

Philippine

<http://primer.ph>

# primer

マニラ発・快適生活推進フリーペーパー[プライマー]

0  
ペソ  
Free

毎月25日発行



PHILIPPINES  
7,007 islands beyond the usual  
[www.premium-philippine.com](http://www.premium-philippine.com)

特集 当店専属バイヤー(?)厳選商品が満載

## プライマー雑貨屋 本日OPEN



Made in Manilaのヘルシーレシピ  
あぶり焼きチキン ガーリックハニー風味  
マガンドン・ハポン、フィリピン!  
第6回 フィリピングルメ

ココロ  
染まる  
プレミアム・リゾートアイランド  
フィリピン

09  
September vol.30

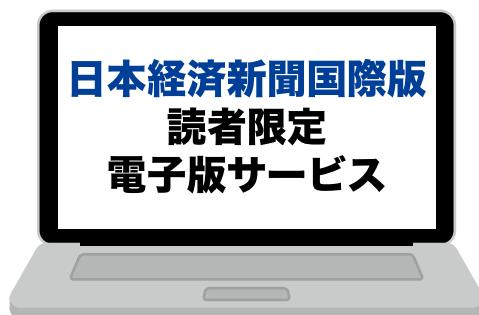
あなたを変える一歩。



日本  
経済  
新聞  
NIKKEI

東京都内・大阪市内と同じ鮮度の最新紙面をお届けする日本経済新聞国際版。

アジア在住日本人の皆様から絶大なご支持をいただいています。経済ニュースばかりでなく、生活・スポーツ情報や人気コラムも満載しています。



日経国際版をご購読中の方は、  
電子版を無料でお読み頂けます。  
お申込みは  
[www.nikkei.asia](http://www.nikkei.asia) まで

新規で6ヶ月以上ご契約の方には  
もれなく特典 がございます。



ご購読キャンペーンも実施中！

以下の 6つの特典の中から1つ をお選びください。

- 1** 週刊誌 日経ビジネス 4週間分 
- 2** 月刊誌 日経トレンディ 
- 3** JALマイレージ 2,000マイル 
- 4** ANAマイレージ 2,000マイル 
- 5** 日経テレコン21 無料ID 5,000円分 

※テレコン21は日経新聞のデータベースサービスです。

**6** やさしい日経経用語辞典(非売品)

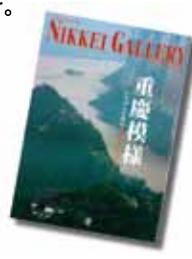
最新版・全355頁



更に読者限定サービスとして

\*NIKKEIGALLERY  
を隔月でお届け。

\*日経アジア  
ニュース  
メール  
を毎日配信。



お申し込みは

- ① インターネット [www.nikkei.asia](http://www.nikkei.asia)
- ② Eメール [nikkei@nikkei.com.hk](mailto:nikkei@nikkei.com.hk)
- ③ FAX 852-2845-7768

※②もしくは③でお申し込みの方は、必要事項【購読期間、購読者名(ふりがな要)、ご希望の特典、ご勤務先、配達先住所、請求先住所(会社もしくは個人宅)、Eメールアドレス、キャンペーンコード】を必ずご記入のうえ、お送りください。

日本経済新聞国際版ご購読月ごめ定価

フィリピン

PHP 3,600

キャンペーンコード PHPR1005

**NIKKEI**

日経中国(香港)社 NIKKEI CHINA (HONG KONG) LTD.

Suites 1706-10, Dah Sing Financial Centre, 108 Gloucester Road, Wanchai, Hong Kong

TEL : 852-2598-1771 FAX : 852-2845-7768 E-mail : nikkei@nikkei.com.hk ホームページ : [www.nikkei.asia](http://www.nikkei.asia)



特集

当店専属バイヤー(?)厳選商品が満載

## プライマー雑貨屋 本日OPEN

- 08 日常を「自分色」に染める楽しさ インテリアグッズ
- 09 家具はこちらのお店へ
- 10 素っ気ないデスクの上がちょっと楽しくなる ステーショナリー
- 11 普段の着こなしに遊びゴコロをプラスしよう! ファッション
- 12 可愛いだけじゃない! 実用面も◎ キッズ用品
- 13 ショップリスト



## Regular

- 25 大使館情報
- 28 イベント情報  
アート 映画 コンサート
- 29 クーポン&GC情報  
ホテルイベント情報



## 24 MAP

マカティ・ロックウェル  
フォートボニファシオ  
オルティガス・アラバン・ベイエリア

## 27 MRT / LRT 路線図

## Column

- 05 フィリピン食彩紀行  
パイナップル飾り切り講座
- 07 World通信  
エジプト アメリカ・ミネソタ
- 16 今月のピックアップ!  
フレッシュな一週間をスタートさせよう  
「レガスピ・サンデー・マーケット」
- 21 Made in Manilaの  
ヘルシーレシピ  
あぶり焼きチキン ガーリックハニー風味
- 30 マガソダン・ハポン、フィリピン!  
第6回 フィリピングルメ

編集長 Editor-in-Chief  
砂川元克 Motokatsu Sunagawa

編集・制作・デザイン Editing / Production / Design  
iMarketing Japan, Inc.  
Primer編集部 / mii 井島加恵

アートディレクション&デザイン Art Direction & Design  
柳田寛之 Hiroyuki Yanagida (willssnow-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  
SIDANN PRINTING SERVICES, INC.

無断転載・複写・引用を禁じます

primer 9月号 Vol.30

(掲載内容は取材時に基づいたもので予断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。

## Philippine Primer

**is a free-monthly magazine** that is a great guide to the Philippines providing month to month update on tourism and places to go, restaurants, bars and hotels, fashion and style, fun and activities, etc. **is useful and effective communication tool** for Japanese residents and tourists. **with monthly copies of 20,000** released and distributed in major establishments in the Philippines and Japan.

## For Advertisement

Our Japanese and Filipino staff are here to meet not only the expectations of the Japanese tourists and residents but also Japanese and Filipino companies. Philippine Primer widens your company's option in reaching the Japanese community :

**choose the styles of advertisement** between print advertisements or article-style advertisements.

**attract more Japanese to visit** your store to avail of the discounts that you want to offer through Primer's coupon page.

**mix Primer with cross-media system** ; web portal site and mobile portal site for a triple advertising effect.

For inquiries in advertisement, please contact:

**iMarketing Japan, Inc.**

Tel. : +63-2-836-8381 Fax : +63-2-808-2163

Mobile : 0920-983-3384

<http://primer.ph> E-mail : [sales@primer.ph](mailto:sales@primer.ph)

7th Floor Maripola Bldg. 109 Perea St., Legaspi Village, Makati City

Office Hours: Mondays to Fridays, 9:00 a.m. to 6:00 p.m.



**PHILIPPINES**  
7,107 islands beyond the usual  
[www.premium-philippines.com](http://www.premium-philippines.com)

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



**Advertisement**

We feature Philippine tourism attractions which can capture the Japanese interests and take an opportunity to experience the taste of different foods, dive into resorts, enjoy staying in hotels, discover new hangouts, collect products for souvenirs and live in the most hospitable lifestyle of Filipinos.

**Coupon**



Coupon means advertisement with discount ticket of commodity. It's about special promos and discounts. It is a system that is very familiar to and use by the Japanese.

**Maps**



We also have maps and emergency contacts which is very convenient for Japanese tourists. We also publish information from Japan Embassy every month.

**Travel  
Boracay**  
'09 Dec.



**Shopping  
Rockwell &  
Power Plant Mall**  
'10 Jan.



**Food  
Yakiniku**  
'10 Feb.



**TRANSPORT!  
COMMUNICATION  
SAGAWA**

### 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！！

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  
Removal**



### 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！

**航空輸送**  
Air Cargo

### 海上輸送(Sea Cargo)

フィリピン国内屈指の取扱い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



### 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。

**物流倉庫**  
PEZA  
Logistics



<BUSINESS HOUR> Mon - Fri 8:30 -17:30 TEL:02-822-0911 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 PARANAQUE CITY, METRO MANILA, PHILIPPINES

担当:今井(imai@sagawa-global.com) / 大塚(m\_oza@sagawa-global.com)

## プライマー読者応援企画第1弾 「ザ・ファーム」日帰り体験ツアーレポート

「ロビーは豪華なリゾートという印象で、敷地がとにかく広い！ 庭は必見です！ スパ体験というよりも自然の中で贅沢にノンビリしたという感じです。 こんな週末を毎週すごせたら良いな。」

（参加者の声）

去る7月17日朝、マニラを出発した一行が向かったのは、バタンガス州リパ。

フィリピンが誇る世界レベルのスパ「ザ・ファーム」を、実際にやって体験してみようというこの企画ですが、実は引率のプライマースタッフも含めて全員が初体験。わくわくしながら向かった先には、見渡すかぎり緑の楽園が広がっていました。

まずはウェルカムドリンクと、ランチを賞味。敷地内で栽培されたというオーガニック野菜で作られたALIVE!レストランの料理は、味はもちろん盛りつけも期待以上のハイレベル。量もけっこうあり、ベジタリアンフードだというのにお腹いっぱい。

そして、お待ちかねのスパ・セラピー。セラピストのテクニックもさることながら、日常から隔絶されたかのようなザ・ファームで受けるトリートメントは気持ちから入っていけます。みなさんも満足されていたようです。

ところで今回のツアーでは、フォトコンテストも実施しました。滞在中に撮影された写真が、こちら。なお、ベスト・フォトの発表は通知をもって代えさせていただきます。



フォトコンテストで  
撮影された作品



### フィリピン食彩紀行 パイナップル飾り切り講座

バナナやココナッツ同様、フィリピンには年中あって当たり前のように思えるパイナップルにも、それなりに旬があるようです。一番安くて美味しいベストシーズンは、7月から9月。この機会に、



①パイナップルの底の部分を切り落とす。



②少しずつ縦に皮をそぎ落とす。



③全体に皮をそぎ落としたら、更に表面を薄くそいでいく。(目の大きさが小さくなるまで)



④目の両側に(上からと下から)斜めにナイフを入れ、上かららせん状に目を切りとっていく。(写真では、目を3-4個ずつ処理しています。)



「下から」ナイフを入れているところ



⑥好みの厚さにスライスして盛りつける。



⑤のままのものと、スライスしたものを組み合わせて盛り付けてみるのもいいかもしれません。おもてなしのテーブルにいかがでしょうか？

写真・文：原田瑞美

「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/>





プライマーウェブサイト、  
続々パワーアップ!  
<http://primer.ph>

## ホテル検索に加えて航空券検索が追加! ▶ <http://primer.ph/travel>

海外格安航空券専門店ena(イーナ)とコラボ。  
便利さ、安さを徹底的に追求した使いやすいサービスです。

## Primerでお得なクーポンをGET! ▶ <http://primer.ph/sarisari-store>

Primerウェブサイトでは、スパやレストラン・リゾート施設などのお得な割引チケットをお譲りしています。  
早い者勝ちなので、こまめにチェックしよう!

