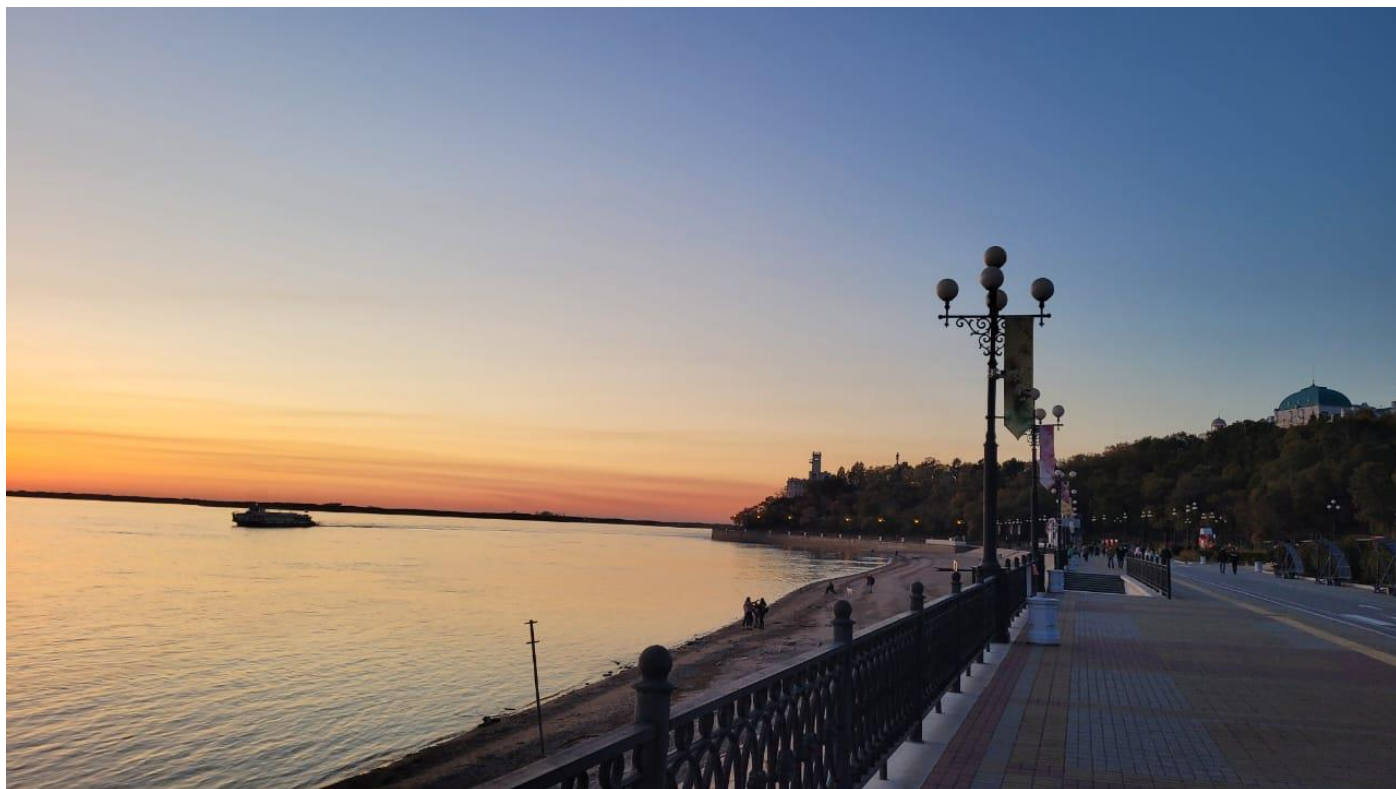


ハバロフスク案内



在ハバロフスク日本国総領事館

2023年8月

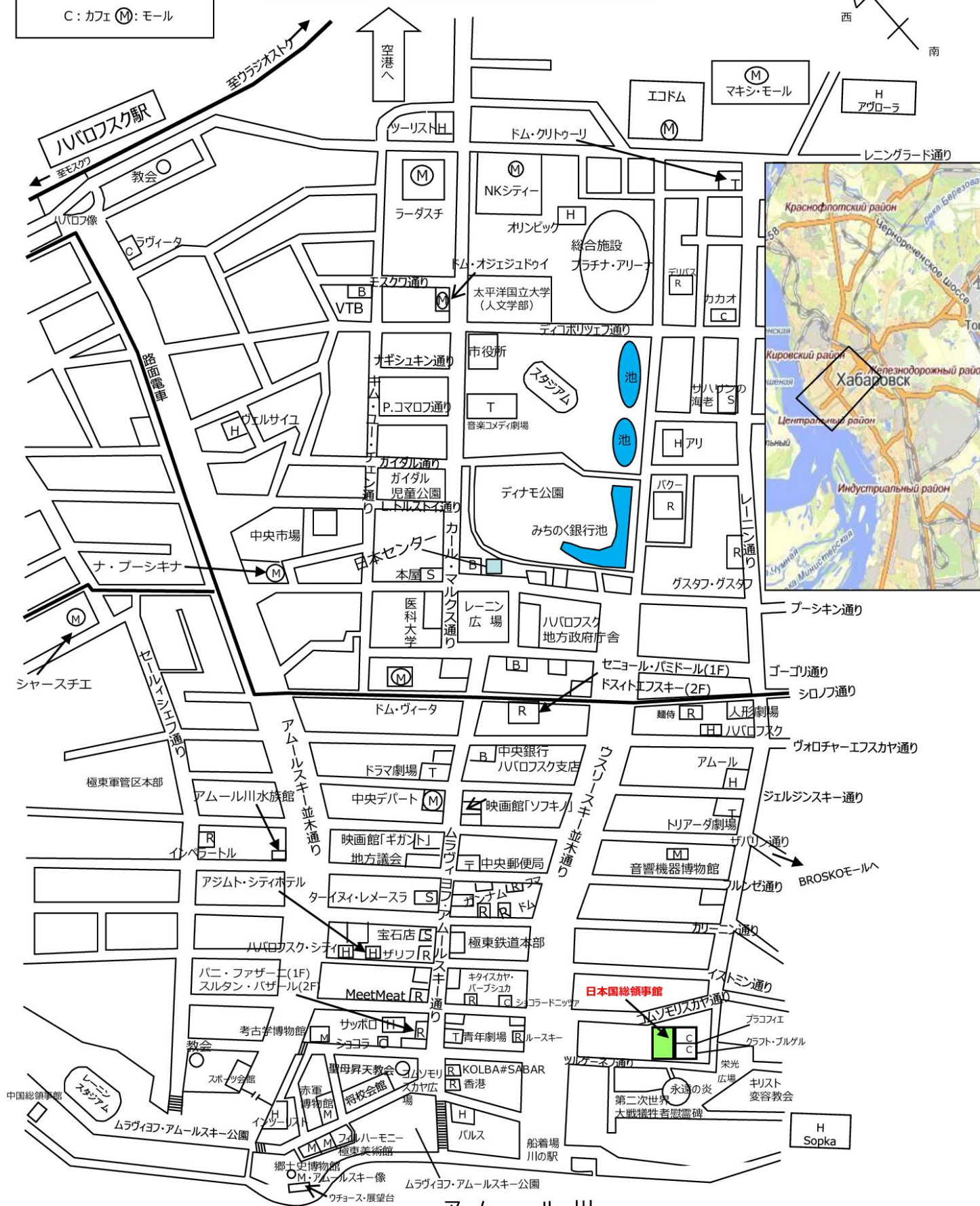
1	ハバロフスク概要	4
(1)	位置	4
(2)	沿革	4
(3)	気候	4
(4)	人口・面積・民族	4
(5)	言語	5
2	交通機関	5
(1)	ハバロフスクへのアクセス	5
(2)	ハバロフスク空港	5
(3)	ハバロフスク駅	5
(4)	船着き場（レチノイ・ヴァクザール）	6
(5)	ハバロフスク市内の交通機関	6
	(ア) 公共交通機関	6
	(イ) タクシー	6
	(ウ) レンタカー	6
3	衛生・健康	7
(1)	水道水・食品	7
(2)	風土病および病院	7
(3)	気候	7
4	治安情勢	7
5	史跡・名所案内	8
6	エンターテインメント	12
(1)	サーカス・劇場	12
(2)	スポーツ観戦	14
(3)	ボーリング、ビリヤード	14
(4)	フィットネスクラブ、プール	15
(5)	ショッピング	15
<付録>		18
	ハバロフスク・ホテルガイド	18
	ハバロフスク・レストラン&カフェガイド	19

※掲載情報は 2023 年 8 月時点のものです。変更があった場合にはご了承ください。

※最新の市内の地図については、各種ガイドブック、空港国内線ターミナル等で入手可能な市内地図等をご利用下さい。

凡例 H:ホテル R:レストラン
B:銀行 M:博物館
T:劇場 S:商店
C:カフェ (M):モール

ハバロフスク市内略図



1 ハバロフスク概要

(1) 位置

ハバロフスクはアムール川（黒竜江）とウスリー川のほぼ合流地点に築かれた極東ロシアを代表する都市である。東経 135 度（明石市と同じ）、北緯 48 度（北海道稚内市は約 45 度）に位置する。ハバロフスクと日本の時差は、ハバロフスクが日本より 1 時間先行している。

ハバロフスクとモスクワの時差は、ハバロフスクが 7 時間先行している。



(2) 沿革

ハバロフスクの名は、1649 年に当地を訪れた探検家エロフェイ・ノボロフに由来する（当初、「ノボロフカ」と命名されていたが、1893 年からは現在の「ハバロフスク」という名称になった）。1858 年 5 月 28 日にロシア帝国と清国との間でアイグン条約が締結され、アムール川がロシアと清国の国境となり、ネルチンスク条約（1689 年）で清国に編入されたアムール川左岸がロシア領土となった。1858 年 5 月 31 日、アムール川沿いにノボロフカ国境警備所が設置されたことを契機に都市の建設が始まり、1860 年の北京条約によりウスリー川右岸（ウラジオストクを含む現在の沿海地方）がロシア領となった。また、1918 年のシベリア出兵時には当地に日本軍司令部が置かれた。

