

中国編 広州 香港

広州は今、色とりどりの自転車であふれかえる。
“長寿の都” 香港での長生きの秘訣とは？
中国華南の2都市に住む人々の暮らしぶりをお届けします。



■ 広東省の基礎経済指標

- * 1人当たり GDP
2万1,835米ドル (2015年) (出所 広州統計年鑑2016)
- * 人口
1,350万人 (2015年) (出所 同上)
- * 消費者物価 (CPI) 上昇率
1.7% (2015年) (出所 同上)
- * 外資系 (日系) 企業事務系スタッフ
月額給与水準 (賞与・諸手当含まず)
879米ドル (出所 ジェトロ「2016年度アジア・オセアニア
進出日系企業実態調査」)

■ 香港の基礎経済指標

- * 1人当たり GDP
4万2,328米ドル (2015年) (出所 世界銀行)
- * 人口
735万人 (2016年) (出所 香港特別行政区政府統計処)
- * 消費者物価 (CPI) 上昇率
2.4% (2016年) (出所 同上)
- * 外資系 (日系) 企業事務系スタッフ
月額給与水準 (賞与・諸手当含まず)
2,269米ドル (出所 ジェトロ「2016年度アジア・オセアニア
進出日系企業実態調査」)

自転車はシェアリングで

シェアリング自転車がブームだ。2016年の9月、広州市にシェアリング自転車サービス「摩拜單車（モバイク）」が登場。その後も次々と同業他社が進出。街は今、オレンジ色、黄色、青色など色とりどりの自転車であふれかえる。通勤にも、遊びにも大いに利用され、広州市には現在、約17万台を超えるシェアリング自転車が投入されているという。

人気の理由は「便利さ」だ。シェアリング自転車は従来の自転車レンタルサービス（当地では公共自転車という）と何が違うか。専用の駐輪スペースが不要。路上に駐輪されているシェアリング自転車を自由に使うことができ、乗り終えた場所に駐輪できる。スマー



歩道に駐輪されたシェアリング自転車

トフォンに専用アプリをダウンロードし、99～299元（約1,600～4,800円）のデポジットを支払った後、付近に止めてあるシェアリング自転車を

選ぶだけ。車体に付いているQRコードをスマートフォンに読み込めば、ロックが解除される仕組みだ。

料金は、車種によって多少差があり、1時間当たり1～2元。一方、最初の1時間は無料で利用できる公共自転車は、1時間当たり0.5～2.5元。12時間を越えた場合には、1日30元の一括料金となる。

利用者にとっては便利この上ないシェアリング自転車。だが、他方では社会問題をも引き起こしている。歩道上の放置自転車が歩行者の妨げとなったり、歩道を走った自転車が事故を起こしたり……など。現行のルールではこれらの問題に対応できない部分もある。そのため、広州市では17年1月上旬に「两会（人民代表大会および政治協商会議）」を開催。シェアリング自転車に関する規制を巡って熱い議論が展開された。

広州市民がマナーを守って安全に自転車を楽しむことができるよう、早急なルール整備が期待される。

（黄 冬瑩／ジェトロ広州事務所）



モバイクを楽しむカップル

物価データ

2017年1月18日 調査日の現地通貨の対円レート：1元=16.5円

品目名	数量	販売価格		備考	調査場所
		現地通貨建て	円換算		
主食（コメ）	5kg	88	1,452	『恒大興安香米』	スーパー「イオン」
卵	1パック（20個）	23.9	394		スーパー「ParknShop」
牛肉	100g	11.96	197	もも肉	スーパー「Taste」
しょうゆ	1ℓ	35	578	『ワダカン』	同上
ハンバーガー	1個	20	330	『ビッグマック』	マクドナルド
ミネラルウォーター	570ml	3	41	『景田百歳山』	スーパー「イオン」
ビール	500ml	7.8	129	『カールスバーグ』	スーパー「ParknShop」
トイレットペーパー	10個	31.9	526	『Vinda』	同上
ジーンズ	1本	249	4,109	メンズ	H&M
電気料金	200kWh	122	2,013	0.61元/kWh	広州市物価局
ガソリン	レギュラー1ℓ	7.1	117		中油碧辟石油
タクシー	昼間5km	20	330	基本料金2.5km10元、その後2.6元/km加算	
携帯電話	基本料金/月	58	957	100分間の無料通話および500MBのパッケージ通話料込	中国移动広東公司
	通話料金/分	0.19	3		
アパート賃貸料	家具付き1カ月（居住面積：175㎡）	22,000	363,000	外国人用、4LDK	友和不動産
自動車（新車）	1台	292,800	4,831,200	トヨタ『ハイランダー』	广汽トヨタ
映画鑑賞	ロードショー1本	69	1,139	『パッセンジャーズ』	百麗宮影城
ゴルフ・ラウンドフィー	1ラウンド	860	14,190	土日の利用料金	假日半島ゴルフクラブ
ベビーシッター	1カ月	3,800	62,700	10時間/日とする	広州祥楽家政

