



在住日本人の
失敗談から学ぶ

愛され上司 & マダムへの道



フィリピンで輝く日本人
フィリピンならではの
お花・お茶を求めて
潜入レポ! 第11回盆踊り大会



日本の新聞、始めませんか？ ご購入キャンペーン実施中

読売新聞

NIKKEI

朝日新聞



新規購読特典をご用意しております。詳細に関しましては各新聞社までお問い合わせ下さい。

読売新聞 衛星版

e-mail: yomihk@yomisat.com.hk
WEB: www.yomisat.com.hk
TEL: +852-2834-9332
FAX: +852-2591-6266

日本経済新聞 国際版

e-mail: nikkei@nikkei.com.hk
WEB: www.nikkei.asia
TEL: +852-2598-1771
FAX: +852-2845-7768

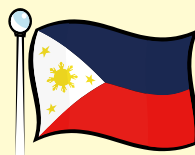
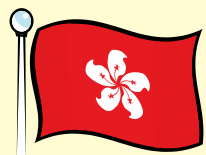
朝日新聞 国際版

e-mail: sub@ocs.com.hk
WEB: www.asahi-asia.com
TEL: +852-2893-9320
FAX: +852-2834-5555

< ご存知ですか？ >

皆様にお届けする上記の新聞は、香港にて深夜に印刷しております。

これを早朝発の航空便にてフィリピンまで空輸し、その後、通関を経てOCSマニラ事務所よりお手元へ配送しております。



ご購入のお申し込みの際は、**「Primer」**を見た、又は、**キャンペーンコード [PHPR]**とお伝え下さい。

< 配達は OCS が承ります >

OCS OCSマニラ

G4 & G5, Ground Floor,
First Cityland Condominium Bldg.,
Rada St., Legaspi Village, Makati,
Metro Manila, Philippines
Tel: (02)894-0341 Fax: (02)817-2891
e-mail: customerservice@ocsmnl.com.ph



primer

05 May 2010

Contents



在住日本人の失敗談から学ぶ

愛され上司&マダムへの道

- 08 フィリピン人ってどんな人??
- 09 聞いてください、
私たち、こんな失敗しちゃいました!
- 10 ついイラッときてしまう、こんな場面
- 11 日本人のここがイヤ!
- 12 これが愛され上司&マダムへの道だ!



Report

- 19 人魚になる島、アポ島
Apo Island 第2回 自然と共に過ごす宿
- 26 潜入レポ! 第11回盆踊り大会
by マニラ日本人会
- 27 アイマージ通信
フィリピンへの貢献を目指して!



Regular

- 07 World通信
スペイン マレーシア
- 27 フィリピンのフィエスタ
スケジュール—4~6月
- 29 大使館情報
- 32 インフォメーション
音楽 映画 イベント
- 33 ホテルイベント情報
- 33 クーポン情報

Column

- 05 フィリピンで輝く日本人
フィリピンならではのお花・お茶を求めて
- 05 フィリピン食彩紀行
伝統的キッチン
- 34 マガンダン・ハポン、フィリピン!
天国への階段 (前編)



28 MAP

マカティ・ロックウェル
フォートボンファシオ
オルティガス・アラバン・ベイエリア
31 MRT / LRT 路線図

編集長 Editor-in-Chief
砂川元亮 Motokatsu Sunagawa
編集・制作・デザイン Editing / Production / Design
iMarketing Japan, Inc.
Primer編集部
アートディレクション&デザイン Art Direction & Design
柳田寛之 Hiroyuki Yanagida (willsnow-dfl)
広告問合せ sales@primer.ph
iMarketing Japan, Inc.
7th Floor Maripola Bldg. 109 Perea St.,
Legaspi Village, Makati City
Tel: 02-836-8381 Fax: 02-808-2163
E-mail: information@primer.ph
URL: http://primer.ph

印刷・製本
TOKIWA I.K. PRINTING CORP.

無断転載・複写・引用を禁じます

primer 5月号 Vol.26

(掲載内容は取材時に基づいたもので予告なく変更になる場合があります)

本誌掲載記事、広告等は弊社内で精査の上掲載しておりますが、記事及び広告内の商品、サービス、その他掲載内容への責任は弊社では負いかねます。また、広告主へのクレーム等が発生した場合には、弊社からは広告主へのクレーム内容の通達のみを行い、それ以上の対応は出来かねますことも合わせてご了承下さい。

primer

Philippine Primer



- is a free-monthly magazine guide that promotes the Philippines through providing monthly updates on tourism and places to visit such as restaurants, bars, hotels and etc.
- is useful and effective communication tool for Japanese residents and tourists.
- with a monthly copies of 20,000 being released and distributed in the Philippines and in Japan.

Our staffs are here to meet not only the expectations of the Japanese tourists and residents but also Japanese and Filipino companies. Philippine Primer provides option in reaching the Japanese community:

- choose between print advertisements or article-style advertisements;
- attract more Japanese to visit your store to avail of the discounts that you may want to offer through Primer's coupon page; and
- cross-media system of free magazine, web portal site and mobile portal site for a triple advertising effect.



**Our
April
Issue**

For inquiries in advertisement, please contact:

iMarketing Japan, Inc.
7th Floor Maripola Bldg. 109 Perea St.,
Legaspi Village, Makati City
Tel: +63-2-836-8381 Fax: +63-2-808-2163
Mobile: (0920) 983-3384
Email: sales@primer.ph
Office Hours: Mondays to Fridays,
9:00 a.m. to 6:00 p.m.
please visit our website at: www.primers.ph



Page 18

- All information and other related materials contained on this magazine are copyrighted by the Philippine Primer magazine. It's made in the original as liked by a Japanese reader.

- Coupon means advertisement with discount ticket of commodity. It's about special promos and discounts. It is a system that it is very familiar for the Japanese and often uses it.



Page 23

- We also have the map and the emergency contact which is very convenient for a Japanese tourist. We also receives information from the Japanese Embassy every month.



Page 25

- Featured on this issue is called "Food Travel". It's about food recipes around the world that are simple to cook and delicious. We used Filipino ingredients, usually used by the Japanese in Japan, but are cheaper here in the Philippines.



Page 8 ~

TRANSPORT! COMMUNICATION SAGAWA

国際宅配便(Sgx)

マニラから日本のお客様まで
ひとつとび! まごころ込めて
お届けいたします!

国際宅配便 Sgx

引越サービス(Removal)

日本人スタッフによるきめ細やかなサービスと、経験豊富なスタッフが、お客様の新生活の第一歩をフルサポート致します。
まずは無料のお見積りを!!

引越 Removal

海上輸送(Sea Cargo)

フィリピン国内屈指の取扱高を武器に最高の価格サービスをご提供致します。

海上輸送 Sea Cargo

航空輸送 Air Cargo

航空輸送(Air Cargo)

大型の貨物だけど早く着けたい! そんなご要望に航空便でお答えします!

物流倉庫(PEZA) Logistics

物流倉庫PEZA(Logistics)

PEZA内の倉庫を活用し、VMIを始めとするあらゆるお客様からの物流課題にお答えします。

<BUSINESS HOUR> Mon - Fri 8:30 - 17:30 TEL: 02-822-9911 FAX: 02-776-2582

佐川急便フィリピン SAGAWA EXPRESS PHILIPPINES INC.

JJM BUILDING 1, KAINGIN ROAD, MULTINATIONAL VILLAGE 1708 PARANAGUE CITY, METRO MANILA, PHILIPPINES

担当: 今井 (mailto:imal@sagawa-global.com) / 大塚 (mailto:m_oba@sagawa-global.com)



フィリピンで輝く日本人

テイラー愛子さん 華道家・茶道家

フィリピンならではのお花・お茶を求めて

華道、茶道といえば、日本的な美の代名詞のようなもの。

その心を伝えるべく、

マニラで25年にわたって師範として活躍し続けている女性があります。

その名も、テイラー愛子さん。

伝統を尊重しながら、同時にフィリピンの長所も取り入れた華道、茶道。

和洋の視点をもって「気品」を追求するテイラーさんの流儀を伺いました。



西洋式住居に和が映えるサロン

マカティ市内の自宅を開放して開く教室には、毎週、華道または茶道を習いに日本人の生徒さんが訪れます。テイラーさんの用意するスペースは、それだけで既に作品のひとつ。広々とした広間はモダンなスタイルでありながらお茶の道具も溶け込むように設計されており、コーディネートのセンスを感じさせます。

四季のないフィリピンでのお花

華道の教室の日は、市場へ行き良い花材を仕入れるのですが、四季がないフィリピンでは伝統的方法がそぐわない部分があります。そこでテイラーさんは、外国で使えるものをふんだん



に用いつつ、空間にも対応する生け花をこころがけています。

「せっかく日本でお花、お茶をやっていた方でも、フィリピンでは続けられない、と思ってしまっている方が多いんですよね」と、テイラーさんは残念そうに言います。海外にいるというだけで諦めないで、素晴らしい教養なのだからぜひ続けてほしい、とテイラーさんは願っています。

作法のプロとして

国際線客室乗務員を経て、夫のフィリピン赴任をきっかけにマニラに住み始めて30年。その間、国籍を問わずいけばな草月流やアレンジメントを教え、茶道では裏千家の海外支部で活動。

また、「フィニッシングスクール」という社交的教養・作法を教える学校の講師を務めたり、さらに自身が主催するコーディネートサロンでは、過去100人以上の卒業生を送り出してきた、まさに「作法のプロ」ですが、一方で「おもてなしの基本はリラックスさせること」と、変に意識して緊張する必要はない、とも言います。経験、未経験を問わず、これからも一人でも希望者がいれば教え続けていきたい、とテイラーさんは語ってくれました。



新たにマニラに来られた女性向けに、お花やお茶、国際的な社交マナーやテーブルマナー等を含む、海外赴任の随行者研修的な内容も企画されています。ちょっと不安だわ、という方はぜひ挑戦してみてくださいいかがでしょうか？

お問い合わせは、

テイラー愛子さんまで

☎ 02-843-8390, 0917-433-9152

E-mail aikotaylor@gmail.com



フィリピン食彩紀行 伝統的キッチン

フィリピンのオールドハウスには、この国らしい生活の知恵が随所に見うけられます。透明感のあるカピス (capiz) 貝を利用した明り採りのための格子窓「カピス・ウインドウ」は言うまでもありませんが、台所にも興味深い工夫がほどこされています。

マニラのイントラムロス内CASA MANILA (下写真)や、セブのCASA GORORDO MUSEUM



のようなスペイン統治時代の上流家庭の生活様式を再現している博物館では、当時の台所の様子が見学できます。調理器具、石臼、クッキー型、お鍋といった台所用品やアイロン、籠などの展示品も楽しいのですが、注目したいのは窓の外です。台所の窓は出窓のように張り出していて、長さの違う木片が柵のように周りを囲み、蛇口付きの水瓶も設置されています。これは、bangguera (バンゲーラ) という「自然食器乾燥システム」兼「食器棚」なのです。張り出した部分の底面は一枚板ではなく、スノコ状なので、洗った食器をのせておけば水切りの役目を果たすし、お皿は立てかけて並べることができます。木片は、洗ったグラス類を逆さまにかぶせて乾かすためのもの。この造りは食器乾燥機の内部さながらです。

木片には、時にはグラスだけでなく、卵の殻もかぶせてあるとか。卵の殻は計量カップ代わりになるので、洗って乾かしていても不思議ではな

いのですが、真相は「卵が買えるくらい家計に余裕がある」ということを誇示する見栄だという説も（真偽のほどは定かではありません）。

家によっては、出窓式ではなく、banggueraが独立している場合もあります。

右上の写真はPampanga州のあるお宅の独立型bangguera。都会では少なくなった伝統的キッチンも、地方にはまだまだ存在しているようです。



写真・文：原田瑠美

「フィリピン家庭料理入門」

（農山漁村文化協会発行・1,740円）著者

ブログ：「ハラナの屋根裏部屋」

URL: <http://www.harana.livedoor.biz/>



あなた自身で体験してください

健康、身体の再生、
そして新しい自分の再発見…。
身体の内外から生まれ変わるあなたを、感じてください。



マンダラ・スパ&ヴィラス ボラカイ



スパ・ホリデイ・スペシャル
&
ウェルネス・パッケージ
2010年5月まで

事前のご予約が必要です。

主な受賞歴

トリートメント・オブ・ザ・イヤー (2010年度バカラット・アジアスパ：ヒロット・トリロジー)
フィリピンのお気に入りスパ (2010年度スパファインダー読者賞)
ベスト・ブティックスパ (2010年度スパファインダー読者賞)
フィリピンの一級スパリゾート (2008年度ワールド・トラベル・アワード)
フィリピンの一級ブティックリゾート (2008年度ワールド・トラベル・アワード)
ホリスティック・トリートメント・オブ・ザ・イヤー (2007年度バカラット・アジアスパ・アワード：ヒロット)
最優秀施設 (2006年度ボラカイWOWアワード)
スパ・トリートメント・オブ・ザ・イヤー (2005年度バカラット・アジアスパ・アワード：ワツ)
ディスティネーション・スパ・オブ・ザ・イヤー (2005年度バカラット・アジアスパ・アワード)
最優秀肌再生プログラム (2004年度スパ・アジア・クリスタル・アワード)

ご予約・お問い合わせはボラカイナビまで

Boracay Navi Tours & Travel Maxima De Boracay Bldg. Dmall Balabag, Boracay Island Malay Aklan 5608

☎ +6336-288-1313 FAX : +6336-288-1553 トラベルコーディネーター岡本まで (日本語対応) E-mail : info@boracaynavi.com Website : www.boracaynavi.com

From Spain 1日5食!?

プロフィール: mechan

大学生の時に、短期留学で行ったロンドンで現旦那と知り合い、大学卒業後、渡西、結婚。右も左も言葉も何も分からないゼロからのスタートだったバルセロナで、カルチャーショックを受けつつ、5年目の今もまだ奮闘中。海外でもできる和食作り力を入れています。現在は、2歳の男の子の育児中です。バルセロナからブログを更新しています。mechanさんのブログ「あー、バルセロナ。」
<http://ameblo.jp/mechan0623/>



スペインのバルセロナに住んで5年になりますが、来た当初一番慣れるのに苦労をしたのが、食生活、特に食事の時間帯でした。「スペイン人は一日5食」なんていう言葉、聞いたことがあるでしょうか。スペインには一日に5回「ものを食べる」時間があります。

まずは軽く朝ごはん。小さいパンとコーヒー。ミルクやジュースだけという人もいます。その後、朝のおやつ時間が有ります。「朝のおやつ休憩」が確保されている職場も多くあり、これがだいたい午前11時前後。バゲットやドーナツ、中にはタパスをつまんで、ビールを飲んじゃう人もいます。日本的な感覚だと、これでお昼でいいじゃないかと思うのですが、食好きなスペイン人、これはあくまでおやつなのです。

お昼ごはんは午後3時過ぎが一般的。スペイン人が一日の中で一番重視する食事です。学校や職場でも、お昼の時間は一度帰宅が認められていたりします。一度家に帰り家族と食事して、そしてシエスタ（お昼寝）をして、

午後再び出かけて行く…というのが、スペインの伝統的な生活スタイル。週末のランチともなれば、家族親戚が集まって、6時とか7時までお昼ご飯を食べていたりします。

午後のおやつタイムもありますが、3時の時点でお昼を食べているので、日本のように「3時のおやつ」というわけにはいきません。スペインのおやつは午後6時頃。

そしてようやく夕ご飯になるのが、夜の9時頃。こちらでは、レストランもディナータイムは早くて8時半頃からの開店です。

必然的に、夜寝る時間も遅くなるわけですが、スペインは世界的に見て、平均就寝時間が最も遅い国のようです。寝る直前までフォークとナイフを手放さない!食好きなスペイン時間に慣れるのには時間がかかりましたが、最近では、日本式に午後7時に晩御飯と言われても、そんな午後の早い時間から夕食作りにとりかかれないうわ!と、すっかりスペイン式怠け者(?) になってしまった私です。



プロフィール: H@NA

1978年生まれ。静岡県出身。昔から海外旅行が好きで、今までに行った国は15カ国以上。イギリス留学後、営業事務として勤務。2006年に日本に留学中のマレーシア生まれカナダ育ちの夫と出会い、2009年8月に結婚。現在マレーシアで日本語教師ボランティア。
H@NAさんのブログ「のんびりマレーシア国際結婚生活」
<http://ameblo.jp/sainte317/>

マレーシアはマレー系、中華系、インド系などの他民族国家で、それぞれの文化が共存している国です。その他に、インドネシア人（メイドに多い）や欧米人、韓国人、日本人も多く住み、レストランのメニューも種類豊富です。

そんなマレーシアでは、イスラム教徒、ヒンズー教徒、チャイニーズとそれぞれ「お正月」が異なる為、年に何度もお正月があり、その度にお祭り騒ぎになります。

その反面、12月の大晦日から元旦にかけての新年は単なる祝日感覚で、1日か2日もすると皆もう仕事に戻ります。日本人の「お正月」という感覚とは違うようです。

2月14日は一般的にバレンタインデーですが、今年は中国の旧正月と重なり「お正月」ムード一色でした。旧正月中はライオンダンス（中国風の獅子舞）が各地で行われ、とても華やかです。これは邪悪なものを払い、幸運を呼ぶとされており、お正月以外にも店舗

のオープン時などによく登場します。

観客はアンパオ（紅包）という赤い祝儀袋を渡します。日本でいうお年玉のようなものです。このアンパオ、基本的には既婚者が独身者に渡すのですが、その他にも会社の上司からや、住んでいるコンドミニアムのガードに渡されることもあります。

中国旧正月といえば家族や親戚が集まって一緒に過ごすのが主流で、ローストダックや豚、縁起が良いとされる食材を使った料理が食卓に並びます。その中でも特に象徴的なのが魚生（イーサン）です。これはスライスした白身魚やサーモンにライムを搾り、にんにくや大根の千切り、胡麻やナッツなどを盛り付け、オイルとプラムソースをかけたサラダのようなもので、集まった家族や親戚、同僚などと運が向上するようにと箸を高く上げて混ぜていただきます。

こうして見ると、民族は違えど幸せを願い縁起を担ぐのはどの国民も同じなんですね。

From Malaysia 多民族国家のお正月 —中国旧正月の過ごし方—



在住日本人の失敗談から学ぶ

愛され上司 & マダムへの道

アンケート 在住日本人に聞きました!

