自転車で巡る観光

Bicycle Tours & Rentals in Shanghai

上海市観光局

TIPS

どのように乗っていけばいいでしょう？　自転車道路標識シンボル

非自動車運転　自転車運転右寄り　自転車運転左寄り　自転車駐車　非自動車車道

自転車運転右寄り禁止　自転車運転左寄り禁止　非自動車通行禁止　自転車坂下り禁止　自転車坂上り禁止

どうやって交通信号を分かる？

赤信号だったら止まり、青信号だったら走り！ 周りに車両があるかどうかを確認し、右回りの場合停車しなくてもいい、安全大事！

自転車に故障があったらどうする？

大したお金がかからないで、道側に小さな修理場が多くて、すぐ直してくれる。

Shanghai Bicycle Tours & Rentals
Experience A Different Shanghai

上海道路名称の由来

上海の道路名称はこの都市自身のように、歴史発展に伴って歩いてきた。租界時期南北走行の道を各省の名称で名づけて、東西走行の道を各都市の名称で名づけの原則から、辛亥革命時期に、中華民族が漢満蒙回蔵五大民族共和の国という意味で名付けた漢中路、満洲路（今晋元路）、蒙古路、新疆路と西蔵路まで。また、民国初期に中華民族繁栄の願望を含めている永興路、中華新路、鴻興路と今現在浦東新区、開発区の道路名称はこの都市にもっと多くの新しい時代雰囲気を与えている。

自転車運転必須物

カメラ：使いなれたカメラを持って、サイクる中の気に入る瞬間をとらえる。

カブト：一つ丈夫なカブトは、旅の安全が保証できる。

地図：一枚の詳しい上海地図を持っていけば、迷子になる心配はいらない。

水筒：水筒一本を持っていて、喉が渇いたら水を飲みながら周りの風景を見て見よう。

More Discovery　More Experience

http://www.meet-in-shanghai.net　English / 中文 / Français
http://www.shanghaikanko.com　日本語
http://www.shanghaitrip.net　한국의

上海観光ホットライン　021-962020

アドレス　電話　ウエブサイト　営業時間

615ZHZ(R)-2014-5000　このパンフレットの情報収集の締め切りは2014年5月です

租车服务去哪里？

徐匯区公共自転車レンタルセンター

	名称	住所	電話番号
問い合わせセンター	徐家汇旅行 Info センター	肇家浜路 1066 号	021-64070098
	武康路旅行 Info センター	武康路 393 甲	021-64569090
カード申請手続き	1. 本人有効身分証明書類、カードセンターで申込申請。 2. 費用：敷金 300 元 + 前払金 100 元、合計人民元 400 元。 ＊カード申請終了後、すべての自転車レンタル支店で使用可能。		
自転車レンタル支店	1. 襄阳北路東淮海中路北	5. 吳興路西衡山路北	
	2. 汾阳路西淮海中路南	6. 天平路東衡山路北	
	3.復興中路東淮海中路南	7.武康路東泰安路北	
	4. 東平路東衡山路北		

自転車クラブレンタルサービス

地区	单车俱乐部	住所	電話番号	费用
市内	CCT	长乐路169弄38号	13761115050	城市车 100元/24小时
	上海全动自行车俱乐部	复兴东路1058号	021-63663137	200元/日
郊外	上海捷安特（崇明店）	崇明城桥镇东门路437号	021-69610775	100元/日

石庫門の秘密

サイクリングルートマップ

EXPERIENCE A DIFFERENT SHANGHAI

01 石庫門の秘密 Secrets of Shanghai Shikumen

上海らしさのあふれる民家住宅、石庫門。歴史の刻まれた中洋折衷の古民家は、今また時代の新たな生命を育んでいる。上海の「心臓」- 人民広場からスタートして、そこに隠された秘密を探しに行こう。

サイクリングレベル：初級～中級 (8km)

人民広場の飛び立つ鳩や音楽噴水の響き（朝 7：00 から 30 分おき）に伴い、路地を通り抜けて、おしゃれスポット・新天地へ、作家・巴金が小説『海の夢』を執筆した歩高里へ、あるいは田子坊へ面白いものを見つけに。道を曲がるとそこは、かつて数々の要人が宿泊した瑞金賓館。中の FACE でアフタヌーンティーを心ゆくまで満喫しよう。プラタナスが陰を落とす思南路は、有名人の旧居や仮住まいが集まる場所。

