

ヤンゴン生活をより楽しく、より豊かに

ニガノニヤポ!

★★★ MYAN JAPO ★★★

01.FEB.2018

Vol. 12

Yangon Gourmet Report... p13

AJ's Bar

Yangon Gourmet Report... p15

Jin Hot Pot

ミャンマー"カウンデー"フード... p17

Vista Do Rio

デイリースポーツ特約
エンタメニュース... p30

朝ドラ出演、堀田真由
「かなうならヒロインに
挑戦したい」と意欲

週刊
パゴルフ

MYANJAPO!
SPECIAL
FEATURE

p6

HAPPY HOUR
&
PROMOTION
SPECIAL FEATURE



ハッピーアワー&プロモーション特集



©NHK-TYO

2018.2.24
12:00-22:00
@Thuwunna Bhumi Event Park

Ah Moon



Ni Ni Khin Zaw



PrizmaX



Diramore



AKB48 with BNK48
プエドー選抜メンバーが初参戦!



※選抜メンバーは1月中旬に決定します。詳しくはFacebookページにて。

©AKS

「ジャパン ミャンマー プエドー 2018」

Thuwunna Bhumi Event Parkにて2月24日開催決定!

今回で4回目を迎える本イベントは、「日本とミャンマー共に見る夢」をテーマに、今までのShwe Htut TinからThuwunna Bhumi Event Parkに会場を移して2018年2月24日(土)に開催します。日本のトップアイドル AKB48 からプエドー選抜メンバーが、ミャンマーのイベントに初参戦! さらにミャンマーでブレイク中の森崎ウィンが所属する日本のダンスボーカルユニット PrizmaXも出演し、ミャンマーの人気女性歌手 Ah Moonとのコラボステージも披露します。この他にもミャンマーポップス界の歌姫 Ni Ni Khin Zawやミャンマーの有名アーティストが出演を予定しています。また、協賛企業による製品の展示や販売、日本食屋台の出店などもあり、一日中楽しめるイベントになっています。入場は無料です。



Facebook: www.facebook.com/jmpt2018/
お問い合わせ: jmpt2018@jibtv.com

主催: ジャパン ミャンマー プエドー2018 実行委員会
(在ミャンマー日本国大使館、ミャンマー日本商工会議所、ヤンゴン日本人会、シュエ・タン・ルイン・メディア社、NHK、日本国際放送、NHKエンタープライズ)



ミャンマーの人材情報

※1Lakhは10万Ks、10万Ksは約8,000円(1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
25	女	N3	中級	MS office	5 Lakhs	大卒(船舶工学専攻)、Auto CAD経験2年間有
24	女	N3	中級	MS office	5.5 Lakhs	大卒(伝統医学専攻)、営業経験有
32	男	-	上級	MS office	7 Lakhs	大卒(機械工学専攻)、機械エンジニア経験7年間有
37	男	N2	中級	MS office	13 Lakhs	大卒(経営管理専攻)、日本留学経験有、 正社員として4年間勤務経験有
40	女	N2	中級	MS office	9 Lakhs	大卒(動物学専攻)、日本留学経験有、 アドミン経験8年間有
20	男	-	中級	MS office	4 Lakhs	大卒(韓国語専攻)、新卒
30	男	N2	中級	MS office	8 Lakhs	大卒(IT専攻)、日本留学経験及び 正社員として4年間勤務経験有
29	女	-	中級	MS office	10 Lakhs	大卒(経済学専攻)、チーフアカウント経験8年有
35	男	-	中級	MS office	6.5 Lakhs	大卒(英語専攻)、営業経験3年有
32	男	-	中級	MS office	\$1,300	大卒(動物学専攻)、アシスタントマネージャー経験有
26	女	N2	中級	MS office	\$700	大卒(日本語専攻)、日本語通訳経験有、 アドミン及び経理経験有

ミャンマージャパンから紹介した人材をご紹介いただくと
ビジネス人材教育セミナーの16時間分を

無料受講! 入社後すぐに業務可能な人材として採用できます!
※採用後2カ月以内とさせていただきます。

人材に
関する
お問合せ

✉ entry@myanmarjapon.com
3F, Sakura Tower, 339, Bogyoke Aung San Rd.,
Kyauktada T/S, Yangon

☎ 09-2544-91345

担当: 下山/ヘイン 日本語・英語・ミャンマー語対応!



都市の喧騒を離れ、
緑の中に住まう



客室



Montage Cafe



子ども用プール

❧ 長期滞在者に最適な環境 ❧

北部主要スポットへ好アクセス

ヤンゴン国際空港、MICT-Park、Myanmar Plaza まで車で各 10 分
各ゴルフ場やミンガラドン工業団地へのアクセスも至便

快適なサービス

各部屋キッチン付き、毎日のハウスキーピング、無料のランドリーサービスなど、生活の煩わしさから解放



7mile Residence

📍 No.1/B, 6 Quarter, Khone Myint Thar Rd., Mayangone Tsp.

☎ (+95) 09-7454-6669 ☎ (+95) 01-709499

✉ 7mileresidence.Sue@gmail.com 🌐 <http://www.7mileresidence.com>



MYANJAPO!
SPECIAL
FEATURE
p6

HAPPY HOUR & PROMOTION SPECIAL FEATURE



13 Yangon Gourmet Report

AJ's Bar

15 Yangon Gourmet Report

Jin Hot Pot

17 おいしいローカルレストラン ミャンマー"カウンダー"フード

19 ミャンジャポ information

30 エンタメニュース!

34 シートゥー&ティンザーの 使える!ミャンマー語教室

22 ミャンジャポ特製MAP

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

16 用途別ヤンゴンレストランリスト

17 速水先生の健康レシピ

21 Yangon Shwe Style

ミャンマーで手に入るスーパーフード

33 大雄会・伊藤先生が丁寧に解説! ミャンマー医療事情Q&A

36 パーゴルフ

38 Yangon Heritage

39 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

統括編集長 武田和人

編集 Aye Chan Su / Ye Aung / 渡邊鉄雅 / 小川秀樹

営業 下山徹 / 中村友香里 / Sithu Aung / Aye Nyein Soe / Chan Myae
Hein Htet Aung / Htet Lynn Let Soe / Nant Khine Mye Myat
Naing Myo Tun / Nan Zar Hlaing / Settkyar Walar Zabu Tun
Su Htwe Htwe Zaw / Tin Lin Tun / Pyae Phyoe

カメラ Thiha Zaw

デザイン 松原由典 / 大橋史彦 / 竹中昭太

印刷 Aung Thein Than (設立番号00435)

MYANMAR JAPON CO., LTD.

CEO 永杉豊

3F, Sakura Tower, 339, Bogyoke Aung San Rd.,
Kyauktada T/S, 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 堀田真由



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

日本在住のコンドミニウム

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をご遠慮ください。

ミャンマージャポン



<http://myanmarjapon.com>

©2018 MYANMAR JAPON CO., LTD.

本誌記載の記事・写真の無断複製・複製・転載を禁じます。また本誌に掲載された広告内容に関して、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.

仕事後の
ちょい飲みにも、
お店の
新規開拓にも！

MYANJAPO! SPECIAL FEATURE

HAPPY HOUR & PROMOTION SPECIAL FEATURE

ハッピーアワー
& プロモーション特集

夕方や夜の早い時間に開かれる「ハッピーアワー」。日本では一部のお店が期間限定で行う程度ですが、ヤンゴンでは多くの飲食店で実施されています。ジャンルも幅広く、居酒屋、レストランからホテルのバーまで、あらゆる店舗が導入。普段はちょっと敷居の高いお店でも驚くほどお得に楽しめるため、飲食店の新規開拓にピッタリです。お得なプロモーションと合わせて、注目店を10店舗ご紹介します！

各店舗ともテインジャン期間中は臨時休業の場合があります

Yamasaki
Japanese Restaurant & Bar

Teak Bar
@Pan Pacific Yangon

Sushi Tei

Le Cellier
@Novotel Yangon Max

M Bar & Kitchen

Yangon Yangon

Sky Bistro

L'Opera

Yokozuna Yangon

Osaka Ohsho

“本格的な和のおつまみを
1,000Ksで！”



ビールはBuy2 Get1 Freeなので、2人以上で行くのが◎。おつまみをシェアするのがおすすめです

和食

Yamasaki Japanese Restaurant & Bar

目 本で料理を教えていた日本人の指導による店「Yamasaki Japanese Restaurant & Bar」。自ら「日本大衆料理」と表現するように、ほっと落ち着ける料理の数々を味わえるお店です。地元の市場で新鮮な食材を揃えるほか、日本からも素材を調達。安全で健康を考えた食事の提供をモットーとして、ランチ定食にはたくさんの野菜をつけるなど、海外で暮らす日本人にありがたい存在です。

同店が毎日14時から19時まで、太っ腹なサービスを展開中。Myanmar Premium生の「Buy2 Get1 Free」とともに、焼き鳥や枝豆などのおつまみを全品1,000Ksで提供しています。巻き寿司もラインナップされているので、数品頼めばお腹いっぱい。日本そのままの雰囲気ビールとおつまみをリーズナブルに楽しめば、きっとこの店のファンになるはずですよ。

TEL : 01-5466-92 ADDRESS : No.(28/B2) South Horse Race Course St., Tamwe Tsp.
MAP : P25-D2 OPEN : 11:00~23:00 HOLIDAY : なし

HappyHour

毎日 14:00~19:00
Myanmar Premium生 Buy2 Get1 Free
上記時間帯のみ、焼き鳥、から揚げ、巻き寿司、枝豆、冷奴などを一皿1,000Ksで提供！



一皿すべて1,000Ksなのは驚き！ビールのお供に最適です



広々とした座敷を完備。和にこだわった店内はほっと落ち着ける空間です



“ヤンゴンの夕暮れを
ワインやマティーニとともに”

ホテルスタッフは「サンセットバー」という愛称で呼ぶそう。その名の通り、美しい夕景が自慢です



タバス類は1皿6\$, 3皿16\$, 5皿26\$とたくさん頼むほどお得。全19種の中から好きなものをどうぞ



日が暮れた後の店内も素敵。ハッピーアワーからそのまま長居したくなる居心地の良さです

BAR

Teak Bar @ Pan Pacific Yangon

昨 年末、満を持してオープンした5つ星ホテル Pan Pacific Yangon。レセプション横にある「Teak Bar」は、格式とエレガントさを兼ね備えた見事なバーですが、ここでもお得なプロモーションを実施中です。一つ目は自慢のマティーニと生ビールのBuy1 Get1 Free。一杯目からマティーニで喉を潤すのも素敵ですよ。そして注目なのが、グラスワイン全品20%OFF。ワインは栓を開けると劣化が始まるため、通常の店の場合、グラスワインは数種類程度しか置いていません。しかし、こちらではボトル内の空気を抜いて真空にした後、適切な温度管理をする特殊な機械を導入。これにより赤・白・スパークリング合わせて16種類というラインナップを構成できるようになりました。リストには7\$からワインが並ぶので、ハッピーアワーなら5\$程度とお得！タバス類を追加オーダーしても、お財布にやさしく優雅な一杯を楽しめます。

TEL : 01-9253-810

ADDRESS : Corner of Bogyoke Aung San Rd. and Shwedagon Pagoda Rd.

MAP : P26-C2 OPEN : 9:00~24:00 HOLIDAY : なし

HappyHour

毎日17:00~20:00

マティーニ及び生ビールBuy1 Get1 Free
グラスワイン 全品20%OFF

和食 SUSHI TEI

すし亭

店 名から寿司中心の店と思われがちなダマゼディ通りにある「すし亭」。こちらには焼物や揚げ物など豊富な和食メニューが300種類以上揃っています。なかでもおすすめなのが、日本直輸入の和牛を使用したメニューの数々。ボリュームたっぷりの「和牛ジャンボハンバーグ」のほかステーキや照り焼きなどが揃っています。また、神戸牛も取り扱っているので、高品質な日本の牛肉を味わいたい欲求をしっかり満たしてくれます。

そんな同店が実施しているのが、昨年末にも開催し好評だったKIRIN ICHIBAN生の「Buy1 Get1 Free」。通常2,500Ksのところ、1杯あたり1,250Ksで飲めるお得なサービスです。土日の終日行っているの、昼飲みからディナーまで、幅広く使えるのが魅力です。日本酒や焼酎、梅酒などの品揃えも豊富なので、和の食と酒を心ゆくまで味わってください。

TEL : 09-4441-15662, 01-5265-26

ADDRESS : No.126, Dhammazedī Rd., Bahan Tsp.

MAP : P24-B3 OPEN : 10:00~22:00 HOLIDAY : なし

HappyHour

毎週土日の終日

KIRIN ICHIBAN生 Buy1 Get1Free!

※2月1日~3月31日まで



「和牛ジャンボハンバーグ」(16,500Ks)と「サーモンづくし(3種)」(16,900Ks)。どちらもビールとの相性バッチリ

“豊富な和食メニューを
KIRINと一緒に”



「牛味噌焼き」(21,800Ks)。和牛ならではのやさらかな食感がたまりません



回転レーンがある席は少人数のちよい飲みにもおすすめ。休日に友人と足を運んでみては?

ワインバー&レストラン

Le Cellier @ Novotel Yangon Max

館内に美味しい店が集まっていると評判のホテル「ノボテルヤンゴンマックス」。14階に店を構える「Le Cellier」は高級なワインやタパス類が揃う、ヤンゴン屈指のワインバーとして知られています。一見敷居が高い同店ですが、平日ランチなどのプロモーションも頻繁に開催。とくに注目すべきは毎月最終金曜日、19時から21時半まで開かれるビュッフェ「Le Cellier Series」。4～8種類程度用意されるワインのほか、ダイニングにはタパス、チーズ、スープなどをサーブするテーブルが置かれ、飲み放題・食べ放題で楽しめます。毎月テーマが変わることもポイント。フランスがテーマならフランスのワインや軽食が用意されるなど、大人の社交場と呼ぶにふさわしい華やかな空間が演出されます。ライブ演奏に耳を傾けながらルーフトップでリラックスするもよし、格調高い席で会話を楽しむもよし。思い思いの時間を過ごしてみたいはいかがですか？

TEL : 01-2305-858(代)
ADDRESS : 14th Fl., Novotel Yangon Max 459
Pyay Rd., Kamayut Tsp. MAP : P24-A2
OPEN : 12:00~14:30/18:00~22:30 HOLIDAY : なし



アヒルのカナッペやチーズなど、ワインがどんどん進むタパスがラインナップされています

”極上の空間で
月に一度の贅沢はいかが？”



リラックスできる屋外席のほか、ビジネスにも使える豪華な一角などさまざまな顔を見せてくれます



ワインは200本以上をストック。安価なものから「シャトー・ラフィット・ロートシルト」まで揃います

Promotion

毎月最終金曜日 19:00~21:30
ビュッフェ「Le Cellier Series」(税・サ込45\$/1名)
4~8種類程度のワイン飲み放題のほか、
タパス、チーズ、スープなどが食べ放題

BAR

M Bar & Kitchen

ヤンキンにある「Elegant Hotel Pyi Thar Yar」の屋上に昨年12月5日、新たなルーフトップバー「M Bar & Kitchen」がオープンしました。ダウンタウン中心部とは異なり緑が多いエリアのため、リラックスしてお酒が飲めるとすでにお酒好きに人気が出始めています。この店のウリは豊富なアルコールメニュー。特にカクテルの充実ぶりに要注目、マルガリータやピニャコラーダなどのスタンダードから、「M Bar Special Absoluter Stress」などのシグネチャーまで数多く揃い、どれも4,000Ks程度というリーズナブルさも魅力です。

そんな同店が2月の金土日限定で行っているハッピーアワーはドリンクメニューのBuy2 Get1 Free。週末、大人数で心ゆくまでお酒を飲みたいときに最適です。特に日曜日はバンドの生演奏も入るのでおすすめです！

TEL : 09-7850-50219
ADDRESS : 6th Fl., Rooftop, Elegant Pyi Thar Yar
Hotel, Pyi Thar Yar St., Bout Htaw, Yankin Tsp.
MAP : P25-D1 OPEN : 17:00~24:00 HOLIDAY : 月曜日



カクテルのレベルの高さはヤンゴン屈指。Buy2 Get1 Freeで心ゆくまで楽しみましょう！

”新たな注目ルーフトップバーが
ヤンキンにオープン！”



一樽で12杯取れるビア樽(18,800Ks)も人気。屋外の気持ち良い雰囲気です。



ヤンキンにあるホテルの屋上に位置。緑が多くリラックスできるロケーションが人気です

Happy Hour

毎週金・土・日曜日
すべてのドリンクがBuy2 Get1 Free!
※2月1日~2月28日まで



”最高の景色に加え、
さまざまなイベントが豊富“

ビールもカクテルも全品5,000Ks! レモングラスでミンチ肉を巻いた「Beef wrapped in lemongrass」もおすすめです



第2・4月曜日は18時からDJプレイが。良質な音楽とお酒を一緒にどうぞ



夕暮れ時、次第に赤く染まっていく空は息を呑むほど。どの席からも絶景を眺められます

BAR

Yangon Yangon

ルーフトッパー人気沸騰中のヤンゴンですが、サクラタワー屋上にある「Yangon Yangon」は王道として外せません。最高の景色、レベルの高いドリンクやフード、良質な音楽など来店客を楽しませる工夫に溢れる同店は、常にお得なプロモーションを実施中です。現在のプロモは主に二つ。一つ目はハッピーアワーで、毎日17時から19時まで、全ドリンクが5,000Ksになります。さらに毎週木曜日はBuy1 Burger Get1 Beer Freeを実施するなど、定期的にお得なプロモが開催されます。また、第2・4月曜日はDJが入り、いつもと違った楽しみ方も可能。

座席はソファやテーブルがビルの外周に沿うように設置されているので、全席が特等席。暮れゆくヤンゴンを眺めながら、チルアウトする大人の時間をぜひ楽しんでください。

TEL : 01-2551-31

ADDRESS : Rooftop, Sakura Tower, 339 Bogyoke Aung San Rd., Kyauktada Tsp. MAP : P27-D2

