

上海一人旅 ～人とのご縁から学んだこと～

A Solo Trip to Shanghai ～Lessons Learned
Through Meaningful Encounters～

塩原佳世

Kayo SHIOBARA



(しおばら・かよ)

ICDフェロー

医療法人社団司会
成増北口通り歯科

2026年2月22日から24日にかけて、私の大好きな都市、中国・上海へ一人旅をした。今回で上海を訪れるのは3回目である。2025年2月に初めて主人と訪れて以来、上海の街並みや食文化、人々の温かさに魅了され、ビザなしで渡航できることも後押しとなり、その年9月には上海デンタルショーの視察、そして今回の旅行へとつながった。中国語を学び始めて約2年。2年前の自分からは、一人で上海を旅する姿など想像もできなかった。振り返れば、すべては多くの人とのご縁がきっかけだった。人生は本当に何が起こるか分からない。春節の時期ということもあり、搭乗したANA便は約9割が中国人で、機内はほぼ満席だった。羽田空港から約2時間半で上海浦東空港へ到着したが、ここで最初のハプニングが待っていた。

予約していた送迎ドライバーが見つからなかったのである。自分で探しても見当たらず困っていたところ、近くにいた警備員さんが親身になって一緒に探してくださり、タクシー会社へ電話までしようとしてくれた。アドバイス通り周囲のドライバーへ声を掛けていると、ようやく予約していた方を見つけることができた。ドライバーはタブレットに私の名前を表示していたが、ちょうど画面が消えてしまっていたため、お互いに気付かなかったのである。旅の始まりから現地の方の優しさに触れ、安心して上海での時間をスタートすることができた。

ホテルで一息ついた後は、事前に予約していたお店で漢服を着付けてもらい、流行のワンホンメイクをしてもらった後、撮影のため豫園へ向かった。春節真っ



(左) 漢服+ワンメイクの筆者、(右) 春節限定のライトアップなどで煌びやかな豫園商城



(左) 古代宮廷を再現したショー「宮宴」にて、(右) 南京東路近くのお店で食べた上海名物の蟹黄面



上海タワーからの夜景



魯迅公園の中にある魯迅の墓

只中の豫園は多くの観光客で賑わい、とても華やかな雰囲気だった。撮影を終えてお店へ戻ろうとしたところ、普段とは異なる入退場規制のため出口が分からなくなってしまった。その時の私は漢服姿にワンホンメイクという、とても目立つ格好だった。一人で道に迷ってしまったことに大きな不安を感じた。思い切って近くにいた3人の警察官へ事情を説明すると、出口まで案内してくださり、さらにお一人の方は地図アプリを使って目的のお店まで同行してくださった。異国の地で見知らぬ私にここまで親切にしてくださったことに、心から感謝した出来事だった。

2日目は「宮宴」で古代宮廷を再現したショーと食事を体験した。日本のおもてなしとは異なる魅力が随所に感じられ、中国文化の奥深さを改めて実感した。夜は上海タワーやフェリーから美しい夜景を楽しむツアーへ参加した。その際に担当してくださった日本語ガイドの方との会話は、この旅で最も印象に残る出来事となった。中国語で少し会話をすると発音を丁寧に直してくださり、その後こう言われた。「私は毎日3時間、日本語を1年間勉強し続けたことで話せるようになりました。時間は作るものです。」その言葉は私の心に深く響いた。学生時代を含めても、私は外国語を1日3時間以上勉強した経験があっただろうか。中国語も毎日継続できていたとは言えず、自分自身の甘さを痛感した。同時に学び続けることの大切さを改めて教えていただいた貴重な瞬間でもあった。

最終日は前日のガイドさんに勧めていただいた通り、地下鉄で魯迅公園を訪れた。あいにくの雨で地元の方々の太極拳を見ることはできなかったが、静かな

公園を散策し、その後はマクドナルドで中国限定の皮蛋粥の朝食を楽しみ、南京東路では日本でもお馴染みのスポーツブランドの中国春節限定の商品やお土産などの買い物も満喫した。

今回の旅では現金やクレジットカードを使うことなく、AlipayやWeChat Payなどの決済アプリだけで不自由なく過ごすことができた。また、防犯カメラや手荷物検査など安全対策も整っており、一人旅でも安心して行動できたことは大きな発見だった。そして何より印象に残ったのは、旅の中で出会った人々の温かさである。警備員さん、警察官の方々、ガイドさんなど、多くの方々が気づ知らずの私に親切に接してくださった。観光中は私自身が韓国人と思われることが多かったが、日本人だと分かっても態度が変わることはなく、最後まで温かく接してくださったことがとても嬉しかった。

今回の上海旅行を通して、美しい景色や文化だけではなく、人とのご縁が旅をより豊かなものにしてくれることを改めて実感した。また、自分自身の語学学習に対する姿勢を見つめ直す貴重な機会にもなった。国や文化が違って、人を思いやる気持ちは世界共通である。この経験を大切にしながら、これからも異文化への理解を深め、語学を学び続け、国際交流を通じて視野を広げながら、歯科医師としてさらに成長していきたい。そして人とのご縁を大切に、学び続ける歯科医師でありたいと思う。

上海、また必ず訪れます！

謝謝！再见！