ソ連時代は新潟-ハバロフスク便が日本と極東ロシアを結ぶ唯一の航空路線であった。また、日本海に面しているナホトカ港から入国し、シベリア鉄道でハバロフスクを経由して、当地からロシア国内各地へ鉄道や飛行機で移動することも多かった。このように、ハバロフスクは極東経由でソ連を訪れる外国人のゲートウェイとしての役割を有していた。

2000 年 5 月 13 日、プーチン大統領は大統領令によりロシア全土を 7 つの連邦管区に分ける連邦管区制を導入し、極東連邦管区の大統領全権代表部はハバロフスクに設置されたが、その後 2018 年 12 月にウラジオストクへ移転した。しかし、ハバロフスクはロシア極東における政治・経済・文化等の重要な中心都市の一つとして今日もあり続けている。

現在、ハバロフスク市は新潟市（1965 年～）、ポートランド市（米国、1988 年～）、ビクトリア市（カナダ、1990 年～）、ハルビン市（中国、1993 年～）、富川市（韓国、2002 年～）、三亜市（中国、2011 年～）、清津市（北朝鮮、2011 年～）の 7 都市と姉妹都市関係にあるほか、ハバロフスク地方も北海道、新潟県、兵庫県、青森県、鳥取県といった日本海側の各県と交流関係にある。2023 年 5 月 31 日にハバロフスク市は市政 165 周年、同年 10 月 20 日にはハバロフスク地方が 85 周年を迎える。

(3) 気候

(ア)ハバロフスク地方の気候は典型的な大陸性の亜寒帯気候である。冬は極度に乾燥し寒く、夏は蒸し暑い。1 月の平均最低気温は -25℃ で、7 月の平均最高気温は 27℃ と、夏冬の平均気温差が 50 度前後ある。昼夜の気温差も大きく、服装には充分気をつける必要がある。冬季は降水量が極端に少なく、乾燥した日が続く。7 月、8 月の降水量は東京都とほぼ同じだが、短時間の局地的な降雨が多い。初雪は 10 月第 1 週頃である。本格的な雪は 11 月初旬に始まり、4 月中旬頃まで続く。

(イ)年間平均日照時間は 2,449 時間と長い（東京都は 1,847 時間）。6 月の日照時間は 260 時間に達し、最短の 12 月でも 141 時間と、冬季に曇天の日が多いモスクワ等の他都市と比べて非常に長い。

<ハバロフスク市の気温（2022 年）>

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
平均最低気温（℃）	-25	-19	-7	2	9	14	19	16	11	4	-6	-17
平均最高気温（℃）	-19	-12	-1	8	17	22	27	24	19	8	-3	-14
平均湿度（%）	74	73	74	60	64	75	80	81	73	72	63	73

(<https://world-weather.ru/pogoda/russia/khabarovsk/2022/>を基に作成)

(4) 人口・面積・民族

ハバロフスク市の人口は約 61 万 7,000 人、面積 388 km²、ハバロフスク地方全体では人口約 128 万人、面積 78 万 km²（日本の 2 倍強）

である（2023 年 1 月現在、ハバロフスク地方統計局）。

住民の多くはロシア人であるが、ウクライナ人、ベラルーシ人、タタール人、他にもナナイ人などの北方系少数民族や、朝鮮人などのアジア系住民もいる。

ハバロフスク地方に長期滞在する在留邦人は 40 人程度である。

（5）言語

公用語はロシア語。空港やホテルなど観光客が集まる場所では簡単な英語が通じることが多い。

2 交通機関

（1）ハバロフスクへのアクセス

（※現在当地に危険レベル3（渡航中止勧告）が発出されており、どのような目的であれ渡航は止めてください。）

2012 年春より成田-ハバロフスク間の直行便が就航し、新型コロナウイルス感染症の影響等が及ぶ前は、シベリア航空（S7）（火・木・日曜日）が直行便を運行していたほか、日本からは仁川空港（韓国）、ウラジオストク空港及びユジノ・サハリンスク空港経由でもハバロフスクまでアクセスすることができた。

成田-ハバロフスク間の定期的な直行便はなく、モンゴル経由または中東経由の航空便（中東経由便は経由国で入国不要なスルーチェックインが可能）でロシア国内の経由地に入り、経由地でハバロフスク行きの国内線に乗り換えるか、中国経由でハバロフスク行きの直行便に乗り換える方法が実用的なルートとなっている。

（※現在のフライトスケジュールはとても流動的です。実際の運航状況については、各国際線の運航会社に問い合わせ願います。）

国内線については、ハバロフスク空港はモスクワとの間で毎日直行便が 3～4 便ある他、国内の主要都市（ノヴォシビルスク、イルクーツクなど）と結ばれている。

また、ウラジオストクを起点とするシベリア鉄道の通過地点であり、ウラジオストクから夜行列車にて一晩かけてハバロフスク入りすることも可能である。

（2）ハバロフスク空港

ハバロフスクには、現在、国内線と国際線が運航している。ターミナル内に両替所は一切ない。VISA カードなどで現地通貨（ルーブル）のキャッシングが可能な ATM は、国内線ターミナルの一階と二階に一台ずつあるのみ（現在、ロシア国外で発行されたクレジットカードを用いたキャッシングはロシア国内では不可能となっている）。そのため、ハバロフスク到着後すぐに現地通貨が必要な場合には、あらかじめルーブルを用意しておく必要がある。1 階出入り口付近には観光案内カウンターがあり、ホテル情報や市内地図等が入手できる。

（3）ハバロフスク駅

1897 年の操業開始以来、シベリア鉄道の極東における中心的な駅として発展してきた。2000 年 3 月より大規模改修工事が進められ、2007 年に現在の建物と駅前広場が完成した。駅前広場には、「ハバロフスク」という名前の由来となった探検家エロフエイ・ハバロフの銅像がある。

ウラジオストク駅へは「オケアン号」や「ロシア号」で 1 晩、モスクワのヤロスラブリ駅までは「ロシア号」で 6 泊 7 日かかる。その他、コムソモリスク・ナ・アムール駅やビロビジャン駅など、近郊都市へ路線が広がる。

車両の種類により異なるが、リュックス（2 人用個室）、クペー（4 人用個室寝台）、プラツカルト（開放寝台）の各クラスがある。ウラジオストク駅までクペーを利用する場合、概ね片道 3,000～6,000 ルーブル程度である。



（４）船着き場（レチノイ・ヴァクザール）

シェフチェンコ通りとウスリースキー並木通りの交差する場所に、船着き場（レチノイ・ヴァクザール駅）がある。夏場には、ここから、アムール川遊覧船（１時間～１時間半）の他、沿岸の集落へ行く旅客船が発着する。今年の６月からは中国の撫遠行き
の船も発着するようになった（金土の週２便）。

（５）ハバロフスク市内の交通機関

（ア）公共交通機関

現在、ハバロフスク市内には公共交通機関としてバス、トロリーバス、路面電車、マルシュルートカ（乗り合いバス）が運行している。運賃は 35～45 ルーブルで、車内で支払う。フロントガラスに路線番号が書いてあるので、目的地を経由する路線番号を事前に調べておくと便利（例えば、空港とコムソモリスク広場間は 1 番トロリーバス、60 番マルシュルートカが運行）。なお、公共交通機関の乗車口付近にロシア語で行き先や主な経由地が書いてありそれを参照しても良い。

（イ）タクシー

タクシーを利用する際は、あらかじめ電話又はスマートフォンアプリ（Yandex Taxi や Maxim が代表）で予約することをお勧めする。現在地と行き先を入力すると、運賃や迎えに来る車種などを事前に伝えてくれるので、安心して利用することができる。不要なトラブルを避けるためにも、流しのタクシーや白タクを利用するのは控えた方が良い。なお、当地では正規タクシーよりも白タクの方が高価である。参考までに、市内中心部内の移動であれば正規タクシーでは 150-250 ルーブル、中心部から空港までは 350 ルーブル程度である。また、空港国内線ターミナル到着口前のロータリーで待機しているハバロフスク空港の公式タクシー会社「TAXI-CITY」（22-33-22）又は、（20-33-22）は、市内まで 600 ルーブル程度と割高であるが、きちんとした身なりで、荷物の上げ下げも丁寧である。到着口付近には公式タクシー会社（青いジャケットを着用しタグをぶらさげている）以外の業者（主に白タク）も声掛けを行っているため、注意すること。

□ハバロフスクの主なタクシー会社一覧

会社名	電話番号	
Maxim タクシー	+7 (4212) 22-22-25	アプリで配車可能（英語版あり）
Яндекс （ヤンデックス） タクシー	+7 (4212) 91-00-00	アプリで配車可能（英語版あり）
TAXI CITY	+7 (4212) 22-33-22 又は+7 (4212) 20-33-22	空港公式タクシー

※アプリを通じての配車には現地ロシア SIM 携帯の番号登録が必要

（ウ）レンタカー

空港国内線ターミナルには、日本企業のサミットモータース社を含め複数のレンタカーカウンターがあり、外国人向けにレンタルを行う業者も少なくない。車を借りるときには①国際運転免許証 もしくは ②ロシア国内で取得した有効期限内の運転免許証の提示が必須となる。ただしロシアでの運転に慣れない場合は、旅行会社等を通じて運転手付きの専用車を手配するのが無難。

3 衛生・健康

(1) 水道水・食品

ノバロフスクでは水道水は飲料としての基準に達しているものの、鉄分が多く異味があり、飲料に適さない。ミネラルウォーターは市内スーパーやキオスクで 40 ルーブル程度 (0.5L) から簡単に入手できる。生鮮食品や加工食品の品質管理状態は決して良いとは言えないこともあるため、特に夏場は食中毒に注意する。