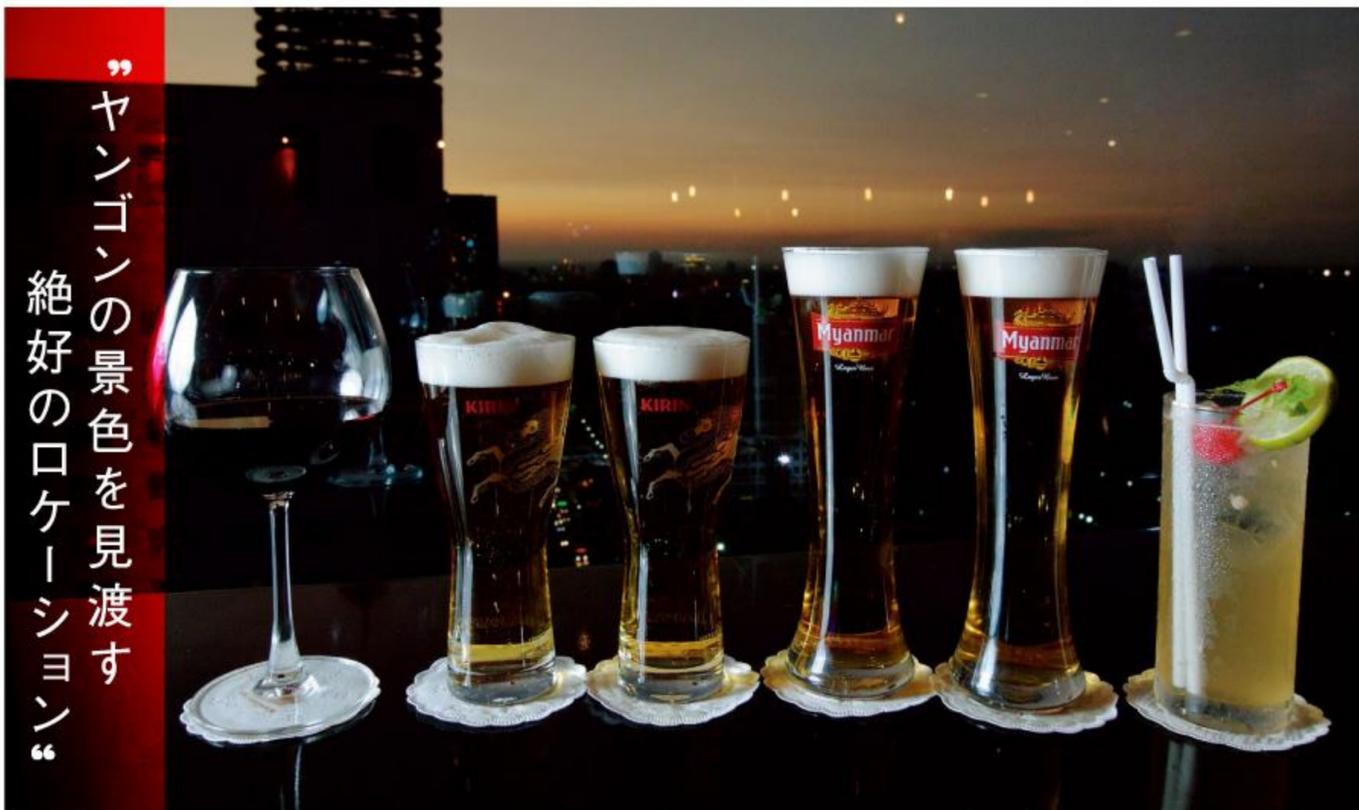
OPEN : 17:00~24:00(L.O. 23:30) HOLIDAY : なし

HappyHour

毎日17:00~19:00 全ドリンクが5,000Ks!

Promotion

毎週木曜日のみ Buy1 Burger Get1 Beer Free



”ヤンゴンの景色を見渡す
絶好のロケーション“

ワインや梅酒ソーダなど豊富なメニューをゴージャスな雰囲気を楽しめます

多国籍レストラン

Sky Bistro

サクラタワー20階にあるレストラン「Sky Bistro」。豪華な内装に加え、ヤンゴンの街並みやダラ方面の緑など美しい景観を楽しめる定番スポットが、毎日17:00~19:00まで、生ビールのBuy1 Get1 Freeとカクテル・グラスワインの30%OFFを実施中です。開始時刻に入店すれば、茜色に染まる空、美しい夜景のそれぞれを眺められておすすめ!

ドリンクメニューに梅酒がラインナップされるなど、日本人好みのメニューが多く取り入れられていることもポイント。また、フードの美味しさも折り紙つきです。新メニューのバーニャカウダや日本風の味付けがうれしいから揚げ、インド発祥の屋台料理として知られるキーマなど、お酒がどんどん進むメニューが揃っています。仕事終わりなどに食事を楽しみながらお酒を楽しむ場所の第一候補にしてほしいお店です。

TEL : 01-2552-77

ADDRESS : 20th Fl., Sakura Tower, 339 Bogyoke Aung San Rd., Kyauktada Tsp.

MAP : P27-D2 OPEN : 10:00~22:30 HOLIDAY : なし

HappyHour

毎日17:00~19:00

生ビールBuy1 Get1 Free!

カクテル・グラスワイン 全品30%OFF



人気のバーニャカウダ(奥)、から揚げ(手前右)、キーマ(手前左)などフードのレベルも抜群



店の奥にあるヤンゴン川やダラ方面を見渡す席もおすすめ。緑が多くリラックスできます

イタリアン

L'Opera

本場シェフによる珠玉のイタリアンが楽しめる「L'Opera」。自家製パスタなどのこだわりのメニューはどれも絶品ですが、なかでもガーデンの片隅にある石窯で焼かれるピザはカリッとした生地と香り高いチーズのハーモニーが抜群。現在同店ではバレンタインシーズンに大切な人と二人で楽しんでほしいという思いから、カップルに最適なハッピーアワーを実施中です。毎週日・月・火曜日の3日間、18時から19時半まで、ピザ一品と生ビールまたはソフトドリンク2杯のセットで16\$というお値打ちメニューを用意。ピザはベーコンやリコッタチーズの芳醇な味わいが楽しめる「Pizza Inya Lake」(通常16\$)など、メニュー内全13種類から選べます。また、毎週水・木曜日におすすめなのは、新鮮な生牡蠣。フランスから直送の牡蠣を新鮮なまま楽しめるよう、週のうち2日間しか提供しないというこだわりの逸品をぜひご賞味あれ。

TEL : 09-7303-0755/01-6655-16
 ADDRESS : 62D, U Htun Nyein St., Mayangone Tsp.
 MAP : P23-B3 OPEN : 11:00~14:00/18:00~22:30
 HOLIDAY : なし



湖畔の席でゴンドラを眺めながらの食事は至高のひとつ。どの時間帯も最高の眺めです

“バレンタインに合わせた
ピザ&ビールプラン”

HappyHour

毎週日・月・火曜日 18:00~19:30
 メニュー内ピザ一品と生ビール (マンマービール・ハイネケン) 2杯またはソフトドリンク2杯で16\$net

Promotion

毎週水・木曜日
 「Cruité di Ostriche (生牡蠣4個) (18\$net)
 プロセッコ「Franciacorta Brut DOCG-2016」
 グラスとセットで29\$netのメニューも有



ラグジュアリーな雰囲気の内席もおすすめ。他にも屋上席など気分に合わせて選びましょう



生牡蠣は4つのグレードのうち、もっともグレードの高い「Type No.1」を使用。大きさが違います



“日本そのままの味と雰囲気
仕事帰りにちよっと一杯!”

和食 YOKOZUNA YANGON

横綱 ヤンゴン

日本で14年の修行経験を持つカウンさんが和の味を守る「横綱」。ラーメンやカレーなどのランチが有名ですが、居酒屋メニューも充実しているので夜も大人気です。現在実施中のハッピーアワーは、毎日17時~19時まで、来店客にマンマービール生か缶のソフトドリンクをサービスするという、太っ腹なプラン。小鉢3品が3,000Ksとなる「とりあえずセット」や2月末まで限定の焼きとり全品20%OFFと組み合わせるのがおすすめです。米国FDA検査基準を満たす検査機器で自主衛生検査を行うなど、安全性にも気を配る同店。安心安全な日本食とビールで、一日の疲れを癒やしませんか?

TEL : 09-4511-55059 / 09-777-44-5009
 ADDRESS : G-004, Bo Myat Tun Tower, Corner of Mahabandoola Rd. & Bo Myat Tun St., Botataung Tsp. MAP : P27-E3 OPEN : 11:30~14:00, 17:00~22:30 (L.O. 22:00) HOLIDAY : 日曜日

HappyHour

毎日17:00~19:00まで
 ミンマービール生1杯か
 缶のソフトドリンク1本をサービス!
 ※2月末まで実施

Promotion

新メニュー「とりあえずセット」
 卵焼きや枝豆などの
 小鉢3つで3,000Ks
 ※小鉢の内容は日替わりです
 焼きとり全品 20%OFF
 ※2月末までの限定プラン



キッチンにかけられた暖簾や座敷は日本そのもの。落ち着いた雰囲気を楽しめます



“餃子とビール!
ベストタッグを心ゆくまで”

和食・中華 OSAKA OHSHO

大阪王将

熱々の餃子とキリッと冷えたビールを楽しみ尽くしたい人に最適なハッピーアワーを大阪王将が実施中です。内容は元祖焼き餃子12個をオーダーすればKIRIN ICHIBAN生が付いてくるお得なプラン。お酒が飲めない人でもビールの代わりに焼き餃子6個に変更できるので、お腹いっぱい餃子を食いたい人にもうれしいサービスです。毎日実施されていることもポイント。奥様の集まりや、仕事後のちょい飲み、休日の昼飲みなどに幅広く活用してください。

TEL : 09-2586-76611 (Tamwe店) / 09-2686-76633 (YIH店)
 ADDRESS : No. (256), Kyaik Ka San St., Corner of Thadi Phatan St., Kyauk Myaung, Tamwe Tsp. (Tamwe店) / No. (330) (Inside the Compound of Yangon International Hotel) Ahlone Rd., Dagon Tsp. (YIH店) MAP : P25-D3 (Tamwe店) / P26-B1 (YIH店)
 OPEN : 11:00~22:00 (Tamwe店) / 11:00~26:00 (YIH店) HOLIDAY : なし (2店舗とも)



仕切りのほか、個室もあるYIH店。人目も気にせず昼間からビールを楽しみましょう!

HappyHour

毎日14:00~18:00まで
 元祖焼き餃子12個をオーダーすれば
 KIRIN ICHIBAN生か
 元祖焼き餃子6個をサービス!

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!

新メニュー続々開発中!
日本の味、日本の風景。

Japanese Restaurant iZUMI
創作和食 いずみ
09-2609-11585, 09-4211-44386
11:30 - 14:00 / 17:30 - 22:00 不定休
Tower-A(8G) Diamond Condominium, Pyay Rd., Kamayut Tsp. P24-A2

家津 旬の魚を
火・金曜日に
鮎&そば 築地より空輸!

こだわりの手打ちそばも絶品!

コシヒカリに鮎酢、海苔にまでこだわった、
本格お鮎を一貫\$1~

本まぐろ(背中)、パフン雲丹、のどぐろ、金目鯛etc..生魚で輸入!

01-377-212 09-2501-88878(田村)
11:00-23:00 (L.O. 22:00) <年中無休> Merchant Rd.(通称コンテラン)と37st.南に入り右手

当店で味の素、ハイマー、ほんだし、出汁の素
その他化学調味料は一切使用しておりません。

ダーツ・カラオケ・スポーツ観戦
深夜2時まで営業!

飲んで! 食べて! 遊べる!
お店

HAPPY Valentine's DAY
2/14
バレンタインデー
スパークリングワイン
1杯無料!

日本人バーテンダーYUKIの
「フレアバーテンディング」にも注目!

円形のバーカウンターを囲む開放的な店内

OUTER ROOM Restaurant & Bar
09-4575-71551 18:00~翌2:00(L.O.1:30) P24-C2 ※ダーツは近日導入予定
Room No-(G-1,3) G FL., Building(A), Pearl Condominium, Kabaraye Pagoda Road, Bahan Tsp.

MANPUKU TOKYO BBQ DINING

“DICE CUT” STEAK Rib Eye Roll 45,000Ks
“MISUZI” Top Blade 40,000Ks
“YAKI SHABO” 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

お得なプロモーションもあり!

TEL: 09-9701-37546 / 09-830-0426 / 09-5046-736 ADDRESS: No. (30), Sagawar Street, Dagon Tsp.

武士道 BUSHIDO Japanese Restaurant

日本のテレビ(24ch)を
年間\$315で
見られるサービス
好評受付中!!
※70ch見られるサービスも
別途ございます。

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

ご宴会、各種パーティーご予約承ります!

09-459-190-088(ENG, JPN, BURMESE) 11:30 - 14:30 / 17:30 - 22:00
No.75 / AB, Bo Yar Nyunt St., Dagon TSP. bushidoyangon@gmail.com Bushido Japanese Restaurant

和膳 あまいも

名物「鳥の水炊き」をはじめ
新鮮な寿司や
刺身で宴会を

2階に個室あり
掘りごたつでゆったり

TEL 01-3780-22 営業時間: ランチ 11:30~14:00 / ディナー 17:30~22:00 [月~金]
ランチ 11:30~14:00 / ディナー 16:00~21:00 [土日]
No.300, Mahabandula Park St., Kyauktada Tsp. Map-P27-D2 anaimo.yangon

天香回味鍋 鴛鴦鍋
激辛とマイルド味が一度に楽しめる、68種類の生薬や香料が入ったヘルシーな薬膳鍋

台湾発祥 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!

09-2542-66705 / 09-2639-59717 / 09-7997-77686
11:00 - 23:00 年中無休 P27-C2
No.(38/40), Boyarynyunt St.(Upper Block), Yaw Min Gyi Ward, Dagon Tsp.

ヤンゴンで 圧倒的に美味しい 小籠包

小籠包 4,000ks 餃子 3,500ks

喜洋洋 水餃子 City Martで発売中!

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

「ミャンジャポ!」見たでお会計より 5%OFF!

喜洋洋 Xi Yang Yang 8:00-22:00
1号店 01-502-582 09-2502-69706 No.4, Corner of Nyaung Tong Rd., and Baho Rd., Saunchang Tsp.
2号店 09-2628-88808 09-2628-88818 No.30, Aung Zeya Rd., Kyauk Kone, Yankin Tsp.

世界中に日本の、冷蔵庫を。

冷やすことに、熱すぎる会社。

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

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

UCHINO Bath Designs TOKYO JAPAN

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

香り高いコーヒーと昔ながらの喫茶店の味

東京トマトカフェ

www.facebook.com/tokyotomatocafe

09 7303 0755

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

L'OPERA

VISA MasterCard JCB MPU Wi-Fi operayangon

Nature Life Organic Star
SACHA INCHI
100% Organic

話題のスーパーフード!
サーチャインチのチカラ

オメガ脂肪酸3・6・9、
ビタミンA・Eなどが豊富に配合!
南米原産で日本でも話題の植物
サーチャインチ

オイル、スナック、タブレットで
お手軽に健康管理

Marketplace,
Orange,
Gamone Pwint
などで販売中!

NEW SHOP OPEN!!
タケター地区
Capital Hyper Market 2 階に
新店オープン!

街歩きのお供に最適!
**本場台湾の
バブルティー**

☎ 09-422-368-395 ☎ 9:00-21:00
📍 Junction City, Level-5 階 P26-C2

☎ 09-769-138-823 ☎ 9:00-21:00
📍 Capital Hypermarket, Level-2, Tharketa Tsp
階 P23-C5

f KOI Thé Myanmar

ÔTHENTIC
FRENCH CRÊPE & WINE
YAW MIN GYI

フレンチスタイルカフェで
本場のガレットはいかが?

Tel: 09-4495-29557 open: 7:00~23:00
address: No.(45/A), Corner Yaw Min Gyi St., & Bo Yar Nyunt St., Dagon Tsp.
map: P27-C2 Facebook: ÔThentic Crêperie & Wine Bar 無休

伝統的なベトナム
料理をヤンゴンで

Golden Phở
Vietnamese cuisine

Sule Square Shopping Mall
097-6165-0565

Junction City Shopping Centre
097-7779-5293

Open 11am-10pm

1. Yaw Min Gyi Street - Byo
2. Golden View Tower (Kandawgyi Lake Entrance) - Byo
3. Food City Myanmar Plaza Food Court (Golden Pho Express)
4. Sule Square Mall (Next To Shangrila Hotel) アルコール提供店舗
5. Junction City Shopping Mall (Next To Boyoke Market)

Map p27-c2 年中無休

f Golden Pho Vietnamese Cuisine

シュ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

ヤンゴンで唯一無二の
夜景があなたを癒す。

Yanqon Yanqon

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

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

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

www.theyangonrestaurant.com

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

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

ミャンジャポ!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)

AJ's Bar

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

「BBQ Bacon Burger」(12,500Ks)。香り高いソースと、溶けたチーズに加え、カリッと揚げた玉ねぎの甘さがたまらない



「Salmon」(19,500Ks)。新鮮な素材を使い、うっすらと生の部分を残す火の通り具合が絶品の一品



「Caesar Salad」(7,000Ks)。パルメジャーノチーズはテーブルで削り、目の前でかけてくれるのが楽しい



ハイセンスな店内。禁煙になっていて、子ども用メニューもあるので、家族連れでも気軽に行くことができる

Other Menu

Mojito	4,800Ks
Classic Margarita	4,800Ks
Miso Egg Plant & Pork Claypot	6,200Ks
Angry Chicken	9,500Ks

Shop Data

☎ 09-7854-22151

🕒 11:30~23:00

📍 132 Corner of Bo Myat Htun St. and Anawrahta Rd., Botahtaung Tsp.

