP P24-C2 🍴 **KIRIN**
No.30, Kabar Aye Pagoda Road, Bahan Township, Yangon
☎ 09-260043923~4
🕒 11:00~24:00 無休

Union Bar and Grill MAP P27-D3 🍴
No.42, Strand Road, Botahtaung Township, Yangon
☎ 09-250355064
🕒 11:00~23:00 無休

WINE BAR MARU (マル) MAP P26-B2 🍴 **KIRIN**
No.130 Ground Floor, Shwe Taung Tan Rord, 7 Quarter, Lanmadaw Township, Yangon
☎ 01-1221568 / 09-420308350
🕒 18:00~24:00 土日曜休

Yangon Yangon (ヤンゴンヤンゴン) MAP P27-D2 🍴
Roof Top, Sakura Tower, No.339, Bogyoke Aung San Road, Kyauktada Township, Yangon
☎ 01-255-131
🕒 17:00~24:00 無休

洋菓子・ファーストフード

ACACIA TEA SALON (アカシア) MAP P25-C2 🍴
52 Saya San Road, Bahan Township, Yangon
☎ 01-554739 / 09-73113812
🕒 10:00~22:00 無休

Daren Bread Café (麵包達人) MAP P27-C2
No(57-A), Yawmingyi Street, Dagon Township, Yangon
☎ 09-253522048
🕒 9:00~21:00 無休

LA VIE EN ROSE (ラ・ヴィ・アン・ローズ)

(1) MAP P24-A3
No.136, Bargayar Road, Sa Ya Tun Street Corner, Sanchaung Township, Yangon
☎ 01-503373
🕒 10:00~20:00 無休
(2) MAP P24-B2
(Cafe ON THE WAY) No.121-E, Than Lwin Road, Kamaryut Township, Yangon
☎ 09-250988271
🕒 9:00~21:00 無休
(3) MAP P24-C1
Myanmar Plaza,3rd Floor
☎ 09-250009242
🕒 9:00~21:00 無休

Trademark Café MAP P24-C1
No.192, Kabar Aye Pagoda Road, 1st Floor Myanmar Plaza, Yankin Township, Yangon
☎ 09-977109929
🕒 9:00~21:00 無休

<div> <div></div> <div></div> </div> <div>生活・買い物</div>
DAISO
(1) Junction Square 内 MAP P24-A2 ☎ 01-527242 (Ext.2035)
(2) Capital Hypermarket 内 MAP P23-C4
(3) Myanmar Culture Valley 内 MAP P24-B3
(4) Taw Win Center 内 MAP P26-B2

greenhill (グリーンヒル) MAP 24-C1
Building (352), Room No.4, No.1 Industrial Road, Yankin Township, Yangon
☎ 09-254278216
🕒 9:00~18:00 日曜休

JAPAN STORE (ジャパン・ストア) MAP P25-C1
Yankin Center, 1st Floor
☎ 09-250266770
🕒 9:00~21:00 無休

PRO-MART (プロマート) MAP P24-C2
No.79 Kabar Aye Pagoda Road, Bahan Township, Yangon
☎ 09-73224519 / 09-73224596
🕒 8:00~22:30 無休

Culumtio (クルムティオ) MAP P24-A3 ☆
No.134 (G/FL and 1FL) , Bargayar Road, Sanchaung Township, Yangon
☎ 09-42011-6065 / 09-260284447 / 09-421066958
🕒 10:00~18:00 日曜休

dacco.myanmar MAP P25-D2
No.102 (Rm-D2) Above K-mart,1st Floor, Aung Chan Thar Compound, Shwe Gone Dine Road, Bahan Township, Yangon
☎ 09-262226481 / 09-260185424
🕒 10:00~18:00 無休

Shinon MAP P27-C2
No.5/6, East A-block, Bo Gyoke Aung San Market, Bo Gyoke Aung San Road, Yangon
☎ 09-420263133 / 01-653-456 / 01-650665(Ext 812)
🕒 9:00-17:00 月曜休

Sin Phyu Lay souvenir shop MAP P27-C2
Bogyoke market east C.No.81, Pabedan Township, Yangon

☎ 09421160462
🕒 9:00~17:00 月曜・祝休

<div> <div></div> <div></div> </div> <div>美容・健康</div>
美容室・ネイルサロン

FUJIKO BEAUTY CENTER (ふじこ) MAP P24-C1
42D, New University Avenue Road, Bahan Township, Yangon
☎ 09-252235914 / 01-549122
🕒 8:00~19:00 月曜休

Grace Japanese Luxury Nail Salon MAP P26-B2 ☆
No(45),Pyay Road,Taw Win Center,Level-2044 (B), Dagon Township
☎ 09-257666770
🕒 9:00~21:00 無休

MIU (ミウ) MAP P24-B3
Myanmar Culture Velly(834), People’s Park People’s Square, U Wisara Road,Dagon Township, Yangon
☎ 09-5140151
🕒 10:00~19:00 月曜休

MOMO (もも) MAP P27-E2
No.6, Pazundaung Road, (Pazundaung Market Bus Stop)
☎ 09-5138953
🕒 8:00~20:00 無休

SHUNJI MATSUO MAP P24-C1 🍴
No.1, Kabar Aye Pagoda Road, Ground Floor of Sedona Hotel, Yankin Township, Yangon
☎ 09-777077309
🕒 10:00~20:00 無休

Tokyo S-Cut MAP P23-A5
Tower A, Spa Room Service Floor (2nd Floor), Shwe Zabu River View Complex, Strand Road, Alone Township, Yangon
☎ 09-264734688
🕒 10:00~14:30 無休