(2) 風土病および病院

当地の風土病として、ダニ媒介性ウイルスを持つマダニに刺されて感染するダニ脳炎がある。この病気に感染すると最終的には脳が冒され、死亡することもある。春から夏にかけて、市内の樹木が密集した場所 (並木通りや公園) にも、ダニがいる可能性があるので注意を要する。郊外のダーチャ (別荘) やキノコ狩りにいく際には、肌を露出しない服装を心掛けるほか、ダニが身体についていないか適宜チェックする。万一、ダニが身体についているのを発見したら、自分で無理に取ろうとせず、医療機関に赴き除去してもらう。

当地の病院では日本人にとって必ずしも満足のいく治療が受けられないため、緊急時以外は日本に帰国してから治療を受ける方が良い。なお、当地には外国人を対象とした病院・診療所はない。支払いは現金 (ルーブルのみ) もしくはクレジットカードが使用できることもあるが、言語は通常ロシア語のみとなる。

(3) 気候

冬季は屋内が大変乾燥するため、肌荒れや上気道炎等の症状が出やすいので注意する。真冬の屋外はマイナス 20 度を下回り、マイナス 40 度に達する日もあるため、外出する際には入念な防寒対策が必要である。なお、凍傷のほか路面の凍結による転倒事故を考慮し、冬場歩く際は必ず帽子を着用する。一方夏季には気温が 30 度を超え、湿度も 70% 以上となることがあるため、外出時には日差しを遮られるサングラス、帽子、日傘などを持参すると良い。

4 治安情勢

当地内務局発表によると、2022 年のノバロフスク地方の犯罪登録件数は、21,312 件 (前年比 3% 減) であった。ここ数年、犯罪発生件数は漸減傾向にあり、治安情勢は比較的安定しているが、殺人や強盗などの凶悪事件がしばしば発生している。酒に酔った上でのトラブルから殺人事件に発展する等の報道や、路上でのスマートフォン等のひったくり被害も散見されるので注意が必要である。

2013 年には、邦人が被害者となる強盗事件が 2 件 (うち 1 件は銃器使用) 発生した。近年は当地邦人数の減少もあり、同種事件は発生していないが、2017 年には、ネオナチ信奉者によるノバロフスク市内の連邦保安庁施設に対する襲撃事件が起きているほか、昨年はウクライナ侵略に伴い、部分動員令に反対する集会等が行われるなど、抗議集会・デモ等に端を発する暴動等が起きる可能性も否定できない。当局は、こうした集会に対する取締りを行っていることから、集会参加者と間違われまいように行動する必要がある。一方で、市内中心部では、愛国心を鼓舞し、外国勢力を排斥する市民運動が行われることもあるため、こうした場に近づかないようにする必要がある。また、極東・シベリア地域は、大麻や合成麻薬など違法薬物の押収事案や薬物中毒者が関与する犯罪など薬物事件の発生件数が非常に多い。

過去 5 年間のノバロフスク地方の犯罪登録件数は以下のとおり。

2018 年	22,509
2019 年	23,940
2020 年	22,695
2021 年	21,987
2022 年	21,312

こうした犯罪に巻き込まれることのないよう、夜間早朝の外出、単独行動や徒歩行動を極力避ける。外出時は周囲に不審人物がいないか気を配る、多額の現金や貴重品を持ち歩かない、スマートフォンを操作しながら歩かないなど、日常の行動には充分注意を払い、自己

防衛に徹する必要がある。リュックサックや背中側に取り付けるウエストポーチは背後から財布等を抜き取られるおそれがあるので、体の前側に持つことをお勧めする。駅、空港、ホテル、レストラン 観光名所等人が多い場所では、特に注意を要する。

5 史跡・名所案内

ハバロフスクの市街はさほど大きくない。おもな中心部の見所は1日あれば充分見学することができる。市内の道路はほぼ碁盤の目状に整備されており、道に迷っても位置関係を把握しやすい。

アムール川に面したコムソモリスク広場と中心部のレーニン広場はハバロフスクのメインストリートであるムラヴィヨフ・アムールスキー通りにより結ばれている。中央百貨店など多数の商店、レストラン、カフェはこの通りに集中している。ムラヴィヨフ・アムールスキー通りはレーニン広場につきあたった地点でカール・マルクス通りと名称が変わり、ハバロフスク空港まで続いている。

ムラヴィヨフ・アムールスキー通りと並行してセールィシェフ通りとレーニン通りが丘の上に並び、その間をアムールスキー並木通りとウスリースキー並木通りが結んでいる。これらの通りにもスーパーや飲食店が多数ある他、並木通りでは散歩やジョギングが楽しめる。

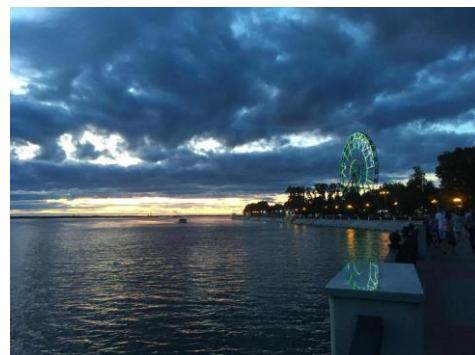


・アムール川（река Амур）

アムール川（中国名：黒竜江）は、その支流アルグン川を含め全長 4,444 km（世界第 10 位）を誇る（出典：国立天文台「理科年表 2021」）世界有数の大河川の一つである。ロシア極東地域と中国東北地方の黒竜江省との境界であるこの河川は、オホーツク海の間宮海峡に注ぐ。

夏には岸边で日光浴、夕刻は遊覧船にて夕涼みをするのもおすすめ。冬には完全に凍結し、氷上で穴釣りを楽しむロシア人の姿は冬の風物詩となっている。現在、水質の衛生上の問題でアムール川での遊泳は禁止されている。

川沿いには「ムラヴィヨフ・アムールスキー公園」がひろがり、ウチョース（「絶壁」の意味）とよばれる展望台からは年間を通じて壮大なアムール川の眺めを堪能することができる。また、周辺には郷土史博物館、極東美術館、東部軍管区軍事・歴史博物館、シベリア総督ムラヴィヨフ・アムールスキーの銅像、レチノイ・ヴァクザール駅（「川の駅」の意味）、探検家で要塞を築いたディヤチェンコ大尉の銅像などの名所が点在している。



・コムソモリスク広場とウスペンスキー聖堂（聖母昇天聖堂）

（Комсомольская площадь и Успенский собор）

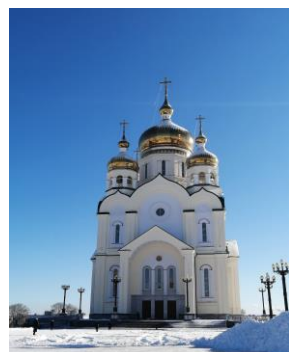
ムラヴィヨフ・アムールスキー通りの西端にはハバロフスクで最も古い聖堂広場とウスペンスキー聖堂が建っていたが、スターリン時代の宗教弾圧により破壊された。その後、コムソモール（共産主義青年同盟者）の手で広場が再建され、コムソモリスク広場と命名された。2001 年、昔の設計図を基にウスペンスキー聖堂（聖母昇天聖堂）が復元された。聖堂内部はイコンで装飾されている。内部の写真撮影は禁止されている。



・栄光広場とスパソ・プレオブラジェンスキー聖堂（キリスト変容聖堂）

（Площадь Славы и Спасо-Преображенский собор）

栄光広場はアムール川を臨む小高い丘に位置する。広場は上下に分かれており、上の広場には 2005 年に

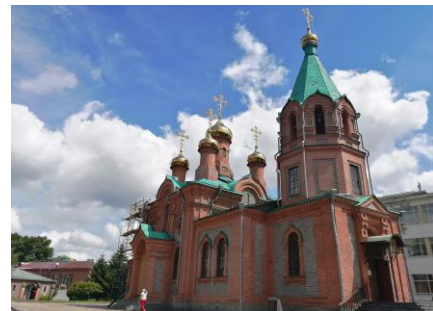


完成したロシアで 3 番目の高さを誇る（70m）のスパソ・プレオブラジェンスキー聖堂（キリスト変容聖堂）があるほか、戦勝 30 周年記念の勲章受章者名が刻まれたモニュメントが聳え上がっている。

下の広場にはファシスト・ドイツに対する勝利を記念し、また戦没者氏名を刻んだ慰霊碑があり、その前には戦没者を偲ぶ「永遠の火」が燃えている。2004 年、アフガン戦争とチェチェン戦争時に亡くなった兵士達を偲ぶ慰霊碑も建てられた。

・イノケンチエフスカヤ教会（Иннокентьевская церковь）

レーニン・スタジアム近くに位置するノバロフスクで現存する最も古い教会。1868 年に木造教会として建築され、20 世紀初頭に現在の姿になった。1917 年の 10 月革命以降、長い間ブラネタリウムとして使用されてきたが、1992 年に教会に返還され、イシャエフ・ノバロフスク地方知事（当時）の尽力により復元された。



・レーニン広場（Площадь Ленина）

広場の東側にレーニン像、中央に噴水があり、広場を囲むようにしてノバロフスク地方政府庁舎や極東医科大学等がある。毎年 5 月 9 日には対独戦勝を記念した軍事パレードが盛大に行われ、5 月下旬にはノバロフスク市開基記念の祝賀パレードが開催されるため、多くの市民や観光客が訪れる。1 月の上旬にはヨルカ（「クリスマスツリー」の意味）祭が行われ、冬季は氷彫刻も展示される。夏も冬もノバロフスク市民や観光客でにぎわう場所となっている。



・極東美術館（Дальневосточный художественный музей）

住所：ул. Шевченко, 7（左手入り口） Tel: +7（4212） 32-83-38

HP: <http://xn--b1adz9a.xn--p1ai/>（ロシア語）

休館日：月曜日/開館時間：10:00～18:00 入館料：250 ルーブル（16 歳以下無料）

イコン（ロシア正教の聖人画）をはじめ、レーピンやレヴィタン、シーシキン、アイバゾフスキーなどロシア絵画を代表する画家の作品や彫刻の他、イタリア、フランス等のヨーロッパ絵画も展示されている。向かって右側の入り口はフィルハーモニーコンサートホール。



