

ヤンゴン生活をより楽しく、より豊かに

ミャンミンジャポ!

★★★ MYAN JAPO ★★★

01.AUG.2017

Vol.06

THE PREMIUM HOTEL_p11
MELIÁ YANGON
CÉLINE GUYOMARC'H
GENERAL MANAGER

Yangon Gourmet Report_p13
Divino

ミャンマー“カウンデー”フード_p19
Anya Ahta

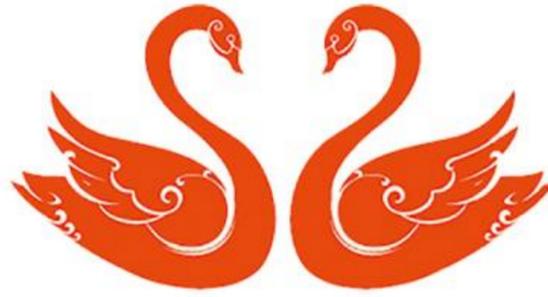
デイリースポーツ特約
エンタメニュース_p30

吉高由里子
完熟マンゴー&
いちじくに感激



PERFECT
SELECTED
HIGHEST
CREATED

MYANJAPO! SPECIAL ISSUE _ P6
**MYANMAR
PRODUCTS**



Mingalarbar Balloon

気球から眺めるヤンゴンの街並み

デザインと施工は米企業が担当。国際規格「ASTM」にクリアしたヘリウム気球

Culture Attractionsが、ヤンゴンで初となる気球遊覧サービスを開始しました。
ヤンゴン動物園の前から1日に20回ほど出発する気球は、高さ約91mまで上昇。
15分の空の旅でカンドージ湖やシュエダゴンパゴダに加え、さらに遠くの街まで一望できます。

気球はロープで地面と繋がるタイプで、運行定員は20名に制限。
また、天候によっては管理者が同乗するなど、安全性の確保にも努めています。

まだまだ高い建物が少ないヤンゴンの街並みを空から眺める……。
そんな素敵な週末はいかがですか？

Operated by

Culture Attractions Ltd.

Head Office

Tel : (+95-9) 420 3838 15

42 584 31 33

42 584 31 34

No. 44, Myaing Hay Wun Housing Estate,
Kyaik Wine Pagoda Road, 4 Quarter, 8-Miles,
Mayangone Township, Yangon, Myanmar.

Mail : sales@mingalarbarballoon.com,
reservations@mingalarbarballoon.com

www.mingalarbarballoon.com



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 @ AEON orange 出展募集! 月1,980ドルで効果的にPR!



貴社の製品・サービス、TVで紹介します

後援
JETRO
日本貿易振興機構(ジェトロ)
ヤンゴン事務所

さらにビジネス情報誌とFACEBOOKで情報配信。Sakura Tower・AEON orangeでテストマーケティング!

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



最新情報を発信!
日本ブランドの製品やサービスを
毎日FACEBOOKで拡散します

FB「The JAPAN BRAND」

media. 3 | MAGAZINE



ミャンマー人
エグゼクティブ向け
ビジネス情報誌

毎月2P以上のタイアップ記事掲載

Showroom The JAPAN BRAND @AEON orange



ミャンマー人にダイレクトにPR マーケティング活用に最適!

AEON orange (Wai Za Yan Tar 店) にて、名だたる日系企業の製品を出展中ですが、まだまだ出展企業を募集を受付中です。日本人にも、そしてミャンマー人にも訴求し、マーケティングにお役立てください。問い合わせは下記にて。



☎ +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



MYANMAR
★
JAPON

ASAHI LOIHEIN

ミャンジャポ! 6 MONTHS

ANNIVERSARY!



応募期間
8.1^火
~8.31^木
まで

30名様に
抽選で
どどーんと
プレゼント!

ASAHI

30本 (お一人様 1ケース)

「カルピス ラクト」
プレゼント

「ミャンジャポ!」創刊6ヵ月記念として、ASAHI「カルピス ラクト」×30本(1ケース)を30ケースプレゼント!

応募方法

毎週最新のミャンマー情報をお届けする『無料ニュースメール』にご登録ください。抽選で30名様に「カルピス ラクト」をプレゼント!当選者にはメールにてご連絡いたします。

※商品はMYANMAR JAPON本社(サクラタワー5F)でお渡しします。

WEBで検索! ミャンマージャポン

<http://myanmarjapon.com/mail.html>



MYANJAPO! SPECIAL ISSUE MYANMAR PRODUCTS

6

11 THE PREMIUM HOTEL
MELIÁ YANGON

13 Yangon Gourmet Report
Divino

19 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

30 エンタメニュース!

35 “すわじゅん”の歌い手奮闘記

38 シートゥー&ティンザーの
使える!ミャンマー語教室

22 ミャンジャポ特製MAP

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

17 Yangon Shwe Style
野菜、果物、植物どこで買う?

18 用途別ヤンゴンレストランリスト

19 速水先生のミャンマー料理健康レシピ

32 パーゴルフ

35 大雄会・伊藤先生が丁寧に解説!
ミャンマー医療事情Q&A

37 Yangon Heritage

40 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,
Kamaryut 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 / Ye Aung

カメラ Thiha Zaw
デザイン Yoshinori Matsubara / Fumihiko Ohashi
印刷 Aung 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 吉高由里子



設置場所

ミャンマー

ヤンゴン国際空港
(T1・T2 出発/到着ゲートおよびVIPラウンジ)
在ミャンマー日本大使館
JETRO
JICA

日本人在住のコンドミニアム
サービスアパートメント
有名ホテル
人気レストラン 他

皆様のお手元に届きますよう、お一人様2部以上のお持ち帰りはご遠慮ください。

ミャンマージャポ



<http://myanmarjapon.com>

気づき
ました？



このページの
商品すべて

ミャンマー産



ってこと。



ミャンマー産商品について、どんな印象を持っていますか？「伝統品が多いので、おみやげにはいいけど、普段使いはちょっと……」というイメージを持つ人が多いようです。でも、せっかくこの国に住んでいるのにそれはちょっと寂しいですね。そこでミャンジャポ編集部では、日常生活に取り入れられそうなプロダクトをセレクトしてみました。

これらに共通するのは、海外の良い面は取り入れながらも、伝統の技法やデザイン、材料を商品に反映させるなど、コンセプトに「ミャンマー」があること。ボーダレスな時代でも、この国らしさは決して失わないという強い気概が現れています。例えば、イギリスでファッションを学んだミャンマー人女性が経営する「AMARA KHIT」のデザイナー兼オーナーは「世界で学んだことを武器に、ミャンマーを世界に紹介したいという強いパッションを持っている」と語ってくれました。

日々変革していくミャンマー。デザインやプロダクツの世界にも間違いなく「新しい波」が到来しています。まだまだ世界での認知度は高くなく、販売網も充実しているとは言えない今だからこそ、最先端のミャンマープロダクツをいち早くチェックしてみてください。それは、この国に身を置いている私たちの特権なんです。



MYANJAPO! SPECIAL ISSUE
**MYANMAR
PRODUCTS**

同潤会アパートを思わせるアパレルショップ

AMARA KHIT



ワンピース63,000Ks。ちなみにこのモデルがオーナーのShwe Thiri Khitさん。プロダクトのデザインはもちろん、店内の絵画、広告写真も手掛ける才女です

「Amara Khit」の意味は「永遠の時代」。それが示す通り、流行に流されない高品質なアイテムが揃います。ドレス158,000Ks、ストーンウォッシュキャンバスバッグ70\$



洋服以外にもおしゃれなグッズがたくさん。レザーモールバッグ左/99\$, クッション右/カバー15,500Ks、インサートビロー3,000Ks



ラ

ンマドーにある古びた集合住宅。AMARA KHITはこのうちの二室にあります。外観とはかけ離れたハイセンスな店内は、かつて原宿にあった同潤会アパートのよう。オーナーはイギリスでファッションを学んだミャンマー人女性で、母国の文化を世界に発信したくて帰国したそう。彼女の感性に要注目です。

★★★

このプロダクトはここで買える！

BUILDING-41, ROOM-2, LEVEL-1 BAHOSI COMPLEX, LANMADAW TSP.

P26-A2

WWW.AMARAKHIT.COM

AMARAKHIT

ミャンマー伝統技術と先端デザインの融合

HLA DAY



ファッションのアクセントに最適なギャツピーキャップ15,000Ks。ラカイン州で生産されたロンジー用の布でできています



フィンガーパペット各3,000Ks。ダー・トゥさんという女性が目の見えない娘さんのために作ったもの。立体的なデザインには母の愛が詰まっています

異なるパターンのファブリックを組み合わせたおしゃれなバッグ。どんなスタイルにも合いそうなデザインですが、これも伝統的なモン族のロンジー布で作られたもの。これで18,000Ksはとってもお手頃です



た

め息が漏れるくらいかわいらしいグッズやアパレルが揃う「HLA DAY」。ミャンマーの小規模工房や貧困地域を支援するためのソーシャルビジネスで、伝統技術を持つ人々に先鋭的なデザインをアドバイスし、魅力的な製品を生み出しています。売上の多くが生産者に行くシステムも素敵。

★★★

このプロダクトはここで買える！

81 PANSODAN ST LOWER MIDDLE BLOCK 1ST FL. KYAUKTADA TSP.

P27-D3

WWW.HLADAYMYANMAR.ORG

HLADAYMYANMAR

自然由来のやさしいソイキャンドル

KOKO SOY CANDLES



香りは季節ごとに変更され、レッドベリーやレモングラスなど、その数は35にのぼります。価格は「Luxury collection candles」が33,000Ks、「Classic jar candles」が11,000Ks。お得な「Trial set tealights」(6,500Ks)もあり



植

物由来の大豆ワックスを使った「ソイキャンドル」。環境にも人体にもやさしいことから、アロマテラピーやホームフレグランスに最適です。素敵なパッケージと豊富なカラーは普段使いにもおみやげにもぴったり。今後は蜜蝋やパームワックスを使った製品も開発予定とのことで、期待がふくらみます。

★★★

このプロダクトはここで買える！

MARKET PLACE / MMART LIFESTYLE SHOP
@MYANMAR PLAZA / ARTISAN SHOP@
ヤンゴン国際空港出発ロビー ほか、市内約20店舗で取扱い

f KOKO SOY CANDLES

グッドデザイン賞受賞の実績を誇る

VESTIGE



ご存知「タナカ」もVESTIGEの手にかければ、こんなおしゃれなスキンケアプロダクトに。男女ともにおすすめです(左/16\$, 右/9.5\$)

数あるグッズのなか、特に注目がバッグ。ユニセックスデザインで、キャンパス地のシンプルなものから、鮮やかなものまで揃います。写真のトートは25,000Ksとリーズナブルなものポイント



ミャンマーらしき全開のデザインがおしゃれなキャップ。シンプルなファッションに合わせたいプロダクトです(各12,500Ks)



ミ

ミャンマー国旗や伝統デザイン、文字などを大胆に取り入れながら、先端性を感じさせるプロダクトを生み出しているブランド。その高いデザイン性は海外でも評価が高く、2014年には日本のグッドデザイン賞を受賞しています。ジャンクションシティとミャンマープラザのカフェ併設店は特におすすめ！

★★★

このプロダクトはここで買える！

JUNCTION CITY / MYANMAR PLAZA /
NOVOTEL YANGON MAX ほか、全国27店舗

WWW.VESTIGEMYANMAR.COM

f VESTIGE MYANMAR

日本の有名雑貨店にも出荷する工房

TK-INTERIORS



ティッシュボックス各6\$。仕上げにバーナーで軽く炙ることで手触りを良くするなど、細部にまでこだわった作り



こちらの工房で特におすすめなのはキッチンウェア。テーブルが華やかになるプレートトレイは平皿用が3.8\$、ボール用が5\$。海外で購入すれば2~3倍くらいの価格設定なのでとってもお得

ホテルなどでも使われるスリッパケース15\$。高級感を演出できるので、来客用に1つは用意しておきたいアイテムです



ラ

タン製グッズを制作する「TK-INTERIORS」。日米欧などへの輸出中心で展開していて、日本の有名雑貨店にも卸しているなど、高いデザイン性と確かな技術には定評があります。ミンガラドンの工房で直販もしていますが、定期的に家具展示会などに出展もしているので、Facebookは要チェック!

★★★

このプロダクトはここで買える!

📍 No.(3), INGYNN RD., NYARNA WARD, PALE MYOTHIT, MINGALARDON TSP.

🗺️ 地図外

☎️ 09-4304-0524 / 09-5015-029 / 09-4210-62627

🌐 WWW.TKHOMECOLLECTION.COM

✉️ MARKETING@TKHOMECOLLECTION.COM/INFO@TKHOMECOLLECTION.COM

📱 TKHOMECOLLECTION

海外でも評価される手作りのマクラメレース

NAING SWE'S COLLECTION



ハンドバッグ(20,000Ks)。麻の一種で、黄金の糸とも言われる「ジュート」で編まれていて、ざっくりとした風合いが素敵です



「ジュート」のほか、コットン製もあり。クリスマス飾り(5,000Ks)など、かわいらしいアイテムが揃います



ア

ラブ圏で生まれたとされる「マクラメレース」の専門店。マクラメは一つひとつ手で作ることが特徴で、ミャンマーのお母さんが民家で手作りをし、温かみのある製品を作っています。ヤンゴンのみならず、タイの展示会にも出展されるなど、その確かな技術が国を超えて評価されています。

★★★

このプロダクトはここで買える!

📍 GONE SHEIN WAH, No.(0233), EXCEL TOWER(SHWE GONE DAING), SECOND FL.

🗺️ P24 C-3

☎️ 09-4230-11036

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 2,100\$
田 3LDK 約222㎡

タゴン 3/8階 あり 家具家電
City Mart / Bo Gyoke Market / Super One / Junction City
美心 / 味好ラーメン / わさび / シアワセ寿司



2 3,300\$
田 4LDK 約187㎡

ライン 2/8階 あり
プール / ジム / サウナ / インターネット / 駐車場 / スカイネット
Market Place / Gamone Pwint トンカツ / ながさき亭



3 2,500\$
田 2LDK 約157㎡

バハン 6/8階 あり
家具家電 / プール / ジム
Promart / Myanmar Plaza 運



4 2,500\$
田 2LDK 約111㎡

タゴン 3/6階 あり 家具家電
City Mart / Bo Gyoke Market / Super One / Junction City
美心 / 味好ラーメン / わさび / シアワセ寿司



5 1,250\$
田 2LDK 約95㎡

マヤンゴン 5/7階 あり 家具家電
Gandamar Wholesale
日本の技術で建設したミニコンド



6 1,250\$
田 2LDK 約95㎡

マヤンゴン 7/7階 あり 家具家電
Gandamar Wholesale
日本の技術で建設したミニコンド

※1Lakhは10万Ks、10万Ksは約8,000円(7月15日現在)

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 ショッピング 最寄りのレストラン

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・English・Burmese対応!

THE PREMIUM HOTEL



vol.6 MELIÁ YANGON

CÉLINE GUYOMARC'H GENERAL MANAGER



1.「情熱がなければ、サービスは向上しない」と語るセリーヌGM。出身はフランス。メリアグループ20年というサービスのプロフェッショナル 2.素晴らしい景観を誇るプレミアムルーム。すべての部屋が広めに設計されているのもメリアホテルの特徴の一つ 3.日本人の奥様たちにも人気のベトナム料理店「ランタンレストラン」 4.屋外プールで過ごす時間は優雅そのもの。心ゆくまで贅沢なひと時を過ごせる

最高のロケーションにある昨年オープンの五つ星ホテル

当 ホテルは2016年7月にオープンしたばかりの五つ星ホテルです。部屋の総数は430室、レストランは独創的なベトナム料理、地中海料理、オールデイダイニングの「ザ・マーケット」、そしてセンスあふれるインテリアの「ガルボ・バー」が9月にオープン。結婚式や大きな会議に利用できるボールルームが2部屋、通常の会議室もあり、屋外スイミングプール、ジムといったファシリティも充実しています。

最大の特徴はロケーションです。インヤー湖の向かいに位置し、ヤンゴン国際空港からもわずか20分、市内中心部から15分、シュエダゴンパゴダからも10分ほど。モダンなオフィスビルともつながり、ミャンマー・プラザにも隣接する利便性の高い場所にあります。

我々は日本人の皆様を重要な顧客だと認識していま

す。多くの日本人がヤンゴンには住んでいますし、日本人のサービスに求めるレベルは非常に高く、当ホテルであれば、きっとご満足いただけると考えています。ときに奥様たちがグループでレストランを利用いただいています。キッズルームもお気に入りのようです。また、ビジネスマンが打ち合わせにご利用いただくこともあります。日本人ゲスト専用のリレーションシップオフィサーは、我々の重要な部署の一つであり、完璧なサービスを提供しています。

ミャンマーを気に入り会社に直訴 日本人の長期滞在も歓迎します

私がメリアホテルに入社してから20年が経ちますが、今から6年前にミャンマーのプロジェクトが立ち上がりました。そ

の後、旅行でミャンマーを訪れ、この国が一瞬で好きになり、会社にGM就任を直訴。そして、2年前からこの国で働くようになったわけです。ミャンマーに対して、とても印象がよかったですし、何よりも一番ミャンマーを気に入ったのは、人々の精神性やホスピタリティでした。

今後の目標は、あらゆるサービスをキープしつつ、さらに向上させること。チャレンジや課題は毎日ありますが、ポジティブに捉えていますし、解決策は必ずあります。当ホテルは、今後も素晴らしいファシリティとサービスをご用意しています。日本人対応のスタッフもおりますし、ぜひ一度、日本人の皆様にご利用いただきたいと思います。長期滞在には特別価格でお部屋をご提供します。当ホテルで、快適な生活をお約束いたしますよ。

※1Lakhは10万Ks、10万Ksは約8,000円(7月15日現在)

年齢	性別	日本語	英語	パソコンスキル	希望給与	その他
27	女	N2	中級	MS office	\$1,000	大卒(英語専攻)、日本語翻訳通訳経験有
26	男	N2	初級	MS office	5Lakh	大卒(ミャンマー語専攻)、日本語翻訳通訳経験1.5年有
23	女	N4	中級	MS office	2.5 Lakh	大卒(英語専攻)、経理キャッシャ経験有
28	女	中級	中級	MS office	6 Lakh	大卒(Electrical Communication 専攻)、中国可、M&E エンジニア経験有、日本にて3年間QCエンジニア経験有
24	女	—	上級	MS office	7 Lakh	大卒(ビジネス経営専攻)、Merchandise経験有
27	女	N2	中級	MS office	7Lakh	大卒[英語専攻]、静岡日本語学校卒、静岡エアリゾート専門学校卒、日本留学経験有
24	女	初級	初級	MS office	3.5Lakh	大卒[動物学専攻]、ロジスティクススタッフ経験有
22	女	—	上級	MS office	5Lakh	大卒[英語専攻]、日系銀行にてAdmin経験有
26	男	N3	初級	MS office	4.5Lakh	大学三年[経済学]、日本語通訳経験有
26	男	N3	中級	MS office	5Lakh	AGTI(Mechanical Power)、日本語通訳経験有
24	女	初級	初級	MS office	3.5Lakh	大卒[動物学専攻]、ロジスティクススタッフ経験有
22	女	—	上級	MS office	5Lakh	大卒[英語専攻]、日系銀行にてAdmin経験有
26	男	N3	初級	MS office	4.5Lakh	大学三年[経済学]、日本語通訳経験有
26	男	N3	中級	MS office	5Lakh	AGTI(Mechanical Power)、日本語通訳経験有
27	男	—	上級	MS office, Auto CAD	\$800	大卒[電気力学]、シンガポールにて(M&E)プロジェクトエンジニア経験有

ミャンマージャパンから紹介した人材をご紹介いただくと **無料受講!** 入社後すぐに業務可能な人材として採用できます!
 ビジネス人材教育セミナーの16時間分を **無料受講!** ※採用後2カ月以内とさせていただきます。

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

家津 鮓&そば

本格的な雨季到来! 家津 Deli Laboでお手軽デリバリー!



オーダー方法は2通り!