📶 P27-E2 🚫 なし 🍷 あり

📱 AJBARYANGON

和の心を知る料理人が作る本格アメリカ料理

ヤンゴンに多数存在するアメリカ料理店の中でも、2016年オープンのAJ's Barは、屈指の本格派といえるだろう。それもそのはずで、オーナー兼シェフのミヤンマー人は20年近くアメリカに居住し、数年前に帰国したばかり。ポリウムたっぷりのバーガーや、メキシコ風アメリカ料理「Tex-Mex」など、モダンな米国の空気をそのままヤンゴンに持ち込んでいる。

さらにオーナーは、「料理の鉄人」で広く名前を知られる森本正治氏に2年間師事したため、和の味にも造詣が深い。マッシュルームで旨味を出した「UMAMIバーガー」など、日本人の好みにも合う味わいを演出している。

プロモーションも随時実施している。例えば、2月中の毎週月曜日はバーガー類のBuy1 Get1 Freeを展開するなど、驚きの価格で提供する。ほかにも多数プロモがあるので、Facebookをフォローして、お得に本格的な味を楽しんでほしい。

the SUSHI **鮨** BAR



60 MIN
FREE FLOW COLD SAKE

+ A Free Appetiser of the Day at 10,000ks*

Add 8,000ks for another hour!

お酒飲み放題プラン

10,000チャット: 60分 + 日替り前菜

1時間ごと追加で、+8000チャット



*terms and conditions:

同伴の方皆様すべて同じコースとなります。
Everyone on the table must purchase the free flow to enjoy the promotion.

**ラストオーダーは8時30分となっております。*
Last order for free flow at 8:30pm

Sule Square #02-03/04, 221 Sule Pagoda Road,
Kyauktada Township, Yangon, Myanmar

+95 9979 414 065

Jin
金贊鍋
Jin hot pot

Jin hot pot



私たちJinホットポットは、
味へのこだわりはもちろん、皆さまの健康にも配慮した
お食事の提供をモットーとしています。

手軽なディナーから、会社のスタッフパーティーまで
幅広い用途に使用可能。
広々とした店内で、皆さまのご来店をお待ちしております。

NEW UNIQUE STYLE



G16-17, Asia Business
Center Maha Bandula Road
(Bet: 47th and 48th Street),
Yangon 11161
+ 95 9 61646779



<https://m.facebook.com/jinhotpot-692076144321074>

**Royal Garden
Restaurant**

カンドージ湖畔にたずむ本格中華料理店



【カンドージ店】01-5469-23 / 01-5462-02

Nat Mauk Rd., Near Bo Gyoke Aung San Bronze statue,
Kandawgyi National Park, Bahan Tsp. Map: P25-D3

小規模パーティから
最大800人の
宴会にも対応

【ストラッドスクエア店】09-2530-000757~759

G Fl., Strand Square, Corner of Strand Rd. and Bo Soon Pat Rd. Map: P27-C3
Open[Dim-Sum] 6:30~14:15 [Lunch] 11:00~14:15 [Dinner] 18:00~22:15

年中
無休

G.F.A
SUSHI & JAPANESE FOOD DELIVERY SERVICE

*LUNCH BOX

*SUSHI & SNACKS



Ph:09 457-21-10-19, 457-21-10-20

No 10(A) Maggin Street, Kyauk Myaung Tarmwe

MENU Search: www.facebook.com/gfasushi&minihotpot



Bar & Kitchen

M Bar & Kitchen
Elegant Hotel Pyi Thar yar
(Roof Top)

09785050219

ホットポット一式とサイドディッシュ、ドリンク付きのセットがおすすめ。「Premium American Rib Eyes Beef Set」(16,800Ks)



Jin 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



サイドメニューの「台湾式から揚げ」(左)と「魯肉飯」。オーナーが台湾人のため、本場の味を再現できる



健康を考えて作ったというロゼレのジュース(左)と菊の花のジュース。爽やかな味で食事がすすむ



センスのよい内装の店内。各席にIHヒーターが付いているので、味の異なるスープを頼んでシェアしたい

Other Menu	
Premium Bacon Pork Set	11,800Ks
Selected Shaoxing Chicken Set	13,800Ks
Seafood & Pork / Chicken / Beef	18,800Ks
Fresh Vegetables and Mushroom Set (ベジタリアン向け)	13,800Ks

Shop Data	
☎ 09-9616-46779	
🕒 11:30~23:00	
📍 G16-17, Asia Business Center Maha Bandula Rd. (Between 47th and 48th St.)	
📞 P27-E3	🚗 なし 🚗 あり

日本人にも馴染みやすい台湾式ホットポット

“ 気軽に美味しく健康な食事ができるホットポット。市内には多くの店があるが、昨年11月、また新たな注目店がオープンした。台湾式ホットポットを提供するこの店最大の特徴は、スープの豊富さ。定番の「Spicy」とんこつスープの「Pork Broth」出汁と塩で日本風の味わいを表現した「Lake Salt」、鶏ガラ「Chicken」が揃い、どれも日本人好みの味わいがうれしい。やわらかなUSビーフを使用するなど、具材のラインナップもハイレベルだ。また、魯肉飯や台湾式から揚げなど、台湾式を掲げる同店ならではのサイドディッシュの数々にも注目したい。

内装のセンスがよく、清潔なものも大きなポイント。台湾人オーナーが、かつてマレーシアで飲食店の品質管理をしていたこともあり、衛生管理には人一倍気を使っているそう。服に匂いが付にくい換気システムや、数時間煮沸した水を使用するなど、味に加え、細かな気遣いも人気を呼びそうだ。



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

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
 - 築地 天ぶら黒川
 - 北海道
 - OUTER ROOM
- SHWE KAUNG HOT POT (NANATAW RD.)

ルーフトップバー

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

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

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

- 匠家
- 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(ティンゴンチェンを除く)	11:00~14:00, 18:00~21:00	🌐 www.operayangon.com
AWAのお弁当	09-7926-55994	ダウンタウンから8マイル	平日 10:00~18:00	✉ awa.yoko.hayami@gmail.com
あないも	09-2504-37706	北部はシュエゴンダインまで	平日 9:30~19:00	📘 あないも's Kitchen
築地 天ぶら黒川	09-2534-40001	ダウンタウンからMICTパークまで	平日 10:00~12:00	

※AWAのお弁当は上記アドレスにメールを送信するとメニューがもらえます。

詳細な情報は「厳選お役立ちページLISTING」42Pを参照!

SCHOOL

ヤンゴンでミャンマー語と英語を勉強しませんか?

わかりやすい完全日本語対応の教科書を使用
現在ミャンマー語初級コースを大募集!

2月末までのお申込みで
入学登録料無料!

ジョー先生
国費留学生として日本に教科書作成の研究のために留学した先生が教科書を作成しました。

詳しくはホームページへ
<http://c-school.asia>

- 1. 週末集中コース (182.5時間 2レッスン) 2月17日スタート!
- 2. 平日コース (181.5時間 毎週月・木 or 火・金)

※英語の個人レッスンも随時受付中!

📍 Bldg., No.(9/4), Room (03), Yan Nyein Housing, Yankin Tsp., Yangon ☎ 099-665-57162 📠 P25-C1

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

※まずは日本語にて、メール・お電話でお問い合わせ下さい。

Golden Support Service Co., Ltd.
📧 support@goldensupportservices.com 📧 gss.golden.operation.seven@gmail.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 📧 nicemyanmar.operation.six@gmail.com 🌐 <http://www.nicemyanmartravel.com>

☎ 事務所 (+95) 1-571066
(+95) 9250430271
☎ (+95) 95021985 (代表: ニートウエ)

📍 BUILDING 28/C, ROOM(D2), KYAUKKONE STREET, YANKIN TOWNSHIP, YANGON.

いちご大福



- 1 小豆あんを6等分にして丸めておく。
- 2 いちごは洗ってヘタを取って水気を取り、いちごの先を上にして1で丸く包み込む。
- 3 耐熱容器にAを入れて混ぜ、ラップをして電子レンジで2分加熱したら、水で濡らしたへらでよくかき混ぜる。もう一度ラップをして2分加熱し、水で濡らしたへらでつやが出るまでよくかき混ぜる。
- 4 片栗粉を広げたバットに3を取り出して6等分にしたら、手に片栗粉をつけて円形に広げる。
- 5 いちごの先が上にくるように4で2を包み込み、生地を引っ張ってつまんで閉じたらできあがり。

材料 6個分	いちご(大きすぎず形がそろったもの) 6個(30kcal)		A	
	片栗粉	適量	もち米粉	50g(186kcal)
小豆あん	180g(392kcal)	米粉	50g(181kcal)	
		砂糖	30g(75kcal)	
		水	180ml	
合計 710kcal(1個あたり 118kcal)				

ワンポイントアドバイス

もちの生地はつやが出るまでよくかき混ぜるのがポイント。よく練ると伸びがよくなり、あんを包みやすくなります。

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。

“大人の料理教室”開催
毎月最終日曜日の15時から、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12回

Vista Do Rio

パズンタウン川沿いで
カヤン族のお酒や料理を

ミャンマー北部などに住み、女性が真鍮製の首輪をつけることで知られるカヤン族の食文化を楽しめるお店が「Vista Do Rio」です。
この店のおすすめは、カヤンのお菓子や軽食を集めた「ダウンラン」。お米をまとめて揚げたものや、ジャガイモを山椒に似た「マッカー」という調味料で味付けた料理など、カヤン伝統料理をこの一皿で

楽しめます。
カヤン料理を味わうときにぜひ一緒に注文してほしいのが伝統的なお酒です。すべて米から作られ、日本酒そっくりの味わいのものや、白ワインのような味わいのものなど、豊かな酒文化を楽しめます。ゆったりと流れるパズンタウン川を眺めながら、優雅にお酒を飲みに行っ

ダウンラン(カヤン族の軽食盛り合わせ) 10,000Ks

အရသာရှိသော

ピリ辛のじゃがいもや、旨味が凝縮したソーセージなど、お酒好きにはたまらない構成。もちろんお茶受けにしてもOKです

📞 09-9755-46778 🕒 11:00~24:00

📍 No.251, Taung Htate Pan & Mya Mar Lar St., Thuwana, Near Kamarkyi Bridge

🚗 P23-C4 🚫 休なし 🚫 駐なし

鶏肉の旨味たっぷりな「ソコタン・チェッターヒン」(6,500Ks/右奥)、お酒にもご飯にもぴったり

牛肉の包み蒸し「アメートルオン」(8,500Ks)、竹筒のお酒「ソーカワン」(3,000Ks)との相性抜群!

半屋外のおしゃれな店内。乾季は川沿いにガーデン席が作られ、川を見ながら食事を楽しめます

taste of interior Co., Ltd.



ASW 13002 KN74

AS 14086 CS98

Distribute ;
AICA
High Pressure Laminate
No.1 Brand In Japan



Room:(4), Building (3), Kan Street, Hlaing (10) Ward, Yangon.
E-mail ; aungkyawzaw72@gmail.com, Tel ; 01 505373, 09 7993 93557



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),
Botataung 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



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
- ・ポートレナ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



日本で大ヒット掃除機

マキタのハイパワークリーナー



紙パック式

ワンタッチ
スイッチ

バッテリー
切れお知らせ表示

ミャンマー上陸!

日本の電動工具メーカー
『マキタ』だから、
吸引力も使い勝手も抜群!

最大吸引
仕事率
20w

重さ
1.1kg

集じん容量
500ml
紙パック 300ml

連続可動
時間が最大約
30分

充電式クリーナー (型番: CL104DWY)
価格: US\$110.00 (MMK148,500)
(消費税・送料込み、代金引換、
ヤンゴン市内のみ)

付属品: すき間ノズル、充電用アダプター
(220-240V 対応)、ダストバッグ
(不織布 1枚、紙パック 5枚)

ご購入ご希望の方は

氏名・ご住所・電話番号・
ご注文台数を明記の上、
toolsact.ygn@gmail.com (英語対応)
jpcs@makita.com.sg (日本語対応)
までご連絡ください!

販売代理店 TOOLSACT.CO.LTD. Tel: 09 2626 3636 7 / 09 4210 78842 担当: Rebecca (Ms.)



症状に合った医療マッサージをします。
月曜日から金曜日の16時までは、
無料で15分間延長いたします。
日本語・英語でも対応可能です。

Medical Massage by Visually Impaired
အမြင်အာရုံရှိတဲ့သူများ အကြောပြင်အနိပ်

施術料金 (チャット)	ミャンマー人 マッサージ師	日本人 マッサージ師	来院受付	10:00~20:00
来院30分~	3,000~	15,000~	往診受付	10:00~18:00
往診60分~	10,000~	40,000~	施術	10:00~20:30
			休日	水祭り、10/15

サヤサン: 09-263-442062 (日英通可能) MAP P25-C2
No.70, West Zay Haung St, Sayar San North/West, Bahan T/S.
ミニゴン: 09-263-442061 (日英通可能) MAP P24-B3
No.11, Aung Taw Mu St, Myay Ni Gone, San Chaung T/S.
日本人: 09-430-66141 (鍼灸マッサージ師。ご予約、ご質問、お気軽にお電話ください。)



OfficeStore4u

オフィスが求めるすべてのものを...

No. 443, Merchant Road, Bet: 43th & 44th St.,
Near Bokalay Market, Botataung Township,
Yangon, Myanmar.
Phone : (+95-1) 370062/ 370063/ 291453
Email : sales@officestore4u.com
Website : www.officestore4u.com officestore4u

オフィス用途の
事務用品を
多数取り扱い



ステーショナリー



ITアクセサリ



オフィスファニチャー



キッチン&クリーニング

コピー&レター用紙

ノート・ペン類

- 🕒 時間節約
- 💰 コスト削減
- 📄 安心の年間契約
- 🚚 ドア・ツー・ドアサービス

ヤンゴンの暮らしを叶える不動産屋



I S H I K A W A

No.477, 3rd Floor, Aye yelk thar(2) Street,
New University Avenue, Bahan T/S, Yangon

お問い合わせ: + 95-(0)92-5419-1170(内山まで)
E-Mail : sales.mm@ishikawashoji.com

単身向けの住居、ご家族向けの住居
スタッフの社員寮、事務所などのオフィス物件
商業物件ショールーム、店舗、飲食店、土地
仲介業をメインにご対応いたします。



ヤンゴン市内以外にもヤンゴン近郊及び
首都ネピドー、第二の都市マンダレーの物件
土地、住居、オフィス店舗なども扱っております。
不動産仲介業の他にもさまざまなサポートをご提供
引越業務 土地鑑定業務 不動産視察ツアー
ミャンマー進出サポートサービスなども対応!
是非、石川商事にご用命くださいませ。

ご入居から退去まで安心のサポート
私達に対応させていただきます!



ミャンジャポ information

新製品や新サービス、各種イベント、お知らせ、キャンペーン、プロモーションなどなど……。
 ヤンゴンをもっと楽しむためのさまざまなインフォメーションをお届け！

お店やサービスをアピールしませんか？

新店・新メニュー情報、プロモーションなどを「ミャンジャポInformation」で
 アピールできます。お問い合わせはinfo@myanmarjapan.comまで。
 ※掲載を確約するものではありません。

ダウンタウンに新たな和食店 「わびさび」がオープン!

スーレーシャングリラホテル裏に2月1日、和食店「わびさび」がグランドオープンしました。提供されるのは自慢のラーメンやハンバーグ、鶏の南蛮漬、しょうが焼きなど、日本人がほっと落ちつく和の味ばかりで、日本在住25年以上という店主が味とサービスに目を光らせています。お財布にやさしい価格も魅力の一つ。定食やラーメンを5,000Ks程度で提供しているので、ランチの心強い味方になってくれそうです。また、焼酎や日本酒のほか、焼き鳥やおつまみも充実しているので、居酒屋使いもおすすです!



TEL : 09-7651-24556 / 09-2622-84827
 ADDRESS : No-225, 32nd St. (Upper Block), Pabedan Tsp.
 MAP : P27-C2 WABISABIYangon

ジャパン・ミャンマー・プエドー AKBなどが参加、2月24日開催!

ヤンゴン市内のトゥワナブーイベントパークで2月24日、4回目となる「ジャパン・ミャンマー・プエドー2018」が開催されます。日本からはAKB48の選抜メンバーがミャンマー初上陸! 人気急上昇中の森崎ウィン率いるアイドルユニットPrizmaX、ミャンマーの国民的歌手であるニー・ニー・キンゾー、アー・ムーン、ディラモも出演。協賛企業による製品の展示や販売、日本食屋台などの出店もあり、一日中遊びたくなる企画が目白押しです。ヤンゴン在住の日本人にとって待望のイベントに要注目!



会場 : Thuwunna Bhumi Event Park MAP : P25-E2
 入場料 : 無料 問い合わせ : jmpt2018@jibtv.com
 jmpt2018

ミャンマー国立交響楽団が 国立劇場でコンサート開催、2月9日開催



国際交流基金と協賛企業の支援により、音楽監督・指揮者の山本祐ノ介さんと音楽アドバイザー・ピアニストの小山京子さんなどの日本人音楽家が参加するミャンマー交響楽団。毎年恒例となりつつあるコンサートも今回で4回目、2月9日にヤンゴン国立劇場で開催されます。初回に第1番からスタートしたベートーベンの交響曲は、今回第4番を披露。合唱団との共演も見どころの一つです。

【ミャンマー国立交響楽団コンサート】

会場 : ヤンゴン国立劇場 MAP : P26-B2
 18:00開場/18:30開演

日系インテリア企業 アイカ工業がミャンマー上陸

日本でインテリア関連の商品を展開するアイカ工業の内装仕上げ材がミャンマーで取り扱いを開始しました。飲食店等の内装に欠かせない化粧板はすでに日系飲食店・日系サロン・大手ホテルなどで導入済み。店舗イメージの決め手となる化粧板に日本製が使えるとオーナーさんから高い評価を得ています。自分でお店を経営している方や、オフィスや自宅の大規模改装を考えている人にぜひ知っておいてほしい情報です。詳しい情報は以下Facebookまで!



E-MAIL : aica@tasteofinterior.com, aungkyawzaww72@gmail.com
 HOMEPAGE : www.tasteofinterior.com Taste Of Interior Co., Ltd.

人気ラーメン店「麺蔵」 1周年記念プロモ実施中!



ボヤット通りにある人気のラーメン店「麺蔵」がこの度1周年を迎えました。それを記念して2月1日から7日の1週間限定で、店内全メニュー10%オフのキャンペーンを実施中! ヤンゴン屈指のレベルと呼び声高いラーメンやつけ麺はもちろん、夜のおつまみなどもすべて対象になります。ランチはもちろん、夜の飲み会までお得に楽しむチャンスです!