・郷土史博物館（Хабаровский краевой музей им. Гродекова）

住所：ул. Шевченко, 11 Tel: +7（4212） 31-20-54

HP: <https://hkm.ru/>（ロシア語）

休館日：月曜日/開館時間：10:00～18:00

入館料：400 ルーブル（16 歳以下無料）

インツェリスト・ホテルの近くにある赤レンガの建物が郷土史博物館。本館 1 階には天然の鉱物、カルーガ（アムール川のチョウザメ）、動物や鳥の剥製などが展示され、さながら動物学博物館のようである。

2 階には北方少数民族の民族衣装や生活・宗教上の用品などが展示されている。2008 年 9 月には、極東地域の歴史（極東開拓）やロシア革命に関する展示、水槽による魚の展示のある新館がオープンした。



・考古学博物館（Хабаровский музей археологии）

住所：ул. Тургенева, 86 Tel：+7（4212）31-63-44

HP: <https://www.hkm.ru/to—visitors/arkheologiya.html>

休館日：月曜日/開館時間：10:00～18:00/入館料：100 ルーブル（13 歳以下無料）

16 万点以上の遺物を所蔵している博物館。博物館前庭には、ハバロフスク郊外のシカチアリヤンにある石器時代の岩絵（コピー）を見ることができる。「地下の迷宮」と名付けられた別館には、石器時代の住居や洞窟壁画、発掘現場などの再現展示がある。本館は、考古学とは関連のない展覧会等の文化行事に使われることもある。

・東部軍管区軍事・歴史博物館（Военно-исторический музей Краснознаменного Восточного военного округа）

住所：ул. Шевченко, 20 Tel:+7（4212）34-09-55

極東美術館の向かい側にある軍事関連の博物館。極東開拓時代からロシア革命、第二次世界大戦、現代に至るまで紹介されている。3 階には日本のシベリア出兵に関する展示がある。屋外には戦車や戦闘機も展示されている。



・アムール川水族館（Музей-аквариум «Рыбы Амура». Амурариум）

住所：Амурский бульвар, 13a Tel:+7（4212）30-37-83

休館日：月・火曜日/開館時間：11:00～17:00/入館料：160 ルーブル（子供無料）

アムール川水域に生息している 90 種類の魚などを見ることができる小規模な水族館。

・アムール大橋歴史博物館（Музей Истории Амурского Моста）

住所：ВОХР, д. 1a | правый берег р. Амур Tel:+7（4212）79-61-65

休館日：日・月曜日/開館時間：10:00～17:00

入館料：無料（電話での事前申込みが必要）

アムール大橋の東側に位置する小規模な博物館。2008 年にオープンし、橋に関する展示の他、屋外には旧鉄橋の一部も保存されている。ソ連時代に使用されていた機関車の実物もあり鉄道ファンにおすすめ。



・音響機器博物館（Музей "Мир говорящих машин") <https://vinyl27.com/>

+7（4212）25-11-57 ул. Фрунзе, 50

営業時間：不定期（サイト上でチケットの事前購入が必要）

大人：350 ルーブル、子ども：150 ルーブル

世界中の音響機器を集めた博物館。個人所有の博物館のため、事前にサイト上でチケットの購入が必要となるが一見の価値あり。19 世紀後半の蓄音機から現代のミュージックプレイヤーや映写機に至るまでさまざまな“音の出る機械”が展示されている。



・日本人墓地（Японское кладбище）

市街からハバロフスク空港に向かう途中にある広大な墓地の一角に日本人墓地がある。

ここには第二次世界大戦後ソ連に抑留され、過酷な労働と厳しい気候のため亡くなった 300 名あまりの日本人抑留者の墓と慰霊碑がある。墓地の入口付近では花などを販売している。

・ **平和慰霊公苑**（Мемориальный парк мира）

市内中心部から北へ車で約 20 分程度の所に位置する約 15,000 m²の広大な敷地に、1995 年、日本政府が旧ソ連地域等において抑留中に死亡したすべての人々（約 54,400 名）の慰霊と恒久平和への思いをこめて国の事業として慰霊碑を建立した。



2010 年 11 月、劣化した慰霊碑の補修工事が行われた。

・ **ムラヴィヨフ・アムール公園**

（Хабаровский краевой парк им. Н.Н. Муравьёва-Амурского）

シェフチェンコ通りとアムール川に沿って広がり、夏季は砂浜での日光浴や散歩を楽しむ人で溢れるハバロフスクを代表する公園。第二次世界大戦後の公園整備作業にはシベリア抑留者が関わった。ウチョース（「絶壁」の意味）と呼ばれる展望台からはアムール川の雄大な景色が見られる。冬には公園内に屋外スケート場ができる。



・ **アムール大橋**（Амурский мост）

中心部から北へ約 4 k mの所に位置する、全長約 2.6 k mの重層式の架橋。1916 年、アムール川を挟んだ兩岸をつなぐ鉄橋の完成をもってシベリア鉄道全線が開通した。1990 年代より大規模改修工事が始まり、当時としてはロシアで唯一の自動車・鉄道兼用鉄橋となった。橋は 5,000 ルーブル札のモデルにもなっている。



・ **ディナモ公園**（Парк Динамо）

ハバロフスク市内中心部に位置する公園。木々が生い茂っており、市民の憩いの場になっている。整備された池から夏期には噴水が上がり、夜間にはライトアップショーが開催される。池のほわりにはチェブラーシカ等のキャラクターの銅像が並べられている。新潟市、兵庫県などの姉妹・友好関係を記念した石碑も設置されている。冬期には公園内に氷の彫刻、氷の滑り台、クリスマスツリーが設置される。

・ **デンドラーリー森林公園**（Дендрарий）

Волочаевская, 71

中心部から 2km ほど南に位置するコンパクトな森林公園。運が良ければ野生のリスに出会える。



・ **ポリシェフツィルスキー自然保護区**（Большехехцирский заповедник）

1963 年に設立された自然保護区。中心部から南へ約 20 k mの場所に位置する。約 4.5 万ヘクタールに及ぶ広大な敷地には多種多様な動植物や、絶滅危惧種に指定されているアムールトラやツキノワグマ等が棲息する。現時点では、事前の許可を得て 600m ほどの小道を歩くことができるが、訪問予定日の 2-3 週間前に申請すれば、中国との国境沿いの自然保護区まで赴くことも可能。自然保護区の麓にある資料館では、事前に連絡すれば、保護区の概要と生態系について詳しい説明を聞くことができる。

保護区近隣には気軽にハイキングが楽しめる小高い丘（Змеиная сопка）があり、観光客や地元の人々を惹きつけている。



・ **アムール沿岸動物園** (Зоосад «Приамурский» им. В. П. Сыроева)

ул. Дзержинского 36, оф. 213

営業時間：夏季(4月1日～9月30日)：10時～19時

冬季(10月1日～3月31日)：10時～18時

大人：350ルーブル、子ども（5歳以下無料）：150ルーブル

アムールトラやホッキョクグマなどの様々な動物が見られる小規模な動物園。入り口すぐの売店ではちょっとしたお土産を売っている。
ハバロフスク市郊外にあり、市中心部から車で30分ほどかかる。

・ **アムール川遊覧船** (ПРОГУЛОЧНЫЕ ТЕПЛОХОДЫ、5月から10月頃まで)

<http://farvater27.ru/>

大人：500ルーブル、子ども：100ルーブル

アムール川遊覧船。ムラヴィヨフ・アムールスキー公園からアムール鉄道大橋までの川沿いを周遊する。チケットは乗船時に購入する（支払いは現金または電話番号送金）。乗船時間は昼夜で異なり、12:00 から 19:00 までは1時間、19:00 から 22:00 までは1時間半程度乗ることができる。夜間の船内はDJによるパフォーマンスが楽しめる。

・ **プラチナ・アリーナ** (Платинум Арена)

ハバロフスクの総合施設兼スケート場。コンサートや公演が行われている他、アイスホッケークラブ・アムール (<https://hcamur.ru/>) の試合や様々なスポーツの国際大会が開催されている。時期、時間によってはリンク場で個人利用でのスケート滑走が可能。



・ **レーニン・スタジアム** (Стадион им.Ленина)

ハバロフスクのスタジアム。夏期には様々な催しものが行われている他、プロサッカークラブ、スカ・ハバロフスク (<https://www.fcska.ru/>) の試合も開催されている。なお、スカ・ハバロフスクのホームゲームは無料で観戦できる。



・ **エロフェイ・アリーナ** (Ерофей Арена)

2013年にオープンした世界最大級のバンディ（ロシア式アイスホッケー）専用アリーナ。プロバンディクラブのスカ・ネフチャーニク (<http://skabandy.ru/>) の試合が開催されている他、バンディの世界選手権も開催されている。



6 エンターテイメント

(1) サーカス・劇場

・ **ハバロフスク国立サーカス** (Хабаровский цирк)

住所：ул. Краснореченская, 102 Tel: +7 (4212) 78-80-84

ハバロフスク市南部のガガーリン公園内に2001年にオープンした。一部の時期を除いて通年で公演が行われている。チケットはサーカス内窓口で購入可能だが、上演当日発券のために窓口にならなければならない。映画館「ソフキノ」の窓口でチケットを購入すればその場でチケットを発券してくれるため便利。



・**極東フィルハーモニー**（Хабаровская краевая филармония）

住所：ул. Шевченко, 7 Tel: +7 (4212) 31-63-68

HP: <https://phildv.ru/>

極東美術館と同じ建物内にあり、第二次世界大戦後、日本人抑留者が建設に携わった。シーズン中（9月～翌年6月頃）はハバロフスクの極東交響楽団のほか、国内外よりゲストを招聘してコンサートを行っている。