①Yangon Door 2 Doorで
オーダー

www.yangond2d.com

②お店に
直接電話

09-2501-88878(田村)
01-377-212(代表)

配達「Yangon Door 2 Door」が担当。上記アドレスにアクセスしてYhet'sと検索してみましょう。1時間~1時間半くらいでホカホカのお弁当が自宅やオフィスに届きます。上記の電話番号にTELするのもOK。日本語だけで完結できます。お店に電話する方法の場合、2時間前くらいにはオーダーするのが理想です。



徹底した衛生管理も家津の魅力。フライヤーは毎日油を抜き、ピカピカに磨いています。

ヤンゴンの老舗和食専門店「家津 鮓&そば」が展開するデリバリー専門店が「家津 Deli Labo」です。コシヒカリをタイから輸入するほか、日本の調味料を使用して無添加にもこだわるなど、本店そのままの高いクオリティの料理を手軽なお弁当スタイルでいただけます。デリバリーエリアが広いのも魅力の

ひとつ。ダウンタウンはもちろん、北は空港付近まで運んでもらえるので、オフィスランチも自宅での夕食にも便利なことこの上なし! 「おいしい和食が食べたいけど雨で外出が億劫……」。そんなときも、スマホひとつあれば、1~2時間程度で大満足の食事が楽しめますよ!

安心の味が勢揃い! 家津お弁当メニュー

カレー	5,800Ks
カレー	味付き半熟卵 900Ks
トッピング	鳥から 1,200Ks
	コロッケ 1,600Ks
	メンチカツ 2,000Ks
	とんかつ 2,400Ks
	エビフライ 2,800Ks

豚生姜焼き弁当	6,900Ks
豚カルビ弁当	7,200Ks
豚角煮弁当	7,800Ks
ネギ塩豚弁当	7,800Ks

とんかつ弁当	8,800Ks
カツとじ弁当	9,200Ks
唐揚げ弁当	7,800Ks

チキン南蛮弁当	8,400Ks
コロッケ弁当	7,800Ks
メンチカツ弁当	8,400Ks

とろろ納豆弁当	7,800Ks
海老野菜炒め弁当	6,000Ks
豚角煮フライ弁当	8,400Ks

そのほか日替わり弁当(6,900Ks)もあり!

「COSTOLETTE DI AGNELLO AL LAMPONI ROSSI」(27\$)。生後12ヵ月以内のラム肉を使った豪華な一皿。この日の季節の野菜はナス。シンプルに調理されていて野菜本来の味が楽しめる



Divino

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



「INSALATA DIVINO」(10\$)。新鮮な野菜にボイルドエッグ、生ハム、メロン、ブラックオリーブを添えた一皿。シンプルなイタリアンドレッシングでどうぞ



「SPAGHETTI ALL ARAGOSTA」(26\$)。カンボジア産のロブスターが豪快にあしらわれたトマトソーススパゲティ



建物を囲む形で庭園が配されたロケーション。室内の調度品や庭園の緑を見ながら優雅な食事を楽しめる

Other Menu	
PIZZA MARGHERITA	7\$
SPAGHETTI ALLA CARBONARA	10\$
CARPACCIO DI MANZO AL PROFUMO DI TARTUFO	12\$
TARTARA DI MANZO	32\$

Shop Data	
☎ 01-525-935/ 09-3031-3888	
🕒 12:00~22:30	
📍 No.61, University Avenue, Bahan Tsp.	
🍷 P24-B1 休なし 駐あり	
🌐 www.divinoyangon.com	📘 divinoyangon

“

雨に煙る庭園を眺めながらの食事はいかが？

”

ラグジュアリーレストランが建ち並ぶインヤー湖周辺。2014年にオープンしたDivinoもその一つで、一軒家の落ち着いた雰囲気の中、極上のイタリアンを楽しめる。まず注目すべきは建物や内装の豪華さ。青々とした芝生が目眩しいガーデンにはテーブルが置かれ、雰囲気は抜群。雨が多い今のシーズンはイタリア絵画がセンスよく配されたダイニングや個室もおすすめです。

イタリアンといえばピザやパスタが思い浮かぶが、こちらでおすすめたのは羊のロースト。オーストラリア産のラム肉はくさみがまったくなく、箸でも切れそうなほど柔らかな食感が魅力。酸味の効いたラスベリソースとの相性は抜群で、添えられた季節の野菜が脇役としてラムの魅力を引き立てている。重要な会食に最適なレストランだが、これだけ豪華な雰囲気と本格的な味ながら、マルゲリータやポモドーロが7\$と、気軽なランチにも便利なのがうれしいポイントだ。

ホッピーが吞めて焼き鳥が美味しい店

新橋横丁

ランチ ALL 5000ks です。

www.shimbashi.com.mm

串カツ お好み焼き たこ焼き 焼きそば
ラーメン 焼き鳥 その他色々ございます。

☎ 01-201-689 / 09-26331-0909

11:00~14:00
17:00~23:00

No(80) 50th Street (Middle Block) Pazundaung Tsp Map ダウンタウンE3

家津

旬の魚を 毎週火・金曜日に 築地より空輸!

本まぐろ(背中)、パフン雲丹、のどぐろ、 毘沙門イナダ、恵比寿あじ、etc..すべて生魚で輸入!

☎ 01-377-212 ☎ 01-382-035
☎ 09-2501-88878(田村)

☎ 11:00-23:00 (L.O. 22:00) <年中無休>

☎ Merchant Rd.(通称コンテナ)と37st.南に入り右手

デリバリー受付中! Deli
定番弁当12種、日替わり弁当、蕎麦屋の出汁カレー、新橋盛合せ、鮎ロールをオフィスやご自宅へ

店舗での受取りは全品1,000ks Off! www.yangond2d.com

武士道

BUSHIDO Japanese Restaurant
Japanese Izakaya(Pub) BUSHIDO

個室有、ご宴会・パーティー承ります

「ミャンジャポ!」見たで
ミャンマービール(生) or
KIRIN ICHIBAN(中生) 1杯 無料!

☎ 09-459-190-088 (ENG, JPN, BURMESE) ☎ 11:30 - 14:30 / 17:30 - 22:00 Closed on Monday

No.75 / AB, Bo Yar Nyunt St., Dagon TSP. bushidoyangon@gmail.com Bushido Japanese Restaurant

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。

ボリューム満点の焼き鳥丼 6,000Ks

手の込んだ綺麗な内装で楽しいひと時を

☎ 09-962-922298 ☎ 11:30~14:00 / 16:00~22:30 Yangon No.15B, Nawaday St'Yangon

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.

新コースメニュー登場! 18\$より
「前菜盛り合わせ、チキンサラダ、だし巻きたまご」「小鉢、豚汁」「シラスのかき揚げ」

「ミャンジャポ!」見たで! お会計より 5% OFF!!!
20名様以上の宴会も可!

BIKKURI SUSHI&SASHIMI

Japanese Restaurant

☎ 09-502-1876
☎ 09-510-8026
11:00a.m - 11:00p.m
No.(76), Nat Mauk Rd., Tamwe Tsp

日本人料理人が創作する日本の味!
日本酒&焼酎34種揃え!
8名個室&32名個室で宴会も!
YangonDoor2Door配達中!

お飲み物価格改定!
お持ち込み料もお得に!

Japanese Restaurant iZUMI

創作和食 いずみ

☎ 09-2609-11585, 09-4211-44386
☎ 11:30 - 14:00 / 17:30 - 22:00 不定休

☎ Tower-A(8G) Diamond Condominium, Pyay Rd., Kamayut Tsp. P24-A2

MANPUKU

TOKYO BBQ DINING

セレブに人気の
日本人料理長が
手がける焼肉店

お得なプロモーションもあり!

TEL:
09-9701-37546
09-830-0426
09-5046-736

ADDRESS:
No.(30), Sagawar Street,
Dagon Tsp.

ダーツ・カラオケ・スポーツ観戦

飲んで! 食べて! 遊べる! お店

円形のバーカウンターを囲む開放的な店内

ランチタイムから 深夜2時まで通して営業!

サッカー日本代表を
大画面観戦
プロジェクターで

8.31 17:05 KICK OFF
ロシアワールドカップ
アジア最終予選
日本vsオーストラリア

代表ユニフォームを
着てきたら、なんと
生ビール
1杯無料!

明太子スパゲティ 13,600Ks

☎ 09-4575-71551 ☎ 11:30~翌2:00(L.O.1:30) P24-C2 ※ダーツは8月導入予定

Room No-(G-1,3) G FL., Building(A), Pearl Condominium, Kabaraye Pagoda Road, Bahan Tsp.

ヤンゴンで 圧倒的に美味しい
小籠包

小籠包 4,000ks 餃子 3,500ks

喜洋洋 水餃子 City Mart 発売中!

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。

「ミャンジャポ!」見たで
お会計より
5%OFF!

☎ 01-502-582 ☎ 09-2502-69706 ☎ 8:00-22:00

No.4, Corner of Nyung Tong Rd. and Baho Rd., Saungchang Tsp.

Savooy
HOTEL - YANGON

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) 1526289, 526298, 526305 F: (+95) 1524891, 524892
E: reservation@savoy-myanmar.com
www.savoy-myanmar.com

香り高いコーヒーと昔ながらの喫茶店の味

Tokyo Tomato Café

東京トマトカフェ

www.facebook.com/tokyotomatocafe

Handcrafted Myanmar's Premium Beef

丹念に育てられたミャンマー産プレミアムビーフ

Porterhouse
Steak . Smoke . Wine

☎ 09-7820-00165 🕒 10:00～23:00 🍷 なし 🍷 あり
📍 No.80, Kanbawza Street, Shwe Taung Kyar Ward(1) Bahan Tsp.
📱 PorterHousemyanmar

DIVINO
ITALIAN RESTAURANT

Reservation 01-525-935, 09-303-13888
Opening Hours 12:00 to 22:30

Address No. 61 University Avenue Bahan Tsp.
Map P24-B1 📱 divinoyangon/facebook.com

タウンボーカラターチャツ

Shan State Traditional Food

日本人も懐かしさを覚える
シャン州の味

☎ 09-4424-67754
🕒 7:00 - 22:00
📍 No 31, Shin Saw Pu Rd., Sanchaung Tsp.
📧 loisamsip16@gmail.com 📱 loisamsip

Yangon

☎ 00-1370-177, 00-9964-370177
📍 People's Park Compound, Ahlone Rd., Dagon Tsp.
📧 info@theyangonrestaurant.com
www.theyangonrestaurant.com

Mon-Fri Lunch / 12:00pm - 3:00pm
High Tea / 2:00pm - 5:00pm
Dinner / 6:00pm - 11:00pm

Sat-Sun Brunch / 10:30am - 4:00pm
Dinner / 6:00pm - 11:00pm

緑に囲まれた優雅な空間で
大切な人におもてなしを

古き良き「喫茶店」で
極上の自家焙煎コーヒーを

TOKYO COFFEE Cafe & Bar

☎ 09-7995-91562 / 09-7791-22846
🕒 Cafe 7:00 - 23:00 🍷 P24-A3
Bar 11:00 - 23:00
📍 Pa/25 Padonmar St., Shinsawpu Quarter, Sanchaung Tsp.

L'OPERA

Italian Restaurant & Bar (since 1997)
62D, U Htun Nyein Street, Mayangone Tsp, Yangon

VISA MasterCard JCB MPU Wi-Fi operayangon

☎ 09 7303 0755

OSAKA OHSHO
JAPANESE RESTAURANT

Hot Line: 09 26275500

Tamwe店(1号店)
No.(256), Kyaik Ka San St, (Coner of Thadi Pahtan St, Kyaik Myaung), Tarmwe Township, Yangon, Myanmar.
Tel: 09-258-6766-11 MAP: P25-D3

Yae Kyaw店(2号店)
No.(73), Yae Kyaw Street, Pazuntaung Township, Yangon, Myanmar. Tel: 09-258-6766-22
MAP: P27-E2

Dagon店(3号店)
(Inside the Compound of Yangon International Hotel)
No.(330), Ahlone Road, Dagon Township, Yangon, Myanmar. Tel: 09-258-6766-33
MAP: P26-B1

大阪王将
OSAKA OHSHO

Happy Hour 毎日14:00～18:00

ギョーザ(12個)ご注文で
ギョーザ(6個) or
KIRIN ICHIBAN(1杯)

無料

MAKOTO REAL ESTATE SERVICE

あなただけの **お住まいを探します!**

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。

最新情報をアプリでチェック
物件情報満載

親切丁寧 信頼と実績 絶賛営業中! 新居転居

MYANMAR A&K Company Limited

お問合わせはこちらから!

MAKOTO REAL ESTATE SERVICE
Myanmar A&K Co. Ltd.

☎ 09-7952-54325 担当:有友(ありとも)
☎ 09-4217-44136 日本語対応可

No.361, 4th Floor, Bo Aung Kyaw Street, Kyauktada Tsp. makoto.ent@kk-trs.jp www.myanmar-home.com

MAJESTIC
CUSTOM TAILOR

Yangon Majestic Tailorで
タイの職人が手がける
オーダーメイドスーツを

193, Bo Myat Tun Road(middle block),
Botahtaung Tsp., Yangon, Myanmar.
Ph: + 959 77 4400 181 map: P27-E3
+ 959 96 4400 181
www.majestictailoring.com
info.majestictailoring@gmail.com
fb.com.majestictailoring

ミャンジャボを見せると
仕立て代金から
10%OFF

Fisherman Curry

おすすめ!
フィッシャーマンズカレー 8,000Ks

Shin Saw Pu Branch
Tel: 09-969-910406, 09-431-25152
No.(77/C), Shin Saw Pu Rd., Near City Mart (Myaynigone),
Windsor Garden Housing, San Chaung, Yangon.

Wayzayandar Branch
Tel: 09-969-910408, 09-261-451439
No.69, Wayzayandar Rd., Near Aungmye Traffic,
Industrial Zone, (8) Ward, South Okkalapa, Yangon.

Parami Branch
Tel: 09-969-910407, 09-730-36990
No.16, Corner of Parami Rd., and
West Maykha St, Mayangone, Yangon.

မင်းလမ်း ရေငါးဖိုဖိုစားရုံ
Min Lan Traditional Seafood

The Best Restaurant in Yangon

油控えめ、化学調味料不使用、
コレステロールフリー。
安心、安全のお食事を
心ゆくまで堪能ください。

Padonmar Restaurant
Fine Dining Myanmar & Thai Cuisine

www.myanmar-restaurantpadonmar.com

OPEN 11:00 a.m. - 11:00 p.m. TEL 09-7302-9973 / 09-7310-8608 / 09-7324-2410 / 09-540-9469 ADDRESS a.105/107,kha-yue-bin road,dagon tsp yangon

当レストランの料理は
すべて健康に配慮しています。

Yangon Yangon

ヤンゴンで唯一無二の
夜景があなたを癒す

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

シェエ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

VINTAGE LUXURY
YACHT HOTEL

Back to the year 1920 in 30 seconds as a King....

No.6, Botahtaung Jetty, Near Botahtaung Pagoda, Seikkan Township, Yangon 11162, Myanmar. Tel: +951-9016332-9016335,
+959-250846974. Email: info@vintageluxuryhotel.com, www.vintageluxuryhotel.com, Facebook: Vintage Luxury Yacht

CORRIANDER LEAF BRANCHES

CORRIANDER LEAF INDIAN FAMILY DINING
BUILDING No. 12, AHLONE ROAD,
YANGON INTERNATIONAL
HOTEL COMPOUND,
YANGON, MYANMAR.
PH : 01-2302069, 09-43185008

CORRIANDER LEAF RESTROPUB
No. 312/A,
EAST SHWEGONEDAING ROAD,
BAHAN TOWNSHIP, YANGON,
MYANMAR.
PH : 01-548647

CORRIANDER LEAF STAR CITY
UNIT No. 53, WING (C),
BUILDING A-5, STAR CITY,
THANLYIN ESTATE DEVELOPMENT,
KYAIK KHAUK PAGODA ROAD,
YANGON, MYANMAR.
PH : +9505623150-3, EXT : 1309

CORRIANDER LEAF BANQUET HALL & CATERING
BUILDING No. 12, AHLONE ROAD,
YANGON INTERNATIONAL HOTEL COMPOUND,
YANGON, MYANMAR.
PH : 01-2302069, 09-43185008

SHIVA SHAKTI RESTAURANT
No. 17, STREET 63, KHAN CHAMKARMON,
SANGKAT TONLE BASAC, PHNOM PENH,
CAMBODIA.
PH : 01-2813817

www.cORRIANDERLEAF.COM

Bring this coupon to get 20% Privilege Card

OWA Travel & Tours
One World Alliance

旅行チケット
レンタカー
パッケージツアー

Tel : 09 450 2222 03/4/5/6
owatour@gmail.com
www.owatravel.com
275A/13, Yankin Road,
In front of Golden City,
Yankin TownShip, Yangon,
Union of Myanmar.

日系建築デザイン事務所
godai DCM
www.godaidcmmyanmar.com

designed
OUTER ROOM Pearl Condo
HIMARI Pearl Condo
THE WEST Pearl Condo
The JAPAN BRAND SAKURA TOWER
TOKYO LOVE STORY 32nd ST
and more, restaurant office residence...

担当: 松田
TEL 09-2618-83118 MAIL e298148@gmail.com

photo : OUTER ROOM Pearl Condo

ヤンゴン・シュエ・スタイル

Yangon Shwe Style

ヤンゴン在住の地に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!



28

野菜、果物、植物どこで買う?

yangon shwe style 情報局員: Bonita, らつこ, Yuppi, tabby, ゆり, koma, 棕櫚舞, Lucu, Choco

スーパーの青果はなかなか入荷時期も質も安定しません。
家に観葉植物を置きたいけれど、どこで買えばいい?
今日はそんなショッピングに関するお悩みに答えます。

★野菜はゼイ(市場)の方が新鮮

スーパーで販売される野菜は常時ストックされていなかったり、品質がよくなかったりとまだまだ安定していないヤンゴン。シュエスタイルメンバーは、ヤンキンゼイやレーダンゼイなどの市場で購入している人も多いようです。朝9時くらいまでに行くと新鮮で種類も豊富だそう。有機野菜にこだわるならば日本大使館の向かいにあるGo Green(MAP P25-C3)やgreenhill(MAP P24-C1)、デリバリー専門のmya(<http://www.myachemicalfree.com/index.php/en/>)があります。ただ、有機野菜の基準が日本よりもあまいという話や虫が多い傾向にあるのが悩ましいところです。

残留農薬等が気になる場合は、シティマートなどで販売されている野菜洗浄用のホタテパウダーや、野菜洗浄用の洗剤などで洗う方法もあります。1%濃度の塩水で洗うだけでも効果が有这样的なので、残留農

薬が多いといわれる葉菜やきゅうり、トマトなどを生で食べたいときは試してみてもいいかもしれません。

★果物は旬を知って買うべし

果物も市場で買う方が新鮮なものが手に入ることが多いようです。暑季はマンゴー、乾季はザボンやイチゴなどが旬なので、やはりその時期に買うとおいしいですよ。アパートによっては数名で集まって地方のフルーツ農家からイチゴなどを共同購入している人もいるそう。新鮮でおいしいものが安く手に入るそうなので、うらやましい限りです。ミャンマー人が声掛けして人を集めていることもあるようなので、近所付き合いも大事ですね。

★植物は定番のもつから南国ならではののもつまで

ランの小さい鉢植えはマーケットプレイスなどでも販売していますが、いろんな植物か

ら選びたい場合は、バハンランとカバーエーパヤーランが交わる日本大使館の斜向かいの入口のある植物店が多く集まるエリアがオススメ。手前にペットショップ、奥へ進んでいくとランの専門店やバラの専門店、観葉植物の専門店、鉢専門店などが並びます。日本でも馴染みのあるアジサイやポインセチア、赤色が鮮やかなアンスリウムから南国ならではのマンゴーの木やサボテンまで、何をかうか迷ってしまいそう。観葉植物と鉢を買うと、土なども詰めて家まで宅配してくれるサービスもあるようなので、購入の際はお店の人に聞いてみてください。日本よりもリーズナブルな値段で購入できるのも魅力です。

スーパーもだいぶ充実してきましたが、ヤンゴンではまだまだゼイの存在が大きいですね。今まで行ったことがなかった方もぜひこの機会にチャレンジしてみてください。朝6時くらいから9時くらいまでに行くのがオススメです。





テラスあり

- L'OPERA
- 蓮 サヤサン本店
- TRITON
- GOLDEN SEAFOOD
- MY FRIENDS
- WIN STAR
- SHWE KAUNG 2
- LE PLANTEUR
- ECLIPSE

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

個室があるお店

- 家津 鮎&そば
- いずみ(iZUMI)
- 匠家
- 鎌倉
- L'OPERA
- 鎌倉マリーナ
- 四季亭
- ふるさと
- 蓮 カンドーチ
- OTAKE
- 築地 天ぶら黒川
- OUTER ROOM

SHWE KAUNG HOT POT (NANATAW RD.)

