

ヤンゴン生活をより楽しく、より豊かに

ミヤンマニヤポ!

*** MYAN JAPO ***

01.SEP.2017

Vol.07

THE PREMIUM HOTEL_p11

SAVOY HOTEL
YANGON

PATRICK PEUKERT
GENERAL MANAGER

Yangon Gourmet Report_p15

Corriander Leaf

Yangon Gourmet Report_p17

Tian Xiang Hot Pot

MyanJapo! SPORTS

ISSUE_p6

ミャンマー"カウンデー"フード_p21

Taing Yin Thar

デイリースポーツ特約
エンタメニュース_p30

ももクロ、来夏に
アイドル界最大級フェス
「夏S」開催

週刊
パ・ゴルフ



25TH ANNIVERSARY

YANGON INTERNATIONAL HOTEL

Main building

Now construction
New Building

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



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

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

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㎡

パハン 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 2,500\$
田 1LDK 約58㎡

タゴン 3/8階 あり
清潔感あるサービスアパート / 家具家電付き / ジム



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(8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!



11 THE PREMIUM HOTEL
SAVOY HOTEL YANGON

15 Yangon Gourmet Report
Corriander Leaf

17 Yangon Gourmet Report
Tian Xiang Hot Pot

21 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!

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

19 Yangon Shwe Style
ミャンマー緑茶の飲み比べ&お茶菓子

20 用途別ヤンゴンレストランリスト

21 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 ももいろクローバーZ

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



設置場所

ミャンマー

ヤンゴン国際空港
(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。

ミャンマージャパン



<http://myanmarjapon.com>

カラダに効く特集



ただでさえ車移動の多いヤンゴンで、季節は雨季……。運動不足はストレスも溜まりますし、お腹周りも気になってしまいますよね。そろそろ雨も少なくなるこれからのシーズン。まずはハイクラスなジムでカラダを鍛え直し、雨季が明けたら大会やサークル活動などに参加してみませんか？ヤンゴンには活発にカラダを動かせる選択肢がたくさんあるんです。



なまったカラダを引き締めたい！



大会に出場したい！



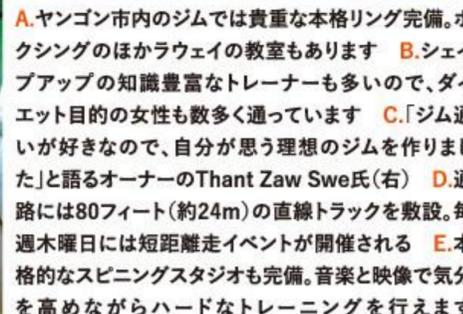
みんなですポーツしたい！



なまったカラダを引き締めたい!

ラグジュアリージムで集中トレーニング!

セレブリティやモデルも通う高級ジムもヤングンならばお手頃価格で通うことができます。最新鋭マシンやハイレベルなトレーナーが揃うジムでシャープなカラダを取り戻しましょう!



A.ヤンゴン市内のジムでは貴重な本格リング完備。ボクシングのほかラウエイの教室もあります B.シェイプアップの知識豊富なトレーナーも多いので、ダイエット目的の女性も数多く通っています C.「ジム通いが好きなので、自分が思う理想のジムを作りました」と語るオーナーのThant Zaw Swe氏(右) D.通路には80フィート(約24m)の直線トラックを敷設。毎週木曜日には短距離走イベントが開催される E.本格的なスピニングスタジオも完備。音楽と映像で気分を高めながらハードなトレーニングを行えます

早朝から深夜まで開かれる豊富なプログラムに注目!

ミャンマープラザ4階にある、コンクリート打ちっぱなしのおしゃれなジムが「POWER HOUSE」です。マシンの充実ぶりから、「ボディパンプ」や「ウェイトロス」などのプログラムの豊富さまで、あらゆる層を満足させるジムと言えます。

常に清潔に保たれた更衣室やサウナなど、ファシリティもバッチリ。ゴージャスな雰囲気を楽しみながら、理想のカラダを手に入れましょう!

Promotion

■Company Corporate Rate
■Group Corporate Rate
会社単位や複数人で登録すれば
最大 28%OFF!

Price

1日利用 15\$ 月会費 150\$

☎ 09-9666-61389 / 09-9666-63189 ☎ 6:00~24:00
📍 4th Fl., Myanmar Plaza, Bahan Tsp.
📍 P24-C1 📍 なし 📍 あり(Myanmar Plaza)
🌐 www.phclubs.com 📱 powerhousefitnessclub
✉ powerhousemyanmar@gmail.com

POWER HOUSE



A.パーソナルトレーナーによる丁寧な指導が最大の特徴。効率的にカラダを鍛えられます B.吹き抜けを利用したクライミングウォールもあり。もちろん安全対策はばっちりです C.トレーナーは2店舗合わせて25人。ASEANのボディビルチャンピオンなど、錚々たる面々が揃います D.美しいカラダを手に入れるために必要な体幹トレーニングのノウハウも豊富 E.豪華なプールスペース。ジャグジーやサウナなどトレーニング後のリラクゼーションも万全です

パーソナルトレーナーとともに生活習慣まで徹底改善

8mileとタケトイエターランの2カ所に店舗を構える「BALANCE FITNESS」。このジム最大の特徴は「ライフスタイルマネジメント」を顧客に提供していることです。会員になると、まずは最新の測定器で体脂肪率やBMIなどを細かくチェック。その上でパーソナルトレーナーが、ワークアウトから食事、睡眠に至るまで幅広いアドバイスをします。見た目だけではない、健康的で強靱なカラダを手に入れましょう。

Promotion

2017年9月1日~30日まで
「SILVER」15%OFF
「GOLD」20%OFF
「PLATINUM」25%OFF

家族や友人の無料招待、ボディチェックサービスなどが含まれたパッケージプランを4種類用意。最上級の「DIAMOND」会員なら自宅からジムまでBMWで送迎してくれるサービスも!

Price

1日利用 20\$ 月会費 150\$~

☎ 01-6569-16 / 01-5396-09 ☎ 6:00~22:00
📍 ①No. 64[G], Kyaukwine Pagoda Rd., Mayangone Tsp.
📍 ②No. 103, The Corner of University Avenue Rd. & Thanlwin St., Bahan Tsp.
📍 P22-B3 / P24-B1 📍 なし 📍 あり
🌐 www.balancefitnessyangon.com
✉ info@balancefitnessyangon.com

BALANCE FITNESS



大会に出場したい!

バガン・ temple・マラソンに参加!

目標があるとスポーツはより燃えられるもの。せっかくミャンマーにいますので、こんなゴージャスなマラソン大会にエントリーしてみたいはかがですか?



立ち並ぶパゴダの間を疾走!

ミャンマー屈指の観光地バガン。2000を超えるパゴダを縫うように走るのが「バガン・ temple・マラソン」です。2013年から毎年11月に開催されているこちらは、ロケーションとコンディションのよさから近年注目を集めているレースです。

おすすめは、大会前後のツアーもセットになったパッケージプラン。せっかくバガンまで行くのですから、外から仏塔を眺めるだけではなく、ちょっと長めにステイして、貴重な仏像やレリーフなども楽しんでみてはいかがですか?

- 10km / Half / Full
- 10km
- Half & Full Marathon

- Full Marathon
- Main Road
- Dirt Road

- STATION Water / Energy Drink
- Banana
- P Personal Supply

コースは10Km、ハーフ、フルの3つ
参加前にコースの見どころをチェック!

距離	10Km / ハーフ / フル
温度	25~30°C
最大参加人数	500人
男性ベストタイム	2:53:34
女性ベストタイム	3:27:20

- ① スタートとゴールは1215年に建築されたティーローミンロー寺院から
- ② バガン最大の見所アーナダー寺院。内部にある4体の仏像も必見
- ③ 9世紀頃にバガンの防御を固めるために作られたタラバー門。お堀の後も残る
- ④ 1144年建造のタビニュー寺院。65mとバガンでもっとも高いことで有名
- ⑤ 金色に輝く仏塔が目を引きダマヤズィカパゴダ。建造は1196年と古い
- ⑥ この先は観光客が少ない小さな村を通る。彼らの暮らしにも目を向けたい
- ⑦ 高さ60mの展望台。ランの翌日に走ったコースをここから眺めるのも一興

参加エントリーはWebから簡単に!
<http://bagan-temple-marathon.com>

<参加方法>まずは左のアドレスにアクセス。6~8日間程度のパッケージツアーが用意されています。登録は英語ですが、大会案内は日本語にも対応しているため、安心してプランを練ることができます



世界中で開催される「アルバトロス・アドベンチャー・マラソン」

バガン temple マラソンは、万里の長城、ペトラ砂漠、アフリカのサバンナに加えて、何と北極もコースとなる「アルバトロス・アドベンチャー・マラソン」の一つとして開催されています。バガンマラソンを走破したら、全大会を制覇したくなるかも?

大会の一つ「グレートウォールマラソン」。中国・万里の長城がコースとなる



みんなでスポーツしたい!

日本人主宰のスポーツサークルに参加!

一人で行うスポーツもいいですが、みんなで楽しく盛り上がるのも楽しみの一つ。
ヤンゴンには日本人が主宰する多彩なサークル・部活動があるんです



サーフィン好きの集い

不定期にグエサンビーチを訪れてサーフィンを楽しんでいます。
ミャンマーの海は透明度もそこそこで気持ちよくサーフィンできますよ!

🕒 不定期 📍 グエサンビーチ

ご連絡いただければどなたでも参加OKです

✉ tomoyuki_tanaka@konoike-mm.com (田中)



サムライズ(野球)

「純粋に野球が好きだ!」という仲間と活動しています。11月にタイで行われるAABC (Asia Amateur Baseball Classic) に今年も参戦!

🕒 (乾季): 毎週土曜と日曜(時間不定期) (雨季): 不定期 📍 チャイカサン球場

「昔は野球が好きだった!でも、今はもうできないよ〜」という方も、
まずはお気軽にご連絡を!

✉ haga@growth.bz (芳賀)



G-NABU会ゴルフ

ゴルフを通じて親睦を深めヤンゴンライフをより充実する為のサークルです。老若男女、うまい下手は問わず、ゴルフや食事会を皆で楽しめます。

🕒 毎月第2日曜に月例コンペ、毎日曜に練習会 📍 いろいろなコース

お気軽にご連絡頂ければ開催日及び詳細をお知らせ致します!

✉ y_wada@just-fashion.co.jp/09-5013-178 (和田)



J-STARS(サッカー)

成人のサッカーチームです。毎週末にヤンゴン市内のグラウンドにて、練習や対外試合を行っています。経験・未経験、年齢等は問いません。

🕒 毎週末 📍 ヤンゴン市内サッカーグラウンド

興味のある方はお気軽にご連絡下さい。

✉ matahira@exegroup.co.jp (又平)



MIRACLES(男子ソフトボール)

日本人会の男子ソフトボールチームです。ピッチャーの玉は緩やかなスピードなので経験がなくても楽しめます。シーズンは11月初旬から3月中旬まで。

🕒 土曜日が練習、日曜日が試合(シーズン中) 📍 アメリカンクラブ

お近くの部員または下記までご連絡を

✉ ryotakeishi@outlook.jp ☎ 09-4446-85363 (武石)



CAT'S EYE(女子ソフトボール)

部員募集中! 経験不問! 道具一切不要! 投げて打って走って……。大人から子供まで活躍しています。

🕒 毎週土曜日13:00~ 📍 日本人学校

下記までご連絡を

✉ akomamadako@gmail.com (間々田)



Yangon Golden Elephants(ラグビー)

初心者多数。全員出場で12月アジア大会@バンコク優勝目指します。
女子部員も増員中で、成人チームの他にキッズチームもあり。

🕒 土 16:00~(成人、キッズ) 日 9:30~(成人) 📍 日本人学校(土)、StarCity(日)

下記までご連絡を

✉ y.sogabe@myanmar-story-making.com (曾我部)



バドミントン部

日本人会のバドミントン部です。週に2回、ダブルスの試合を中心に活動しています。初心者の方も大歓迎です!

🕒 月 10:00~11:00、水 9:45~11:30

📍 ヤンゴン大学内体育館(月)、ゴールデンヒルタワー内体育館(水)

まずはこちらまでご連絡を

✉ ygn.jpn.bdmt@gmail.com (村田)



Gecko(バスケ部)

スラムダンク世代と、あひるの空世代と、黒子のバスケ世代が入り混じって、ミャンマー人や中国人とハーフ4対4のゲームを行っております。

🕒 火曜及び木曜19:00~20:00(主に自主練)、日曜10:00~12:00(主に4対4のゲーム形式)

📍 Aung Yadana Street と Bo Gyoke Rd 交差点近くのコート(火・木)
ミャンマープラザ南、Fusan Temple 横のコート(日)

下記までご連絡を

✉ mas.bass24@gmail.com (益満)



バレーボール部

バレーボールとソフトバレーボールの双方で活動しています。経験の有無や老若男女は一切問いません。誰でも気軽に参加して下さい。

🕒 火曜日18:30~(ソフトバレー)、土曜日18:00~(バレーボール)

📍 日本人学校(ソフトバレー)、チャイカサン(バレーボール)

練習見学も受け付けています

✉ kobatake.setsujiro@gmail.com (小島)



フラッグフットボール部

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フットボールです。アジアポウルで大人・ジュニア共に優勝!

