

# 上海. 蘇州. 杭州の旅 2015年9月8日~9月11日



食文化研究委員会  
委員長 久志本 京子

# 研修のスケジュール他

## 研修概要

- 日程 平成27年9月8日～9月11日
- 集合 上海浦東国際空港 到着ロビー 12時
- ホテル 上海：花園飯店(オークラガーデンホテル上海)
- 住所 58号茂名南路|黄浦区上海 200020| 中国
- TEI +86-21-6415-1111
- ホテル 杭州：ハイアットリージェンシー杭州
- 住所 28 Hu Bin Road, 杭州, 中国, 310006
- TEI +86-571-8779-1234

## 研修スケジュール

日	場所	時間	行事	日	程	
9/8(火)	浦東	11:55	集合	浦東空港到着ロビー		
		14:00	講演	講師 上海大菱食品有限公司 総経理 曾波様		
				講演	講師 上海合点寿司 総経理 倉地厚様	
	15:30		日月光広場へ			
	16:00	視察	日月光広場、田子坊、市場視察			
	17:30	ホテル	チェックイン			
	18:30	夕食	外灘 松鶴楼(蘇州料理)			
	21:30		夕食後ホテルへ			
9/9(水)	上海	7:00	集合			
	上海駅	8:32		上海駅より高鉄二等席にて蘇州へ		
	蘇州駅	9:00	食事	同得興(蘇州麺)		
	蘇州	10:30	視察	拙政園視察(世界文化遺産)		
		12:30	昼食	イオン2号店視察、がってん寿司10号店		
		14:00	視察	山塘街視察 おみやげ等		
	蘇州駅	16:30	出発	蘇州駅から上海		
	上海	18:00	夕食	海底捞にて火鍋		
	21:00		夕食後ホテルへ			
9/10(木)	上海	8:00		ホテル出発		
	杭州	11:00	視察	杭州市内観光		
			視察	西湖、史跡等(世界文化遺産)		
		12:30	昼食	外婆家等外食事情視察		
		15:30	視察	龍井茶産地視察		
		17:30	ホテル	チェックイン		
杭州	19:00	夕食	ハイアット			
9/11(金)		10:00	出発	ホテル出発		
	杭州	11:00	到着	杭州 空港解散		



花園飯店



ハイアット

# 中国 上海、蘇州、杭州

## 上海

- 上海市は中国最大の都市である。世界有数の**世界都市**であり、同国の商業・金融・工業・交通などの中心の一つである。
- 2012年6月時点の常住人口は2,400万人を超えている。市内総生産は2兆3,560億元（約45兆円）であり、首都の北京市を凌ぎ中国最大である。
- 戦前から多くの日本人が住む上海には現在約4,500社の日系企業が進出、5万289人の日本人が住み、短期滞在者を含めると10万人以上の日本人が滞在しているといわれる。

## 蘇州

- 天に極楽、地に蘇州と杭州ありといわれる景勝地。宋、元、明、清代を代表する庭園がある。市内は水路が縦横に走り、東洋のベニスと言われる。絹織物、紫檀家具の伝統工業が盛ん。
- 長江**の南側にあり、長江デルタの中心部、**太湖**の東岸に位置する。東北側には、**上海蟹**の産地として名高い**陽澄湖**がある

## 杭州

- 中国八大古都の一であり、**国家歴史文化名城**に指定されている。**13世紀**は世界最大の都市であった。
- 五代十国の時代、**呉越国**の都となり、**南宋**時代には事実上の首都、臨安府が置かれた。市中心部の西には**世界遺産**の**西湖**という湖がある。

## 中国 上海、蘇州、杭州



# 8日主要訪問地

## 上海 日月光中心広場

田子坊のすぐ隣にあるショッピングモール。上海の若者に人気のファッションブランドやコスメショップ、ドラッグストア、レストランなどが入っており、特にグルメスポットが豊富。「がってん寿司」、すかいらーくの系列レストラン「Café Grazie」や「すきや」、「丸亀製麺」、「サンマルクカフェ」などの日系外食チェーン、地下一階二階にもレストラン街になっている