フィリピン人ってどんな人??

フィリピン人の傾向を、在住日本人の目線で勝手に分析してもらいました。

回答が多かった順にご紹介します。

アンケート回答者数：男女47人 年代：30～60代 職業：会社員、主婦

ポジティブな点

- 第1位 明るい
- 第2位 人懐っこい、愛想が良い、家族想い
- 第3位 素直
- 第4位 おおらか
学習意欲が旺盛、頑張り屋・勉強家
- 第5位 忠実、人間味がある・人情深い
- 以下 その他

シンシア教授のコメント

“フィリピン人は家族想い”“フレンドリー”であるというのは有名ですが、フィリピン人は職場の同僚・上司であってもフレンドリーな関係を築きたいと思っています。「明るい」「人懐っこい」「愛想がよい」というのは、フレンドリーな雰囲気や関係作りに欠かすことの出来ない要素であり、フィリピン人はその能力に長けているといえます。



シンシア・サヤス教授プロフィール
Cynthia Neri Zayas Ph. D.
国立フィリピン大学国際研究センター教授。文化人類学博士。
1990年まで計10年間日本に留学。文化人類学博士号は筑波大学にて取得。大の日本通で、日本語も堪能。

書籍紹介

“Celestial Maidens of Southeast Asia and Japan
— A Dialogue of Cultures”
University of the Philippines Center for International Studies編
(英日併記)。
価格：P350 ISBN 978-971-94543-0-4



海外在住の誰もが一度はぶち当たる、現地の人々とのコミュニケーショントラブル。

特に、フィリピン人部下をもつサラリーマンや、ドライバーやメイドという日本にはないシステムを利用している主婦（マダム）は、フィリピン人の常識や考え方の違いに日々悪戦苦闘しています。

今回は、そんなお困り在住日本人へのアンケートと、文化人類学が専門のフィリピン大学教授シンシア・サヤス博士のアドバイスをもとに、円滑なコミュニケーション方法を徹底検証!

お互いにモヤモヤしがちな関係を脱出し、自然に周りから愛される上司&マダムを目指しましょう!

ネガティブな点

- 第1位 言い訳が多い、すぐに責任転嫁する、計画性がない
- 第2位 時間にルーズ
- 第3位 自己解決能力が低い、公共性の意識・概念に乏しい
- 第4位 ホウレンソウ（報告・連絡・相談）ができない
- 第5位 変にプライドが高い
- 以下 その他

シンシア教授のコメント

ミスに対する言い訳や責任転嫁は、日本ではもってのほかですよ。ミスの追及が個人への人格攻撃にならないよう、あらかじめ「ミスの追及は仕事のためであって、個人を責めるためではない」ということをフィリピン人に納得してもらうことが、スムーズなコミュニケーションの重要なポイントです。また変にプライドが高い（謙虚でない）点は私も度々自分の学生に注意しますが、これには「無能だと思われるたくない」という見栄が働いているのです。

フィリピン人のいいところ・悪いところ プチ・エピソード

昨年の深刻な台風被害の際、自宅が水没して大変なことになっているにも関わらず、本人は安全な場所の心配ばかりしている。さらに、もらった見舞金をそのまま他への寄付へ使ってしまう。
人への思いやりの気持ちは素晴らしいが、多少無理があっても気にしない点はNG。

アナタにも心当たりがあるかも!?

聞いて下さい、私たち、 こんな失敗しちゃいました!

日本人の感覚を押しつけてしまい、ついついやってしまうこんな失敗。
些細なことでも、大きなコミュニケーショントラブルに
発展してしまいます。
思い当たる人は要注意!

バレバレですけど…

社内スタッフの業務態度を
注意したら、逆恨みされ、
脅迫テキスト（ケータイ
のメール）が送られて
きた。（30代・男性）



次のこと考えようよ!

使用予定の会議室が確保できていなかったことが分
かり、どのように対処しようと考えているところで
担当者が言い訳に徹しようとするので、つい感情的
になってしまった。（50代・男性）

あるある度
No.2

熱くなりすぎるのはいけません

部下の前で、フィリピン人マネージャーに「能無し」という意味のつ
もりで「No Brain!」と言ってしまった。

こんな英語はないのは
分かっているが、この
ときはついカッとなっ
て怒鳴ってしまった。

（40代・男性）



NG行為、第一位!

部下の前で、フィリピン人リーダーを叱ってしまった。
（40代・男性）

あるある度
No.1

逆ギレなのかなんなのか…

社内のフィリピン人マネージャーが産休のとき、その部下が無断遅刻
してきたので注意したら、なぜか「マネージャーを通すべきだ!」と
逆に注意された。自分の部屋に入れて注意したし、決して大声は出し
ていないのに。今でも謎な出来事です。（40代・男性）

ここまでくると意地比べ?

品質不具合の調査に対してウソをついたフィリピン人責任者に、「何
もしないでよいから一週間そのイスに座ってろ」と指示したら、3日
くらい経ってから労働組合が怒鳴り込んできた。仕方がないので解放
した。（40代・男性）

その他

つい人前で怒鳴ってしまった。でも今では少々“フリ”もしながら怒鳴
ってみたいもします。

怒鳴ったくらいでこたえる相手でもないし、こちらの意志も伝えなく
てはいけませんので。（50代・男性）

ビジネスの関係である以上、気まづくなることがあっても何も問題な
い。（40代・男性）

メイド編

今までは…たまたまだったのね

いつも買い物頼む際には、某メーカーの牛乳をお願いしている。あ
る日、突然同じメーカーの「Lowfat」の方を買ってきたので、なぜ
かと尋ねると、今まではたまたま「Lowfat」じゃないものを買って
いただけだったそう。その返事に納得できず、思わずカッとなって怒
ってしまいました。（30代・女性）

ゴミじゃないから!

帰国する友達からもらった文庫本を無造作に紙袋に入れてリビングに
置いておいたら、ゴミだと思われて勝手に捨てられた。普段はあまり
感情的にならないように気をつけていますが、そのときばかりはキレ
ました。（40代・女性）

ドライバー編

NOと言えない…のはNO

夫が「うちは借金の申し込みは絶対受け付けない」とドライバーに宣
言していたにも関わらず、ドライバーが私に「借金したい。ボス（夫）
には内緒にしてください」と申し込んできた。断り切れずに承諾して
しまい、あとで夫に「意見を統一しないとずるずる借金を申し込まれ
る」とひどく怒られた。

ドライバー「ママ

（私）に言うな」と

叱られていた。

（40代・女性）



私たちにも一言いわせて!

日本人のここがイヤ!

これだけ言われて、黙っているわけにはいきません。
フィリピン人だって、日本人へ言いたいことはたくさんあるんです!
日系企業で働くフィリピン人へのアンケートをもとに、
代表的なものをいくつかご紹介します。
皆さん、意外にギクッとすることがあるのでは?



いつも深刻・スマイルが足りない

仕事中の顔が怖い。怒っているのかと思うときすらあります。しかもっ面ばかりじゃなく、ときにはスマイルやユーモアも必要だと思います。



誤解、誤訳、文法が変

日本人は英語が苦手。純粋な言葉のミスコミュニケーションで、言ったことが悪く受け止められてしまったり、間違っって伝わってしまうことがあります。英語を正しく理解してほしい!

避けられている?

フィリピン人スタッフのおしゃべりに加わるのを避ける傾向があるように思う。自分たちに関わりたくないのかな、と寂しい気持ちになる。



過度な期待

現実的で妥当なライン(もしくは解決案)よりも、もっともっと上を期待されているようで、ときにプレッシャーを感じてしまいます。



勤務態度

真面目な顔で黙々と作業するより、リラックスしてのびのびと働いた方が、気持ちもいいし仕事もはかどると思います。

めんどくさがらずに聞いてほしい

黙って仕事を抱え込まずに、頼んでもらえれば助けられる作業が多々あります。信頼されていないのか、と悲しい気持ちになります。



突然作業の順序が変わる、要求がいっぱい、常に急いでいる

作業をしている途中に、いきなり別の作業が与えられて、すぐにそれをやらないといけな。すぐに答えられないような返事を急に求められることもあります。急いでいるのは分かるけど、もう少し相手のことも考えてくれれば、と思います。



調整不足

私たちの知らないところで予定が組まれているときがある。予定表にないミーティングが入っていることも度々あるので、必要事項はその都度きちんと伝達してほしい。

シンシア教授のコメント

日本人は「仕事は仕事」と割り切るのが通常ですが、フィリピン人の場合には仕事でもジョークを言ったりよく笑ったり、仕事仲間を友人と想いたい傾向があります。日系の会社では勤務中の態度など、日本式の仕事の仕方を根気よく教え込むことが必要でしょう。また、日本では上司や同僚から「どう思うか」と意見を求められたとき、相手は暗に“同意”を求めている場合があります。そのシチュエーションで反対意見を言っても相手は素直に受け入れず、気分を害することもあるかもしれません。

要は「言い方」や「タイミング」の問題で、日本人もフィリピン人も、それぞれの傾向をお互いに理解することが大事です。

クローズ・マインド

フィリピン人スタッフが意見を言っても、日本人の言うことが正しい、で押し通されてしまいます。説明は聞けど、イエスとは言わない。もう少し柔軟に考えてほしいし、意見を通せない理由を説明してくれれば納得できるのに。



私なりのコミュニケーション円滑術

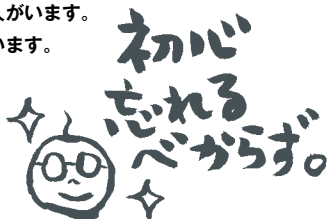
これが愛され 上司&マダムへの道だ!

さて、お互いに文句を言っているばかりでは、よい関係は築けません。
皆さんが普段心がけている“自分なりのコミュニケーション円滑術”を参考に、
私たちの方から意識改革してみませんか?



忘れてませんか? 基本の“き”

常に相手の人格、立場を尊重して接していれば、普通に接しているだけでも
良好な関係は維持できる。(50代・男性)
彼らを尊敬し、こちらの習慣を押しつけない。自分はこの国で仕事をさせて
もらっているのだということを認識する。(50代・男性)
一口にフィリピン人といっても様々な人がいます。
日本人以上に真面目で時間を守る人もいます。
国民性で切り捨てるのではなく、それ
ぞれの性格を見極め、各自のレベルに
応じた言い方や指導を心がけています。
(40代・男性)
フィリピンの文化を積極的に理解しよ
うと努める。同時に、日本の文化(企業文化を含め)も理解してもらうよう
に努める。(40代・男性)



こちら重要、基本の“ほ”

ミスに注意する場合には、必ず当事者と一対一で話を(指導して)から、
全体会議で問題点を共有するようにしている。(60代・男性)
注意は、必ず当事者だけを呼ぶです。(30代・男性)
人前で大きな声を出して怒らない。(50代・男性)



石の上にも三年

教えるべきことを丁寧に教え、改善されるのを気長に
待つ。(30代・男性)
新たに始めることは根気よく指導する。理解される
まで、何度も繰り返して言う。
とにかく話し合う。先入観で物事を見ない。(40代・男性)

客観的に

感情的な怒り方をせず、論理的に説明する。(50代・男性)
やるべきこと、やってはいけないことを初めから明記した書類を作成する。
守れなかった場合には辞めてもらう旨、最初に伝えておく。(30代・男性)
フィリピン人は権威に弱いようなので(私見ですが)、職場内のなるべく地
位の高い人から注意してもらう。自分もその場に同席し、その上で「上司も
ああ言ってるし、一緒に頑張ろう」という論法で更正させます。(30代・男性)
ミスを直接指摘せず、自分でミスに気がつくように仕向ける。(50代・男性)

意外に効果的!?

まずお腹いっぱい食べさせる。飲みニケーションならぬ、食ベニケーション。
(30代・男性)



ドライバー編

ミスは面と向かってハッキリ注意する。それでも更正されない場合には、「新
しいドライバーを探そうか」という話を周りにして、間接的にドライバーの
耳に入るようにする。(30代・男性)
曖昧な要求・指示がトラブルの原因になる。何事もハッキリさせる事が重要。
(30代・男性)一ヶ月に一回程度、一緒に外出して夕食をとる。(60代・男性)

広〜い心で

行動や言動をよく観察して、思い込みで判断しない。ミスばかり責めず、良
いところを見つけて伸ばしてあげるように心がけている。(30代・男性)
ミスは誰にでもあるので、次回からは同様なミスをしないようにと付け加え
た上で、何かあればすぐ相談するようにとも伝えます。(40代・男性)
あまり厳しく問い詰めると相手も感情的になってしまうので、常に逃げ道を
作ってやる。(60代・男性)

信頼関係

日頃から頻繁に話しかけ、時には健康状態や家族のことも聞いて「私はあな
たを気にかけている」という意思表示する。(50代・男性)
フィリピン人同士、噂が広まるのは非常に早い。連絡事項が正式ルート外か
ら伝わると誤解を呼ぶので、関係者への業務連絡を怠らない。(30代・男性)
困難と思われる仕事でも、まず任せてみる。問題が見つかればそれを徐々に
解決していく。(60代・男性)
信頼しているということを告げて、それを裏
切らないようにお願いする。(50代・男性)
たと言いつても、まずは相手の言い分を聞
くようにする。その上で問題の一つひとつに
対して一緒に原因・対策を考える。(40代・男性)



甘えは禁物

あまり深入りせず、ある程度の距離感が大事。あまり親しくなりすぎても、
間違ったことがあったときに指摘しづらくなるし、フィリピン人の方にも甘
えが出てしまう。(40代・男性)
親密になりすぎると規律を守らないものが出てくるので、一定の距離を保つ。
(30代・男性)

結局は、一人の人間

フィリピン人と一言でいっても、中には優秀な管理職や担当者がいるのも事
実。上手く褒め、さらなる成長を促すことが大事。(60代・男性)
国民性の違いを認識し、「日本では〜」「フィリピンでは〜」という言い方は
しない。(30代・男性)
職場での地位以外では対等に接するのが礼儀であり、常識。(50代・男性)



メイド編

良いこと、気の付くことをしたら大げさに褒める。褒められて嫌な人間はい
ませんからね。(40代・女性)
ミスをしたらその場ですぐ注意して、あとに残さない。(40代・女性)
仕事の事項は紙に書いて、自宅の
壁に貼っておく。(50代・男性)
安くても良いので、出張の際など
はちょっとしたお土産を買ってき
てあげる。(40代・女性)
あなたは家族ではなくメイドであ
るという境界線を常に引いておく。
(40代・男性)



愛され上司 & マダムへの道



シンシア・サヤス教授のコメント

スムーズなコミュニケーションのためには、お互いが異なるバックグラウンドを持っていると認識することを前提に、自分では当たり前と思うことでも一つひとつ相手に説明していく必要があります。日本でも、大きな会社では時間をかけて新入社員研修をしますよね。日系企業で働くフィリピン人スタッフとはいえ、日本人や日本に関する知識が十分にあるわけではないので、丁寧な指導が必要なのはなおさらです。

フィリピン人は、一般的なルールがあったとしても、自分が納得できないと従わなかったり、他の人が守っていないといって、なし崩しにしがちです。規則に書いてあるから知っているはず、で済まらず、相手が納得できるまで説明することも効果的です。

また、フィリピン人は言いたいことを直接言えない時、それをジョークの中にも含ませることがあります。フィリピン人スタッフがジョークを言うとき、そこにはメッセージが隠されているかもしれません。「またふざけているな」と受け流さずに、気をつけて聞いてみてください。

フィリピンプライマー編集部より

今回の特 、いかがでしたか?