🕒 毎週日曜日16:00~18:00 📍 主に日本人学校アセンブリーホール

まずはメールでご連絡ください

✉ hisakazu.maeda@mm.panasonic.com (前田)



ヤンゴンテニスクラブ

コーチが丁寧に教えてくれるので、初心者の方も大歓迎!
ぜひラケットだけ持って気軽にお越し下さい。

🕒 毎週土曜日・日曜日15:00~17:00 📍 テンビューテニスコート

まずはこちらまで

✉ yangontennis@gmail.com (新谷)

※1Lakhは10万Ks、10万Ksは約8,000円(8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
34	女	N2	上級	MS office	10Lakh	大卒[英語専攻]、Business Interpreter & Coordinator経験有
31	女	上級	上級	MS office	7Lakh	大卒[考古学専攻]、Asia Pacific University (Beppu)卒(Comparative Societies and Culture Cluster)日本留学経験有、Office assistant manager経験有
24	女	N1	中級	MS office	8Lakh	大卒[ビジネス経営学専攻]、Business Coordinator 経験有
31	女	N2	中級	MS office	10Lakh	大卒[ミャンマー語専攻]、通訳翻訳経験有
28	女	N3	上級	MS office	5Lakh	大卒[英語専攻]、Adminやジュニア日本語通訳経験有
26	女	N3	中級	MS office	4.5Lakh	コンピュータ大卒、日本語通訳やホテルの受付経験有
29	女	N3	上級	MS office	4Lakh	大卒[化学専攻]、Cashier & Account experiences
31	女	-	上級	MS office	\$800	大学院卒[電気力学専攻]、Business Development Executiveやセルスエンジニア経験有
41	男	-	上級	MS office	15Lakh	大卒[土木学専攻]、土木エンジニア経験11年以上有
31	男	初級	上級	MS office	10Lakh	大卒[芸能学卒]、AGTI(Civil) シンガポールでAutoCAD drafter 経験有
26	女	N3	-	MS office / Java / HTML / CSS Photoshop / Javascript	3Lakh	コンピュータ大卒、Software Engineer経験2年有
27	女	N3	-	MS office / C# / PHP HTML / CSS / Javascript	7Lakh	コンピュータ大卒、Programmer 経験3年有
26	男	N3	中級	MS office	5Lakh	大卒[機械力学専攻]、日本語通訳経験有
30	女	上級	初級	MS office	5Lakh	大卒[地質学専攻]、東日本国際大卒、ヤマトファッション専門学校卒、日本留学経験有
25	男	中級	中級	MS office	4Lakh	医大2年生[退学]、早稲田家福日本語学校卒
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

人材に関する
お問合せ



entry@myanmarjapon.com

☎ 09-2544-91345

5F, Sakura Tower 339 Bogyoke Aung San Rd.
Kyauktada T/S, Yangon

担当: 下山 / ティンザー 日本語・英語・ミャンマー語対応!



週3日からOK!
営業事務 募集!
 スタッフを

サクラタワーに入居するミャンマー・ジャポンで、
 パートとして働いてみませんか?業務内容は簡単な営業サポート。
 週3日から大丈夫です。時間もご相談ください。

【勤務地】

サクラタワーの5F(ダウンタウン、ジャンクションシティ徒歩圏内)

【業務内容】

簡単な営業サポート(書類や進行管理など)

【時間】

9:00~18:00 ※週3日から可。時間も応相談

【条件】

日常会話程度の英語力(ビジネスレベルまでは不要)
 基礎的なパソコン知識
 ※給与・待遇は委細面談にて



【申し込み方法】職務経歴書と履歴書を右記までお送りください。追って連絡いたします。 ☎ info@myanmarjapon.com ☎ 09-3101-9178(武田)

THE
PREMIUM
HOTEL



vol.7

SAVOY HOTEL YANGON

PATRICK PEUKERT GENERAL MANAGER



1.「どんなお褒めの言葉をいただいても常に改善が必要。ヤンゴン随一のホテルとして、ここを選んでほしい」と話すパトリックGM。ドイツ出身。31歳ながら、若くて鋭いGM 2.背の高い木々に囲まれているラウンジェリアのプールは、賑やかな街の喧噪から離れたオアシスの存在 3.ソーシャルメディアでも話題の特製ハンバーガー。ヤンゴンイチのクオリティと名高い 4.コロニアル調の落ち着いた部屋。ロケーションは中心部から車でわずか10分、国際空港から20分にある好立地

プライベート空間を保証するヤンゴン随一のブティックホテル

当 ホテルは1940年代に建設され、当初はアメリカ大使館員や医者などが住むレジデンスでした。95年、現在のオーナーがホテルとして改築したのが始まりです。ファシリティは、欧風とアジア料理を提供する2つのレストランとバー、人気の高いスイミングプール、ビジネスセンター、ブティック、スパを用意しています。

当ホテルのセールスポイントは、コロニアル様式の建物と優雅な雰囲気、そしてここでしか味わえないプライベート空間です。6つのスイートを含む全30室のデラックスルームは、伝統的なマンマのチーク材を家具に使用、広々としたバスルームを備えた旧き良きマンマの魅力を再現しています。

日本人のお客様は、非常に重要なマーケットだと位置

づけています。特に日本人の方々は当ホテルを理解していただけますし、だからこそ我々も高いニーズにお応えしようと努めています。サクラレジデンスに住んでられる日本人のお客様が、よくランチやビジネスミーティングに使っていただけます。価値をわかってもらえる日本人は、非常にありがたい存在なんです。ハンバーガーが人気？ そうですね。シェフが考案したジューシーなハンバーガーは、試行錯誤を経て完成したものです。肉、パンズに至るまでファストフードとは一線を画すクオリティ。もし食べられていない方はぜひとも試してもらいたいですね。

マーケットは常に変化する
だからこそ日々改善が必要

私はスイス、イギリスでホテルマンとしてキャリアを積み、チャレンジをしたいと考えていたときにガパリの求人を見つけました。そこで3年ほど働き、ここに来ました。ホテルの課題は常にあります。時代に合わせてマーケットは変化していくからです。ハンバーガーもそうです。このままと同じでは、いつか飽きられてしまいます。だからこそ、我々は日々あらゆるサービスのブラッシュアップに努めています。

今後ヤンゴンでは多くのホテルがオープンします。私はホテルのクオリティを高めながら、利用客を増やさなければなりません。そのためには、大手チェーンとは違うプライベート空間を味わってもらい、お客様に心から安らいでもらうことが大切です。お客様にそのように感じてもらうことが、私にとっての最上の喜びでもあるのです。



元祖焼き餃子30個(豚肉/鶏肉) 11,500Ks



OSAKA OHSHO JAPANESE RESTAURANT



若鳥の黒酢あんかけ 4,900Ks



海老のチリソース 5,300Ks

安心の「日本式中華」をデリバリー! 自宅で餃子パーティーはいかが?

「日本風の中華料理が食べたい!」。日本人がたまに抱くそんな欲求に応えるお店をご存知「大阪王将」です。大阪の京橋で1969年に創業した同店は、2015年にミャンマー進出。日本人・ミャンマー人双方から人気を博し、現在は市内に3店舗を展開しています。いずれもアクセスしやすい場所にありますが、雨季のこの時期は、外出が億劫なもの。そんなと

きにおすすめなのが、今ヤンゴンで勢いを増しているデリバリーサービスです。配送サービス3つに対応しているので、使い勝手は抜群。ランチはもちろんですが、新たに30個入りの餃子がメニューに加わったので、自宅のパーティーにも最適です。

もちろん、お近くの人は店舗に行くのもおすすめ。来店者にうれしいサービスを随時展開中です。



味噌/スパイシー味噌ラーメン 5,500Ks



ゴマドレ又焼サラダ 4,000Ks



チンジャオロース 3,900Ks

ほかにも人気メニューがたくさん!

唐揚げ	4,000Ks	カツ丼(豚カツ/チキンカツ)	5,900Ks
マーボー茄子	3,900Ks	10種類の野菜炒め	2,900Ks
醤油ラーメン	4,500Ks	ピリ辛もやしナムル	1,500Ks
豚骨ラーメン	6,900Ks	春雨サラダ	2,500Ks



牛丼/豚丼 4,500Ks



五目炒飯(豚肉/鶏肉) 3,000Ks

デリバリー方法は3つ!

ヤンゴン市内で展開するフードデリバリー3社に対応!PC・android・iOSと対応機種が異なるため、自分に合ったサービスを選びましょう



Yangon Door 2 Door

PC android iOS

www.yangond2d.com



Deliverink

android

www.deliverink.net



Food 2 u

PC

www.food2u.com.mm

タームエ、パズンタウン、ダゴンの3店舗で、さまざまなキャンペーンを実施中!

Tamwe店(1号店)

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

Yae Kyaw店(2号店)

No.(73), Yae Kyaw Street, Pazuntaung Tsp, 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 Tsp, Yangon, Myanmar.
Tel: 09-258-6766-33 MAP : P26-B1

来店者にオトクな 2大特典

①ハッピーアワー

餃子12個をオーダーすれば「餃子6個」か「KIRIN ICHIBAN 生」が無料に!開催はなんと毎日、14時~18時までのオーダーに適用されます。週末のちょい飲みにも最適!

②大抽選会

来店時に名刺を出すか、申込用紙記入で抽選に参加可能。毎月1日に当選者が発表され、大阪王将3店舗で使える50,000Ksのギフトパウチャーなどが当たる! 2017年12月1日まで。

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

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

09-26331-0909 / 01-201-689

No(80) 50th Street (Middle Block) Pazundaung Tsp

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、 昆沙門イナダ、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)

11:00-14:00 17:00-23:00

Merchant Rd.(通称コンテナラン)と37st.南に入り右手

デリバリー受付中!

定番弁当12種、日替わり弁当、蕎麦屋の出汁カレー、鮎桶盛合せ、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

「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!

個室有、ご宴会・パーティー承ります

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

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

MANPUKU

TOKYO BBQ DINING

“DICE CUT” STEAK Rib Eye Roll 45,000Ks

“MISUZI” Top Blade 40,000Ks

“YAKI SHABU” Thin Sliced Chuck Roll 38,000Ks

特選和牛メニュー 増やしました。 選び抜かれた 極上部位を ご賞味あれ

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

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

TSUKIJI TEMPURA KUROKAWA

一つ一つ丁寧に目の前で揚げる 築地天ぷら黒川

新コースメニュー登場! 18\$より

09-253-440001

11:00-14:00 / 17:00-22:00

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

BIKKURI SUSHI&SASHIMI

Japanese Restaurant

「ミャンジャポ!」を見たで! お会計より 5% OFF!!!

20名様以上の宴会も可!

09-502-1876 09-510-8026

11:00a.m - 11:00p.m

No.(16), 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種品揃え! 8名個室&32名個室で宴会も! YangonDoor2Door配達中!

お陰様で9月で4周年! 感謝キャンペーン実施!

創作和食 いずみ

Japanese Restaurant izumi

09-2609-11585, 09-4211-44386

11:30 - 14:00 / 17:30 - 22:00 不定休

Tower-A(8C) Diamond Condominium, Pyay Rd., Kamayut Tsp.

OReno Kitchen

ボリューム満点の焼き鳥丼 6,000Ks

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 唯一の焼き鳥の名店。

09-962-922298 11:30-14:00 / 16:00-22:30

Yangon No.15B, Nawaday St Yangon

ダーツ・カラオケ・スポーツ観戦

飲んで! 食べて! 遊べる! お店

大画面観戦 プロジェクターで

9.5\$ 22:00 KICK OFF

ロシアワールドカップ アジア最終予選 日本vsサウジアラビア

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!

09-4575-71551 11:30-翌2:00(L.O.1:30)

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

喜洋洋

小籠包 餃子

小籠包 4,000ks 餃子 3,500ks

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

「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 Nyaung Tong Rd., and Baho Rd., Saunghang 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) 1 526289, 526298, 526305 F: (+95) 1 524891, 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

気取らない雰囲気でおしゃれイタリアンを

Tuscany Dining and Bar

Tel: 01-377021, 09-262386159

Address: No.(67),Sule Pagoda Rd., Kyauktada Tsp, Yangon | マハパンドウラ公園至近
Map: P27-C3 Email: tuscany.mm@gmail.com

DIVINO
ITALIAN RESTAURANT
TANSAI

Reservation 01-525-935, 09-303-13888 Address No, 61 University Avenue Bahan Tsp.
Opening Hours 12:00 to 22:30 Map P24-B1 divinoyangon/facebook.com

台湾発祥
天香回味鍋
鴛鴦鍋

激辛とマイルド味が一度に楽しめ、68種類の生鮮や香辛料が入ったヘルシーな薬膳鍋

安い・美味しい・ヘルシー。
薬膳火鍋

お一人様 10,000Ksあれば大満足!

Tian Xiang Hot Pot

[1] 09-2542-66705 / 09-2639-59717 11:00 - 23:00 年中無休
[2] 09-7997-77686 / 09-7737-72937 1] P27-C2 [2] P26-B2
[1] No.(38/40), Boyaryunt St.(Upper Block), Yaw Min Gyi Ward, Dagon Tsp.
[2] No.(261), Corner Of Anawrahta Rd. & 8th St., Lanmadaw Tsp.

緑に囲まれた優雅な空間で大切な人におもてなしを

00-1370-177, 00-9964-370177 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

Yangon People's Park Compound, Ahlone Rd., Dagon Tsp.
info@theyangonrestaurant.com
www.theyangonrestaurant.com

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 Bar 11:00 - 23:00 P24-A3
Pa/25 Padonmar St., Shinsawpu Quarter, Sanchaung Tsp.