## Primer広告募集中! ▶ [sales@primer.ph](mailto:sales@primer.ph)

Primerに広告を掲載してみませんか?  
御社のマーケティングを全力でサポートいたします!  
まずはお気軽にお問い合わせください。



**Lee Gardens**  
Shaw Boulevard corner Lee Street, Mandaluyong City.

**即入居可  
家賃払いで購入できる、分譲マンション**

ワクワク・ゴルフコースから徒歩圏内の物件です。

**0917 - 6388888**  
詳細は：<http://www.leegardens.com.ph>

## JICAの産業人材育成プログラム

在比企業の競争力向上には、キーとなるフィリピン人マネージャーの能力向上が欠かせません。しかし、各企業で体系的なトレーニングを実施するのは、費用や体制の面でなかなか難しいところです。そこで、国際協力機構JICAとフィリピンの名門ビジネススクールAIM(アジア経営大学院)がタイアップし、人材養成機関が立ち上りました。企業ニーズと実務に即した研修を、参加しやすい形で実施して参ります。どうぞご利用ください。

### 管理者養成

#### Competency Development Program

国際的な環境でビジネスを行っている組織の中間管理職に必要な能力(Competency)開発研修を体系化しました。他の産業からの参加者とのディスカッションやケーススタディを通じ、知識ではなく、ものの見方や考え方を育てます。

金曜午後と土曜1日の1.5日で各モジュールを実施。お忙しい管理者にもご負担なくご参加いただけます。

### プロジェクト・マネージャー研修

#### Practical Project Management in the Global Market

建設業におけるプロジェクト管理の実践的なノウハウを、夜間5週間コースとODAの現場におけるOJTにより体系的に身につけます。契約管理ではFIDIC認定講師が講義を行うので、国際的に活躍できるプロジェクト・マネージャー養成にぴったりです。



お問い合わせ・お申し込みは  
JICA(国際協力機構)フィリピン事務所  
☎ 02-889-7119 内線158  
Fax : 02-889-6850  
担当: 坂本・渡部・都合(とごう)  
E-mail : [SakamotoNaoya.PP@jica.go.jp](mailto:SakamotoNaoya.PP@jica.go.jp)  
<http://arac.aim.edu/>



From Egypt  
エジプトの“NOW”

エジプトで生活を始めて2ヶ月が経過しました！たかが2ヶ月ですが、されど2ヶ月。短期間の旅行では見る事ができないエジプトを、私なりの表現でお伝えしたいと思います♪エジプトは9割がイスラム教徒なので、髪の毛を隠す「ヒジャーブ」を巻く女性達をよく見かけます。そういう光景を見ると、改めて異国にいるんだなーと実感します。あとは、なんといってもお顔が濃い!彼女達を見たあと自分の顔を見ると、あまりの薄さに悲しく



## プロフィール：マイコ（♀）

幼少期からエジプトの古代遺跡に興味があり、初めてエジプトの地に降り立ったのは今から4年前。それから毎年のようにツアーでエジプトに訪れて古代遺跡に触れ、さらにエジプトの“NOW”が知りたいと思い、半年間エジプトに住むことを決意。現在は、留学生と2人でルームシェアをしてカイロに住んでいます♪マイコさんのブログ「★マイコのHAPPY LIFE★エジプトevery day★」：<http://blog.livedoor.jp/maimitsu/>



## なっちゃいます。(泣)

普段道を歩いていると、必ずといっていい程エジプト人男性達に「ニーハオ！」とか「スイーニー（中国人）！」と声をかけられます。基本的にアジア人は全て「スイーニー！」と呼ばれます。最初の頃はものすごく嫌だったんですが、今では日常になりすぎて慣れました。(笑)

エジプト人達の日常といえば、男性の社交場の「アホワ」という、とてもローカルなカフェで、語り合う事!宗教柄お酒が飲めないので、お砂糖たっぷりの甘いシャイ（紅茶）を飲みながら、シーシャ（水タバコ）をブクブクさせて吸っては、熱うーく語っているという光景をよく見かけます。客層は若い人達よりもおじさんが多く、昼夜ともオープンしていますが、夜のほうが人が多くて賑やかです。最近は女性が来て、シーシャを吸う姿も見られます。

また、エジプトグルメといえば「コシャリ」。国民食とも言えるエジプト特有の料理で、中



にはマカロニと短く切られたパスタ、そしてレンズ豆とヒヨコ豆、ライス、サクサクに揚げたタマネギが入っています。味はトマトソースに、にんにくと辛いソースを好みでかけて、とにかく全てを混ぜまくる!お店によって配合のバランスが全然違うので、色々なお店に行って好みのコシャリを発見するのも面白いです♪ コシャリのお値段は、テイクアウトの場合、大きいサイズでも約112円と、とてもお手頃なお値段です。こんなエジプトグルメ、かなりオススメです!!



## プロフィール：ピーズ実加

1983年生まれ。大学卒業後、ダイレクトマーケティング会社にて勤務。2009年アメリカへ移住、結婚。ミネソタにて、主人と愛犬との3人暮らし。現在は第一子を妊娠中。ブログでミネソタのこと、私生活のことを作筆中。

実加さんのブログ「ミネアポリス・セントポール発 みかのアメリカンライフ」：<http://ameblo.jp/mika-takahashi>



アメリカ生活。いよいよ2年目が始まりました。見るモノ、会うヒト、全てが初めてだった1年前。でも今では週末に突然友人が自宅を訪ねててくれるほど、私の存在が少しずつこの地に定着し始めていると感じる今日この頃です。

「もっとミネソタを楽しみたい！」と意欲・活力共にますます上昇中(笑)。

2年目を迎えるにあたって新たに始めた挑戦…それは自分自身の可能性を広げるための

学校通い。そこでは今まで全く関わりのなかった南米・中東・アフリカの人々と授業の内外での交流があり、“世界”がぐっと身近に、そして世界のニュースが他人事から関心事になりました。多民族国家ならではのタイムリーな国際交流に華を咲かせています。

そしてもうひとつ始めた、パートナーとの“レストラン巡り”！ミネソタならではの食文化を探しに、数々のレストランへ足を運んでは、おいしいミネソタ、まずいミネソタを散策中(笑)。

日本各地に名物料理があるように、アメリカにも名物料理があります。ご存知、ハワイのロコモコ、NYのチーズケーキ、シカゴのホットドッグ…そして、ここミネソタでは“ジューシー・ルーシー (Juicy Lucy)”！

ジューシー・ルーシーとはチーズバーガーの1種で、チーズを肉の中に入れ、チーズがアツアツのところどころ!になるまで肉を焼きあげ、それをパンに挟んで食べるというバーガーです。1口食べれば舌が火傷するほど

アツアツで、濃厚なチーズの味が広がるジューシーなバーガーは、地元客・観光客を魅了し続けています。

このジューシー・ルーシー、ルーツはなんとも不思議で、発祥とされるお店が2軒も存在。未だにどちらも譲り合わないため決着が着かないままだとか…(汗)。でもそんなことはお構いなし!いつ行ってもどのバーも溢れんばかりのお客で賑わい、バーガーとビールと笑いでお腹を満たす、そんなライフスタイルがミネソタ流なのかもしれません。



プライマー

当店専属バイヤー(?)厳選商品が満載

# 雑貨屋 本日OPEN

「普段の生活にうるおいが出る雑貨達!乙女としては、ココこだわりたいよね」

そんな“可愛いもの好き女子スタッフ”的声から生まれた今回の特集。

部屋やオフィスにあれば、ちょっと心なごむもの、つい顔がゆるんでしまうもの、いつもの生活に彩りが出るもの。大好きなものばかりをギュギュっと集めました。

さあ、プライマー雑貨屋のOPENです。

あなたの心を和ますお気に入りアイテム見つけてくださいな。

(※あくまで女子スタッフ妄想雑貨屋です。実在しませんのであしからず。)



## ココナツ アクセサリーケース

P150 (3段) P120 (2段)

店舗: 9★

ついゴチャゴチャしがちなアクセサリー等の整理にピッタリなココナツの小物入れ。玄関先に置いて、ポケットのコインやキー置きとしても良い。万能アイテム。



## 日常を「自分色」に染める楽しさ インテリアグッズ



## クリプタントゥス(観葉植物)

P25 店舗: 6

ちょっとあるだけで部屋にうるおいが出るグリーンシリーズ。こちらは手のひらサイズ、デスク上サイズの可愛いぶちサボテン。お手頃価格なので、何種類かまとめて窓辺に置くのも◎。

## フォックスステール(観葉植物)

P80 店舗: 5

フォックスステール(狐のしっぽ)という名前の通りふくらした形の観葉植物。室内でも育てることは可能だが、お日様にたっぷりあててあげるのがポイント。



## マガジンラック

P800 店舗: 4

ついで置きっぱなしにしがちな雑誌もこのマガジンラックがあれば大丈夫。見せる収納で部屋をすっきり。A3サイズも十分入ります。



## ダストボックス

P750 店舗: 4

散らかった部屋にはこのナチュラルテイストなダストボックス。どんなインテリアにも馴染むデザインと、意外に大容量なのが嬉しいポイントです。



## 自転車風キャンドルスタンド

P69.95 店舗: 1

アンティーク調の可愛いフォルムはキャンドルスタンドだけでなく、お部屋のワンポイントとして大活躍しそう。



## バンブー キャンドルスタンド

P750 店舗: 4

和風テイストながらも  
スタイリッシュなデザインは  
洋風なお部屋にも◎。



## マルチバスケット

店舗: 4

籐で編まれたマルチ収納ボックス。横長フォルムは窓辺やキッチン回りのちょっとした隙間に置きやすくて◎。紅茶パックなどを入れて、テーブルにさりげなく置いてあると乙女度UP!!