・**ハバロフスク地方音楽劇場**（Хабаровский краевой музыкальный театр）

住所：ул. Карла Маркса, 64 Tel: +7 (4212) 21-11-96（チケット）

HP: <http://muzteatr27.ru/>

カール・マルクス通りにある大型劇場でミュージカルやオペレッタの公演が行われている。フォーラム会場として用いられることもある。



・**トリアード劇場**（Театр ТРИАДА）

住所：ул. Ленина, 35 Tel: +7 (4212) 31-31-81

HP: <http://www.triada27.ru/>

1975年に創設されたやや小規模な劇場。

・**ハバロフスク地方人形劇場**（Театр кукол）

住所：ул. Ленина, 35 Tel: +7 (4212) 29-39-41（チケット）

HP: <http://kukla-xa.ru/>

1997年に創設された劇場。客席数は70席ある。

・**ドラマ劇場**（Хабаровский краевой театр драмы）

住所：ул. Муравьева Амурского, 25

Tel: +7 (4212) 30-68-25（劇場）、Tel: +7 (4212) 30-47-08（チケット予約）

HP: <https://habdrama.ru/>

演劇専門の劇場としては極東最大級でロシアの他都市からの公演も盛んに行っている。

・**青年劇場**（Театр юного зрителя） HP: <http://tuz-xa.ru/>

住所：ул. Муравьева Амурского, 10-12 Tel: +7 (4212) 32-40-37（チケット）

若者向けの演劇の公演を行う劇場。

(2) スポーツ観戦



・ **アイスホッケークラブ・アムール** (ХК Амур) HP: <https://hcamur.ru/> (英語版あり)

1957 年創設のハバロフスクを本拠地とするプロアイスホッケーチーム。ロシア、カザフスタン、フィンランド等からなるコンチネンタルホッケーリーグに参戦している、ハバロフスク市民から非常に人気の高いチーム。シーズンは 9 月から 4 月まで、市内中心部にあるプラチナアリーナ(屋内)で試合が行われる。チーム公式サイト、またはアリーナの窓口でもチケットの購入が可能。

・ **スカ・ハバロフスク** (СКА Хабаровск) HP: <https://www.fcska.ru/>

1946 年創設のハバロフスクを本拠地とするプロサッカーチーム。2017/2018 年シーズンにはロシアのトップリーグであるロシアサッカープレミアリーグに昇格し、ハバロフスク市民にも人気のチームである。シーズンは 7 月から 5 月まで(12 月から 2 月まではシーズンオフ)市内のレーニン・スタジアムにて試合が行われている。2021/2022 年シーズンよりセカンドチームもロシア三部相当のプロリーグに参戦している。チーム公式サイトまたは、試合当日スタジアムでもチケットの購入可能だが、ホームゲームは無料。

・ **スカ・ネフチャーニク** (СКА Нефтяник) HP: <http://skabandy.ru/> (英語版あり)

1947 年創設のハバロフスクを本拠地とするプロバンディ(ロシア式アイスホッケー)クラブ。ロシアバンディスーパーリーグに参戦している。2017 年シーズンからスーパーリーグ 4 連覇を達成したロシアのトップバンディクラブである。ハバロフスク市民にも人気のチーム。シーズンは 11 月から 3 月迄。2013 年に完成した世界最大級のバンディアリーナ「エロフェイ」(屋内)で試合が行われている。チーム公式サイトまたは、試合当日アリーナでもチケットの購入が可能。

(3) ボーリング、ビリヤード

・ **アブリコーリ** (Абриколь)

ул. Воронежская, 138、ヴォロネシュスカヤ通り 138

Tel: +7 (4212) 76-25-95

ボーリング場とビリヤード場のある郊外の複合レジャー施設。

・ **インツーリスト・ホテル地下** (Интурист)

ул. Амурский бул., 2、アムールスキー並木通り 2

Tel: +7 (4212) 24-55-55

ビリヤード台が 8 台ほどある。混雑している場合は、併設されているバーで順番待ちが可能である。

・ **ボーリングクラブ ナ・バリショイ** (Боулинг-клуб на Большой)

ул. Карла Маркса, 91 ТРЦ "Большая Медведица", 5-й этаж

カール・マルクス通り 91 ショッピングセンター「ボリシャヤメドヴェジツァ」内 5 階

Tel: +7 (4212) 73-75-15

市内中心部から車で 15 分ほどのショッピングセンターの 5 階にある。ボーリング場だけでなくビリヤード台もある。

(4) フィットネスクラブ、プール

・**ナウチルス** (Наутирус)

ул. Совесткая, 1 к 4、 ソヴェツカヤ通り 1 k4

Tel: +7 (4212) 79-37-77

2016 年に改装したハバロフスク最大級のプール、フィットネスクラブ。

屋外プールは温水のため、冬季でも利用可能な 50M プール。夏季は利用者が非常に多い。

・**グローバル** (Global)

ул. Ким Ю Чена, 7a、 キム・ユー・チェン通り 7a

Tel: +7 (4212) 72-83-30

キム・ユー・チェン通りにあるフィットネスクラブ。様々な器具やプールが隣接しており、休日は混雑する。

・**太平洋国立大学** (ТОГУ)

ул. Бондаря, 6、 ボンダリ通り 6

Tel: +7 (4212) 75-78-50

市内中心部から車で 15 分ほどの所にある太平洋国立大学のプール。時間帯によって一般開放されていない時間帯もあるため HP で確認すること。

・**スカスポーツセンター** (Спортивный комплекс СКА)

ул. Шевченко, 18、 シェフチェンコ通り 18

Tel: +7 (4212) 39-75-83

市内中心部にある屋内プール。

・**ワールドクラス** (World Class)

ул. Тургенева, 46、 ツルゲーネフ通り 46

Tel: +7 (4212) 60-26-02

HP: <https://worldclasskhv.ru/>

日本総領事館の近くにあるフィットネスクラブ。サウナ、プールやレジャープールがある。

(5) ショッピング

市内の土産店では、ロシアの代表的な土産であるマトリョーシカをはじめ、ロシアのどの家庭にもひとつはあるとされているグジェリの陶器、琥珀のネックレス等様々な土産物が手に入る。その他、マンモスの牙の彫刻作品、ハバロフスク郊外に居住する少数民族の伝統的な工芸品（動物の毛皮でできたネックレス、ブローチ、シャーマニズムの儀式に使用する仮面等）も販売されている。

・**ブросコモール** (ТЦ БРОСКО MALL)

ул. Пионерская, 26、 ピオネルスカヤ通り 2 b

2019 年 11 月にアムール川沿いにオープンしたハバロフスク最大級のショッピングモールで、地下 1 階が駐車場、地上 1 階～3 階が店舗。3 階にフードコートや映画館が入っている。核テナントであるスーパーマーケット BROSKO Market (Самбери) の他、多くの専門店が入っている。

・ **NK シティー** (НК сити)

ул. Карла-Маркса, 2、カール・マルクス通り 2

カール・マルクス通りにある大型ショッピングセンターで、1 階及び地下 1 階のスーパーマーケットは、日本食品の品揃えが豊富。衣類、CD、スポーツ用品、携帯電話等を扱う店舗が多く、ロシアの日常生活を垣間見ることができる。6 階には映画館がある。営業時間は 10 時～22 時（専門店は 10 時～20 時）。

・ **ラードスチ** (Радости)

ул. Ким Ю Чена, 44、キム・ユ・チェン通り 44

NK シティーの向かいにあるショッピングセンターでカフェ、洋服店、雑貨店等が揃い若者で賑わう場所となっている。4 階には映画館とゲームセンター、5 階にはフードコートがある。営業時間は 10 時～22 時。

・ **ロータス** (Лотос)

ул. Муравьева-Амурского, 7、ムラヴィヨフ・アムールスキー通り 7

ムラヴィヨフ・アムールスキー通りにあるショッピングセンターで NK シティーよりは小規模ながらも、1 階にはロシア土産を販売する店舗や琥珀専門店がある。

・ **タイヌイ・レメスラ** (Тайны ремесла) <http://fkhv.ru/projects/roots—crafts.html>

ул. Муравьева-Амурского, 17、ムラヴィヨフ・アムールスキー通り 17

ロシア土産が豊富に揃う土産店である。特にハバロフスク近郊に居住する少数民族ゆかりの土産を豊富に取り揃えている。営業時間は 10 時～19 時。

・ **ルーク・アムーレ** (Лук'Амуре)

Муравьев-Амурского, 27(1 階入り口すぐ右手)

+7(914)541-86-96

鉱物資源やそれを用いたアクセサリなどを取り扱っているお土産物屋さん。

・ **中央市場** (Центральный рынок)

ул. Льва Толстого, 19、レフ・トルストイ通り 19

野菜や果物、肉、魚、乳製品、お土産、毛皮の帽子等なんでも揃う活気のある市場。2016 年 3 月には日本企業資本によりハバロフスクの温室で栽培された新鮮で安全な野菜の直営店 (Новый день) もオープンした。市場内外ではスリが多発しているので注意する。

・ **ナ・プーシキナ** (На Пушкина)

ул. Льва Толстого, 19、レフ・トルストイ通り 19

2016 年に中央市場隣にオープンしたショッピングセンターで、地下 1・2 階、地上 2 階が駐車場、地上 1 階・3～4 階が店舗、5 階がフードコートである。ハバロフスク初出店となる家電量販店や洋服のチェーン店が入っている。

・ **サンベリー** (Самбери)

ハバロフスク市内に 11 店舗ある大型スーパーマーケット。品揃えが良く価格もリーズナブル。

ブросコモールの他、マクシム・モール (Максим Молл : ул. Ленинградская, 28、レニングラード通り 28) にも入っている。

・ **スポーツマスター** (Спортмастер) <https://www.sportmaster.ru/>

ул. Ким Ю Чена, 44、キム・ユー・チェン通り 44 (他にショッピングセンター「エネルゴプラザ」などに入っている)

2013 年にハバロフスクへ進出したスポーツ店で、ロシア全土に店舗がある。ハバロフスク市にも 3 店舗ある。ウェア、シューズはもちろん、スポーツ用品、器具の他、冬用ジャケットや普段履きのシューズ等様々な商品が陳列されている。営業時間は 10 時～22 時。