TEL : 01-1220-052 ADDRESS : No.19/A, Unit-15, Boyar Nyunt St.,
 Yaw Min Gyi Quarter, Dagon Tsp. MAP : P27-C2
 MENZO RAMEN Yangon

Skyline Bar & Restaurantが オープン記念読者限定プロモ

アウンサンスタジアム近くのエスペラードタワー屋上に新しくオープンしたルーフトップバー「Skyline Bar & Restaurant」が、オープンを記念してミャンジャポ読者限定のプロモーションを実施中! オーダーの際に「ミャンジャポを見た」と伝えれば、フードメニューが20%オフになります。オープンは毎日朝11時から25時まで。18時から21時はドリンクがお得になるハッピーアワーも実施中なので、お得に飲み食いを楽しめます。また、金曜と日曜の夜は、ライブ演奏が開かれるので、この日を狙っていくのもおすすめです!



TEL : 09-4042-45503 ADDRESS : 7th Fl. Esperado Tower B
 Gyo Phyu St., Dagon Tsp. MAP : P27-D2

KIRIN NIGHT再び! 日本人必見イベントに注目!

昨年9月にサクラタワー屋上「Yangon Yangon」で開催され、歌謡曲を中心としたDJプレイやKIRIN ICHIBANの飲み放題など、日本人のツボを押さえて大盛況となったKIRIN NIGHTが再び開催されます! 次回は2月16日(金)の19時から24時まで。19時から21時の間はKIRIN ICHIBAN生が飲み放題になるほか、お馴染み江戸川タウンシップのライブ、DJ28によるジャパニーズクラブの再現など、日本人ならば必ずアガる企画ばかりです。詳しい情報は下記Facebookまで。また、Eメールで日本語の問い合わせも可能です。



E-MAIL : YangonYangon@sakuratower.com.mm (日本語可)
 YangonYangonRooftop

語学学校シースクールが 初級ミャンマー語コースを開講!

ヤンキンの語学学校「シースクール」が週末集中型の初級ミャンマー語コースを2月からスタートさせます。毎週土曜日の9時から11時半まで2時間半のレッスンを10週にわたって行うもので、テキストは完全日本語対応のオリジナル教科書を使用。わかりやすい授業で10週間後には簡単な会話とミャンマー文字の読み書きができるようになるカリキュラムです。2月末までに申し込みば入学登録費が無料なので、この機会にミャンマー語を身につけましょう!



TEL : 09-9665-57162 ADDRESS : Building No (9/4), Room(03),
 Yan Nyein Housing, Yan Kin Tsp. MAP : P25-C1
 E-MAIL : info@c-school.asia HOMEPAGE : www.c-school.asia

Mr. Itchii Japanese Fusionが カクテル全品2,500Ksプロモ開催!



タームエにあるフードコート風レストラン「Color Stones Restaurant」の一角にある「Mr. Itchii Japanese Fusion」。店名の通り、純粋な和食に加えて、斬新なアレンジを加えたフュージョン料理を味わえるお店です。こちらが毎日17時から19時半まで、クラシックカクテルが全品2,500Ksになるプロモを実施中! カジュアルな雰囲気に加え、駐車場も完備のお店なので、家族連れの食事におすすめしたい一軒です。詳しい情報は下記Facebookをチェック!

TEL : 09-7302-4429 ADDRESS : 34 Lay Daunt Kan Road,
 Tamwe Tsp. MAP : P23-B4
 Mr. Itchii Japanese Fusion at Color Stones

Laundry.com.mmで 日々のお洗濯から解放!



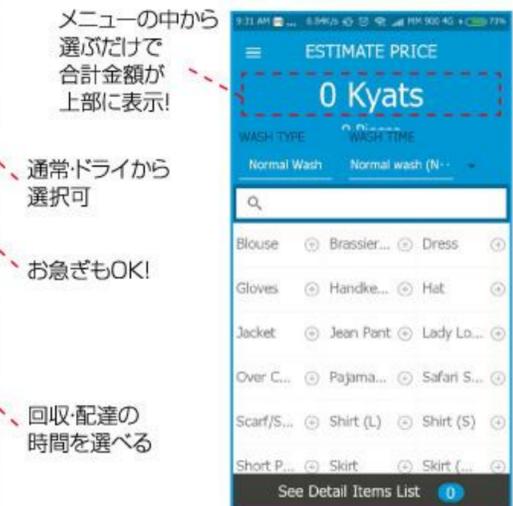
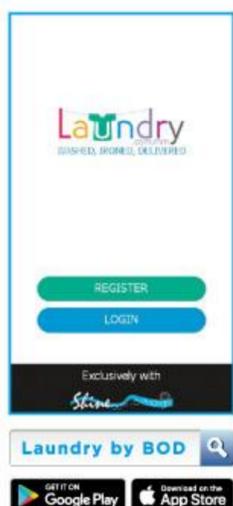
大切な洗濯物ってどうしていますか? スーツをどこに出せばいいかわからない……。いいお店は知っているけど、家から遠いので持っていくのが大変……。そんな声をよく耳にします。そこでおすすめなのが、「Laundry.com.mm」。ネットかアプリで申し込みをす

れば、デリバリースタッフが自宅まで洗濯物を取りに来てくれ、仕上がり後ももちろん、自宅まで配達してくれます。実際に洗濯するのは、5スターホテルの洗濯物も手がける大手クリーニング会社。安心安全で高品質な仕上がりを自宅にいながらにして受け取ることがで

きます。大切な服を預けて大丈夫? とするあなたのために、Laundry.com.mmのサービスを徹底解剖! 自信を持っておすすめできるポイントを3つご紹介いたします。大切な服はもちろん、ミャンマーでは頭の痛い雨季中のお洗濯まで、全部まとめてお任せしちゃいましょう!

POINT 1 言葉の心配なし! 使いやすいアプリに注目!

お店に洗濯物を出しに行っても英語が通じないことも多く、細かい指示ができないこともありますよね。Laundry.com.mmならば、ネットかアプリで完結するので安心! お願いしたい洗濯物の種類を選ぶだけで合計金額が表示されます。また、ノーマルウォッシュかドライウォッシュ、通常かお急ぎのほか、回収や配達の日も選べるので、普段は家にいない人でも休日に受け取れるのがうれしいポイントです。



メニューの中から選ぶだけで合計金額が上部に表示!
通常ドライから選択可
お急ぎもOK!
回収・配達の日時を選べる

POINT 2 大量の洗濯物もOK 時間指定もできる 便利なデリバリー!

回収も配達もワンボックスバンが自宅まで来てくれます。もちろん1着からでもオーダー可能ですが、スーツを何着も出すなど、自分でお店まで持っていくのが大変なときでも、自宅でデリバリースタッフに渡すだけなので楽チン! 回収から配達までは通常4日間。お急ぎなら翌日仕上げも可能です。回収と配達時間は一時間単位で選べるので都合のいい時間を指定しましょう。



デリバリースタッフはお揃いの白いポロシャツで訪問します

POINT 3 5スターホテルも担当! Shine Laundryがお洗濯



A. すらりと並んだ洗濯機。ほかにも、シャツ専用の全自動大型アイロンやドライクリーニング機器などが並びます B. アイロンがけは手作業。平均10年、長いスタッフだと19年のキャリアを持つ人もいます C. 大量の服を取り違えないよう、服には支店ごとに色分けされたタグが付けられます。D. タムエにある工場。ヤンゴン各地から洗濯物が集まり、キレイになって顧客のところに戻っていきます

回収された洗濯物は、ミャンマーでトップクラスのランドリー会社「Shine Laundry」に運ばれます。1993年創業のこちらは、5スター・4スターホテルなどヤンゴン市内80以上のホテルと提携しているほか、大使館や飲食店など幅広い顧客を持つ安心の企業。日本やアメリカの業務用洗濯機器を使用するほか、洗濯する水にまでこだわっているそう。一度使えばその品質に納得するはずですよ。

※ 通常仕上げ、お急ぎは別途

PRICE LIST	
NORMAL WASH	
シャツ	1,800Ks
トラウザー	2,800Ks
スカート	3,000Ks
DRY WASH	
スーツ上下(2着)	13,500Ks
ネクタイ	2,500Ks
ドレス	6,500Ks

トータル30,000Ks以上で配送料無料

Interview with
Sai Lin
[OPERATING DIRECTOR]

Sai Linさんにお話を聞きました!

当社は2017年9月にサービスを開始しました。ヤンゴンの交通事情を考えると、こうしたサービスがお客様に喜んでいただけたらと思ったからです。日本人のお客様にアピールしたいのは、仕上がりの品質ですね。提携するShine Laundryはミャンマー屈指のランドリー会社ですから、必ずご満足いただけると思います。使いやすいアプリや配達の日時指定もできる細やかなサービスも自慢なので、ぜひ一度使っていただき、日々の煩わしいお洗濯を任せていただきたいと思います。



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!

33

ミャンマーで手に入るスーパーフード

yangon shwe style 情報局員：らつこ、プリン、ハピネス、tora、Choco

今話題の栄養価の高い食品、通称スーパーフード。ミャンマーではどんなものがあるのでしょうか。
今回は日本では手に入りにくいものを中心に4つ紹介します。

No.01

サーチャインチ

南米原産の植物で、種は青魚などに多く含まれるオメガ3脂肪酸やビタミンAとEなどが豊富です。血液中の脂質を減らすほか、アンチエイジングや美肌効果などもあるとか。日本よりも青魚など食べる機会が減ったという方におすすめです。ナッツやオイルに加え、栄養素を抽出したサプリメントがマーケットプレイスやOrangeなどで購入できます。



Sacha Inchi

主な栄養分	オメガ3脂肪酸、ビタミンE
期待できる効果	目や脳の機能改善、美肌効果など
購入できる場所	マーケットプレイス等

No.02

ドラゴンフルーツ

中南米原産のサボテン科の植物の果実でピタヤとも呼ばれ、品種によって中身が白いもの、赤いもの、黄色いものなどがあります。味が薄く感じられるかもしれませんが、抗酸化物質が多く含まれ、アサイーに次ぐ美容食材として注目されているようです。赤いものが特に抗酸化物質が豊富ですが、服などに色がつくと取れにくいので要注意!



Dragon Fruit

主な栄養分	ビタミンB群、ポリフェノール
期待できる効果	アンチエイジング、疲労回復
購入できる場所	スーパー、ゼイ等

No.03

タマリンド

南アジアもしくはアフリカ原産のマメ科の植物で、酸味をつける調味料のほか、ドライフルーツにして食べます。アフリカでは果肉を顔のパックや頭皮のマッサージに使用するほか、木の根を咳止めに用いるなど万能植物として有名。クエン酸や女性に不足しがちなミネラルが豊富で貧血予防などにも効果あり! 日本では加工品以外手に入りにくいので、ミャンマーでぜひお試しを。

Tamarind



主な栄養分	食物繊維、ビタミン、ミネラル
期待できる効果	整腸作用、貧血予防
購入できる場所	マーケットプレイス等

No.04

モリンガ

インド原産の木で、葉っぱに多くのビタミンミネラル分を含んでいます。干ばつにも強い木であることから、熱帯地方の栄養失調防止のために利用されている植物です。最近、日本でもその栄養価が注目され、青汁の原料などとして使用され始めています。また、化粧品の原料にもなっていますが、お茶として飲むのがお手軽。ヤンゴンではgreenhillやGo Greenで購入できます。



Moringa

主な栄養分	ビタミン、ミネラル
期待できる効果	ビタミン、ミネラル補給
購入できる場所	greenhill、Go Green等

ミャンマーと日本では気候帯が違うので、日本では高価なものや、入手困難なスーパーフードが手に入ります。

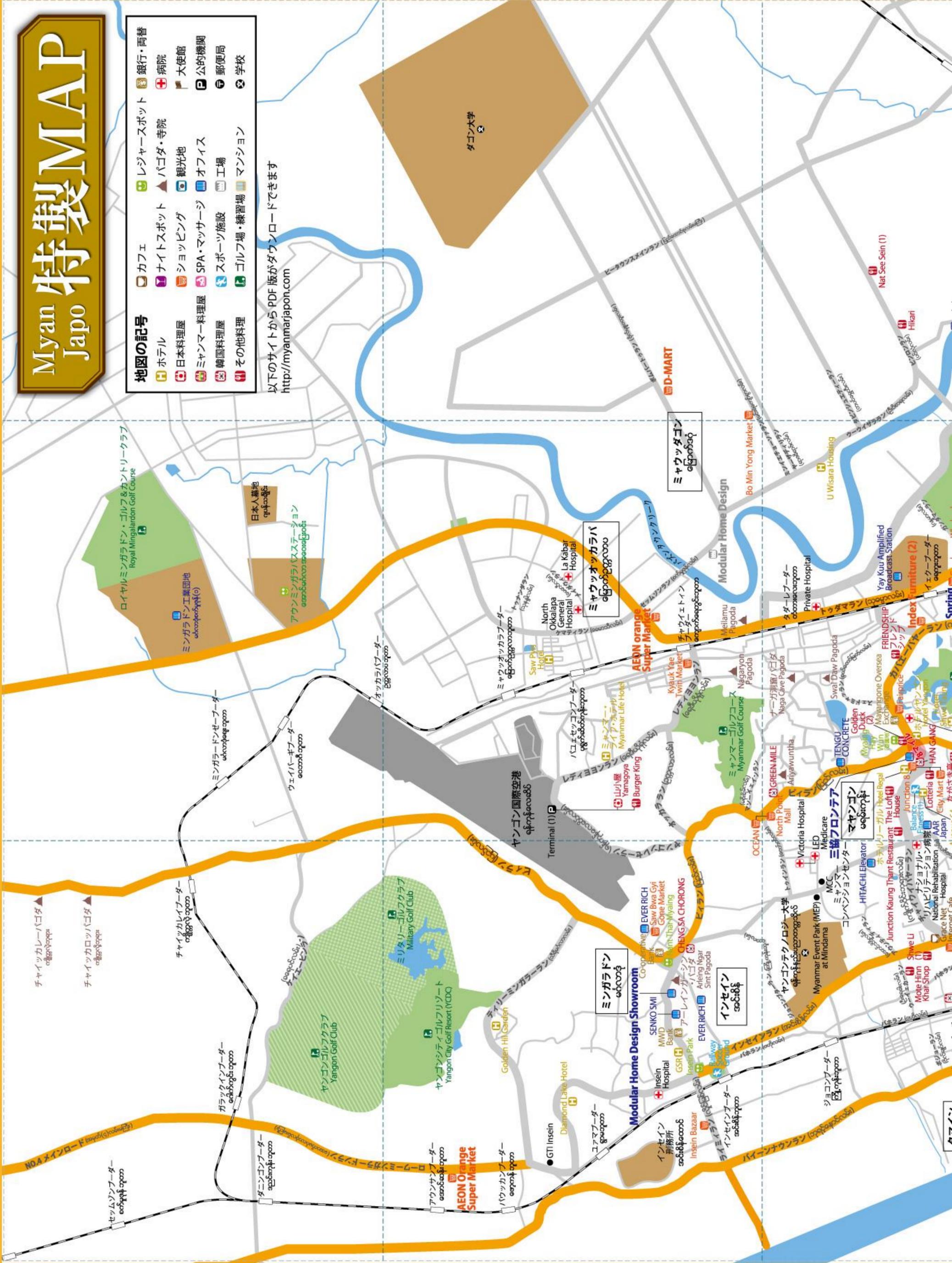
現地の人に古くから愛されている食材は、その気候で暮らすのに適しているものが多いようです。

暑季までに体調を整えるためにも、ぜひこの機会に日本で食べ慣れた食品以外も試してみたいはいかがでしょうか。

Myan Japo 特製MAP

- 地図の記号**
- ☐ カフェ
 - 🏠 レジヤースポット
 - 🏦 銀行・両替
 - 🏨 ホテル
 - 🏰 ナイトスポット
 - ⛪ パゴダ・寺院
 - 🏥 病院
 - 🏪 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
 - 🏭 工場
 - 👕 その他料理
 - 🏌️ ゴルフ場・練習場
 - 🏠 マンション

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





**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(ランダーン)全域
Yangon (Rangoon)

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

A B C

シュエダゴン・パゴダ周辺
～インヤー湖(南)

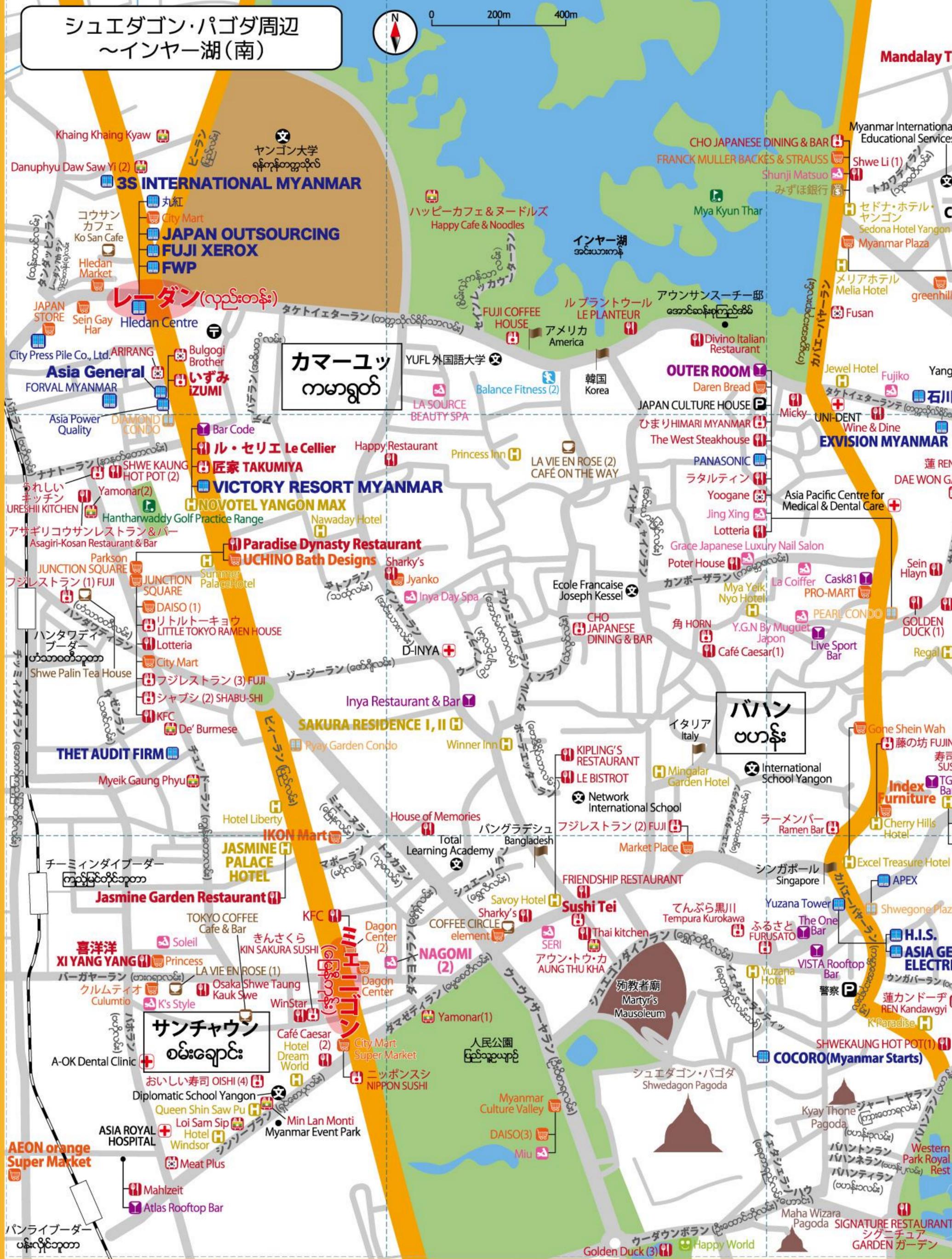


0 200m 400m

1

2

3



Mandalay Te

Myanmar International Educational Services

Shwe Li (1)

トカフテイラン

セドナ・ホテル・ヤンゴン

Sedona Hotel Yangon

Myanmar Plaza

メリアホテル

Melia Hotel

greenhill

Fusan

Jewel Hotel

Fujiko

石川

UNI-DENT

Wine & Dine

EXVISION MYANMAR

蓮 REN

DAE WON GA

GOLDEN DUCK (1)

Regal

Sein Hlayn

Gone Shein Wah

藤の坊 FUJINO

寿司 SUSHI

Index Furniture

TG Bar

Cherry Hills Hotel

Excel Treasure Hotel

APEX

Shwegone Plaza

H.I.S.