ルーフトップバー

- YANGON YANGON / SKY BAR / VISTA BAR
- ATLAS ROOFTOP BAR & LOUNGE
- BONANZA GASTRO BAR
- COCOON CAFE AND BAR
- MIAMI GRILL & BAR
- PIANO BAR & GRILL, HOTEL PARAMI
- "ROOF ALCHEMY" / THE SPACE BAR
- HUMMINGBIRD / HOTEL MILA NOA

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
- OUTER ROOM

食べ放題あり

- まんぶく 2号店
- THAI POT
- SHABU SHI

お酒が充実

- 家津 鮎&そば
- いずみ(iZUMI)
- 蓮 カンドーチ / 鐵完
- 鎌倉 / 四季亭
- 鎌倉マリーナ
- 築地 天ぶら黒川
- OUTER ROOM



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(ティンゴンチュンを除く)	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ンまで	平日 9:30~19:00	📌 あないも's Kitchen
築地 天ぶら黒川	09-2534-40001	ダウンタウンからMICTパークまで	平日 10:00~12:00	

※AWAのお弁当は上記アドレスにメールを送信するとメニューがもらえます。

詳細な情報は「厳選お役立ちページLIST」42Pを参照!

月極めレンタカーサービス

運転手付き

ベトナムで20年以上の実績を誇るレンタカーサービスをミャンマーでも展開

LOGITEM MYANMAR なら

確実な定期車両

メンテナンス!

LOGITEM MYANMAR なら

運転手の安全運転マナー

徹底教育!

LOGITEM MYANMAR なら

万一のトラブルにも

迅速対応!

LOGITEM MYANMAR なら

運転手は

英語可!

半日~のスポット利用でも
お気軽にお問い合わせください

LOGITEM MYANMAR CO., LTD.
No.27, Thu Nandar Street, Thu MingalarHousing(1),
Sa/Thu Mingalar Ward, Thingankyun Tsp.

担当 ☎ +95-9-4543-63626 (濱田) ☎ +95-9-2504-08926 (Ms.Mon)
✉ k_hamada@logitem.co.jp ✉ lmcoffice@logitemmm.com

ティラワ発はもちろん ミャンマー国内輸送は お任せ下さい!

MANDALAY

YANGON

ドアツードア
毎日定時の
混載トラック便!

Head Office

Building (K), Room 1, Pyi Gyi
Mingalar Truck Station, Mandalay
TEL: 094 2566 0400

YANGON Branch Office

No.3 Highway Rd, Thiri Yandanar Market, Room
CC2-32, 33, North Okkalappa Township, Yangon
TEL: 094 5777 0480

焼きナスのサラダ

カヤンティートゥー

~速水先生の~
ミャンマー料理健康レシピ



- 1 フライパンを熱し、中火でナスを焼く。焼く面を変えながら、全体にまんべんなく火が通るように焼き、焼けたらお皿などに乗せて冷ましておく。
- 2 玉ねぎを薄くスライスし、水にさらしてザルに上げて水を切る。
- 3 1の皮を剥いて、食べやすい大きさに手で割く。
- 4 2と3を和えて、ピーナッツオイル、白ごま、和風だし、塩を加えて味を調えたらできあがり。

材料

3人分

ナス	2本(150kcal)	白ごま	大きじ3杯(156kcal)
玉ねぎ	100g(35kcal)	和風だし	小さじ1杯(7kcal)
ピーナッツオイル	大きじ1と1/2杯(166kcal)	塩	適量

合計 514kcal(1人分 171kcal)

ワンポイントアドバイス

ミャンマーでは、日本のナスより大きな長ナスや米ナス、生食できるものなどいろいろあり、緑、白、紫などカラーも色々あり。表面にハリやあざがあるものが新鮮なので、おすすめです。



速水 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・木・土曜日の10~13時。お子さん連れの参加が可能で、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。600kcalに抑えた日替わり弁当も好評発売中です。

“大人の料理教室”開催

毎月最終日曜日の15時からは、お酒と料理込みで20ドルの大人の料理教室も開催。男女問わず参加いただけます。

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

思わず人に教えたいくなるあのお店

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6回

Anya Ahta

ミャンマーの各地域から仕入れた
新鮮な素材が持ち味

店名のアンニャアターは直訳すると「田舎流」という意味。その名の通り、こちらのお店では肉や豆などはもちろん、食用油まで地方から仕入れて、田舎の素朴な味わいを再現しています。お店のオーナーはヤンゴンでアートギャラリーを運営する方なので、店内の雰囲気も抜群。若手アーティストの絵画を見ながら、おしゃれな食事を楽しめます。

こちらでぜひ食べてほしいのがやさしい味わいのチキンスープ「ジェ・ガラ・タヒン」。自然でのびのびと育った鶏肉は噛みしめると肉本来のうまみがジュワッと滲み出てきます。各種ハーブやニンニクの香りが効いていて、ちょっと疲れたときに食べれば元気が出てきそうな一品です。

ジェ・ガラ・タヒン(ミャンマー風チキンスープ) 3,000ks



大きな鶏肉がゴロゴロ入っているお値段は格安！
ライムを絞ってサッパリとした飲み心地もおすすめです。

အရသာရှိသော

☎ 09-7788-81413

📍 No.136,37th Street(middle block), Kyauktada Tsp.

🕒 10:00~22:00 📶 P27-D3 🚫 無し 📞 無し



小皿料理「アンニャー・タミンワイ」(左上/3,000Ks)とスープ、ごはんを混ぜるのが通



天井が高く開放的。ミャンマーの風景絵画が雰囲気を演出している



場所はダウンタウンの37ストリート。ビジネスパーソンのランチ需要にも応えられます

必携!

本格的な雨季が到来!

ヤンゴン浸水マップ

今年も市内全域の 広い地域で浸水が発生 一方で排水速度が 上がったという声も

雨季もいよいよ本格化し、数メートル先の視界が遮られるような激しい雨も増えてきた。毎年この時期になると気になるのが、道路の浸水だ。車で水溜りに突っ込むと、最悪の場合、豪雨のなかで立ち往生ということも考えられる。

例年ミャンジャポでは、ヤンゴン全域の浸水状況をマップで紹介していたが、今年はさらに詳しく、「シュエダゴン・パゴダ周辺～インヤール湖」と「ダウンタウン」の詳細浸水マップもリリース。より細かい情報を知り、社用車やタクシーのドライバーと共有してほしい。

それでは、右にある全域マップから見てみよう。市北部で浸水が激しいのがヤンキンだ。このエリアは毎年浸水が激しいことが有名で、多くの箇所で浸水が確認されている。

「シュエダゴン・パゴダ周辺～インヤール湖」を見てみると、どこのタウンシップもまんべんなく浸水が起きている。西から見てみると、ヤンゴン川沿いのパホ通りの浸水が激しいことがわかる。日本人が多く住むバハン周辺は、インヤール湖がほぼ全期間浸水注意地域。さらに東のタムエで注意すべきは、タメインパヤン通りだ。このページに掲載している写真はこの通りで撮影されたもので、膝下くらいの浸水が頻繁に発生する。

一方、ダウンタウンマップを見てみると、日系企業が多く入っているスーレーパゴダ付近の浸水はそこまで激しくない。注意すべきは川沿いのカンナー通りやダウンタウン東のマノバンドゥーラ通り周辺。交通渋滞が激しいエリアでもあるので、大雨の際は通行を避けるなどの対処が必要だ。



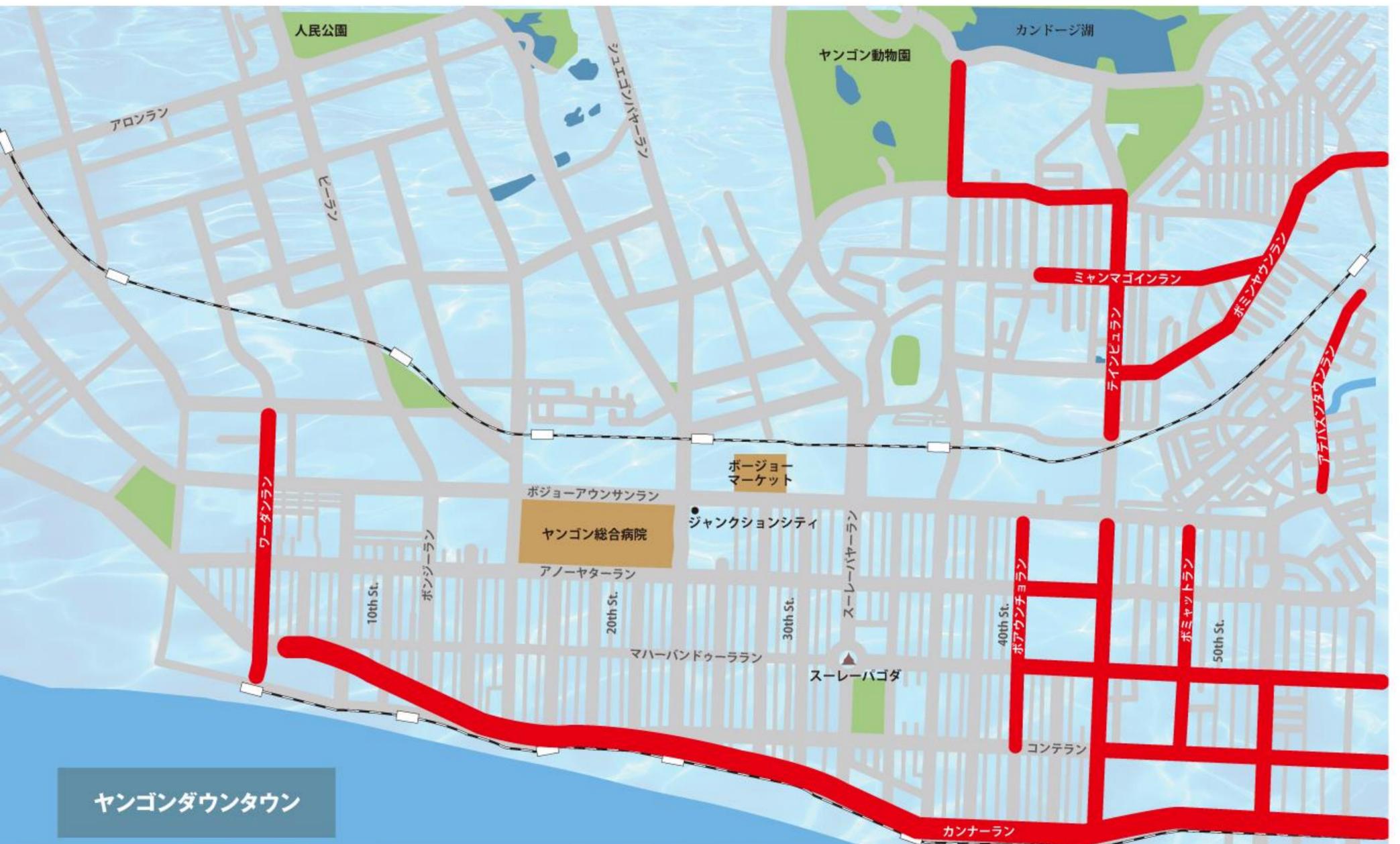
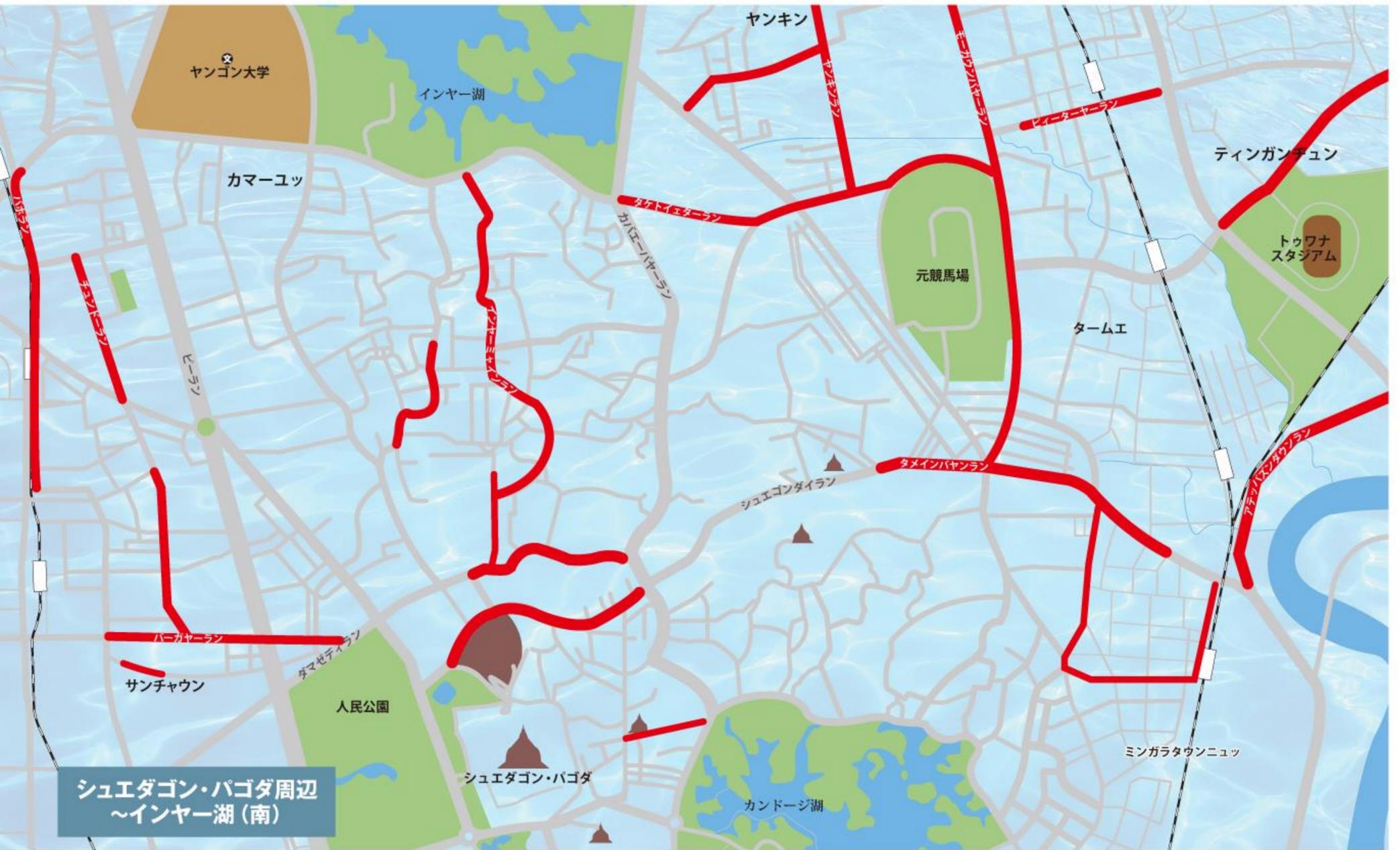
注意してほしいのは、このページで紹介している浸水地域は特に浸水が酷い地域ということ。足首くらいまでの浸水ならばあらゆる地域で起こるものと理解してほしい。

毎年不便を強いられる浸水だが、明るい兆しも見えてきている。雨季前に市内各所で側溝のゴミを取り除く工事が行われたこともあり、ミャンマー人からは

「昨年までは一度水没すれば数時間はそのままだったのが、今年は数十分で排水された」という声もある。また、ヤンゴン管区政府のピョー・ミン・テイン首相は、世界銀行から受けた融資を元に、1億米ドルをかけ、今年の雨季明けから浸水対策工事を行うことを発表した。こうした取り組みが実を結び、近い将来このページを掲載する必要がなくなることを切に願う。



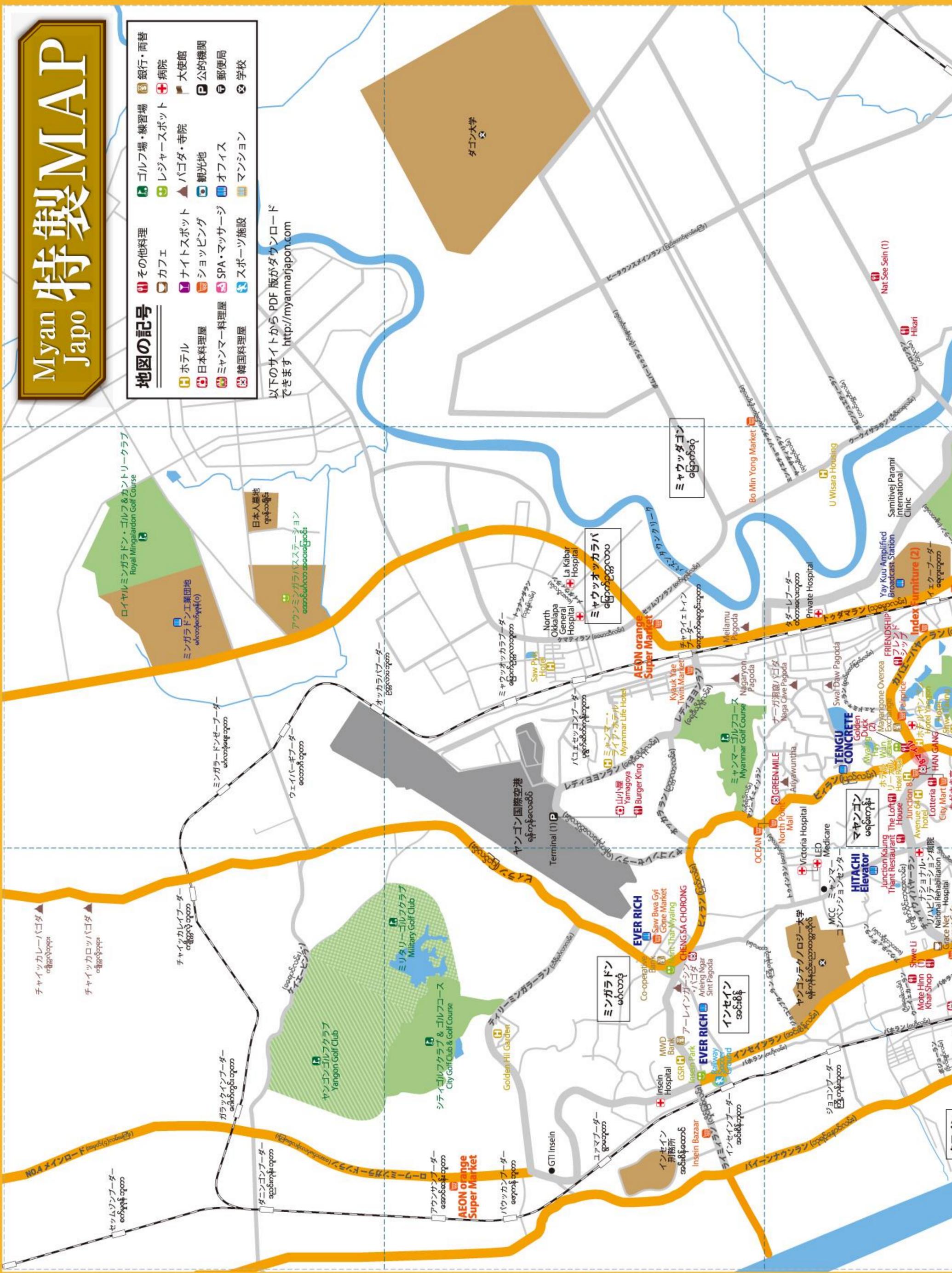
浸水が頻発するタメインパヤン通り。膝下まで水に浸かっているが、撮影後15分程度で水がひいた



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
 - 🏨 ホテル
 - 🏪 ナイトスポット
 - 🏯 パゴダ・寺院
 - 🏛️ 大使館
 - 🇯🇵 日本料理屋
 - 🛍️ ショッピング
 - 🌅 観光地
 - 🍷 ミヤンマー料理屋
 - 🛀 SPA・マッサージ
 - 🏢 オフィス
 - 🇰🇷 韓国料理屋
 - 🏋️ スポーツ施設
 - 🏠 マンション
 - 📧 郵便局
 - 🎓 学校