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

L'OPERA

VISA MasterCard JCB MPU Wi-Fi operayangon

09 7303 0755

OSAKA OHSHO
JAPANESE RESTAURANT

Hot Line: 09 262755500

Tamwe店(1号店)
No.(256), Kyaik Ka San St. (Coner of Thadi Pahtan St, Kyauk 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
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

Corriander Leaf

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



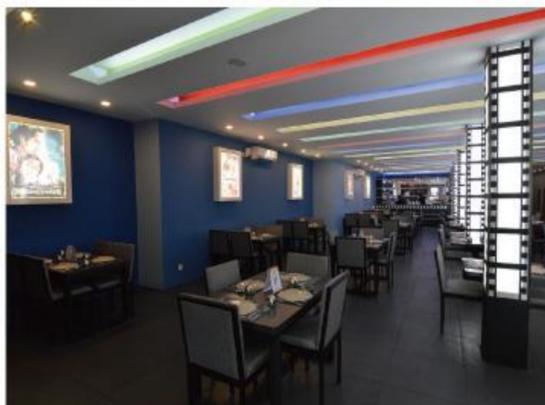
「Chicken Dum Biryani」(8,500Ks)。
「ダム」とは低温でじっくりと火を通す加熱法のこと。
閉じ込められた肉汁と香辛料の複雑な味わいが絡み合って美味。
一緒に出てくるヨーグルトを少しかけるとより深みが増す



「Paneer Tikka Pizza」(12,000Ks)。ヨーグルトと香辛料に漬け込んだ鶏肉「ティッカ」をクリスピーなピザにトッピング



インドのストリートフードとして有名な「Paneer Tikka Roll」(3,500Ks)。
インド版チーズ「パニール」が香ばしい



壁の映画ポスターやフィルムを模した柱など、ポリウッドを意識した新店舗。
カラオケも楽しめる最大40名収容のVIPルームも用意されている

Other Menu

Dosa	3,500Ks
Dal Peshawari	3,500Ks
Mutton Pudina Seekh Kebab	12,000Ks
Prawn Shashlik	14,000Ks

Shop Data

☎ ①【ヤンゴンインターナショナルホテル店】01-2302-069/ 09-4318-5008
②【シェエゴンダイン店】01-5486-47

🕒 11:00~23:00

📍 ① Bldg., No.12, Ahlone Rd.,
Yangon International Hotel Compound
② 312A East, Shwegonedaing Rd., Bahan Tsp.

☎ ① P26-A1 ② P25-C2 🍷 なし 🍺 あり

“

在住インド人が足繁く通う老舗インド料理店

”

北西部でインドと国境を接するミャンマーには、多くのインド人が在住している。母国の味を求める彼らのためにコリアンダーリーフがオープンしたのは6年前のこと。以来、インド人はもちろん、多くの外国人も通う人気店に成長した。

この店でおすすしたいのはインド版炊き込みご飯「チキン・ダム・ピリヤニ」だ。低温加熱した鶏肉がゴロゴロと入っていて、食べごたえ抜群。ピリ辛テイストで万人に受ける味わいが魅力だ。一方、伝統的なインド料理にとどまらず、常に新たなメニューを開発し続けるのもこの店の強み。特にイタリアンとのフュージョンに力を入れていて、チキンティッカをトッピングしたピザなど、新感覚料理も楽しめる。

これまでヤンゴンインターナショナルホテルとスターシティに店舗を構えていた同店が、7月中旬にイーストシェエゴンダインに新店舗をオープン。ポップでおしゃれな店内は、友人同士の会食に最適だ。

タウンポーカラターチャツ

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

The Best Myanmar 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
心ゆくまでご堪能ください。

当レストランの料理は
すべて健康に配慮しています。

Padonmar Restaurant
Fine Dining Myanmar & Thai Cuisine
www.myanmar-restaurantipadonmar.com

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

ヤンゴンで唯一無二の
夜景があなたを癒す。

Yangon Yangon

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

Corriander Leaf Indian Family Dining
Tel 01-2302069, 09-43185008
Open 11:00-23:00 Map P26-A1
Building No.12,Ahlong Rd., Yangon International Hotel Compound,Yangon

Corriander Leaf Restropub
Tel 01-548647
Open 11:00-23:00 Map P25-C2
No.312/A, East Shwegonediang Rd., Bahan Tsp.,Yangon

Corriander Leaf(Star City)
Tel 05-623150~3, Ext:1309
Open 11:00-23:00 Map P29-A1
Unit No.53,Wing(C),Building A-5,Star City, Thanlyn Estate Development, Kyaik KhaukPagoda Rd.,Yangon

www.corrianderleaf.com

在緬インド人が通うヤンゴンの老舗

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

VINTAGE LUXURY
YACHT HOTEL

No.6, Botataung Jetty, Near Botataung Pagoda, Saikhan Township, Yangon 11162, Myanmar. Tel: +951-9010532 - 9010533, +959-250446974. Email: info@vintageluxuryhotel.com, www.vintageluxuryhotel.com, Facebook: Vintage Luxury Yacht

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

スマホ・PCで簡単フードデリバリー!

Food2u
#AlwaysWithYou

www.food2u.com.mm 095130403, 09977202015 @food2umm

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

世界に
日本の、
冷蔵庫を。

開けたら
閉める!

冷やすことに、
熱すぎる会社。

おいしい
温度を
つくろう。

省エネに
一生懸命

業務用冷蔵庫・冷蔵ショーケースのリーディングカンパニー
FUKUSHIMA KOGYO MYANMAR CO., LTD.
Arai (+95) 094 2238 9224 Hamano (+95) 097 6615 7720
Fukushima.oversea myanmar@fukushima.co.jp

cremorio Advertising & Brand Strategy
智・揚・伝・播

Our Services
● Flyers/Poster
● Company Profile
● Business Cards
● Banners
● Brochures/Menus
● Stickers
● LightBox(Canvas,Backlit)
● Roller Stand/X stand/Window Stand
● KT Board/PP Board/All in one Board
● POSM Gift Item(Shirt,Cup,Pen,...)

we designing your idea

No (1) NameCard
Printing In Myanmar

Digital Printing/Offset Printing/Vinyl Printing/Inkjet Printing

看板メニューの「天香回味鍋-鴛鴦鍋-」。サイズによって価格が変わり、大は4,500Ks、中は4,000Ks、小は2,500Ks。大人数から一人鍋まで対応でき、ランチタイムに一人で食べに来る顧客も多い



Tian Xiang Hot Pot

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



具は安いもので800Ks程度からラインナップ。2,000Ks程度の価格設定が多いので、一人1万Ksで十分に満足できるだろう



カウンターには自由選べるタレが置かれていて、醤油やゴマ油のほかニンニクやネギなどをミックスして好きな味で楽しめる



新店舗はアノーヤター通り沿い、ジャンクションモーティンの向かいに立地。広々とした店内には4人席と8人席がある

Other Menu

イカしんじょ〜竹筒入り〜	2,000Ks
水晶包(豚肉とコーンの餅団子)	2,500Ks
蒙古包	2,800Ks
ウニ団子	3,500Ks

Shop Data

☎ ① 09-2542-66705 / 09-2639-59717
② 09-7997-77686 / 09-7737-72937

🕒 11:00~23:00

📍 ① No.(38/40), Boyarynunt St.(Upper Block),
Yaw Min Gyi Ward, Dagon Tsp.
② No.(261), Corner Of Anawrahta Rd.
& 8th St., Lanmadaw Tsp.

☎ ① P27-C2 ② P26-B2 🍷 なし 🍺 なし

“

68種類の生薬・香辛料が入った極上の薬膳鍋

”

チングスハーンが考案したとされる「薬膳火鍋」を元に作られ、台湾で人気の「天香回味鍋」を提供するのが「ティン・シャン・ホットポット」だ。朝鮮人参やナツメなどの生薬や香辛料が68種類も入ったスープが最大の特徴で、一つの鍋を2つに分ける形でスパイシーな「天香」と、やさしい味わいの「回味」の両方を堪能できる。具は牛肉、鶏肉、魚介、野菜はもちろん、餃子や「蒙古包」(魚のすり身と豆腐を混ぜた皮の中に竹の子入りの餡が入ったもの)などが揃い、その数はおよそ100種類ほどと、目移りしてしまうラインナップ。食の好みを問わずに利用できるのので、大人数の宴会には最適な店と言えるだろう。店内は清潔で、日本語メニューも用意されているので、気軽に利用できるのがうれしいポイントだ。

そんな同店が先日ランマドゥーに2号店をオープン。ポヤニョット通りの1号店と合わせて、ランチや会食の選択肢に加えたい一軒だ。

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 絶賛店舗中! 新居転居

MYANMAR A&K Company Limited

お問合わせは はこちら! 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**

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.

Seaberg Travels & Tours let your memo be with Seaberg

Nyaung Oo Phee Island
Kyat Mount Island-Ranoung
Kyat Mount Island
Lampi, Ranoung
Thu Htay Kyun, Kyat Mount Island
LamPi, Makyanegett, Jalann, Nyaung wee
Daily Island Trip

- ・毎日24時間対応のサービス体制
- ・ポートレタルを始めとした充実のアイランドトリップ
- ・ホテル、航空券予約
- ・各種パッケージツアー
- ・レンタカー
- ・クルーズツアー

Tel:09-777432011、09-967777889 Facebook: seabergtravels Email:sbt.seaberg@gmail.com

Ruby Garden Hotel

ロングステイディスカウント実施中

No. 631 Pyay Road, Kamaryut Township, Yangon, Myanmar.
T: (+95) 1 511 545, 534 439, 505 400
E: reservations@rubygardenhotel.com
www.rubygardenhotel.com
rubygardenhotel M: P23-B4

VISA JCB MasterCard

NOVOTEL HOTELS & RESORTS INLE LAKE MYAT MIN

NOVOTEL INLE LAKE MYAT MIN IS LOCATED ON THE EASTERN BANK OF THE PEACEFUL AND BEAUTIFUL INLE LAKE IN MYANMAR. NOVOTEL INLE LAKE IS THE PERFECT PLACE TO STAY DURING YOUR VISIT TO THIS BEAUTIFUL REGION. THE RESORT OFFERS 62 JUNIOR SUITES, 57 VILLAS OVER THE LAKE AND 2 PRESIDENTIAL VILLAS, 2 RESTAURANT, A SPA, SWIMMING POOL AND MEETING FACILITIES.

NOVOTEL INLE LAKE MYAT MIN, MINE THAU K VILLAGE, NYAUNG SHWE TOWNSHIP
HTTPS://WWW.NOVOTEL.COM/9395 INFO@NOVOTELINLE.COM WWW.NOVOTELINLE.COM

ミャンマーで唯一、日本のレンタカー専門会社が運営している会社です。

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

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

Relief Safety Trust Low Cost

日本式教育の運転手 (日本語か英語にて入社試験実施)

ご納得いただける価格でのご提供

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

UCHINO Bath Designs TOKYO JAPAN

日本のタオルブランドが ヤンゴン初上陸

赤ちゃんの口に触れても安心・安全。まいにちの生活を豊かに

tel. 09-4200-06515 open. 9:00-21:00

Junction City, Level 4 No. 414, Corner of Bogyoke Aung San Road and Shwedagon Pagoda Road, Pabedan Township, Yangon MAP: P26-C2
Dagon Centre II, Level 4 No. 262/264, Pyay Road, Sanchaung Township, Yangon. MAP: P24-A3
Parkson Junction Square, Level 1 No. 1, Between Pyay Road & Kyuntaw Road, Kamayut Township, Yangon MAP: P24-A2

ミャンジャボ!の 広告

Your AD Here!

\$98

広告掲載に関するお問い合わせ 09-3101-9178 Contact Personnel 下山・Sithu(日本語・English・Burmese)

ヤンゴン・シュエ・スタイル

Yangon Shwe Style

ヤンゴン在住の地元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 ミャンマー緑茶の飲み比べ&お茶菓子

yangon shwe style 情報局員: tabby, Miyu, Mariko, miyu, Choco

ミャンマーは、お茶の産地です。今回はお土産にしやすいティーバッグスタイルと、お茶葉をそのまま入れるタイプの定番ミャンマー緑茶の飲み比べ、そしてミャンマーで作っているお菓子を試食してみようと思います。

★ミャンマーのお茶

ミャンマーの緑茶の多くは東部のシャン州で栽培されています。世界的なお茶の産地として知られる中国の雲南省と接しているため、古くからお茶の栽培が行われてきたようです。ミャンマーの緑茶は日本の緑茶と比べると色が茶色で、これは蒸しと揉みの方法が異なるため。種類は日本の緑茶と同じ不発酵茶に分類され、成分は日本の緑茶とあまり変わらないそうです。

イギリス植民地時代に伝わった紅茶も広く飲まれています。練乳をたっぷり入れた甘いミルクティ「ラベツイエ」として飲まれることが多いようです。また、お茶の葉のサラダ「ラベツウ」などもあり、お茶の葉を食用にも利用するお茶大国なのです。

★ミャンマー産お茶飲み比べ評価

「nara green」



National International Commercial Enterprise Ltd.

グラムあたり36ks / ティーバッグ25袋入り箱(50g) 1,800ks

ほのかな香りと程よい苦みで飲みやすい。日本人が好みそうな味の緑茶で日本食にも合いそう。パッケージもかわいくて、ティーバッグのためお土産に◎。

「GREEN TEA 緑茶」



PINSALI

グラムあたり21.6ks / ティーバッグ25袋入り箱(62.5g) 1,350ks

中国茶独特の風味がある。好みが分かれる味。

「Nagar English Breakfast Tea」



Thuriya Win Co.,Ltd.