ASIA GEN ELECTRIC

ウングバーラン

連カンドーチ

REN Kandawgyi

K'Paradise

SHWEKAUNG HOT POT(1)

COCORO(Myanmar Starts)

警察

Western Park Royal Rest

SHWEKAUNG HOT POT(1)

SIGNATURE RESTAURANT

シグニチュア GARDEN

1

2

3



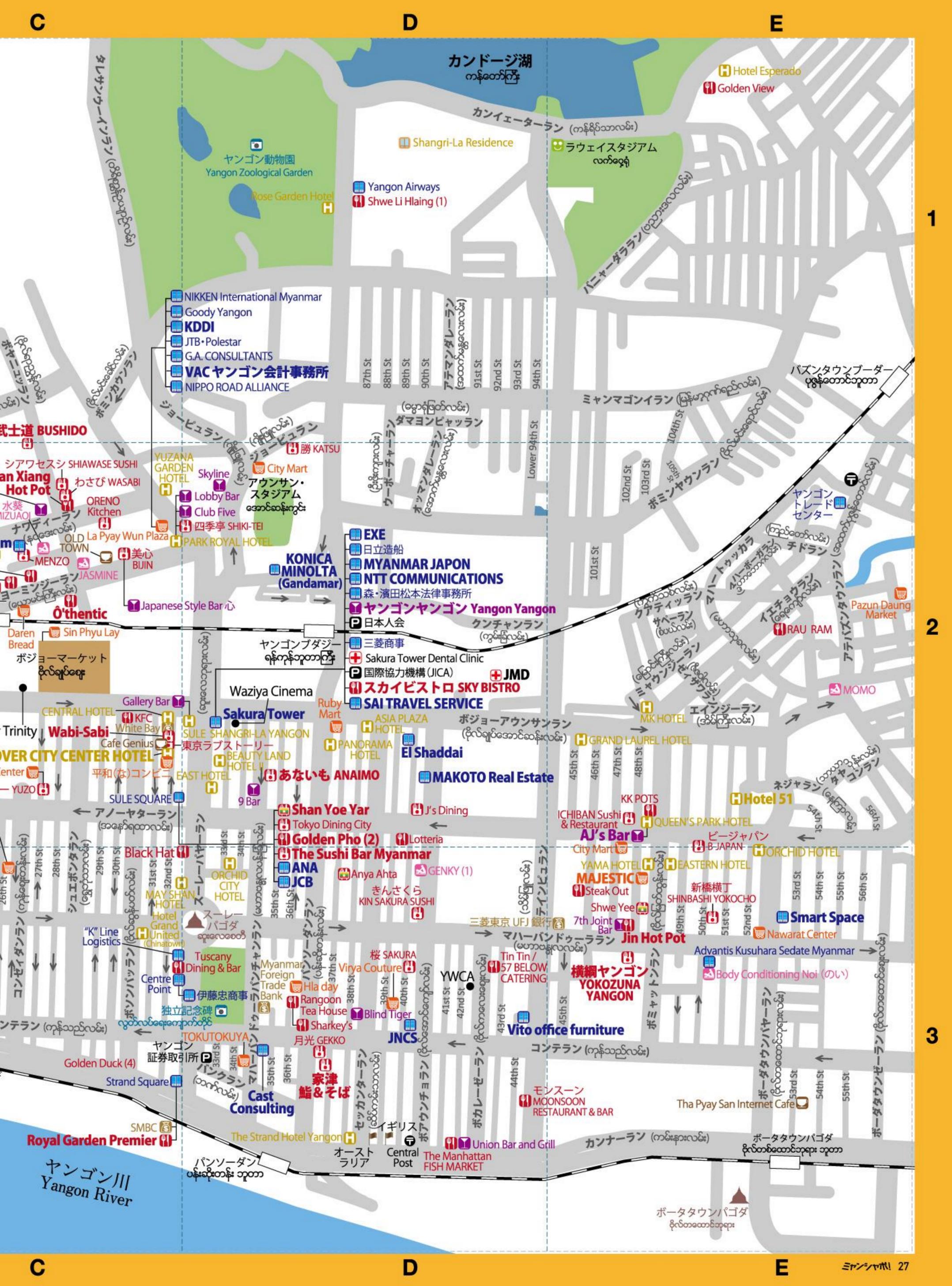
ミニ知識
ダウンタウン道の名称ルール
 ダウンタウンの一部などは基盤の目になっていてわかりやすい。縦の通りは西から順に東へ数え、原則 2 つの数字の通りを挟んで 1 つの大通り。

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



0 200m 400m



C

D

E

1

2

3

C

D

E

A

B

1

2

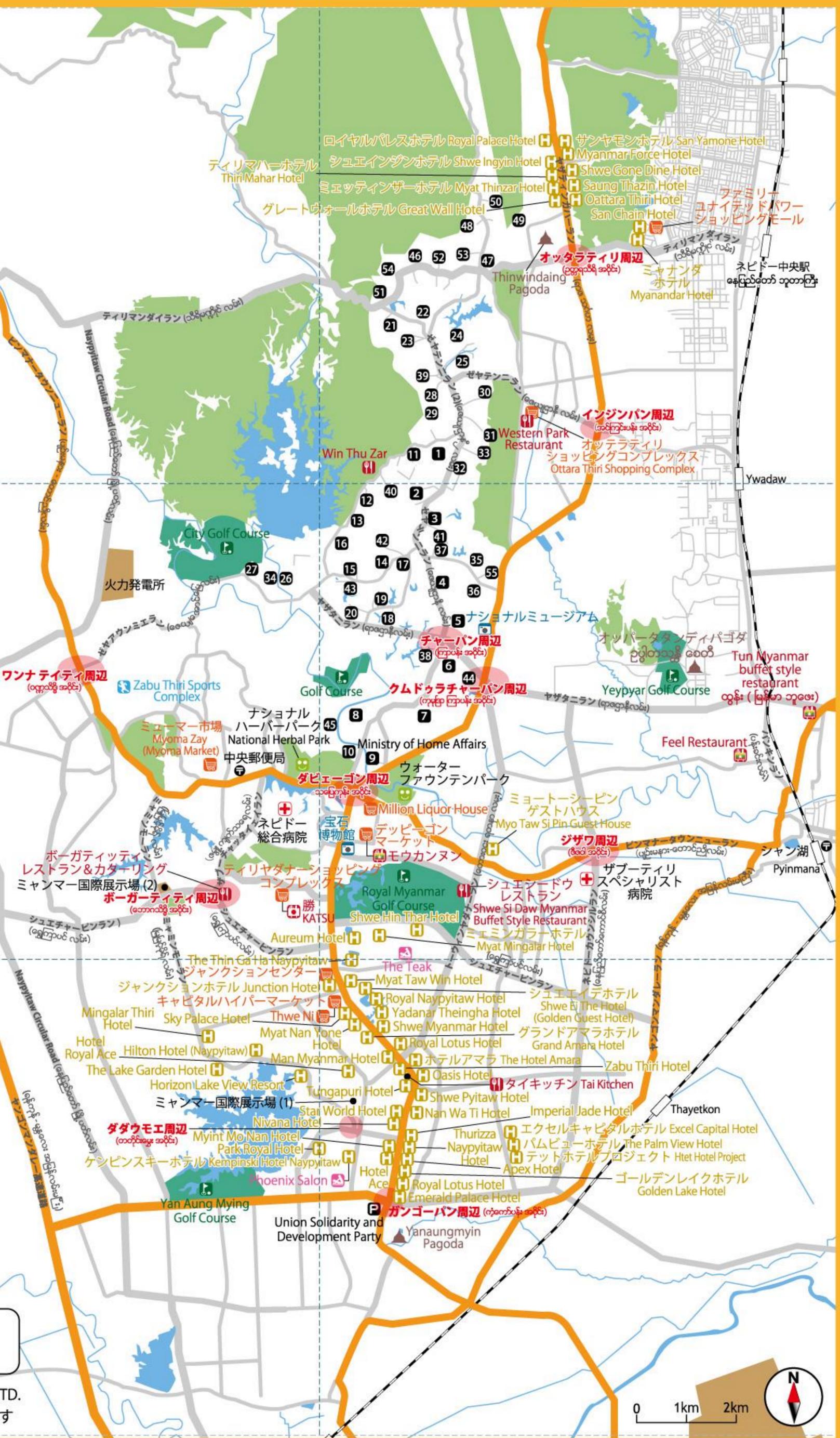
3

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

官公庁所在地一覧

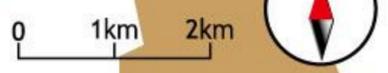
建物番号は、住所等の表記に用いられる。

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



ネピドー
NAY PYI TAW

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



A

B

ティンガンチュン
သင်္ကန်းကျွန်း

渡辺企画
TENGU CONCRETE
City Mart

タケタ
တာကတတ

Asia Point Sea View Restaurant
Asia Point Bowling Center
Yangon Water Boom

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



1

2

3

1

2

3

A

B

日本で話題のエンタメニュース!



これさえ読めばトレンドがわかる!

著作権の都合上、表示することが出来ません

著作権の都合上、表示することが出来ません



最新の有益なニュースを
毎月80本以上配信!
ニュースの購読で
他社と差別化をしませんか?

現地メディアのニュース購読



月額 **2,900** 税別 円

ミャンマーの提携メディアの最新ニュースを毎週2回以上、
毎月80~100本の記事をメールで配信します。
政治経済、文化、社会など注目のミャンマーの最新情報が満載です。
これからミャンマーでのビジネスを考える方も、
すでに進出されている方にとっても有益な情報ばかり。
御社のビジネスにぜひともご活用ください。

お申し込みは http://myanmarjapon.com/premium_news



【提携メディア】 Myanma Alinn Daily (The New Light of Myanmar)
The VOICE Daily / The VOICE Weekly / 7DAY DAILY / 7DAY WEEKLY

医療受診時の不安を解消!!

ジャパニーズメディカルデスク・JMD

日本人学校近くで、より身近に使いやすくなりました。

**バムルンロードクリニックヤンゴン
内にオープン!!**



JMD
ジャパニーズメディカルデスク (JMD) バムルンロードクリニック・ヤンゴン
No.77, Pyidaung, Yeiktha Road, Dagon Township, Yangon, Myanmar.
www.blue-assistance.co.th/jmd

ヤンゴン市内、サミティベートバラミク
ニック、バンライクリニックのご利用も可
能です! 病院へ行く前に一度ご連絡下さい。

ジャパニーズメディカルデスクサービス内容

- 各種海外旅行保険のキャッシュレス
- 日本語医療通訳のご提供サービス

ジャパニーズ メディカル デスク

バムルンロードクリニック・ヤンゴン

JMD 受付時間 月曜日・金曜日 9:00~18:00 土曜日午後・日曜日・祝日
土曜日 9:00~12:00 (電話通訳にて対応)

24時間
ホットライン ☎+95-(0)-9-4513-20490

24 時間対応致します。



地方での医療は安心して受けられますか？

大雄会・伊藤先生が丁寧に解説！

ミャンマー
医療
事情



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

読者の皆様からの質問も随時受付中！

✉ post@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



観 光やビジネスで地方に行く場合、医療に対する悩みは尽きないと思います。ヤンゴン近郊ですら、医療のレベルが高いとはいえないのが実情ですから。ただ地方の場合、もし何かがあれば宿泊施設で契約している医師を呼んでくれるはず。もちろんヤンゴンにあるような大手ではなく、ローカルの病院が対応することになるわけですが……。バイクで医師がやってきて処置してくれたという話を過去に聞いたことがあります。とはいえ、どのくらいのスキルを持った医師なのかはわかりません。私が人から聞いた限りでは、「それなりの覚悟」をしておいた方がいいですね。改めてですが、開発途上国にいるということも認識してもらった方がいい。場合によっては「医師

が何も対応できない」というリスクもありますし、高度な処置をしてもらえるという感覚の方が甘過ぎます。

凸凹道を車で何時間もかけて走った先の施設で、高度な医療を受けられると思う方が現実的ではないですね。日本人が望むレベルの薬を、現地のミャンマー人が欲しがっているわけではありませんし、当然置いてもないでしょう。そういった状況で文句をいっても始まりません。地方でけがをした場合、複雑な手術を要するときは応急処置だけにおいて、ヤンゴンに戻ってから受けるのが無難です。リスクを想定して旅行に行くのもおかしな話ですが、移動も簡単ではないこの国ではそれが現実だと知っておいてください。

A それなりの覚悟をしておいてください

VICTORIA HOSPITAL



LIKE US

[Facebook.com/indexfurniturebyprime](https://www.facebook.com/indexfurniturebyprime)



FOR PROJECTS

+95 9 978 793 777, +95 9 428 787 800

KABARAYE BRANCH

No. (54/B), Kabaraye Pagoda Road,
No. (8) Ward, Mayangone Township,
Near Nawaday Junction, Yangon, Myanmar.
Ph : +95 9 785 800 800

SHWEGONDAING BRANCH

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

Index furniture

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

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



ティンザー
モン州バウン生まれ。ヤン
ゴン外国語大学日本語学
科卒。その後日本へ留学。
日本の大手人材コンサル
ティング会社を経て帰郷。
MYANMAR JAPONコン
サルティング部門を担当。



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

LESSON!

① レストランで使える! ②



はい
ホウッケ
ဟုတ်ကို

いいえ
ヒンイン
ဟင့်အင်း

すみません(店員を呼ぶ)
タセィラウツ
တဆိတ်လောက်

メニューをください
ミヌーペーパー
မိနူးပေးပါ

席はありますか?
タインザヤー シーラー
ထိုင်စရာရှိလား

これをください
ダーペーパー
ဒါပေးပါ

数字

1	ティツ	တစ်	11	セツティツ	ဆယ့်တစ်
2	ソニツ	နှစ်	20	ソナッセー	နှစ်ဆယ်
3	トゥン	သုံး	100	タヤー	တစ်ရာ
4	レー	လေး	1,000	タタウン	တစ်ထောင်
5	ソガー	ငါး	1,500	タタウンソッガーヤ	ထောင်ငါးရာ
6	チャウ	ခြောက်	2,000	ソナタウン	နှစ်ထောင်
7	クウンニツ	ခုနှစ်	2,500	ソナタウンソッガーヤ	နှစ်ထောင်ငါးရာ
8	シツ	ရှစ်	3,000	トゥンタウン	သုံးထောင်
9	コー	ကိုး	10,000	タターウン	တစ်သောင်း
10	タセー	တစ်ဆယ်			

オススメ料理を教えてください
ペーハーカウンレー ピョーピャーバー
ဘယ်ဟာကောင်းလဲ ပြောပြပါ

〇〇を入れないでください
〇〇マテッバーネ
-- မထည့်ပါနဲ့

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

パクチー
ナンナンピン
နံနံပင်

うま味調味料
アチョーモン
အချိုမှုန့်

基本が大事 アチューカンガ アエーチーデー

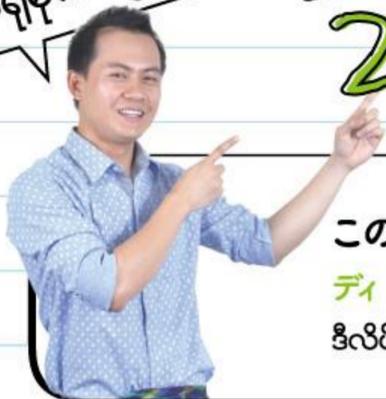
レストランで
よく使う言葉

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

氣をつけていってらっしゃい
ガウツサイトワパー
၀၅၅၀၀၀၀၀၀၀၀

LESSON!