マッサージ

GENKY (ゲンキー)
(1) MAP P27-D3
No.285, Ground Floor, Bo Aung Kyaw Road, Kyauktada Township, Yangon
☎ 09-8615036
🕒 9:00~21:00 無休
(2) MAP P26-B2
🕒 9:00~22:00 無休

HEALTHY SPA (ヘルシー・スパ) MAP P26-B1
No.330, Alone Road, Yangon International Hotel
☎ 09-73232229 / 09-73232220
🕒 11:00~1:00 無休

Mizuaoi (水葵) MAP P27-C2
No(14),Ground Floor, Block 19A,Boyar Nyunt St, Dagon Township, Yangon
☎ 01-251344 / 09-5089867 / 09-250197626
🕒 11:00~23:00 無休

JASMINE BEAUTY & SPA (ジャスミン) MAP P27-C2
No(42-C),Ground Floor, Corner of Bo Yar Nyunt Street & Yaw Min Gyi Road,Dagon Township, Yangon
☎ 09-73088080
🕒 24 時間営業 無休

NAGOMI ~和 (ナゴミ)
(1) MAP P25-C2 ☆
No (70), West Zay Haung Street, Sayar San North / West, Bahan Township, Yangon
☎ 09-263-442062 / 09-263-442063
🕒 9:00~20:00 無休
(2) MAP P24-B3 ☆
No(11), Aung Taw Mu Street, Myay Ni Gone, Sanchaung Township, Yangon
☎ 09-300-86614 / 09-263-442061
🕒 9:00~20:00 無休

NEMITA (ネミタ) MAP P25-D3 🍴
Ground Floor, Chatrium Hotel No.40, Natmauk Road, Tamwe Township, Yangon
☎ 01-544500 (Ext.6900, 6950)
🕒 10:00~24:00 無休

Sakura Sakura MAP P25-D2
(67), 166 Street, Tamwe Township, Yangon
☎ 01-544119
🕒 10:00~20:00 無休

Sapel Foot Spa MAP P26-B3
No(78),16 Street(Middle Block)Maha Bandula Road, Lanmadaw Township, Yangon
☎ 09-253988995
🕒 10:00~24:00 無休

SOLEIL はりきゅう (ソレイユ) MAP P24-A3 ☆
No.41(A),Nyaungdone Street, Sanchaung Township, Yangon
☎ 09-420218179
🕒 9:00~19:00 (予約 18:00 まで) 不定休・予約制

SWEET HEART SPA (スイート・ハート) MAP P25-D3
4th Floor, Utopia Tower, Kandawgyi Township, Yangon
☎ 09-73111124 / 09-73111126
🕒 9:00~23:00 (LO 21:00) 無休

<div> <div></div> <div></div> </div> <div>ホテル</div>
ALFA HOTEL (アルファ・ホテル) MAP P26-C2 🍴 No.41 Nawaday Street, Yawmingyi Quater. Dagon Township, Yangon ☎ 01-377960~7

ASIA PLAZA HOTEL (アジアプラザ・ホテル) MAP P27-D2
No.265-279, Bogyoke Aung San Road, Kyauktada Township, Yangon
☎ 01-391070

AYE CHAN THAR HOTEL (エーチャンター・ホテル) MAP P24-C2 🍴
No.292/16 Aye Chan Thar Yar Road, Middle Shwe Gone Daing, (9)Block, Bahan Township, Yangon
☎ 01-542222 / 01-5414166

BEAUTYLAND HOTEL II (ビューティーランド・ホテル) MAP P27-D2 🍴
188-192, 33rd Street, Kyauktada Township, Yangon
☎ 01-240054 / 01-240227 / 01-243952

BELMOND GOVERNOR'S RESIDENCE (ベルモンド・ガバナーズ・レジデンス) MAP P26-A1 🍴
No.35, Taw Win Road, Dagon Township, Yangon

☎ 01-229860 / 01-229861~3

25TH ANNIVERSARY

YANGON INTERNATIONAL HOTEL

Main building

Now construction
New Building

おかげさまでミャンマー進出25周年を迎えることができました。
3つのバーに加え、ジム・サウナ等様々な施設が続々とオープン。
宿泊される方以外にも楽しんでいただけるよう、
さらに邁進してまいります。



当ホテルはヤンゴンの外国投資における第1号の国際ホテルです。

旧国会議事堂の斜向いに面し、ダウンタウンへも車で約5分。

ヤンゴンの象徴であるシュエダゴン・パゴダへは車で約2分と、

ビジネス・観光ともに便利な場所に位置しています。

また、周辺には様々なテナントが集まり、

一種のアミューズメントパークのような空間を演出しています。



YANGON INTERNATIONAL HOTEL JAPAN y-intl-hotel.com

☎ (+95)1-231-6001~4, (+95)1-229-224~9 📍 No.330 Ahlone Road, dagon TSP. ✉ ygnithotel@gmail.com



Fly with FMI Air

www.fmiair.com

トップクラスのサービス。ネット予約も簡単、安心!

FMI Air Head Office

FMI Center, Level 9, Room 904/905No.380, Bogyoke Aung San Rd, Pebedan Township, Yangon

Tel: +95-1-373537 | marketing@fmiair.com

KIRIN

一番搾り KIRIN ICHIBAN

Beer at its purest.



100% malt, first press beer.

KIRIN ICHIBAN

KIRIN ICHIBAN ドラフトビールの取り扱い店舗は「厳選お役立ちページLIST」42P-45Pに掲載しています。