



高松空港
から
行く!

3泊4日

レトロとモダンが混在する魅惑の街

SHANG 上海 HAI

片道約2時間35分
(時差-1)



国内旅行と同じ感覚で行ける身近な場所「上海」!
初めての上海は、街も道も空気もキレイだし、
治安も良く、日本人にフレンドリーな人にもたくさん出会えました!
見どころ満載で、片道2時間半で手軽に行けるのでおすすめです!



guest
PROFILE

マユリ~ナさん

食べ歩き歴20年、ブログ歴15年。香川県在住の人気
グルメブロガー。ブログと合わせて発信しているInstagram
のフォロワー数はなんと5.6万人!丁寧なコメントと美味
しそうな写真、朗らかな人柄にファンが多い。

Instagram: @mayuri_na
ブログ: ライブドアブログ

「マユリ~ナの暇つぶし*香川のお店食べ歩き」



NEW MENU

ドナルドのアイスクリームパーラー 「イル・パペリーノ」

定番のアイスクリームやデザートをはじめ、新メニューのジェラートは、コーンやドーナツサンド、ゴンドラをモチーフにしたスーベニアカップで提供。店内に飾られているドナルドの家系図やキャストのコスチュームなど、細部にも注目してみて！



季節限定のフレーバーもお見逃しなく！

GOURMET & SWEETS

パーク内で販売しているグルメやスイーツの中からおすすめメニューをピックアップ！ディズニーキャラクターの形をしたものや可愛い器に入ったものなど、食べるのがもったいないくらい可愛い見た目、中国の食文化も感じられる！定番の他、季節限定メニューあり。

※（ ）内は販売店名



米奇甜甜圈
(巧妙美味屋) ※春季限定



奇奇蒂蒂桶
(戶外小餐車) ※春季限定



華夫配和牛肉醬
(戶外小餐車)



大蝦牛肉麻辣燙
(米奇好伙伴美味集市)



菠蘿叉燒可麗餅
(巧妙美味屋)

SOUVENIR

広い店内にディズニーグッズがいっぱい！ 「ワールド・オブ・ディズニー」

レトロな鉄道の機関庫を再現した店内には、アパレル・おもちゃ・文房具・お菓子など、魅力あふれる商品がズラリと並ぶ。『上海ディズニーリゾート』限定の他にはない商品や限定グッズも取り揃えている。ここはパーク外なので、チケットを持ってなくてもショッピングができる！



01 浦東国際空港から約30分で夢の国に到着！

シャンハイディズニーリゾート

上海ディズニーリゾート

2016年6月に開業した『上海ディズニーリゾート』は世界で最も新しいディズニーテーマパークで、その広さはアジア最大規模。パーク内の7つのテーマランドと「エンチャンテッド・ストーリーブック・キャッスル」がシンボルで、ディズニーの魅力と中国独特の風情が調和しているのも見どころ！浦東国際空港からシャトルバスで約30分の場所に位置しているので、空港から直行してそのまま半日遊ぶことができるのも嬉しい！

上海市浦東新区川沙新鎮申迪北路753号



他にはない魅力がいっぱい！
上海ディズニーで
マジカルな一日を過ごそう

RESTAURANT



お城の中にあるレストラン 「ロイヤル・バンケット・ホール」

「エンチャンテッド・ストーリーブック・キャッスル」の中にあるレストラン。お城の中にあるレストランはアジアで唯一ここだけ！ディズニープリンセスの物語に彩られた魔法のような空間で、お気に入りのディズニーキャラクターに出会い、家族や友人と食事を楽しむことができる。

PICKUP AREA!



世界で唯一！ 「ズートピア」の世界観を 再現したテーマランド

映画「ズートピア」に出てくる大きさも形もさまざまな動物たちのために作られた大都会を体感できるエリア。建物に隠された動物の痕跡を見つけたり、ジュディとニックとのグリーティング、ここならではのグルメなど、楽しき満載！

人気アトラクション



ズートピア：ホットパースト

ズートピア警察署のバトカーに乗って、ジュディとニックと一緒にガゼルを誘拐したベルヴェガーを追跡する大型ライドアトラクション。



お店の警備をしているコスプレの前で同じポーズをしたりスマホをかざして写真を撮るのが人気！



アイスクランディの形をしたお菓子が大人気！

ズートピア警察署採用センターで、ジュディとニックと一緒に写真を撮影しよう！



外灘 WAITAN

物語の中に迷い込んだかのような
ノスタルジックな景色にうっとり

19世紀後半から20世紀前半にかけての租界地区。租界時代の行政と経済の中心地で、当時建てられた西洋式高層建築が立ち並んでいる。建物内にはおしゃれなBARやレストランが入っていて、雰囲気を楽しめる。