グラムあたり15ks / 100g箱1,500ks

ミャンマー式のお茶の葉をそのまま湯のみに入れて飲むタイプ。薄味で飲みやすく、食事に合いそう。お茶の葉が口に入らないように飲むのがポイント。

「Nagar Finest Myanmar Tea」



Thuriya Win Co.,Ltd.

グラムあたり39ks / ティーバッグ25袋入り箱(50g) 1,950ks

少し香りは弱いですが、日本でもよく売っている一般的な紅茶と同じクオリティ。値段の割にはいいかも。

★ミャンマーのお茶菓子

ミャンマーの一般的なお菓子ってどんなものがあるのでしょうか。今回はマーケットプレイスで買えるもので、日本人の口にも合いそうなものを探してみました。

ミャンマーのお茶とお茶菓子は、日本の味に近いものもあり、親しみが持てました。時にはラベツイエサイ(喫茶店)に座るミャンマー人のお茶を飲みながらゆっくり過ごすのもいいですね。ぜひ試してみてください。

★ミャンマー産お茶菓子食べ比べ評価

「豆腐チップス」



750ks

脂っこくなく、No MSG, Cholesterol Free Oil, No Preservative とヘルシーなスナック。ほんのり塩味のサクサク食感なので子どものおやつとしてもオススメ。

ミャンマー産ポテトチップス

「Mr.Potato」



200g 1,450Ks / 100g 750Ks

Original, Sweet, Spicyと3種類の味があり。Originalは薄い塩味で、日本の一般的なポテトチップスよりも分厚く、脂っこい。プールサイドでビールと一緒に食べたい味。

「ジャガリースティック」



20本 600Ks

黒糖のような優しい甘さで片手で食べられるので、仕事での糖分補給にも最適。少量でも満足できそう。温かいコーヒーや紅茶に溶かすと、カaramelのような香りがしておいしい。

揚げ麺のお菓子

「サーカレークエ」



420Ks

見た目から「鳥(サーカレー)の巣」という意味の名前だそうで、豆からできているそうです。太麺を揚げたような食感で割と薄味なので、自分で味を少しアレンジしてもよさそうです。



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 カンドーヂ
 - OTAKE
 - 築地 天ぶら黒川
 - OUTER ROOM
- SHWE KAUNG HOT POT (NANATAW RD.)

ルーフトッパー

- 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 カンドーヂ / 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(ティンガンチュンを除く)	11:00~14:00, 18:00~21:00	www.operayangon.com
AWAのお弁当	09-7926-55994	ダウンタウンから8マイル	平日 10:00~18:00	awa.yoko.hayami@gmail.com
あないも	09-2504-37706	北部はシェゴンドインまで	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!

毎日定時の
ドアツードア
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



- 1 フライパンを熱してにんにくを香りよく炒めたら、チリパウダーと干しエビを加えてさらに炒める。
- 2 鶏むね肉は塩をひとつまみ入れて茹で、そのまま鍋の中で粗熱をとり、冷めたら手で割いてほぐす。
- 3 もやしは洗ってからサッと湯通しして、ザルに上げておく。
- 4 麺をお湯で温めて器に盛り、2、3、紫キャベツ、コリアンダーなどをトッピングする。
- 5 チキンパウダーを大きじ2杯の水で溶いて、1を加えて塩で味を調え、さらにお好みでナンブラー、ライム、グリーンチリなど添えたらできあがり。

材料 2人分

米粉の麺(ゆで麺) 200g(175kcal)	チキンパウダー 大きじ1杯(21kcal)	グリーンチリ(小口切り) 適量
鶏むね肉 100g(191kcal)	ナンブラー お好みで	にんにく(みじん切り) 4かけ(32kcal)
もやし 50g(8kcal)	ライム(くし切り) 1/2個(4kcal)	干しエビ 大きじ1杯(16kcal)
紫キャベツ(千切り) 1枚(10kcal)	塩 適量	ピーナッツオイル 大きじ2杯(222kcal)
チリパウダー 小さじ1杯	コリアンダー(小さめのざく切り) 適量	

合計 679kcal(1人分340kcal)

ワンポイントアドバイス

シャンはシャンライスが有名ですが、麺はいろいろな米粉麺が主流。ミャンマー料理の中でも日本人好みで、あまり脂っこくないのがポイントです。ご家庭でも簡単に作ることができます。



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7回

Taing Yin Thar

奥深いミャンマーの食文化が一堂に会するお店

多民族国家であるミャンマーには、各地方ごとに彩り豊かな食文化を有しています。そんなミャンマー各地の料理を1ヵ所に集めたのが、ミャンマー語で「すべての民族」という意味の店名を持つ「タイ・イン・ター」です。

数ある料理のなかで特におすすめなのが「チェ・カチン」。カチン州で古くから食べられているこちらの

料理は、ボイルされた鶏肉に、梅干しに似た「チンゾーカーティ」や、「パッパー」という香り高い葉などがたっぷりと絡められ、豊かな香りと味わいを演出しています。

初めてミャンマーに来る日本からのゲストを連れて行くお店としては最適の一軒。また、ミャンマー人との会食に使える、話が弾むこと間違いありません。



チェ・カチン(カチン風茹で鶏) 7,000ks



ピリ辛テイストはご飯にもお酒にもぴったり!
辛さが苦手な人はオーダーの際に言えば調整可能です

☎ 09-7871-54799 📍 No.(2/A), Kanbae Rd., (6)Quarter, Yankin Tsp.

🕒 10:00~22:00 📍 P23-B4 🏠 休なし 📌 あり

📱 taingyintharrestaurant



ジャン州の鯉料理やラカインのスープフードサラダなど、各地方の味の違いを楽しめます



清潔な店内には個室も完備。有名旅行サイトで常に高評価を得ているのも納得のお店

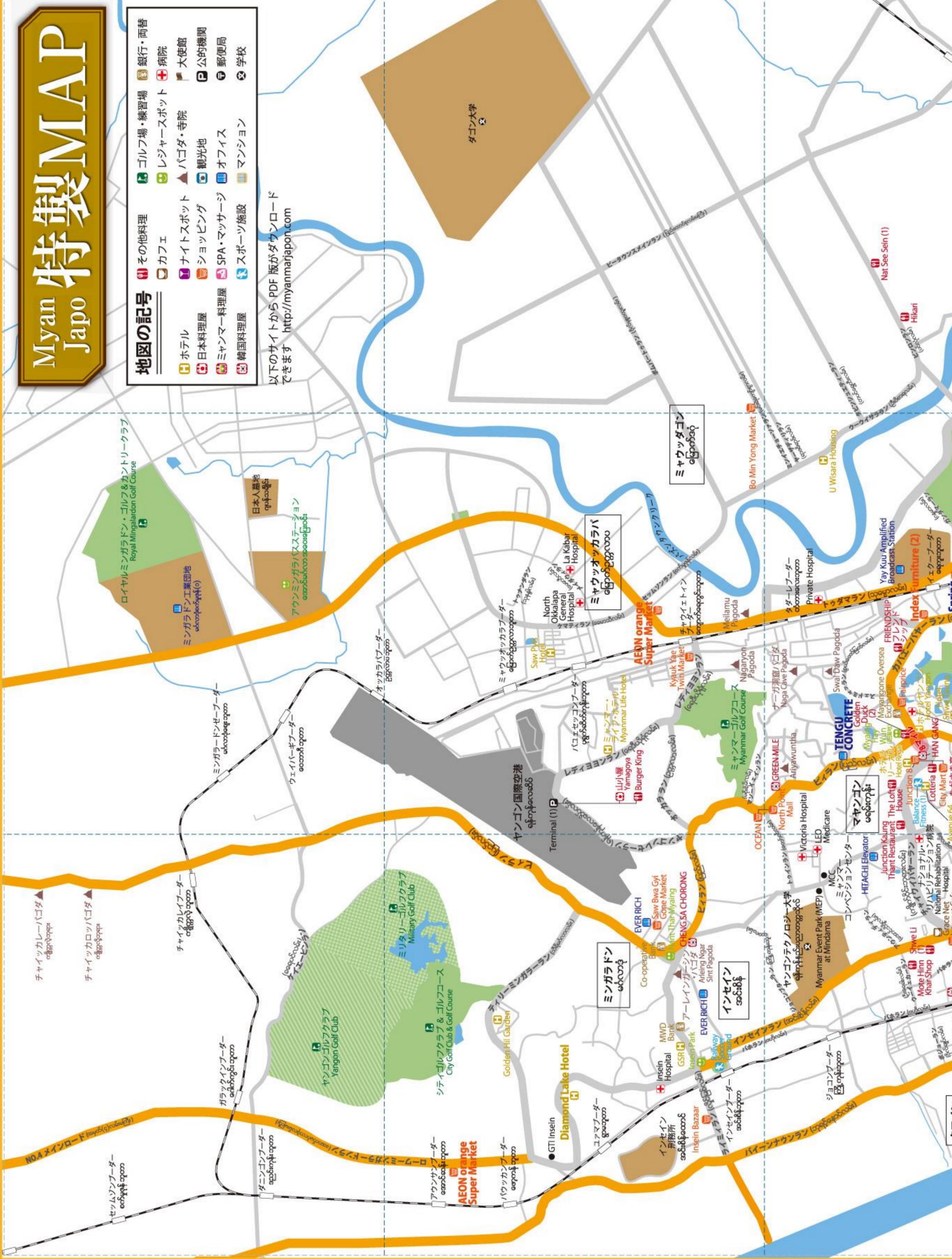


市内に2店舗を展開。写真のヤンキン店が日本人でもアクセスしやすくおすすめです

Myan Japo 特製MAP

- 地図の記号**
- 🏠 その他料理
 - 🏌️ ゴルフ場・練習場
 - 🏦 銀行・両替
 - ☕ カフェ
 - 🎮 レジャースポット
 - 🏥 病院
 - 🏨 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



**タクシー運転手対策の
ミャンマー語表記**

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



ヤンゴン(ラングーン)全域
Yangon (Rangoon)

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

シュエダゴン・パゴダ周辺
～インヤー湖(南)

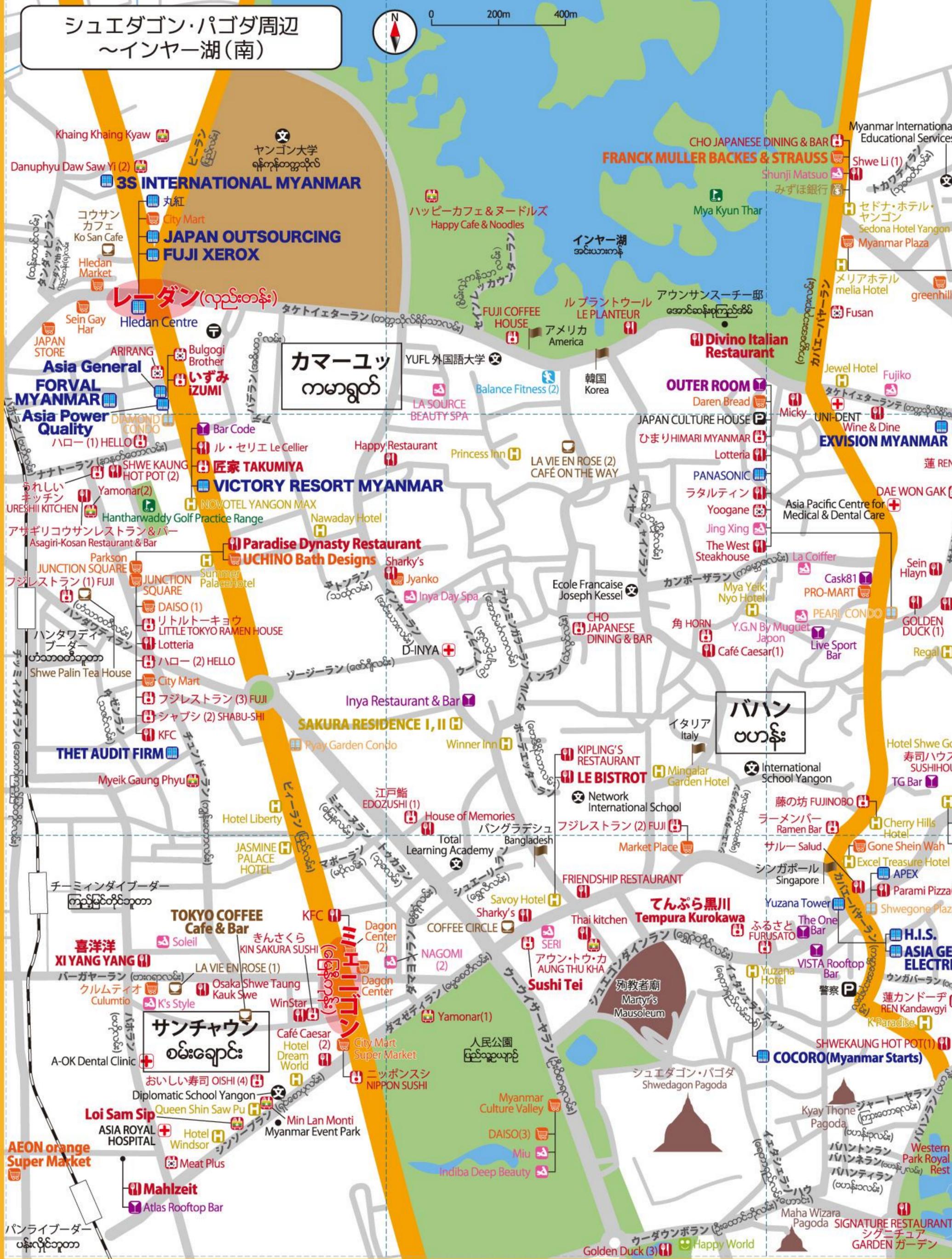


0 200m 400m

1

2

3



ヤンキン
ရန်ကင်း

ティンガンヂュン
သက်န်းကျွန်း

タームエ
တာမွေ

ミンガラタウン
မင်္ဂလာတောင်ညွန့်

チャウミヤウン
(ကျောက်မြောင်း)