都市計画展示館

上海の都市計画の建築・発展成果を展示。上海の過去・現在・未来が濃縮されている。

人民大道 100 号
021-63184477
30 元 / 人
09:00-17:00（月曜休館 / 大型連休は休まず開館）

上海大劇院

独特の建築様式が美しい、音符で綴られた芸術の殿堂。

人民大道 300 号
021-63598032
09：00-19：30（チケット売場営業時間）

上海博物館

中国古典芸術の大型博物館。特に青銅器、陶磁器が有名で、そのコレクションは天下の双璧の一角を成すと誉れ高い。

人民大道 201 号
021-63723500
09:00-17:00（最終入場 16:00）

新天地

上海近代建築のシンボル・石庫門建築街をベースに、国際レベルのグルメ・ショッピング・エンタテインメントなどの機能を取り揃えた、おしゃれなレジャースポット。

太倉路 181 弄

中共一大会址

典型的な上海石庫門式建築であり、中国革命発祥の地。中国共産党の先駆者たちがここで第一回全国代表大会を開催し、中国共産党の誕生を宣言した。

興業路 76 号
021- 53832171
09:00-16:00（月曜・木曜は休み）

復興公園

上海で唯一、フランスの古典主義様式を残した庭園。近代上海の中洋庭園文化が見事に融合している。

黄浦区雁蕩路 105 号
021-53861069

田子坊

典型的な上海の路地裏街。今ではビジュアルアート、ファッション、各国料理レストランがひしめき、古民家に華やかな彩りを添えている。

黄浦区泰康路 210、248、274 弄
021-64672275

周公馆

1820 年代初めのスペイン様式ガーデン邸宅。国民党と共産党の交渉期間中、周恩来（新中国の初代首相）がここで暮らしていた。現在は見学者用に、中共代表団上海事務所の写真が屋内ホールに展示されている。

黄浦区思南路 73 号
021-64730420
09:00-16:30（最終入館 16:00、休祝日も通常通り）

1920·2010

サイクリングルートマップ

EXPERIENCE A DIFFERENT SHANGHAI

02 1920•2010

サイクリングの傍ら、1920 年代のオールド上海と現代の都市文明が入り混じって奏でる美しい響きを楽しもう。

サイクリングレベル：初級～中級

東台路古玩街は独特の趣があり、陶磁器、書画、1930 年代のアイドル・周璇のポスター、扇風機、ライター、どれもこの街の主役。上海老街と城隍廟は必見のスポット。オールド上海の庶民風俗を見てみよう。チャイナドレスをオーダーメイドするなら、なんといっても南外灘軽紡面料城がおすすめ。

渡し船で黄浦江を渡り（自転車 1.3 元、15-20 分おきに一本、空調船 2.8 元）、長く延びるリボンのような濱江大道と対岸のライトアップに浮かび上がる外灘が互いに映え、ネオン輝くフェリーが川面を行き交う。カップルが身を寄せ合いながら、浦西外灘のライトを眺めている。

東台路古玩市場

弄堂（路地）の中にある骨董・アンティーク市場。銅器、書画などが揃い、国外から訪れる観光客も多い。

✉ 東台路
🕒 09:00-18:00

豫園

400 年以上の歴史を持つ庭園。一帯には文化の香りがあふれている。城隍廟界隈の B 級グルメはぜひ味わいたい。老街商城はお土産を買うのに最適。

✉ 黄浦区安仁街 218 号
☎ 021-63260830
$ 40 元（4 月 1 日～ 6 月 30 日、9 月 1 日～ 11 月 30 日）／ 30 元（上記期間以外）

上海老街

明・清代の様式を持つ古色蒼然とした建物が両側に並ぶ賑やかな通り。グルメやショッピングが楽しめる。

✉ 方浜中路（中華路ー河南路）

外灘

租界時代の雰囲気が残る、黄浦江の河畔。かつて上海の金融の中心地であり、各種様式のクラシックな建物が並ぶ様子から、「万国建築博覧群」と呼ばれている。上海観光には欠かせないスポット。

