

SOUTHERN

VIETNAM

インドシナへの扉

HO CHI MINH CITY

ホーチミン

MY THO

ミート

CAN THO

カント

PHU QUOC ISLAND

フーコック島

NHA TRANG

ニャチャン

悠久の風景と進化する都市

インドシナの風薫る、南への扉をひらく

Ho Chi Minh City, My Tho, Can Tho, Phu Quoc Island, Nha Trang

中華人民共和国



仏領の残香とアジアのバイタリテイが混じり合う
ベトナム南部。激動の時代を乗り越え、変わるものと
変わらないものが、絶妙なバランスで寄せ合っている。
高層ビルが続々と建つホーチミンシティの片隅では、
手入れされたコロンIAL邸宅が街に華を添えている。
さらに南へと足を踏み込めば、雄大なメコン川が
ジャングルを貫き、白砂のビーチリゾートが誘惑する。
未知なる魅力を秘めたインドシナへの扉を開こう！

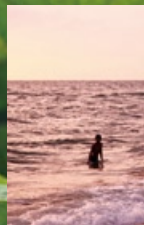
SOUTHERN
VIETNAM
インドシナへの扉

ホーチミン	04
ミトー	06
カントー	07
フーコック島	08
ニャチャン	10





ホーチミンシティの中心にオープンした最高級ホテル「ザ・レヴェリーサイゴン」



ベトナム航空のロゴにも使用されている国を象徴する蓮の花。見頃は6月～7月。花は愛でるのみならず、お茶やお菓子、サラダなどにして美味しくいただく

HO CHI MINH CITY

ホーチミン

日々変化を遂げる街並に、インドシナの静寂と人々の喧噪が交差する
急成長するベトナム経済を牽引する南部最大の都市



ベトナム南部の玄関口、タンソンニャット国際空港からホーチミンシティの中心に近くにつれ、縦横無尽に走る無数のバイクの洗礼を受ける。一台のバイクに4人家族が相乗りしていたり、はみ出るほどの大荷物を載せていたり。その光景はもはや曲芸に近い。しかしこれこそ経済成長まったただ中のこの国を牽引する、国民平均年齢28歳のマンパワーなのだ。そんな活気みなぎる街の楽しみのひとつが街歩き。観光の拠点となるドンコイ通りは、仏領インドシナのノスタルジックな建物が今も残る一方で、急速に発展する新しい息吹も同時に感じられるはず。また路地裏の古びたビルの階段を上がると、お洒落なカフェや雑貨ショップを発見。街にはそんなワクワク感が詰まっている。

ご当地グルメ

花鍋 (Lau Hoa)

暑さを吹き飛ばす

見た目も華やかな花鍋で暑気払い



数ある鍋料理の中でもホーチミンシティで今人気なのが「花鍋 (ラウホア)」。花には体内の熱を下げる効果の他、高い美容効果もある。優れた鍋料理。

Dong Restaurant

住所: 37 Le Quy Don, District 3, HCMC

電話: +84 28 3932 0588

Open: 07:00~23:00

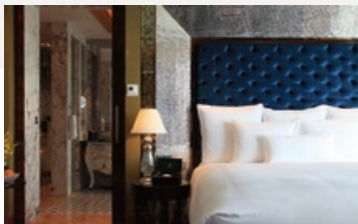
<http://nhahangdong.com.vn/>

+++++

ザ・レヴェリー サイゴン

ホーチミンシティNo.1の高さを誇る

ヒップ&ゴージャスな最高級ホテル



イタリアンファニチャーで揃えた客室からは蛇行するサイゴン川や日々進化する街を一望。ダイニングやスパ等の施設充実度はベトナム随一。

住所: 22-36 Nguyen Hue Blvd., Ben Nghe Ward,

District 1, HCMC

電話: +84 28 3823 6688

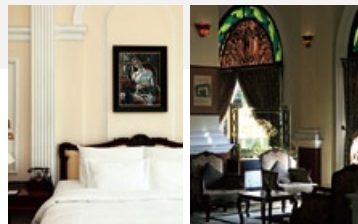
<http://jp.lhw.com/hotel/The-Reverie-Saigon-Ho-Chi-Minh-City-Vietnam>