・ **エコドム** (ЭкоДом) <https://ecodomtc.ru/>

ул. Ленинградская, 28/2、レニングラーツカヤ通り 28/2

Tel: +7 (4212) 28-15-49

家具、日用品の他、食料品を売っているショッピングセンターで市場を併設している。市場には地元の農家が作った食品類の品揃えが豊富。春から秋の週末には屋外でファーマーズマーケット（農家の直売所）が開催されており、多くの来場者で賑わう。

・ **クレヴェトカ・サハリナ** (Креветка Сахалина : サハリンの海老) <https://krevetkasakhalina.com/>

ул. Ленина, 61、レーニン通り 61

Tel: +7 (4212) 28-44-97

小さな店舗ながら、インスタントラーメン、お菓子、ビール、コーヒー、生活用品等日本及び韓国の商品を販売している。

・ **テリトリヤ・スボルタ** (Территория спорта : スポーツ・テリトリー)

ул. Карла Маркса, 60/2

ハバロフスクをベースにしているアイスホッケークラブ・アムール等 3 つのクラブ (6(2)スポーツ観戦の項参照) のロゴ入りグッズを販売している。アムール虎のロゴやハバロフスクという文字入りの T シャツ、マグカップなどを売っていてお土産にも良い。

<付録>

ハバロフスク・ホテルガイド

ホテル	住所	電話番号	コメント
ソブカ (Сопка)	ул.Кавказкая, 20 カフカスカヤ通り 20	+7(4212) 90-51-45	1 階にヨーロッパ料理レストラン及び雰囲気の良いカフェがある高級ホテル。おすすめは「コンフォートクラス」で、全室アムール川に臨んでいる。会議室や小規模なジムが設置されている。
パルス (Парус)	ул.Шевченко, 5 シェフチェンコ通り 5	+7(4212) 32-72-70	かつての迎賓館を改装したハバロフスク市内最高級ホテル。会議室併設。
アジムトシティホテル (AZIMUT СИТИ Отель)	ул.Истомина, 56a イストミン通り 56a	+7(4212) 75-55-52	2016 年にオープンしたエコスタイルホテル。1 階にはロシア料理のペリメニが名物のカフェ・バー「ムカー」を併設している。3 泊目以降から一泊あたり 15%引き。
オリンピック (Олимпик)	ул.Дикополцев, 26a ディコポリツェフ通り 26a	+7(4212) 32-70-75	2012 年にオープンしたブラチナ・アリーナ近くにある近代的なホテル。レストランもある。会議室やサウナを併設している。
アムール (Амур)	ул.Ленина, 29 レーニン通り 29	+7(4212) 22-12-23	外装・内装共に美しいホテル。1 階にレストラン「アムール」がある。ジムやサウナ、会議室なども併設されている。
ハバロフスク・シティ (Хабаровск Сити)	ул.Истомина, 64 イストミン通り 64	+7(4212) 76-76-76	比較的新しいブティックホテルでロシア・西欧料理を提供するレストラン・バー、会議ホールなどがホテル内にある。
サッポロ (Саппоро)	ул.Комсомольская, 79 コスモリスカヤ通り 79	+7(4212) 30-67-45	赤レンガの古い建物を改修したホテル。有料で空港送迎サービスあり。
インツーリスト (Интурист)	Амурский бул., 2 アムールスキー並木通り 2	+7(4212) 31-23-13	アムール川の眺望を楽しめる、川に面した部屋もある。外貨の両替(ドル・円→ルーブル)が可能。ホテル内にはロシア・ヨーロッパ料理店「インツーリスト」や韓国料理店「アジア・ハウス」がある。

ハバロフスク・レストラン&カフェガイド

店舗名	住所	電話番号	コメント
カフェ			
デンベイク (ДЭНБЭЙК)	ул.Постышева, 16 ポスティシェフ通り 16	+7(9244) 14-83-00	おしゃれな店内でイトインが可能。天然酵母のパンが食べられる。
ドヴァ・ヴェショーリフ・グシャ (Два весёлых гуся)	ул.Муравьева-Амурского, 24 ムラヴィヨフ・アムールスキー通り 24	+7(9842) 64-37-33	デニッシュやクロワッサンなどのパン、エクレアやタルトなどのスイーツが美味しく、イトインも可能。
ラ・ヴィータ (Ла Вита)	ул.Амурский бульвар, 66 アムールスキー並木通り 66	+7(4212) 30-14-27	市内に複数店舗あるカフェ。ケーキや焼きたてのパンがおいしい。市内に数店舗あるがコンチネンタル料理が楽しめるのはこの店舗だけ。
プロコフィエ (Прокофье)	ул.Тургенева, 46 ツルゲーネフ通り 46	+7(9244) 04-06-72	感じの良い店員さんが働くこじんまりしたカフェ。手ごろな価格で楽しめるケーキやエクレアは絶品。お得なランチセットは数に限りがあるので早めに。
マーシキンヌイ・ピロギー (Машенькины Пирог)	ул.Ленинградская, 28 レニングラツカヤ通り 28	+7(4212) 91-73-00	年中無休で営業しているタルト・パイのカフェ。注文はアプリから簡単にでき、値段も手頃なので地元ではかなり知られたカフェの一つ。
プランタツィア・コーヒー (Plantacia Coffee)	ул.Муравьева-Амурского, 36 ムラヴィヨフ・アムールスキー通り 36	+7(4212) 79-91-49	映画館「ソフキノ」隣の半地下にあるカフェ。味はもちろん、おしゃれなデザインのエクレアがおすすめ。レーニン通り 49、デコボリツェフ通り 29 など市内各所に店舗がある。
コーヒーリパブリック (Coffee Republic)	ул.Муравьева-Амурского, 50 ムラヴィヨフ・アムールスキー通り 50	+7(4212) 30-00-03	落ち着いた内装で、モーニングメニューが豊富。コーヒーや紅茶、ハーブティなど飲み物の種類も豊富でおいしい。ちょっとした軽食におすすめ。
デュエット (Дуэт)	ул.Муравьева-Амурского, 4 ムラヴィヨフ・アムールスキー通り 4	+7(4212) 20-98-31	ティファニーブルーの内装がおしゃれで女性に人気のカフェ。スイーツの他、サラダやキッシュなどの軽食もある。コムソリス広場に面しており、観光中の休憩にもぴったり。
ケルディ (Келди)	ул.Фрунзе, 53 フルンゼ通り 53	+7(9842) 62-12-38	市内各所に展開するカフェ。モーニングメニューが豊富でコーヒーがおいしい。タンブラー持参で 10%割引を受けられる。
レ・ヌアシュ (Ле Нуаж)	ул.Комсомольская, 79 コムソリスカヤ通り 79	+7(4212) 94-04-89	こじんまりしたカフェだが女性に人気のカフェ。フランス風のエクレアやケーキが食べられる。
バー・フトリク (Бар вторник)	ул.Комсомольская, 64 コムソリスカヤ通り 64	+7(9656) 75-63-67	おいしいベーグルやおにぎり、レモネードなどが楽しめるお店。レフ・トルストイ通り 3 に本店がある。
ショコラードニツツア (Шоколадница)	ул.Комсомольская, 78 コムソリスカヤ通り 78	+7(4212) 66-01-93	小腹が空いたときにおすすめなカフェ。飲み物のメニューが豊富。ハバロフスクだけでなくロシア全土に展開している。
カンジテルスカヤ・ヴェローナ (Кондитерская Verona)	ул. Петра Комарова, 12 ピョートル・コマロフ通り 12	+7(9625) 03-36-29	エクレアやタルトなどのデザートが美味しいカフェ。デリバリーやオリジナルケーキの注文も可能。

ドゥバー・リープイ (Две Рыбы)	ул. Тургенева, 24/1 ツルゲーネフ通り 24/1	+7(9665) 94-10-83	小腹が空いた時に立ち寄りたい、こじんまりしたカフェ。自家製モルス（ベリーなどから作られるジュース）や出来たてのプリナイが美味しく、値段も手頃。
マカロン (Макарон)	ул. Волочаевская, 87/1 ヴォロチャエフスカヤ通り 87/1	+7(4212) 20-44-77	クロワッサンを使ったサンドイッチやロシアクレープのプリナイが美味しいカフェ。朝 8 時から夜 24 時まで営業している。店内の雰囲気も良く、女性に人気のカフェ。
カフェマ (Кафема)	ул. Комсомольская, 73Б コムソモリスカヤ通り 73b など	+7(4212) 61-03-73	市内に 9 店舗ある人気コーヒーショップ。
日本料理			
MEN ZAMURAI (麵侍)	ул. Шеронова, 63 シェロノフ通り 63	+7(9294) 10-84-75	2019 年 8 月にオープンした日本人シェフが作るラーメン屋。麺は手作りで、醤油・とんこつ・中華そば・鶏白湯などラーメンの種類も豊富。絶品おにぎりも是非試したい。
HANAMI レストラン (Ханами ресторан)	ул. Тургенева, 68 ツルゲーネフ通り 68	+7(4212) 77-60-68	2023 年 1 月に改装オープンした、当地で最も本格的な、寿司を主体とした日本食店。金額は高めだが、手頃な価格のビジネスランチもある。
ホットラーメン (HOTTO RAMEN)	ул. Муравьева-Амурского, д. 2 ムラヴィヨフ・アムールスキー通り 2	+7(4212) 41-19-41	コムソモリスク広場横に位置するラーメン屋。麺は日本の製麺機を用いて作られる。ラーメンの種類は塩、醤油、とんこつ、味噌と豊富。BROSKO MALL のフードコートにも出店している。
渋谷男子のカフェ (Парень с Сибуи)	ул. Калинина, 52 カリニン通り 52	+7(4212) 68-98-18	2020 年にオープンした日本料理を提供するカフェ。看板がかなり特徴的。寿司や刺身、カレーライスなどの日本食のみならずタイ料理も提供している。宅配サービスあり。
トヨス・スシ (Toyosu sushi market)	ул. Краснореченская, 213 クラスノレーチェンスキー通り 213	-	スーパーマーケット「レミ・シティ」に入っているテイクアウトの寿司店（小さなイトインカウンターあり）。ウラジオストクが本店。ネタが新鮮で美味しい。
ユズミ・スシ (Yuzumi sushi)	ул. Пионерская, 26 ピオネルスカヤ通り 2b	+7(9294) 05-20-21	ブロスコモールに入っているテイクアウトの寿司店。色々な寿司セットがあって人気。
Kushi-sushi (Куши-Суши)	ул. Гоголя, 16 ゴーゴリ通り 16	+7(4212) 25-08-00	様々な巻き寿司を提供しているデリバリー専門店。セットメニューが豊富。
中華料理			
キタイスカヤ・バプシュカ (Китайская бабушка)	ул. Комсомольская, 84 コムソモリスカヤ通り 84	+7(4212) 41-41-01	2020 年にオープンした中華料理を提供するカフェ。ビジネスランチは 10 食目で 1 食無料のサービスあり。イタリア料理店「スパレッティ」は姉妹店。