部スタッフも、皆様からのアンケートの結果に くことが多かった反面、フィリピン人からの い指摘にグサリときたり…。また、全体を通して「フィリピン人の失敗やネガティブな行動」は、実は日本人にも当てはまることが多いように思えました（フィリピンタイムに慣れちゃってる人、ついつい言い訳 くなっちゃう人など、心当たりありませんか!?)。

フィリピン人、日本人といえど、結 は人対人。

お互いに み りながら信頼関係を 築きたいですね。

アンケートにご カ いた皆様、どうもありがとうございました!



Light Tutorial Services

ご家庭での個人レッスン

ARTS (伝統的なものから現代アートまで各種)
MUSIC (ボイスレッスン、ギター、ピアノなど)
LANGUAGES (英語、日本語、中国語、フランス語)
ACADEMICS
SPORTS

その他、様々なジャンルの個別指導を行っています。
詳細は今すぐお電話で!

Mobile: 0919-511-0280 ☎ 02-567-8216 / 02-567-4309

Unit 3125 Pacific Regency, 760 P. Ocampo Sr. Ave., Malate, Manila ☑ G-4
Email: light_tutorial@gmail.com

言葉は、情熱。



自分の強みを見つけてください。
外国語に投資することで、世界へつながる道が開けます。

本校の講師陣は、
言語を自然な方法で教えるテクニックに秀でたネイティブスピーカー。
あなたの目標とするところまで、
私たちが連れて行きます。

17.N Burgundy Corporate Tower
Makati City 1200 Philippines
Tel : +632 856-3585
Fax : +632 856-3220
<http://bridgelanguagecenter.com>



Linguaphone

マカティで英語を学ぼう! 選べるスケジュール

DIRECT ENGLISHはリンガフングループが運営する、世界的な英会話スクールです。英会話コースにはテキスト、オーディオCD、ビデオCDがセットになっています。

個別指導やカンパセーションクラス、マルチメディアセッション、そして課外活動を併せ持つ、特別な教育システムをご用意しております。

コミュニケーション能力、理解力、あなたの英語学習をサポート

受付時間: 月~金 7:30~18:00 土 9:00~17:00

4F, YL Finance Building, 115 V.A. Rufino cor. Salcedo Sts. Legaspi Village, Makati City 1229 ☑ B-3

E-mail: info@vialinguainc.com/vialinguainc@yahoo.com

☎ 02-817-4728 または 812-1345 / 0918-917-6797





キヤノンは新社長を指名、本社オフィスを McKinley Hill (マッキンリー・ヒル) へと移 転しました！

新年度の始まりと共にCanon Marketing(Philippines) は本社を
移転、新リーダーシップ体制を宣言しました。

キヤノンはタギッグ市のビジネス中心地、7th floor,
Commerce and Industry Plaza, Campus corner Park Avenue,
McKinley Hill, Fort Bonifacioに新オフィスをオープン致しまし
た。

ビルの一階には広大で美しいオフィス機器のショールームも
構えており、大企業のお客様へより良いサービスを提供でき
る体制となっております。

新オフィスへの移転だけにとどまらず、キヤノンマーケティ
ング(フィリピン)は新社長・新最高経営責任者としてMr. Alan
Chngを迎えました。Mr.Chngは自身の30年のオフィス映像機
器産業における経験と知識を新ポストにもたらすことになる
でしょう。Mr. ChngはCanon Singaporeのオフィス映像機器担
当の前副社長であり、シンガポールのオフィス映像機器事業
を着実に成長させた実績がございます。

Mr.Chngはキヤノンフィリピンをより大きな成長をもたらし、
キヤノンブランドをより確固たるものへと導く使命を課され
ました。そして、キヤノンフィリピンの製品提供、ポートフォ
リオサービス、そして取引業者とお客様との関係を強化してい
くことを宣言しました。

「フィリピンには現在挑戦やチャンスがたくさんあります。全
社員と関係者の方々のお力添えと共に、キヤノンフィリピン
はトップであり続け、国内のマーケットシェアを拡大してい
くことでしょう。」とMr. Chngは語ります。

Mr. Chngはキヤノンシンガポールの子会社であった(当時)
Canon Solutionsの副社長としてキャリアをスタートさせまし
た。この2社が合併したとき、Mr. Chngは戦略企画部を率いて
ヴェトナムに進出し、ホーチミンシティとハノイに駐在員事務
所を設立しました。ヴェトナムでは販売店や取引業者との強
いネットワークを作り上げ、各支店の売上げ成長に大きく貢
献しました。

キヤノンに入社する以前は様々なオフィスシステム産業会
社に従事し、Selex Singaporeで取締役として10年、またCopyer
Cyberでも11年取締役を務めました。



心と心をつなげるのは、
あなたの「声」です



国際通話料金
5,000円/月額
日本→フィリピン
国際電話が
通話し放題!!

- 安心の定額制で、日本からフィリピンの国際電話がかけ放題、話し放題!
- 双方共にインターネット環境に依存しない、次世代国際電話サービス!
- 日本の契約者は特別な端末の導入や設置作業も不要! 現在お使いの端末をそのまま使用できます!
- フィリピン側には、ワイヤレスランドラインを支給。フィリピン国内のローカルコールは無料!

まずはお気軽にお電話にてお問い合わせ下さい

☎ **03-5833-2677 (東京) / 02-703-4193 (マニラ)**

アイマージオンラインインターナショナル株式会社 I-Merge Online Int'l Co., Ltd.

東京都中央区日本橋蛸殻町2丁目8番11号パークハビオ水天宮306 URL: www.primercall.ph E-mail: sales@primercall.ph

Primer CALL Application Form

Control No. 整理番号			
APPLICANT'S INFORMATION お客様情報			
Applicant's Name			
お名前	Last Name	Middle Name	First Name
Address 住所	Postal Code 〒 (-)		
Telephone No. 電話番号		Mobile Phone. 携帯	
E-mail Address			
Birthdate 生年月日			
EMPLOYMENT INFORMATION お勤め先情報			
Employer's Name 会社名			
Address お勤め先住所			
Position 役職			
Contact Number ご連絡先			
PHILIPPINE BENEFICIARY'S INFORMATION フィリピン側利用者情報			
Name			
お名前	Last Name	Middle Name	First Name
Beneficiary's Address (Philippines) フィリピン側 ご住所	Postal Code ()		
Landmark (for ease of identifying address) お近くの目印になる建物		Beneficiary's Phone # フィリピン側 電話番号	
PHONE NUMBER REGISTRATION 登録用電話番号			
You may register up to two (2) Japan numbers. Please indicate if landline or mobile phone. 日本でお使いの電話番号をご登録下さい			
Phone 1	☐ Landline 固定電話	☐ Mobile 携帯	
Phone 2	☐ Landline 固定電話	☐ Mobile 携帯	
PLEASE CHECK PREFERRED SERVICE FOR PHILIPPINE BENEFICIARY フィリピンでご利用になる電話機の種類をお選びください			
1. ☐ Bayan WIRELESS LANDLINE ワイヤレス電話 (Choose the type of phone unit you want) ☐ Handheld Mobile (携帯型ワイヤレス) OR ☐ Wireless Desktop 卓上型ワイヤレス			
2. ☐ Bayan PHONE (Fixed Landline) 固定電話			
PAYMENT お支払いについて			
Note: Initial payment includes one month advanced payment plus One-time Fee. 初期費用には、1ヶ月分の前払利用料と携帯端末費用が含まれます。			
☐ AGENT NAME (代理店名)	I-MERGEONLINE Co. Ltd.		
IMPORTANT: REQUIRED DOCUMENTS TO BE SUBMITTED WITH APPLICATION FORM お申し込みの際は下記の資料のコピーを添付してお送りください			
Please fax or mail back this application form to I-MERGEONLINE INT'L Co., LTD. Fax No. 03-5833-2678, together with the requirements needed for processing as below 1 & 2; 日本人の方はお申込み書及び下記 2 の現住所の確認できる公共料金領収書（電話・都市ガス・水道・電話）の中で発行日から 3 カ月以内のもので、印字されているものを FAX もしくはご郵送ください。			
1. One (1) copy of any valid ID listed below (Please mark X inside the box) ☐ Passport パスポート ☐ Alien Registration Card 外国登録証明書 ☐ Driver's License 運転免許証			
2. One (1) copy of any proof of billing listed below (Please mark X on the box) ☐ Electric Bill 電気 ☐ Water Bill 水道 ☐ Gas Bill ガス ☐ Telephone Bill 電話			
I hereby confirm that the information provided above is true and correct. I understand that I will receive billing notices from I-MERGE and proceed to pay such dues accordingly. I further confirm to have read and agreed with the terms and conditions attached to this form. 私は、上記に提供される情報が真実で正しいことを確認し、私がアイマージからの当該料金の請求書に応じて支払うことを了解致します。 また、私はここに添付された契約条件に同意することを確認します。			
Signature (署名)			
Date (日付)			

ZestAir

ゼストエアー



MORE REASONS TO FLY WITH US...

快適な空の旅に 私たちを選ぶ理由

- ✓ ご予約からご搭乗まで、質の高いサービス
- ✓ 便利な予約システム
- ✓ 利便性がよく、混雑しない空港ターミナル
- ✓ 時間がかからないチェックイン
- ✓ 手頃な料金体系
- ✓ 膝先空間にゆとりのある座席
- ✓ ご利用しやすい発着スケジュール
- ✓ フレンドリーかつ礼儀正しい客室乗務員



Boracay • Bacolod • Busuanga • Calbayog • Catarman • Cebu • Davao • Iloilo • Kalibo
Legazpi • Manila • Marinduque • Masbate • Puerto Princesa • San Jose, Mindoro
Tablas • Tacloban • Tagbilaran • Virac • 国際線：韓国(仁川)

お問い合わせ：855-3333 ウェブサイト：www.zestair.com.ph



日本人経営の日本人のための レンタカーです!

レンタカー車種・ご利用料金のご案内

価格とサービスに自信あり! もちろん! **運転手付!**

トライアングル トラベル

☎ 02-9867756/02-853-0775

☎ 09-273727874

日本語
ダイヤルも
あります! 09-273727874

・ファミリー: 定員8名
ミツビシアドベンチャー



レンタル時間	料金(ペソ)	日本語通訳付
6時間	2,000	☎2,000
12時間	2,800	☎2,500
24時間	4,300	☎4,000

超過料金
400ペソ/時

・TOYOTA: 定員8名
イノバ



レンタル時間	料金(ペソ)	日本語通訳付
6時間	2,300	☎2,000
12時間	3,000	☎2,500
24時間	5,000	☎4,000

超過料金
400ペソ/時

・TOYOTA: 定員14名
ハイエース



レンタル時間	料金(ペソ)	日本語通訳付
6時間	2,500	☎2,000
12時間	3,700	☎2,500
24時間	6,000	☎4,000

超過料金
500ペソ/時

・RVクラス: 定員6名
フォードE150



レンタル時間	料金(ペソ)	日本語通訳付
6時間	3,000	☎2,000
12時間	4,000	☎2,500
24時間	6,500	☎4,000

超過料金
500ペソ/時

値下げしました!

当日予約も可!
受付 9:00~18:00

当社のレンタカーはすべて運転手付きの価格になっております。ガソリン代はお客様負担です。返車の際に、返却地最寄りのガソリンスタンドで給油し、ドライバーに領収書と引き換えに現金をお支払い下さい。

HPからのオンライン予約できます
URL: www.triangle-travel.com/

サラ・レンタカー

誠実なドライバーが
新車でご案内する
安心のサービス

本誌読者特典
本クーポンを
ご提示いただいたお客様は、
ご利用1日につき
300ペソ割引いたします。

※本割引は現金でのお支払に
限らせていただきます



一日ご利用料金

3,800 ペソ/24時間

※有料道路通行料、燃料費を除く
(メトロ・マニラ外)

3,100 ペソ/24時間

(メトロ・マニラ内)

お問い合わせ: **63-927-8166080/856-5655/3381875**

Address: UG 12 CITYLAND PASONG TAMO TOWER, MAKATI

Tanawin Luxury Apartments

Paradise Lifestyle Boracay

Tanawin、ここからの素晴らしい眺望を、ぜひあなたにも…。ボラカイの壮大なパノラマビューの中で、日の出と共に目覚め、感動的な夕陽を心ゆくまで眺める楽しみ…。Tanawinにて贅沢かつ快適に南の島での時間をお過ごし下さい…。

Room Type	ピークシーズン 11月~5月	スーパーピーク シーズン スペシャルホリデー	ひと月の料金
One Bedroom (2 Persons)	USD 120/1泊	USD 135/1泊	USD 700
One Bedroom Deluxe (2 Persons)	USD 150/1泊	USD 165/1泊	USD 960
Two Bedroom (4 Persons)	USD 200/1泊	USD 220/1泊	USD 1,500
Two Bedroom Deluxe (4 Persons)	USD 220/1泊	USD 250/1泊	USD 1,600
Penthouse (6 Persons)	USD 300/1泊	USD 330/1泊	USD 2,100

ご予約・お問い合わせはボラカイナビまで **Boracay Navi Tours & Travel**
Maxima De Boracay Bldg. Dmall Balabag, Boracay Island Malay Aklan 5608
Landline: (6336) 288-1313 Telfax: (6336) 288-1553
トラベルコーディネーター 岡本まで (日本語対応)
Email: info@boracaynavi.com Website: www.boracaynavi.com



家具完備・各戸独立設計の
1・2ベッドルームユニット
1泊毎または
長期レンタルで
ご利用いただけます。

SAND CASTLES THE APARTMENTS

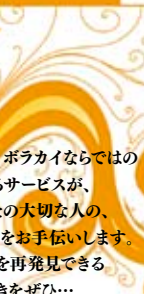
最高の ビーチフロント アパートメント

ご予約・お問い合わせは
ボラカイナビまで
Boracay Navi Tours & Travel
Maxima De Boracay Bldg. Dmall
Balabag, Boracay Island
Malay Aklan 5608
Landline: (6336) 288-1313
Telfax: (6336) 288-1553

トラベルコーディネーター
岡本まで (日本語対応)
Email: info@boracaynavi.com
Website: www.boracaynavi.com