+++++

ホテル・マジェスティック・サイゴン

各国のVIPや文豪に愛されてきた格式

あるフレンチ・コロニアル様式のホテル



1925年創業。サイゴンと呼ばれていた時代から街を見つめてきた、ホーチミンを代表する歴史あるホテル。サイゴン川を眺めながらの朝食は格別。

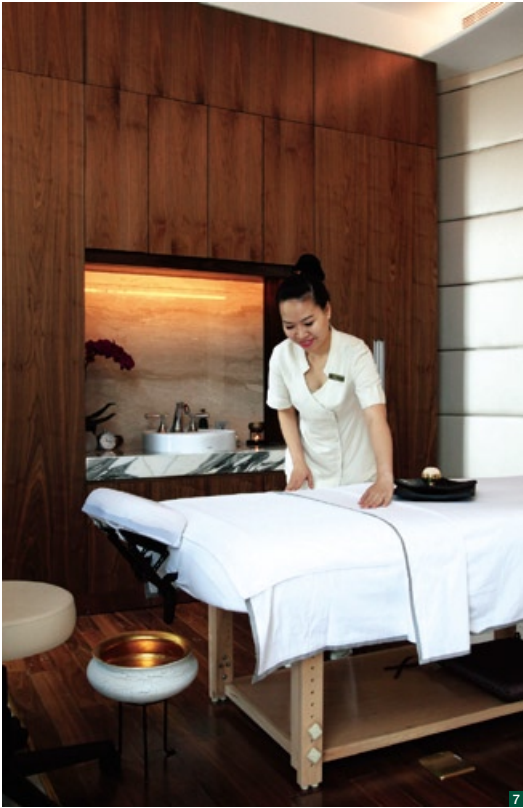
住所: 1 Dong Khoi Street, District 1, HCMC

電話: +84 28 3829 5517

<http://majesticsaigon.com/ja/>



6



7



4



3

1 古きインドシナの世界を体験できるホテル・マジスティック・サイゴン 2 生誕125周年記念の今年、座像から立像に改装されたホーチミン主席像 3 ベトナム独特のタッチのアート体験ができる最新スポット「3Aステーション」 4 失われたレシピを復元させた料理「ゴイ・ズアハウ（スイカのサラダ）」 5 高層ビルが次々建つ市内では夜景を眺めるルーフトッパーが急増中 6 ホーチミンシティのマンパワーが感じられるベンタイン市場 7 街のマッサージ屋からホテルのスパまで、ホーチミンはスパ天国。日本と比べてかなりリーズナブルなのも魅力



5

進化と原点回帰の波 お洒落スポットも目が離せない

今、サイゴンっ子が集まる最新スポットが「3Aステーション」と呼ばれる小さな一画。サイゴン川沿いの目立たない路地裏に入っていくと、スプレーアートが施された壁が続き、その先にユニークなカフェやセレクトショップが集結する。センスが光る雑貨からヘルメットまで、ベトナムらしい個性が光る「とっておき」が見つかるはず。

また、ヘルシーで美味しいベトナム料理の新潮流が、失われたレシピの復活というものの。特にメコン川流域は、時代とともに作られなくなった料理が多数あるという。そんなレシピを復活させて提供するカフェやレストランが登場している。進化と原点回帰する文化の波は、現在のホーチミンシティそのものを象徴しているようだ。そしてその派生はまだまだ止まることを知らない。

スイティエン公園

奇界遺産に登録!?
世界でもっとも怪しいテーマパーク



土着の神話をテーマにしたアミューズメントパーク。敷地内のオブジェがとにかくキテレツ。プール、水族館、遊園地、ワニ釣りもある。

住所: 120 Hanoi Highway, Tan Phu Ward, Dist 9, HCMC
電話: +84 28 3896 0260
Open: 08:00~17:30 (月~日) / 07:00~23:00 (祝日)
<http://suoitien.com/en>

ベンタイン市場

食材、衣料品、お土産…何でも揃う
ベトナムを代表する巨大市場



歴史を感じる建物が特徴の、早朝から夜まで1日中賑わっている市場。値切りは鉄則。旅行者の利用も多いため、混雑時はスリに要注意。

住所: Cho Ben Thanh 0, BT, District 1, TP HCMC
電話: 店により異なる
Open: 店により異なるが 06:00~19:00 頃

おみやげ

マルウ (Marou)