✉ 中山東一路

濱江大道

濱江大道は長さ約 2500m、対岸に浦西の外灘が望める観光スポットで、飲食店も立ち並ぶ。そよぐ風の中、川面を行き来する遊覧船を眺めるのも楽しい。

東方明珠タワー

外灘の建築博覧群との対照が際立つ上海のランドマークタワー。高さ 468m、上からは都市を一望のもとに見渡せ、黄浦江両岸の景色が楽しめる。

✉ 世紀大道 1 号
☎ 021-58791888
$ 160 元 / 人（上部展望台 + 下部展望台 + 上海都市歴史発展陳列館）

単騎ルート 風景と老洋房

サイクリング ルートマップ

EXPERIENCE A DIFFERENT SHANGHAI

03 単騎ルート 風景と老洋房
Legends under Plane Tree

上海の古洋館は輝かしい歴史を背負っている。ここで幾多の偉人が天下国家を論じ、幾多の優れた作品が生まれ、幾多の豪商が繁栄する上海経済の筋書きを描いてきた。

サイクリングレベル：初級～中級

自転車でプラタナスの木陰を走り抜ける。西洋風の建物が、記憶の奥底に眠る物語を揺り起こす。歴史的な趣のあふれる衡山路、汾陽路、武康路、復興路には、国歌誕生の地、国母・宋慶齢の寓所、小白宮、諾曼底公寓など、有名な古洋館が連なる。「心」の眼で上海を見て、サイクリングの楽しさを一人、心ゆくまで味わおう。壮麗な洋館の、プラタナスの背後に潜む歴史を見つけ、上海の古い記憶に耳を傾け、今の輝きを物語に綴ろう。

経済的でエコなレンタサイクルを利用するもよし。美しい風景がダイナミックに眼に飛び込んでくる、とっておきのサイクリングルート。

徐家匯蔵書楼

カトリック・イエズス会の修道士が清の道光 27 年（1847 年）に創立した図書館。中洋折衷の建築様式で、中文書庫は寧波の蔵書楼・天一閣を模して造られ、洋書書庫はヴァチカン図書館を模した館内配置となっている。

✉ 漕溪北路 80 号（近蒲西路）
☎ 021-64874095
🕒 09：00--17：00（日曜閉館）
国の法定休日 09：00-16：00

徐光啓記念館

館舎は明の弘治年間に建てられた「南春華堂」で、明代の典型的な建築様式を示している。展示品のうち宣教師マテオ・リッチの作『坤輿万国全図』は、中国国内でも数少ない、南京博物館が所蔵する原版の複製であり、中国に最も早く伝えられた世界地図。

✉ 南丹路 17 号（南丹路 × 文定路）
☎ 021-64381780
🕒 月曜～日曜 09：00-16：30（最終入館 16：00）

龍華寺

上海で最も古く、最大規模の名勝地で、1700 年以上の歴史を持つ。毎年元旦の年越しには、国内外から観光客が除夜の鐘を聞きに訪れる。

✉ 龍華路 2853 号
☎ 021-64566085
$ 10 元
🕒 初一及び十五（毎月一日と十五日）
05：00-16：30 平日 07：00-16：30

徐家匯天主堂

双塔型ゴシック様式の建築物。聖イグナチオ・デ・ロヨラを守護聖人としていることから、「聖イグナチオ大聖堂」とも呼ばれる。かつては極東一の教会であった。

✉ 蒲西路 158 号（文定路）
☎ 021-64382595（開館時間は電話で問合せのこと）

土山湾博物館

土山湾孤児院跡。土山湾の歴史・発展の道のりを展示している。中国と西洋の文化が融合した工芸品が見事。

✉ 蒲匯塘路 55 号
☎ 021-54249688
$ 5 元（徐家匯源游客咨詢中心で無料配布）
🕒 09:00-16:30（月曜閉館）

桂林公園

江南地方の古典的な庭園。園内には 23 種・1000 本以上のモクセイが植えられている。中秋節の夜には、月見イベント「唐韻中秋」遊園会も開催される。

✉ 桂林路 128 号
☎ 021-64830915
$ 2 元
🕒 06：00-18：00

宝麗会館

湖南路の静かな通りに佇む、中国様式の隠れ家的ホテル。伝統的な雰囲気を残したまま、モダンな要素を加味しており、歴史を感じさせる。

✉ 湖南路 285 号
☎ 021-64677171

聯芸·凱文公寓

かつてロシアの皇女 Olga Gregorievna Ogneff が居住していた洋館で、今はホテルになっている。西洋のアンティーク電話やソファが置かれた室内は、1930 年代を思わせる華やかな雰囲気に満ちている。