お部屋	料金	ピーク日の追加 料金 (総額への)
1- ベッドルーム (海見える部屋) "Mandaya"	P8,600	P6,160
1- ベッドルーム (ビーチフロント) "Aeta" "Tagbanua" "Kankanay"	P11,100	P6,160
2- ベッドルーム "Ibaloi"	P12,320	P12,320
2- ベッドルーム (ビーチフロント) "Maranaw"	P18,480	P12,320
2 階建て ペントハウス "Hanuno'o"	P24,600	P18,480

feel the WARMTH of our BORACAY


ル・ソレイユ・デ・ボラカイならではの
温もりのあるサービスが、
あなたとあなたの大切な人の、
大切な思い出作りをお手伝いします。
人生の美しさを再発見できる
至福のときをぜひ…

ル・ソレイユ・デ・ボラカイ ホテルで

マカティオフィス
G/F P.J.L. Corporate Centre, 1782 N. Garcia cor. Candelaria Sts., Bel-Air, Makati City
直通電話: +632 890 0493 / 899 6779 • Telfax: +632 899 8756
Email: lesoleil@pjllhuillier.com

ボラカイオフィス
Boat Station 2, Boracay Island, Malay, Aklan
Tel.Nos.: +6336 288 6209 to 12 • Telfax: +6336 288 6118
Email: lesoleil@smartnet.ph

www.lesoleil.com.ph



Apo Island 人魚になる島、アポ島

フィリピンのダイビングスポットと言えば、必ず名前が挙がるアポ島。
世界中のダイバーを虜にしている島です。
ダイビングをしない人でも、
シュノーケリングで十分満足できることは間違いありません。

第2回 自然と共に過ごす宿

アポ島には現在二つのホテルがあります。どちらもリゾートホテルの名に相応しい造り。

APO ISLAND BEACH RESORT はフィリピンのリゾートホテルでよく見るコテージタイプ。ニッパヤシの屋根がとてもキュートです。宿泊は600ペソ〜。

Liberty's Community Lodge はスペインを思い浮かべるような真っ白な壁と石の造りが特徴ですが、箇所々にあるオブジェはフィリピンに繋がりのあるものばかり。山の斜面に建っているため、ほとんどの部屋からビーチが一望できます。宿泊は600ペソ〜。

日中はあちこちからダイバーを乗せたボートが集まり賑やかなアポ島ですが、夜は自然に飲み込まれたようにひっそりします。時間になると電気の供給が止まるため、自然が放つ明かりを頼りに普段は眠っている五感が研ぎ澄まされます。

日が昇るのと同時に目を覚まし、日が沈むのと同時に体を休ませる。太陽と共にする生活は、仕事で疲れた体に自然のリズムで生活する心地よさを思い出させてくれます。

～つづく～



- ①ビーチリゾートならではの贅沢なくつろぎ
- ②南欧を思わせるホテル。質素な中にも温もりを感じる
- ③ホテルから眺めるビーチ。眩しいほどの清々しさ
- ④晴れた日の息を飲むような夕日は、まるで日々の自分へのご褒美のよう

APO ISLAND BEACH RESORT

<http://www.apoislandresort.com>

Liberty's Community Lodge

<http://www.apoisland.com/libertylodge>



次回はアポ島でのシュノーケリングについてご紹介します。

お泊りは、安心の日系ホテル(日本人スタッフ駐在)

ボラカイ サーフサイドリゾート&スパ

目の前のビーチはもちろんホワイトサンド
全16部屋のほか、レストラン、ダイブショップとすべてがそろったビーチリゾート

併設スパ Yasuragi
アンティーク調のコーヒESHOP nagisa で午後のひとときを...

ボラカイでのお楽しみ

E-Mail: mail@boracaysurfside.com website: www.boracaysurfside.com
ボラカイ事務所 TEL:036-288-5006/5049 Fax:036-288-3635

いろいろあります♪ 一押しツアー!

- PADI ダイビングライセンスコース 2泊3日
- 日帰り体験ダイビング
- 日帰りシュノーケリング
- タガタイ タール湖トレッキング

フレンドシップツアー ドゥタニマニラ3F M C-4
営業時間:9:00~18:00(土曜:9:00~15:00)定休日:日曜・祝日
TEL:02-840-1060,894-1124(時間外:0928-506-8162)
www.friendshipmanila.com 日本語でどうぞ!
日本大使館認定 査証申請代理機関

成田で借りて成田で返すレンタカー

ウィークリー ¥33,810 ~
マンスリー ¥49,800 ~
<http://rentacar.its-smile.co.jp/>



ネットワークホテル

日本人の好みにぴったり応えるサービスが魅力的です

マニラ湾に面し、空港へのアクセスも便利なロケーション。空港とホテルの移動は無料送迎サービスがあるので、細かな心配をせずに済み、助かります。また、もしなにか困ったことがあったとしても常駐している日本人スタッフに相談できるので安心感があります。

レストランはホテル内だけでも1階の「海舟」、2階の「カフェ・サンパギータ」、「レ・アモーレット」とチョイスが豊富で、今日は中で食事を済ませたいな、と思ったときにも気分にあわせて場所を選べます。変に気取らず食事ができるのがいいですね。特に、友人との待ち合わせの間に利用した「レ・アモーレット」のパスタは、日本人好みのゆで加減で美味。スタッフのサービスもよく、大満足でした。

宿泊したのはロイヤルルーム。落ち着いた雰囲気、落ち着いた部屋からは、窓の向こうに見えるマニラ湾の水平線へ陽が沈んでいくのを鑑賞できます。窓が大きいので見晴らしがよく、閉塞感のない部屋でゆったりとリラックスできます。

泊まっていた部屋のバスルームにもお風呂はついていたのですが、私はむしろ、宿泊客には無料のサウナ・大浴場の方に行っていました。やっぱり大きなお風呂は気持ちいいですから。マニラでこんなサービスが受けられるとは予想外で、思いがけず得した気分です。そういえば、サウナに入ったのも久しぶりでしたね。たっぷり我慢した後に入る水風呂は、なんともいえない爽快感があります。

初めて訪れたマニラで出発前は少し不安でしたが、ネットワークホテルのサービスのおかげで、到着から出発まで全く心配なく過ごすことができました。常駐の日本人スタッフに日本語でいろいろなことを教えてもらったのも強く印象に残っています。

次回来る時も、またネットワークホテルを利用したいですね。

文：H. T.
20代後半の会社員。フィリピン赴任中の友人を訪ねて、初めてのマニラ滞在



ネットワークホテル

日本のおもてなしと、大浴場で定評のあるネットワークホテル。

●宿泊料（税金は別途かかります）

	一般料金	12/31までのプロモ料金
スタンダード	US\$ 80	US\$ 45
デラックス	US\$ 100	US\$ 60
エグゼクティブ	US\$ 110	US\$ 65
スーパーデラックス	US\$ 115	US\$ 70
ロイヤル	US\$ 120	US\$ 75
ペントハウス	US\$ 140	US\$ 85

特別に宿泊料を
一般料金から
40%ディカウント!

**40%
OFF**

Net World Hotel ❷ F-4
Roxas Blvd. cor Sen. G. Puyat Ave., Pasay City
☎ 02-536-5828（予約直通番号）





Jipang Group of Companies

World-class Japanese Service Within Your Reach!

ジパング・グループ



ネットワールドホテルはロハス大通りとブエンディア通りとの交差点に位置するホテルです。日本のお客様にご満足いただけるサービスを提供する、設備の整った全89室のゲストルームをご用意しております。
日本人常駐・日本語対応
Tel: (02) 536-7777 Fax: (02) 536-5835



Cafe Sampaguita

カフェサンパギータは、ネットワールドホテル2階にて営業しており、アジア料理や国際的料理をご提供致します。また、コーヒーショップとして商談にもお使い頂けます。無線ランも使用でき、24時間営業です。

Le AMORETTO

Cafe & Bar

スペインの弓矢を持ったキュービッドがトレードマークで、美味しいコーヒー、セザ、パスタ等をご提供致します。ネットワールドホテル2階にて営業しております。



海舟レストランはネットワールドホテル1階にある本格的な日本料理レストランです。6名様から120名様用の個室もございます。
コンパニオン無料サービス
営業時間 AM11-PM2, PM5-AM12
Tel: (02) 551-1784, 834-7777 loc. 4



SM 健康サウナ

SM KINOKI SAUNA CORPORATION
The First Authentic Japanese Health Spa for You and Your Family
SINCE 1998

SM健康サウナはネットワールドホテル5階と6階にあります。世界的に有名な高いマニラ湾の美しい夕陽を一望できるエグゼクティブラウンジで、くつろいだひとときをお過ごしください。ニノイアキノ国際空港及び第3ターミナル出国エリアにも出店中
Tel: (02) 536-5830 Fax: (02) 536-5834



NETWORLD

TRAVEL & TOURS CORP.

お客様が満足できるご旅行計画のお手伝いを致します。ネットワールドホテル1階にて営業しております。



Your gateway to world-class gaming experience

ワールドクラスのスロットマシンゲームをお楽しみ下さい。ネットワールドホテル2階にあるカジノマジェスティVIPクラブは、ご安心してご遊戯頂けます。



Let's Chow!

新しいスタイルのメニューが豊富な中国料理レストランです。お時間のない旅行者の方にも優待対応でサービス致します。ターミナル3の出発エリアにございます。



ターミナル3の出発エリア内にある日本料理レストランです。お急ぎの方にも対応できる素早いサービスで美味しいお寿司、種類をご提供致します。



プラスワンはバサイ市エドサ・エクステンション通りにあるカラオケクラブです。日本の新曲もお楽しみ頂けます。営業時間は午後7時から午前3時までです。
Tel: (02) 832-0651



神戸クリニックはモンテルバ市アラバンのフェスティバルモール2階にあり、フィリピン医師国家試験をパスした山本敬彦医師が駐在しております。内科、小児科、産婦人科等の診療科を持ち、日本からの最新人工透析（国民健康保険保険料申し込可）、各種予防接種にも対応しております。
Tel: (02) 842-6138, 842-5405 Fax: (02) 772-1855
Email: toshikobeclinic@yahoo.co.jp
http://www.kobeclinicphil.com



World Trade Center

Sen. Gil Puyat

Roxas Blvd.



ROXAS BOULEVARD cor. SEN. GIL PUYAT AVE.
PASAY CITY, PHILIPPINES 1300

TRUNK LINE: (632) 536-7777 FAX NO. (632) 536-5835

www.jipang-group.com

Accredited by:



The Department of Tourism and the Cultural Development of the Mayor of Pasay City, Metro Manila

Present this stub & avail
15% OFF @ **Cafe Sampaguita**

Present this stub & avail
15% OFF @ **Le AMORETTO**
Cafe & Bar

Present this stub & avail
15% OFF @ **KAISHU**
JAPANESE RESTAURANT

Present this stub & avail
20% OFF @ **SM 健康サウナ**

Amazing Show マニラ E-4
 Manila Film Center, Cultural Center of the Philippines, Roxas Blvd., Pasay City (ソフィテルフィリピンプラザ)
 お問合せ・ご予約は ☎02-834-8870 / 02-833-5758、85
 開演：8:00PM～ 月曜日

Amazing Show セブ
 9-2 Hadsan Cove Resort, AGUS, Maribago, Lapulapu City, Philippines
 ☎032-495-2592 / 93
 開演：6:30PM～ / 8:00PM～ 日曜日
 E-mail でのご予約：marketing@amazing-show.com
 URL：www.amazing-show.com

ブライマー読者特別価格
 (ブライマーをご提供いただけない方)
 マニラ店：1,200 ペソ/人
 セブ店：2,000 ペソ/人
 ※全てのソフトドリンクとビールが飲み放題



EHM4H

Energetic Healing Massage for HEALTH



ホテルマッサージ・出張マッサージサービス
 豊かさは健康から。
 身体をストレスから解放して、ヘルシーな暮らしを。

スペシャルヒーリングサービス・アロマセラピー 450ペソ
 特別に開発したオーガニック・アロマオイルを使用
 ストレス、不眠、喘息、疲労、抑鬱、癌の諸症状緩和に

マッサージサービス 300ペソ/2時間 550ペソ
 指圧、スウェディッシュ、リフレクソロジーマッサージ、
 ディープティッシュマッサージ、毒素排出マッサージ、
 タイ式・指圧コンビネーション、
 スウェディッシュ・指圧コンビネーション

リピーターには
 スペシャルギフトを
 プレゼント!

EHM4H
 Energetic Healing Massage for HEALTH
 営業時間：14:00～翌日2:00 (最終コールは午前1時まで)
 tel: 02-474-2872 0939-139-1360 0939-139-1362 0926-674-9730
 Email: ehm4H@gmail.com

* マカティ市外の場合は、サービス時間を最低2時間とさせていただきます。
 * マッサージ以外のサービスは硬くお断りしております。



レーザートニング (10回 / 毎週1回):
 1,064 ナノメーターの波長のレーザーを使ってシミを取り除く、副作用を生じない最新のメソッド
 10週間 / P38,000



ソフトレーザーピール (2週毎に3回 + 肌の再生ケア3回):
 食品医薬品局 (FDA) 認可のメソッドで、肌再生、毛穴縮小、にきび改善、肌弾力の改善を促進
 3回 / P25,000

IPL Facial (3週間隔で3回):
 IPL (Photo Rejuvenation) とは、Intense Pulse Light の略語で、強い波長の光を周期的に放出させ、シミ、そばかす、茶色の斑点、色素沈着、小じわ、毛穴縮小などの肌老化を防止し、肌の弾力を増大させると同時に、にきび、顔面紅潮のような肌疾患を改善
 10週間の IPL プログラム、3IPL+7 ホワイトニング・ケア：P24,000

IPL 永久脱毛 (6～8週間隔で5回):
 狭いひたい、ひげ、腕、足、わきなど。価格は体部位によって異なります。
 1回 / P3,000～P8,000

オバジピール:
 目もと・口もとの小じわ、にきび跡・外傷跡、顔のくすみ、老化肌の改善
 オバジピール 2回 + 肌再生ケア 2回 / P28,000

ホワイトニングケア (ビタミンC トリートメント):
 1回 / P1,500 10回 / P12,000



ご予約はお電話で
Tel: 02-892-8431 / 0920-836-1132
 2nd Floor, Aguirre Bldg., H.V Dela Costa cor., Tordesillas St.,
 Salcedo Village, Makati City
 営業時間：9:30 am - 7:00 pm 月曜日～土曜日 定休日：日祝日

02 スキンケア & レーザークリニック

AESTHETIC CENTER (元はO2スキンケア)

今まで以上に素晴らしい
 スキンケアサービスを
 提供いたします。

KOBE CLINIC

内科、外科、眼科・耳鼻咽喉科、小児科、産婦人科、皮膚科の専門医がおります。

日本と同じ人工透析。ダイアライザー等、全て使い捨てで行っています。

Unit 2068 & 2069 B.2, 2nd Level, Festival Supermall, Alabang, Muntinlupa city

Tel: 02-842-5405 / 02-842-6138
Fax: 02-772-1855
e-mail: toshikobclinic@yahoo.co.jp (日本語)
URL: www.kobclinicphil.com
From 8 AM to 8 PM 年中無休

Excellent Massage

Hotel and Home Service
快適なご自宅でのマッサージで、心の奥底からの安らぎとストレス解消を

DOH 登録番号:12-07-3303 TESDA 認定番号:CLN-NQ-199300

男性・女性マッサージ師をお選び頂けます。

- スウェディッシュ、指圧、またはその組み合わせ P250
- タイマッサージ P350 ●リフレクソロジー P250
- ホットストーンと1時間のマッサージ P350
- ペントーサと1時間のマッサージ P350
- ボディスクラブ (オーガニック自然素材) P599
- ボディスクラブ (レギュラー) P449
- フェイシャルクレンジング (オーガニック素材) P249
- フットスクラブ P299 ●指圧マッサージ P350