## カピス シェードランプ 3個セット

P750 (3個入) 店舗: 4

フィリピンのお土産物屋でよく見かけるカピス(薄い二枚貝)シリーズ。やわらかい光で一気に部屋のムードを変えられます。3つで750ペソですが、交渉次第でお安くなるとか。



## ナチュラル シェードランプ

P2000 店舗: 4

木のツルで編んだランプシェード。自然にこぼれる光が壁に映り、なんともいえない幻想的な空間を作り出す。電球の種類を変えて、色の変化を楽しむのもあります。



## フラワー キャンドル 8個セット

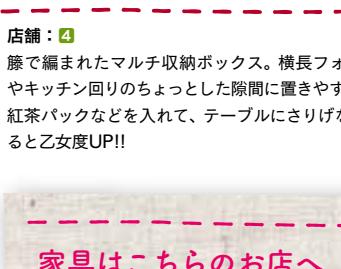
P49.95 (8個入) 店舗: 1

水に浮かべて使うと影が映りこんでとってもきれい。ほのかに甘い香りもします。

## マルチステーショナリーボックス

P250 店舗: 4

まとめて何個も持っていたいマルチ収納ボックス。ネイルセットを入れても、シュシュを詰めても、ステーショナリーをまとめて可愛いかわいいかも。



## 籐バスケット

スタッフ私物 店舗: 2

小さく編みこんである白い小花がアクセント。中が布で覆ってあるので雑貨類を入れても傷つかず安心。見せる収納をこのバスケットでぜひ。



## ミニバスケット

P75 店舗: 4

手のひらサイズの小物入れ。コンパクトケースやコロンなど細かいものをまとめるだけで、ドレッサー回りがグンと可愛くなります。中の布を取り外して洗えるのもポイント。



## 家具はこちらのお店へ

マニラでそのほとんどが揃うオシャレな家具たちですが、「もっといろいろな種類を見てみたい!」「オーダーメイドをお願いしたい!」というような場合には、直接生産工場まで足を伸ばしてみてもいいかもしれません。家具や雑貨の生産で有名なパンパンガには、道沿いに多くのショップが点在しています。フィリピンの可愛い家具、雑貨を極めたい人には是非おすすめです。



Jessie James Furniture  
MC Arthur Hiway, Telabastagan,  
San Fernando, Pampanga  
☎ 045-889-7367, 045-323-6344,  
0916-364-7341  
⌚ 8:00~18:00 ⚡ 無休



MORE THAN A CHAIR  
Unit 102 The Petron Lakeshore Toll  
Service Facility, Mexico, Pampanga  
☎ 045-893-1915, 045-455-0741  
⌚ 8:00~17:00 ⚡ 日祝

素っ気ないデスクの上が  
ちょっと楽しくなる  
**ステーショナリー**



**おもしろボールペン**

P49~/1本 店舗: 1

マグネットも付いてるユニークなボールペン。赤とうがらし風ボールペンはテーブルに置いてあたら本物と間違えてしまいそう。それぞれ書き心地もばっちりです。



**アニマルホッチキス**

各P69.95 店舗: 1

てんとう虫?ハチ君?のホッチキス。  
こんなホッチキスならいつでも持ち歩き  
たい!?



**エコミスマペンケース**

P1350 店舗: 6

お菓子の袋をリサイクルしたオリジナル商品を販売することを通して、社会にワクワクするエコを提案するecomismo商品。こちらはなんと15センチの定規が入ります。通常のペンであれば10本以上楽々収納!

**マルチスタンド**

P79.75 店舗: 1

デスク周りの整理整頓に。元気をもらえ  
そうなPOPなカラー。ケータイ置きにし  
ても可愛いかも。



**カラフルクリップ**

P24.75 (6個) 店舗: 1

今日はどれにしようかな?使うのが楽  
しくなるカラフルクリップたち。  
デスクの上にあると思わずなごむ、  
ゆるキャラフェイスです。



**ダンシングマグネット**

各P50 店舗: 9★

おもわずこっちまでニコッとしてしまう愛らしい  
マグネットたち。赤い服の女の子は、片手を後ろ  
に踊っているところとか。それぞれ手足も動か  
せて好きなポーズがとれちゃいます。

★マーク:アメリカンカウーマンズバザー出店店舗。



### アンティーク調ネックレス

各P150 店舗: ②

ナチュラル派にははずせない、アンティーク調ネックレス。ハートやリーフなどの他にユニークなモチーフなど種類も豊富。思わずシリーズで揃えたくなります。



### パールブレスレット

各P50 店舗: ③

年中半袖のフィリピンで、ブレスレットはマストアイテム。このブレスレットは、実はフィリピンの特産物パール。本物なのにこの値段は絶対お買い得。



### 普段の着こなしに 遊びゴコロをプラスしよう! ファッショ

### リゾートバッグ

スタッフ私物 店舗: ②

リゾート使いにぴったりな、ナチュラル感満点の手提げバッグ。カジュアルなTシャツにも、リゾートワンピにあわせられる便利カラーのバッグはぜひ1つ持っておきたい。



### マキシ丈2WAYワンピース

P279.95 店舗: ①

マキシ丈2WAYワンピース。裾には細かいレースがついていて可愛い。ワンピースとしても、スカートとしても使える万能アイテムです。



### ジュースパックバッグ

P120 店舗: ④★

牛乳パックの再利用でできたバッグ。牛の絵柄がシュールで◎。パックの再利用だからとあなどってはいけません。強度ばっちり。500mlペットボトル2~3本らくらく入ります。



### ジュースパックポーチ

P120 店舗: ④★

見ての通り、ジュースパックを再利用したポーチ。カラフルな色使いはカバンの中でもすぐに見つけられてとっても便利。マチもあるので、コスメポーチとしても使えそうです。

### マキシ丈南国ワンピース

P769 店舗: ④

日本ではハードルの高いマキシ丈も南国なら自然に着こなせるから不思議。そのまま着ても、日よけ対策のカーディガンを合わせても◎。1枚持ってるだけで着こなしの幅が広がります。

南国暮らしの  
ファッショは  
ワンパターンになりがち。  
いつもと違った  
アイテムを  
一つ足すだけで  
気分もUP!



# 可愛いだけじゃない! 実用面も◎ キッズ用品

遊びの中に  
「遊び」のエッセンスが  
上手に  
取り込まれているね。  
こんなおもちゃだったら、  
大人だって  
楽しくなりそう!

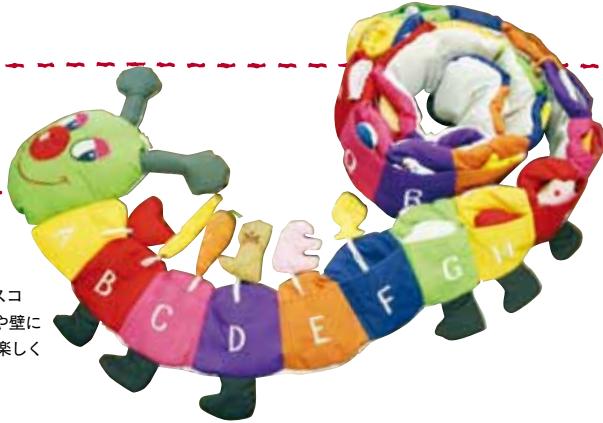


## キャタピラー 知育おもちゃ

P420 店舗: 8★

カラフルなキャタピラーの  
知育おもちゃ。

頭文字A~Zにちなんだマスコットが飛び出します。ドアや壁に  
かけられるので、日常的に楽しく  
単語を覚えられます。



## 釣りゲーム

P500 店舗: 8★

可愛い手さげバッグを開くと、中は楽しい海の  
中の世界。マジックテープ付きの釣りざおで、  
いつでも釣りゲームができるちゃいます。



## アニマルハウス

P500 店舗: 8★

牧場の仲間たちがすべて揃ってセットになっ  
たアニマルハウス。屋根はマジックテープで  
くっついているので簡単に広げられます。自分  
たちだけのストーリーを作って遊びましょう。



## アニマルエクスプレス

P500 店舗: 8★

動物たちの乗ってる汽車には“SAVE THE  
ANIMAL Express”的文字。そう、実は絶  
滅危惧種を救おうと言うテーマが込められ  
たおもちゃなのです。うむむ、奥が深い…。

## ウッドミニテーブル

P1500 店舗: 7★

ウッド製のミニテーブル。どっしりした作り  
なので、お子様用の踏み台としても使えます。  
名前やキャラクターなど自由にオーダーメ  
イドできます。誕生日祝いとして使用する  
方も多いとか。



## アニマルパペット

P75 店舗: 8★

“あみぐるみ”でできたゆるーい  
動物キャラのゆび人形。ワニの  
他にも全部で24種類のキャラあ  
ります。動物の名前を楽しく覚  
えられます。

## ウッドテーブルセット

黒板テーブル P1,900

クレヨン椅子（背もたれあり） P1,300 (名入れ+P150)

クレヨン椅子（背もたれなし） P550

店舗: 7★

テーブルは黒板、脚はクレヨンととってもユニークなデザインの  
ウッドテーブルセット。イスの形や黒板のデザインはオーダー<sup>メイド</sup>可です。テーブルやイスの脚は鉛筆風のデザインに  
カスタマイズも出来ます。消しゴム部分の微妙な色合い  
まで再現した、まさに職人技。



今回紹介した商品はこちらで購入可能です。価格は取材時から変更になっている可能性もあるので、直接お店に問い合わせてね!