外灘(ワイトン)

上海市中山東一路 ※ライトアップは22:00頃まで

上海随一の繁華街「南京東路」を黄浦江に向かって歩いていくと、浦東の超高層ビル群が目の前に現れる。上海を代表する夜景スポットで、対岸との距離が近く、照明や電光掲示板がカラフルに光り煌びやか。

陸家嘴(ルージャーズイ)

上海市浦東新区陸家嘴世紀大道
※ライトアップは22:00頃まで

ガラスの摩天楼が描く
最先端の街・上海を代表する夜景

浦東 PUDONG

豫園商城からタクシーで約10分

コンイー・ジージュア 孔乙己酒家

GOURMET

古い住宅街が残るエリアに位置する紹興料理のお店で、店名は中国の文豪・魯迅の小説に登場する人物の名前が由来。魯迅の故郷である紹興の郷土料理や紹興酒の飲み比べが楽しめる。

上海市学宮街36号
図 11:00~14:00、17:00~22:00 図 無休

食用カエルを使った
煮込み料理!



ユイエンシヨウジョウ

豫園商城

16世紀半ばに建造された明代の古典庭園「豫園」の周辺に広がる商業地域。土産物店や飲食店が軒を連ねており、中国の古い街並みが異国情緒を増長し、別世界にいるかのような感覚が味わえる。夜はライトアップされて幻想的な雰囲気。

上海市黄浦区旧校場路
営業時間や休業日は店舗により異なる
※ライトアップは19:00~21:00頃



屋台が連なっているの
複数のお店から少しづつ注文して
食べ比べをするのがおすすめ!

ホテルから徒歩約2分

帥帥精致家常味 (シュアishuアイジンジャーチャンウェイ)

本場の上海料理に舌鼓!

中国実力シェフに選出されたシェフが腕を振るうお店。上海料理は魚介類を多く取り入れているのが特徴で、辛さも控えめ!

上海市静安区長樂路175-4号
図 11:00~14:00、17:00~21:30 図 無休

ホテルから徒歩約4分

屋有鮮 (ウーウシェン)

ミシュラン星獲得の小籠包

新鮮な素材を丁寧に扱い、鮮やかで奥深い味を生み出すお店。上海蟹の小籠包は必食!

上海市黄浦区茂名南路7号1F-103室
図 9:00~18:00 図 無休



南京東路歩行路に位置

ダーバイトウ

大白兔

1918年創業の大手食品メーカーが手掛けるミルクキャンディーのお店。優しい甘さのミルク味のほか様々なフレーバーがあり、ばらまき用のお土産にぴったり!白いうさぎをあしらった雑貨も人気。上海市内のあちこちに店舗があるので立ち寄ってみて。

MARKET

武康大樓から徒歩約20分

ウージンシー

烏中市集

昔ながらの市場をリノベーションし、2019年末にオープンした庶民の台所。1階は野菜や魚介、2階は肉・惣菜・加工品などを扱っており、上海人が日常で食べる食材を見て購入できる。

上海市烏魯木齊中路318号
図 7:00~19:00 図 旧正月期間



ウーカンダーロウ

武康大楼

ヨーロッパを彷彿させる洋風建築やプラタナス並木など、租界時代の面影を残す武康路エリアのランドマーク的存在「武康大楼」。ハンガリー人のラズロ・ヒューデリックの設計による歴史的建造物で、周辺には欧風カフェやレストランが密集している。

上海市徐匯区淮海中路1850号



ナンジンドンルーブーシンジェ

南京東路歩行路

人民広場から外灘まで全長1300mに及ぶ歩行者天国。道の両脇にはグルメ・ファッション・雑貨・土産物など様々なお店が立ち並び、多くの人で賑わう。歴史的建造物と現代的なお店が融合している様子は、日本国内では見ることのない珍しい景色。

MUST BUY

青と赤を基調とした包み紙が目印!缶や袋に入ったものや量り売りなど、商品の種類も豊富!



異国情緒を感じさせる
歴史的建造物!

02

上海旅行で必ず行くべき観光スポットを紹介!