NICE MYANMAR TRAVEL & TOURS

AEON orange
Super Market

The JAPAN BRAND

Super One
Super Market

HITACHI SOE
ELECTRIC &
MACHINERY

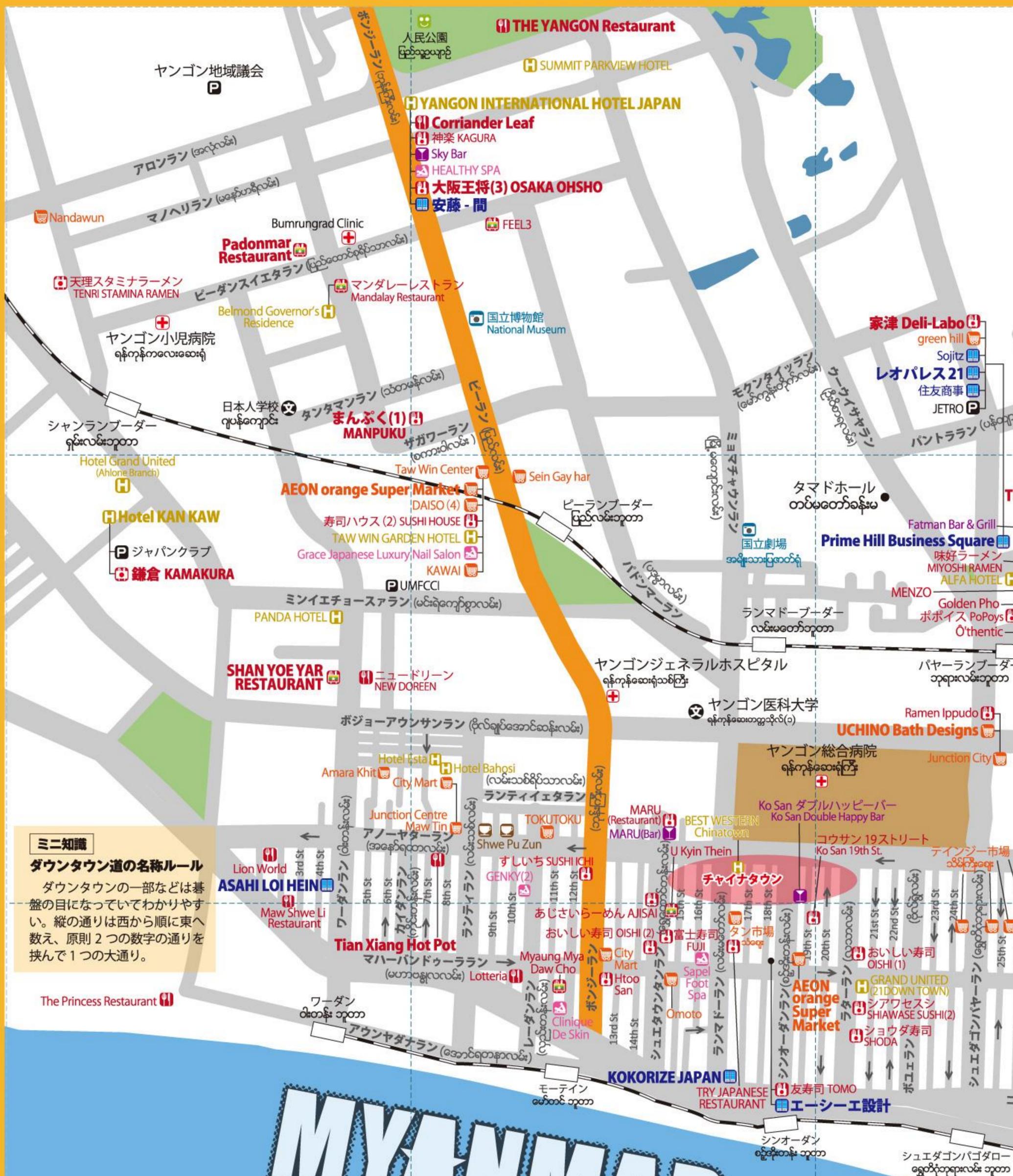
UCHIDA YOKO
(Royal Modern Furniture)

AEON orange
Super Market

大阪王将 (1)
OSAKA OHSO

びっくり
BIKKURI SUSHI &
SASHIMI

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



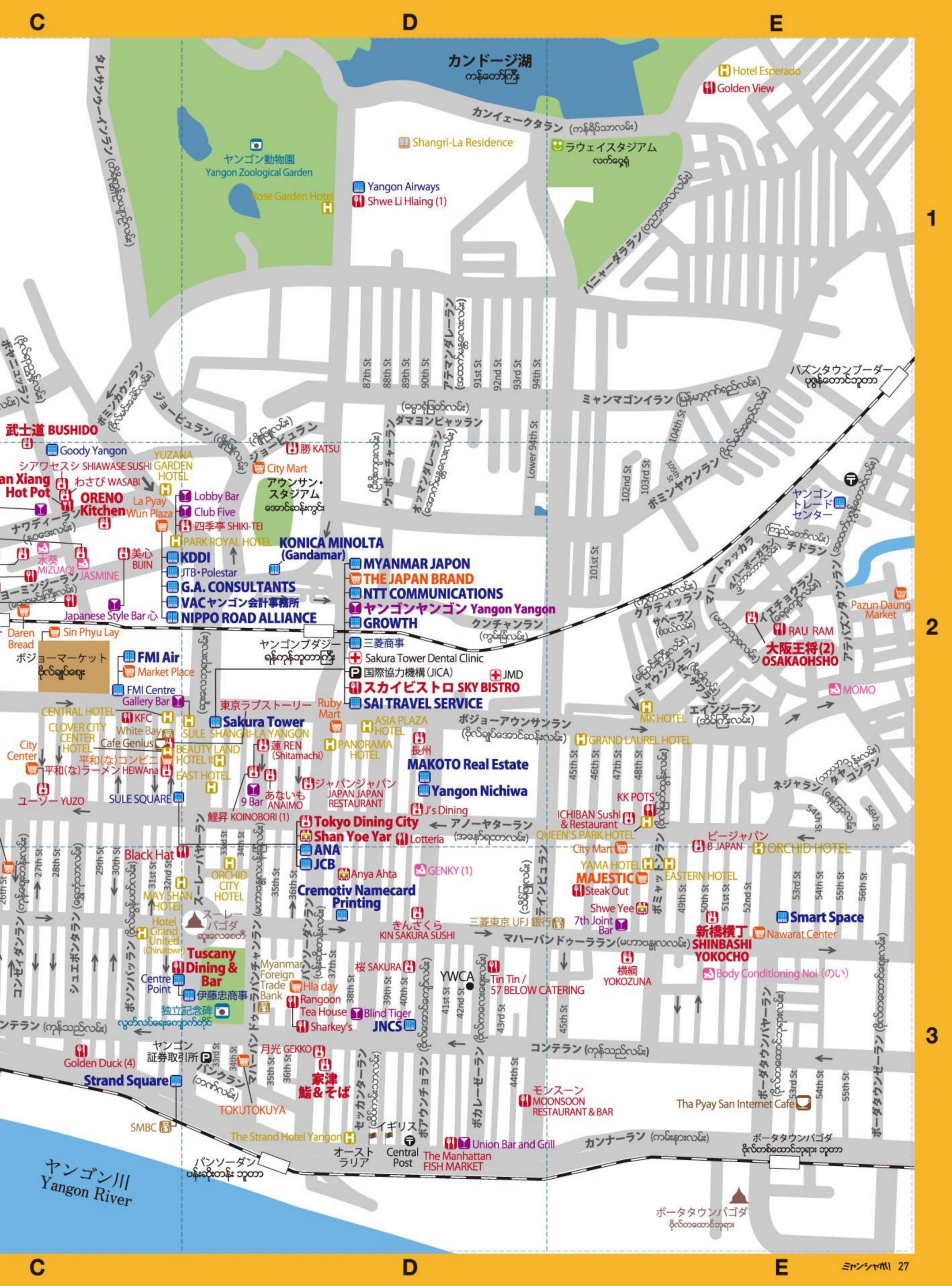
ミニ知識
ダウンタウン道の名称ルール
 ダウンタウンの一部などは基盤の目になっていてわかりやすい。縦の通りは西から順に東へ数え、原則 2 つの数字の通りを挟んで 1 つの大通り。

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



MYANMAR JAPON



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

ロイヤルパレスホテル Royal Palace Hotel
サンヤモンホテル San Yamone Hotel
Myanmar Force Hotel
Shwe Gone Dine Hotel
Shwe Ingyin Hotel
Saung Thazin Hotel
Oattara Thiri Hotel
San Chain Hotel
ファミリー
ユナイテッドパワー
ショッピングモール
ティリマンダイラン
Myanandar Hotel
ネピドー中央駅
Thinwindaing Pagoda

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
တာဂေကတ

Asia Point Sea View Restaurant
Yangon Water Boom

Star City
City Mart
江戸鮓 Edozushi(2)
焼肉深川 Yakiniku Fukagawa
鯉昇 Koinobori(2)
蓮 Ren (2)
Corriander Leaf
DULWICH COLLEGE YANGON

タンリン
သန်လျင်

ティラワ経済特区

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

WH Hotel

チャイカウパゴダ

MYANMAR KINAN

MJTD

DIAMOND RENTAL MYANMAR

ティラワ地区港

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



250ヤード超
飛ばせるのには
理由があつた!

上田桃子を見ても分かる通り、スイング中は遠心力が働くため手元はアドレスよりもインパクトのほうが高くなる。この手元の浮きをいかに抑えるかで、ボールのつかまり、飛距離が変わってくる

女子プロたちがやっている!

手元が浮かないインパクト

秘



力比べなら女子プロに負けない男性アマチュアゴルファーはたくさんいるはず。
なのに飛距離で劣ってしまうのは、なぜだろう？
アマチュアは少しでも強振すると手元が浮いてフェースが開いてしまう。
一方、女子プロたちはそれがわかっているからインパクトで手元を低く抑える術を知っているのだ。
効率的に250ヤード以上を飛ばす秘密はズバリこれだ!

インパクトで
手元は
へその下!

左肩を低く長く動かす

手元を浮かさないために、上田桃子が心がけているのが左肩の動きだ。低く長く動かすことで上体の開きが抑えられ、当たりが分厚くなる。

右ヒザの内側で ボールを押す意識なら 左肩が上がらない

飛距離にも方向性にも影響するのがインパクトゾーンの長さです。ヘッドを低く

長く動かせば、ボールをしっかり押し込め、分厚いインパクトをつくるができます。重要なポイントは、手元の浮きを抑えること。上体が開いて前傾姿勢が起き上がってしまうと手元も浮いてしまい、インパクトゾーンが短くなってボールがつか

まりません。

手元を低く抑えるコツは、ダウンスイングでへその下を目掛けて手元を下ろすこと。ただし、腕の動きだけを意識してもうまくいかないの、肩を意識しましょう。左肩を低く長く回してみてください。上体の開き

が抑えられ、手元を低く抑えたインパクトができるはず。このとき、右ヒザの内側でボールを押すイメージを持つと、左肩が上がりにくくなります。



トップからダウンスイング、インパクトにかけて、左肩の高さをキープしたまま動かそう。肩が上下しなければ、手元の浮きを抑えられる

右ヒザの内側で
ボールを押すイ
メージ

左肩が上がって肩が縦
に回転すると、インパ
クトゾーンが短くなり
手元が浮いてしまう



辻村明志

つじむら・はるゆき / 1975年生まれ、福岡県出身。チャレンジツアーやアジアツアーで選手として活動後、ツアーコーチに。現在は上田桃子らのコーチを務める



ダウンスイングで左ワキ腹が伸びると、前傾姿勢が起き上がり手元が浮く

左ワキ腹を伸ばすな!

ダウンスイングで左ワキ腹が伸びると、左肩が上がります。左ワキ腹を緩めないことが大事です。両ヒザを地面についてアドレスしてください。そして左手一本でシャドースイング。インパクトで指先が地面に触れるように振ってください。左ワキ腹が伸びると、上体が起き上がり地面から指先が離れることに。手元が浮いている証拠です。

ジョーダン・スピースが明かした「ボクのスイングは変じゃない!」

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

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

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

無料お試し版

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!

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!

効果
抜群

MYANMAR JAPONの広告

MYANMAR JAPON



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

ミャンマー進出前のタイ企業にPRしませんか?



バンコク版 MJビジネス 創刊!

企業直送数
圧巻の1万1000部!

タイの企業はミャンマーに 注目しています!

ミャンマー進出前のタイ日系企業に向けて、御社の
製品・サービスを紹介しませんか? MJビジネス・
バンコク版は、ミャンマービジネスのゲートウェイ
(窓口)として、タイで存在感をアピールします!