### ボーラーダーツセット

P500 店舗: ④★

ほのぼのとしたクマさんのボーラーダーツセット。お友達と集まって遊べば、大人でも夢中になっちゃいそう。こちらも折りたためばパックとして持ち運べます。



### ピザパーティー セット

P500 店舗: ④★

好きな具をトッピングして遊べるピザパーティーーセット。パックにまとめてどこでも持ち運べ、開ければすぐにピザ屋さんごっこができる便利なおもちゃ。他にも手作りで具を足せば、食育にも使えそうです。



### 大容量 ネイティブ バスケット

スタッフ私物 店舗: ②

たっぷり大容量のネイティブバスケット。子供部屋に置けばおもちゃ入れにぴったり。お片付けも楽しくなっちゃいます。

## Shop List

### ① Land Mark (ランドマーク)

フィリピン在住者お馴染みのショッピングセンター。ファッションのお店をはじめ、書籍、食品、カフェ、お土産物などどれも手軽な値段で手に入れることができます。  
Ayala Center Makati, Makati City TEL: (02) 810-9990  
営業時間: 8:30~21:30 (店舗によって異なる) 定休日: 店舗によって異なる  
Webサイト: <http://www.landmark.com.ph/index.htm>

### ② Greenhills Shopping center (グリーンヒルズショッピングセンター)

Greenhills と言えば真珠。ピアスや指輪など既に加工されているアクセサリー類を買うのもよし。真珠のみを買って、宝石店で自分好みのデザインのジュエリーに仕上げてもらうのもおすすめです

Ortigas Ave., Greenhills, San Juan, Metro Manila TEL: (02) 721-0572  
営業時間: 日~木 10:00~20:00・金~土 10:00~21:00 定休日: 無休  
Webサイト: <http://www.greenhills.com.ph>

### ③ Market! Market! (マーケット!マーケット!)

26th St. cor. C5 Bonifacio Global City Taguig, MM Metro Manila, Philippines  
営業時間: 月~木 11:00~21:00・金~日 10:00~21:00  
Webサイト: <http://www.ayalamalls.com.ph>

### ④ Tiendesitas (ティエンデシータス)

「ピノイベスト」を掲げ、フィリピン史上初、メイドインフィリピンプロダクトを集めることにこだわったTiendesitas (ティエンデシータス)。各地方の特産品、ハンディクラフト(手工芸品)、ファッション、アクセサリー、アンティーク、ガーデニング、ペットなどを扱うお店が堂々450店舗以上集まつた、まさに巨大ホビーランド。

Frontera Verde Ortigas Avenue cor. C-5, Bgy. Ugong Pasig City, MM  
TEL: (02) 635-5680 FAX: (02) 634-5084  
営業時間: 12:00~0:00  
Webサイト: <http://www.tiendesitas.com.ph>

### ⑤ EDSA garden house (エドサガーデンハウス)

2007年11月にオープンしたEDSA garden house (エドサガーデンハウス)。フィリピン国内だけでなく、台湾、香港、中国、タイから集められたさまざまなハーブが敷地いっぱいに並べられています。周辺にも植物を取り扱ったお店が多数。土いじりが好きな人ははたまらないエリアです。

corner EDSA and Quezon Blvd, Quezon City TEL: (02) 929-3189  
営業時間: 9:00~18:00 定休日: 無休  
Webサイト: <http://egh.com.ph>

### ⑥ ecomismo (エコミスモ)

エコミスモはフィリピンで16年間孤児院やストリートチルドレンの支援活動をするNPO法人アクションと(株)マーキュリーシスコムが提携して立ち上げたオリジナルブランド。利益の一部はNPO法人アクションを通して、フィリピンの孤児院やストリートチルドレン支援に活用されます。

取扱店: AKIRA Hair & Make-up Studio (0916-553-0971)  
<http://primer.ph/cms/archives/beautiful/2010/07/25160841.html>  
Webサイト: <http://www.ecomismo.com/> (※通信販売有)

### ⑦ N. D. Essel Woodcrafts (エヌ・ディー・エッセルウッドクラフト)★

ぬくもりあふれる木製家具屋。この道20年以上のおじり夫婦がどんなカスタマイズにも誠実に対応してくれます。口ではなく腕で語る、まさに職人魂。

12-08 Consuelo Rd. Essel Park City of S. Fernando, Pampanga  
TEL: (045) 889-2449, 0917-953-6507  
営業時間: 8:00~17:00 定休日: 無休

### ⑧ Lordem Handicrafts (ローデン ハンディクラフト)★

POPな色使いの布製おもちゃ。赤ちゃんが口にいれてもすぐに洗えてとっても清潔。ちょっとしたお出かけにも持ち運びやすいパックシリーズや壁掛けシリーズ、しき絵本シリーズとレバートリー豊富です。

L10B4 Nickel Drive Silver Home Multinational Village  
Paranaque City 1700  
TEL: (02) 821-1234, 0908-892-7934  
定休日: 無休

### ⑨ American women's bazaar (アメリカン ウーマンズバザー)

300以上の出店ブースが会場を埋め尽くす! アクセサリーや衣料品、インテリア雑貨や食器、家具まで揃い、お昼時には飲食ブースからソーセージの焼けるいい匂いが…。休憩スペースも広々用意されており、ベビーカーやお子様連れでも十分楽しめます。

入場料: 100ペソ  
開催日時: 月1回8:30~14:30 (詳細日程はWebサイト参照)  
開催場所: ワールドトレードセンター  
(Roxas Blvd. Cor Sen. Gil J. Puyat Ave. Pasay City)  
Webサイト: <http://www.awcphilippines.org/bazaar.htm>

★マーク: アメリカンウーマンズバザー出店店舗。こちらで全て揃います!

## 旅の前の美味しい腹ごしらえ 海舟エクスプレス & レツ チャウ

将来、現在のNAIA1に変わってハブ国際空港化が期待されているNAIA3 (Ninoy Aquino International Airport Terminal 3) の中に、とっても手軽に本格的な味が楽しめる二つのフードショップがあります。国内線や国際線での近隣諸国へのプチ旅行によく利用されるNAIA3。これを知っていれば、旅行の前の楽しみが一つ増えるかもしれません。



海舟エクスプレス  
Kaishu Sushi-Noodle Express



### 鮭とイクラ丼 (P330)

分厚いサーモンとイクラがたっぷりのった“親子”丼。どんぶりたっぷりの酢飯と、わさび醤油とのハーモニーがたまりません。本格日本食レストランも顔負けの本格丼が、こんなところで食べられるとは! 嬉しい発見です。



### にぎり寿司 (P250)

とびこ、うなぎ、エビ、しめ鯖、サーモン、カニカマの6種のにぎり寿司。特に、身が厚く脂ののったサーモンは絶品です。ファストフード感覚のお店でここまでクオリティが出せるのは、やはり新鮮&美味しいがウリの「海舟」ブランドだからでしょう。



### おにぎりセット (P170)

おかか、さけちらめん、昆布佃煮の3種のおにぎりにお味噌汁がついたセット。お米はもちろんモチモチの日本米で、口の中でふわっと崩れる握り加減は百点満点! ほっと一息つくにはピッタリです。



### しょうゆラーメン (P180)

小腹が空いていれば完食できそうな、小ぶりサイズのしょうゆラーメン。さっぱり味のスープにツルとした細麺がよく合います。具のチャーシューもよく味が染みていて美味しい! どこか懐かしさを感じる優しい味です。



### 冷やし中華 (P180)

きゅうり、たまご、チャーシューなどの定番の具に、マンゴーなどのオリジナル具材がのった冷やし中華。濃い目の甘辛の酢醤油スープに麺がよくからみ、さっぱりとした中にも旨味が広がります。紅しょうがの風味も、味を引き締める名脇役です。

レツ チャウ  
Let's Chow Restaurant



### Congee (P140)

フィッシュボール、ピータンなどがのったCongeeは、日本でいう「おかゆ」。ここフィリピンでも主に朝食やおやつメニューとして人気です。これだけたっぷり食べても消化がいいので、特に女性におすすめのメニューです。



### Shark's Fin (P90) 上 Pork Siomai (P60) 右上

こちら、普通よりも丸々太った超具沢山のシャークスフィン(蒸し餃子)とシュウマイ。カラマンシーとピリッと辛い醤油をたっぷりからめて食べれば、お酒のおつまみにも最高! テイクアウトも可能なので、飛行機の中に持ち込んで、ビールのお供にするのがツウな食べ方です。

海舟エクスプレス  
Kaishu Sushi-Noodle Express  
Ninoy Aquino International Airport,  
Terminal 3, Departure Area,  
International Section, Parañaque City  
☎ 02-701-9326

レツ チャウ レストラン  
Let's Chow Restaurant  
Ninoy Aquino International Airport,  
Terminal 3, Departure Area,  
Domestic Section, Parañaque City  
☎ 02-701-9369  
④ どちらも24時間 ④ どちらも無休



## 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

カフェサンバギータは、ネットワールドホテル2階にて営業しております。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LAN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ピッドがトレードマークで美味しいコーヒー、ピザ、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



### 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。お時間のない旅行客の方達にも俊敏な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。



プラスワンはパサイ市エドサ・エクステンション通りにあるカラオケシャークラブです。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



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。世界的に名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、くつろいた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。



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、蕎麦をご提供致します。



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敏彦医師が駐在しております。日本からの最新人工透析(国民健康保険払戻し請求可)、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: toshikobedclinic@yahoo.co.jp



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](http://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 @ **Spa**

# AKIRA<sub>o</sub>

Hair & Make-up Studio

Ground Floor, A.venue Event Mall  
Makati Ave, Makati city  
☎ 0916-553-0971 / 02-474-1819

数々の女優・タレント、有名ブランドモデルのヘアメイク  
を手掛けてきたAKIRAのヘアサロンがオープン！  
世界レベルの技術とサービスをぜひ体感してください。



### AKIRAプロフィール

都内有名サロンを経て渡英。帰国後、数々の雑誌  
やメディアで取り上げられる。GUCCIやLOUIS VUITTON  
Christian Dior の広告やショーのヘアメイクを手掛ける他、  
観月ありさ、松雪泰子、ミムラ、栗村千明、等数多くの女優・タレントのヘアメイクを担当。  
アジアの美容発展のためにフィリピンを拠点に活躍中。

プライマーウェブサイトで特別インタビュー記事も紹介しています▶ <http://primer.ph/cms/archives/beautiful/nail>



## オンライン モータースポーツ

# AUTOLINE

MOTORSPORTS

キセノン HID ライト カスタムカーオーディオ・ビジュアル 排気バーツ  
カスタムボディーキット パフォーマンスパーツ カーセキュリティ  
熱遮断ティント カーアクセサリー アフターマーケット・サスペンション

### AUTOLINE MOTORSPORTS

■ A-1

8045 Estrella St. Don Chino  
Roces Ave. Brgy. San Antonio  
Village Makati City

☎ 897-5782, 729-1987

携帯電話 : 0915-5954091  
[www.autoline.ph](http://www.autoline.ph)