チアトラリナエ (Театральное)	Кирпичный переулок, 4 キルピチュヌイ小路 4	+7(4212) 37-12-37	中国人コックがいる中華料理店。事前注文 すると北京ダックも食べられる。個室あり。
ムーシュウ (Му-Шу)	ул.Ленина, 31 レーニン通り 31	+7(4212) 93-88-28	アムールホテル付近の中華料理レストラン。一 回の食事代金が 3000 ルーブル以上、もしくは 2 回デリバリーすると割引券がもらえる。
エベレスト (Эверест)	ул.Запарина, 82 ザパーリン通り 82	+7(4212) 66-22-55	味、雰囲気ともに良い中華料理レストラン。 豊富なメニューから選べるビジネスランチが嬉しい。
ヴィルキ・パルキ (Вилки Палки)	ул.Владивостокская, 22 ウラジオストクスカヤ通り 22	+7(4212) 45-77-77	市内に 6 店舗ある中華料理屋。多彩なメニ ューとリーズナブルな価格が人気。電話でデリ バリー注文可。
香港 (ГОНКОНГ)	ул.Муравьева-Амурского, 6 ムラヴィヨフ・アムールスキー通り 6	+7(4212) 51-61-47	コムソモリスク広場正面にある中華料理レスト ラン。30 年以上営業しており、店内では火鍋 が食べられる。個室あり。
韓国料理			
アジア・ハウス (ASIA HOUSE)	Амурский бул., 2 アムールスキー並木通り 2	+7(4212) 31-22-34	インツリスト・ホテル地階にある韓国料理など を出すレストラン。夜は DJ によるパフォーマン スあり。
コリア (Корея)	ул.Пушкина, 58 プーシキン通り 58	+7(4212) 66-22-23	韓国料理レストラン。5 品目の韓国料理が楽 しめるお弁当メニューがある。
プサン (Пусан)	ул.Воронежская, 47a ヴォロネシユスカヤ通り 47a	+7(9294) 06-58-08	おしゃれな店内の韓国料理レストラン。味、イ ンテリア共に本格的である。ビジネスランチあ り。
ガンナム (GAMGNAM)	ул.Калинина, 78 カリーニン通り 78	+7(4212) 70-70-30	本格韓国料理レストランで超人気店の一つ。 一般的な韓国料理のみならず、サムギョプサ ルも食べられるのは市内でここだけ。
その他アジアレストラン			
スルタン・バザール (Султан Базар)	ул.Муравьева-Амурского, 3a ムラヴィヨフ・アムールスキー通り 3a (2 階)	+7(4212) 94-03-40	パニ・ファザコと同じ建物内にある中央アジア 料理レストラン。イスラムの世界観を再現した 内装やおもてなしでお客様を楽しませてくれ る。シャシリク(ロシア版バーベキュー)が美味し い。
フォー (PHO)	ул.Пионерская, 2b ピオネルスカヤ通り 2b	+7(9243) 19-17-58	ショッピングセンター「プロスコモール」3 階フード コートに位置するベトナムレストラン。様々なベ トナム料理が楽しめる。
チャングノイ (CHANG NOI)	ул.Лермонтова, 24 レー尔蒙トフ通り 24	+7(4212) 62-38-23	タイ料理店で味は濃いめ。裏にアジア食材店 が併設されている。
ナマステ Индийская кухня «Намасте»	ул. Яшина, 38b ヤシン通り 38b	+7(929) 417-03-24	インド料理レストラン。カレーの種類が豊富。 盛り合わせプレートを頼めば手軽な値段で 様々な肉や魚のつまみが楽しめる。英語対応 可。
ロシア・欧風料理			
ミートミート (MeetMeat)	ул.Муравьева-Амурского, 5 ムラヴィヨフ・アムールスキー通り 5	+7(4212) 62-02-30	市内中心部にある人気のあるレストラン。お 肉やワインが美味しく、サービスも良い。旧日 系商社の建物内にあり、内装も楽しめる。

オリンピック (Олимпик)	ул.Дикопольцева, 26а ディコポリツェフ通り 26а	+7(4212) 41-74-74	ホテルオリンピック内にあるレストラン。カラオケが完備されている。
パルス (Парус)	ул.Шевченко 5 シェフチェンコ通り 5	+7(4212) 30-63-85	ホテルパルス内にあるロシア料理レストラン。個室あり。英語メニューあり。
ゴスチ (GOSTI)	ул.Ленинградская, 18 レニングラツカヤ通り 18	+7(4212) 38-18-08	オーロラホテル内にある、軽食から夕食まで楽しめるレストラン。コーヒーが美味しい。ビジネスランチは週替わり。
レジェント (Regent)	ул.Амурский бульвар, 43 アムールスキー並木通り 43	+7(4212) 60-26-42	市内中心部にある人気レストランの一つ。メニューは和食、洋食、創作料理と幅広い。VIP ルームが完備されバンド演奏がある時も。
ミミノ (Mimino)	ул.Калинина, 86 カリーニン通り 86	+7(4212) 60-78-60	ジョージア料理レストラン。セールイシェフ通り 42 にもあるチェーン店。
エホ (ЭХО)	ул.Волочаевская, 54 ヴォロチャエフスカヤ通り 54	+7(4212) 92-97-39	ロシア民話をコンセプトにした開放感のある内装のレストラン。シーフードやアジア風料理のメニュー（寿司もあり）が充実していて人気がある。カラオケ完備。定期的に生演奏のイベント等が開催される。
レストラン・ドーム (ресторан Дом)	ул.Калинина, 72 カリーニン通り 72	+7(4212) 27-01-01	東欧料理と美味しいワインが楽しめる高級レストラン。誕生日の人向けにサプライズ演出も。
フマ (Хума)	ул.Фрунзе, 51 フルンゼ通り 51	+7(4212) 40-98-55	2019 年にオープンした東欧・中央アジア料理レストラン。自慢のチェブリェクはその豪快な見た目と味に圧倒される人も多く、SNS でも話題に。プロスコモール 3 階のフードコートにも店舗あり。
カラス (KARAS)	ул.Кола Бельды, 1 コラ・ベルディ通り 1	+7(4212) 47-11-47	2019 年年末にオープンした、内装・外装ともにおしゃれな人気のレストラン。アルメニア・ヨーロッパ料理を提供する。牛肉のラマジョーがおすすめ。
パニ・ファザニ (Пани Фазани)	ул.Муравьева-Амурского, 3а ムラヴィヨフ・アムールスキー通り 3а (1 階)	+7(4212) 94-08-30	ビールが美味しい賑やかな東欧料理レストラン。独特な内装やおもてなしによる世界観でお客さんを楽しませてくれる。上階のスルタン・バザールやВдроваの姉妹店。
ルースキー (Русский)	Уссурийский бур., 9 ウスリースキー並木通り 9	+7(4212) 30-65-87	ロシア家庭料理が食べられるレストラン。日本人にもなじみ深いボルシチはもちろん、隣のバーではウォッカなどのアルコール類を提供している。
カバチヨック (Кабачок)	ул.Запарина, 84 ザパーリン通り 84	+7(4212) 60-03-77	ウクライナ家庭料理が楽しめるレストラン。特にボルシチがおすすめ。国花のヒマワリを使った店内の内装も可愛い。
ルガ (LUGA)	ул.Лазо, 86Б ラゾ通り 86b	+7(4212) 69-36-92	市中心部から車で 10 分程度。肉、魚のグリルが美味しい。ワインの種類も豊富。岩塩で食べる自家製バゲットが絶品。
トケマリ (Ткемали)	ул.Льва Толстого, 19 レフ・トルストイ通り 19	+7(4212) 22-76-02	ハチャプリやワインが美味しいジョージア料理レストラン。レーニン広場や中央市場を散策した後立ち寄りやすいお店。内装の雰囲気も良く、週末の夜には生演奏が聞ける。