香港 Hong Kong

「長寿の都」の食育法

香港は「長寿の都」。2015年時点での平均寿命は男性が81.4歳、女性が87.3歳といずれも日本を上回る。

長寿には食が大きく関係している。この地には本場の広東料理に加え、世界中から美食が集まる。中国医学に根差した「食育」が無意識のうちに受け継がれているのだろうか。香港人は老若男女問わず、普段の生活の中で、健康を意識した食事を心掛ける傾向が強い。

例えば、体を内側から冷やさないことは大原則。飲食店では夏でも冷水ではなくお湯が出され、店頭ではペットボトルなどの飲料を冷蔵庫に入れず、あえて常温のまま陳列することもある。生野菜など体を冷やすとされる食品はあまり食べず、食べる場合でも体を温める食品と一緒に……などバランスを心掛けることが多い。

一方で、体の熱し過ぎも問題となる。揚げ物、ナッツ、ライチなど、中国医学に言う「熱気」^{イッペイ}を含むとさ



涼茶はいかが？

れる食品の取り過ぎは、喉の痛み、吹き出物、便秘といった体の不調を引き起こすと考えられている。

体内に熱気が蓄積されたら、これを鎮める作用のある亀ゼリー、仙草ゼリー、涼茶を摂取する。

先日、街の至る所で見かける涼茶スタンドで、「夏枯

草」(10香港ドル、約150円)に挑戦した。強い漢方の香りや濃い色合いとは裏腹に、味はほんのり甘く、想像以上に飲みやすい。中には“激苦”のものや、あまりの効果に体を冷やし過ぎてしまうものも。自身の好みや体調を店員にしっかり伝えてから注文されるようお勧めする。コンビニでペットボトル入り涼茶も、気軽に試することができる。

ミシュランガイド香港編には、一食500円程度で食べられる庶民的な食堂から、3万円はくだらない高級

レストランまで幅広い店が掲載されている。「食の都」香港を満喫した後は、涼茶片手に100万ドルの夜景を眺めつつ、熱気を鎮めてみるのも一興では。

(橋本 佳奈/ジェトロ香港事務所)

物価データ

2017年1月24日 調査日の現地通貨の対円レート：1香港ドル=14.57円

品目名	数量	販売価格		備考	調査場所
		現地通貨建て	円換算		
主食(コメ)	2kg	129.9	1,893	久保田(香港精米三重県産コシヒカリ)	スーパー「taste」
卵	1パック(10個)	23.5	342	タイ産	同上
牛肉	1ポンド	85.9	1,252	米国産	同上
しょうゆ	600ml	36.5	532	キッコーマン	同上
ハンバーガー	1個	18.8	274	『ビッグマック』	マクドナルド
ミネラルウォーター	1.25ℓ	8.8	128	『ワトソンズ』	スーパー「taste」
ビール	500ml	10.9	159	『バドワイザー』	同上
トイレットペーパー	10個	36.9	538	『Tempo』	同上
ジーンズ	1本	299	4,356	メンズ	ユニクロ
電気料金	200kWh	144.55	2,106		香港電燈
ガソリン	レギュラー1ℓ	14.89	217		シェル
タクシー	昼間5km	46	670	初乗りは2km22香港ドル、以降200mごとに1.6香港ドル	香港運輸署
携帯電話	基本料金/月	148	2,156	通話は2,000分まで無料、以降毎分0.9香港ドル加算	スマートーン
	通話料金/分	0.9	13		
アパート賃貸料	家具付き1カ月(居住面積：54㎡)	23,000	335,110	外国人用	ミッドランドリアリティ
自動車(新車)	1台	202,300	2,947,511	『カローラ』4ドアセダン	クラウン・モーターズ
映画鑑賞	ロードショー1本	60	874	『バイオハザード：ザ・ファイナル』	UA シネマ
ゴルフ・ラウンドフィー	1ラウンド	2,100	30,597	非会員料金	香港ゴルフクラブ
ベビーシッター	1カ月	4,310	62,797	月給払いの家政婦雇用が一般的	香港政府勞工処互動就職サービス