以下のサイトからPDF版がダウンロードできます
<http://myanmarjapo.com>



C

B

A

2

1

1

2



**タクシ-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-ダー」とはミャンマー
語で駅 (Station) のことを



ヤンゴン(ランダ-ン)全域 Yangon (Rangoon)

©MYANMAR JAPON CO., LTD.
MAPの無断転載を禁じます

A B C

3

4

5

3

4

5

シュエダゴン・パゴダ周辺
～インヤー湖(南)

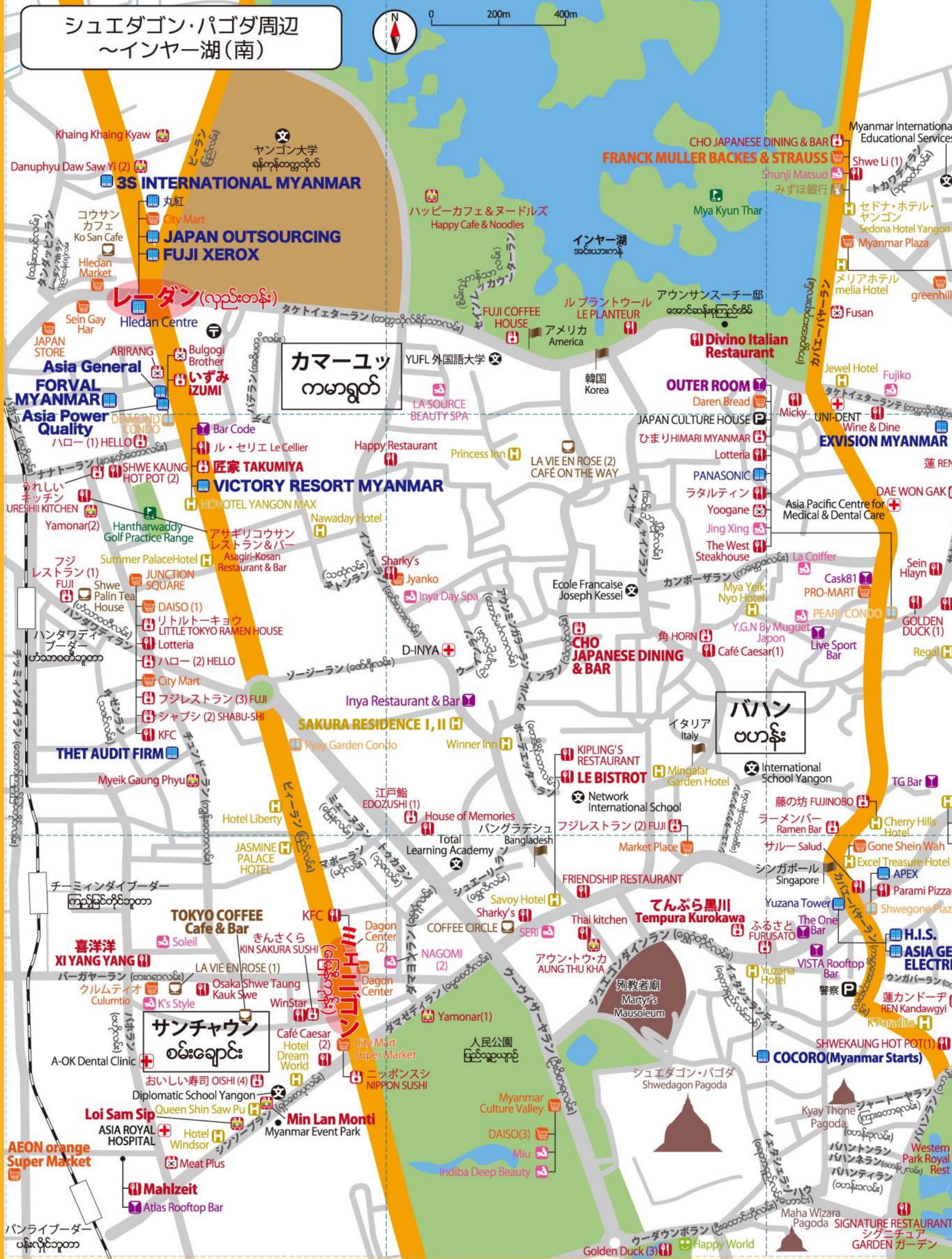


0 200m 400m

1

2

3



カマーユツ
ကမာယုတ်

ババン
ဟဟန်း

サンチャウン
ဝမ်းချောင်း

ヤンキン
ရန်ကင်း

ティンガンヂェン
သက်န်းကျန်း

タームエ
တာမွေ

ミンガラタウン
မင်္ဂလာတောင်ညွန့်

チャウミヤウン
(ကျောက်မြောင်း)

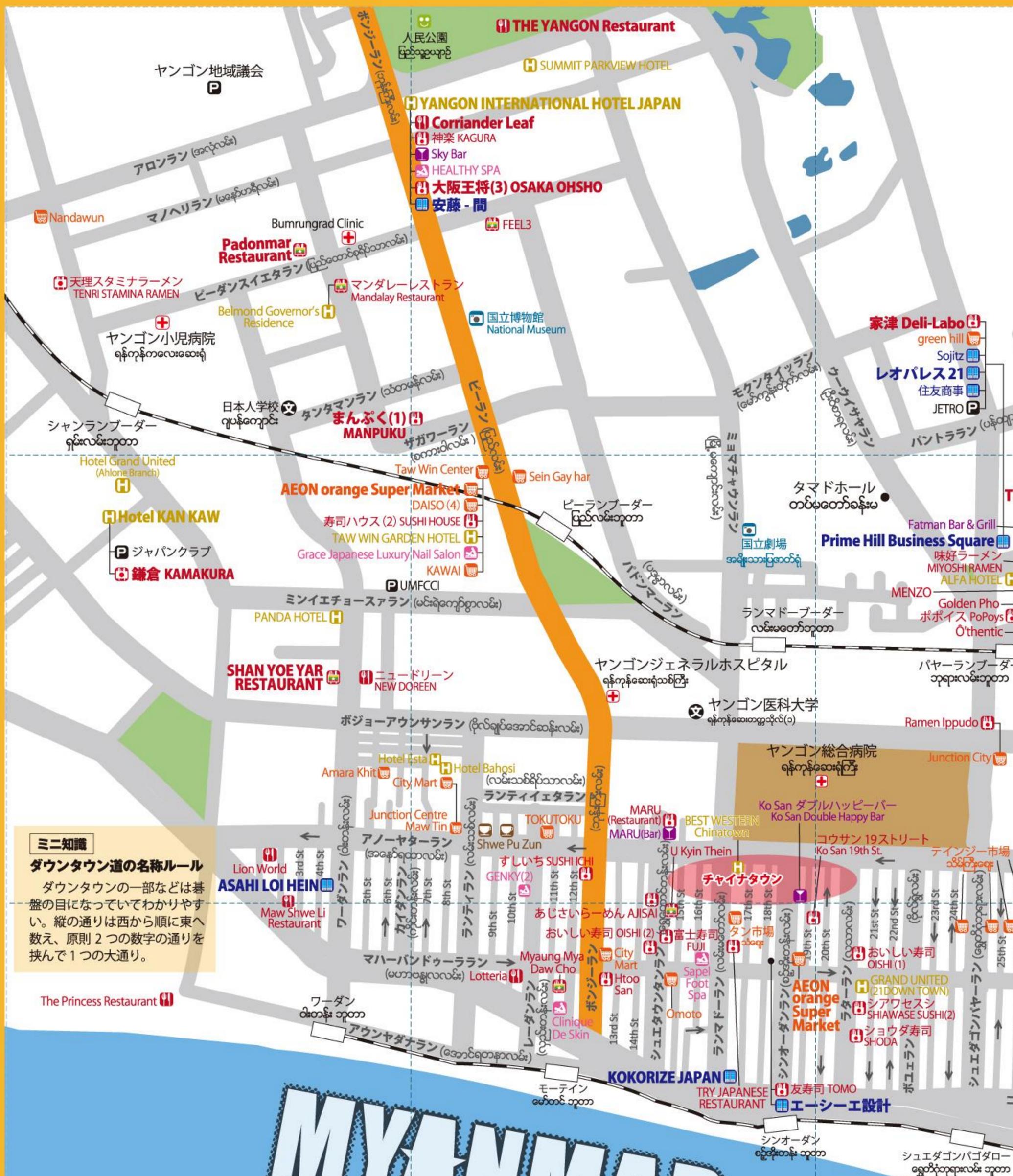
HITACHI SOE ELECTRIC &
MACHINERY

NICE MYANMAR TRAVEL & TOURS

UCHIDA YOKO
(Royal Modern Furniture)

AEON orange
Super Market
The JAPAN BRAND



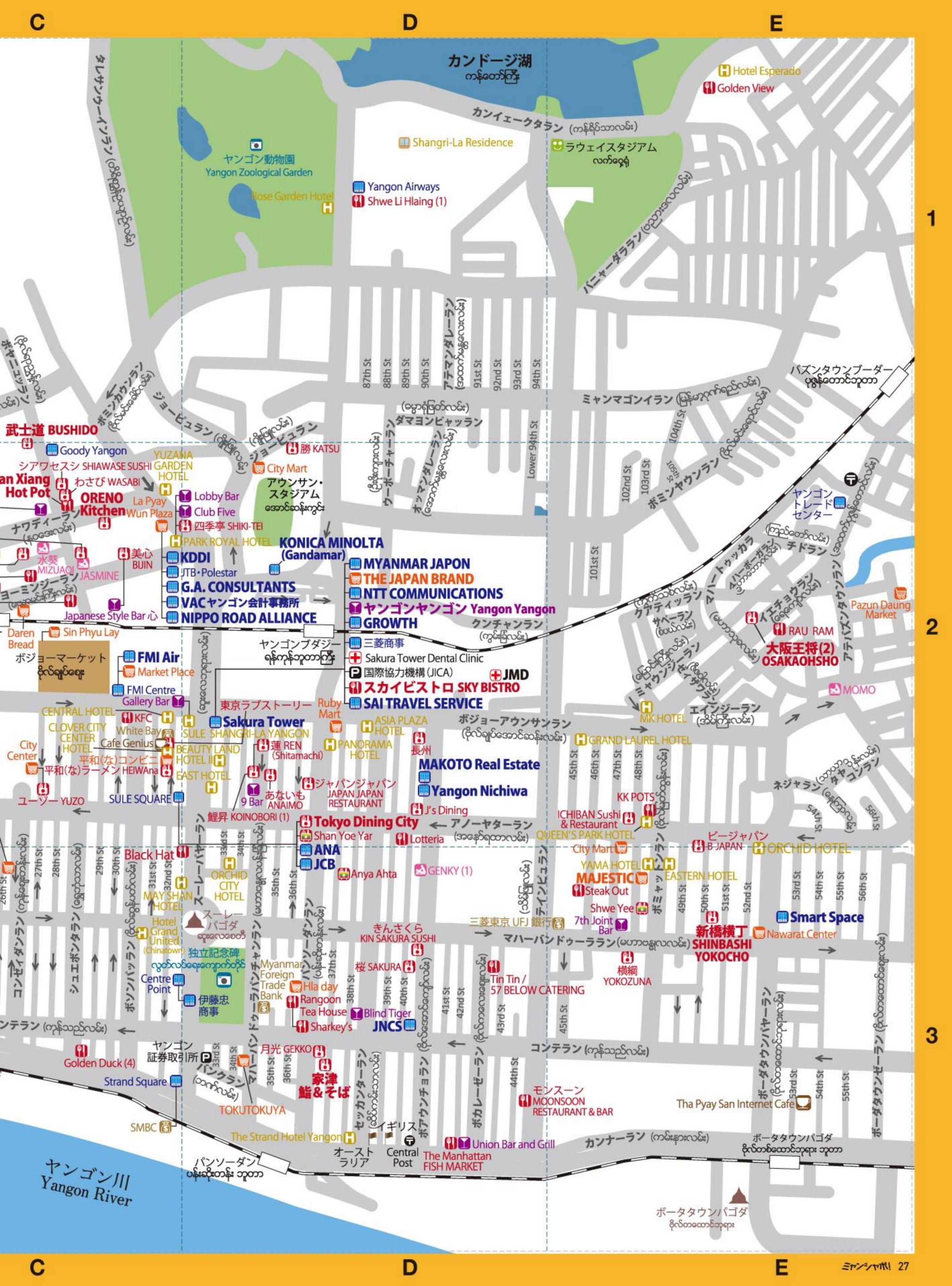


ミニ知識
ダウンタウン道の名称ルール
 ダウンタウンの一部などは基盤の目になっていてわかりやすい。縦の通りは西から順に東へ数え、原則 2 つの数字の通りを挟んで 1 つの大通り。

ヤンゴンダウンタウン
 Downtown of Yangon

© MYANMAR JAPON CO., LTD. MAP の無断転載を禁じます





C

D

E

1

2

3

C

D

E

A

B

1

2

3

ナレイ カンター エコリゾート
Ngalaik Kan Thar Eco Resort

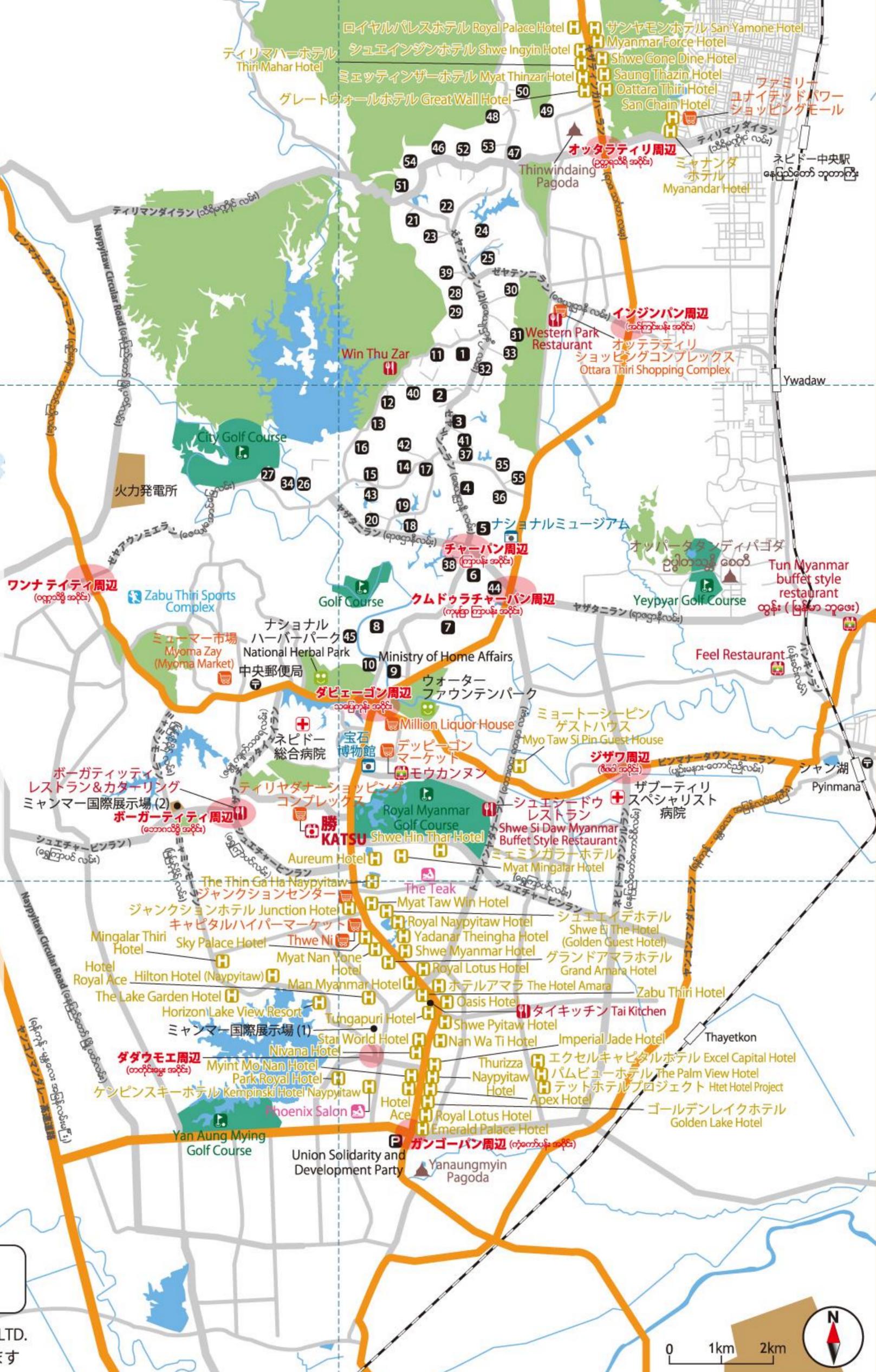
官公庁所在地一覧

建物番号は、住所等の表記に用いられる。

建物番号	名称
1/32	計画
2	通信
3/52	経済貿易
4/47	健康保険
5	運輸
6	エネルギー
7	情報
8	警察庁
9	外務省
10/45/49	内務省
11/40	建設
12	会計監査院
13	文部
14	大統領府
15/43/50	農業灌漑
16	協同組合省
17	公共サービス委員会
18	政府庁舎
19	鉱山省
20	議会事務局
21	科学技術
22	選挙管理委員会
23	社会福祉・救済
24	国防
25	司法長官事務局
26/34	財務
27	第2電気
28/39	環境保護・森林組合
29	鉄道省
30	第2工業省
31	宗教・スポーツ
33	ホテル観光
35	文化
36	畜水産
37/41	第1工業省
38	電気
42	国境
44	天然資源
46	内部収益
48	入国管理・人口統計
51	労働・採用・社会保障
53	電気・環境保護
54	最高裁判所
55	中央銀行

ネピドー
NAY PYI TAW

©MYANMAR JAPON CO., LTD.
MAPの無断転載を禁じます



A

B

ティンガンチュン
သင်္ကန်းကျွန်း

渡辺企画
City Mart

タケタ
တာဂကတ

Asia Point Sea View Restaurant
Yangon Water Boom

Asia Point Bowling Center

Star City

City Mart

江戸鮓 Edozushi(2)

焼肉深川 Yakiniku Fukagawa

鯉昇 Koinobori(2)

蓮 Ren (2)

DULWICH COLLEGE YANGON

タンリン
သန်လျင်

WH Hotel

チャイカウパゴダ

ティラワ経済特区

MYANMAR KINAN

MJTD

DIAMOND RENTAL MYANMAR

ティラワ地区港

ティラワ周辺
Thilawa

©MYANMAR JAPON CO., LTD.
MAP の無断転載を禁じます

0 5km



ダゴン橋

タンリン橋

ヤンゴン川

1

1

2

2

3

3

A

B

日本で話題のエンタメニュース!



これさえ読めばトレンドがわかる!

著作権の都合上、表示することが出来ません

著作権の都合上、表示することが出来ません

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

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。昨季の日本プロで4年ぶりにツアーに復帰。今後は競技ゴルフを再び目指す。フリー

パッティングの大原則は

手首を使わない

パッティングにスタイルなし、といわれるように、ゴルファーによってグリップ、アドレス、ストロークは異なる。しかしスタイルが変わっても必ず守らなければならないことがある、と伊澤はいう。それはストローク中に手首を使わないことだ。

手首を使うと距離感が合わない!