ザ・カバック (THE KAVAK)	ул.Муравьева-Амурского, 23 ムラヴィヨフ・アムールスキー通り 23	+7(9625) 01-92-92	毎日 17:00 から朝の 6:00 まで営業しているレストラン。21:00 以降はDJによるナイトクラブと変わる。エールビールがあるほか、リューリャ・ケバブや牛肉のサラダがおいしい。
スカースキ (Сказки)	ул.Пушкина, 52 プーシキン通り 52	+7(4212) 72-70-27	レーニン広場前にある広いレストラン。豊富なカフェメニューとおしゃれな内装で女性に人気。夜はナイトクラブになる。
バクー (Баку)	ул.Востречева 19а ヴォストレツォフ通り 19а	+7(4212) 32-71-33	ウスリースキー並木通りの噴水近くにあるアゼルバイジャン料理レストラン。華やかな内装が特徴的。21 時以降はディスコとして火-木曜日は翌 2 時まで、金-土曜日は翌 6 時まで営業している。
サツィヴィ (Сациви)	ул.Фрунзе 53 フルンゼ通り 53	+7(4212) 65-31-23	手頃でおいしいグルジア料理レストラン。サービスも良い。個室あり。英語メニューあり。
イロン・カビス (Ирон Кабис)	ул.Дзержинского 65 ジェルジンスキー通り 65	+7(4212) 45-17-71	オセチア・パイがおいしく、店内の内装がおしゃれなオセチア料理レストラン。宅配サービスあり。
アムール (Амур)	ул.Ленина 29 レーニン通り 29	+7(4212) 23-33-23	アムールホテル 1 階にある、カフェ・レストラン。12 時~14 時までビジネスランチが、18 時~21 時はディナーが楽しめる。VIP ルーム完備。ケータリング可能。
ワレノク (VALENOK)	ул.Истомина 64 イストミン通り 64	+7(4212) 79-95-77	ハバロフスク中心部にあるカフェ・バー。デザート等を含め、様々な料理が楽しめる。モーニングあり(12:00 まで)。ビジネスランチは 5 種類から選べる。
ムカー (Мука)	ул.Истомина 56а イストミン通り 56а	+7(4212) 61-61-15	アジムト・ホテル 1 階にあるカフェ。手作りのペリメニやワレニキが手軽に楽しめる。店名はロシア語で「小麦粉」を意味する。
ソпка (Sopka)	ул.Кавказская 20 カフカスカヤ通り 20	+7(4212) 46-41-45	ソпкаホテル 1 階にあるレストラン。オープンキッチンがあり、実際に調理している様子を見ることができる。テラス席あり。ケータリング可能。
デリバス (Де'рибас)	ул.Дикопольцева 10 ディコポリツェフ通り 10	+7(4212) 47-74-44	市内プラチナ・アリ・ナ付近にあるロシア・ウクライナ料理のレストラン。お肉が美味しい。モーニングあり(350 ルーブル)。
アルデンテ・ゴールイ (Al dente Горы)	ул.Муравьева-Амурского, 31 ムラヴィヨフ・アムールスキー通り 31	+7(4212) 33-30-00	ジョージア料理レストラン。ヒンカリがおすすめ。手頃な価格でワインが楽しめる。
リラス (Lilas)	ул.Амурский бульвар, 3 アムールスキー並木通り 3	+7(4212) 55-65-87	メニューが豊富でイタリアン、フレンチ、ロシア料理など様々な料理が楽しめる。モーニングメニューあり。
ドイツ料理			
ビアハウス (Бир Хаус)	ул.Муравьева-Амурского, 9 ムラヴィヨフ・アムールスキー通り 9	+7(4212) 31-18-45	市内中心部にあるドイツ料理レストラン。ビール、ソーセージ等の種類が豊富である。
ビルフェスト (Бирфест)	ул.Запарина, 92 ザパーリン通り 92	+7(4212) 24-11-70	大人数を収容する、セルフサービス式のビアホール。店内には自家製ビールの醸造所がある。曜日によりお得なセールが開催される。

グスタフ・グスタフ (Густав и Густав)	ул.Дзержинского, 52 ジェルジンスキー通り 52	+7(4212) 79-90-09	様々な自家製ビールを提供しているドイツ料理店。看板メニューは巨大なソーセージと日本人直伝の餃子。グスタフ・グスタフのビールは市内にあるいくつかのレストランやバーにも卸されている。
イタリア料理			
ムスカートニー・キット (Мускатный кит)	ул.Муравьева-Амурского, 22 ムラヴィヨフ・アムールスキー通り 22	+7(4212) 93-07-70	ベーカリー併設のイタリア料理店。店内は大変おしゃれでメニューも豊富。
スパレッティ (SPALLETTI)	ул.Комсомольская, 71 コムソモリスカヤ通り 71	+7(4212) 47-06-47	人気のイタリアンレストランの一つ。特に釜で焼き上げられたピザは絶品。ワインの種類も豊富で、お昼時はかなりの人で混み合う。
センプリチェ (Semplice)	ул.Пушкина, 54 プーシキン通り 54	+7(4212) 20-60-51	2013 年に開業して以来、絶大な人気を誇るイタリアンレストラン。ワインやピザの種類が豊富に上、頼めばワインの試飲もさせてくれる。クロワッサンなどの軽食もおいしい。
ブドロヴァ (Вдрова)	ул.Муравьева-Амурского, 15 ムラヴィヨフ・アムールスキー通り 15	+7(4212) 94-21-11	本格的な窯焼きピザを楽しめるレストラン。イタリア人に扮したキャストが賑やかに出迎え、食事にもパフォーマンスがある。注文の際には世界観を崩さないよう、「マンマ・ミーア！」と店員に声をかけること。
テラッサ (TERRASA CAFÉ & BAR)	ул.Дзержинского, 39/1 ジェルジンスキー通り 39/1	+7(4212) 41-54-15	春～秋にはテラスで食事ができるレストラン。生パスタとデザートがおいしい。
パスタ・ナ・バーレ (Паста на बारे)	ул. Тургенева, 60 ツルゲーネフ通り 60	+7(9249) 33-06-03	内装が華やかなイタリアンレストランでパスタが美味しい。値段はやや高め。
シーフード			
ザリフ (Zaliv)	ул.Муравьева-Амурского, 11 ムラヴィヨフ・アムールスキー通り 11	+7(4212) 61-02-33	市内中心部に位置するシーフードレストラン。手ごろな値段で新鮮な海鮮料理が食べられる。おすすめは生カキとキュウリウオのフライ。
フィシ (Фиши)	ул.Комсомольская, 84 コムソモリスカヤ通り 84	+7(4212) 98-10-01	ハバロフスク市内でも人気の寿司屋さん。独自にアレンジを加えたアジア料理は寿司のみならず丼モノ、麺料理、揚げ物など多岐に渡る。
ファストフード、ピザ			
セニョール・ポミドール (Сеньор Помидор)	ул.Шеронова, 91 シェロノフ通り 91	+7(4212) 32-61-22	ムラヴィヨフ・アムールスキー通りとシェロノフ通りの交差点にある。ピザとパスタの種類が豊富。
グゲノット・ピッツァ (Гугенот-пицца)	ул.Муравьева-Амурского, 3 ムラヴィヨフ・アムールスキー通り 3	+7(4212) 20-86-20	ローマ風ピザのお店。ドリンク・スープ・サラダ・ピザのセットが手頃な値段で食べられるランチメニューが嬉しい。
ドードーピザ (Додо Пицца)	ул.Муравьева-Амурского, 23 ムラヴィヨフ・アムールスキー通り 23	+7(8003) 33-00-60	ハバロフスクでかなり人気の安くておいしいピザ屋。市内に 4 店舗あり、注文してから 60 分以内に届けられることで有名(60 分経過後に届けられた場合は無料になる)。アプリからも簡単に注文できる。
クラフト・ブルゲル (Крафт Бургер)	ул. Тургенева, 46 ツルゲーネフ通り 46	+7(4212) 25-45-45	日本総領事館横を始め、市内各所にあるハンバーガー屋。バーガーの大きさに驚かされること、間違いなし。夜はバーになるので二次会にもおすすめ。

ドシタエフスキー (Досытаевский)	ул.Шеронова, 91 シェロノフ通り 91	+7(4212) 31-25-25	「満腹になる(досыта)」と作家ドストエフスキーの名を掛け合わせたハンバーガー屋。その名の通りボリュームなハンバーガーは一見の価値あり。
ロイヤル・バーガー (ROYAL BURGER)	ул.Ким Ю Чена, 44 キム・ユ・チェン通り 44	+7(4212) 34-46-00	極東地域にのみ出店しているハンバーガーチェーン店。オーソドックスなファストフード店よりも安価である。
KFC (ケンタッキーフライドチキン)	ул.Муравьева-Амурского, 7 ムラヴィヨフ・アムールスキー通り 7	+7(4212) 73-03-25	2018 年にオープンした日本でも人気のチェーン店。キャッシュレス決済であれば写真付きタッチパネルで注文できるため、ロシア語を知らなくても簡単に注文できる。
フクスナイトーチカ (Вкусно - и точно)	ул. Льва Толстого, 19 レフ・トルストイ通り 19 など	-	マクドナルド撤退後、新たに登場したロシア独自のファストフード店。市内に 5 店舗ある。
ケバブ・ハウス (КЕБАБ ХАУС)	ул.Серышева, 60/3 セーリシエフ通り 60/3	+7(4212) 62-10-99	ハバロフスク各所に支店を持つ、人気のケバブ(シャウルマ)屋さん。安く美味しく手軽に食べられる。24 時間営業。
シャシリコフ (ШашлыкоFF)	ул.Льва Толстого, 19 レフ・トルストイ通り 19	+7(4212) 45-09-00	市内中央市場近くにある、ロシア全国チェーンのレストラン。綺麗でおしゃれな店内で、様々なシャシリク(ロシア版バーベキュー)が楽しめる。
その他			
ガラーシュ (Гараж)	ул.Волочаевская, 15 ヴォロチャエフスカヤ通り 15	+7(4212) 45-67-67	ハバロフスクの若者にとっても人気のバー。毎日キャッシュバックが受けられるお得なお店(日-木: 20%、金-土: 5%)。夜には生ライブが開催される。
アフトラフ (Автограф)	ул.Советская, д10 к1 ソビエツカヤ通り 10-1	+7(4212) 47-00-07	ハバロフスク市内にあるおしゃれなビア・レストラン。おつまみの種類が豊富。事前に予約をすれば個室の利用も可能。
8 分 (Столовая 8 Минут)	ул.Ленина, 37 レーニン通り 37	+7(4212) 68-87-78	大衆食堂。リーズナブルな価格でロシア料理を始め様々な料理が楽しめる。

(了)

<緊急連絡先>

在ハバロフスク日本国総領事館：

RUSSIA、 680000、 Khabarovskiy krai、 Khabarovsk、 Turgeneva str. 46

Tel: +7-4212-41-30-44/41-30-45/41-30-46 (9:00～12:30、 13:30～17:45)

緊急: +8-800-301-89-78 (上記時間以外の緊急時)

Fax: +7-4212-41-30-47

消防：101

警察：102

救急：103

緊急総合：112