媒体概要

創刊	2017年10月1日(予定)	配布地域	タイ・バンコク
発行	毎月1日前後	仕様	A4中綴じ・16ページ・フルカラー
発行部数	12,000部	価格	無料

特約メディア The Mirror / Myanma Alinn Daily(The New Light of Myanmar)
The VOICE Daily / 7DAY DAILY / 7DAY WEEKLY
THE YANGON TIMES DAILY / THE YANGON TIMES WEEKLY

JETRO、紀伊國屋書店でも配布!

バンコクの“ビジネス情報マガジン”「Info Biz THAILAND」と提携、11,000社の企業に直接郵送
します。さらにJETROバンコクや紀伊國屋書店(セ
ントラルワールド、エムクオーティエ)でも配布。多
くの日本人ビジネスマンへ強力にアピールします。



11,000社ものタイ企業に直送できるのが強みです

広告に関するお問合わせはお気軽にどうぞ

☎ 09-3101-9178(日本語可) ✉ info@myanmarjapon.com

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

インフルエンザ感染の治療法は？

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@myanmarjapon.com / 件名:伊藤先生教えて

LEO Medicare 日本人診療院長
ヤンゴン第一医科大学名誉教授 伊藤哲(いとう・さとし)
大雄会病院にて放射線科医として長く診療に関わり、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



豚 インフルエンザとしても知られるインフルエンザA型「H1N1」が流行し、10人以上が亡くなるというニュースが世間を騒がせました。日本

でもニュースとなっているようです。ただ、インフルエンザといえど、いわば風邪ですから、かかったからといっても普通の健康状態であれば、命にかかわる

ようなことには、まずなりません。「インフルエンザで亡くなった」といった恐怖心を煽るような報道が目立ちますので、それは伝えておきたいですね。

インフルエンザは日本だと冬の病気というイメージですが、ミャンマーでは違いますので、いつでも感染する可能性があります。初期症状として特徴的なのは熱ですね。肺炎にもなりやすいという情報も聞きました。あとは関節が痛くなったりすることでしょう。風邪のひどい症状といったイメージです。

ただし、病院に行ってもウイルスを消滅させる薬は存在しないので、抗体を作って自力で排除するしか解決策はありません。若干、発熱期間は短くなるといわれているタミフルを飲んでも症状を軽減するだけです。タミフルは本質的に治療するための薬ではありませんので、その点は理解していただいた方がいいと思います。

治 療法に関しては、寝ることが一番です。また、脱水が一番よくない

いので、水分や食事を取れるだけとり、とにかく休むことです。最適な食べ物ですか？ 何でもいいです。好きなものを食べるのがいいんだと思いますよ。

予防接種については、現在当院にはストックがないのですが、予防接種は感染を防ぐというよりも、症状を軽減させることを目的としたものとお考えください。

日常生活で実践できる予防方法は、やはり手洗いですね。インフルエンザウイルスは、せきなどで飛び散った飛沫を触り、その手で鼻や口、目などを触ることで感染します。そのため、マスクは正しいものを正しく装着しないとただのファッションで終わってしまいます。感染の予防というよりも、むしろせきなどで飛沫を飛び散らさないことが主な目的だと思ってください。

完治の目安は5～7日間ですね。また、インフルエンザの型が変われば、当然再発の可能性もあるので、注意していただければと思います。

A 水分、食事を取って寝てください



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:ニートウエ) (+95) 944833287 (担当:三浦)
📍 BUILDING 28/C, ROOM(D2), KYAUKKONE STREET, YANKIN TOWNSHIP, YANGON.

これは便利!これで安心!

バンコクからミャンマーまで、家族みんなで旅行先へ。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

電話番号が変更になりました
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 検索

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.samitivejcapitals.com

サミティヴェート スクムビット
SAMITIVEJ BUKHUMVIT

情報が命。

ミャンマービジネスの成功は、

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”。

弁護士・会計士・各種公的機関との連携による

ミャンマーの制度面から

- 事業がミャンマー国内で規制されていないか
- どのようなライセンスが必要か ●商流、スキームの検証等

リサーチ
(市場調査・信用調査)

法的
アドバイス

オリジナル
情報の提供

提携会社との連携や現地スタッフによる

リサーチ&データ分析

- ミャンマーの実態調査(定量・定性調査)
- パートナー、代理店探しの調査 ●統計データのレポート等

提携先選定
(ディストリビューター・合併相手先)

財務アドバイザー
(デューデリジェンス・株価算定)

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



まずはお気軽に
お問い合わせください

✉ info@myanmarjapon.com

ヤンゴン
オフィス TEL: +95-(0)9-31019178

東京
オフィス TEL: +81-(0)3-5698-2155

5F, Sakura Tower, 339 Bogyoke Aung San Rd., Kyauktada Tsp.

東京都中央区日本橋3-2-14 新橋町ビル別館第一1階

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



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.16 YWCA Building



アーチ型の窓が多く連なる外観が特徴的。1921年にビルの拡張工事が行われ、現在の広さとなった



補強工事の後は見られるが、柱や手すりなどに歴史を感じさせる



エントランスホールではかつてホステルとして使われていた頃の写真が見られる

女性の社会参画を支えた、ミャンマー最古の女性団体

世界中に支部を持つYWCA (Young Women's Christian Association、キリスト教女子青年会)は、1855年にイギリスで誕生した。日本では1905年に設立され、津田梅子が初代会長を務めたことで知られているが、ミャンマーでは1900年に設立。同国でもっとも歴史ある女性組織として名を刻むこととなった。現在の建物は1902年から使用され、今もYWCA

の支部として現役で稼働している。かつては教育や雇用を求める女性が身を寄せるホステルとして使われていたことから、内部は広々とした作り。100年以上が経過しているにも関わらず外装、内装ともに良好な状態に保たれているのは、寄付や政府援助などを元に修復や拡張が行われてきたためで、この国におけるYWCAの重要性を物語っている。

かつてYWCAでは、女性の社会参画を推進するために、聖書研究や職業訓練が行われていた。しかし、世界の潮流に違わずミャンマーもまた女性が社会で活躍するようになり、その役割は少しずつ変革してきている。現在この建物では英会話教室やフラワーアレンジメント教室などが定期的に開催され、学ぶことで人生を豊かにしようとする人々が集っている。

£ address, 119, Bogalay Zay St., Lower Middle Block YWCA Bldg., Ward (8), Botahtaung Tsp. Map:P27-D3 3

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。



レストランで困るのがミャンマー語のコミュニケーション
注文から会計までローカルでも気軽に食事を楽しみましょう

レストラン編

LESSON!

レストラン編

オーダーするとき



大盛りに
してください

ミャーミャー
テッペーパー

များများထည့်ပေးပါ

持ち帰りは
できますか?

パーセー
トートウーロ ヤーラー

ပါဆယ် ထုပ်သွားလို့ရလား

おすすめの料理は
なんですか?

ルチャイミャーデ
ヒンガ バーレー

လူကြိုက်များတဲ့ ဟင်းက ဘာလဲ



これは
いくらですか?

ダー ベラウレー

ဒါဘယ်လောက်လဲ

辛くしないで
ください

アセッ ショペーパー

အစပ် လျော့ပေးပါ



油っこくしないで
ください

シー ショペーパー

ဆီ လျော့ပေးပါ



レストランで よく使う言葉

サータウッサイン ムマー アトゥンミャーデー
サガーロウンミャー

စားသောက်ဆိုင်မှာ အသုံးများတဲ့ စကားလုံးများ

一人	タヤウ	တစ်ယောက်
二人	ンナヤウ	နှစ်ယောက်
スプーン	ズン	ဖွန်း
フォーク	カイン	ခက်ရင်း
はし	トゥー	တူ
皿	バガーン	ပန်းကန်



グラス	ファンクェ	ဖန်ခွက်
水	イエ	ရေ
氷	イエゲェ	ရေခဲ
冷たい	エーデー	အေးတယ်
暑い	プーデー	ပူတယ်
白ご飯	タミンピュー	ထမင်းဖြူ

2 食べているとき



料理を注文したけど、
まだ来ていません

ツマーターダー マラーデーブー
မှာထားတာ မလာသေးဘူး



まだ食べ終わって
いません

サーロ マピーデーブー
စားလို့မပြီးသေးဘူး

この料理を
頼んでいません

ディーヒンガ マツマターブー
ဒီဟင်းက မမှာထားဘူး

お腹
いっぱいです

パイッ ピェトワービー
မိုက်ပြည့်သွားပြီ



これ(これら)を
持ち帰ります

ダー(ダードウエ)
パーセートートワメー

ဒါ(ဒါတွေ)ကို ပါဆယ် ထုပ်သွားမယ်



3 食後及びお会計

クレジットカードは使えますか?

クレディッカットウンローヤーラー
ခရက်ဒစ်ကတ် သုံးလို့ရလား



領収書をください

ピューサー ペーパー
ပြေစာ ပေးပါ



お勘定してください

ベラウチャーレー
トゥワッペーパー

ဘယ်လောက်ကျလဲ
တွက်ပေးပါ။



鶏肉	チェッター	ကြက်သား
牛肉	アメーター	အမဲသား
豚肉	ワッター	ဝက်သား
ビール	ピーヤー	ဘီယာ
ジュース	ピョーイェ	ဖျော်ရည်
お茶	イエーヌエーチャン	ရေခဲနွေးကြမ်း

焼く	キンデー
炒める	ジョーデー (シー-ネ-ネ-ピン)
揚げる	ジョーデー (シー-ミヤ-ミヤ-ピン)
煮る	チェッデー
蒸す	パウンデー
魚	ンガー

ကင်တယ်	
ကြော်တယ် (ဆီနည်းနည်းဖြင့်)	
ကြော်တယ် (ဆီများများဖြင့်)	
ချက်တယ်	
ပေါင်းတယ်	
ငါး	

エビ	パズン	ပုစွန်
カニ	ガナン	ကကန်း
卵	ウー	ငါး
野菜		
ヒンディー	ヒンユエ	
ဟင်းသီးဟင်းရွက်		





※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

7月25日(火)に、定例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!少しでも埼玉県と関わりのある方、是非ご連絡ください!月の最終火曜日は埼玉県人会!お忘れなく!

✉ 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?千葉県人会もおかげ様で1周年を迎えました!第8回千葉県人会は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り老若男女が集まっております。8月24日には久しぶりに第8回が開催されました!9月にも開催予定。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)

ヤンゴン信濃県人会

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)

ヤンゴン大阪人會

雨季真っ只中のヤンゴン。気が滅入ってしまいそうですね。この鬱憤を晴らすべく、9月に大阪人會を計画中です。大人数で盛り上がりましょう!「大阪が好きやねん!」という方、是非連絡お待ちしております。



✉ tsuzaki@mm.klinelogs.com (津崎)

ヤンゴン山口県人会

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

✉ sakogawa@vac-gr.com (迫川)

ヤンゴン愛媛県人会

愛媛出身の方、縁のある方で定期的に集まり、故郷話に花を咲かせて楽しく食事をしています。一緒に盛り上がってくださる方、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

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催行します!

✉ acrossokd@gmail.com (岡田)

ヤンゴン九州人會

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。ヤンゴン福岡県人會も益々盛り上がりしていきたいと思ひます。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!また、10月21日(土)開催のヤンゴン日本人會50周年記念のイベントに福岡県人会のブースを出店します。皆様、奮って福岡県人会のブースへ足を運んで下さい。



✉ 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会や懇親ゴルフを行っています。又、東京大学からのご来訪者を招いての勉強会等も都度開催しております。留学生含め、東京大学OB/OGの方、どうぞご参加下さい。

✉ Y.Yoshino@mitsui.com (芳野)

ミャンマー蔵前工業会 (東京工業大学同窓会)

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

✉ kurita.k888@gmail.com (栗田)

如水会ヤンゴン支部 (一橋大学同窓会)

お蔭様で会員数も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の日が経ってしまいましたが、近々第4弾を開催したいと思ひます。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)

ヤンゴン三田体育會

「練習は不可能を可能にする」。慶應義塾体育會出身者及び同体育會支援者の集い。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)

ソフィア會

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)

在ミャンマー紫紺會 (明治大学同窓會)

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嬉しいです。

✉ meiji.univ.myanmar@gmail.com (若松)

ミャンマー立教校友會

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。見よ見よ立教へ、自由の学府へ。



✉ akihiro.594@gmail.com (小久保)

ミャンマー白門會 (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おります。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)

ヤンゴン法友會 (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)

ヤンゴン桜門會 (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)

ヤンゴン濃青會 (京大同窓會)

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)

同志社校友會ミャンマー支部

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校友會

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)

ミャンマー関大會 (関西大学校友會)

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おります。

✉ ryo_haraguchi@mm.smbc.co.jp (原口)

関西学院大学OB・OG會

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)

ヤンゴン甲南會 (甲南大学同窓會)

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)

ヤンゴン戸陵會厚木高校同窓會

「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

「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ます。

✉ tatsuro_ichikawa@msig-asia.com (市川)

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)

G-NABU会ゴルフ

雨季も9月に入りすこしやさしくなってきた今こそ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 motto に昼夜問わず活動する健全な会です。7月に開催された第44回月例コンペでは Postarion 砂井さんが3回目の優勝を達成されました。毎月1回の月例杯(基本は第2日曜)、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(JMKC)では、部員募集中！小学生以上であれば経験の有無、男女は問いません。毎週月・木曜日、初心者クラス 17:30～18:00 中・上級者・成人クラス 18:00～20:00 ゴールデンヒル内体育館で稽古をしています。礼儀正しく・勇ましい日本の武道を体験してみませんか？

✉ yangon.kendo@gmail.com (出崎)

ヤンゴンアメフトの会

(ヤンゴンフーターズ)

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！11月の世界大会に向けて、毎度恒例の海外遠征も近づいて参りました。海外遠征といっ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。

✉ y.sogabe@myanmar-story-making.com (曽我部)

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

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

シュエカン鍋食卓

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にナトウランシュ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、一緒に人狼をやりたい方。相手の表情を見て、本心か否か言葉を聞き取り、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

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非。毎月第二週目に、ヤンゴンで楽しく飲んでいきます。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います。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)

アポロ博覧会(同期会)

1969.4～1970.3生まれの方、同期会への参加募集します。アポロ月面着陸(69)と大阪万博博覧会開催(70)にちなんだ会名です。同じジェネレーションが集まり、それぞれ青春時代の話を花を咲かせ共感しあうという若干シュールな会ですが、誰一人、話題に取り残される心配もなく全員が盛り上がる会です！ほんとに盛り上がりますよ！懇親会(毎月)、懇親ゴルフ(3カ月に1回)程度開催しています。

✉ sakata@hitachizosen.com.mm (坂田)

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えます。日本でクラスを受講してなくても、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 ボランティア経験者や海外ボランティア、各国のディープな話に関心のある方！ミャンマーでの経験も含めて盛り上がりませんか？会場は幹事の都合上、しばらく限定的になり恐縮ですが、お気軽にご参加ください！

✉ honmaruru@hotmail.com (本田)

お知らせ・その他

ヤンゴン和僑会は WAOJE ヤンゴンに!