### SANDCASTLES THE APARTMENTS

最高の  
ビーチフロント  
アパートメント

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

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](mailto:info@boracaynavi.com)  
Website : [www.boracaynavi.com](http://www.boracaynavi.com)



左: フレッシュジュースSHOP  
右: オーガニック野菜



### フレッシュな一週間をスタートさせよう レガスピ・サンデー・マーケット

いつもならたっぷり寝坊している日曜日の朝。この日は「マカティの真ん中でおもしろいマーケットやってるよ!!」と友人に勧められ、レガスピ・サンデー・マーケットに行ってきました。会場に着いたのは朝9時。休日にしては早い時間でしたが、すでに場内は大勢の人で賑わっていました。民族楽器の演奏が響く中、客寄せをする売り子達の元気な掛け声と、奥の方にある屋台スペースから漂うチキンのいい香り…。

“オーガニックマーケット”という呼び名の通り、石鹼やシャンプー、リップバームなどのコスメに始まり、野菜やフル

ーツ、コーヒー豆、はちみつ、ジャムと全部が体に優しいオーガニック商品なので、女性や小さいお子様にも嬉しいマーケットです。

なかでも10個で200ペソのオーガニック石鹼は、大人買いされている方も多数。お気に入りの一品を見つけるには、朝一での来場がベター。飲食スペースも設けられているので、朝ごはんを抜いてランチを楽しみながらお店を回るのもいいかもしれません。

ぜひあなたなりの楽しみ方を見つけて、フレッシュな一週間をここからスタートさせてください。



LEGAZPI(San Lorenzo)  
SUNDAY MARKET ■ B-3  
Legazpi corner V.A.Rufino (Herrera)  
Streets, Makati  
⌚ 8:00 ~ 13:00

今月のピックアップ

文  
写  
真  
..  
C  
A  
N  
D  
Y

# ホンネでお答えします、 The Farmの魅力。（後編）

一泊二日でThe Farmを体験リサーチしてきたプライマー取材班。

今回は、世界中のセレブを魅了するThe Farmの“トリートメント”について。

値段と効果のバランスや、「で、実際にどうなの!?」と聞きたくなる部分に本音でお答えします。

## ホンネ その4

### The Farm のスパ・トリートメント

The Farmといえば、体験しておきたいのがスパ・トリートメント。今回体験したのは、フィリピンの伝統的なマッサージ「ヒロット・パブロス」(P4,900++/150分)。

碎いたココナツの果肉とバタングス産のカカオパウダーでスクラブした後、ココナツオイルでマッサージ。途中、ココナツミルクを張った“屋外の”バスタブに30分間浸かります。鳥のさえずりや木々の葉が揺れる音…自然のリラクゼーションBGMが、ストレスで凝り固まった心をゆっくり解かしてくれます。一泊二日のプランにはスパは含まれていないので、スパ目的の場合は日帰りツアーがおすすめ。ツアーに含まれる1時間のトリートメントをP1,400++の追加で2時間メニューに変更できるので、これを利用すればかなりお得です。

## ホンネ その5

### The Farmのメディカル・トリートメント

今回体験したのは「腸内洗浄(P2,800/30分)」、「ソルト・バス(P2,400/30分)」、「腎臓浄化(P2,950/30分)」の3種類。腸内洗浄では、結腸にチューブを入れてコーヒーを流し、有害な老廃物を排出します。セラピストがお腹をマッサージしてくれるので痛みもなく、終わったあとはスッキリ!やみつきになりそうな爽快感です。

ソルト・バスはその名の通り、塩を溶かしたバスタブに浸かることで体内の毒素を排出するというもの。3日間断食するのと同じデトックス効果があるというこの毒排出には体力を消耗するらしく、終わったあとは心地よい疲労感で、お肌もスベスベになりました。トリートメント終了後は無理をせず、お部屋でお昼寝。これが最高のリラックス時間でした。

最後は腎臓浄化。全身にペースト状の炭を塗り、毒素を排出します。こちらはトリートメントが終った後も、肌に残った微量の炭が毒素を持続的に排出し続けるそうで、確かにThe Farmから帰って2日間くらいは、何もしていないのにとても疲れやすくなっていました。総合的には、ソルト・バスが手軽かつ効果が実感しやすく、おすすめです!

文・写真／YUKKEY



## 番外編

### その他のホンネいろいろ

The Farmのお部屋に用意されているシャンプー、コンディショナー、ソープは100%自然素材から手作りされたもの。お土産にも最適です。

The Farmの至る所で見られる可憐なフラワーアレンジメントは、宿泊客は無料でレクチャーを受けられます。ぜひおうちでもこんな素敵なお花アレンジを試してみませんか?

The Farmに関するお問い合わせ、ご予約手配等はプライマーウェブよりどうぞ!



## One Team, No Boarder SCS Global - SCS国際コンサルティング (フィリピン事務所)

SCS Global は、フィリピンをはじめとするアジア諸国において設立された日系会計事務所が一つに組織化された国際会計事務所です。中国・インドをはじめとする成長センターのアジアのみならず、欧米をもカバーする14拠点に日本人専門家を配置し、国際的に活躍する日本企業の会計、監査、税務、労務、及び法務の実務支援、及びコンサルティング業務を実施しております。

私達のモットーは、日本及び海外の各拠点にて同品質のサービスを提供すること。日本、ア

ジア、そしてその他各国の拠点間のコミュニケーション力と、各拠点の現地事情や現地の商慣習に対しての知識・経験の豊富さが私たちの強みです。

フィリピン事務所には、当地での経験を積んだ日本人専門家2名を配置。現地の公認会計士による監査法人と、現地の弁護士による税法にも通じた弁護士事務所を含む、30名を超える専門家が、当地での皆様の法律・会計を強力にバックアップしています。

### SCS Global Business Solutions, Inc.

14th Floor, 6788 Ayala Ave., Oledan Square, Makati City, Philippines  
代表：小出達也一公認会計士(米国)、公認金融監査人  
E-mail : koide@scsglobal.co.jp



\*NNAでは「フィリピン法律Q&A」を大好評長期連載中。フィリピン日本人商工会議所でも「中小企業お役立ち情報」担当。実務に即したわかりやすさに定評があります。

☎ 02-886-4438 (日本語直通), 02-886-4436, 37 FAX 02-886-4435 [www.scsglobal.co.jp](http://www.scsglobal.co.jp)



**Amazing Show (マニラ)**  
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隣)  
お問い合わせ・ご予約は: ☎ 02-834-8870 / FAX 834-8871  
開演: 8:00PM ~ 定休日: 月曜日

**Amazing Show (セブ)**  
9-2 Hosdon Cove Resort, AGUS, Maribago, Lapulapu City  
☎ 032-495-2592 / 93  
開演: 6:30PM ~ / 8:00PM ~ 定休日: 日曜日

●プライマー読者特別価格 (プライマーをご提示いただいた方)  
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

<http://www.amazing-show.com>

## Little Clarion Learning Center

Little Clarion Learning Centerには、音楽、シアター、ビジュアルアート、ダンスのクラスがあります。私たちの教師はすべて各芸術方面で素晴らしい技術を持ち、また子どもたちの才能を伸ばす意欲にあふれています。

### ●音楽

生徒たちの創造性を伸ばし、自分で音楽を解釈しながら演奏ができるようになります。

(ピアノ、バイオリン、ヴィオラ、チェロ、フルート、クラリネット、サクソフォン、トランペット、ギター、声楽)

### ●ビジュアルアート

生徒たちの感情や感性を表現させ、様々な制作活動を通して表現活動を楽しめます。

(基礎デッサン、スケッチ、水彩画、パステル画、油絵、アーツ&クラフト)

### ●シアター

子どもたちは歌、踊り、演劇を学びます。このクラスを通して舞台度胸がつくため、スピーチや自信を高めるのにも役立ちます。

(演劇、歌、踊り)

### ●ダンス

ダンスの表現方法やステップ等を学びます。音楽に合わせた動きの実演をします。(バレエ、ジャズダンス)



#### Makati Branch

4F, Alco Bldg.,

391 Sen. Gil Puyat Ave.

Tel : 02-890-8840

Mobile : 0920-913-0311

#### Ortigas Branch

4F, Dispo Bldg., Escriva Drive,

Ortigas Center

Tel : 02-664-5968

E-mail : clarionschool@yahoo.com  
www.clarionschool.com

#### Alabang Branch

4F, Antonio Bldg.,

Primer St.,

Madrigal Business Park,

Ayala Alabang

Tel : 02-544-0970

Mobile : 0921-345-2719



### レーザートーニング (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



本ページをご提示頂いた方は、全てのサービスを20%割引いたします

ご予約はお電話で

**Tel : 02-892-8431 / 0920-836-1132**

2nd Floor, Aquirre 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**  
(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。

# MIDA'S Touch

マイダス・タッチ

男女セラピスト  
ご自宅またはホテルでのマッサージ  
年中無休

・スウェーディッシュ、指圧、フットマッサージ、  
テンション・スター(肩、背中、ひざ) .....各P300/時間  
・コンビネーション(スウェーディッシュ&指圧)、タイ .....各P450/時間  
・ツイン(セラピスト2名) .....P600/時間  
・MIDA'S/パッケージ .....P1,000/時間  
・各種ボディ・スクラブ .....P400  
(チョコレート、ストロベリー、ミルク・ソルト、死海の塩)  
マッサージエリア  
Makati, Malate, Manila, Pasay, Mandaluyong,  
Taguig, Pasig, Ortigas, San Juan, Eastwood, QC

スペシャル・キャンペーン!