営業時間: 13:00 ~ 翌日 3:00 年中無休

ご予約はお電話または TEXT で
02-489-2966/562-0946/0918-689-5027
0926-726-1581/0922-865-4495

Sakura Massage

疲れてませんか? ストレスが溜まっていませんか? 愛する人と一緒にリラックスしたひと時を

RELAX & Stay Healthy for only P250/hr

24時間年中無休のHOME & HOTEL マッサージサービス

SAKURA ご家族とお友達紹介キャンペーン

・お友達かご家族を1名紹介いただくとマッサージが10分間無料に
・お友達かご家族を2名紹介いただくとマッサージが20分間無料に
・お友達かご家族を3名紹介いただくとマッサージが1時間無料に
ご利用いただいた方にはメンバーシップカードを送呈。
本カードをお持ちの方は1時間のマッサージが無料になります
本カードは金曜日・土曜日・日曜日・夜間日は行っておりません

ご予約・お問い合わせはお電話にお電話ください
Smart: 0920-6566817 Globe: 0916-2598945
(日本語でどうぞ)

Tel. No.: (02) 697-4896 http://sakuramassage.multiply.com

Simply Natural Therapies

ご自宅へ、ホテルへ、
マッサージサービスをお届けします
24時間お電話受け付けます
マッサージ師は男女共おります

マッサージ
指圧マッサージ P250/60分
スウェディッシュマッサージ P250/60分
指圧 & スウェディッシュマッサージ P250/60分
タイマッサージ P250/60分
ペントーサ P300/60分

その他のメニュー
ボディスクラブ P600/90分
フットスクラブ P300/60分

今月のプロモ!
マッサージがどれでも2時間で
P375 (マカティ市内)
P450 (マカティ市外)

※マッサージサービス以外には行っておりません
3530 Cityland Pasong Tamo Tower Don Chino Roces Ave., Makati City
Tel: 0920-244-6229/02-338-1875/0927-816-6080/02-856-5655

Massage at Home

HOTEL & HOME MASSAGE SERVICES

ホテルやご自宅でのマッサージ。
プロのセラピストの技をお試しください

ボディマッサージ	ヘア & フェイス
・スウェディッシュ / 指圧 / リフレックス / P250	・ヘアカット P250
・コンベネーション P250/60分	・ヘアアイロン P250
・フットスクラブ・リフレックス P300/60分	・ヘアスバ
・マニキュア & ペディキュア P250	背中・マッサージ付 P350/60分
ボディトリートメント	・縮毛矯正 P1,999~
・グリーンティボディスクラブ P600/60分	・ヘアエクステンション P2,500~
新メニュー	・ヘアデトックス P500~
・ガルバニックフェイシャル P1,000	・ヘア・メイクアップ P1,000~
・ガルバニックヘッドトリートメント P1,000	まつげパーマ P350
	まつげエクステンション P1,500

2時間以上ご利用の方は、10%割引いたします
TEL: 02-742-1829, 02-743-6168, 0915-331-0088
営業時間 13:00 ~ 翌日 1:00 毎日営業

タガイタイの本格イタリアン
IL GALLO NERO
ITALIAN TRATTORIA

Alfonso Hotel, Royale Tagaytay Estates, Alfonso, Cavite
レストラン: 0915-641-3013 ホテル: 046-413-4077
日本語: 0917-976-4949 (斉藤) 年中無休
www.tagaytay.alfonsohotel.net

PURA VIDA
WELLNESS HOME MASSAGE

2007年以來 体の痛みを快癒に役立ちます!
心地よいスバトリートメント・マッサージを快癒にご自宅で受けられます。

ホテル & ご自宅でのサービス: マカティエリアのみ
オフィス: マカティ市、サルセドビレッジ、トルデラスストリート

24時間営業
パワーストレッチをお試しください!

各サービスはP250/時間です。

- スウェディッシュ、又は指圧マッサージ
- セルラチ・キュア・マッサージ P300
- スウェディッシュと指圧の組み合わせ
- ヴェントサ・マッサージ P350
- シャメンスタイル・フットリフレックス
- ツイン・マッサージ P500
- ボディマッサージとパワーストレッチ

(ぜひお勧めです! PURA VIDAだけのオリジナルですP350/1時間20分)
この他にも、スバ・パーティや各種プログラムがあります。
ギフト券もご利用いただけます。

YAKSONMYUNGA® Skin Care

骨気セラピーも行っています

- 骨気セラピーは骨と筋肉を同時に刺激して弛緩させるセラピーです
- 骨をマッサージして弾力を与え健康にさせるセラピーです

一般メニュー
オリエンタル P850 (60分)
毛穴をきれいにするフェイシャル P1,200 (90分)
アンチエイジング・フェイシャル P1,500 (90分)
ビタミンCのイオン導入 P1,500 (90分)

専門メニュー
顔の左右のバランスを整える P5,500 (2時間~2時間30分)
小顔にする P3,600 (1時間30分~2時間)
O脚・X脚の矯正 P3,100 (1時間)
骨盤のゆがみを取る P2,300 (1時間)

本ページを提示いただいた方には10%割引致します
(Hua for the Skinのメニューに限りません Yaksonmyungaのプログラムには使えません)

G4 Perla Mansion, 117 Don C. Palanca ST., Legaspi Village, Makati City B-3
営業時間: 9:00 ~ 20:00 (ラストコール)
定休日: 日曜日
Tel: 02-892-9441 0916-7557587
URL: http://www.beautymade.co.kt

Gustavus Steak Lounge

Ground Floor, F&M Lopez Building
109 C. Palanca St., Legazpi Village, Makati City
電話：02-813-0475
営業時間：11:30am ~ 2:30pm
6:00pm ~ 11:00pm
休日：土曜日のランチタイムと日曜日



リブアイステーキ
ニョッキ、茹で野菜と野菜ロールを添えて
アメリカ農務省認定最高級グレード「USDA PRIME」の牛肉を
100%使用
1,492ペソ

海老のグリルと帆立貝のトルネード

カニとホウレンソウのリゾット、
チリハーブバターソースと共に
ふりふりの海老とやわらかい帆立
貝のハーモニー

650ペソ



殻付き生牡蠣（8個入）
ホースラディッシュのカクテルソース、赤ワ
インペネガーシャロット、きゅうりのサルサ
の3種のソース
マニラで最も新鮮な牡蠣！
280ペソ

トリロジーアルジェンティーナ
(グラス250ペソ) または
インフィニタス・マルベック
(ボトル1,725ペソ) がよく合います
**お料理に合うワインも
各種取り揃えています！**



釣りキチとん平フィリピン奮闘記 4

なんとこれで4回目!! このままでいくとず——と続くんではないかと思いま
す（そんなわけは……）。

さてこの号の出るころにはルバング島釣り三昧がかのうになってるかな???
とりあえず地元在住の日本の釣りファンのために、激安バンカールバングー
泊ツアーは、発動してるとおもいます（たぶん……）。

今現在まだフィッシングボートの段取り途中なので、ゴージャスリッチツアー
（仮名）のほうは発動してるかわかりませんが、HPのほうでご確認ください。

トンペは4月28日でフィリピンに来て1年がたちます。
今思うことは、この国は1年中、Tシャツですごせるということ……。
ん……なんじゃそりや……とそれもそうなのですが、日本と比べると楽
しみがホント少ない……カラオケも秋田市……。

となるとやはりついでで——釣り!!! これっきやないです。
おおおおきれいに??結びつけた?? いえなかば強引!!!!
釣りばんざ——い!!
フィリピンばんざ——い!!
日本ばんざ——い!!???

フィッシュ&ダイブ最高!!!!!!

<http://www.fishanddive-sp.com>



昨年末、とん平の釣った魚



刺身



ソテー

激うま!! このような料理が皆様のお口にも!



Fish and Dive M B-4
Paseo Tesoro Building, 822 Arnaiz Avenue, Makati City,
GLOBE: 0905-414-4000 SMART: 0908-971-1115



平日ランチタイムの特別プロモ (野菜チャーハン、サラダ、ドリンク付き)

- ・店内でのご利用 10:00~16:00
- ・テイクアウト 10:00~20:00
- ・デリバリー (5品以上のご注文のみ)
10:00~15:00

韓国のNo.1チキンレストラン



月曜日
4ピース スパイシー
チキンセット
店内:140ペソ
テイクアウト・
デリバリー: 166ペソ



火曜日
2ピース グリル
チキンセット
店内:140ペソ
テイクアウト・
デリバリー:166ペソ



水曜日
4ピース テリ-Q
ウイングセット
店内:140ペソ
テイクアウト・
デリバリー: 166ペソ



木曜日:2ピースモークチキンセット/
1ピースバーベキューチキンセット

店内:150ペソ
テイクアウト・デリバリー:
183ペソ



金曜日
4ピースオリジナル
チキンセット
店内:140ペソ
テイクアウト・
デリバリー:145ペソ



月~金曜日
2ピース スパイシー
チキンバーベキュー
セット
店内:140ペソ
テイクアウト・
デリバリー:166ペソ

BBQ Chicken M D-2
Dine-In and Take-out
102 Jupiter St., Bel-Air, Makati City Tel: 02-896-3272
Delivery and Take-out
60 Jupiter St., Bel-Air, Makati City Tel:02-896-7799/02-897-7492

毎日営業



Appetizing Experience!



キド・マスターバーガー

当店のハウスバーガー。ジューシ
ーな日本のミートパテと、オニオン、
コールスロー、トマト、チーズをオ
リジナルのボロネーズソースで

ジャパニーズ・
クリームチキンパスタ
オニオン、マッシュルーム、チキン
胸フィレの入ったジャパニーズクリ
ームソース・パスタ



カラメルマツチャマロ

カラメルとマシュマロをトッピング
した、きめ細かなクリーミーブレ
ンドの抹茶

タコヤキ

小麦粉、卵、タコ、野菜の入った
日本のタコヤキ



ロビンソンズ・プレイス・マニラ4階で営業中!



M G-1

トマトのゼリースープ

材料

トマト中サイズ 4〜5個(皮、種を除いて350g)、水 150g(トマトと水で500gになるように)

調味料

Ajinomoto Ginisa All purpose Seasoning mix 7g、粉ゼラチン10g、水(ゼラチン用) 大さじ3、レモン絞り汁 半個分

作り方

- ①トマトは湯剥き(さつと熱湯でゆでて皮をむくこと)をして、ざく切りにして、種をとる。種と一緒にジュースを捨てないように、一度ざるにとってから漉したジュースはトマトに戻す。
- ②トマトと水で合計500gになるように水を足し、調味料と一緒に鍋で軽く煮てから粗熱をとる。
- ③粉ゼラチンは水でふやかして、レモンの絞り汁とともに2の鍋に入れ、よく混ぜ合わせてから、容器に移して冷蔵庫で冷やし固める。

レシピ・文・写真: 本橋弘治

2009年の6月までマニラに4年間在住していた、フィリピン食文化をこよなく愛す調理師

Aji-Ginisaはにんにく、たまねぎと鶏風味のバランスがよく、トマトスープの味わいにとってもよく合います



トマトはグルタミン酸が豊富で、熟すに従うま味が強くなります。完熟トマトは市場やランダムで手に入りますが私はいつもサルセドの公園の近くにある韓国グロッサリーで買っていました。トマトに含まれる成分、カリウムは塩分の排出に役立ち高血圧を防ぐ働きがあり、リコピンは抗酸化作用が強く疾病の予防に役立つと言われています。ルチンは血圧を下げる働きがあります。Aji-Ginisaはに

んにく、たまねぎと鶏風味のバランスがよくトマトスープの味わいにとってもよく合います。ゼラチンはGelatin powder (unflavored) と言えばスーパーで簡単に探せます。

暑い時でも食べやすい冷たい副菜として、野菜の栄養をたっぷり取ることができるメニューですが、赤ワインやココナッツワインにもよく合います。



牛坊 GYUBOU YAKINIKU
Japanese Restaurant

居酒屋にきたような暖かい雰囲気と、多彩なメニューが魅力!

ポイントカードシステムを実施しています

- ・500ペソのお支払いにつき1ポイントがつきます
- ・1枚につき20ポイントまで集められます
- ・20ポイントで次回500ペソの割引になります

561 Adriatico St. cor. Julio Nakpil St., Malate, Manila
Tel : 02-521-2396 M G-2



Dezaato Pan
BREADS • SWEETS • CAFE

小せなぜいたく
大きな体験

Sgt. Alcaraz St. cor. Banawe St., qc 02-743-9856
Unit 5 & 6 Thompson Square, Tomas Morato, qc 02-332-1845
Ground Floor, Entertainment Mall, SM Mall of Asia 02-804-0814



え、だれか
TEMPURAって言った?

BANAWE 740-9544
TOMAS MORATO 374-7480
UNITED NATIONS 622-2826
CONVERGYS AYALA AVE. 761-2140
MAKATI AVENUE 899-1366 / 897-4991
ALABANG TOWN CENTER 860-2136 / 860-1273
ROBINSONS MIDTOWN 667-2447 / 667-2460
TRINOMA 6922-2227410
SM MALL OF ASIA 666-0761
SM SOUTHMALL 801-7384
SM PAMPANGA (045)961-0913
SM CEBU (032)236-2633

Tempura
Leading the Way in Japanese Dining Pleasures



ARA
아라
Korean Restaurant

ランチで人気のスンドゥブチゲのボリュームや、石焼ビビンバの味や焼き加減など、他とは一線を画すサービスで、つい通ってしまうとの声もあり。どれも辛さがマイルドなので、しっかり旨味を感じられるのが特徴です。メニューにお刺身があるのも、常に新しいものを取り入れているARAならではの。 フェートoppa P 400

昨年 7月にリニューアルオープンした ARA。韓国の宮廷料理をしっかりと学んだオーナーの奥様自らがアレンジを加えた、新しく美味しいメニューで人気があります。店内の雰囲気や食器使いなどもおしゃれです。



ユッケ P 400

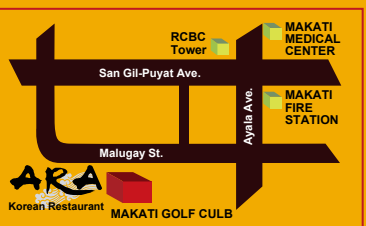


ヘルムバジャン P 370

**毎月、月替りで
衝撃のプロモ
実施中!**

内容はお店の方に
お問い合わせください

ARA M B-2
7232 Malugay Brgy, Bel-Air Makati
☎ 02-817-1206
⌚ 11:00~14:30 (ランチタイム)
17:00~22:00 (ディナータイム)
Ⓜ なし
個室、VIP ルーム、ファンクション
ルーム等もあります。(ルームチャージ無料)



ARA Korean Restaurant MAKATI GOLF CLUB

潜入レポート!

第11回盆踊り大会 by マニラ日本人会

気持ちいいなーとおもっていた涼しい風がピタリと止み、太陽が肌に痛くなってくるマニラの3月。日差しはまさに日本の夏! 日本では桜の時期にも関わらず、この時期に盆踊り大会をすることを決めた人は、エライ。

マニラ日本人会による第11回盆踊り大会は、3月6日夕刻5時から、マニラ日本人学校で開催されました。グラウンドの向うに日が沈み始めた6時頃にやっと駆けつけると、すでに中央の櫓(やぐら)を取り囲むテントには、黒山の人だかりです。

受付のボランティアにお礼を申し上げ、花火と桜の柄のウチワを扇ぎながら校庭に入ると、綿菓子、焼きそば、金魚すくい、まさに日本の夏祭り気分。一緒に出かけた娘は久しぶりの鳥からあげに、ほくほく。お父さんたちは席を守るため、を言い訳にして、焼き鳥とビールで乾杯です。

ステージでは、エンゼルバトングループによる可愛い演技。でもマイケル・ジャクソンの「BAD」がかかると、観客も一気にヒートアップ。チーム・グリエの女性ダンスでは、なんと8名のメンバーのうち、2組の夫婦が含まれているとか…。

ドンドン、と太鼓がなって、東京音頭や河内音頭。英語のちょうちんと「CAUTION」の文字が不思議となじんで見える櫓の上で、桜の髪飾りがかわいいMJSの女子生徒「サルセド娘」達がお手本を見せると、ノリの良いうちのドライバーもつられて踊りだす。

和菓子やパン、NGOや青年海外協力隊によるグッズ販売等もしっかりチェック。親子ともに大満足で帰路につくと、ああ、しまった、花火を見忘れたー。盛りだくさんのお祭りなので、来年はシートをもって、お花見気分でのんびりと参加しよう。

企画運営をご担当された日本人会の皆様、お疲れ様でした!