9/6(水)は日本経済新聞社の新田支局長をお招きし、19時から勉強会・懇親会を開催します(事前申込者限定・勉強会は無料)。また、WAOJE(旧和僑会)は、名称変更に伴い改めての申込み(無料)が必要になります。* WAOJE(World Association of Overseas Japanese Entrepreneurs)とは、海外を拠点とする日本人起業家の非営利組織です。9/3,4にはバンコクで世界大会が開催され、LINE 元代表取締役の森川さんやお笑い芸人・絵本作家の西野さんなど、豪華講師陣が勢ぞろいします。WAOJEの勉強会や定例会に一度参加してみませんか？

✉ yukow.harashchedule@gmail.com (若松)

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ミヤウンミヤで医療(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! 9/11 締切! ✉ post@myanmarjapan.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も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・提示することはありません。

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 8 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@myanmarjapon.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) (ネビドー) 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

No.257 (Near KBZ Bank), Bo Aung Kyaw Street, Kyauktada Township, Yangon
☎ 01-256720 / 09-250150816 / 09-779005044
☺ 11:00~21:00 無休

月光 (GEKKO) MAP P27-D3 ☎ KIRIN

535, Merchant Street, Kyauktada Township, 4th Quarter, Yangon
☎ 01-386986 ☺ 9:00~23:00 無休

鯉昇 (KOI NOBORI)

(1) MAP P27-D2 KIRIN
No.(285), Bandoohla Panchan Street, Upper Block, 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), Boyarynunt 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 Aungsan 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

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

てんぷら黒川 (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 / 09-2504-61096 Aye 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
☎ 09-799888555 ☺ 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) MAP P24-B3 ☎

No.137, West Shwe Gon Daing, Bahan Township, Yangon
☎ 01-556265 / 09-73081914
☺ 11:00~14:00 / 17:00~22:00 無休

平和なラーメン (HEIWA na JAPANESE RESTAURANT) MAP P27-C2

No.207, 32 Street, Upper Block, Pabedan Township, Yangon

☎ 01-375931 / 09-5164287 ☎ 10:00~22:00 無休

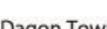
北海道 (Japanese restaurant HOKKAIDO)  
No.24/26, Kabar Aye Pagoda Road, Golden Hill Tower (A) Bahan Township, Yangon
☎ 09-250537315 / 01-558616
☎ 11:00-14:00 / 17:00-21:30 無休

ポポイス (PoPoys) 
No.284/286, Yaw Min Gyi Street, Dagon Township, Yangon
☎ 01-242433 ☎ 10:00~22:00 無休

角 (Horn) 
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) 
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) 
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) 
30, Sagawar Street, Dagon Township, Yangon
☎ 09-8300426 / 09-5046736 / 09-970137546
☎ 15:00~22:00 無休
(2) 
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  
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)  ☆
42/E, Bo Yar Nyunt Street, Dagon Township, Yangon
☎ 09-420098866 ☎ 11:00~15:00 / 17:00~22:30 日曜休

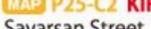
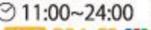
焼肉 深川 (YAKINIKU FUKAGAWA) 
A-1, Star City, Kyaik Khauk Pagoda Road, Thanlyin Township, Yangon
☎ 056-23150~53 / 056-23313~319 (Ext-1184) / 09-453912425
☎ 11:00~21:00 無休

山小屋 (YAMAGOYA RAMEN) 
Yangon International Airport, Terminal1 (制限エリア内)

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

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

わさび (WASABI)  
No.38/40, Boyarynunt 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) 
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)  
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) 
104B Inya Road, Kamaryut Township, Yangon
☎ 01-536985 / 09-790984865 ☎ 7:00~22:00 無休

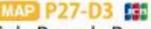
Padonmar Restaurant (パドンマー)  
No.105/107, Kha-Yae-Bin Road, Dagon Township, Yangon
☎ 01-538895 / 01-1220616 / 09-73029973
☎ 11:00~23:00 無休

SHAN YOE YAR RESTAURANT  
(1) No.169, War Tan Street, Lanmadaw Township, Yangon
☎ 01-221524 / 09-250-566-695 ☎ 6:00~22:00 無休
(2) Room 215-218, No. 221, Sule Pagoda Road, Pabedan Township, Yangon
☎ 09-258-777-070 / 09-978-777-070 ☎ 10:00~22:00 無休

その他料理

ASAGIRI-KOSAN RESTAURANT & BAR 
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 
View Point Amusement Park, Thaketa Shukhintha, Dawbon Tsp, Yangon
☎ 09-798559233 / 09-798559266 ☎ 11:30~22:30 無休

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

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

CAFE DIBAR (ディバー) 
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)  
No.50, Inya Myaing Street, Golden Hill Avenue, Bahan Township, Yangon
☎ 09-32233038 / 09-781685338 / 01-538557
☎ 10:00~22:00 無休
(2)  
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  
24/1 Pyay Road, 7 mile, Mayangone TSP, Yangon
☎ 09-971993711 ☎ 11:00~23:00 無休

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

藤の坊 (FUJINOBO)  
(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 (ゴールドン・クラブ)  
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  
14A, Corner of Moe Kaung Street and Aung Zayya street, Yankin township, Yangon
☎ 01-573406 / 09-73139841 ☎ 10:30~23:00 無休

ゴールドン・ビュー (GOLDEN VIEW)  
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)  
No.19, Min Nandar Road, Dawbon Township, Yangon
☎ 01-9190483 ☎ 14:30~23:00 無休

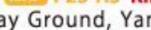
HIKARI  
No.12, Pin Lon Road, North Dagon Township, Yangon
☎ 09-73053718 ☎ 10:30~23:00 無休

HOUSE OF MEMORIES (ハウス・オブ・メモリーズ)
 
290, U Wizara Road, Kamaryut Township, Yangon
☎ 01-534242 / 01-525195 ☎ 11:00~23:00 無休

JUNCTION KAUNG THANT  
No 33, Kyaik Waing Pagoda St, Mayangone, Yangon
☎ 10:00~23:00 無休

Karaweik Palace (カラウェイ・パレス)  
Inside of Kandawgyi Lake
☎ 01-290546 / 01-290547
☎ 11:00~15:00 / 18:00~21:00 (食べ放題) 無休

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

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

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

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

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

Meat Plus (ミートプラス)  
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)  
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)  
No.48/A, 167th Street, Tamwe Gyi Township, Kha Ward, Yangon
☎ 09-254061410 ☎ 11:00~23:00 無休
(2)  
No.423, Lower Kyee Myint Daing Road, Kyee Myint Daing Township, Yangon
☎ 09-254061410 ☎ 11:00~22:30 無休

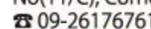
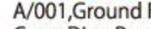
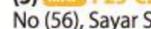
MY FRIEND  
No.3, Parami Road, 15 Ward, Hlaing Township, Yangon
☎ 09-250804918 ☎ 6:00~23:30 無休

MYEIK KAUNG PHYU KAT KYAY KITE  
No.567, Maykha Housing Lay Daung Kan Road, Thingankyung Township, Yangon
☎ 09-43207238 ☎ 9:00~22:30 無休

NAT SEE SEIN (1)  
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)  
164, 168 Upper Warden Street, Lanmadaw Township, Yangon
☎ 01-223697 / 09-43067113 ☎ 7:00~22:00 無休

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

Parami Pizza  
(1)  
No.(11/C), Corner of Malikka and Parami Road
☎ 09-261767616 ☎ 11:00~23:00 無休
(2)  
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)  
No (56), Sayar San Road, Bahan Township, Yangon
☎ 01-8604809 / 09-777460037
☎ 11:00~23:00 (LO 22:30) 無休

QUEEN STAR RESTAURANT  
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

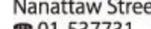
RANGOON TEA HOUSE  
No.77/79, Pansodan Lower Middle Block, Kyauktada Township, Yangon
☎ 09-979078681 / 011-224534 ☎ 8:00~22:00 無休

RAU RAM  
No.64/B, Yay Kyaw Street, Pazundaung Township, Yangon
☎ 09-455160657 ☎ 18:00~23:00 無休

ROYAL GARDEN RESTAURANT (ローヤル・ガーデン)  
Nat Mouk Raod, Central Forest Zone, Kandawgyi Nature Park, Bahan Township, Yangon
☎ 01-546923 / 01-546202 ☎ 6:15~14:15 / 18:00~22:30 無休

SALUD (サルルー)  ☆
No.70/C, Shwe Gone Daing Road, Bahan Township, Yangon
☎ 09-450061748 / 09-254069837
☎ 18:00~23:00 (LO 22:30) 日曜休

SEIN HLAYN  
No.16, Sayar San Road, Bahan Township, Yangon
☎ 01-548482 ☎ 6:00~23:00 無休

SHWE KAUNG HOT POT (シュエカン)
(1)  
No.18 Ko Min Ko Chin Road, Shwe Gon Daing, Bahan Township, Yangon
☎ 01-559339 ☎ 10:30~22:30 無休
(2)  
Nanattaw Street, Hanthawaddy, Kamayut Tounship, Yangon
☎ 01-537731 ☎ 10:30~22:00 無休

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

SHWE LI KIRIN

(1) **MAP P22-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

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

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**

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

No.42, Strand Road, Botahtaung Township, Yangon
☎ 09-250355064 ☎ 11:00~23:00 無休

WINE BAR MARU (マル) MAP P26-B2 KIRIN

No.130 Ground Floor, Shwe Taung Tan Rord, 7 Quarter, Lanmadaw Township, Yangon
☎ 01-1221568 / 09-420308350 ☎ 18:00~24:00 土日曜休

Yangon Yangon (ヤンゴンヤンゴン) MAP P27-D2

Roof Top, Sakura Tower, No.339, Bogyoke Aung San Road, Kyauktada Township, Yangon
☎ 01-255-131 ☎ 17:00~24:00 無休

洋菓子・ファーストフード**ACACIA TEA SALON (アカシア) MAP P25-C2**

52 Saya San Road, Bahan Township, Yangon
☎ 01-554739 / 09-73113812 ☎ 10:00~22:00 無休

Daren Bread Café (麵包達人) MAP P27-C2

No(57-A), Yawmingyi Street, Dagon Township, Yangon
☎ 09-253522048 ☎ 9:00~21:00 無休

LA VIE EN ROSE (ラ・ヴィ・アン・ローズ)

(1) **MAP P24-A3**
No.136, Bargayar Road, Sa Ya Tun Street Corner, Sanchaung Township, Yangon ☎ 01-503373 ☎ 10:00~20:00 無休

(2) **MAP P24-B2**
(Cafe ON THE WAY) No.121-E, Than Lwin Road, Kamaryut Township, Yangon ☎ 09-250988271 ☎ 9:00~21:00 無休

(3) **MAP P24-C1**
Myanmar Plaza, 3rd Floor ☎ 09-250009242 ☎ 9:00~21:00 無休

Trademark Café MAP P24-C1

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

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 quter, 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 Thaimainbayan 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, Myothit quatar, Myothit 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 Myinthar shop**
No 84, (14/1) Quarter, Myinthar (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 strett (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

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**Body Conditioning Noi (のい) MAP P27-E3**

Room310, 4th Floor, Maha Bandula 50th & 51th Condominium Building A, Botahtaung Township, Yangon
☎ 09-44571-3842 ☎ 10:00 ~ 19:00 火曜休・予約制

GENKY (ゲンキー)

(1) **MAP P27-D3**
No.285, Ground Floor, Bo Aung Kyaw Road, Kyauktada Township, Yangon ☎ 09-8615036 ☎ 9:00~21:00 無休

(2) **MAP P26-B2** ☎ 9:00~22:00 無休

HEALTHY SPA (ヘルシー・スパ) MAP P26-B1

No.330, Alone Road, Yangon International Hotel
☎ 09-73232229 / 09-73232220 ☎ 11:00~1:00 無休