2 ㊦ タクシーで使える! ㊦



この住所に行ってください
ディレイサッ アタイントワペーパー
ဒီလိပ်စာအတိုင်း သွားပေးပါ

両替をお願いします
ソグエレーペーパー
ငွေလဲပေးပါ

〇〇までいくらですか?
〇〇アティ ベラウレー
-- အထိ ဘယ်လောက်လဲ

〇〇へ行きたいです
〇〇ゴ トワチンデー
-- ကို သွားချင်တယ်

通り
ラン
လမ်း



病院
セイヨウ
ဆေးရုံ

空港
レイゼツ
လေဆိပ်



〇〇までどのくらい時間がかかりますか?
〇〇アティ ベラウラウッ チャーマレー
-- အထိ ဘယ်လောက်လောက်ကြာလဲ

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



右/左に曲がってください
ニャー/ベー ゴ チョーパー
ညာ/ဘယ်ကို ချိုးပါ



まっすぐ進んでください
テテートワパー
တည့်တည့် သွားပါ

急いでください
ミャンミャン ローペーパー
မြန်မြန်လုပ်ပေးပါ

LESSON!

3 ㊦ ショッピングで使える! ㊦ လိုက်တယ်နေနိ

似合ってますね ライターナー

〇〇はどこですか?
〇〇ペーナーマレー
-- ဘယ်နားမှာလဲ

レジ
グェシンカウンター
ငွေရှင်းကောင်တာ



トイレ
エインダー
အိမ်သာ



試着室
アウエーレーカン
အဝတ်လဲခန်း

これらのS/M/Lサイズはありますか?
S/M/L サイツ シーラー
S/M/L ဆိုဒီရီလာ

お釣りを間違えています
ピャンアングェ マーニーデー
ပြန်အမ်းငွေ မှားနေတယ်



色違いはありませんか?
タチャー アヨオン シーラー
တခြားအရောင်ရှိလား

少し考えさせてください
ネネ / スインザー オウンメ
နည်းနည်းစဉ်းစားဦးမယ်

新しいものはありますか?
アティ シーラー
အသစ်ရှိလား

返品したいです
ピイツシー-ピャンレー-チンロッパー
ပစ္စည်း ပြန်လဲချင်လို့ပါ

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

鶏肉 チェッター ကြက်သား
牛肉 アメーター အမဲသား
豚肉 ワッター ဝက်သား

正しいゴルフ知識を深める

田中秀道の
レッスン **真**常識



右肩口が
ポイント!

ダウンブローに打つ
右肩口より下から下ろしても
クラブは寝ない

ダウンブローに打つ



シャフトが右肩口よりも下を通過して振り下ろしている点に注目。これでもシャフトは寝ないで下りてくる



ダウンブローで打とうと意識するあまりヘッドが外から下りている人が多い。ヘッドを上から振り下ろして打つにも、「できればシャフトは右肩口よりも下を通過させたい」と、田中秀道はいう。

右肩口より下からクラブを下ろす

アドレスを正すだけ
理想のヘッド軌道に

ダウンブローに打とうと意識しすぎて、ヘッドが外から下りてくる。そうならないために右肩口よりも下から、クラブを下ろしたい。そのためには、まずアドレスを見直すことだ。

右肩口よりも下から下ろす
(ヘッドがインサイドから入る)

ダウンブローで打つにも、シャフトは右肩口よりも下を通過させてボールをとらえたい



ヘッド軌道も
フラットに

ボールから少し離れることでヘッド軌道がフラットに。自然に右肩口より下の軌道になる人が多い



インサイド軌道となり、多少ボールの手前に入っても滑って拾ってくれる公算が高い

たなか・ひでみち
1971年生まれ、広島県出身。91年プロ転向、ツアー通算10勝。2002年から5年間、米PGAツアー参戦。今なお自己研鑽を積む一方、最近はゴルフ中継の解説などでも評判を博す。信和ゴルフ・ゴールデンバレーGC所属

で 近づく

右肩口より下にシャフトを振り下ろしてこそインからのヘッド軌道に

皆さん、ダウンブローと聞くと、クラブを上からしっかりと振り下ろして、ヘッド軌道の最下点よりも手前でボールをとらえる、とイメージするでしょう。正解です。ピ

シッとヒットして、ボールの先にターフが取れたらカッコイイですよ。ただ、そうして打とうとするとヘッドが鋭角に下りすぎるとい

それでもフェード系の球筋でコントロールしたいという意図があるなら、ある程度はOKですが、できれば右肩口より下にシャフトを通過させたいもの。そのほうがヘッドがグサッと突き刺さりにくくな

ボールから少し離れて懐を広げて構えれば外から入りにくなる

なぜアマチュアはクラブを右肩口よりも上から下ろす傾向にあるのか？ まずいえるのは、アドレスが悪いからにほかなりません。ボールにきちんとヘッドを当てたい気持ち

強いからでしょう、ボールの近くに立って、棒立ち気味に構えている。だからバックスイングも、ほぼ手だけでクラブを上げざるを得ない。それでダウンブローで打とうとすれば、どうしてもヘッドは外から下りてきてしま

右肩口よりも上から下ろす (ヘッドが外から下りる)

アドレスで大きく変わる



ボールに近づきすぎ
アマチュアはボールのすぐ近くで、棒立ち気味の構えになる傾向にある。右肩口よりも上からクラブが下りやすい



少し離れて構える
アマチュアの98パーセントは、ボールから少し離れるくらいでベストのアドレスになる



ボールの近くに構えると、バックスイングで体を回しにくい。それも外から下りてくる要因となる

ヘッドを上から下ろして打つ、といっても、シャフトが右肩口よりも上を通過しては鋭角すぎる



ヘッドが外から下りて打球の方向性を悪くするし、ザックリなどのミスも多くなる

この続きは
アプリ
でレッスン

Download on the
App Store

ANDROID APP ON
Google play



GOLFNet
TV

GOLF Net TV (ゴルフネットTV)は、「ゴルフを、より身近に、より楽しく」をコンセプトに、魅力あふれるオリジナルコンテンツを、多彩なチャンネルで24時間無料で配信するサービスです。

無料ダウンロード&見放題!

バラエティ豊富な3チャンネル

CH1 レッスンを中心とした「レッスン専門チャンネル」

CH2 ゴルフ×バラエティ「エンタメチャンネル」

CH3 女性ゴルファー向け「レディースチャンネル」



24時間
無料配信中!

<https://golfnettv.com/>



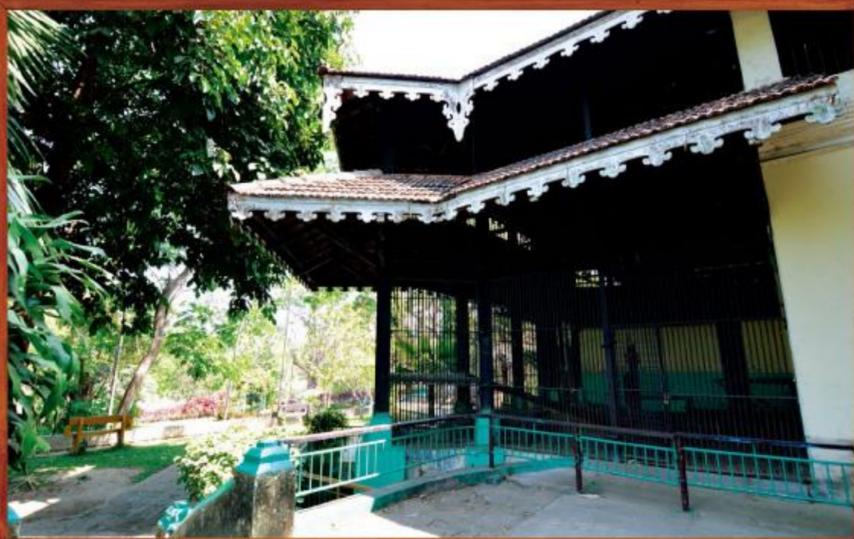
Yangon Heritage

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

vol.20 Yangon Zoological Gardens



虎が飼育されている獣舎。上部の看板には「KING EDWARD VII」と「1915年」の文字が見える



屋根の造形は伝統的なミャンマースタイル。独特な雰囲気を感じ出す



もちろん動物にも注目。希少種のホワイトタイガーは神々しさすらある

歴史を感じる獣舎と、そこでくつろぐ希少動物

普段は見られない珍しい動物を間近で見るのは、家族連れやカップルの万国共通の楽しみだろう。

ヤンゴンに動物園が初めてできたのは、1882年のこと。当初は現在のヤンゴン総合病院付近に作られたが、1906年にカンドー湖近くに移転。当初はビクトリア記念動物園と名付けられていた。第2次大戦終戦後の51年に、現在の名称に改められた後、後年には博物

館や遊園地も増設。2008年開園のネビドー動物園に多くの動物が移されたものの、今でも貴重な動物を数多く見ることができる。

動物たちの姿ばかりに目を奪われるが、獣舎の作りにも注目してほしい。統治時代に建てられたため、ミャンマー伝統建築に英国のテイストがブレンドされた異国情緒あふれる建物の数々を目にできる。深い歴史を

感じる一方で、今から10年ほど前に修復工事が行われ、園内の状態は全体的に良好。休日には屋台も多く並び、芝生で寝転んだり、バトミントンなどに興じたりする若者も多い。

ミャンマー人ならば1,000Ks、外国人でも3,000Ksで半日以上楽しめることもあってか、創業から112年目を迎えた今も多くの人々で賑わっている。

{ address : Bo Min Kaung St., Near Kandawgyi Lake. Map : D27-D1 }

	ミ	ヤ	ン	ジ	ヤ	ポ	MYAN JAPO Classified
	ク	ラ	シ	フ	ア	イ	ド

※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。

写真も大歓迎 投稿募集! 2/5 締切!
 ✉ post@myanmarjapon.com

■「コミュニティ」「売ります・買います」「お知らせ」等のご投稿をお待ちしています。140字以内に原稿をまとめ上記メールアドレスまでお送りください。写真の掲載もできる限り応じさせていただきます。

■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と弊誌が判断する場合は、掲載をお断りさせていただきます。

■登録コミュニティ増加にともない、掲載内容の信頼性を担保するため、①コミュニティ名、②代表者ご氏名(苗字を先に)、③勤務先・所属先、④電話番号についてお知らせ頂いております。ご提供いただいた情報の利用にあたりましては細心の注意を払い、ご本人から承諾を得たときや法令等に基づくと判断されるとき、またはそのほか正当な理由がある場合を除いて、これを第三者に開示・提示することはございません。

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。
 ✉ t-yabe@dzn.jp (矢部)

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
 12月19日(火)に、2017年忘年会を行いました!アットホームな雰囲気、毎月開催しております!飲み会以外に

もイベントを開催していく予定です!埼玉に少しでも関わりのある方は、お気軽にご連絡下さいませ!
 ✉ saito@ga-asia.com (齋藤)

ヤンゴン千葉県人会 (TEAM P-NUTS)
 千葉出身の方、千葉にご縁のある方、千葉の話で盛り上がりませんか?千葉県人會もおかげ様で1周年を迎えました!次回千葉県人會は3月、開催予定です。ぜひお気軽にご参加ください。
 ✉ thousand.leaves.yangon@gmail.com (末田)



ヤンゴン神奈川県人会
 神奈川県にゆかりのある老若男女が集まっております。11月22日に第11回目の県人会を開催しました。入会希望の方、お気軽にご連絡下さい!
 ✉ haga@growth.bz (芳賀)

ヤンゴン新潟県人会
 新潟出身、ゆかりのある方、新潟の地酒や珍味で盛り上がりませんか?ご興味のある方も大歓迎です!寡黙で実直な県民メンバーがお待ちしております。
 ✉ niigata.yangon@gmail.com (かとう)



ヤンゴン信濃会
 長野県出身者、県内大学出身者、信州にゆかりの深い方、郷土話に花を咲かせましょう。「信濃の国」斉唱、イナゴの佃煮もあるかも?年に数回食事会をやっています。お気軽にご連絡ください!
 ✉ jun.nagata@kokorize.com (ナガタ)

静岡県の会
 不定期で飲み会を開催しております。昨年度初めて開催し20名ほどの方にご参加いただきました!静岡にゆかりのある方、どなたでもお気軽にご参加下さい。
 ✉ kmiura@atimes.co.jp (三浦)

中部・東海地方ヤンゴン会 (旧) ヤンゴン愛知県人会
 不定期ですが食事会を開いています。中部東海地方に縁のある方、気軽にご連絡ください。
 ✉ yuriko19871014@gmail.com (村上)

ヤンゴン大阪人会
 12月14日に大阪人会冬の陣(忘年会)を「俺のキッチン」にて開催しました。新旧入り交じり約25名が参加し大盛況!笑いが絶えず大盛り上がりでした。やっば大阪ええわー!!次回は春の陣開催します。ご興味のある方お気軽に連絡ください!
 ✉ tsuzaki@mm.kline-logistics.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会をしています。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)

ヤンゴン九州人会
 九州出身の方、九州に縁のある方などで集まっており、1月に第20回懇親会を開催しました。次回の第21回懇親会は3月を予定しております。自薦他薦を問わず、お気軽にご連絡下さい!
 ✉ yujit@sagaasialaw.com (堤)

ヤンゴン福岡賢人会
 福岡県にゆかりのある方、福岡で仕事したことがある方、福岡に住んだことがある方。ヤンゴン福岡賢人会では会員を大募集中です。これまでは奇数月に開催していた福岡賢人会ですが、今年からは毎月開催を検討中です。興味のある方、是非ご連絡をお待ちしております。写真は12月に開催した忘年会、場所は勝でした。今回も盛り上がりました。焼酎、飲むパイ!ご連絡、お待ちしております。
 ✉ 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)

ミャンマー鹿児島県人会
 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)

東京六大学ゴルフコンペ
 東京六大学(東大、早稲田、慶応、明治、立教、法政)の同窓が集まって行うゴルフコンペです。さる11月19日に行われた記念すべき第1回は、明治大学が優勝。非常に白熱した大会となりました。また、第2回は2月25日(日)です。法政大学の卒業生を現在募集中で、希望者は小野寺(onodeka@gmail.com)までご連絡をお願いいたします。



ヤンゴン赤門会
 東京大学の校友会です。四半期に一度を目途に懇親食事会

や懇親ゴルフを行っております。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)

2014年に発足した蔵前会も4年目です。不定期に開催される宴会も十数回を数えたことでしょうか。東工大に縁がある方ない方、大岡山の桜を見たことがある方ない方、遠慮なくお声がけください。出張者来訪の情報等、合わせてお知らせいただければ幸いです。ご連絡、お待ちしております。

✉ 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！

✉ shunichi.shibayanagi@mitsubishicorp.com (柴柳)

ミャンマー茗溪会 (筑波大学)

12月14日に茨城県人会と合同開催した忘年会は大盛況のうちに終了しました。それに続き、2月中旬に茨城県人会と合同で家族イベントを実施する事となりました。筑波大学にゆかりがある方お気軽にご連絡下さい！

✉ T.Machida@mitsui.com (町田)



東京外語会ヤンゴン支部

今回は、新年会+現役留学生の歓迎会を1月に開催します。OB&OGの皆さま、お気軽にご連絡ください！

✉ tufs.yangon@gmail.com (水口)

ミャンマー稲門会 (早稲田大学校友会)

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

✉ rahwaig@gmail.com (羅)



ヤンゴン三田体育会 (慶應義塾体育会)

「練習は不可能を可能にす」を精神に鍛えられた体育会出身者及び体育会応援者(賛同者)の集いです。次回開催は、1月17日(水)です。練習や応援で鍛え上げられた体力と精神力をヤンゴンで発揮できる機会を提供しています。是非ご一緒しましょう！

✉ chikamori-t@marubeni.com (近森) ☎ 09-2648-10074



ヤンゴン三田会 (慶應義塾大学)

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

✉ kensuzukiken@gmail.com (鈴木)

ソフィア会

上智大学の卒業生・留学生・在校生の皆様、一緒にご飯を食べに行きませんか？

✉ sayakanakayama.myanmar@gmail.com (中山)

在ミャンマー紫紺会 (明治大学同窓会)

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

✉ meiji.univ.myanmar@gmail.com (若松)

ミャンマー立教校友会

会員募集しております。立教大学卒業生・在学生の方、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)

ミャンマー白門会 (中央大学)

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

✉ goto@ayeyarwady.com (後藤)

ヤンゴン法友会 (法政大学)

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

✉ onodeka@gmail.com (小野寺)

ヤンゴン桜門会 (日本大学)

日本一のマンモス校卒業生諸君、ヤンゴンにも先輩・後輩がたくさんいます。懇親会(2ヶ月1回)やゴルフ(3ヶ月1回)に参加して同門のコミュニケーションを図りましょう！絶対に参加してよかったと思うはずですよ。会員数は、すでに22名となりましたが更に増え続けています。また、日大は他大学とのゴルフ対抗戦コンペにおいて4連勝を達成するなど対外的にも存在感を示しています。「数」はもちろん、「質」も充実の桜門会へ是非入会ください。連絡待ってます！

✉ sakata@hitachizosen.com.mm (坂田)



ヤンゴン濃青会 (京大同窓会)

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

✉ hiroto.nagahashi@tmnfm.com (永橋)

同志社校友会ミャンマー支部

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

✉ takayuki_morishita@konoike-mm.com (森下)



立命館/APU校友会

立命館&APU卒業生の皆様、是非集まりましょう!2か月に一度校友会を開催しております。ご連絡お待ちしております♪

✉ shinyume@hotmail.co.jp (新谷)



ミャンマー関大会 (関西大学交友会)

関西大学のOB・OG会です。定期的に会合・食事会を開催しています。関大の卒業生、および関大に興味もしくは縁がある方も大歓迎です。会員数も着実に増えております。皆様の連絡をお待ちしています。

✉ ryo_haraguchi@mm.smbc.co.jp (原口)

関西学院大学OB・OG会

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

✉ ryosuke.ozawa@sumitomocorp.com (小澤)

ヤンゴン甲南会 (甲南大学同窓会)