文・写真: ダンさん



領地 TSUKIJI
Tel. 843-4285
812-2913
www.tsukiji-restaurant.com
3/F, 900 A. Arnaiz Avenue (Pasay Road) cor. Paseo de Roxas, Makati City ☎ C-4
11:30~14:30/17:30~22:00 定休日なし

CIRKULO RESTAURANT
G/F, 900 A. Arnaiz Avenue (Pasay Road) cor. Paseo de Roxas, Makati City ☎ C-4
Tel. 810-8735
810-2763
www.elcirkulo.com
11:00~14:30
17:00~22:30
月曜~金曜(土曜はディナータイムのみ(23:00まで))
日曜定休 日本語メニューあり

azuthai
G/F Milky Way Building 900 A. Arnaiz Avenue corner Paseo de Roxas, Makati City ☎ C-4
Tel. 817-6252, 813-0671
www.azuthai.com
11:30 ~ 14:30 / 17:30 ~ 22:00
日曜定休 日本語メニューあり

Happy Cream Puff
G/F Paseo Center 751 Paseo De Roxas corner Sidero St. Sakosko Village, Makati City
マカティ・サルセド・ビレッジのバセオ・センターにキオスクタイプの3号店がオープンしました。
www.happycreampuff.com
サルセド・ビレッジ店 オープン!
G/F 16 Roldan Avenue, Roldan corner Dela Rosa Street, Legaspi Village, Makati City
マカティ店
THE ZONE 7224 Makapey Street corner Buendia, Bal Ar. Makati City
Tel. 02-707-1263
レガスピ・ビレッジ店
Unit G-16 Roldan Avenue, Roldan corner Dela Rosa Street, Legaspi Village, Makati City
Tel. 02-512-3625
※ 300ペソより無料配達承ります (マカティ限定地域のみ)

MUSIC 21 PLAZA FAMILY KTV ROOMS
ご家族・お友達同士で楽しめる日本式のカラオケボックス
デザインが全て違うお部屋をその日の気分で作っちゃおう。お部屋の大きさも3名様用~30名様用までさまざま。今日は誰と行く?
【料金】
1人/1時間/84ペソ
お得なパーティパッケージもあります。
(例:10人/3時間/3,300ペソ/飲食含む)
※いずれも前座代、税金、サービスチャージ込み
営業時間:
月曜~木曜日と日曜 15:00~翌日 5:00
金曜・土曜 15:00~翌日 6:00
マカティ店
ジュビター通り、KFC 隣り
TEL: 890-5230 / 896-4261
バサイ店
エドゥワ通り、ヘジタジホテル近く
TEL: 890-5230 / 896-4261
ケソン店
ティモック通り、バーガーキング近く
TEL: 890-5230 / 896-4261
マラテ店
マビニ通り、パンパシフィックホテル近く
TEL: 890-5230 / 896-4261
URL: www.music21plaza.com.ph

Philippines Fiesta Schedule April - June

フィリピンのフィエスタ(お祭り)
スケジュール 4月—6月

Magayon Festival

マガヨン・フェスティバル

時期：4月1日～30日

場所：Albay

雄大にそびえるマヨン火山の壮麗な姿を讃え、ピコール語で「美しい」を意味する「マガヨン」の名を冠するフィエスタです。本質的には、大地の恵みへの感謝を表すアルバイの暮らしに根ざした祝典です。農作物展示、トレードフェア、料理ショー、文化イベント、ストリートパレード、写真・アート展示、スポーツイベント等のさまざまな催しが行われます。5月14日のアルバイ誕生記念祭という側面もあります。

Rodeo Masbateño

ロデオ・マスバテーニョ

時期：4月16日～18日

場所：Masbate

騎士よ、手綱をとれ！ マスバテのロデオがまたやってきた！ このイベントは、地元のカウボーイ達がそれぞれ馬ではなく雄牛に乗り、縄を振り回しながら相手を振り落とす勝負をします。



Pulilan Carabao Festival

プリラン・カラバオ・フェスティバル

時期：5月14日、15日

場所：Pulilan, Bulacan

守護聖人サンイシドロ・ラブラドルを讃える感謝祭で、カラバオをはじめとする何百頭もの家畜の行進が名物です。特別に毛を剃って花輪で飾られたカラバオたちが教会の前でひざまづく、このカラフルなカラバオのフィエスタと町の宗教的行事にぜひ立ち会ってください。5月14日には町中の農民が、守護聖人へ一年の大地の恵みに感謝を表して、様々な果物、お菓子、穀物、何色ものキーピン（米でできた飾り）を竹の棒にぶらさげます。このフィエスタの見所は、教会の前でひざまづくカラバオとシンボルのフロート（パレード車）です。

Obando Fertility Rites

オバンド・ファータリティ・ライツ

時期：5月17日～19日

場所：Obando, Bulacan

オバンドのフィエスタは5月17から19日にかけて開かれます。子どものいないカップルは、3聖人（サランバオの聖母、聖パスカ、聖クララ）を讀えて踊ることで子どもを授かり、独身の男女は良い結婚相手がみつかるかとされています。農民も聖母に豊かな実りを感謝します。

●ブライマー vol.20の11ページに、このお祭りについての詳しい記事があります。
ご興味のある方はぜひご参照下さい。



Mudpack Festival

マッドパック・フェスティバル

時期：6月21日

場所：Murcia, Negros Occidental

自然と密接な生活を送っていた原始時代への回帰を祝うシンボリックなイベントで、自然環境の大切さへの気づきやアートや工芸へ自然素材の活用を促すことを狙っています。この新興フィエスタの目玉は、泥パックで顔を覆い、マンブカル粘土を全身に塗ったダンサーによる夜通し続くお祭り騒ぎです。

●ブライマー vol.20の12ページに、このお祭りについての詳しい記事があります。



Pintados Kasadyaan Festival

ピンタドス・カサジャアン・フェスティバル

時期：6月27日

場所：Tacloban City

「ピンタドス」では、かつての慣習であるボディ・ペイント（タトゥー）を紹介し、またタクロバンの人たちがどのようにキリスト教を受容し、サント・ニーニョ信仰を行うようになったかを知ることが出来ます。一方、「カサジャアン」は、レイテ地方のユニークな文化・歴史・生活を描いたカラフルで多様な祭典用野外劇です。



アイマージ通信

フィリピンへの貢献を目指して！

南カマリネス州に行こう！

ルソン島のピコール地方って、意外と面白いスポットが目白押しなのはご存知でしょうか？ マヨン火山、ジンベイザメを見ることが出来るスキューバダイビングのスポットなどなど。

中でも、南カマリネス州には、敏腕でカリスマ的な州知事が5年がかりで開発した、フィリピン一ともいえる巨大なウェイクボード場があります。

その名もCamsur Watersports Complex (通称：CWC)。

ウェイクボードといえば日本では相当高価なスポーツですが、このCWCでは誰でも格安で施設を利用することができ、宿泊施設も充実。子どもたちが楽しめる施設もたくさんあります。

当社アイマージでは、この南カマリネス州に

おいて、現在進行中のEco-Mergeプロジェクトの一環として、太陽光発電を利用したエネルギーの事業を展開して参ります。フィリピンにおける環境事業の集大成とすべく、情熱を込めて事業を推進して参ります。

Camsur Watersports Complex 公式HP

<http://www.cwcwake.com/>

Eco-Mergeプロジェクト 公式HP

<http://www.eco-merge.com/>

ECO-Merge
PROJECT



I-MERGE ONLINE, INC.

Unit 301 3F Aurora Bldg., Alabang-Zapote Road
Alabang, Muntinlupa City

☎ 02-842-8950 FAX 02-738-1067

E-mail ij-sales@imergeonline.co.jp

www.imergeonline.co.jp (日)

www.imergeonline.com (英)

マニラではたらく社長のブログ：

www.ameblo.jp/manila-ceo/

保存版 マカティマップ

Primer 設置ステーション 地図内Pの場所

いち早く最新号を読んで頂くために、設置ステーションには沢山の部数を置いて頂いています。

NEW HATCHIN マカティ店、山崎 マカティ店、日本人会、チョットストップ、Sango! マカティ店、アイマージ マカティ



New Hatchin

生鮮食品が自慢の日本食材店

今月の大売出し品!

冷凍タラ 腹切り身 お弁当にもぜひ

232P

ミツカン 味噌 味ぽん お鍋、焼肉、焼き魚に

170P

半切り江戸前 手巻き焼きのり みんなで楽しいお寿司

72P

蒟蒻ゼリー (アップル味、ピーチ味) 食物ゼンイたっぷり

116P

※値段は事前の予告無く変更になる場合があります。※品切れの場合はご了承下さい

マカティ店 ☎ A-1 8:00~19:00 毎日営業
Tel: 02-897-7207、02-890-5038、02-890-1649 Fax: 02-897-7209

マビニ店 ☎ A-1 8:00~22:00 毎日営業
Tel: 02-400-9478 Fax: 02-400-9478

カルティマール店 ☎ A-1 7:00~17:00 (月~土) 7:00~14:00 (日)
Tel: 02-833-8905、02-834-1384 Fax: 02-834-1384

BEST TRAVEL

INBOUND, OUTBOUND, TICKETING & OTHER SERVICES

20年のキャリアを持つ
フィリピンに精通した
日本人スタッフが
マニラ・セブ共に常駐。
何なりとお申し付け
下さいませ。

マニラ 古賀、工藤、武津、レネ、ダニー
G/F, THE SPA, 50 Jupiter Street, Bel-Air, Makati City
Fax: 899-4586 ☎ P-2

Tels, 02-899-4582 to 85

セブ カス子、ロベリン
Rm. 112 KRC Bldg., Subangdaku-Mandaue City, Cebu
Fax: 032-345-2890

Tels, 032-345-2901

www.besttravel.com.ph
bestmnl@besttravel.com.ph

GRANDEW TRADING

私たちは、フィリピン産の最高品質の
ドライフルーツを提供しております

ご家族やお友達と一緒に楽しみたい!

ドライフルーツの
種類

- マンゴー
- グリーンマンゴー
- パイナップル
- パパイヤ
- ジャックフルーツ
- ココナッツ
- サワーザップ
- メロン
- マンゴー・タマリンド

注意: 品切れの場合もあります
ので、事前のご注文を頂けると確実にお届けできます。
ウェブサイトもご覧ください!

ルスタンススーパーマーケット、ショップワイズ、ユニマート等の
お店でもお取り扱いしております。

営業時間: 8:00~17:30 休日: 土、日、祝日
電話: 02-715-3580 FAX: 02-715-3581
E-mail: grandew_trading@yahoo.com
URL: http://grandewtrading.weebly.com

保存版 ロックウェル・フォートボニファシオマップ

【Primer 設置ステーション P】
Sango! ロックウェル店



Skin Care Solutions

Unit 1-H Grand Hampton, Tower 1, 31 St.
cor.2nd Ave. Fort Bonifacio, Taguig City
Tel.No.:8566960
Cell No.:0917-4338172

1 回分の料金で 2 回受けられるプロモ実施中!

レーザー脱毛
肌に優しく効果的なレーザー脱毛です。
価格: 両ワキ 1 回 P2,500 両ひざ下 1 回 P6,000
両脚 1 回 P11,000

肌の引き締め
肌への副作用がなく、コラーゲンの製造を促しお肌をびんときと張りのある状態にします。お肌の感触になめらかさと弾力がよみがえります。
価格: リファーム (シミ等の改善) P6,000
リファーム+マトリックス(シフ等の改善) P8,000
リファーム+マトリックス+リジュヴェナイト (お肌の若返り) P10,000

肌の若返り
快適かつ安全にお肌のトラブルを解消します。日焼けによるダメージ、シミを薄くし、肌のトーンを均一にします。
価格: 1 回 P3,000

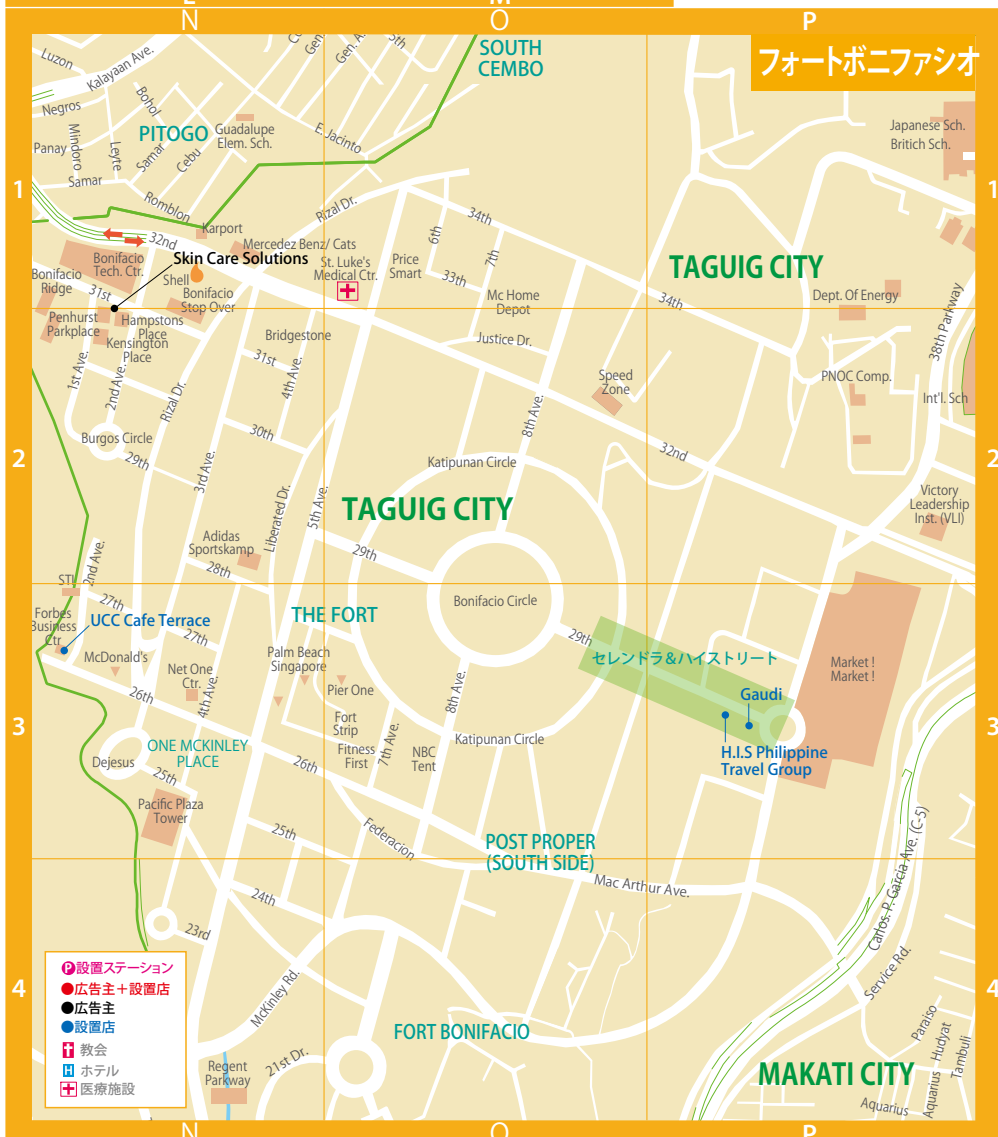
ニキビ改善トリートメント
電極による電波とブルーライトの組み合わせがお肌を透過し、ニキビの原因となっているバクテリアを殺菌します。また、過剰な皮脂分泌も抑えます。
価格: 1 回 P2,000

レーザーピーリング
古くダメージを受けた皮膚の表面を取り除き、肌の深奥からのコラーゲンと新しい肌の再生を促します。
価格: ニキビ跡のケアと O2 フェイシャル P6,500

痩身
体と顔の脂肪細胞を破壊する機器を使用しての効果的な痩身です。従来の脂肪吸引などでは難しかったアゴや上腕といった場所にも使用できる理想的な方法です。
価格: 超音波痩身 P35,000
3ヶ月間、1日につき1時間のトリートメントを何度でも受けられます。