シングルオリジンの香り高い
チョコレートをお土産に



ベトナムの良質なカカオのみを使用したチョコレート。同じベトナムでも、カカオが採れた産地によって香りや味わいが明確に違うのに驚き。

L'USINE

住所: 151/5 Dong Khoi Street District 1, HCMC
電話: +84 28 6674 9565 (カフェ)、3565 (ショップ)
Open: 07:30~22:30
<http://lusinespace.com/>



ミトー名物料理「エレファント・フィッシュ」の唐揚げ

MY THO

ミトー

入り組んだ水路を手漕ぎボートで巡るエキゾチックなジャングルクルーズ
小島では村人たちが作るココナッツやハチミツ、南国フルーツを満喫



ホーチミンシティから車で約1時間半。はるかチベットを源流に持つ全長4350kmのメコン川がいくつもの国を流れ、河口の街ミトーにたどり着く。日本ではちよつと体験できない楽しみが、手漕ぎボートでニッパ椰子の間をすり抜けるリアルジャングル・クルーズ。鳥のさえずり、風で擦れる椰子の葉と、櫂で水を掻くナチュラルな心地よい音に包ま

れる癒しタイムだ。また中州の村では、手作りのココナッツキャンディやハチミツ、珍しいトロピカル・フルーツの試食も楽しめる。ホーチミンシティからの日帰りツアーが主流となっているが、水辺にオーブンした最新リゾートホテルに滞在するのもおすすめ。太陽がメコン川に沈む雄大な景色は、きつと印象深い思い出になることだろう。

褐色の川を滑るように進むジャングルクルーズは人気のアトラクション

CAN THO

カントー

ベトナムのエネルギッシュなパワーと魅力が全開。メコン川流域の独特の文化圏は、日の出とともにメコンデルタの恵みを積んだ無数の船が行き交う水の都



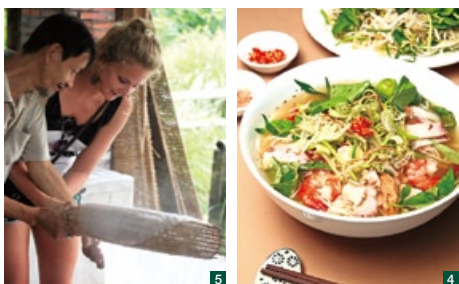
2



3



1



5



4

1 生産者、卸売業者や仲買人が船上で取引する、昔から変わらぬカイラン市場の日常風景 2 果物や野菜を積んだ小舟がひっきりなしに行き交う。中には手漕ぎボートで観光船に果物を売りに行くことも 3 季節によってはフルーツの王様「ドリアン」も山積み 4 メコンデルタ名物麺料理「ブン・ナム」。発酵魚の濃厚なスープが癖になる 5 水辺の村ではライスペーパー作りの体験もできる

長い歳月をかけて築かれた肥沃な湿潤地帯、メコンデルタ。大河がもたらした豊穡な恵みを、人々は遙か昔から享受してきた。この地域はアジア最大の穀倉地帯かつ、世界屈指の稲作地帯。その中心地がカントーだ。最近では、質の良いコーヒーやカカオの産地としても注目されている。

網目のように支流が走るメコンデルタでの生活は、ボートが欠かせない。周辺で採れた農産物や果物などを満載したボートが集まり、水上マーケットになっている。お客さんも、もちろんボートで買いくる。そんな賑わいを楽しむなら、早朝のクルーズツアーに参加してカイラン市場へ出かけよう。ここでは竹竿の先端に野菜や果物をくくりつけた船が行き交っている。実はこれ、その船で売っている商品を示しているのだ。スイカを積んだ船にはスイカが竿の先に刺してある。いろいろな野菜を積んでいる船には、何種類もの野菜がくくりつけてある。そんな船が無数に行き交い、売り買いされる風景もまた、ベトナムらしい。

ブラックファースト・クルーズ

ヴィクトリア カントーの専用ボートで朝食を楽しみながら水上マーケットへ



カントー最大の見所ともいえる、カイラン水上マーケットを訪れる早朝ボートツアー。船上ではビュッフェスタイルの優雅な朝食を。

住所: Cai Khe, Ninh Kieu Can Tho
電話: +84 292 3810 111
Depart 07:00~Return 10:30頃
<http://www.victoriahotels.asia/en/victoria-cruises>