グリップエンドをへそに向けてそのままストロークする

ストローク中に手首を使うと、パンチが入ったり、オーバースピンがかかりすぎる。そのため、振り幅によって距離感をコントロールできない。では、どうするか。

インパクトの強弱で距離を合わせるのはNG

パッティングにおいて最も大切なことは距離感です。アベレージゴルファーでパッティングの精度が低い人は距離感が身につけていないといえます。曲がるラインでも、距離感を把握していな

ければ、曲がり幅を計算できません。プロ、アマ関係なくパッティングの得意な人は、極端にカップをオーバーしたり、ショートすることがありません。それは距離感を調節するのは、振り幅であることを知っているからです。

単純に5メートル、10メートル、20メートルに合わせた振り幅を体得する

だけで、3パットの回数は明らかに少なくなります。私が見る限り、振り幅で距離感を調節しているアベレージゴルファーは多くありません。ほとんどがヘッドスピードとインパクトの強弱で距離感を出そうとしています。また、振り幅で距離を調節しようとしても、ストローク中に手首を使ってしまうため、正確な

距離感を出すことができていません。距離感を身につける第一歩としては、ストローク中に徹底して手首を使わないことです。腕だけでパターを操作するのではなく、肩の回転と連動してパターを動かしましょう。グリップエンドが常に自分のへそを向いているようにストロークしていれば、手首を使ったストロークにはなりません。

プロのパッティングはカップを過ぎると急にブレーキがかかったように止まるのはなぜか、とよく聞かれますが、それは手首を使っていないからです。手首を使うと、ボールにオーバースピンが余計にかかるので、いつまでもガラガラと転がっていくので気をつけましょう。



テークバックで手首を使うと予想以上に大きく上げてしまい、イメージよりも強めに打って距離が出てしまう

フォローに向かって手首を使うと、ボールに必要な以上にオーバースピンがかかって転がりすぎてしまう

テークバックではアドレスでつくった肩と腕の五角形を崩さないようにヘッドを上げる。インパクト後も肩と腕の五角形を崩さなければ手首を使わない

手首を使わない感覚を知るには、一度アドレスした後に上体を起こし、グリップエンドを自分のへそに向けてまっすぐ体を左右に動かしてみよう。肩の回転だけでヘッドが動くことを理解できるはずだ

ジョーダン・スピースが明かした! ボクのインパクトは変じゃない!

最新号 配信中

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!

記事内容および著作権は、(株)パーゴルフに帰属します。©PARGOLF 2017 Printed in Japan

レッスンの続きは **アプリ** で **今すぐ上達!**

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

バックナンバーも購入可能

2017年2月14日号

無料お試し版

定期購読は割安です!

期間は選べる4タイプ

3か月なら 33% オフ

1年なら 47% オフ

定期購読状況

定期購読状況: 未購読

有効期限: -----

申込日: -----

定期購読の申込

1ヶ月	¥1,400
3ヶ月	¥3,500
6ヶ月	¥6,800
1年	¥11,400



MYANMAR JAPON BUSINESS

ミャンマービジネス 必携の一冊!

効果 抜群

MYANMAR JAPONの広告

ミャンマーのビジネスマン支持率No.1メディアといえ
ば、「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
目度は抜群。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!



ティラワ経済特区マップが完成! MJビジネスは製造業を応援します!

①ミャンマー初、ティラワ経済特区マップ!

ミャンマーでの情報誌では初となるティラワ経済特区(SEZ)マップを掲載中。稼働・建設中の
企業名が一目でわかる便利さが特徴です。ヤンゴン市内からの行き方も明記。今後益々発展
する同SEZの注目は高く、マップ周辺の広告出稿も募集中です。

②ティラワSEZ進出企業をクローズアップ!

現在79社が進出しているティラワ経済特区のゾーンA。そして、ゾーンBの開発も始まり、すでに
3社が契約するなど同SEZは急激に成長中です。工場を稼働したら次に着手するのは、進出
の告知。日系企業が必読する弊誌で強みをPRしてください!

【問い合わせ】 tel. 094-5828-3816(下山) E-mail. info@myanmarjapon.com

レンタカー、国内旅行のことなら!!



ミャンマー国内にて日本企業の皆様に各種サポートを提供しています。

- 運転手付きハイヤーの月極め契約、短期手配どちらでも対応可
- 工業地区等へのハイヤー、マイクロバスでの送迎
- ミャンマー国内での各種イベントのサポート(企画・立案・手配等)
- ミャンマー国内でのWiFiルーターのレンタル

Golden Support Service Co., Ltd. | support@goldensupportservices.com | http://www.goldensupportservices.com



ミャンマー国内旅行を企画、手配等日本の皆様に提供しています。

- ホテル、航空券、日本語ガイド、専用車、他各種全国手配可能

Nice Myanmar Travels & Tours | operation@nicemyanmartravel.com | http://www.nicemyanmartravel.com

※まずは日本語にて、メール・お電話でお問い合わせ下さい。

☎ 事務所 (+95) 1-2330435 (+95) 1-571066
 ☎ (+95) 95021985(代表:ニートウェ) (+95) 9448333287(担当:三浦)
 📍 BUILDING 28/C, ROOM(D2), KYAUKKONE STREET, YANKIN TOWNSHIP, YANGON.

これは便利!これで安心!

バンコクに
行って帰ります。
そんなあなたに
ぜひおすすめ!

土日もOK!

旅先健診

ご家族全員でぜひどうぞ!

出張時や特別休暇のタイミングこそ、健康診断のチャンスです。
バンコク随一の日本人向け総合病院で、快適&有効的に受診しましょう。

人間ドックメニュー

男性向けドック	男性1 (25~34歳)	9,200THB
	男性2 (35~49歳)	13,600THB
	男性3 (50歳以上)	16,500THB
女性向けドック	女性1 (25~34歳)	12,000THB
	女性2 (35~49歳)	18,400THB
	女性3 (50歳以上)	19,500THB
胃カメラ/大腸カメラオプション	胃カメラ検査 (のどスプレー)	7,800THB
	胃カメラ検査 (鎮静剤)	9,500THB
	胃+大腸カメラ検査 (鎮静剤)	24,500THB

診断は日本人医師が担当 (勤務は月・火を除く毎日)

検査結果は堀川真由香医師が日本語でご報告します。もちろん、質問ご相談も日本語でどうぞ。さらに院内には日本語通訳者が20名以上在籍していますので、検査中もコミュニケーションの不安や言葉のストレスはありません。

完全予約制ですので、お電話、FaxもしくはEmailでお申し込みください

電話番号が変わりました
Tel +66-20-222-334
Fax +66-20-222-336
Email: japan@samitivej.co.th

サミティヴェート病院スクムビット
健康診断予約センター(平日8時~17時)
詳細はウェブサイトをご覧ください
www.samitivejhospitals-jp.com

詳細な検査項目表、オプション、予約受付状況、注意事項などをウェブサイトに掲載しています。

Totally, Truly Care

020-222-222
www.samitivej.com

サミティヴェート スクムビット
SAMITIVEJ SUKHUMVIT



ミャンマーの大使夫人と記念撮影

♪愛読ありがとうございました これから音楽の制作に集中します

先月、日本で一般社団法人日本ミャンマー友好協会の総会パーティがありました。ミャンマーの古くからの伝統舞踊を楽しめたり、ミャンマー大使ご夫妻ともお話できる貴重な機会でした。ミャンマー・ジャポンの永杉社長の講演もあり、リアルなミャンマーを知りたい日本人が大勢集まりましたね。

そして、光栄なことに私もミャンマー語の曲を歌わせていただき、目の前のミャンマー人が一緒に口ずさんでくれて、笑顔になってくれる瞬間が何より至福の時でした。

日本でも、年間を通してミャンマーのお祭りが数多くあります。春の水掛け祭りにはじまり、秋にはダディンジュ、



“すわじゅん”の 歌い手奮闘記

Junko Suwa

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、悲喜こもごもの日記

少数民族のお祭りなど、ミャンマー料理や文化が日本でも味わえる貴重な時間です。ミャンマーからも有名な歌手を呼び、皆で大合唱することもある特別な日。最近では、日本人の参加も増え、多くの人がミャンマーに注目しています。

さらに先月末のお話ですが、私のミャンマーでの活動の中で大きな夢の一つ叶いました。ミャンマーのテレビ局主催のワンマンコンサート(ミャンマーではワンレディショーといいます)をさせていただきました。ミャンマーではこれまであらゆるコンサートに参加しましたが、単独公演は初めてで、本当にエキサイティングな時間でした。ミャンマーと日本を繋ぐ活動に益々力が入ります。

そして、いつもこの記事に目を通してくださっている読者の皆様へ、勝手ながら月末から制作期間に入るため、



少数民族のパーティにて

これを最後に執筆をお休みさせていただきます。これからも引き続き、ミャンマーでの活動は、FacebookやHPにもアップしていきますので、チェックしていただけましたら幸いです。

またコンサートでもお会いできるのを楽しみにしております。今までありがとうございました。



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始め始める。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>

💬 ミャンマーで出産はできますか？

大雄会・伊藤先生が丁寧に解説！

ミャンマー

医療事情



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@myanmarjapan.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関わり、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



基 本的にミャンマーでの出産はお勧めはしません。明らかに新生児の死亡率が高いからです。その数値は、日本に比べて20倍ほど。場合によっては、新生児のみならず、母体を救うこともできません。2013年ユニセフの統計によれば、5歳未満児死亡率でミャンマーは世界で50位。日本は185位です。いかに危険かは推して知るべしです。

仮に緊急帝王切開となったとき、「ミャンマーで手術を受けたいですか?」ということになりますよね。出血にともなう輸血も必要なことが多いですが、多大なリスクは拭えません。

基本的にミャンマー人は、占いを信じることからあらかじめ曜日を指定し、帝王切開で生むことが多いとされていま

す。無理やりでも帝王切開にした方が医師にとってもお金が入りますから、実際はそうすることが多いようです。

また、自然分娩は技術的にどこまで高いのかわかりませんし、ヤンゴン市外だと、おそらく産婆さんが立ち会いで出産しているはず。しかし、それでは緊急事態のときには母子ともに危険にさらされます。

一旦トラブルが起きたら、そこから搬送は不可能ですよ。仮に出産間際で何か起きたときに「この病院では対応できない」と言われ、その後搬送されるリスクを考えたら、とても賢明とは思えません。仮に私の身内でミャンマーで出産するといえば止めますね。この地での出産はリスクとしかいいようがありません。

A リスクです。おすすめはしません

VICTORIA HOSPITAL

Index Furniture Center By Prime
 info@primelivingmall.com
 www.primelivingmall.com

**No.1 BRAND
 IN THAILAND**



KABARAYE BRANCH
 No. (54/B), Kabaraye Pagoda Road, No. (8) Ward, Mayangone Township,
 Near Nawaday Junction, Yangon, Myanmar. +959 785 800 800

SHWEGONDAING BRANCH
 No. (520/A), Kabaraye Pagoda Road, Kominkochin Ward, Bahan Township
 Near Shwegonedaing Junction, Yangon Myanmar +95 9 783 800 800

Index furniture

日本式管理の車と運転手をお届けします。

日本の本社は**オリックス**
レンタカーのフランチャイジー

日本式教育の運転手
 (日本語か英語にて入社試験実施)

信頼の車選びと毎日の始業前点検
トヨタ認定サービスステーションでの定期点検

ご納得いただける価格
 での提供



タステック・ 滝口 ☎ 092-5383-7411 ✉ kazutaki5133@gmail.com
ミャンマー Su Wai Kyi ☎ 09-505-8289 ✉ suwaikiy@gmail.com

本社
 東京都天王洲アイルパークサイドビル1階
<http://www.tastech-renta.co.jp/>

ミャンマービジネスの成功は、
情報が命。

成長著しいミャンマーで事業を興したいという
 企業様を支援いたします。
 法人登記から、オフィスや工場開設、
 人材雇用から事業の周知まで、
 現地No.1日本語情報誌の
 「ミャンマージャポン」だからできる“フルサポート”。

アドバイザー基本契約 (US\$500 / 月)

会社設立申請無料!

※商社・建設・教育関連などの
 上場企業をはじめ個人企業まで、
 幅広くご利用頂いております

ミャンマージャポンは、中小機構の海外展開パートナー・東京商工会議所の国際展開アドバイザーです

MJ MYANMAR JAPON
<http://myanmarjapon.com/support.html>

まずはお気軽に
 お問い合わせください

✉ **info@myanmarjapon.com**

Yangon Heritage

1824年から1937年の間、ミャンマーはイギリス領インド帝国の一州として統治されていた
今もヤンゴンに残る統治時代の貴重な建造物を「ヤンゴンヘリテージ」として紹介する

vol.15 Maha Bandula Park



一際目を引くオベリスクのデザインは、シティホールの設計も手掛けたミャンマーの建築家シス・ユー・ティンによるもの



天気の良い日には多くの方が芝生でくつろいでいる。休日にはイベント開催も多い



ほかのアジア圏と同様に、ライオン(チン・ディ)が守り神として鎮座する

都会のオアシスにそびえる独立と国民融和の象徴

スーレーバゴダ付近には、シティホールなど本連載でも紹介した古い建造物が多く立ち並んでいる。建物が所狭しと並び、ともすると混沌としがちな街並みと一線を画しているのがマハバンドゥーラ公園だ。

元々沼地だったこの土地は1867～68年にかけて整備が行われ、英国統治政府2代チーフコミッショナーであるアルバート・フィッチの名前を冠してフィッ

チ・スクエアと名付けられた。1896年にはヴィクトリア女王像が公園の中心に置かれるなど、統治政府の威光を知らしめる場所としての役割も担っていた。しかし、愛国主義的思想の高まりに配慮し、統治末期の1935年からミャンマーの歴史的偉人の名前を冠した「マハバンドゥーラ公園」へと改称。独立後には女王像がイギリスに返還され、その場所には、ミャンマー人

が手掛けたオベリスクがそびえることになる。

オベリスクをよく見てみると、1本の太い塔の周囲を小さな7本の塔が囲むデザインになっていることに気付くはずだ。これはカチンやシャンなど、ミャンマーの7つの州を表したものだ。長い統治時代を経て、国民がひとつになろうという意志を表したこの塔の下には、今日も老若男女を問わず多くの人々が集っている。

☞ address, Between the Maha Bandoola Rd., & Merchant Rd., Kyauktada Tsp. Map:P27-D3 ☜

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。



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!の ミャンマー語教室

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。MYANMAR JAPON人材紹介・不動産仲介部門を担当。



ミャンマーでの生活に欠かせない車での移動
交渉から社用車まで実践的な使い方をレクチャー

◎ タクシー&社用車編 ◎



LESSON! タクシーで
使える!

往復なら
いくらですか?

アトワ アピャン
ソ ベラウレー

အသွားအပြန်ဆို ဘယ်လောက်လဲ

1日なら
いくらですか?

タヤッコ ベラウレー

တစ်ရက်ကို ဘယ်လောက်လဲ

お釣りは
ありますか?

ピャンアングエ
シラー

ပြန်အမ်းငွေ ရှိလား

ゆっくり運転
してください

ピェピェ マウンバー

ဖြည်းဖြည်းမောင်းပါ

ここで降ります

ディマー スインメ

ဒီမှာဆင်းမယ်



目的地は
この辺りです

トワチンダーガ
デナーラウペー

သွားချင်တာက ဒီနားလောက်ပဲ

信号の前で
停めてください

ミーポイン マヤウキン
ヤッペーパー

မီးပိတ် မရောက်ခင် ရပ်ပေးပါ

交差点を
越えてから
停めてください

ランソウン チョーピー
ヤッペーパー

လမ်းဆုံကျော်ပြီး ရပ်ပေးပါ

LESSON!

3

交渉で
使える!

値段が
高いです

ゼーチャーデー

ဈေးကြီးတယ်



そんな金額を
言われたのは
初めてです

ゼーエラウ アミヤージ
タウンター パタマ ゾンペー

ဈေးအဲ့လောက်အများကြီးတောင်းတာ ပထမဆုံးပဲ



安くして
ください

ゼー
ショペーパー

ဈေးလျှော့ပေးပါ

LESSON!

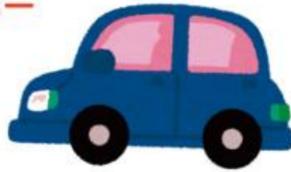
2 社用車で 使える!



ここで待っていてください

ディマー サウネパー

ဒီမှာစောင့်နေပါ



数字

1	ティツ	တစ်	6	チャウ	ခြောက်
2	ソニツ	နှစ်	7	クソニツ	ခုနှစ်
3	トウン	သုံး	8	シツ	ရှစ်
4	レー	လေး	9	コー	ကိုး
5	ソガ	ငါး	10	タセー	တစ်ဆယ်

11 セツティツ ဆယ့်တစ်

20 ソナッセー နှစ်ဆယ်

100 タヤー တစ်ရာ

1,000 タタウン တစ်ထောင်

1,500 タタウンッガーヤ ထောင်ငါးရာ

2,000 ソナタウン နှစ်ထောင်

2,500 ソナタウンッガーヤ နှစ်ထောင်ငါးရာ

3,000 トウンタウン သုံးထောင်

10,000 タターウン တစ်သောင်း

●分ぐらいかかります

●ミニツ ラウ チャーメ

● မိနစ်လောက်ကြာမယ်။



(お金を渡して)

これで何か
食べてきてください

ダーネ タクク サーケーパー

ဒါနဲ့တစ်ခုခုစားခဲ့ပါ။



今日はこれで
終わりです

ディネートー ディラウパーバー

ဒီနေ့တော့ဒီလောက်ပါပဲ

明日は
休んでください

マネッピャン ナーバー

မနက်ဖြန်နားပါ



●時頃に
戻ってきます

● ナーイ ラウ ピャンラーメ

● နာရီလောက်ပြန်လာမယ်။



明日●時に家(会社)に
来てください

マネッピャン ●ナーイ マー
エイン(ヨー)コ ラーケーパー

မနက်ဖြန် ● နာရီမှာအိမ်(ရုံး)ကိုလာခဲ့ပါ



もう帰っていいです

ピャンロ ヤーパービー

ပြန်လို့ရပါပြီ



●チャットなら
乗ります

●チャツ ソ シーメ

● ကျပ်ဆိုစီးမယ်

●チャットで
お願い!

●チャツ ターバー

● ကျပ်ထားပါ

通常だと●チャットで
行くことができます

ポンマンソー ●チャツ ネー
トワロ ヤーデー

ပုံမှန်ဆို ● ကျပ်နဲ့သွားလို့ရတယ်

ほかにタクシーは
いくらでもあるので
結構です

タチャー タクシ
ペ ソガ-ライトーメ

တခြားတက္ကစီပဲငှားလိုက်တော့မယ်





※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

ヤンゴンどさんご会

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と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います!奇数月の第2金曜開催中です。

✉ aomori.yangon@gmail.com

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おります。現状のところ、不定期に集まって食べ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@jfe-eng.co.jp (江場)

✉ yatsu@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、飲み会を開催しております。少しでも興味がございましたら、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、美味しい料理を食べながら故郷の事やビジネスの事など大いに語り合しましょう。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

6月27日(火)に、第36回県人会を行いました!アットホームをモットーに毎月開催しております!毎月メール発信される埼玉豆知識も好評です!少しでも埼玉県と関わりのある方、是非ご連絡ください!

✉ 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?千葉県会もおかげ様で1周年を迎えます!第8回千葉県会は9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)

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、新潟の地酒や珍味で盛り上がりませんか?ご興味のある方も大歓迎です!寡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?年に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。

✉ yuriko19871014@gmail.com (村上)

ヤンゴン大阪人会

6月23日(金)に大阪人会を「OUTER ROOM」にて開催しました。今回も飛び入り参加頂いた方を含め約30人集まりお盛り上がりでした。今回はちょっとお洒落な雰囲気でしたが、最後はお決まりの「六甲おろし」を全



員で合唱♪いやー楽しかった!次回は9月頃に開催予定です。連絡待ってまっせ~!

✉ 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々等々。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る方、興味のある方は遠慮せんと一度連絡くださいね!(横山)

✉ hiroaki.yokoyama1979@hotmail.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、6月に第18回懇親会を開催しました。次回の第19回懇親会は9月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。福岡市とヤンゴン市は日本・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っております。次回は2017年9月30日(土)に懇親会を実施しますので興味のある方はお気軽にご連絡ください。焼酎、飲むパイ!



✉ furusawa@nnr.co.jp (古澤)

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@globalthink.jp (瀬戸山)

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も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ご連絡ください。

✉ kurita.k888@gmail.com (栗田)

如水会ヤンゴン支部 (一橋大学同窓会)

お蔭様で会員数もグングン増加中です!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)

3/5に家族バーベキューを行ってからは日経が経ってしまいましたが、近々第4弾を開催したいと思っております。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、留学生も交えて懇親会を行っています。OB/OGの皆さん是非、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?