その他のプログラム
・ダイヤモンドピール
・ケミカルピーリング
・メソセラピー (注射による部分的痩身)
・脱毛 ・ホフイニグ
・ボトックス ・唇をふっくらさせる
・肌質・髪質・爪の改善 等

すべての施術と診断・ご相談は皮膚科医協会に認定された皮膚科医が行います。
クリニックの営業時間: 月曜日から土曜日までの 10:00 ~ 20:00



在フィリピン日本国大使館からのお知らせ

旅券(パスポート)に関する注意

みなさまがお持ちの旅券の有効期間を一度ご確認ください。もし、残りの有効期間が6ヶ月を切っている場合には、不測の事態に備えて旅券の切替えをご検討下さい。特に、近隣アジア諸国に旅行や出張で行く機会が想定される場合は、残存有効期間が6ヶ月以上ないと無査証で入国できない国や、査証申請ができない国があります(フィリピンにつきましても、無査証での入国のためには、旅券の有効期間が6ヶ月以上残っていることが条件とされています)。

いざ、出発際に気づいても、旅券の切替え手続きについては、申請日を含め4開館日以後の交付となります。また、フィリピンに長期滞在されている方はフィリピン査証の更新・転記、これに伴う再入国許可の取得などの手続を事前に入国管理局にて行う必要もあり、場合によっては渡航日程を変更しなくてはなりませんので、ご注意ください。

旅券は、所持している現行旅券の有効期間が1年未満となった場合、切替え手続きの申請が可能となっています。この機会に、ご家族みなさまの旅券をご確認下さい。

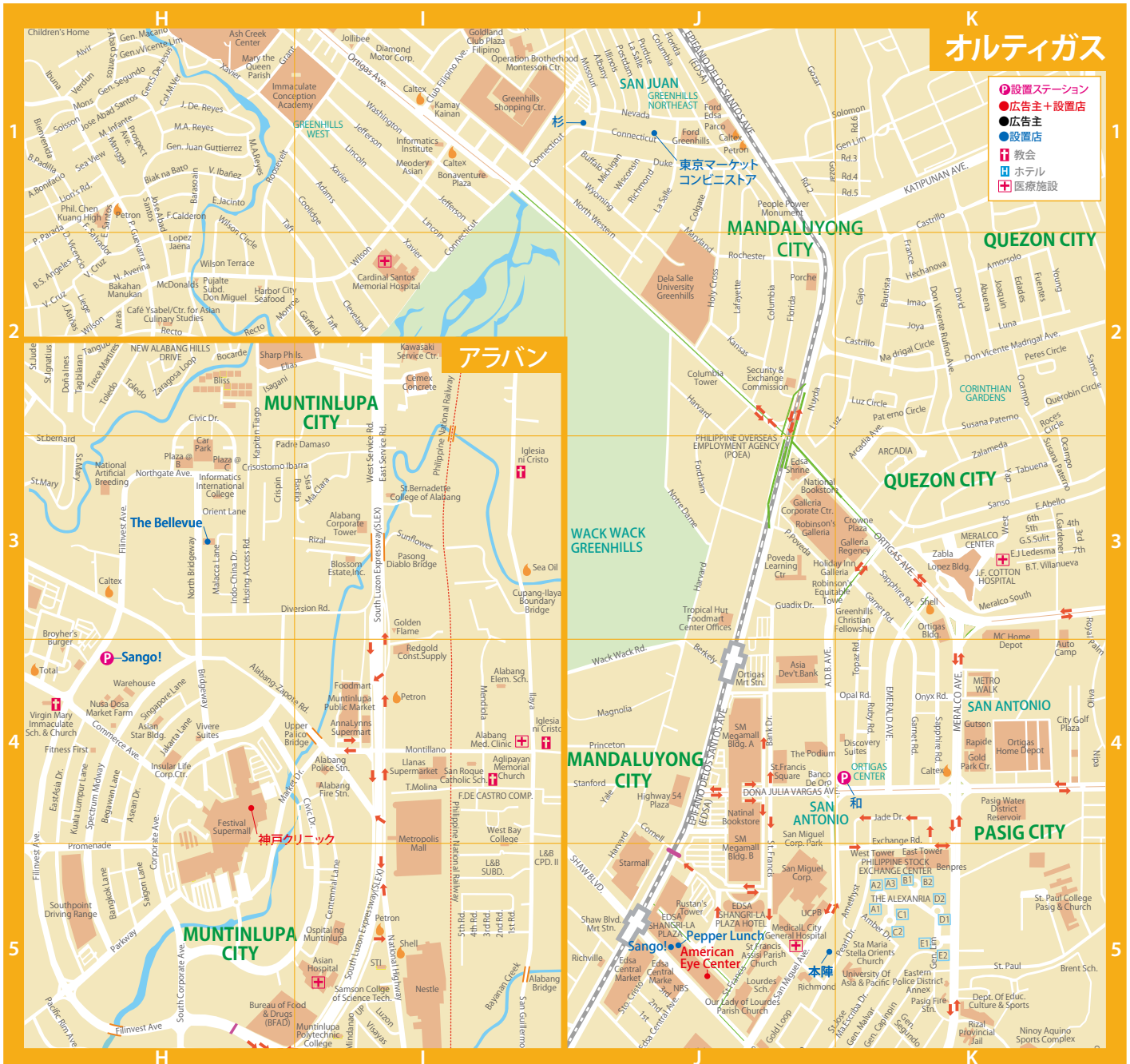
※旅券の有効期間と渡航先の入国条件との関係は、航空券を購入される旅行代理店や渡航先の大使館等にご確認下さい。

また、航空会社によっては、渡航先と旅行者の所持する旅券の有効期間により、搭乗を拒否することもありますので、搭乗に際しての支障の有無については、当該航空会社にご確認下さい。

在フィリピン日本国大使館 ☎ F-6
2627 Roxas Boulevard, Pasay City,
Metro Manila, 1300
☎ 02-551-5710 FAX 02-551-5785
E-mail : ryoji@japanembassy.ph

保存版 オルティガス、アラバンマップ

【Primer 設置ステーション P】Sango! アラバン店、
和 オルティガス店、tokyo café SM ノースエドサ店(マップ外)



SoFA
school of fashion and the arts

www.sofamania.com
55 Paseo de Roxas Makati | 8928807

創業20年の実績
賃貸コンドミニアム物件豊富
賃貸オフィス・賃貸一戸建も取扱

ご入居からご退去まで
日本人スタッフによるサポートで安心です。



ゴルフ会員券のレンタル・売買
のご相談も承ります。

Real Estate License
No. 10212(R)
SEC License #161-807



Since 1987
KANEJIN CORPORATION
Unit3-23B, Legaspi Tower 300 Roxas Blvd., City of Manila
Tel:(02)521-1151 to 53 Fax:(02)521-5861
http://www.kanejin.com F-4

OCSで海外生活を快適に

雑誌・日経・朝日・読売国際版の定期購読。
(日経P3,600、朝日P3,300、読売P2,980)
通信教育、書籍・DVDのお取り寄せ。
企業向け、国内・国際ドアツードア宅配
サービス

Tel:894-0341, 817-8282
Fax:817-2891
日本語専用 携帯 0922-833-6652
email: info@ocsmnl.com.ph (英語)
akatayama@ocsmnl.com.ph (日本語)

OCS OVERSEAS COURIER SERVICE
G/F FCC Bldg., Rada St., Legaspi Village, Makati City
http://www.ocs.co.jp/

保存版 バイエリアマップ

【Primer 設置ステーション P】tokyo café Mall of Asia 店



困った時の連絡先(フィリピン国内用)

在フィリピン日本政府機関

在フィリピン日本国大使館 02-551-5710
領事部直通(日本語) 02-834-7508
邦人援護ホットライン(24時間) 02-551-5786

日本人関係団体

マニラ日本人会 02-810-7909
フィリピン日本人商工会議所 02-892-3233
マニラ日本人学校 02-840-1424 ~ 27

緊急(事件・火災・救急車)

日本の110番 117(※1)

病院

マニラ日本人会診療所(マカティ) 02-818-0880
マカティメディカルセンター(マカティ) 02-888-8999
アジアンホスピタル(アラバン) 02-771-9000 ~ 2
神戸クリニック(アラバン)年中無休 02-842-5405
東京ヘルスリンク(アラバン) 02-772-2678
日本人専用電話番号 0917-844-0026(※2)
セントラルスメディカルセンター(ケソン) 02-723-0101~32
(国際デスク) 02-726-3911
海外旅行傷害保険のクレームエージェンツ
(24時間)(医師&医療機関の紹介など) 02-637-9260

空港

ニノイ・アキノ国際空港(NAIA) 02-877-1110

航空会社

日本航空 02-886-6868
フィリピン航空 02-818-0111
キャセイパシフィック航空 02-757-1313
ノースウエスト航空 02-810-4219
タイ航空 02-812-4812

フィリピン政府機関

フィリピン観光省 02-524-1703
(観光案内・相談窓口) 02-525-6114
入国管理局 02-527-3260
関税局 02-527-4512
国税局 02-922-3393
フィリピン退職庁(日本語デスク・ペイビー) 02-848-1412 ~ 17

クレジットカード紛失・盗難

VISA CARD グローバルデスク 001-800-144-10015(※3)
MASTER CARD グローバルデスク 001-800-1-111-6061(※3)
電話番号案内(PLDT CALL) 187
知っていると便利(携帯ニュース速報<携帯TEXTで配信申し込み>)
(The Philippine Star) 2922(※1)
(Philippine Daily Inquirer) 2207(※1)

※1 日本からはかけられません。

※2 携帯電話の番号です。日本からかける場合は、日本で契約の電話会社によっても異なりますので、ご契約の電話会社にお問い合わせください。

※3 日本からもそのままダイヤルしてください。日本からの電話のかけ方 63(国番号)+2(ゼロをとった市外局番)+番号
例 02-123-XXXXの場合、63-2-123-XXXX

Discovery Tour, Inc. IATA PTA
www.discoverytour.ph

国内・海外航空券の手配から旅行全般までお任せください!

マニラ G/F Unit 301 Sagittarius Building,
H.V. Dela Costa Street, Salcedo Village,
Makati City ☎ C-2
Tel. 02-812-3328, 02-818-7716
セブ支店 Tel. 032-817-4617

Suzu Kin
JAPANESE RESTAURANT

日本料理が、毎日お手頃価格で
お楽しみいただけます

9753 Kamagong St. cor. Sampaloc St. Brgy. San Antonio, Makati City
営業時間: 月曜日~土曜日 10:30~14:30, 17:30~21:00 ☎ A-1
Tel: 02-692-1927
Mobile: 0908-556-3999

フランチャイズ
のお申し込み
も受付中

Soldier of Love

Sade (シャーデー)
2010年2月8日発売



待望のシャーデーによるニューアルバム。本作には、アルバムタイトル曲“Soldier of Love”、“Babyfather”、“Be That Easy”を含む全10曲を収録。“Soldier of Love”は失恋を経験した人の共感を誘う内容です。多くの音楽的要素が取り入れられ、情熱と孤独がシャーデー独自の雰囲気では表現されています。本誌AD柳田もオススメ! ドライ&スモースなシャーデー・アデュの唄と、陰影を増したトラックが熟れてます! “Soldier of Love”と“Babyfather”は東京でもヘヴィ・ローテ中!

The Greatest Love Songs of All Time

Barry Manilow (バリー・マニロウ)
2010年1月26日発売



バリー・マニロウが、20世紀にヒットしたさまざまなラブソングを選曲したカバーアルバム。
“The Twelfth of Never”、“You Made Me Love You”、“How Deep Is The Ocean?”、“I Only Have Eyes For You”など13曲を収録。コンテンツボリなテイストに生まれ変わり、決して期待を裏切らない聴きごたえです。「コパカバーナ」[歌の贈り物]のバリー・マニロウのコンセプト・カバーアルバム。まだまだ現役ですね。

Animal

Ke\$ha (ケシャ)
2010年1月発売



アメリカの22歳のアーティスト、ケシャによる話題のデビューアルバムです。テーマは、「人生を思いつめないこと」。本アルバムは全米およびカナダのアルバムチャートで1位を獲得しています。大ヒットシングル“Tik Tok”など軽快なエレクトロ・サウンドがオススメ。
“Tik Tok”は、今話題のレディ・ガガにも負けず劣らずの刺激的なエレクトロ・ナンバー!

Graffiti

Chris Brown (クリス・ブラウン)
2009年12月7日発売



アメリカのシンガー、クリス・ブラウンによる3枚目のアルバム。ブラウンは前作“Exclusive”に続く本アルバムにおいて、Polow Da Don, Swizz Beatz, The Messengers, The Runnersと共演しています。スタンダード版だけでなく、さらに6曲が追加されたデラックス版もリリースされています。お騒がせ男クリス。しかしボーイ・ウォマックを意識した(?)ジャクはかわいい! (笑)!

情報提供: ソニー・ミュージック <http://www.sonymusic.com.ph>

A Nightmare on Elm Street

<http://www.nightmareonelmstreet.com/>



ホラー・サスペンス

出演: Jackie Earle Haley, Kellan Lutz
1984年に公開されて大ヒットした『エルム街の悪夢』のリメイク版。あのフレディ・クルーガーが再び戻ってくる。
新しいフレディ役は、『リトル・チルドレン』でアカデミー賞助演男優賞にもノミネートされたジャッキー・アール・ヘイリー。

The Last Song

<http://touchstone.movies.go.com/thelastsong/>



ロマンティック・ドラマ

出演: Kristen Bell, Josh Duhamel
原作は「きみに読む物語」のニコラス・スパークス。
NYに住む反抗的な少女ロニーは、夏休みに南部の小さな島に住む父親のもとを訪れる。疎遠になっていた二人だが、音楽を通じて徐々に絆を取り戻していく。心温まる愛と家族の物語

Prince of Persia: The Sands of Time

<http://disney.go.com/Disneypictures/princeofpersia/>



アクション・アドベンチャー

出演: Jake Gyllenhaal, Ben Kingsley, Gemma Arterton
『パイレーツ・オブ・カリビアン』シリーズのプロデューサーが贈る、ファンタジー・アドベンチャー大作。古代ペルシャを舞台に、時間をさかのぼって過去を変えることができる『時間の砂』をめぐる陰謀に迫る。

Iron Man 2

<http://ironmanmovie.marvel.com/>



アクション・アドベンチャー・サイファイ

声の出演: Robert Downey Jr., Scarlett Johansson, Paul Bettany
アイアンマンであり、天才科学者兼経営者であることを公表したトニー。テクノロジーを軍部に提供しようとする政府やマスコミからの圧力に直面するが、これを拒否。そんな中、新たな敵が現れ、再び立ち向かう。

Death at a Funeral

<http://www.sonypictures.com/movies/deathatafuneral/>



コメディ

出演: Zoe Saldana, Tracy Morgan, James Marsden, Chris Rock, Martin Lawrence
葬式に集まった家族、親族、友人たちのおかしな一日を描くコメディ。のっけから別人の棺桶が運ばれ、兄弟の言い争いが勃発、そこで明かされる意外な真実。参列者が集まる中、次々に珍事が巻き起こり、大騒ぎになっていく。

The Bounty Hunter

<http://thepursuitbegins.com/>



アクション・コメディ

出演: Gerard Butler, Jennifer Aniston
犯罪者を捕まえて賞金を稼ぐ男“バウンティ・ハンター”の次のターゲットは、保釈期間中に逃亡したジャーナリストである元妻。ところが、再会する度に、二人は命を狙われるはめに。

Isang Gabi ng Awit at Sayaw

歌と踊りの夕べ



コンサート(合唱)

世界中の国際合唱コンクールでグランプリを得ている、アジアで最も実力がある合唱グループ「フィリピン・マドリガル・シンガーズ(マッズ)」が、フィリピン文化センター(CCP)にて、バランガイ・フォー・クダンス・トゥループと共演します。
場所: CCP Main Theater M F-3
開催日: 2010年4月30日
チケット購入・問合せ: 891-9999

Tears for Fears Live in Manila!