ヴィクトリア カントー リゾート

フランス統治時代の雰囲気そのままに、コロニアルスタイルのリゾートホテル



目の前を流れる川、美しいガーデンに配されたスパ、広々とした客室…全てがロマンチック。自家製ジャムは土産にもぴったり。

住所: Cai Khe, Ninh Kieu Can Tho
電話: +84 292 3810 111
<http://www.victoriahotels.asia/en/overview-cantho>

ザ・アイランド・ロッジ

メコン川に沈むドラマチックな夕日
フランス人夫妻が営むブティックホテル



プライベート感覚で滞在できるオーベルジュ風のホテル。ホーチミンシティからわざわざ食事に訪れる人もいほど、料理が美味しい。

住所: 390 Ap Thoi Binh, Xa Thoi Son TP MY THO, Tien Giang
電話: +84 273 651 9000
<http://www.theislandlodge.com.vn/>

PHU QUOC ISLAND

フーコック島

永遠に続くホワイトサンドのビーチ、タイ湾に沈むドラマチックなサンセット
国内外から注目を集めているリゾートアイランドは、ただ今ホテルのオープンラッシュ



ウニ、カニ、胡椒にヌックマム 海の幸、島の恵みをいただく

ホーチミンシティから空路で約1時間。細長いハート形をしたフーコック島は、ベトナム人や欧米人の間で今人気が高まっているリゾート島だという。とは言え、最近ようやく信号が設置されたほど、島はいたって長閑。ここでは、どこまでも続く美しいビーチでのんびりするのがおススメ。またボートトリップで島の南に位置するアントイ諸島に出かけてみるものいいだろう。シュノーケリングはもちろん、ボートから手釣りで簡単に魚が釣れる。インドシナ半島の東側に面するベトナムでは希少な、海に夕日が沈むシーンもぜひ堪能してほしい。

フーコック島ではウニ、イカ、エビ、ホタテなど、多くの日本人の好物を、ナイトマーケットや街のレストランで安く食べられる。また、ベトナム料理に欠かせない調味料「ヌックマム」の郷。他ではなかなか手に入らない、最高級品の40N（等級を表す数値）はぜ





ナイトマーケット

約500mの通りの両側に露店がびっしり
人気の炭火焼シーフードに舌鼓



島にこんなに人がいたのかと思うほど、特に週末はたくさんの地元民と観光客で賑わっている。

ディンカウ ナイトマーケット
住所: Vo Thi Sau St. Duong Dong, Phu Quoc
Open: 18:00~23:00頃

+++++

ヴァインパール フーコック リゾート

カップルでも家族連れでも楽しめる
2014年にオープンした5つ星リゾート



客室数750室、ゴルフコース、スパ、遊園地、水族館等を備えたラグジュアリーリゾート。

住所: Bai Dai, Ganh Dau, Phu Quoc 電話: +84 297 3519 999
<https://vinpearl.com/phu-quoc-resort/>

+++++

ヌックナム工場

昔ながらの製法を守り抜く。
黄金色のしずくは美味しさの証

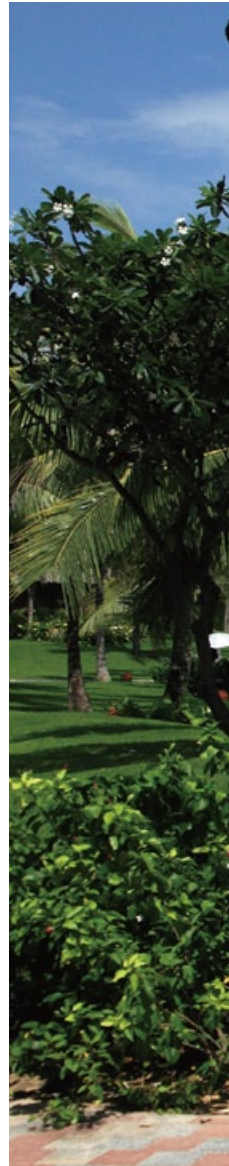


高級品といわれるフーコック産のヌックナム。島内では今も40件ほどの工場が生産を続けている(下記の工場で見学ができる)。

Khai Hoan
住所: 11 Hung Vuong, Duong Dong, Phu Quoc 電話: +84 297 3848 555
Open: 07:00~19:00頃 <http://khaihoanphuquoc.com.vn/>