✉ junta_kaneda@mec.co.jp (金田)

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)

ミャンマー立教校友会

会員募集しております。立教大学卒業生・在學生の方、これから目指す方など、お気軽にご連絡下さい。見よ見よ立教~、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・在學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)

ヤンゴン法友会 (法政大学)

法政大学卒業生、法政附属高校卒業生、在學生など法政大学にゆかりのある方、お気軽にご連絡ください。まだまだ人数は少ないですが、上は60台から下は20台まで様々な年代、色々な職種の会員が集まっており、年齢差や立場を超えて親睦が図れます。2ヶ月に1回程度、親睦会を開催しておりますので、是非ともご参加ください!

✉ 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しております。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。ミャンマー人元留学生との交流も開始しました。卒業生、在學生、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、在學生、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-mm.com (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)

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。会員数も着実に増えております。皆様の連絡をお待ちしています。

✉ ryo_haraguchi@mm.smbc.co.jp (原口)

関西学院大学OB・OG会

関学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。異国の地で是非親睦を深めましょう!

✉ tsuzaki.motohiro@gmail.com (津崎)

ヤンゴン戸陵会厚木高校同窓会

「剛健・真剣・勤儉」を志とした相州健児、厚高OB会を8月下旬に開催します。ぜひ、ヤンゴンで軽く一杯!飲みましょう。出張者や短期滞在者も大歓迎です。

✉ nagasugi@icloud.com (永杉)



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。

✉lio889411@gmail.com(八重樫)

ヤンゴン湘友会(湘南高校同窓会)

先日、有志7名で第三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。

✉ye.ayuko@gmail.com(飯島)

ヤンゴン桐蔭学園会

大阪でも和歌山でもなく神奈川の桐蔭学園の同窓会です。先日、有志8名で第一回の同窓会を行いました。今後も定期的に開催する予定ですので、卒業生や関係者の方はお気軽に御連絡下さい。御連絡をお待ちしています。

✉shimoda.satoshi@gmail.com(38期下田)

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?

✉yukow.harashedule@gmail.com(若松)

G-NABU会ゴルフ

皆さん雨季の時こそ

GOLFですぞ(^◇^)

G-NABU会は怪しい会では

ありません。明るく楽しく

元気よくをモットー

に昼夜問わず活動する健全な

会です。6月に開催された第

43回月例コンペでは旭化成の

金子さんが3回目の優勝を

達成されました。さあ次の

優勝者は誰かな。毎月1回

の月例杯及び毎週日曜日には

練習会を開催。老若男女、う

まい下手問わず会員募集中。

まずはメールをお待ちして

おります。

✉y_wada@just-fashion.co.jp(和田)

ヤンゴン剣道部

剣道部(JMCC)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)

毎週日曜日に日本人学校

で活動しています。フ

ラッグフットボールはアメ

フトの戦略性はそのま

まに体当たりを除いて誰

でも楽しめるようにしたス

ポーツです。「思考判断力」「

コミュニケーション力」「協調

性」が育つとされ、日本の小

学校の授業にも取り入れられ

ています。経験・年齢・性別

は不問、ジュニアチームもど

んどん上手くなっています!

✉hisakazu.maeda@mm.panasonic.com(前田)

ヤンゴン野球の会(サムライズ)

雨季でも野球は休みません!野球ができなければ、バスケットやバドミントンなど、フットワーク強化に勤めます。毎度恒例の海外遠征も予定しています。海外遠征といつてもあくまで草野球。みなさま、お気軽にご参加ください!!

✉haga@growth.bz(芳賀)

ヤンゴン・ゴールデン・エレファント(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、マネー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晩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-mm.com(田中)

バスケットボール部

Let's BB!!

窓口:益満 ☎09-250955500

✉masumitsu@village.ne.jp

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(小島)

ヤンゴンテニスクラブ

私達は毎週土日15時からテンピューテニスコートで活動しています。初心者・中上級者に分かれて活動しますので、ビギナーの方も是非ご参加下さい!

✉yangontennis@gmail.com(新谷夢)

ヤンゴン混声合唱団

【団員募集】週に一回、大きな声で歌いましょう!老若男女、初心者経験者共に大歓迎。発声練習で元気一杯、健康増進。古典合唱からJポップの合唱版他があなたをお待ちしています。毎週土曜日15:00～16:30。於、日本人学校。

✉yangon.chorus@gmail.com(合唱団事務局)

ヤンゴン吹奏楽愛好会

毎週土曜17時～

19時30分日本人

学校にて練習、懇

親会も行ってい

ます。9月末の演奏

会に向けて全パ

ート新規団員大募

集中!初心者・経験者問わず大歓迎です。

ご興味のある方はお気軽に見学にいらして下さい!

✉ygnbrass@gmail.com(中村)

ヤンゴン赤ヘル会

当会では、「広島東洋

カーブ」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やゴルフも開催しております。

✉nobitanerv@gmail.com、homma@kurihalant.co.jp(本間)

シェエカン鍋食卓

雨の日々が続き、体調を崩してはいませんか?また、睡眠不足や食生活が乱れがちになっていませんか?そんな時には、鍋をつつきながら、栄養を十分に補給し、みんなで和気藹々と話しあい、楽しい時間を過ごしましょう。毎週水曜日、18:30にナトウランシェエカンホットポットでお待ちしています。

✉ryotakeishi@outlook.jp(武石)

ヤンゴン人狼(カードゲーム)の会

ミャンマーで遊びの選択肢を増やしたい方、一緒に人狼をやりましょう。相手の表情を見て、本心か否か言葉を取り、雰囲気を感じ取り嘘を見抜くゲームです。お気軽にご連絡ください。

✉tofunway@gmail.com(大澤)

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)

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。住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。毎回ご参加者も増えており、仕事・所属に関係なく、笑いの絶えない時間を過ごしております(今後も月1回程度、ご飯会・ゴルフなどで交流を)。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!ご連絡をお待ちしております。

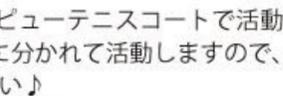
✉tkata.myn@gmail.com(片岡)

ミャンマー・ラオス会

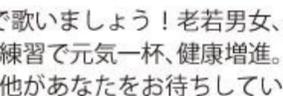
ラオスにゆかりのある方、興味がある方、ラオスを理由に飲みたいだけの方も歓迎!旅行を予定されている方も是



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。



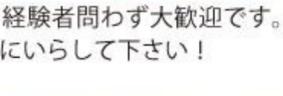
私達は毎週土日15時からテンピューテニスコートで活動しています。初心者・中上級者に分かれて活動しますので、ビギナーの方も是非ご参加下さい!



【団員募集】週に一回、大きな声で歌いましょう!老若男女、初心者経験者共に大歓迎。発声練習で元気一杯、健康増進。古典合唱からJポップの合唱版他があなたをお待ちしています。毎週土曜日15:00～16:30。於、日本人学校。



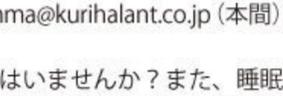
毎週土曜17時～19時30分日本人学校にて練習、懇親会も行っています。9月末の演奏会に向けて全パート新規団員大募集中!初心者・経験者問わず大歓迎です。ご興味のある方はお気軽に見学にいらして下さい!



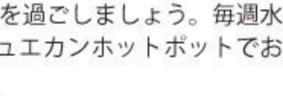
当会では、「広島東洋カーブ」を愛するメンバーが月に1度集まり、和気あいあいと交流しています。広島県にゆかりのある方も大歓迎。お気軽にご参加ください。不定期でパブリックビューイングやゴルフも開催しております。



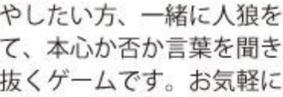
雨の日々が続き、体調を崩してはいませんか?また、睡眠不足や食生活が乱れがちになっていませんか?そんな時には、鍋をつつきながら、栄養を十分に補給し、みんなで和気藹々と話しあい、楽しい時間を過ごしましょう。毎週水曜日、18:30にナトウランシェエカンホットポットでお待ちしています。



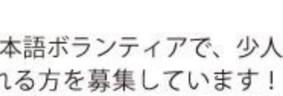
ミャンマーで遊びの選択肢を増やしたい方、一緒に人狼をやりましょう。相手の表情を見て、本心か否か言葉を取り、雰囲気を感じ取り嘘を見抜くゲームです。お気軽にご連絡ください。



じわじわと人が増えているスターシティ。住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。毎回ご参加者も増えており、仕事・所属に関係なく、笑いの絶えない時間を過ごしております(今後も月1回程度、ご飯会・ゴルフなどで交流を)。お気軽にご連絡をお待ちしております!!



「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!ご連絡をお待ちしております。



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)

一番会

ヤンゴン駐在員の憩いの場で、心の拠り所だった「一番館」さんが20年の歴史に幕を下ろして早半年。そこにに行けば誰かに会える、そんな場を楽しみに毎日通っていた人々は今どうしているのか?そんな思いから常連客だった方々で「一番会」が発足しました!月に一度集まり伝説の店一番館での思い出を語り合っています。

✉ichibankai2016@gmail.com(せきや・かとう)

ヤンゴン日本語教師会

日本語教育に関わりのある方や興味のある方の集まりです。毎月、食事会と学習会を行っております。ご興味のある方はぜひ一度ご連絡ください。

✉yangon.nihongo@gmail.com(鈴木・郡司)

ミャンマー若手会

月に一度のペースで懇親会を開いております。学生、出張者、ヤンゴン在住の方、いろんな業界の若手の方々とお交流しております。ご遠慮なくふるってご参加ください!!

✉toshiya1350@gmail.com(千葉)

平成三年の会

ニッチすぎるが故の募集!!来たれ!

✉mt.shimo7@gmail.com(下山)

日本ミャンマーカルチャーセンター(JMCC)

ミャンマー駐在OB会

新しいメンバーも増え、和気あいあいとした楽しい会にしていきたいと思ひます。日本でクラスを受講していなくても、ご縁が少しでもある方は、気軽にご連絡下さいませ。

✉keytamura@gmail.com(田村)

JICA ボランティア会

JICA ボランティアの経験者やボランティアや各国のエピソードにご関心がある方、ミャンマー情報交換などを含めて皆さんで盛り上がりませんか?ついに30回の開催を超えました。緩くやっていきますのでお気軽に!

✉honmaruru@hotmail.com(本田)

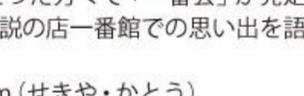
ミャンマー龍馬会

日本を代表する侍、坂本龍馬を愛する方、土佐藩出身の方、高知にゆかりのある方や興味のある方お気軽にご連絡ください!初回のためメンバーが集まり次第発行します!

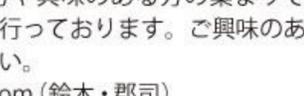
✉acrossokd@gmail.com(岡田)



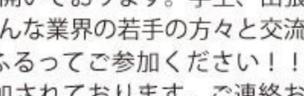
ヤンゴン駐在員の憩いの場で、心の拠り所だった「一番館」さんが20年の歴史に幕を下ろして早半年。そこにに行けば誰かに会える、そんな場を楽しみに毎日通っていた人々は今どうしているのか?そんな思いから常連客だった方々で「一番会」が発足しました!月に一度集まり伝説の店一番館での思い出を語り合っています。



JICA ボランティアの経験者やボランティアや各国のエピソードにご関心がある方、ミャンマー情報交換などを含めて皆さんで盛り上がりませんか?ついに30回の開催を超えました。緩くやっていきますのでお気軽に!



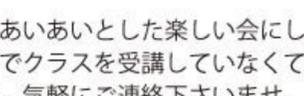
日本を代表する侍、坂本龍馬を愛する方、土佐藩出身の方、高知にゆかりのある方や興味のある方お気軽にご連絡ください!初回のためメンバーが集まり次第発行します!



日本を代表する侍、坂本龍馬を愛する方、土佐藩出身の方、高知にゆかりのある方や興味のある方お気軽にご連絡ください!初回のためメンバーが集まり次第発行します!



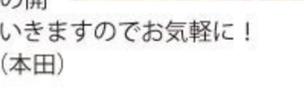
日本を代表する侍、坂本龍馬を愛する方、土佐藩出身の方、高知にゆかりのある方や興味のある方お気軽にご連絡ください!初回のためメンバーが集まり次第発行します!



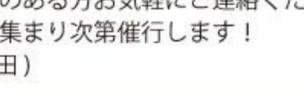
日本を代表する侍、坂本龍馬を愛する方、土佐藩出身の方、高知にゆかりのある方や興味のある方お気軽にご連絡ください!初回のためメンバーが集まり次第発行します!



日本を代表する侍、坂本龍馬を愛する方、土佐藩出身の方、高知にゆかりのある方や興味のある方お気軽にご連絡ください!初回のためメンバーが集まり次第発行します!



日本を代表する侍、坂本龍馬を愛する方、土佐藩出身の方、高知にゆかりのある方や興味のある方お気軽にご連絡ください!初回のためメンバーが集まり次第発行します!



日本を代表する侍、坂本龍馬を愛する方、土佐藩出身の方、高知にゆかりのある方や興味のある方お気軽にご連絡ください!初回のためメンバーが集まり次第発行します!

お知らせ・その他

一般社団法人日本ミャンマー友好協会

46年の歴史がある一般社団法人日本ミャンマー友好協会(本部・東京)では、親善大使に黒宮ニイナさんを迎え日本の会員を募集しています。

http://www.jmfa.or.jp/tokyo/

日本人会ゴルフ大会参加者募集

毎月第3週日曜日にYGCで歴史と伝統のゴルフ大会を開催しております。お気軽にご参加下さい。ご参加希望の方は日本人会登録完了後に下記連絡先へご連絡下さい。

✉ryoichisenba@gmail.com(幹事:仙波)

ミャンマー・ファミリー・クリニックと菜園の会(MFCG)

ミャンマー・ファミリー・クリニックと菜園の会(MFCG)は、2012年に設立され、2015年からミャンマーの僻地タウンミヤで医療(巡回診療と手洗いなどの保健衛生指導)と家庭菜園レベルで有機作物栽培の指導を行うことで、地元の住民の自立に寄与しています。ヤンゴンなどで活動に賛同し、募金箱を設置して頂けるお店と一緒にボランティアをしていただける方を募集しています。ご連絡お待ちしております!

✉myanmarfcg.info@gmail.com(名知)

写真も大歓迎 投稿募集! 8/11 締切! ✉ post@myanmarjapon.com

- 「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字以内に原稿をまとめ上記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応じて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)
- 誌面スペース等の都合上、原稿に手を入れさせて頂くことがあります。また、過去1年以内に活動実績がない、あるいはコミュニティの性質等が本コーナーにふさわしくないや弊誌が判断する場合は、掲載をお断りさせていただきます。
- 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。

厳選 お役立ちページ LISTING

※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 7 月 15 日時点のもの)。

【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

☆…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)
📍…JCB カードのご利用可能な店舗 (一部優待割引あり)
🍷 KIRIN …KIRIN ICHIBAN ドラフトビール取扱い店舗

グルメ・飲食店

日本料理

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, Kyitekan Rd, Tamwe Township, Yangon
☎ 09-250437706 ☺ 10:00~19:00 土日曜休

家津 鮎&そば **MAP P27-D3** 🍷 KIRIN
No.57, Ground Floor, 37th Street (Lower Block), Kyauktada Township, Yangon
☎ 01-377212 / 01382035 ☺ 11:00~23:00 (L.O.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

Ramen Ippudo **MAP P26-C2** 🍷 KIRIN
Unit No.504, Level-5, Junction City, Corner of Bogyoke Aung San Road & Shwedagon Pagoda Road, Pabedan Township, Yangon
☎ 09-9978717685 ☺ 日曜 - 木曜 9:00~21:00 金・土曜 9:00~22:00 無休

うれしいキッチン (URESHE 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) KIRIN
(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 P25-C2**
No.28-A), Kokine Summit Pool Street, Bahan Township, Yangon
☎ 01-546633 ☺ 10:00~22:00 無休
(4) **MAP P24-A3**
No.77-B, Shinsawpu Street, Sanchaung Township, Yangon
☎ 01 510205/01 510206 ☺ 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 P25-C3** 🍷 KIRIN
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 P28-A2**
No.164), Theriyadanar Shopping Complex, Zabutheri Township, Naypyitaw
☎ 067-421368, 09-253227579 ☺ 10:00~14:00/17:00~21:00 日曜休

鎌倉 (KAMAKURA) **MAP P26-A2** 🍷 ☆
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** 🍷 KIRIN
(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 (KOINOBORI)
(1) **MAP P27-D2** KIRIN
No.285), Bandoohla Panchan Street, Upper Block, Kyauktada 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

琥珀 (KOHAKU) **MAP P25-D3** ☆ 🍷 KIRIN
(Chatrium 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 P23-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
☎ 09-45222352 ☺ 11:00~23:00 無休

J'S DINNING **MAP P27-D2** KIRIN
Anawratha 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), Boyaryunt 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

新橋横丁 (SHINBASHI YOKOCHO) **MAP P27-E3** 🍷 KIRIN
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

すしー (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
☎ 01-552772 ☺ 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

長州 **MAP P27-D2** KIRIN
No.249-B, Ground Floor, Corner of 40th Street & Bogyoke Aung San Road, Kyauktada Township, Yangon
☎ 09-250191419 ☺ 17:00~23:00 火曜休

CHO JAPANESE DINING & BAR 🍷
(1) **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
(2) **MAP P24-C1** KIRIN
Level(1), Garden Wing, Beside Lobby Lounge (Inside of Sedona Hotel)
☎ 09 258 322 223/09 261 322 223 ☺ Lunch 11:30~14:30 / Tea Time 14:30~18:00 / Dinner 18:00~23:00 / Bar 11:00~23:00 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) ☺ 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
☎ 09-73238771 ☺ 10:00~22:00 無休

てんぶら黒川 (TEMPURA 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, Maharbandoola 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

Tokyo Dining City **MAP P27-C2** 🍷 KIRIN
221, Lower Ground, Sule pagoda Road, Sule Square, Kyauktada Township, Yangon
☎ 01-394763 ☺ 11:00~22:00

Tokyo Tomato Cafe
4th floor Hledan Ga Mone Pwint shopping Mall, San Yeik Nyine, No.96/108, Yangon Insein Road. No.(2) ward, Kama Yut Township, Yangon
☎ 09-2637-09615 ☺ 10:00~20:30 無休

東京ラブストーリー **MAP P27-D2**
No. 207, 32 Street, Upper Block, Pabedan Tsp.
☎ 09-4578-01398 本田 / 09-2504-61096Aye Min ☺ 11:30~14:00 / 17:00~23:30 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-A4**
No.144(D), Innsein Road, Sin Yaetwin Street (Bus Stop), Kamayut Township
☎ 09-791445536 / 01-511535 ☺ 11:00 ~ 15:00/17:00 ~ 22:00 土曜休

TRY **MAP P26-B3**
No.B (01-11), Lanmadaw St, Latha Township, Yangon
☎ 09-79988555 ☺ 9:00~23:00 無休

ながさき亭 (NAGASAKI TEI) **MAP P22-B3** KIRIN
No.56(B), Thiri Marlar Street, 7.5mile, Pyay Road, Mayangone Township, Yangon
☎ 01-661350 / 09-5133506 ☺ 11:30~14:30 / 17:30~22:00 火曜休

ハロー (HELLO)
(1) **MAP P24-A2**
No.2, Room-3, Narnattaw 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

びっくり (BIKKURI SUSHI & SASHIMI JAPANESE RESTAURANT) **MAP P25-D3** KIRIN
No.16, Natmauk Road, Tamwe Tsp, Yangon
☎ 09-5021-876 / 09-5108-026 ☺ 11:00~23:00 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
☎ 09-775330494 ☺ 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 P23-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 / 09-787173122 ☺ 11:30~14:30 / 17:30~22:00 月曜休

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)  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 RESTAURANT)  P27-C2

No.207, 32 Street, Upper Block, Pabedan Township, Yangon
☎ 01-375931 / 09-5164287 🕒 10:00~ 22:00 無休

北海道 (Japanese restaurant HOKKAIDO)  P24-C2 

No.24/26, Kabar Aye Pagoda Road, Golden Hill Tower (A) Bahan Township, Yangon
☎ 09-250537315 / 01-558616
🕒 11:00-14:00 / 17:00-21:30 無休

ポボイス (PoPoys)  P26-C2

No.284/286, Yaw Min Gyi Street, Dagon Township, Yangon
☎ 01-242433 🕒 10:00~22:00 無休

角 (Horn)  P24-B2 

No.(36-A),Golden Valley Street,Quarter(2),Bahan Township, Yangon
☎ 09-785188825 / 01-513404 🕒 11:00~23:00 無休