ティアーズ・フォー・フィアーズ
ライブ・イン・マニラ!

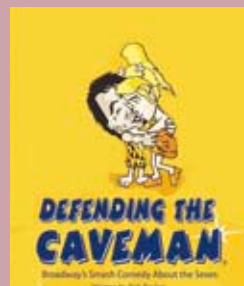


コンサート(ポップス)

1980年代に数々のヒット曲を放ったイギリスのポップ・ロック・デュオ「ティアーズ・フォー・フィアーズ」。
1991年よりそれぞれソロで活動していたロランド・オーザバルとカート・スミスが、近年グループ活動を再開。
ついに、マニラでのライブが決定!
場所: Araneta Coliseum M 枠外
開催日: 2010年5月2日
チケット購入・問合せ: 532-8883

Defending the Caveman

ケイブマン

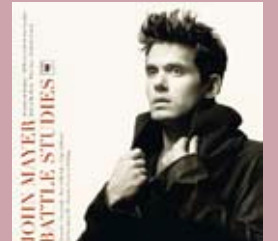


演劇(コメディ)

ブロードウェイで人気を博したコメディ・ショー。一人舞台では最長となるロングランを記録し、これまで世界35カ国100都市以上で、計11万人以上を動員しています。男女間の認識の違いがコミカルに表現されており、特に大人におすすめです。
場所: Carlos P. Romulo Auditorium RCBC Theater in Makati City M B-2
開催日: 2010年5月14、15、16日
チケット購入・問合せ: 891-9999

John Mayer – Battle Studies World Tour

ジョン・メイヤー
バトル・スタディーズ・ワールドツアー



コンサート(ポップス)

グラミー賞にも輝いた、歌手兼ソングライター兼ギタリストであり“No Such Thing”、“Your Body is A Wonderland”、“Waiting On The World”など、多数のヒットを生み出してきたジョン・メイヤーによるワールドツアー。日本での2日間に続いて、今回初めてマニラに上陸します。
場所: SM MOA Concert Grounds M E-6
開催日: 2010年5月16日
チケット購入・問合せ: 566-0680

使える!! お得なクーポン

好きなお店を切り取って、
ご来店時にご提示ください。

■ アイコンの見方

🍴 レストラン

🛍️ ショッピング

💆‍♀️ ビューティー

🧳 旅行

🎓 学校

有効期限：2010年4月25日から5月24日まで
Valid until May 24, 2010

※各店により有効期限が異なります。事前にご確認ください

Excellent Massage 5/24 まで有効

快適なご自宅でのマッサージで、心の奥底からの安らぎとストレス解消。ご予約はお電話またはTEXTでどうぞ。さらにコーヒーで健康的なライフスタイルを実現!

Excellent Massage

DOH登録番号：12-07-3303
TESDA認定番号：CLN-NQ-199300



Fish Out Of Water
3/F Greenbelt 5 Ayala Center, Makati City
☎ 02-729-3858

Excellent Massage
☎ 02-489-2966, 02-562-0946,
0918-689-5027, 0926-726-1581,
0922-865-4495
🕒 13:00~翌日3:00 📞 なし

● 事前にご予約いただいた方は10%の割引、またはフィッシュアウトオブウォーターでのお子様ランチ(2名分)か、トンカットアリ&ギンセンコーヒーが無料になります。

クーポンご提示で

事前予約で
10%OFF

または
お子様ランチもしくは
トンカットアリ&
ギンセンコーヒーが
無料

Massage at Home 5/24 まで有効

ホテルやご自宅での
マッサージ



プロのセラピストの技をお試しください。ボディマッサージはもちろん、ヘアやフェイスサービスもご用意しています。

● 2時間以上ご利用の方は、
10%割引いたします

Massage at Home
☎ 02-742-1829, 02-743-6168,
0915-331-0088
🕒 13:00~翌1:00 📞 なし

クーポンご提示で

10% OFF

🍴 浜 HAMA 日本料理 5/24 まで有効

ボラカイの日本料理といえば「浜」。
寿司、刺身、新鮮な魚介、肉料理、麺、天ぷら、サラダ、焼き鳥、etc...



● メニュー全品、定価より
10%割引いたします

Hama Japanese Cuisine
Dmall Boracay Island, Malay, Aklan
☎ 036-288-5978
🕒 9:00~22:00 📞 なし

クーポンご提示で

全メニューが
10% OFF

🍴 Lemoni Cafe 5/24 まで有効

5年にわたり新鮮かつ高品質な料理で食通を満足させてきた、フィリピン有数のレストラン、ボラカイの「Lemoni cafe」。



● メニュー全品、定価より
10%割引いたします

Lemoni Cafe
Dmall Stall 117, Phase 4
Boracay Island, Malay, Aklan
☎ 036-288-6781
🕒 9:00~22:00 📞 なし
www.tasty.com/philippines/
lemoni-cafe

クーポンご提示で

全メニューが
10% OFF

🍴 Dos Mestizos 5/24 まで有効

ドス・メスティソスは、厳選された小皿料理タバスと、バエリアでボラカイを代表するスペイン料理レストランです。



● サングリアを1名様毎に
カラフェ1杯分サービス!

Dos Mestizos
Calle Remedios, Sitio Manggayad,
Boracay Island, Malay, Aklan
☎ 036-288-5786
🕒 11:00~23:00 📞 なし

クーポンご提示で

サングリア
カラフェで
1 杯分
サービス

HOTEL EVENT INFORMATION April - May 2010

Tahitian Magic タヒチの魔法

デュシタニ マニラ ホテル・テワランスバ

2010年4月1日~5月31日 料金：3,000ペソ (60分)

テワランスバがお送りする、この夏だけの「タヒチの魔法」は、太平洋で採れる最高級の原料だけで作られる、ワールドクラスのアルゴテルム社製品を使用したスパです。

ベッドに横になるとまず、タヒチの海の雰囲気をかもしだす、美しいティアレの花のトリートメントから始まります。続いて、砂のように細かく、それでいてクリーミーな肌触りの泡を使ったボディスクラブを体験していただきます。パウダー状の石灰藻「リソサムニウム」、アブリコットの仁、パパイヤ抽出液のコンビネーションによって肌から不純物を取り除き、皮膚の再生を促進、肌をなめらかで生き生きとした状態に導きます。

次に「Divine Cream with Deep Sea Water」を使用して、全身に潤いを与えます。この製品は肌への優れた抗酸化作用、再活性化作用、保湿作用で知られるポリネシアのブラックパールパウダーとノニを含んでいます。肌の持つ自己回復能力を高め、紫外線をはじめとする肌への悪影響に対する抵抗を強めます。トリートメント後は肌がソフトに保たれるだけでなく、ほのかに漂う太平洋の香りもお楽しみいただけます。



DEVARANA
SPA



DEVARANA SPA

(デュシタニ マニラ内・テワランスバ)

Dusit Thani Manila, Philippines

Ayala Center, Makati City

☎ 02-818-7081

🕒 10:00~22:00 📞 なし

www.devaranaspa.com



Magandang Hapon, マガンダン・ハボン、フィリピン! Pilipinas!

text & photo by Kyoko Kataoka

第2回 天国への階段（前編）



ルミアン洞窟の棺

片岡恭子 かたおか きょうこ

1968年、京都府生まれ。

同志社大学文学研究科修士課程修了。

スペイン留学後、中南米を3年以上放浪。帰国後、NHK「地球ラジオ」にカリスマバックパッカーとして出演。下川裕治氏が編集長を務める旅行雑誌『格安航空券&ホテルガイド』で連載。現地滞在がきっかけとなり、『地球の歩き方 フィリピン』を担当する。中南米とフィリピンを得意とする秘境者（ひきょうもの）として活躍中。

ルソン島の北部、コルディジェラ山岳地域には世界遺産の棚田がある。コルディジェラとはスペイン語で山脈を意味する。別にマニアなわけではないつもりだけれど、世界遺産と肩書きがつくものにはなんとなく行ってしまいがちが多い。しかし、中南米にある世界遺産のほとんどを見た経験上断言できるのだが、ユネスコの太鼓判は必ずしも当たりとはかぎらない。中には限りなくしょぼいのになんか指定を受けているものもある。

発展途上国では保護するためのお金がどこから出ていないと容赦なく壊されてしまう。だから首をかしげたくなるようなもので、やむを得ずかなりオマケして指定されているのではないかと勝手に推測している。結論から先に言えば、コルディジェラの棚田群は期待を決して裏切らない。オマケ指定ではない、真正正銘の世界遺産だ。

今回の棚田めぐりのルートは、バギオからサガダ、そしてバナウェ。サガダからバナウェにかけてはいたるところに棚田があるが、マニラからのアクセスが簡単な（それでも、2004年現在、バスで9時間はかかる）バナウェが棚田の観光地としてはもっともよく知られている。

滞在先のスービック最寄のターミナルがあるオロンガポからベンゲット、イフガオ、マウンテン、アブラ、カリंगा・アパヤの5州から成るコルディジェラの中心バギオまではバスで7時間。バターン半島を抜けて北に向かう。途中、太平洋戦争中の1942年4月に行われたバターン死の行進のモニュメントが見えた。

米兵1万2千人、フィリピン兵6万4千人の捕虜がマリベレスからサンフェルナンドまでの60キロを歩かされ、さらにオードネル収容所まで貨車で運ばれた。炎天下での行軍、さらに栄養失調とマラリアにより、米兵1200人およびフィリピン人1万6千人が命を落とした。さらにバギオの入り口では亡くなった日本兵を弔う英霊塔が立っているのが見えた。

南米でも日本人の残した足跡に触れることが何度もあった。しかし、それらは日系移民がその国にもたらした功績であり、ひとつ残らず正の遺産だった。フィリピンに来て初めて、日本が他国に残した負の歴史をかいま見た。マニラでタクシーに乗ったとき、運転手から「日本人がバターンでなにをしたか知っているか」と突然訊かれたこともある。「知っていますよ」とはなんとか応えたものの、それ以上はなににも言えなかった。

フィリピン人憧れの避暑地だけあってバギオまでは舗装されたよい道だったが、その先の曲がりくねった山道は延々と舗装されていないガタガタ道。山間にはすでに棚田が見える。悪路だがボリビアのアンデスの山道ほどひどくはない。ボリビアの首都ラ・パスからユングス地方コロイコまでの道は、年間300人が転落事故で亡くなっている。未舗装でバス1台通るのがやっとの狭い山道。おまけにカーブが多く見通しも悪い。雨が降ると路肩がもろくなり、霧もよく出る。あれよりひどい道は、世界中どこを探してもないだろう。

くねくね道に酔った子供がバスの窓から吐いていた。吐いているものを見て驚いた。見事な紫色をしているではないか。バスから降りると今度は大人が真っ赤な唾を吐き捨てた。ここはいったいなんなの。フィリピンの山奥はサイケデリックワンダーランドなのか。その後、謎は解けた。子供が吐いていた紫色のものは紫芋で、大人が吐いていた赤いのはピンロウだった。ピンロウとはヤシ科の樹木の赤い実のこと。ルソン島ではタニシを焼いた灰と一緒に嚼む。軽い覚醒作用のある嗜好品だ。

虫以外はなんでも好き嫌いなく食べることにしているので、これまでイグアナやアルマジロ、モルモットなどを食べてきた。サガダでは犬を郷土料理として出すと聞きつけ、探しまわったが空振りに終わった。韓国と同じく、若者はもうあまり食べないらしい。犬を食べると身体が温まるそうだが、冬の韓国ならともかく夏フィリピンでは暑苦しい。韓国では苦痛を与えるとより旨味が増すと言われ、棒で殴り殺した犬を食べようだが、そこまでするほど犬というのはうまいものなのだろうか。未知の食材に興味津々である。

サガダにも棚田が見られるが、それよりもサガダは洞窟なのである。川口浩探検隊ファンとしては洞窟ははずせない。「穴があったら入りたい」とはまさにこんな気持ちのことなのか。ルミアン洞窟の入り口には600年前の棺が天井までうず高く積み上げられている。ふたにトカゲの模様が彫られた棺もある。フィリピンではトカゲは子孫繁栄を表す、縁起のよい生き物なのだそう。サガダには崖の中腹に棺が吊るされているところが数ヵ所ある。ペルーのウチュイ・クスコという遺跡もやはり崖の中ほどに死者が埋葬されている。装備もなしにいったいどうやってやってのけたのか。不思議な風景である。

原始的だと未開だとかど侮るなかれ。この旅ではこの先もまだまだ人力のすごさを目の当たりにすることとなるのだ。

退職後の人生をフィリピンで

PHILIPPINES

アジアでの退職後の快適生活に

NOW



7107の島々のどこにでも!

ビザを取るだけで素晴らしい人生へのチケットが...

SRRVisa

Special Resident Retiree's Visa

面倒な手続き不要の永住ビザ

ご利用いただいて25年

フィリピン退職庁 (PRA) はこの度、25周年を迎えました。これまで多くの退職者の方々に、アジアでの退職後生活を送るのに適した場所としてフィリピンを選んで頂いており誠に光栄に存じます。

RPAのビジョンと使命は、外国人退職者の方々にふさわしい高品質なサービスを提供し続けることにあり、そのために今後とも邁進して参ります。

2010年にあたり、PRAは新たに退職者となられる方々にフィリピンを第二の故郷として選んで頂けるよう、魅力満載の我が国をさらに積極的に紹介して参る所存です。より一層のご愛顧のほどよろしくお願いいたします。



返信フォーム

☒ はい、SRRビザについての詳しい情報を希望します。

Primer Magazine April 2010

名前: _____

年齢: _____ 生年月日 (月/日/年): _____

国籍: _____ Eメールアドレス: _____

住所: _____

電話番号: _____ FAX番号: _____



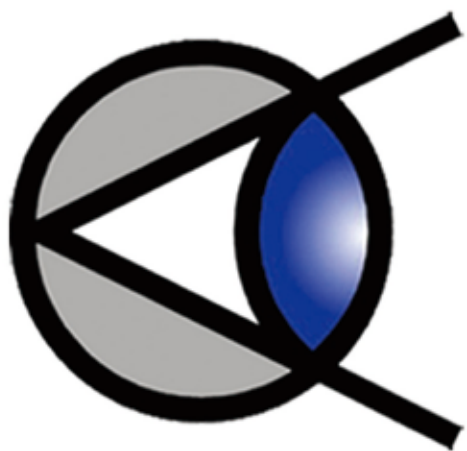
PHILIPPINE RETIREMENT AUTHORITY

29/F Citibank Tower, 8741 Paseo de Roxas,
Makati City, 1200 Philippines

Tel no. : +632.848.1412 Fax nos. : +632.848.7106 / 848.1418

Email : dm_marketing@pra.gov.ph Website : www.pra.gov.ph

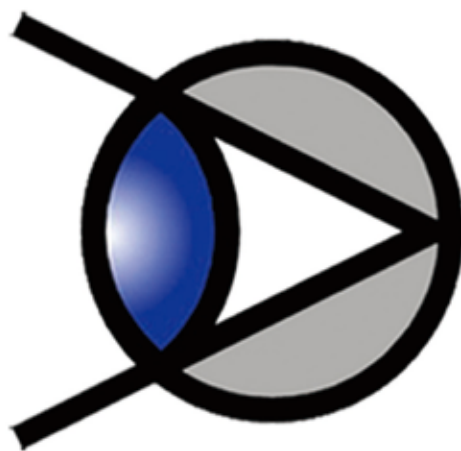
TWO EYES ARE BETTER THAN ONE



American Eye Center

Level 5 Shangri-La Plaza Mall

Mandaluyong City • Tel +63 2 636 0762



American Eye Cataract Center

Level 4 Greenbelt 5

Makati City • Tel +63 2 729 EYES (3937)

日本語でのご予約・お問合せは
AEC ホットライン **TEL 0928-298-3091**
日本人のアテンドが可能です
日本語の書類もご用意しております。お気軽にお越しください

Mobile/SMS +63 917 LASER ME (52737 63) • www.eyecenter.com.ph • info@eyecenter.com.ph

Philhealth accredited