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

✉ tsuzaki.motohiro@gmail.com (津崎)

ヤンゴン戸陵会 (厚木高校同窓会)

「剛健・真剣・勤儉」を志とした相州健児、厚高OB会を定期的に開催します。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)

WAOJE ヤンゴン (旧ヤンゴン和僑会)

世界各地で起業する人、企業のリーダーを目指す人のための非営利団体です。WAOJE ヤンゴンでは来たる2月9日(金)19:00より、昨年までフューチャーベンチャーキャピタル社の社長を務められた今庄啓二氏をお迎えし、「あなたの会社はなんぼですか?」と題して、ベンチャーキャピタルから見た企業価値をご講演頂きます。また、その後、世界的に有名な日本人建築家の迫慶一郎 WAOJE 代表理事を北京からお迎えし、懇親を深めて頂きます。詳しくは下記までお問合せください。

WAOJE ヤンゴン事務局 ✉ info@ygwakyo.net (若松)



30代ゴルフコンペ

男女30代が中心となって活動している「30代ゴルフコンペ」です。約2か月に1回のサイクルでゴルフを楽しんでおり、表彰式を含め毎回盛り上がっています。ゴルフ以外に飲み会なども定期的に開催。ぜひ参加したいという方は、源津(gentsu-tomoharu@jfe-eng.co.jp)までご連絡ください。お待ちしております。



G-NABU 会ゴルフ

2月に入り暑さも徐々に厳しくなっていますが、だから~プレー後のビールは格別(^◇^)ゴルフ談義・業界裏話などに花を咲かせましょう。ゴルフのうまい下手は関係ありません。老若男女皆で一緒に楽しくプレーしましょう。12月は上組の福士さんが自己新87で優勝とベスグロの2冠達成。次の優勝は貴方かも(*^^)v 先ずは(y_wada@just-fashion.co.jp)にメールください。



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)

野球シーズン到来!! 11月25日には世界大会AABC7.0に参加して参りました! モットーはとにかく楽しく白球を

追いかける！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 (曾我部)

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夜干しも良い具合ですので、御一緒にいかがでしょうか?
✉tomoyuki_tanaka@konoike-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)



筋トレ&ダイエット部

月に一度、日曜日にぼくたちのジムを貸し切って一緒にトレーニングしませんか? ジムのマシンを使ったことがない方大歓迎。効果的な運動の仕方をやさしく教えます。トレーニング経験者の方も一緒に汗をかきながらトレーニング談義に花を咲かせましょう。
✉revolutiongym3.5@gmail.com (伊勢)

ヤンゴンブラス Shwe Gita

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。全パート新規団員大募集中! お気軽に見学いらして下さい。一部楽器は貸し出しもOKです。飲食店・イベントでの演奏も承ります(写真はCantinaにて)。
✉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・旅行も開催しております。
✉nobitanerv@gmail.com, homma@kurihalant.co.jp (本間)



東京ヤクルトスワローズ応援会

ヤクルトスワローズファン、つば九郎ファン、野球好きな方、大歓迎! 不定期に懇親会やパブリックビューイングを計画中です。気軽にご参加ください。
✉ike083000@gmail.com (池守)

シュエカン鍋食会

ヤンゴンで日々活躍されている皆様。年度末に向けて、激務に追われている方も多いのではないのでしょうか? そ

んな時は鍋で栄養を十分に補給し、みんなで和気藹々と話しあい、楽しい一時を過ごしませんか。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、一緒に人狼をやりましょう。相手の表情を見て、本心が否か言葉を取り、雰囲気を感じ取り嘘を見抜くゲームです。お気軽にご連絡ください。
✉tofunway@gmail.com (大澤)

ヤンゴンボードゲームクラブ

ボードゲームで遊びませんか? 子供向けから大人向けまで、ドイツやフランス、アメリカ、日本のゲームが数百ありますので、年齢性別問わず楽しめます。初めてでも大丈夫。ルールは元ボードゲームカフェ店員が説明します。パールコンドで月1回週末の午後に行います。お気軽にご連絡ください。
✉k2over@gmail.com (大庭)

僧院日本人ボラ募集

毎週土日にやっている僧院の日本語ボランティアで、少人数での会話練習を手伝ってくれる方を募集しています! 教えるという感じではなく、日常会話を楽しんでいただければ結構です。時間は18時30分からです。
✉t_kamiyama@issun.jp ☎09-420016788 (上山)

スターシティ会

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

ラテンな会

「ラテンな会」はラテン好きな方々の集まりです。ラテン圏にゆかりのある方、ご興味がある方、どなたでも大歓迎です。皆で盛り上がりましょう! ご連絡をお待ちしております。次回は2月9日に開催予定です。
✉tkata.myn@gmail.com (片岡)

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。そこに行けば誰かに会える、そんな場を楽しみに毎日通っていた人々は今どうしているのか? そんな思いから常連客だった方々で「一番会」が発足しました! 月に一度集まり伝説の店一番館での思い出を語り合っています。
✉ichibankai2016@gmail.com (せきや・かとう)



ヤンゴン日本語教師会

日本語教育に関わりのある方や興味のある方の集まりです。毎月、食事会と学習会を行っております。ご興味のある方はぜひ一度ご連絡ください。
✉yangon.nihongo@gmail.com (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! ほんとと盛り上がりませよ! 懇親会(毎月)、懇親ゴルフ(3ヵ月に1回)程度開催しています。
✉sakata@hitachizosen.com.mm (坂田)



GEMS CONDO の会

GEMSコンドのBBQエリアで定期的に行なっております。

ミャンマーでBBQしたい方、集まれ!! あなたの心の隙間埋めます。
✉skx00724@gmail.com (牟禮)

ヤンゴン現地採用者の集う会

次回は1月26日(金)に会を開催します。ミャンマー料理を食べながら語り合ひましょう。
✉tofunway@gmail.com (大澤)

日本ミャンマーカルチャーセンター (JMCC)

ミャンマー駐在OB会
新しいメンバーも増え、和気あいあいとした楽しい会にしていきたいと思ひます。日本でクラスを受講してなくても、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)



平成三年会

「今のヤンゴンに必要なのは笑いや思ふんです」本間さん(82歳)。前回パキスタンの方々の飛び入り参加を経験し、今後は国をまたいでの平成の民の交流を目指し、更に精進してまいります。ニッチが故の募集! その隠れ平成三年の方! 思い立ったが吉日! ご連絡ください。
✉mt.shimo7@gmail.com (下山)



お知らせ・その他

第12回アジア・リクルートの会: 2018年2月3日、セブ島にて

アジア・リクルートの会は、アジアで暮らし、働きもしくは関心がある、リクルートグループの現役社員、OBOGで構成される交流会です。年間3-4回のペースで交流会を開催。5月には元取締役の岡崎さん、蔵野さんを迎えシンガポールに116人が集結。9月の香港にはJリーグ・チェアマンの村井満さんを含め約50人が参加しました。次回は、来年2月3日(土)にフィリピンのセブ島で開催です。詳細は下記までお問い合わせください。
✉miyazaki@nextone-cs.co.jp (宮崎、Tokyo Tomato Cafe)



一般社団法人日本ミャンマー友好協会

48年の歴史がある日本ミャンマー友好協会(本部・東京)は、田島高志元駐ミャンマー大使を名誉会長、親善大使に黒宮ニイナさん、すわじゅんこさんを迎え、日本の会員を募集しています。詳しくはサイト(<http://jmfa.or.jp/tokyo/>)または下記までご連絡ください。
✉info@jmfa-tokyo.com



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ャウンミヤで医療(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。活動に賛同し、ヤンゴンのお店に設置されているMFCG募金箱の回収などのお手伝いをして下さ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)

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2018年1月15日時点のもの)。

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

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

グルメ・飲食店

日本料理

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

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

家津 鮨&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

江戸鮨 (EDOZUSHI) **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
(Tarmwe 店) **MAP P25-D3** No.256, Kyaik Ka San Street, Tarmwe ☎ 09-258-6766-11 ☺ 11:00~22:00 無休
(YIH 店) **MAP P26-B1** No.330, Yangon International Hotel Compound, Ahlone Road, Dagon Township, Yangon ☎ 09-258676633 ☺ 11:00~翌 2:00 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) MAP P29-A2
Wing(B), Star City, Kyaik Khauk Pagoda Road, Thanlyin Township,

Yangon ☎ 09-262358468 ☺ 11:00~23:00 無休

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

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

焼肉 神戸屋 (KOBHEYA) MAP P25-D1 ☆ KIRIN
4, Pyi Thar Yar Street, Yankin, Baukhtaw, Yangon ☎ 09-4200-15401 ☺ 18:00~20:30 月曜休

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), Boyarnyunt 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

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

すし亭 (Sushi Tei) MAP P24-B3
No.126, Dhammazedi Road, Bahan Township, Yangon, ☎ 09-444115662/01-526526 ☺ 10:00~22:00 無休

The Sushi Bar Myanmar **MAP P27-C2**
Sule Square #02-03/04, 221 Sule Pagoda Rd., Kyauktada Tsp. ☎ 09-9794-14065 ☺【月~木】11:30-15:00、17:00-21:00 (L.O.)【金~日】11:30-21:00

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 ☺ 11:00~21:30 無休

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, Mahabandoola Road(In Front of China town City Mart), Lanmadaw Township, Yangon ☎ 01-229265 / 09-783601091 / 09-799601091 ☺ 9:00~15:00 / 17:00~23:00 無休

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

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

東京ラブストーリー **MAP P27-D2**
No. 207, 32 Street, Upper Block, Pabedan Tsp. ☎ 09-4578-01398 本田 / 09-2504-61096Aye Min ☺ 11:30~14:00 / 17:00~23:30 土日は夜営業のみ

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

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

美心 (BUJIN) MAP P26-C3 🍷 KIRIN
No(26-B), Yaw Min Gyi Street, Dagon Township, Yangon ☎ 01-252261 ☺ 17:30~23:00 日曜定休

びっくり (BIKKURI SUSHI & SASHIMI JAPANESE RESTAURANT) MAP P25-D3 KIRIN
No.16, Natmauk Road, Tamwe Tsp, Yangon ☎ 09-5021-876 / 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 無休

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

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

平和なラーメン (HEIWA na JAPANESE 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) MAP P24-C2 🍷 KIRIN
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) MAP P26-C2
No.284/286, Yaw Min Gyi Street, Dagon Township, Yangon ☎ 01-242433 ☺ 10:00~22:00 無休

角 (Horn) MAP P24-B2 🍷
No(36-A), Golden Valley Street, Quarter(2), Bahan Township, Yangon ☎ 09-785188825 / 01-513404 ☺ 11:00~23:00 無休

マル (GRILL RESTAURANT MARU) MAP P26-B2 🍷
No.134 Ground Floor, Shwe Taung Tan Rord, 7 Quarter, Lanmadaw Township, Yangon ☎ 01-1221568 / 09-420308350 ☺ 11:30~14:00 / 17:30~22:00 無休

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

みちのく (MICHINOKU) MAP P25-C1 🍷 KIRIN
No.81/B, New University Avenue Road, Bahan Township, Yangon ☎ 01-400725 / 09-787400725 ☺ 11:00~14:00 / 17:00~22:00 無休

麺蔵 (Menzo) MAP P27-C2
No.19/A, Unit-15, Boyar Nyunt Street, Yaw Min Gyi Quarter, Dagon Tsp. ☎ 01-1220052 ☺ 11:00~14:00 / 17:30~22:00 無休

焼肉 深川 (YAKINIKU FUKAGAWA) MAP P29-A2 🍷
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) MAP P22-B2
Yangon International Airport, Terminal1 (制限エリア内)

Yamasaki Japanese Restaurant & Bar **MAP P25-D2** 🍷
No.(28/B2) South Horse Race Course St., Tamwe Tsp. ☎ 01-546692 ☺ 11:00~23:00 無休

横綱 (YOKOZUNA) MAP P27-E3 KIRIN
G-4, Bo Myat Tun Tower, Corner of Mahar Bandoola Road & Bo Myat Tun Road, Botahtaung Township, Yangon ☎ 09-777445009 ☺ 11:30~14:00 / 17:00~22:30 (LO 22:00) 日曜休

リトルトーキョウ (LITTLE TOKYO) MAP P22-B3
10(D), khaboung Road, Hlaing Township, Yangon ☎ 09-73185168 / 09-783063365 ☺ 10:30~22:00 無休

ラーメンバー (Ramen Bar) MAP P24-C2
No.17/A, Kabar Aye Pagoda Road, Bahan Tsp, Yangon

☎ 09-788196631 ☎ 11:00~23:00 無休

蓮 (REN)

(1) **MAP P25-C2 KIRIN** 53, Sayarsan Street, Bahan Township, Yangon ☎ 09-794047411 ☎ 11:00~24:00 無休
(2) **MAP P29-A2** Wing(B), Star City, Kyaik Khauk Pagoda Road, Thanlyin Township, Yangon ☎ 09-261957711 ☎ 11:00~23:00 無休
蓮 **REN Kandawgyi** **MAP P24-C3 KIRIN**
7C, Wingabar Road, Bahan Township, Yangon
☎ 01-559903 ☎ 17:00~23:00 不定休

わさび (WASABI) **MAP P26-C2 KIRIN**

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

わびさび (Wabi-Sabi) **MAP P27-C2**

No.225, 32nd Street (upper block), Pabedan Tsp.
☎ 09-7651-24556 / 09-2622-84827 ☎ 11:30 ~ 22:30 無休

ミャンマー料理

AUNG THU KHA (アウン・トウ・カ) **MAP P24-B3**

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

FEEL 3 (フィール3) **MAP P26-B1 KIRIN**

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&ヌードルス) **MAP P24-B1 KIRIN**

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

KOE KANT KHOT FU (果敢口福飯店) **MAP P25-D3**

Kandawgyi Garden Kandawgyi Nature Park, Mingalar Taung Nyunt Tsp. ☎ 09-4200-54021 ☎ 9:30 ~ 21:30 無休

Padonmar Restaurant (パドンマー) **MAP P26-A1 KIRIN**

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 **MAP P26-A2 KIRIN**

(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 **MAP P24-A2**

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

Asia Point Sea View Restaurant **MAP P29-A1**

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

BLACK HAT **MAP P27-D3 KIRIN**

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

BLUE GALAXY **MAP P25-D1 KIRIN**

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

CAFE DIBAR (ディバー) **MAP P23-B4**

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

Café Caesar (カフェ・シーザー)

(1) **MAP P24-B2 KIRIN** No.50, Inya Myaing Street, Golden Hill Avenue, Bahan Township, Yangon
☎ 09-32233038 / 09-781685338 / 01-538557 ☎ 10:00~22:00 無休
(2) **MAP P24-A3 KIRIN** 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 **MAP P23-B3 KIRIN**

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

Corriander Leaf Indian Family Dining **MAP P26-A1**

Blding No.12, Ahlone Rd., Yangon International Hotel Compound
☎ 01-2302069, 09-43185008 ☎ 11:00 ~ 23:00

Corriander Leaf Restropub **MAP P25-C2**

No.312/A, East Shwegone Daing Rd., Bahan Tsp.
☎ 01-548647 ☎ 11:00 ~ 23:00 無休

Corriander Leaf (Star City) **MAP P29-A1**

Unit No.53, Wing (C), Building A-5, Star City, Thanlyin Estate Development, Kyaik Khauk Pagoda Rd.
☎ 05-623150-3 Ext:1309 ☎ 11:00 ~ 23:00 無休

DIVINO Italian Restaurant **MAP P24-B1 KIRIN**

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) **MAP P22-B2**

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

FRIENDSHIP RESTAURANT **MAP P24-B3 KIRIN**

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

藤の坊 (FUJINOBO) **MAP P24-C2 KIRIN**

(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

G.F.A.Restaurant **MAP P25-D3**

No.10(A), Magin street, Kyar Kywat Thit Qtr, Kyauk Myaung
☎ 09-4572-11020 ☎ 10:30 ~ 21:00 無休

Golden Crab (ゴールデン・クラブ) **MAP P25-D2 KIRIN**

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 Pho Vietnamese Cuisine **MAP P27-C2**

(1) Yaw Min Gyi Street - BYO
(2) Sule Square Mall (next to Shangrila Hotel)
☎ 09-7616-50565 ☎ 11:00-22:00

GOLDEN SEA FOOD **MAP P25-D1 KIRIN**

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

ゴールデン・ビュー (GOLDEN VIEW) **MAP P27-E1 KIRIN**

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) **MAP P23-C5 KIRIN**

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

HIKARI **MAP P22-C2 KIRIN**

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

HOUSE OF MEMORIES (ハウス・オブ・メモリーズ) **MAP P24-B2 KIRIN**

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

JUNCTION KAUNG THANT **MAP P22-B3 KIRIN**

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

Karaweik Palace (カラウェイ・パレス) **MAP P25-D3 KIRIN**

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

KK POTS **MAP P27-E2 KIRIN**

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

LION HOUSE STATION **MAP P23-A3 KIRIN**

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

LION WORLD **MAP P26-A2 KIRIN**

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

L' OPERA (ラ・オペラ) **MAP P23-B3 KIRIN**

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 **MAP P24-B1 KIRIN**

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

Mahlzeit **MAP P24-A3 KIRIN**

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

MAW SHWE LI **MAP P26-A3 KIRIN**

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

Meat Plus (ミートプラス) **MAP P24-A3 KIRIN**

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

MOONSOON RESTAURANT & BAR (モンズーン) **MAP P27-D3 KIRIN**

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

MY FRIEND **MAP P23-A3 KIRIN**

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

MYEIK KAUNG PHYU KAT KYAY KITE **MAP P25-E1 KIRIN**

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

NAT SEE SEIN (1) **MAP P22-C3 KIRIN**

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

ニュードリー (NEW DOREEN) **MAP P26-A2 KIRIN**

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

Old Town White Coffee

(1) **MAP P26-C2** Junction City Level 2, Corner of Bogyoke Aung San

Rd., Shwedagon Pagoda Rd.