1 近年ラグジュアリーホテルが続々オープンしている。ベストシーズンは11月~3月。写真はヴァインパール フーコック リゾート 2 食材から衣料までなんでも揃うユードン市場は島の台所 3 フランス邸宅風のコロニアル建築が美しいラ ヴェランダ リゾート フーコック。暮らすように過ごしたい旅にぴったり。風を感じるテラスで読書はいかが? 4 島の固有種のフーコック犬。足の水かき部分が広く背中 of タゲガミが特徴 5 胡椒畑は見学自由で胡椒の購入も可能。おすすめはエビガーリック胡椒 6 島内は手付かずの自然の宝庫。ビーチは西海岸が特に美しい

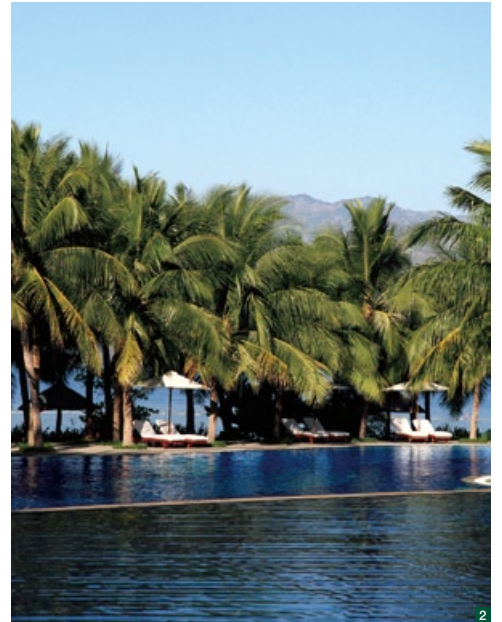
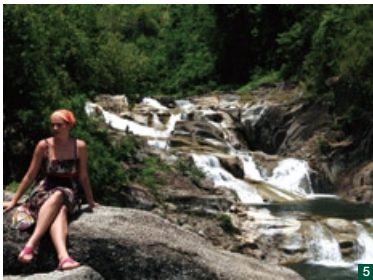


ひび賞味あれ。ヌックナムは機内預けも持ち込みも禁止されているので、お土産には世界的に評価の高い胡椒がおすすめ。

NHA TRANG

ニャチャン

賑やかな町、原始の自然、突き抜けるような空に同調する碧い海
リゾートライフに本格グルメ…上質なビーチバカンスを満喫する要素に抜かりなし



1,3 チャンパ王国の遺跡ポーナガル塔は、今も地元の信者が祈りを捧げにくる。遺跡内ではチャンパの伝統舞踊も見られる 2 ビルディングタイプからヴィラタイプまで様々なタイプのリゾートホテルが集まる 4 近海のシーフード料理の他、ご当地料理も豊富 5 ニャチャン郊外にあるエコパーク「ヤンバイツーリストパーク」。滝や川で遊べる他、先住民族のショーや動物との触れ合いなど一日楽しめる公園

ニャチャンは日中ビーチで寝転ぶだけでは終わらない。海洋生物が多く生息する近海は、ダイビングスポットとしても知られ、未経験者でも楽しめる体験ダイビングも盛ん。さらに地上では、チャンパ王国によって8世紀に建立された寺院など、歴史的建造物の数々、地元の人々の生活を垣間見られるダム市場など見所は尽きない。また、ミネラルたっぷりの天然温泉での泥エステ、郊外へ足を延ばせば、豊かな自然に囲まれたマイナスイオンたっぷりの中での滝登りなど、ニャチャンの魅力は枚挙に暇がない。

ホーチミンシティから国内線で約1時間。ベトナム中南部に位置するニャチャンは、緩やかな弧を描く湾に広がる黄金色のビーチ、椰子の並木が印象的。フランス領インドシナ時代にはフランス政府の要人を迎える避暑地として開発され、早くから欧米人旅行者に人気のリゾートエリアだった。海岸線に沿って伸びるチャンフー通りに主要ホテルやショッピングセンター、レストラン、バーが軒を連ね1日中賑やか。安くて新鮮なシーフードも見逃せない。

ヴァンパール ラグジュアリー ニャチャン

ニャチャンの沖に浮かぶ高級リゾート
全室プール付き専用ポートでお出迎え



占有面積100m²の優雅な客室、水上コテージタイプのスパでリゾート気分を満喫。ゴルフ場やウォーターパークなどの島内施設も充実している。

住所: Hon Tre Island, Nha Trang
電話: +84 258 359 8900
<https://vinpearl.com/nha-trang-luxury/>