松太郎 (Matsutaro)  P23-B4

No.(33-A), Thit Sar Road, South Okalapa Township, Yangon
☎ 09-793890511 🕒 10:00~21:00 (LO 20:00) 無休

マル (GRILL RESTAURANT MARU)  P26-B2 

No.134 Ground Floor, Shwe Taung Tan Rord, 7 Quarter, Lanmadaw Township, Yangon
☎ 01-1221568 / 09-420308350
🕒 11:30~14:00 / 17:30~22:00 無休

まんぶく (MANPUKU) 

(1)  P26-B1
30, Sagawar Street, Dagon Township, Yangon
☎ 09-8300426 / 09-5046736 / 09-970137546
🕒 15:00~22:00 無休
(2)  P23-B4
No.26/26-E, Aung Zay Ya Road, Kyauk Kone, Yankin Township, Yangon
☎ 09-961555966 / 09-961555977 / 09-8300426
🕒 15:00~22:00 無休

みちのく MICHINOKU  P25-C1 

No.81/B, New University Avenue Road, Bahan Township, Yangon
☎ 01-400725 / 09-787400725
🕒 11:00~14:00 / 17:00~22:00 無休

味好ラーメン (MIYOSHI RAMEN)  P27-C2 ☆

42/E, Bo Yar Nyunt Street, Dagon Township, Yangon
☎ 09-420098866 🕒 11:00~15:00 / 17:00~22:30 日曜休

焼肉 深川 (YAKINIKU FUKAGAWA)  P29-A2 

A-1,Star City, Kyaik Khaik Pagoda Road,Thanylin Township, Yangon
☎ 056-23150~53 / 056-23313~319 (Ext-1184) / 09-453912425
🕒 11:00~21:00 無休

山小屋 (YAMAGOYA RAMEN)  P22-B2

Yangon International Airport, Terminal1 (制限エリア内)

横綱 (YOKOZUNA)  P27-E3 KIRIN

G-4,Bo Myat Tun Tower, Corner of Mahar Bandoola Road & Bo Myat Tun Road,Botahtaung Township, Yangon
☎ 09-777445009
🕒 11:30~14:00 / 17:00~22:30 (LO 22:00) 日曜休

リトルトーキョウ (LITTLE TOKYO)  P22-B3

10(D), khaboung Road, Hlaing Township, Yangon
☎ 09-73185168 / 09-783063365 🕒 10:30~22:00 無休

ラーメンバー (Ramen Bar)  P24-C2

No.17/A, Kabar Aye Pagoda Road, Bahan Tsp,Yangon
☎ 09-788196631 🕒 11:00~23:00 無休

蓮 (REN)

(1)  P25-C2 KIRIN
53, Sayarsan Street, Bahan Township, Yangon
☎ 09-794047411 🕒 11:00~24:00 無休
(2)  P29-A2
Wing(B), Star City, Kyaik Khaik Pagoda Road, Thanlyin Township, Yangon
☎ 09-261957711 🕒 11:00~23:00 無休
蓮 REN(Shitamachi)  P27-D2 KIRIN
No.285, Bandoola Panchan Street, Upper block, Kyauktada Township, Yangon
☎ 09-795274691 🕒 11:00~24:00 無休
蓮 REN Kandawgyi  P24-C3 
7C, Wingabar Road, Bahan Township, Yangon
☎ 01-559903 🕒 17:00~23:00 不定休

わさび (WASABI)  P26-C2 KIRIN

No.38/40, Boyarnyunt Street, Dagon Township, Yangon
☎ 09-5039139 / 09-425020667 🕒 17:30~23:00 無休

ミャンマー料理**AUNG THU KHA (アウン・トゥ・カ)  P24-B3**

17(A), 1st Street, West Shwe Gone Daing Road, Bahan Township, Yangon
☎ 01-525194 / 09-5005296 / 09-5100683 🕒 9:00~21:00 無休

FEEL 3 (フィール 3)  P26-B1 

No.124, Pyihtaungzu Yeiktha Street, Dagon Township, Yangon
☎ 09-73208132 / 09-73048783 🕒 6:00~20:30 無休

Happy Cafe & Noodles (ハッピーカフェ&ヌードルズ)  P24-B1 

104B Inya Road, Kamaryut Township, Yangon
☎ 01-536985 / 09-790984865 🕒 7:00~22:00 無休

Padonmar Restaurant (パドンマー)  P26-A1 

No.105/107, Kha-Yae-Bin Road, Dagon Township, Yangon
☎ 01-538895 / 01-1220616 / 09-73029973
🕒 11:00~23:00 無休

SHAN YOE YAR RESTAURANT  P26-A2 

No.169, War Tan Street, Lanmadaw Township, Yangon
☎ 01-221524 / 09-250-566-695 🕒 6:00~22:00 無休

その他料理**ASAGIRI-KOSAN RESTAURANT & BAR  P24-A2**

Corner of Kyun Taw Road & Nar Nattaw Road, Kamaryut Township, Yangon
☎ 01-503232 / 09-421146740 🕒 16:00~23:00 無休

Asia Point Sea View Restaurant  P29-A1

View Point Amusement Park,Thaketa Shukhintha, Dawbon Tsp, Yangon
☎ 09-798559233 / 09-798559266 🕒 11:30~22:30 無休

BLACK HAT  P27-D3 

No.143/149, Sule Pagoda Road, Pabedan Township, Yangon.
☎ 09-970270079 / 09-43055819 🕒 7:00~23:00 無休

BLUE GALAXY  P25-D1 KIRIN

Moe Kaung Road, Yankin Township, Yangon
☎ 09-73199933 / 09-782166735 🕒 6:00~ 翌 2:00 無休

CAFE DIBAR (ディバー)  P23-B4

No(9) Kabaraye Pagoda Road, Corner of Thit Sar Road, Yankin Township, Yangon
☎ 09-500-6143 / 09-511-4932 🕒 10:00~22:00 無休

Café Caesar (カフェ・シーザー)

(1)  P24-B2 
No.50, Inya Myaing Street, Golden Hill Avenue, Bahan Township, Yangon
☎ 09-32233038 / 09-781685338 / 01-538557
🕒 10:00~22:00 無休
(2)  P24-A3 
No.86,Shin Saw Pu Road, Sanchaung Township, Yangon
☎ 09-420207233 / 09-250108513 🕒 10:00~22:00 無休

CAFÉ 11 KIRIN

No.146/147, 3rd Quarter, Tabin Shwe Htee Road, Hlaing Thar Yar Township, Yangon
☎ 09-782020814 🕒 10:00~22:00 無休

Cafe del SeOUL  P23-B3 KIRIN

24/1 Pyay Road, 7 mile, Mayangone TSP, Yangon
☎ 09-971993711 🕒 11:00~23:00 無休

DIVINO Italian Restaurant  P24-B1 

No.61, University Avenue Road, Bahan Township, Yangon
☎ 01-525935 / 09-30313888
🕒 12:00~14:30 / 18:00~23:00 無休

FRIENDSHIP RESTAURANT (フレンドシップ)  P22-B2

No.102, Nawaday Theatre, Corner of Kaba Aye Pagoda Road & Oak Pone Seik Road, Mayaungone Township, Yangon
☎ 09-49322498 🕒 9:00~22:30 無休

FRIENDSHIP RESTAURANT  P24-B3 

No.135, Dhamazaydi Road & Inya Road, Bahan Township, Yangon
☎ 09-73237010 / 09-5115322 🕒 9:00~22:30 無休

藤の坊 (FUJINOBO)  P24-C2 

(Cherry Hills Hotel) No 520/4 A, Kabar Aye Pagoda Road, Shwegon Daing, Bahan Township, Yangon
☎ 09-450067052
🕒 6:00~9:30(L.O.) / 11:30~14:00(L.O.) / 17:00~ 22:00(L.O.) 無休

Golden Crab (ゴールデン・クラブ)  P25-D2 

No.28, Ground Floor(Right Side), South Horse Race Course Street, Tamwe Township, Yangon
☎ 01-541331 / 09-73139172 🕒 10:00~22:00 無休

GOLDEN PARK RESTAURANT KIRIN

National Sport complex, Pin Lon Road, North Dagon Township, Yangon
☎ 09-442514108 🕒 10:00~23:00 無休

GOLDEN SEA FOOD  P25-D1 

14A,Corner of Moe Kaung Street and Aung Zayya street,Yankin township, Yangon
☎ 01-573406 / 09-73139841 🕒 10:30~23:00 無休

ゴールデン・ビュー (GOLDEN VIEW)  P27-E1 

No.23, Golden View Tower (A) G3, U Aung Myat Street, Mingalar Taungnyunt, Yangon
☎ 01-8619194 / 09-5080466 🕒 10:00~22:00 無休

HAPPY(RAKU)  P23-C5 

No.19, Min Nandar Road, Dawbon Township, Yangon
☎ 01-9190483 🕒 14:30~23:00 無休

HIKARI  P22-C2 KIRIN

No.12, Pin Lon Road, North Dagon Township, Yangon
☎ 09-73053718 🕒 10:30~23:00 無休

HOUSE OF MEMORIES (ハウス・オブ・メモリーズ)

 P24-B2 
290, U Wizara Road, Kamaryut Township, Yangon
☎ 01-534242 / 01-525195 🕒 11:00~23:00 無休

JUNCTION KAUNG THANT  P22-B3 KIRIN

No 33, Kyaik Waing Pagoda St, Mayangone, Yangon
🕒 10:00~23:00 無休

Karaweik Palace (カラウェイ・パレス)  P25-D3 

Inside of Kandawgyi Lake
☎ 01-290546 / 01-290547
🕒 11:00~15:00 / 18:00~21:00 (食べ放題) 無休

KK POTS  P27-E2 

132, 1F, Anawarata Road, Botahtaung Township Yangon
☎ 09-261417171 / 09-795299938 🕒 11:00~22:30 無休

LION HOUSE STATION  P23-A3 KIRIN

Infront of Hlaing Play Ground, Yangon-Insein Road, Hlaing Township, Yangon
☎ 01-700909 🕒 11:00~23:00 無休

LION WORLD  P26-A2 KIRIN

No.329, Corner of Anawrahta Road & 2nd Street, Ahlone Township, Yangon ☎ 01-253250 🕒 9:30~22:30 無休

L' OPERA (ラ・オペラ)  P23-B3 

No.62/D, U Tun Nyein Street, Mayangone Township, Yangon (Near Inya Lake Hotel)
☎ 01-665516 / 01-660976 / 09-73030755
🕒 11:00~14:00 / 18:00~22:30 無休

Le Planteur  P24-B1 

No.80, University Avenue Road, Bahan Township, Yangon
☎ 01-514230 🕒 11:30~23:00 無休

Mahlzeit  P24-A3 

No.84, Pann Hlaing Street, Sanchaung Township Yangon
☎ 09-7841 51250 🕒 11:30~22:30 無休

MAW SHWE LI  P26-A3 KIRIN

No.654, Strand Road, Lanmadaw Township, Yangon
☎ 09-5001438 🕒 9:00~22:30 無休

Meat Plus (ミートプラス)  P24-A3 

No.4, Baho Road, (near Asia Royal Hospital), Sanchaung Township, Yangon
☎ 09-7777-44450 🕒 10:30~23:30 無休

MOONSOON RESTAURANT & BAR (モンスーン)  P27-D3 

No.85-87, Thein Phyu Road, Botataung Township, Yangon
☎ 01-295224 / 01-378421 / 09-786478610 🕒 10:00~23:00 無休

MR.BAR BQ KIRIN

(1)  P25-D2
No.48/A, 167th Street, Tamwe Gyi Township, Kha Ward, Yangon
☎ 09-254061410 🕒 11:00~23:00 無休
(2)  P23-A5
No.423, Lower Kyee Myint Daing Road, Kyee Myint Daing Township, Yangon
☎ 09-254061410 🕒 11:00~22:30 無休

MY FRIEND  P23-A3 KIRIN

No.3,Parami Road,15 Ward,Hlaing Township, Yangon
☎ 09-250804918 🕒 6:00~23:30 無休

MYEIK KAUNG PHYU KAT KYAY KITE  P25-E1 KIRIN

No.567, Maykha Housing Lay Daung Kan Road, Thingankyung Township, Yangon
☎ 09-43207238 🕒 9:00~22:30 無休

NAT SEE SEIN (1)  P22-C3 KIRIN

No.39, Pin Lon Road, Ward(32), North Dagon Township, Yangon
☎ 09-43050012 🕒 9:00~23:00 無休

ニュードリーン (NEW DOREEN)  P26-A2 

164, 168 Upper Warden Street, Lanmadaw Township, Yangon
☎ 01-223697 / 09-43067113 🕒 7:00~22:00 無休

Onyx  P25-C3 

No.12, Bo Gyoke Museum Street, Bahan Township, Yangon
☎ 09-5071847 🕒 11:00~23:00 無休

Parami Pizza 

(1)  P23-B3
No(11/C), Corner of Malikha and Parami Road
☎ 09-261767616 🕒 11:00~23:00 無休
(2)  P24-C3
A/001,Ground Floor, Shwe Gone Plaza, Shwe Gone Dine Road, Ngar Htet Kyi West, Bahan Township Yangon
☎ 09-262625862 🕒 11:00~23:00 無休
(3)  P25-C2
No (56), Sayar San Road, Bahan Township, Yangon
☎ 01-8604809 / 09-777460037
🕒 11:00~23:00 (LO 22:30) 無休

QUEEN STAR RESTAURANT  P23-A5 KIRIN

No.2-E/F, Strand Road, Corner of Ahlone Road, Thin Taw Ward, Ahlone Township, Yangon
☎ 01-214205 / 01-214207 🕒 11:00~1:00 無休

RANGOON TEA HOUSE  P27-D3

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-A3**
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 Kyee 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****

No.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-A4 **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-B3 **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 **KIRIN****

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

TRITON RESTAURANT & BAR **MAP P23-C4 **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・ナイトスポット**Bar Code Bar and Karaoke Lounge **MAP P24-A2** **KIRIN****

No.316, 3rd Floor, Novotel Yangon Max, Kamaryut Township
☎ 09-260669330 / 09-260669331 ☺ 18:00~2:00 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 **KIRIN****

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

The One Bar **MAP P24-C3 **KIRIN****

Shwe Gone Daing, in front of Vista Bar

Union Bar and Grill **MAP P27-D3 **KIRIN****

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 **KIRIN****

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** **KIRIN****

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

TOKYO COFFEE Cafe & Bar **MAP P24-A3**

Pa/25 Padonmar St., Shinsawpu Quarter, Sanchaung Tsp.
☎ 09-7995-91562 / 09-7791-22846
☺ Cafe 7:00~23:00 Bar 11:00~23:00 無休

生活・買い物**AEON orange Super Market**

(1) **Latha shop **MAP P26-C3****
No. 686-698 Mahar bandula street, Latha Tsp.
☺ 8:00~22:00
(2) **Wayzayandar shop **MAP P25-E1****
No 54 Wayzayandar /south quater, Thingangyun Tsp (za /south) quarter, Thingangyun Tsp. ☺ 8:00~21:00
(3) **North ookulapa shop **MAP P22-A2****
No 104, Thudamar main street, North ookulapa Tsp. ☺ 8:00~21:00
(4) **Yedagon shop **MAP P24-A3****
No 531 Yedagon Tower, Cornor of lower kyimyintai street & panhlaing street, Alone Tsp. ☺ 8:00~21:00
(5) **Tarmwe shop **MAP P25-D2****
No 15,16,17,18 Thainbayan street, maytaryaitmon housing, Tarmwe Tsp. ☺ 8:00~22:00
(6) **Taw win shop **MAP P26-B2****
No 355, Uwisarya street, Sanchaung Tsp. ☺ 9:00~21:00
(7) **Thanlyinn shop **MAP P29-B2****
No 151,Bochote nay win street, Myothis qatar, Myothis west quarter, Thanlyinn Tsp. ☺ 8:00~21:00
(8) **Tharkaytha shop **MAP P23-E1****
No 1200(B) 2/north quarter, Minnandar street, Tharkaytha Tsp.
☺ 8:00~22:00
(9) **Portkan shop**
No 912-913, Lower mingalardone main street, Sinngu quarter, Insein Tsp. ☺ 8:00~21:00
(10) **Daily Myintha shop**
No 84, (14/1) Quarter, Myintha (7) street, Thanthumar main road, sorth Ookularpa Tsp
(11) **Daily Parami shop **MAP P22-C2****
No 153, (4) Quarter, Parami main street, sorth Ookularpa Tsp.
(12) **80th street shop**
Between 28 & 29 street, 80 street, Mandalay ☺ 9:00~21:00
(13) **GW shop**
Between 33 & 34 street, 78 street (zawtika street) Mandalay
☺ 9:00~21:00
(14) **84th shop**
Between 34 & 35 street, 84 street, Mandalay ☺ 9:00~21:00
(15) **Central Wear House**
ABC bus stop, Upper Puzondaung main street, Bicycle factory compound, Mingalartaungnyunt Tsp.

DAISO

(1) Junction Square 内 **MAP P24-A2**
☎ 01-527242 (Ext.2035)
(2) Capital Hypermarket 内 **MAP P23-C5**
(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

MAJESTIC **MAP P27-E3**

193, Bo Myat Tun Road(middle block), Botahtaung Tsp., Yangon
☎ 09-774400181 / 09-964400181 ☺ 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 P27-C2**

(1) Room 5, No.12 Parami Road, 10 Quarter, Mayangone Township (near Hotel Parami) ☎ 09262226481 / 09260185424
(2) 13F Upper Front, Bogyoke Aung San Market, Pabedan Township, Yangon ☎ 09-422371337

Sin Phyu Lay souvenir shop

Bogyoke market east C No.81, Pabedan Township, Yangon
☎ 09421160462 ☺ 9:00~17:00 月曜・祝休

美容・健康**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(B34), 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 **KIRIN****

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 へ和 (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 ☺ 10:00~20:00 無休
(2) **MAP P24-B3** ☆
No(11), Aung Taw Mu Street, Myay Ni Gone, Sanchaung Township, Yangon ☎ 09-300-86614 / 09-263-442061 ☺ 10:00~20:00 無休
(3) **MAP P22-C1** ☆
No(220), Parami Road, Ws, South Okkalapa Township, Yangon
☎ 09-455-245062 / 09-455-245063 ☺ 10:00~20:00 無休

NEMITA (ネミタ) **MAP P25-D3 **KIRIN****

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

H ホテル

ALFA HOTEL (アルファ・ホテル)  **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)  **P27-D2**
No.265-279, Bogyoke Aung San Road, Kyauktada Township, Yangon ☎ 01-391070

BEAUTYLAND HOTEL II (ビューティーランド・ホテル)  **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)  **P26-A1** 
No.35, Taw Win Road, Dagon Township, Yangon ☎ 01-229860 / 01-229861-3

BEST WESTERN Chinatown (ベストウェスタン・チャイナタウン)  **P26-B2** 
No 127-137 Anawrahta Road Corner of Lanmadaw Street, Latha Township, Yangon ☎ 01-251080 / 251081 / 251086

CENTRAL HOTEL (セントラル・ホテル)  **P27-C2** 
No.353-357, Bogyoke Aung San Road, Pabedan Township, Yangon ☎ 01-241001-20

CHATRIUM (チャトリウム)  **P25-D3** 
No.40, Natmauk Road, Tamwe Township, Yangon ☎ 01-544500 / 01-544244

CHERRY HILLS HOTEL (チェリーヒルズ・ホテル)  **P24-C2** 
No 520/4 A, Kabar Aye Pagoda Road, Shwegon Daing, Bahan Township, Yangon ☎ 01-559722

CLOVER CITY CENTER HOTEL (クローバーシティセンター・ホテル)  **P27-C2** 
217, 32nd Street (Upper Block), Pabedan Township, Yangon ☎ 01-377720-1 / 01-378276 / 01-378274

CLOVER HOTEL (クローバー・ホテル)  **P25-C3** 
7/A, Wingabar Road, Bahan Township, Yangon ☎ 09-73177781-4

EAST HOTEL (イースト・ホテル)  **P27-D2** 
234-240, (1) Quarter, Sule Pagoda Road, Kyauktada Township, Yangon ☎ 01-371358 / 09-73135311