2時間:P300  
(7:00~9:00 / 13:00~17:00)  
対象エリア:マカティ、マラテ、フォート、バサイのみ

0927-5111088, 0929-3549925,  
0932-2654695, 02-403-7249, 513-8211

# Shui | Shui | (shway)

フィリピンに古来から伝わるマッサージ技術  
「癒しの手」ヒロット

当店は、フィリピン各地から集めたヒロット技術を  
元に開発した正統派のマッサージです。

関節痛、ねんざ、高血圧、糖尿病、腰痛、四十肩、  
偏頭痛、喘息などの諸症状の緩和に。

G/F Tropical Palms, dela Rosa Street., Corner  
Perea Street, Legaspi Village, Makati, Phils.  
M C-3

ご予約は: 02-707-7453 / 02-664-9369 /  
02-393-2314 / 0932-309-3678  
営業時間: 11時~翌朝1時 (年中無休)

www.shuihilotspa.com

# Petals Massage

訓練された若い、男女のセラピストによる  
24時間営業の出張マッサージサービス

今月のプロモーション!  
全てのマッサージが  
2時間でP400

●サービス内容 ( / 時間)  
ベントーサ・コンビネーション P325  
お子様へのマッサージ P250  
指圧 P250  
スウェーディッシュ P250  
タイ P300  
指圧/スウェーディッシュ P250  
ペタルス・ツイン・マッサージ P500  
リフレクソロジー P250  
フット・スクラブ P300  
ボディ・スクラブ P500

今すぐお電話を!  
501-3985/856-5655/09202446229/09165151784  
苦情やご提案はこちらまで(マネージャー直通): 09278166080

お求めは:  
shu uemura boutique  
2nd Level, Powerplant Mall  
Rockwell Center  
Makati City

instant-glow  
81%\*  
more luminous skin

stage performer

瞬時・簡単・美しい。  
『瞬間スキンケア』ステージ パフォーマー  
洗顔後にこれ一本で、肌の内側から発光しているような  
つやと透明感を与え、なめらかな肌へ導く美容クリーム。  
気になる部分にさっとひと塗り。ペンタイプの美容液『瞬間ラインスムーザー』もあります。

\*consumer test on 54 women using stage performer instant-glow immediate radiance skin perfecting cream

**YAKSONMYUNGA**

骨氣セラピーとは?  
骨氣セラピーは、YAKSONMYUNGAと美容健康プログラムによって開発された、美容治療および骨処置の組み合わせによる新しい美容治療法です。  
骨氣セラピーでは手技を用いて体内の血液循環を促します。刺激された血流が栄養供給を助け、体内の老廃物を取り去ることで、身体が本来持っている自然治癒能力を最大限に発揮させます。顔、および体形を健康的な美しさに導く自然療法である骨氣セラピーを、ぜひお試し下さい。

小顎整形治療 → 16回の通院後



O脚・X脚矯正→ 10回の通院後



**Skin Care Program**

小顎整形治療 ..... 1時間30分~2時間  
O脚・X脚矯正 ..... 1時間  
顔の左右のバランス矯正 ..... 2時間~2時間30分  
ボディライン整形治療 .... 1時間30分~2時間  
骨盤のゆがみ矯正 ..... 1時間

※ご来院の際は、事前のご予約をお願い致します。  
営業時間: 10:00~20:00(ラストコール)  
定休日: 日曜日

# エル・リオ・イ・マール

フィリピンの魅力がぎゅっと詰まったパラワン・コロン島のリゾート

やっととれた休日に嫌な思いをするほどがっかりすることはありませんが、エル・リオ・イ・マールでは、そんな心配をする必要はありません。

コロン島のリゾートとしてナンバー1 (Tripadvisor.com)に輝くエル・リオ・イ・マールは、スペイン語で「川と海」という意味。マニラから飛行機で約1時間のコロン島、サンホセに位置しています。

宿泊施設とリゾートは、おだやかな川となだらかな丘のある美しい湾に位置しており、すべての部屋はマンゴロープに囲まれた湾のビーチフロントに並んでいます。落ち着いた雰囲気や、自然の慰めを求める人には理想的な環境です。

また、エル・リオ・イ・マールはウォータースキー、ウェイクボード、バナナボートなどのウォーターアクティビティも豊富。

フィリピンで最も美しいといわれるカヤンガン湖をはじめ、シェテ・ピカードス海洋公園、マキニット温泉等をめぐるコロン島探検ツアーなど、ぜひ参加してほしいものばかりです。

海の静けさとともに、素晴らしい景観に海と生きる生活の偉大を感じてほしい。エル・リオ・イ・マールは、あなたの夢見た休暇を実現させることのできるトロピカル・リゾートです。



## El Rio y Mar

Brgy. San Jose, Coron, Busuanga, Palawan

### マニラ・オフィス

Regent Building, Malunggay Road, FTI Complex Taguig City

☎ 02-838-9464

E-mail: rooms@elrioymar.com, info@elrioymar.com,

marketing@elrioymar.com

www.elrioymar.com

Photos by Marco Carlos, Mich Miguel, Angel Pagua and Chris Blanco

## 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

ニヨッキ、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  
ぶりぶ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、赤ワインビネガーシャロット、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！  
300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！



**Karate Kid**  
TERIYAKI • TEPPANYAKI • BURGER • PASTA

Must Try

ヒリヒリやき  
**KKチキン照り焼きミール**

カラテキッドの特製照り焼きソースで  
焼き上げたテンダー&ジューシーなチキン！  
嬉しいご飯のおかわり自由

99だけペソ

- ますます大きい
- ますます美味しい
- 手頃な料金
- 人工着色料不使用

ごはん **RICE Refillable**  
プロックバスターミールは  
全てご飯おかわり自由

SM MEGAMALL • SM MALL OF ASIA • ROBINSONS PLACE MANILA • KPMG  
SM SOUTHMALL • SM CITY SAN LAZARO • ROBINSONS CABANATUAN • LANDMARK TRINOMA  
SM CITY CLARK • SM CITY STA ROSA • ENCHANTED KINGDOM • WALTERMART MAKATI  
SM CITY DASMARIÑAS • SM CITY SUCAT • 168 MALL • SM CITY FAIRVIEW

## あぶり焼きチキン ガーリックハニー風味

### 材料

チキンもも肉 4枚、はちみつ 大さじ2、  
AJI-SHIO Garlic 6g、オリーブオイル 大さじ2

### 作り方

①チキンもも肉をビニール袋に入れAJI-SHIO Garlicをまぶし、  
冷蔵庫で6時間程度置く。  
②はちみつを加えさらに6時間熟成させる。  
③火加減に気をつけてグリルする。まずは、焦げやすいので  
水を半カップ入れて始めは蒸し焼きにするように焼き、  
水分が飛んだら、オリーブオイルを加えながら  
両面をカリッと焼き上げる。

レシピ・文・写真：本橋弘治  
2009年の6月までマニラに4年間住んでいた、  
フィリピン食文化をこよなく愛す調理師

「AJI-SHIO Garlic」は、味  
の素(株)がフィリピンだけで  
発売している調味料。ガ  
ーリックのアロマが肉料理  
に最適です。



初めてケニー・ロジャー・レストランで“あぶり焼きチキン”を食べた時に脳裏をよぎったレシピです。はちみつのリッチな甘さとコク、にんにくのアロマがチキンの味に革命をもたらします。AJI-SHIO Garlicのにんにく風味は時間が経ってもぼやけないスキットした風味、それがチキンのイノシン酸のうま味を際立たせま

す。この料理には食感の良いもも肉が最適、身  
が締り味が濃いフィリピンの鶏肉をお楽しみ  
ください。スーパーでもウエットマーケット  
でも量り売りをしているので家族の人数分購  
入できます。使う前に良く洗い水気を切ります。  
その日のうちに使わない場合は生のまま冷凍  
保存しましょう。

メイドさん用に、上のメニューの英語版レシピもあります。右記までお気軽にお問い合わせください。information@primer.ph

## Dongwon Garden Korean Restaurant

☎ 02-898-3558, 0905-365-0303



こんなに食べて、こんなに美味しいくて、この価格。  
マカティ通りからすぐ近くの、愛され続ける家庭的韓国料理。  
当店自慢の炭火焼肉や海鮮料理を、ぜひ召し上がり。

●お得なタイムサービス！  
11:00～17:00は全品20%ディスカウント！(クレジット  
支払は15%)  
●さらにお得なメンバーシップカード  
プライマー読者特典：メンバーシップカードをお作りい  
ただくと、その日から以下の特典をご利用いただけます  
(このページをお店までお持ち下さい)。  
①17時以降、メンバーパーは全メニュー 10%ディスカウン  
ト(クレジット支払は5%)。  
②誕生日にケーキ、シャンパン、または赤白ワインから  
一品をプレゼント。

McDonalds Polaris St.  
Petron Makati Ave. Dongwon Garden Jupiter St.  
Buendia St.

Dongwon Garden Korean Restaurant ☎ D-2  
53 Polaris St. cor. Jupiter St., Makati City  
☎ 02-898-3558, 0905-365-0303  
⌚ 11:00～23:00  
喫煙可の個室あり(14名、18名、20名、24名、50名様用)

**Sei**  
Hair Salon

GAMBOA St.  
RCBC  
SALCEDO St.  
BPI  
SORIA St.  
Sei  
AGUIRRE St.

日本人スタッフ常駐 (担当: 森本)

予約制 カード払い可

営業時間：9AM～ 定休日：日祝日

☎ (02) 812-0943

6F Republic Glass Building  
196 Salcedo Street  
Legaspi Village, Makati City  
M B-4

2007年以来  
PURAVIDA  
WELLNESS HOME MASSAGE  
体の痛みを快感に変えましょう！  
心地よいスパリートメント・マッサージを  
快適にご自宅で受けられます。  
24時間営業  
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、トルデシラスストリート  
**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。  
●スイティッシュ、又は指圧マッサージ ●セルライト・キュア・マッサージ P300  
●スイテ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！ PURA VIDAだけのオリジナルですP350/1時間20分)  
この他にも、スパ・パーティや各種プログラムがあります。  
ギフト券をご利用いただけます。

☎ 02-703-7068  
02-895-0951  
0917-5910426

## 急募

職位：日本人力マーサービス

資格：日本語及び英語が堪能な方

勤め先：Libis, Makati, Fort Bonifacio, Rockwell.