## 外灘 『松鶴楼』

260年の歴史を誇り「金鼎獎」「中華名小吃」「国家特級菜館」など数々の賞を受賞している名門「松鶴楼」の外灘店。料理長の陳偉はロサンゼルスや日本でイベントを開催するなど、その味は国内外のお客さまから高く評価。新鮮な旬の食材と伝統的な調理法にこだわり、素材本来の味を引き出し食する方の心身の健康を考え創られた新しい上海料理を提供します。



## 田子坊

田子坊（でんしぼう）は、[上海市の新黄浦区](#)の南は泰康路、北は建国西路、東は思南路、西は瑞金二路に囲まれた地域に位置するアートスポット・ショッピング・グルメエリア。



# 9日訪問地 蘇州

## 同得興 蘇州麵

蘇州麵といえば、中国を代表するラーメンです。細麵でしこしこして日本人の感覚に合ったラーメンだと思います。その蘇州麵の専門店の中で、中国人に最も人気のある店がこの同得興です。



## 拙政園 世界文化遺産

世界遺産に指定されている蘇州古典園林のうち、造園芸術の傑作といわれる拙政園は明代の高官王献臣(おうけんしん)が造園した水がテーマの庭園です。5万平方メートルのうち5分の3が池であり、その周りに数々の建物が配されています。



## イオン 蘇州2号店 合点寿司 中国10号店



## 9日訪問地 蘇州～上海

### 蘇州 山塘街

別名七里山塘とも呼ばれている山塘街は、蘇州市の西部、運河沿いに延びる長さ4km足らずの通り。近年、旧市街寄りの一部が観光用に開発され始めた。明清時代の古い街並みを再現しており、水辺に連なる白壁の家々は風情豊か。



### 中国高速鉄道(上海～蘇州往復)



### 海底撈 火鍋

海底撈は1994年に創立した四川風味火鍋をメインとするお店。各地の火鍋の特長を取り入れた火鍋を提供する大型の直営飲食チェーン店です。

正式名称は四川省簡陽市海底撈飲食有限株式会社で、上海、鄭州、西安、簡陽など多くの都市に125店展開している。

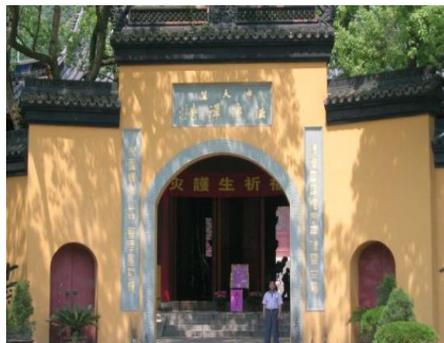
上海に数ある火鍋店の中でも、確かな味ときめ細やかなサービスで大人気。



## 世界文化遺産 西湖



## 靈隱寺



## 茶葉博物館



## 行列の出来る杭州中華 外婆家

杭州発のファミレス風杭州料理チェーン。上海人の20~30代OLに合わせたリーズナブルな価格帯と、おばあちゃんの味を再現した素朴な料理の数々が大人気。野草、鶏、魚など、料理に使われている素材も昔ながらのものばかりで、チェーン店とは思えない手作り感たっぷりのメニューが揃っている。平日でもほぼ満席で、15~30分待ち。



# 10日杭州視察

## 杭州 河坊街

南宋時代の街並みを再現した商店街。みやげ物店から飲食店まで何でもあり楽しい。1878年創業の老舗漢方薬店である胡慶余堂には博物館も併設されている。



## ハイアットリージェンシー 杭州料理 湖濱28

杭州料理は中国八大料理の一つです。その長い歴史と豊かな物産に恵まれ、素材、調理法もバラエティーに富み、味が上品と見た目が綺麗は杭州料理の特徴。