シャンハイブードンコクサイクウコウ

上海浦東国際空港

上海市内から東へ30kmに位置！
中国国内と世界各国をつなぐ国際空港

1993年に開港した中国の3大空港の1つ。ターミナルは2つあり、発着ターミナルは航空会社のサービスレベルで分かれています。利用する航空会社がどの発着ターミナルかを確認することが大切！ターミナル間は無料のシャトルバスで移動可能。春秋航空は「第2ターミナル」にて離発着。第2ターミナルは新しい建物でカフェや土産物店などのショップもいくつかあるので、到着・出発時に空港内を散策してみるのもおすすめ！



出国時

空港の発着ロビーの出入り口のそばで荷物検査をしており声をかけられた場合は、係員の指示に従い荷物を検査機械に通す。そのほかは、他の国際空港と異なることはないので航空会社の窓口にチェックインや荷物預入の手続きをして、手荷物検査や出国手続きを行い、出発ゲートに向かう。

入国時

着陸後、案内表示に従いながら入国審査場まで行き、パスポートと出入国カードの2点を提示して、入国審査を受ける。機内で出入国カードが配られなかった場合も、入国審査の窓口や自動指紋採取機のそばに記入台とカードがあるので大丈夫！入国審査通過後、手荷物受取場で荷物をピックアップする。



到着ロビーの近くにはWi-Fiルーターのレンタルができるショップもある！



HOW TO

はじめての上海旅行 Q & A

Q 上海での決済方法は？現金はいくらぐらい持っておいたら安心？

A 中国ではスマートフォンを使ったキャッシュレス決済が浸透しており、現金に対応していないお店もあるので、主要な決済方法である「アリペイ」や「WeChatPay」のコード決済を利用するのがおすすめ！日本国内でアプリのダウンロードや登録作業ができるので、事前に準備しよう。

Q ネット環境（スマホ・PC）はどうしたら良い？

A 中国では政府によるネット閲覧や制限があるので、LINEやInstagramといった日本ではお馴染みのアプリが使用できなくなる。そのため、VPN（Virtual Private Network）機能付きのポケットWi-Fiや中国専用のeSIM・SIMカード、日本キャリアの海外ローミングを使用しなければならない。

Q トイレは清潔？使い方は日本と一緒に？

A 海外からの観光客が多く訪れる上海では、ほとんどの施設で衛生面に不安を抱くことはないはず。トイレトペーパーは個室に備え付けている場合と、手洗いの近くに設置している場合、設置がない場合があるので、持ち歩いておくとう安心！使用済みのトイレトペーパーは流さずに横のゴミ箱に入れて。

Q 上海での移動には何を使ったらいいの？

A 上海の主な交通機関は地下鉄・バス・タクシーがあり、価格も安いので利用しやすい！「アリペイ」を使えば、各交通機関で利用できるコードが表示でき、チケットを購入せずに乗車できる。タクシーはアプリ内の「DiDi Travel」を利用すれば、現在地から目的地を設定して配車手配ができ、決済もできる！

上海旅行に出発する前にダウンロードしておく便利なアプリをご紹介します！

01

検索サービス
大衆点評
ダージョンディエンピン

近くのレストランやホテルなど、様々な情報とユーザーの評価やクチコミが見られる。日本でいう「食べログ」に似たアプリ。

02

コード決済サービス
支付宝 アリペイ
ジーフーパオ アリペイ

買い物・公共交通機関まで、すべてこれ1つでキャッシュレスに！登録には、クレジットカード・パスポート・携帯番号が必要。

03

配達サービス
美团 美团外卖
メイトゥアンワイマイ

レストランだけでなくコンビニやスーパーなどの商品も配達してもらえる。ホテルには受取専用ボックスがあり、旅先でも利用しやすい！

04

配車手配サービス
滴滴出行
ディディチュウシン

いつでもどこでもタクシーを呼べる便利なアプリ。目的地の設定もアプリ上のできるため、中国語が話せなくても安心。



上海の観光情報は「上海小町」をCheck！

上海市文化観光局ガイドブック「上海小町」には、上海を代表する観光スポットから話題の最新スポットまで、幅広く観光情報を掲載！右記の二次元コードから閲覧することができるので、上海旅行の参考にしてみて！

上海小町WEB版

ART TRIP

上海小町

※掲載情報は、2025年3月取材時点のものです。営業時間や休業日、提供内容が異なる場合がございます。

スターバックス リザーブ ロースタリー

上海の中心部・南京西路に位置し、世界最大規模を誇る店舗。店内中央には店舗の1階から2階までを貫く銅製のコーヒー焙煎キャスクが存在感を放ち、スターバックスこだわりのコーヒーや紅茶はもちろん、併設のBARでオリジナルカクテルも楽しめる。