Mizuaoi (水葵) MAP P27-C2

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

JASMINE BEAUTY & SPA (ジャスミン) MAP P27-C2

No(42-C), Ground Floor, Corner of Bo Yar Nyunt Street & Yaw Min Gyi Road, Dagon Township, Yangon
☎ 09-73088080 ☎ 24時間営業 無休

NAGOMI ~和 (ナゴミ)

(1) **MAP P25-C2 ☆**
No (70), West Zay Haung Street, Sayar San North / West, Bahan Township, Yangon
☎ 09-263-442062 / 09-263-442063 ☎ 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

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 (スウィート・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)
No.41 Nawaday Street, Yawmingyi Quater, Dagon Township, Yangon ☎ 01-377960~7

ASIA PLAZA HOTEL (アジアプラザ・ホテル)
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)
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)
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)
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)
No.353-357, Bogyoke Aung San Road, Pabedan Township, Yangon ☎ 01-241001~20

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

CHERRY HILLS HOTEL (チェリーヒルズ・ホテル)
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)
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)
7/A, Wingabar Road, Bahan Township, Yangon ☎ 09-73177781~4

EAST HOTEL (イースト・ホテル)
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)
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)
12, Pho Sein Road, Tamwe Township, Yangon ☎ 01-209299 / 01-209300 / 01-545114

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

HOLIDAY HOTEL (ホリディ・ホテル)
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)
No.32, Kone Myint Yeiktha Street, Mayangone Township, 7-Mile, Yangon ☎ 01-656466~8

HOTEL YANGON (ホテル・ヤンゴン)
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)
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)
No(341), Pyay Road, Sanchaung Township, Yangon ☎ 01-2304402/01-2304403 / 01-538551

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

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

HOTEL KAN KAW (ホテル・ガンゴウ)
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)
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)
115, Sule Pagoda Road, Yangon ☎ 01-252986 / 09-799699430

MICASA HOTEL (ミカサ・ホテル)
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)
30, Inya Myaing Road, Bahan Township, Yangon ☎ 01-524450 / 01-525717 / 09-525493 / 01-526436

MK HOTEL (エムケイ・ホテル)
No. 1, Wut Kyaw 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)
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)
459 Pyay Road, Kamayut Township, Yangon ☎ 01-2305858

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

PANDA HOTEL (パンダ・ホテル)
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)
294-300, Pansodan Street, Kyauktada Township, Yangon ☎ 01-253077 / 01-253067~77

PARKROYAL (パーク・ロイヤル)
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)
132, Anawrahta Road, Yangon ☎ 01-200656~57

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

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

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

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

SUMMER PALACE HOTEL (サマーパレス・ホテル)
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)
350, Ahlone Road, Dagon Township, Yangon ☎ 01-211888 / 01-211966

Super Hotel (スーパーホテル)
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)
No.45 Pyay Road, Dagon Township, Yangon ☎ 01-8600080 / 01-8600110 / 01-8600112

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

YAMA HOTEL
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)
No.330, Ahlone Road, Dagon Township, Yangon ☎ 01-2316-001~004

YUZANA GARDEN HOTEL (ユザナ・ガーデンホテル)
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)
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)
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)
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 (プレイのみ月曜休) 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)
No.3 Highway, No.1 Mingalardon Garden City, Mingalardon Township, Yangon

☎ 01-639445 / 09-8636395 / 09-44922222 月曜休
☎ 5:30~19:30

HANTHAWADDY GOLF RANGE (ハンタワディ・ゴルフレンジ)
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マ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
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
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)
No.14(B), Baho Road, Sanchaung Township, Yangon ☎ 01-538055 / 01-2304999 ☎ 24 時間 無休

Samitivej Parami International Clinic
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
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)
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)
Pun Hlaing Golf Estate Avenue, Hlaing Thayar Township, Yangon ☎ 09-421042679 ☎ 24 時間 無休

Royal Lwin
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)
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)
No.68, Taw Win Street, 9- Mile, Mayangone Township, Yangon ☎ 01-9666141 / 01-651238 (LEO MEDICINE) ☎ 24 時間 無休

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

歯科

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

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

Sakura Tower Dental Clinic
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
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)

P 公的機関

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

ヤンゴン日本人学校
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
#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 (ジャパクラブ)
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
#701 Sakura Tower, 339 Bogyoke Aung San Road, Kyauktada Township, Yangon ☎ 01-255473~6



雨季の
ヤンゴンから
抜け出ませんか？

雨の少ないバガン、
今が訪問のチャンスです



ご予約の際、下記担当者に
「ミャンジャポ!を見た」と伝えると、
スペシャルプレゼントを進呈!

日本人スタッフ常駐で安心!

Tel : 01-255333

関原 (sekihara@exegroup.co.jp)

オールドバガンの
中心地に立地し、
遺跡巡りにも
最高のロケーション。
美しい景観を望める
レストランとガーデン。
お部屋タイプは5つ。
お好みに応じて
お選びいただけます。
エヤワディ川に面した
バガン最大のプールで
優雅な時間を。



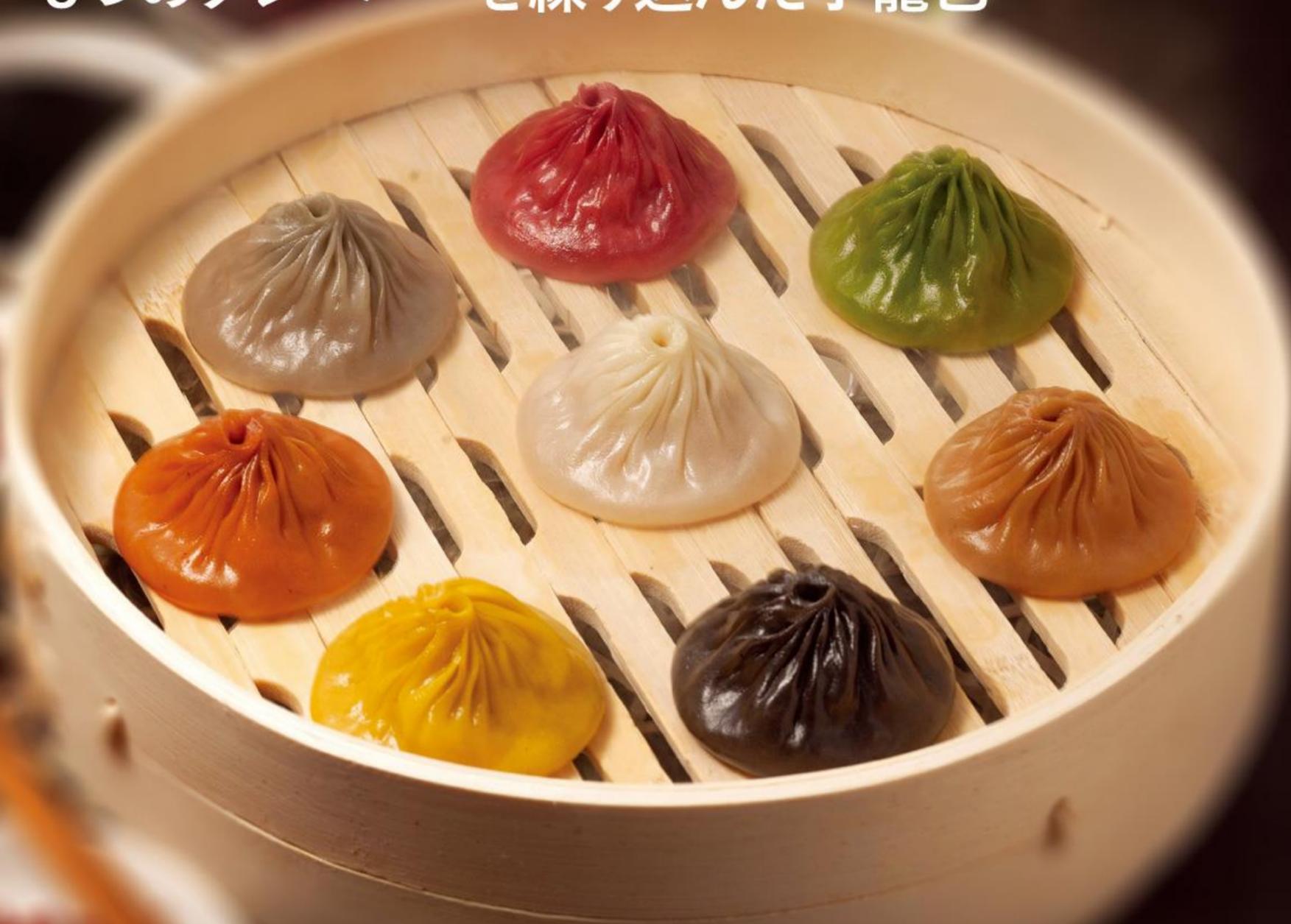
Bagan Thiripyitsaya Sanctuary Resort

樂天皇朝

PARADISE DYNASTY
LEGEND OF XIAO LONG BAO



世界で初めての味わい
8つのフレーバーを練り込んだ小籠包



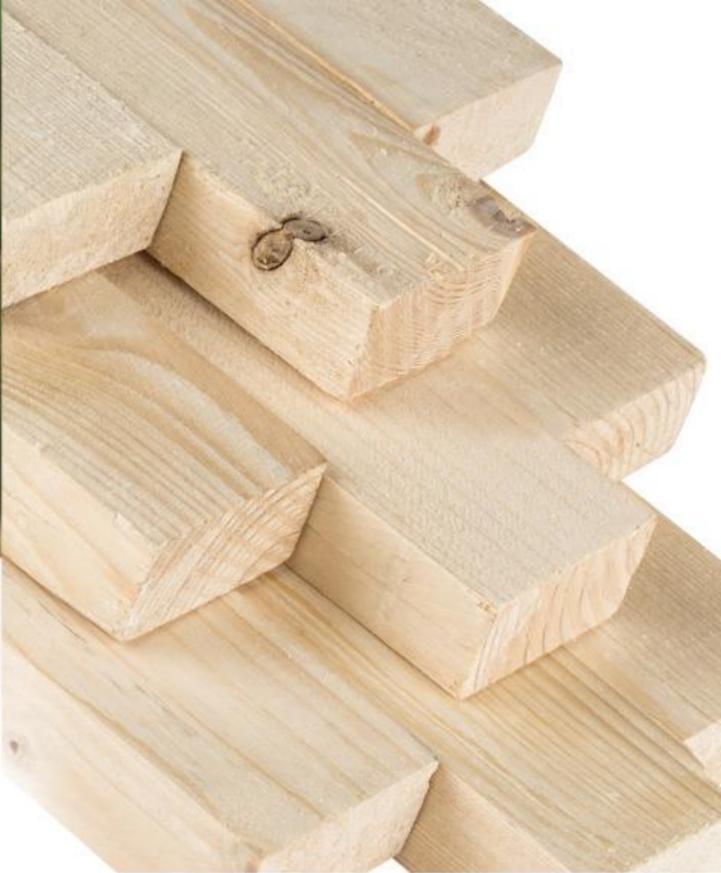
2017年9月14日

ジャンクションスクエア新棟にオープン

Address : No.(2) & (3), Between Pyay Road & Kyun Taw Road,
Junction Square Extension, Kamayut Township, Yangon.

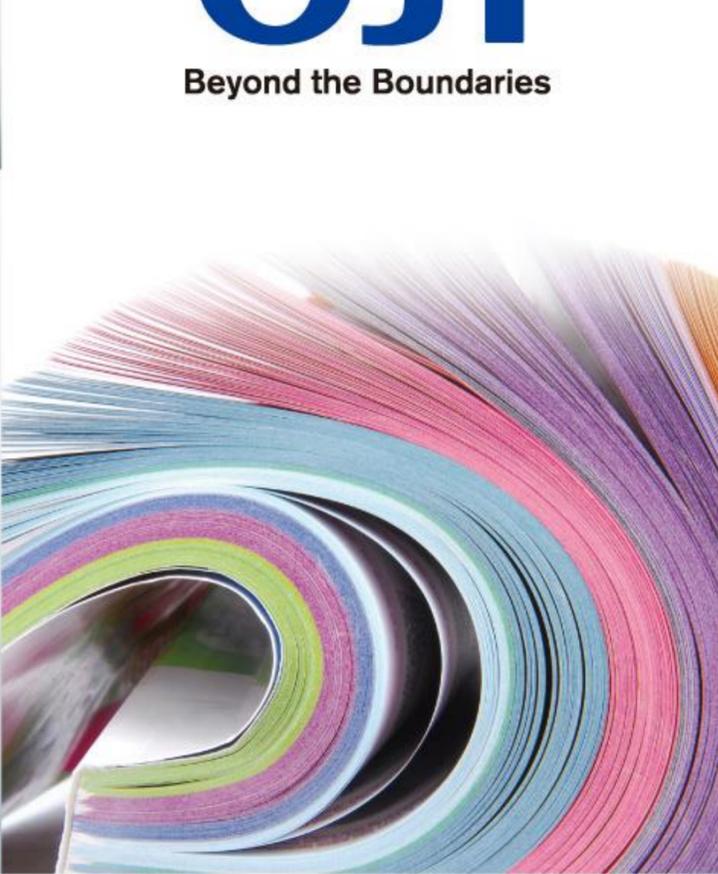
T : 09 979 313 333, 09 797 131 333

 paradisedynastymm



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。