GRAND LAUREL HOTEL (グランドローレル・ホテル)  **P27-E2** 
No.153/159, Bogyoke Aung San Road, Botahtaung Township, Yangon ☎ 01-398771 / 01-298986 / 01-296209

GREEN HILL HOTEL (グリーンヒル・ホテル)  **P25-D3** 
12, Pho Sein Road, Tamwe Township, Yangon ☎ 01-209299 / 01-209300 / 01-545114

GOLDEN SILK ROAD HOTEL (GSR)  **P22-A2** 
No7, Shankone Street, Nanthar Kone Quater, Insein Township, Yangon ☎ 01-647568-9 / 09-450026195

HOLIDAY HOTEL (ホリディ・ホテル)  **P25-D3** 
51A, Phoe Sein Road, Bahan Township, Yangon ☎ 01-8604076 / 01-8604078 / 01-557233

HOTEL 7 MILE (ホテル・セブンマイル)  **P22-B3** 
No.32, Kone Myint Yeiktha Street, Mayangone Township, 7-Mile, Yangon ☎ 01-656466-8

HOTEL YANGON (ホテル・ヤンゴン)  **P22-B3** 
No.91/93, Corner of Pyay Road & Kabar Aye Pagoda Road, Mayangone Township, Yangon ☎ 01-9667708 / 01-9667688

INYA LAKE HOTEL (インヤーレイク・ホテル)  **P23-B3** 
No.37, Kaba Aye Pagoda Road, Yangon ☎ 01-9662866 / 01-9662857

JASMINE PALACE HOTEL (ジャスミンパレス・ホテル)  **P24-A3** 
No(341), Pyay Road, Sanchaung Township, Yangon ☎ 01-2304402/01-2304403 / 01-538551

KANDAWGYI PALACE (カンドーヂ・パレス)  **P25-C3** 
Kan Yeik Tha Road, Mingalar Taung Nyunt Township, Yangon ☎ 01-249255-9

HOTEL GRAND UNITED (Ahlone Branch)  **P26-A2**
No.35, Min Ye Kyaw Swar Road (Front of Central Women Hospital), Ahlone Township, Yangon ☎ 01-218061-64 / 09-73048864
(21st Downtown)  **P26-C3**
No.66-70, 21st Street, Latha Township, Yangon ☎ 378200,01-378201 / 01-378204
(Chinatown)  **P27-C3**
No.621, Mahabandoola Road, Latha Township, Yangon ☎ 01-372256-58

HOTEL KAN KAW (ホテル・ガンゴウ)  **P26-A2** 
No.93(A), Hnin Si Gone Road, Ahlone Township, Yangon ☎ 01-228566 / 01-2301700 / 01-1221731

MARINA RESIDENCE (マリナ・レジデンス)  **P23-B3**
No.8, Kaba Aye Pagoda Road, Ward No.10, Mayangone Township, Yangon ☎ 01-650651-4

MAY SHAN HOTEL (メイシャン・ホテル)  **P27-C3** 
115, Sule Pagoda Road, Yangon ☎ 01-252986 / 09-799699430

MICASA HOTEL (ミカサ・ホテル)  **P23-B3** 
No.17, Kaba Aye Pagoda Road, Yankin Township, Yangon ☎ 01-650933

MINGALAR GARDEN HOTEL (ミンガラ・ガーデンホテル)  **P24-B2**
30, Inya Myaing Road, Bahan Township, Yangon ☎ 01-524450 / 01-525717 / 09-525493 / 01-526436

MK HOTEL (エムケイ・ホテル)  **27-E2** 
No. 1, Wut Kyaung Street, Yay Kyaw, Pazun Daung Township, Yangon ☎ 01-297274 / 01-202187 / 01-8610640

MYA YEIK NYO ROYAL HOTEL (ミヤエニョ・ロイヤルホテル)  **P24-B2**
No.20, Pa-Le Road, Bahan Township, Yangon ☎ 01-548310-5

NOVOTEL YANGON MAX (ノボテル・ヤンゴン・マックス)  **P24-A2** 
459 Pyay Road, Kamayut Township, Yangon ☎ 01-2305858

ORCHID HOTEL (オーキッド・ホテル)  **P27-E3** 
No.91, Anawrahta Street, Pazundaung Township, Yangon ☎ 01-399930 / 01-293261 / 01-9010061-64 / 09-254614813

PANDA HOTEL (パンダ・ホテル)  **P26-A2** 
205, Corner Of Wadan Street & Min Ye Kyaw Swar Road, Lanmadaw Township, Yangon ☎ 01-212850-3 / 01-229358 / 01-229360-1

PANORAMA HOTEL (パノラマ・ホテル)  **P27-D2**
294-300, Pansodan Street, Kyauktada Township, Yangon ☎ 01-253077 / 01-253067-77

PARKROYAL (パーク・ロイヤル)  **P27-C2** 
33, Alan Pya Phaya Road, Dagon Township, Yangon ☎ 01-250388

QUEEN'S PARK HOTEL (クイーンズパーク・ホテル)  **P27-E2**
132, Anawrahta Road, Yangon ☎ 01-200656-57

ROSE GARDEN HOTEL  **P27-D1** 
No(171), Upper Pansodan Road, Yangon ☎ 01-371992 / 09-263440500

SAVOY HOTEL (サボイ・ホテル)  **P24-B3** 
129, Corner Of Dhammazedi Road & Inya Road, Yangon ☎ 01-526289 / 01-526298 / 01-526305

SEDONA HOTEL (セドナ・ホテル)  **P24-C1** 
No.1, Kaba Aye Pagoda Road, Yankin Township, Yangon ☎ 01-8605377

SULE SHANGRI-LA (スーレー・シャングリラ)  **P27-D2** 
No.223, Sule Pagoda Road, Kyauktada Township, Yangon ☎ 01-242828

SUMMER PALACE HOTEL (サマーパレス・ホテル)  **P24-A2** 
437, Pyay Road, Kamayut Township, Yangon ☎ 01-527211-4

SUMMIT PARKVIEW HOTEL (サミットパークビュー・ホテル)  **P26-B1** 
350, Ahlone Road, Dagon Township, Yangon ☎ 01-211888 / 01-211966

Super Hotel (スーパーホテル)  **P22-B3** 
No.51/D, Kabaraye Pagoda Road, 10th Quarter, Mayangone Township, Yangon ☎ 09-797209000 / 01-658210 / 01-658220

TAW WIN GARDEN HOTEL (トウウィン・ガーデン・ホテル)  **P26-B2** 
No.45 Pyay Road, Dagon Township, Yangon ☎ 01-8600080 / 01-8600110 / 01-8600112

WH Hotel (WH ホテル)  **P29-B2** 
No(18), Kyaik Khaik Pagoda Road, (Hundred Ton Rice Mill), Thanlyin, Yangon ☎ 056-23338 / 056-23339 / 09-785221020

YAMA HOTEL  **P27-E3** 
No.195, Bo Myat Htun Road, 9 Block, Botataung Township, Yangon ☎ 01-203712

YANGON INTERNATIONAL HOTEL (ヤンゴンインターナショナル・ホテル)  **P26-B1** 
No.330, Ahlone Road, Dagon Township, Yangon ☎ 01-2316-001-004

YUZANA GARDEN HOTEL (ユザナ・ガーデンホテル)  **P27-C2** 
44, Ah Lan Pya Pagoda Road, Mingalar Taung Nyunt Township, Yangon ☎ 01-249562 / 01-249561 / 01-248942

YUZANA HOTEL (ユザナ・ホテル)  **P24-B3**
No.130, Shwe Gon Daing Street, Bahan Township, Yangon ☎ 01-549600 / 01-543367 / 01-543370



スポーツ

ゴルフ場・ゴルフ練習場

CITY GOLF CLUB (シティ・ゴルフクラブ)  **P22-A2**
Thirimingalar Street, 10Miles, Insein Township, Yangon ☎ 09-421119932 / 09-30090884 ☎ 5:30-16:30 無休

PUN HLAING GOLF CLUB (パンライン・ゴルフクラブ)  **P23-A4** 
Pun Hlaing Golf Estate Avenue, Hlaing Tharyar, Hlaing Township, Yangon ☎ 01-684020-4 ☎ 6:00-15:30 (要予約) 月曜休

YAGON GOLF CLUB (ヤンゴン・ゴルフクラブ) 
Da Nyin Gone Golf Course, Insein Township, Yangon ☎ 09-73254835
☎ 5:30-17:00 (ブレイのみ月曜休) 土・日・祝日は要予約

Royal Mingalardon Golf Course (ロイヤルミンガラードン・ゴルフ&カントリークラブ)  **P22-B1**
No.3 Highway, No.1 Mingalardon Garden City, Mingalardon Township, Yangon

☎ 01-639445 / 09-8636395 / 09-449222222 月曜休
☎ 5:30-19:30

HANTHAWADDY GOLF RANGE (ハンタワディ・ゴルフレンジ)  **P24-A2**
Corner of Nanataw & Kyaundaw Street, Kamayut Township, Yangon ☎ 01-502894 / 01-502896 ☎ 6:00-21:00 無休

サッカースクール

アルビレックス新潟ミャンマーサッカースクール
No.64(B), Room, B-4L, Shwe Gon Plaza, Bahan Tsp, Yangon ☎ 09-971971427



病院・クリニック

総合病院

Asia Pacific Centre for Medical & Dental Care  **P24-C2**
No.98/A, Kabar Aye Pagoda Road, Bahan Township, Yangon ☎ 01-553783 / 01-549152/09-73056079
☎ 8:00-19:00 緊急時 24 時間 (祝日 9:00-17:00) 祝日休

Australian Embassy Medical Clinic  **P25-C2**
No(24-26), Rm-206-2F, Golden Hill Tower, Kabar Aye Pagoda Road, Bahan Township, Yangon ☎ 01-558353 ☎ 8:00-16:00 土・日曜休

ASIA ROYAL HOSPITAL (アジアロイヤル・ホスピタル)  **P24-A3** 
No.14(B), Baho Road, Sanchaung Township, Yangon ☎ 01-538055 / 01-2304999 ☎ 24 時間 無休

Samitivej Parami International Clinic  **P22-B3** 
11F, 60-G1, Parami Road, Mayangone Township ☎ 01-657987/09-448006093
☎ 8:00-18:00 (月~金曜) 8:00-17:00 (土曜) 日曜休

LEO Medicare  **P22-A3** 
1F, No(68) Taw Win Road, 9 Mile, Mayangone Township, Yangon (Victoria Hospital 内) ☎ 01-651238 ☎ 24 時間 無休

MYANMAR INTERNATIONAL SOS CLINIC (SOS)  **P23-B3**
37, Kaba Aye Pagoda Road, Mayangone Township, Yangon (Inya Lake Hotel 隣) ☎ 01-657922 / 09-420114536 ☎ 24 時間 無休

PUN HLAING SILOAM HOSPITAL (パンライン・ホスピタル)  **P23-A3** 
Pun Hlaing Golf Estate Avenue, Hlaing Thayar Township, Yangon ☎ 09-421042679 ☎ 24 時間 無休

Royal Lwin  **P25-E1**
No.2(1/D), Waizayandar Road, Thingangyun Township, Yangon ☎ 01-573857/09-795343670 ☎ 9:00-19:00 緊急時 24 時間

SHWE GON DAING SPECIALIST CENTRE (SSC)  **P25-C2**
No.7, East Shwe Gon Daing Road, Bahan Township, Yangon ☎ 01-544116 / 544128 / 01-545070 / 09-01542400
☎ 24 時間 無休

VICTORIA HOSPITAL (ウィクトリア)  **P22-A3** 
No.68, Taw Win Street, 9-Mile, Mayangone Township, Yangon ☎ 01-9666141 / 01-651238 (LEO MEDICINE) ☎ 24 時間 無休

Yangon General Hospital  **P26-C2**
Bogyoke Aung San Road, Dagon Township ☎ 01-256112-139 ☎ 24 時間 無休

歯科

A-OK Dental Clinic  **P24-A3**
No(12), Si Sone Street, Sanchaung Tsp, Yangon ☎ 01-510476/09-450045304 ☎ 16:00-21:00 無休

D-INYA  **P24-B2**
No(6A), Inyar Street, Kamaryut Township, Yangon. ☎ 01-524430 / 09-31066117 ☎ 9:00-19:30 無休

Sakura Tower Dental Clinic  **P27-D2** 
No(339), Bogyoke Aung San Road, Sakura Tower 2nd Floor, Kyauktada Township, Yangon ☎ 01-255118 ☎ 9:00-18:00 (土曜要予約・日曜休み)

UNI-DENT  **P24-C1**
No.34, New University Road, Bahan Township, Yangon ☎ 09-73037811 / 09-455570795
☎ 9:30-20:00 無休 (日本語対応の医師は土日のみ)



公的機関

在ミャンマー日本国大使館  **P25-C3**
No.100 Natmauk Road, Bahan Township, Yangon ☎ 01-549644-8 ☎ 8:30-17:15

ヤンゴン日本人学校  **P26-A1**
No.1, Thantaman Road, Dagon Township, Yangon ☎ 01-221811 / 01-221498 ☎ 8:00-17:30

日本貿易振興機構 (JETRO) ヤンゴン事務所  **P26-C2**
#102-103, Prime Hill Business Square, No.60, Shwe Dagon Pagoda Road, Dagon Township, Yangon ☎ 01-371787 ☎ 9:00-18:00

ミャンマー日本商工会議所 (JETRO ヤンゴン事務所内)

ヤンゴン日本人会 (ジャパバンク)  **P26-A2**
8 & 9 Floor, HOTEL KAN KAW, No.93(A), Hnin Si Gone Road, Ahlone Township, Yangon ☎ 09-31536921 / 094-21085893 ☎ 10:00-17:00 祝日休

国際協力機構 (JICA) ミャンマー事務所  **P27-D2**
#701 Sakura Tower, 339 Bogyoke Aung San Road, Kyauktada Township, Yangon ☎ 01-255473-6



MYANMAR JAPON +plus

圧倒的な配布カ所、発行部数が強み
日本語→ミャンマー語の翻訳も可能

ローカルへのアピール 困っていませんか?

信頼度抜群の媒体にお任せください!

ミャンマージャポンでは、ミャンマー語と英語による情報誌「MJ plus」を好評発行中です。
配布カ所は、ミャンマー国際航空(MAI)などの機内誌、ヤンゴン国際空港、シティマート、マーケットプレイスなど、多くのミャンマー人が目に留まる好立地ばかりです。
1万5,000部以上の媒体力が、ミャンマー人にダイレクトに訴求いたします。
製造業、レストラン、サービス業、人材紹介事業など、ミャンマー人をターゲットにし、さらなる事業拡大のためにPRしてみませんか?

3 MYANMAR JAPON +plus 3つのポイント!

1 大手航空会社の機内誌

ミャンマー国際航空(MAI)やAPEXエアラインズ、ヤンゴン航空などの公式機内誌です

2 NLD議員390人、高所得者に直送

ミャンマー連邦全国会議員(NLD)390人、さらにはミャンマー人の高所得者にも直送しています

3 大手スーパー、空港ラウンジも

マーケットプレイスやシティマートなどの大手スーパー、空港ラウンジ、KBZほか大手銀行にも配布



空港ラウンジ



機内誌

配布先 ヤンゴン国際空港及びVIP ラウンジ、シティマート及びマーケットプレイス、オーシャンなどの大手スーパー、人気レストラン、有名ホテル、MAI本支店、KBZ銀行、CB銀行、駐日ミャンマー大使館、日本大使館など

発行日 毎月5~7日

発行部数 15,000部

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つのパーに加え、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。



スカイバー



ワインバー



ゴルフバー

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。

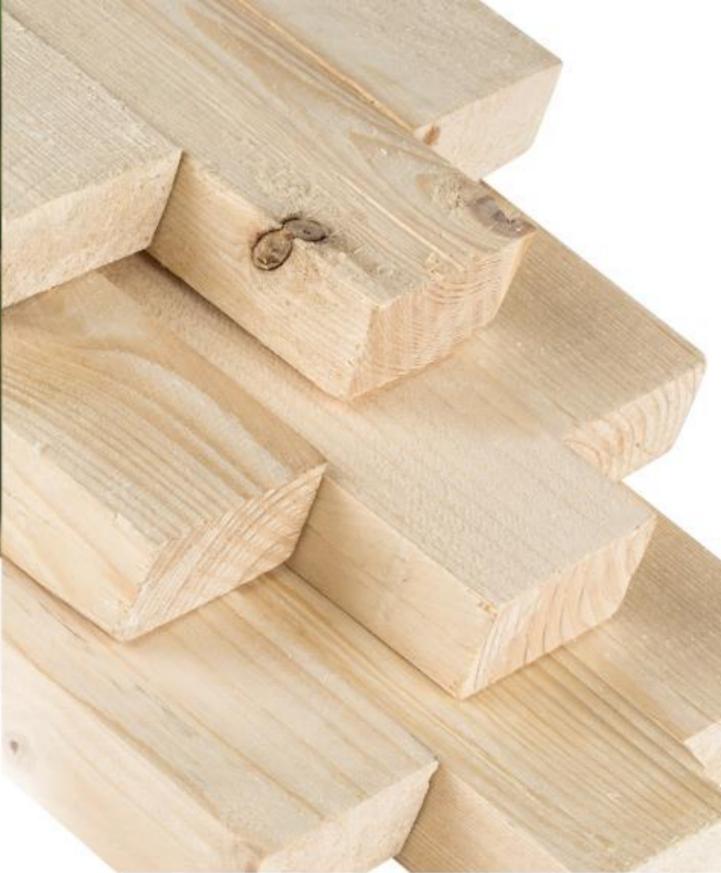


YANGON INTERNATIONAL HOTEL JAPAN y-intl-hotel.com

☎ (+95)1-231-6001~4, (+95)1-229-224~9

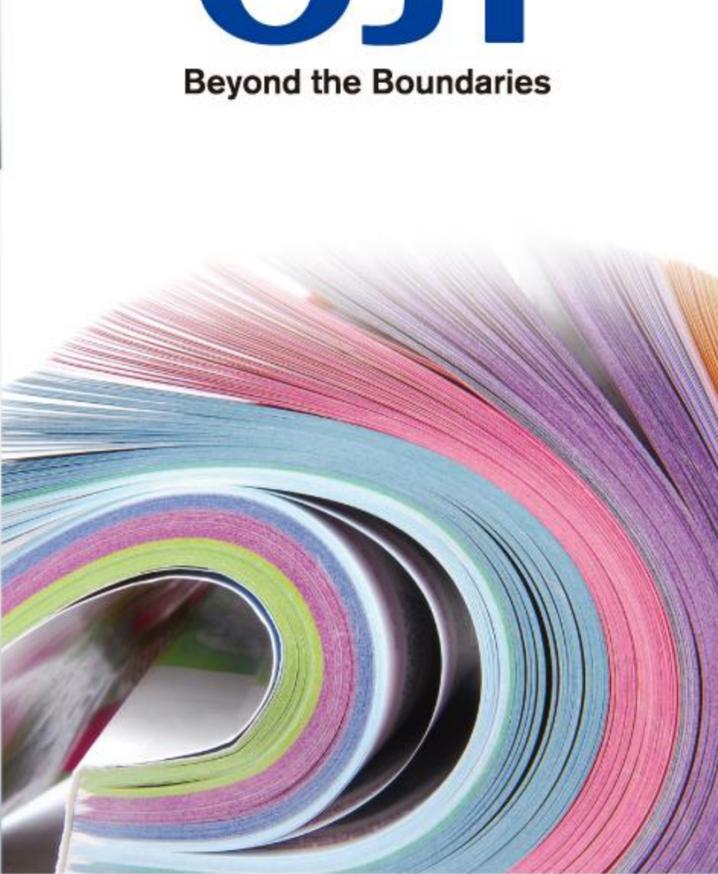
📍 No.330 Ahlone Road, dagon TSP.

✉ ygnithotel@gmail.com



OJI

Beyond the Boundaries



森をつくる、紙でつくる、想いをカタチに。

王子ホールディングスは143年前の創業以来、森と水と共に生きてきました。

森を創る植林事業、森の木から作る製材事業、木材から作られたパルプからできる製紙事業、

段ボール、紙おむつ、ティッシュ事業等、そして森の水を浄化する水関連事業など

森から始まり、紙で作り出す、お客様のことを想い新たな生活の豊さをカタチにしていく、

領域を超えた事業展開を志としています。