(2) **MAP P27-C2** 30A, Yaw Min Gyi street, Yangon
☎ 09425099134 ☎ 10:00 ~ 22:00

Onyx **MAP P25-C3 KIRIN**

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

Ó THENTIC **MAP P27-C2**

No.(45/A), Corner Yaw Min Gyi St., & Bo Yar Nyunt St., Dagon Tsp.
☎ 09-4495-29557 ☎ 7:00 ~ 23:00

Paradise Dynasty **MAP P24-A2**

No. (2) & (3), Between Pyay Rd. & Kyun Taw Rd., Junction Square Extension, Kamayut Tsp, Yangon
☎ 09-979-313-333/09-797-131-333 ☎ 11:00 ~ 22:30 無休

Parami Pizza **KIRIN**

(1) **MAP P23-B3** No.(11/C), Corner of Malikha and Parami Road
☎ 09-261767616 ☎ 11:00~23:00 無休
(2) **MAP P25-C2** No (56), Sayar San Road, Bahan Township, Yangon
☎ 01-8604809 / 09-77460037 ☎ 11:00~23:00 (LO 22:30) 無休

Porter House **MAP P24-B2**

No.80, Kanbawza St., Shwe Taung Kyar Ward(1) Bahan Tsp.
☎ 09-7820-00165 ☎ 10:00 ~ 23:00 無休

QUEEN STAR RESTAURANT **MAP P23-A5 KIRIN**

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

RANGOON TEA HOUSE **MAP P27-D3 KIRIN**

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

RAU RAM **MAP P27-E2**

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

ROYAL GARDEN RESTAURANT (ロイヤル・ガーデン) **MAP P25-D3**

(1) **MAP P25-D3** Nat Mauk Road, Near Bo Gyoke Aung San Bronze statue, Kandawgyi National Park, Bahan Tsp.
☎ 01-5469-23 / 01-5462-02
(2) **MAP P27-C3** G Fl., Strand Square, Corner of Strand Rd. and Bo Soon Pat Rd.
☎ 09-2530-000757~759 ☎ [Dim-Sum] 6:30 ~ 14:15 [Lunch] 11:00 ~ 14:15 [Dinner] 18:00 ~ 22:15

SEIN HLAYN **MAP P24-C2 KIRIN**

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) **MAP P24-C3** No.18 Ko Min Ko Chin Road, Shwe Gon Daing, Bahan Township, Yangon
☎ 01-559339 ☎ 10:30~22:30 無休
(2) **MAP P24-A2** Nanattaw Street, Hanthawaddy, Kamayut Township, 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 KIRIN**

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

Sprouts **MAP P27-C2**

68A/2, Yaw Min Gyi Road ☎ 09-454791496 / 09-263940760

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

STEAK OUT **MAP P27-E3**

C-02, 46th St.(Middle Block), UFC Building, Botahtaung Tsp.
☎ 09-4544-46626 ☎ 11:00 ~ 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 Prime Rib **MAP P23-B4**

No.1A, Kabayeh Pagoda Rd., ward 7, Yankin Tsp.
☎ 09-765666994 ~ 5 / 09-264655551 ☎ 16:30 ~ 23:00 無休

THE WEST STEAKHOUSE  **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  **P27-D3**

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

TRITON RESTAURANT & BAR  **P23-C4 KIRIN**

No.12, Wai Zayan Tar Road, Thingangyun Township, Yangon
☎ 09-250920920 ☺ 11:00~23:00 無休

Tuscany  **P27-C3**

No.(67), Sule Pagoda Rd., Kyauktada Tsp.
☎ 01-3770-21, 09-2623-86159
☺ 9:00 ~ 22:00 (月~金)、11:00 ~ 23:00 (土日)

WIN STAR  **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  **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)

(1)  **P24-A3** No.4, Nyaung Tong Road, Sanchaung Tsp.
☎ 01-502582 ☺ 8:00~22:00 無休
(2)  **P25-D1** No(20), Aung Zeya Rd., Kyauk Kone, Yankin Tsp.
☎ 09-262888808 / 09-262888818 ☺ 8:00 ~ 22:00 無休
(3)  **P26-B2** Pyay Rd. Ocean, ST.JOHN CITYMALL 3Fl. Food Court
☎ 09-779696389 / 09-951204358 ☺ 9:00 ~ 21:00 無休

YANKIN BEER PUB  **P25-C1 KIRIN**

Anawrahta Road, Kyauk Kone, Yankin Township, Yangon
☎ 09-794441615 ☺ 11:00~23:00 無休

YUMMY RESTAURANT & B.B.Q  **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**AJ's Bar & Grill**  **P27-E2**

132 Corner of Bo Myat Htun Street and Anawrahta Road, Botahtaung Township, Yangon
☎ 09-785422151 ☺ 11:30-23:00 無休

Bar Code Bar and Karaoke Lounge  **P24-A2**

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

BLIND TIGER  **P27-D3 KIRIN**

No.93/95, Seikkanthar Street, Kyauktada Township, Yangon
☎ 09-786833847 ☺ 16:00~24:00 日曜休

CLUB FIVE  **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  **P25-D3 KIRIN** ☆

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

GALLERY BAR  **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)  **P27-C2 KIRIN**

No(26-B), Yaw Min Gyi Street, Dagon Township, Yangon
☎ 01-252261 ☺ 20:00~25:00

Ko San Double Happy Bar  **P26-C3**

No.108, 19th St. Latha Township, Yangon ☎ 01-503232

LIVE SPORT BAR  **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  **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

M Bar & Kitchen  **P25-E1**

6th Fl., Rooftop, Elegant Pyi Thar Yar Hotel, Pyi Thar Yar St., Bout Htaw, Yankin Tsp. ☎ 09-7850-50219 ☺ 17:00~24:00 月曜休

Outer Room  **P24-C2**

Room No.(G-13) G Fl., Building (A), Pearl Condominium, Kabaraye Pagoda Rd., Bahan Tsp, Yangon
☎ 09-4575-71551 ☺ 18:00 ~ 26:00

SKY BAR  **P26-B1 KIRIN**

No.330, Ahlone Road, Inside of Yangon International Hotel, Ahlone Township, Yangon ☎ 01-2316001~4 ☺ 17:00~24:00 無休

Skyline Bar & Restaurant  **P27-D2**

7th Fl., Esperado Tower B Gyo Phyo St., Dagon Tsp.
☎ 09-4042-45503 ☺ 11:00 ~ 深夜 無休

TG BAR  **P24-C2 KIRIN**

No.30, Kabar Aye Pagoda Road, Bahan Township, Yangon
☎ 09-260043923~4 ☺ 11:00~24:00 無休

The One Bar  **P24-C3 KIRIN**

Shwe Gone Daing, in front of Vista Bar

Union Bar and Grill  **P27-D3**

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

WINE BAR MARU (マル)  **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)  **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)**  **P25-C2**

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

Cafe Genius  **P27-C2**

No.(220), 31 Street, Panbedan Tsp. ☎ 01-3733-75 ☺ 7:00 ~ 19:00

Daren Bread Café (麵包達人)  **P27-C2**

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

Koi Thé

(1)  **P26-C2** Junction City, Level-5
☎ 09-4223-68395 ☺ 9:00 ~ 21:00
(2)  **P23-C5** Capital Hypermarket, Level-2, Tharketa Tsp.
☎ 09-7691-38823 ☺ 9:00 ~ 21:00

LA VIE EN ROSE (ラ・ヴィ・アン・ローズ)

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

Trademark Café  **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  **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**  **P26-C3** No, 686-698 Mahar bandula street, Latha Tsp. ☺ 8:00~22:00
(2) **Wayzayandar shop**  **P25-E1** No 54 Wayzayandar /south quter, Thingengyun Tsp (za /south) quarter, Thingangyun Tsp. ☺ 8:00~21:00
(3) **North ookulapa shop**  **P22-A2** No 104, Thudamar main street, North ookulapa Tsp. ☺ 8:00~21:00
(4) **Yedagon shop**  **P24-A3** No 531 Yedagon Tower, Cornor of lower kyimintai street & panhlaing street, Alone Tsp. ☺ 8:00~21:00
(5) **Tarmwe shop**  **P25-D2** No 15,16,17,18 Thaimainbayan street, maytaryaitmon housing, Tarmwe Tsp. ☺ 8:00~22:00
(6) **Taw win shop**  **P26-B2** No 355, Uwisarya street, Sanchaung Tsp. ☺ 9:00~21:00
(7) **Thanlyinn shop**  **P29-B2** No 151,Bochote nay win street, Myothit quatar, Myothit west quarter, Thanlyinn Tsp. ☺ 8:00~21:00
(8) **Tharkaytha shop**  **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**  **P22-C2** No 153, (4) Quarter, Parami main street, sorth Ookularpa Tsp.
(12) **80th street shop** Between 28 & 29 street, 80 street, Mandalay ☺ 9:00~21:00
(13) **GW shop** Between 33 & 34 street, 78 street (zawtika street) Mandalay ☺ 9:00~21:00
(14) **84th shop** Between 34 & 35 street, 84 street, Mandalay ☺ 9:00~21:00
(15) **Central Wear House** ABC bus stop, Upper Puzondaung main street, Bicycle factory compound, Mingalartaungnyunt Tsp.

Culumtio (クルムティオ)  **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  **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

DAISO

(1) Junction Square 内  **P24-A2** ☎ 01-527242 (Ext.2035)
(2) Capital Hypermarket 内  **P23-C5**
(3) Myanmar Culture Valley 内  **P24-B3**
(4) Taw Win Center 内  **P26-B2**

greenhill (グリーンヒル)  **P24-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)  **P25-C1**

Yankin Center, 1st Floor ☎ 09-250266770 ☺ 9:00~21:00 無休

MAJESTIC  **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)  **P24-C2**

No.79 Kabar Aye Pagoda Road, Bahan Township, Yangon

☎ 09-73224519 / 09-73224596 ☺ 8:00~22:30 無休

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)**  **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  **P24-B2** ☆

NO.(18), Kanbawza Rd., Golden Valley(1), Bahan Tsp. Yangon
☎ 09-257666770 ☺ 9:00~21:00 無休

MIU (ミウ)  **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)  **P27-E2**

No.6, Pazundaung Road, (Pazundaung Market Bus Stop)
☎ 09-5138953 ☺ 8:00~20:00 無休

SHUNJI MATSUO  **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  **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)**  **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)  **P27-D3** No.285, Ground Floor, Bo Aung Kyaw Road, Kyauktada Township, Yangon ☎ 09-8615036 ☺ 9:00~21:00 無休
(2)  **P26-B2** ☺ 9:00~22:00 無休

HEALTHY SPA (ヘルシー・スパ)  **P26-B1**

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

Mizuaoi (水葵)  **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)  **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)  **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)  **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

NEMITA (ネミタ)  **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  **P25-D2**

(67), 166 Street, Tamwe Township, Yangon
☎ 01-544119 ☺ 10:00~20:00 無休

Sapel Foot Spa  **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)  **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

<

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 51
154/156, 51St. Upper Block, Pazundaung Tsp.
☎ 01-2008-23 / 09-4299-18554

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

Jinn Residence (仁レジデンス)
No. (13), National Races Village Street, (10) North Quartar, Thaketa Township, Yangon ☎ 09-440463904

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

Mercure Hotel
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 Kyaung Street, Yay Kyaw, Pazun Daung Township, Yangon ☎ 01-297274 / 01-202187 / 01-8610640

MYA YEIK NYO ROYAL HOTEL (ミヤエニョ・ロイヤルホテル)
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

Pan Pacific Yangon
Corner of Bogyoke Aung San Rd. and Shwe Dagon Pagoda Rd., Pabedan Tsp. ☎ 01-925-3810

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 (トーウィン・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 Khauk 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

7 Mile Residence (7 マイル・レジデンス)
No. 1/B, 6 Quartar, Khone Mying Thar Road, Mayangone Township, Yangon ☎ 01-709-499

スポーツ

ゴルフ場・ゴルフ練習場

Yangon City Golf Resort (ヤンゴン・シティゴルフリゾート)
Thirimingalar Street, 10Miles, Insein Township, Yangon ☎ 09-421119932 / 09-30090884 ☎ 5:30~16:30 無休

PUN HLAING GOLF CLUB (ハンライン・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 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

Okkalar Golf Course
Corner of Waizayantar Road & Gandamar Road, Okkala golf driving range,Ward(9), Mayangone Tsp.
☎ 09-30998334 / 09-30998335 ☎ 6:00-10:00 無休

Myanmar Golf Course
Address : 9th mile, Pyay Road, Mayangone Tsp.
☎ 09-32161224 ☎ 6:00-7:00, No holiday

Star City Golf course
star city Thanlyin,Kyaik Khout Pagaoda Road
☎ 056-23150 ext:1241 ☎ 5:30 ~ 19:00 無休

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

Aqua Inya Golf Driving Range
Mya Kyun Thar Amusement Park, Kabar Aye Pagoda Road, Mayagone Tsp. ☎ 01-657758 ☎ 6:00-8:00, No holiday

サッカースクール

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

病院・クリニック

総合病院

Asia Pacific Centre for Medical & Dental Care
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

Samitvej 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 (ハンライン・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)

Shwe Bhone Dental Care
No. 73-5 Yadana Lane 3, Bauk Htaw, Thingangyun Tsp, Yangon
☎ 01-577077/01-8550519 ☎ 10:00 ~ 13:00/15:00 ~ 20:00 無休

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)

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 (ジャパングラブ)
No (339), Bogyoke Aung San Rd., Sakura Tower 12A Fl., Kyauktada Tsp. ☎ 09-3153-6921 / 09-4210-85893 ☎ 10:00 ~ 17:00

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

ミャンマーの“使える”情報誌

効果
抜群! MYANMAR JAPONの広告



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

ミャンマーのビジネスマン支持率No.1メディアといえば、「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!



配布先

ヤンゴン市内の主なホテル・レストラン、ヤンゴン国際空港、JETRO、JICA、日本大使館の他、日本国内の駐日、ミャンマー大使館、東京商工会議所をはじめとする全国の主な商工会議所、日本アセアンセンター、地銀協会など200か所以上

発行日

毎月20日

発行部数

18,000部(日・韓同時印刷)

配布地域

ヤンゴン・ネビドー
マンダレー・日本全国

広告掲載に
関するお問合せ

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

3F, Sakura Tower, 339, Bogyoke Aung San Rd., Kyauktada Tsp., Yangon

担当: 下山・シートウ

日本語・英語
ミャンマー語対応!

日本ブランドを紹介する常設ショールーム

The JAPAN BRAND

The JAPAN BRAND

@ AEONorange 出展募集!

1,980\$/月で効果的にPR!



貴社の製品・サービス
TVで紹介します

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!

後援 JETRO 日本貿易振興機構(ジェトロ)
ヤンゴン事務所



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



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」



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

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!



CONDOMINIUM

1 2500\$
田 約1900sqft

サンタウン 5/11階 あり
家具家電付き/ジェネレーター有



CONDOMINIUM

2 2000\$
田 約2000sqft

サンタウン 3/12階 あり
家具家電付き/ジェネレーター有



CONDOMINIUM

3 12 LAKHS
田 約1000sqft

サウスオックラバ 4/5階 あり
家具家電付き



CONDOMINIUM

4 11 LAKHS
田 約1500sqft

ポーダタウン 7/9階 あり
家具家電付き



CONDOMINIUM

5 2,500\$
田 約1750sqft

ダゴン 3/9階 あり
家具家電付き



CONDOMINIUM

6 1,300\$
田 約2000sqft

ライン 7/8階 あり
近くにスーパー2件有

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 ※1Lakhは10万Ks、10万Ksは約8,000円(1月15日現在)

物件に関する
お問合せ

✉ info@myanmarjapon.com

3F, Sakura Tower, 339, Bogyoke Aung San Rd.,
Kyauktada T/S, Yangon

☎ 09-2544-91345

担当: 下山/ニエイン 日本語・English・Burmese対応!



春節に大切な人との語り合いを



間もなく訪れる春節(旧正月)。

日本と同様に、家族や大切な人と集まって、
楽しく宴席を囲むのが一般的です。

パンパシフィックヤンゴンでは、このシーズンに合わせて

Chinese New Yearセットメニューを3種類ご用意。

マレーシア出身で数多くの賞を受賞したシェフ

Travis Loh Jiunn Voonが腕を振ります。

豪華な魚の姿蒸し、日本人の味覚にもぴったりの中華ちまき、
そして春節に振る舞われるお菓子など、見ているだけで楽しくなるような
珠玉の中華料理をご提供します。

さらに、商売繁盛や家内安全などを願って、

お皿に並んだカラフルなお料理をお箸で高く掲げてから食べる風習
「イーサン」を楽しめるお料理も、この時期に合わせてラインナップに加えました。

ご家族や友人からビジネスパートナーまで、あなたの大切な人との楽しいひと時を
当ホテル「海天樓 (Hai Tien Lo)」でお過ごしください。

ご提供は2月9日から19日までの限定。48\$, 78\$, 98\$の3コースをご用意したほか、
別途4種類の「イーサン」をご注文いただけます。
お問い合わせは01-9253810まで。
Eメール(enquiry.ppygn@panpacific.com)のご予約も受け付けています。



海天樓 総料理長
Travis Loh Jiunn Voon

2001年にマレーシアでキャリアをスタート。一貫して中華料理の研鑽に力を注ぎ、2007年にはマレーシア国内で開催される権威ある料理コンテスト「キュージース・マレーシア」において、肉部門で金賞、海産物部門で銅賞を同時に獲得する快挙を果たす。これまでマレーシア国内にある5つ星ホテル内の中華料理レストランの料理長などを歴任し、パンパシフィックヤンゴンの開業に合わせて2017年に来緬。



PAN PACIFIC YANGON

Corner of Bogyoke Aung San Road and Shwedagon Pagoda Road, Yangon, Myanmar
Tel: +95 1 925 3810 Fax: +95 1 925 3820 enquiry.ppygn@panpacific.com

Hotels and Resorts | Beijing Dhaka Hanoi Jakarta Manila Melbourne Ningbo Perth
Seattle Singapore Suzhou Tianjin Vancouver Whistler Xiamen Yangon
New openings: London (2020)

Serviced Suites | Ningbo Singapore Tianjin Xiamen
New openings: Johor (2018) Jakarta (2020)

DISCOVERY

Guest Loyalty
Programme