給料：7万ペソ以上

勤務時間：午前8時～午後5時

電話：813-6977 携帯：0919-6775493 (日本語可)  
電子メール：dencomphil@gmail.com

## プライマー編集部に あなたの声、聞かせてください！

プライマーの感想をお寄せくださった方から、  
抽選でちょっと素敵なお土産を差し上げます。

<http://primer.ph>

上記URLからフォームに記入するだけ。  
期間限定です。多くの投稿、お待ちしてます！  
by プライマー編集部

**Primersari-sari Store**  
お得なチケットなどをご用意しています  
OPEN

プライマーサリサリストア  
<http://primer.ph/sarisari-store>  
お得な商品券が、最大60%OFF

**SIDANN**  
PRINTING SERVICES, INC.

Tels. (63 2) 741.2207  
(63 2) 741.6270  
Fax (63 2) 781.4931

高品質、低価格、スピーディな  
印刷サービスを  
ワンストップで提供する、シダン

オフセット印刷 ラージフォーマットプリント デジタル印刷 写真撮影 デザイン

カルビサレ(USAビーフ) P690

**ARA**  
아라  
Korean Restaurant

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学んだ  
オーナーの奥様自らがアレンジを加えた、  
新しくて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 P400

ヘルムバジョン P370

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  
を取り入れているARAならではです。

フェットッパ P400

**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**  
7232 Malugay Brgy, Bel-Air Makati  
TEL: 02-817-1206  
⑤ 11:00~14:30 (ランチタイム)  
17:00~22:00 (ディナータイム)  
⑥ 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)

**TSUKIJI**

Tel. 843-4285  
812-2913 3/F, 900 A. Arnaiz Avenue (Pasay Road) cor.  
Paseo de Roxas, Makati City M C-4  
www.tsukiji-restaurant.com 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 M 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 M C-4  
Tel. 817-6252, 813-0671  
delivery hotline: 212-1212  
www.azuthai.com  
11:30~14:30 / 17:30~22:00  
日曜も営業 日本語メニュー有

**Happy Cream Puff**

作りたて  
ホームメード・  
ショーケース  
フレイビングっ子に  
人気拡大中!  
ストロベリー生シュー  
P105

当店ベストセラー!  
チバフ各種14種の詰め合わせ

**PA-L1 P250**

マカティ店(毎日営業) Tel. 02-707-1263  
THE ZONE 7224 Malugay Street corner Buendia, Bel Air, Makati City  
レガスピ・ビレッジ店(毎日営業)  
Unit G-16 Rock Residences, Radis corner Dela Rosa Street, Legazpi Village, Makati City  
サルセード・ビレッジ店(土日営業)  
G/F Paseo Center, Paseo De Roxas corner Serrano Street, Bel Air, Makati City  
※ 300ペソより無料配達承ります(マカティ認定地域のみ)

**Delivery Hotline 817-4234**  
www.happycreampuff.com

いろいろあります♪ 一押しツアーリ

- 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
- タガイタイ タール湖トレッキング

**フレンドシップツアーリ** ドゥシタニマニラ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**  
ワイクリー ¥33,810~  
マンスリー ¥49,800~  
<http://rentacar.its-smile.co.jp/>

# フィリピンの おもしろ不動産開発

文・写真：プライマー編集部 oya

フィリピンらしいドタバタの「フィリピン不動産フィエスタ」。当日になって奥の方に変更になったプライマー編集部ブース。会場内マップもないし…。それでもご訪問頂いた読者の皆様、ありがとうございました。

現場情報が売り物のプライマー編集部。さっそく、出展ブースの中から面白そうなプロジェクトのモデルルームをいくつか訪問してみました。

イチオシは、フィリピン初の「人工ビーチ」が売り物の“azure”。白砂のビーチを中心に高層コンドミニアムを配置し、敷地の80%がオープンスペース。首都圏の大動脈、サウススーパーハイウェー沿いで、隣のショッピングモール、ショーマート・ビクータンには専用ゲートから歩いていけますし、マカティ、アラバン、マニラ国際空港へはそれぞれ車で15分くらい。まさに「都市の中のリゾート」です。

それでいて、平米あたり単価はマカティの約半額。開発業者が、元々不動産管理業から始まった大手、センチュリー・プロパティなどの安心で、賃貸サポートの各種サービスもあります。

たくさん宣伝している物件はついつい疑いたくなる筆者ですが、このazureはポイントを押さえていますね。さっそく知人と購入検討はじめました。

Primer Webで詳細アップしていきますので、ご関心ある方は<http://primer.ph/cms/archives/column/cat205/>へ!



注目の物件“azure”的イメージ図。マニラに白浜のビーチが出現するなんて、おもしろいコンセプトですね。



上写真：ワールドトレードセンターを訪れる関係者たち。大物政治家や業界人の講演など、なかなかない機会でした。



右写真：不動産ディベロッパーのブースがズラリ。



上写真：プライマーもブース出展しました！まずは認知してもらうことが目標です。

左写真：プライマーに興味を示す不動産関係者たち。

プライマー編集部 oya

10年超のフィリピン生活で、法人顧客を中心にフィリピンの不動産取引には多数関与。が、やっぱり勉強は身銭を切ってやってみないと、と、自分でコンドミニアムや分譲地のブリセリングを中心に4件申し込み、2件キャンセル。購入に至った2件のうち、1件は12%超の利回りで含み益が出ていますが、残り1件は不良建築で失敗です。



## 最高の品質を、お求めやすい価格で DMCI Homes

最高の住環境で知られるロックウェル。アヤラ財閥の本部が入居するタワーワン。幹線高速道路スカイウェイ。そして、ブルネイ王国宮殿に至るまで…  
品質にこだわるオーナー達が施工業者に選ぶのは、DMCI グループです。

フィリピン最高の技術を誇るDMCIグループによる、中流家庭向け住宅開発。それがDMCI Homesです。都心まで車で数分の戦略的立地に、清潔でセキュリティの行き届いたコミュニティ。ちょっとしたリゾート並のプールやジムを備えたクラブハウスの周りには、中層のマンションやタウンハウスがゆったりと立地しています。

すでにマレーシア一ヶ国並の所得水準と人口に達しているマニラ首都圏。良質な住宅の需要は絶えることがありません。南国フィリピンでの、のんびりした、でもそれなりに便利な暮らしの拠点として。また、将来への投資として。DMCI Homesのプロジェクトを、ぜひご検討下さい。



リゾート風のクラブハウスはどのプロジェクトにも標準装備

ひろびろとした敷地と中層マンション  
2LDK (60m<sup>2</sup>) で約500万円から



ボラカイの家具付きマンション  
ホテルとして貸し出しあり可能

詳細のご案内は、  
DMCI Homes  
☎ 02-888-3468 (英語対応)  
<http://www.dmcinternational.com>  
日本語をご希望の場合は以下まで、  
お気軽にお問い合わせください。  
DMCI Homes日本代理店  
iCube, Inc. 担当：豊田／ジェリー  
(不動産取引業者第21191号)  
☎ 02-856-0038

# 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

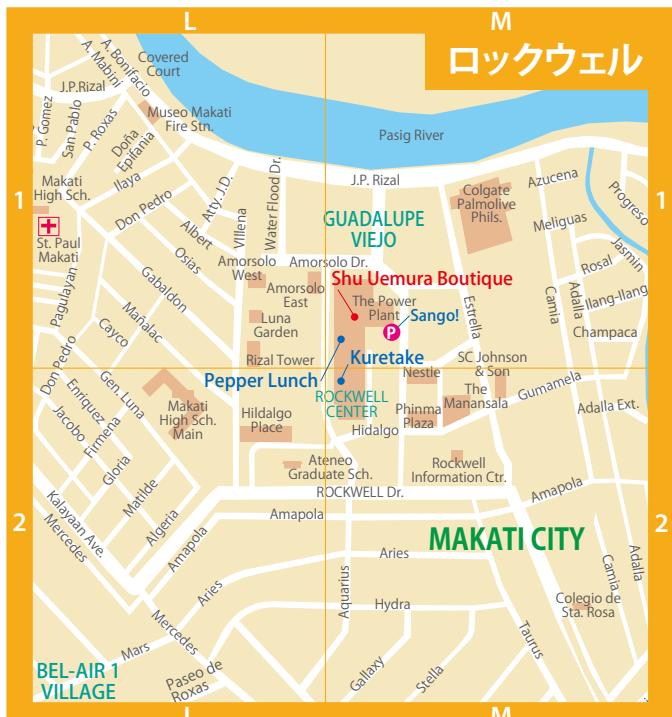
いち早く最新号を読んで頂くために、設置ステーションには沢山の部数を置いて頂いています。

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



# 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.: 0915-669-600 Cell No.: 0917-433-8172  
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

**SCS** Skin Care Solutions

Unit 1-H Grand Hampton, Tower 1, 31 St.  
cor. 2nd Ave. Fort Bonifacio, Taguig City  
Tel. No.: 0915-669-600 Cell No.: 0917-433-8172  
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



**■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す肌をひんやりする状態になります。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  
(シワの改善) P8,000  
リファーム+マトリックス+リジュヴェネイト  
(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