上海市静安区南京西路789号
興業太古匯N110-N201号
圖 7:00~23:00 図 無休



03 いま話題の“ホットプレイス”へ！

上海の大学院生ケイちゃんに、上海の若者に人気のスポットを聞いてみた！最新＆人気のグルメやショッピングスポットに注目！



案内してくれたのは上海の大学院生ケイちゃん

GOURMET

BUTTERFUL & CREAMOROUS

上海の女性に人気のベーカリーカフェ。どれを撮っても絵になる美味しそうなパンやケーキが並ぶ。店内飲食のほか、テイクアウトもOK！



ピスタチオ
クリーム×
ブリュレ！



上海市静安区呉江路289, 291号
圖 11:00~22:00 図 無休

ヘンジョウイチェンヤンロウチュアン 很久以前羊肉串

上海市内に複数店舗がある人気串焼き店。串に刺さった羊肉やトウモロコシなどの食材を、テーブルに設置された自動回転グリルで焼いて食べる。顔の火照りを抑える冷却シートや食後にアイスをもらえるなど、サービス旺盛！



上海市黄浦区南京東路830号
第一百貨商業中心B館6階
圖 11:00~24:00 図 無休



スージーミンフー 四季民福烤鴨店

北京の老舗有名レストラン。上海でも人気で、名物は「北京ダック」。目の前で捌いてくれ、皮はパリパリ、身はしっとり。北京ダックの他にも様々な料理が楽しめる。



近くにあるよ！



シャンハイウージャンルー 上海呉江路

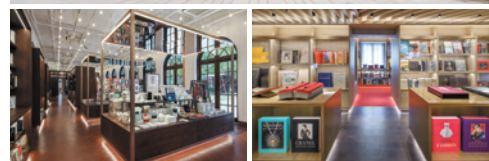
様々な飲食店が立ち並び、行列のできるお店もあって活気に満ちたストリート。地元・上海人の待ち合わせスポットにもなっている。

FASHION & CULTURE

ジャンシェンシンスオ

上生新所 蔦屋書店

日本ではお馴染みの『蔦屋書店』が、約100年前に建てられた『Columbia Country Club』を改装し出店！日本をはじめ世界中から集められたアート本やBIGBOOK、職人による手作りの作品などが並んでおり、アートに触れられるギャラリースペースも。「上生新所」には他にもユニークなお店が入っているので立ち寄ってみて。



上海市長寧区延安西路1262号
圖 10:00~22:00 図 無休



多抓魚循環商店



Lan Mu+ studio



LEMON SELECT SHOP



アンフルー 安福路

上海の若者がよく訪れるストリート。カフェやファッションなど、小規模の店舗がいくつも並んでいる。環境問題に関心のある若者に人気なのが、古着や古本を販売する「多抓魚循環商店」というリサイクルショップ。

ケイちゃんがマユリ〜ナさんに似合う服をコーディネート！





LET'S GO TO SHANGHAI

高松空港から 春秋航空で上海へ

懐かしさと新しさが融合した

最先端の街・上海へ行こう！

春秋グループが運営するオープントップバス「都市観光 (CITYSIGHTSEEING)」を利用すれば、上海の主要観光地を巡ることができます！



高松空港から春秋航空の格安航空券で上海へ フライトスケジュール 2025.3.30(日)~2025.10.25(土)

出発地	便名	高松発 ▶ 上海着	到着地	運航曜日
高松	9C8890	13:00 ▶ 14:30	上海	火・木・土・日
出発地	便名	上海発 ▶ 高松着	到着地	運航曜日
上海	9C8889	8:45 ▶ 12:00	高松	火・木・土・日

*フライトの表示時刻はすべて現地時間です。(時差-1)

*上記スケジュールは2025年3月30日現在のものです。予告なく変更となる場合があります。ご利用時にはご自身でスケジュール等をご確認ください。

高松空港国際線利用者限定

駐車場無料キャンペーン

春秋航空ご利用の際、香南パーキングに駐車される場合に限り、駐車日数7泊8日を上限に、無料で駐車できるキャンペーンを実施。

2026年3月31日
入庫分まで



旅行・企画実施

日本春秋旅行株式会社 高松支店

官公庁長官登録旅行業第1940号 総合旅行業務取扱管理者／植竹 龍一
香川県高松市唐屋町5-9 プラタ59 201号
E-mail: info.takamatsu@springtour.co.jp

TEL087-802-5410