シックスセンスズ ニンヴァンベイ

見えるのは静寂の海と緑深い山だけ
道なき半島に立つ究極のハイダウエイ



ニンヴァン湾に突き出た半島をそのまま生かしたリゾートへのアプローチは、専用ポートのみ。海を望むヴィラで贅沢な大人の休日を楽しみたい。

住所: Ninh Van Bay, Ninh Hoa, Khanh Hoa
電話: +84 258 3524 268
<http://jp.sixsenses.com/resorts/ninh-van-bay/destination>

タップバー・ホットスプリングセンター

南国の日差しに疲れた肌をリセット
マッドスパで全身スベスベ

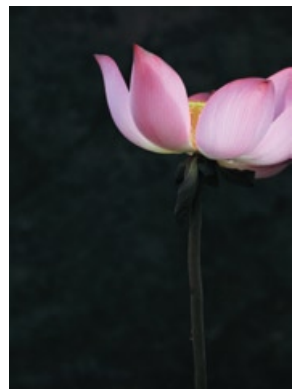
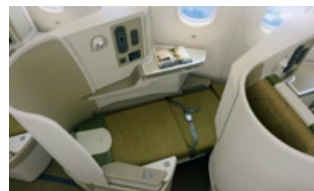


ミネラルをたっぷり含んだきめ細やかな泥を求めて、地元民や観光客が集い、賑わっている。温水プールやレストラン、マッサージルームも併設。

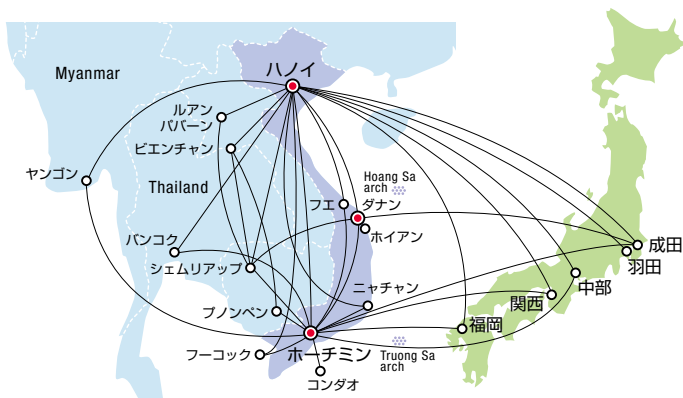
住所: 15 Ngọc Sơn, Ngọc Hiệp, Nha Trang
電話: +84 258 383 5345 Open: 07:00~19:30
<http://tambunthapba.vn/>



ベストシーズンは3月～9月。青空と美しいビーチを満喫したい



ベトナムの美しい文化を世界中に！ インドシナと日本を結ぶ翼、ベトナム航空



1994年11月、関西—ホーチミン線を皮切りに、最大週68便を日本—ベトナム間（コードシェア便を除く）で運航するベトナム航空。ロゴマークである蓮の花は、知恵と優雅さの象徴。機内から、ベトナムが育んできた優美な文化を感じることができる。

2015年7月、ベトナム航空は新しいコーポレート・アイデンティティを発表し、16年ぶりにユニフォームを刷新。伝統衣装アオザイのスタイルは保ちながら、従来の真紅から鮮やかなグリーンと黄色に色を変え、乗務員がより動きやすいデザインへと変わった。

オンライン予約、マイレージサービス・ロータスマイルへの入会は、便利なベトナム航空のホームページから

<http://www.vietnamairlines.com>



ベトナム航空 日本支社・各支店のご案内

日本支社
〒100-0013 東京都千代田区霞が関 1-4-2 大同生命霞が関ビル 6F
TEL:03-3508-1481 FAX:03-3508-1480

大阪支店
〒542-0086 大阪府大阪市中央区西心斎橋 2-1-3
御堂筋ダイヤモンドビル 6F
TEL:06-4708-0900 FAX:06-4708-0901

名古屋支店
〒450-0002 愛知県名古屋市中村区名駅 3-25-3 大橋ビル 10F
TEL:052-583-5171 FAX:052-583-5172

福岡支店
〒812-0016 福岡県福岡市博多区博多駅南 1-8-36 シティ15ビル
TEL:092-473-0500 FAX:092-473-0601

※掲載情報は2017年8月現在のものです。