✉ 衡山路 525 号
☎ 021-51795000

黄興旧居

革命家・黄興の旧居である黄公館は今、武康路旅游咨詢中心（ツーリストセンター）と老房子芸術中心になっており、邸内の見学だけでなく、展示物を見たり、観光案内を聞いたりもできる充実の展示内容となっている。

✉ 武康路 393 号
☎ 021-64335000
🕒 09:00-17:00

徐匯芸術館

レンガを用いた、現代的な特徴を持つ三階建てのガーデン式洋館。前身は鴻英図書館。

✉ 淮海中路 1413 号
☎ 021-64313788
🕒 09:00-17:00（月曜閉館）

工芸美術博物館

ルネッサンス様式の庭園洋館。もとはフランス公董局の総董の邸宅で、上海の「小白宮」（リトルホワイトハウス）と称される。

✉ 汾陽路 79 号
☎ 021-64314074
$ 8 元
🕒 09：00-17：00（チケット販売終了 16：30）

馬丁餐庁

レコード会社「東方百代唱片公司」が上海に構えたスタジオだったが、今は西洋料理レストランになっている。

✉ 衡山路 811 号
☎ 021-64319811
🕒 ランチ 11:00-14:30、
アフタヌーンティー 13:00-17:30、
ディナー 18:00-22:30、バー 18:00- 翌日 01:00

崇明島自然めぐり

サイクリング ルートマップ

EXPERIENCE A DIFFERENT SHANGHAI

04 崇明島自然めぐり
Chongming Island Tour

大自然が崇明島に与えた魅力にどうして抗えようか。中国で三番目に大きい島・崇明島をサイクリングして、都会の喧騒を忘れ、大自然の精気に触れよう。

サイクリングレベル：中級～上級

明珠湖畔で鳥の声に耳を傾け、東灘で渡り鳥を観測。西沙湿地で沈む夕日を眺め、東平国家森林公園で自然と戯れ、瀛東生態村では漁師体験を。

崇明学宮

崇明博物館ともいい、1959 年に創設された。所蔵品は現在 1000 点余りで、うち貴重な文化財が 300 点以上ある。

✉ 鰲山路 696 号
☎ 021-59623827
$ 2 元
🕒 06：00-18：00

瀛洲公園

1983 年に建てられ、園名の題字は歴史学者・周谷城の揮毫による。植物をメインに造園され、庭園建築がほどよく配された、崇明島で唯一の総合公園。

✉ 城橋鎮鰲山路 1 号
🕒 06:00-18:00

金鰲山公園

古典的な庭園式公園。緑豊かな落ち着いた環境で、くつろげる。散策や撮影に訪れる人も多い。

✉ 城橋鎮鰲山路東首
☎ 021-69693204

寿安寺

宋の淳祐年間に建てられた、崇明島の名古刹。700 年以上の歴史を持つ。

✉ 涛声路 1188 号
☎ 021-69698901

天使度假村

長江の中州である横沙島にある。島には工場が一つもなく、上海とその周辺地区で唯一、未開発の処女地。「水静、土静、空気静」と称えられている。

✉ 横沙島東濱路 2579 号
☎ 021-59471413

明珠湖

崇明島の西南部にあり、島西部の水上レクリエーション・レジャー・エコツーリズムの主要エリア。

✉ 崇明島西側
$ 団体：10 元 / 人、個人：15 元 / 人、障害者・軍人・定年退職者は無料
🕒 08：00-17：00

西沙湿地

国家 4A 級観光区。美しい明珠湖公園に隣接した、干潟の連なる天然の湿地。上海で唯一、自然の潮汐現象が見られる。

✉ 崇明県緑華鎮緑港村
☎ 021-59353151
🕒 06：30-16：00（潮汐時間によって調整）