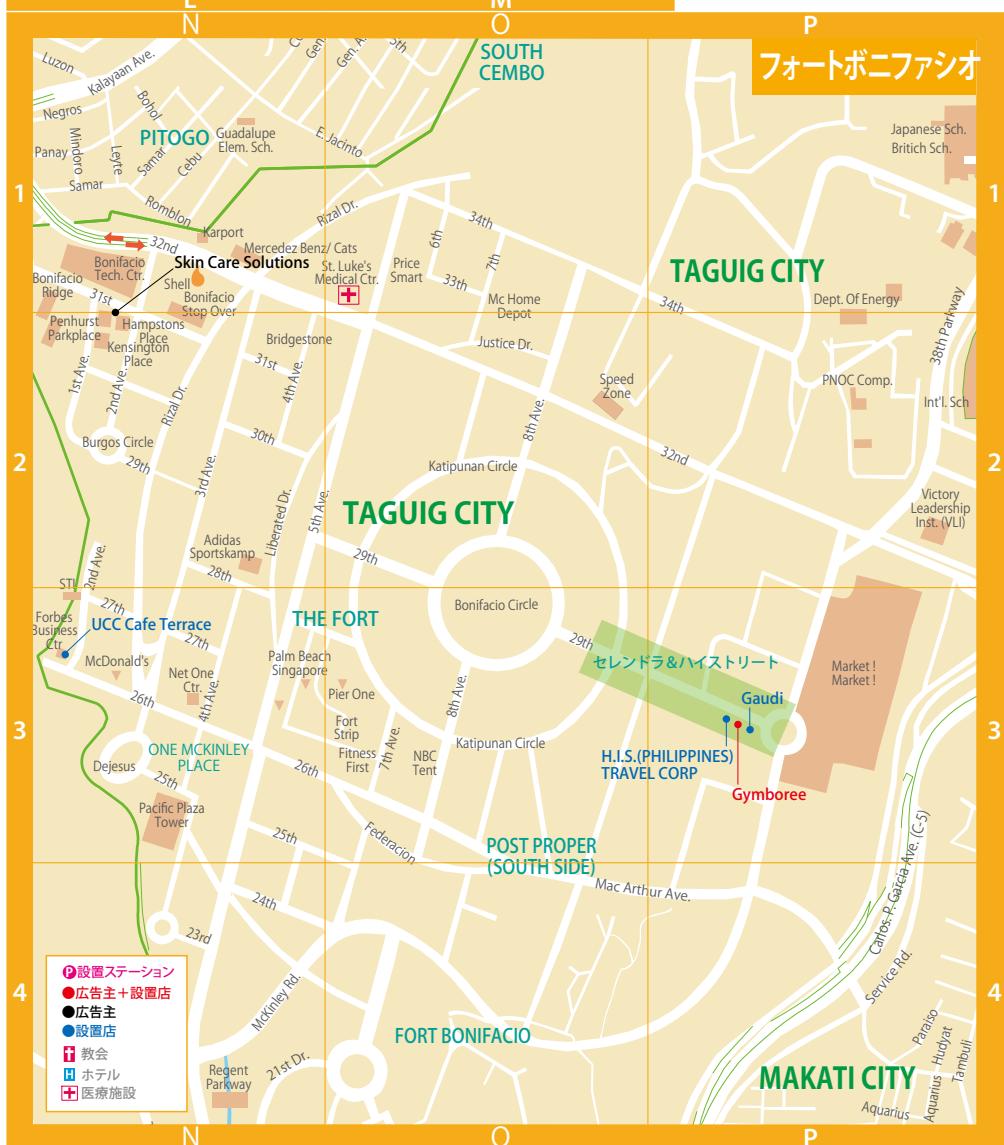
**■レーザーハーピング**  
古くダメージを受けた皮膚の表面を取り除き、肌の深奥からのコラーゲンと新しい肌の再生を促します。  
価格: ニキビ跡のケアとO2フェイシャル P6,500

**■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: 超音波瘦身 P35,000(3ヶ月間、1日に1回1時間のトリートメントを何度でも受けられます。)

**■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

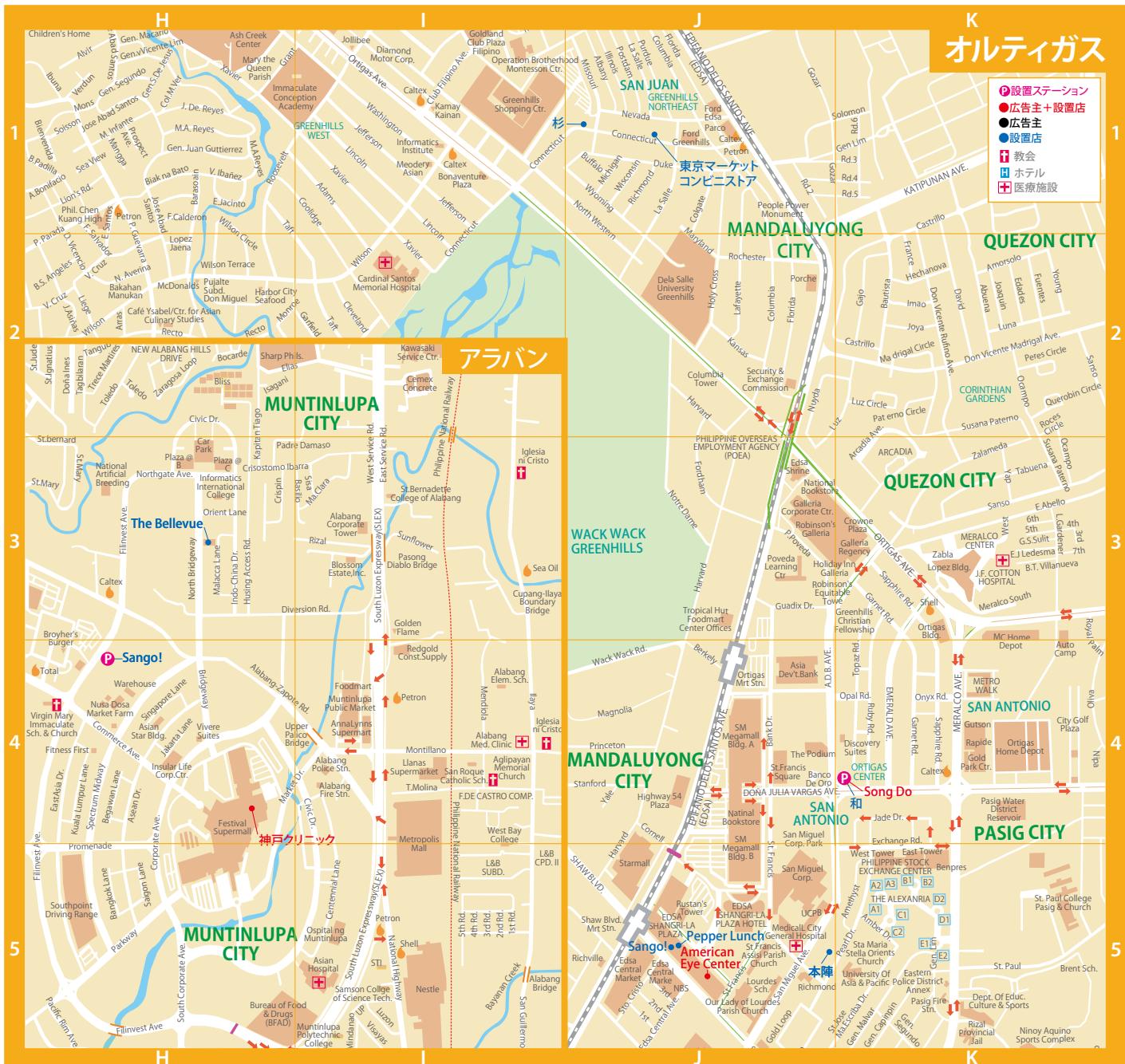
**■その他のプログラム**  
・ダイアモンドピール ・ケミカルピーリング  
・メソテラピー(注射による部分的痩身)  
・脱毛 ・ホワイトニング  
・ボトックス ・唇をふくらませる  
・肌質・髪質・爪の改善 等

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。



# 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)



**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)

**OVERSEAS COURIER SERVICE**  
G/F FCC Bldg., Rada St., Legaspi Village, Makati City  
<http://www.ocsmnl.com.ph/>

**オルティガスにある本場韓国料理屋  
Song Do Korean Restaurant**

**おすすめメニュー**

- \*サムギョプサル P260
- \*US アンガス スペシャル P680
- \*US アンガス ジュムルルック P390
- \*石焼ビビンバ P330
- \*まぐろ刺身 P1900

**Song Do Korean Restaurant** M-K-4  
02-636-4821 / 636-3626  
2nd Level El Pueblo Real, ADB Ave. cor.,  
Julia Vargas St., Ortigas Center, Pasig City  
(ADB通り沿い「エル・プレボ」内)  
⑩10:30~14:30 (ランチ) 17:30~22:30 (ディナー)  
なし

**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**

**MUSIC 21**  
FAMILY KTV ROOMS

デザインが全て違うお部屋をその日の気分で  
選べちゃう。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)  
東いずれも部屋代、税金、  
サービスチャージ込み)

営業時間:  
月曜日~木曜日と日曜  
15:00~翌日 5:00  
金曜日・土曜日  
15:00~翌日 6:00

**マカティ店**  
ジュピタービル、KFC隣り  
TEL: 890-5230 / 896-4261

**バサイ店**  
エドクラフ通り、ヘルツージャカルタ近く  
TEL: 890-5230 / 896-4261

**ケソン店**  
ティモー通り、バーガーキング近く  
TEL: 890-5230 / 896-4261

**マラテ店**  
マニラ通り、パンパンフィックホテル近く  
TEL: 890-5230 / 896-4261

**URL:** [www.music21plaza.com.ph](http://www.music21plaza.com.ph)

# 保存版 ベイエリアマップ® 【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)

セントルク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ト

(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) ..... 02-877-110

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

閑税局 ..... 02-527-4512

国税局 ..... 02-922-3393

フィリピン退職庁(日本語デスク・ベイビー)

..... 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、日本でご契約の電話会社によっても違いますので、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



## Little Clarion Learning Center

[www.clarionschool.com](http://www.clarionschool.com)

インターナショナル・プレスクール、Little Clarion Learning Center。当校の児童向けプログラムは、芸術分野におけるプロのアーティストとの協力のもとに作られています。



### ▶プログラム内容

バレエ、ミュージカル、演劇、アート＆クラフト、テコンドー、日本語、中国語、韓国語

### ▶ディケア・プログラム内容

デルタ・サンド、ジム、キッズ・ロッククライミング、音楽と身体運動  
午前クラス 9:00~12:00  
午後クラス 12:30~15:00  
全日クラス 9:00~15:00

## CLARION SCHOOL of Performing Arts

### マカティ校

☎ 890-8840 Fax: 890-2679

4F, Alco Building, 391 Gil Puyat Ave. Makati City

### オルティガス校

☎ 664-5968

4F, Dispo Building, Saint Escriva Drive, Ortigas Center, Pasig City (across Astoria Hotel)

### オルティガス校

☎ 02-544-0970, 63-921-3452719

4F, Energyopp Bldg. Prime Street, Madrigal Business Park

## Clara Ramona Centra de Danza Flamenca

[www.ClaraRamona.com](http://www.ClaraRamona.com)

歴史的・文化的にスペインとの関係が深いフィリピンでは、芸術性・技術において、高いレベルのフラメンコに触ることができます。大人から子供まで、また初心者もそれぞれの能力に応じたクラスで安心して学べます。



### ▶プログラム内容

伝統的なフラメンコ、クラシコ・エスパニョール(カスタネット)、セビリヤーナス、アンダルシアン・ペリーダンス、ポリウッド

### Clara Ramona Centra de Danza Flamenca

☎ 02-899-1346, 890-8030, 0915-434-5789

5062 P. Burgos St. corner Guerrero St. Barangay Poblacion, Makati City

E-mail: [info@clararamona.com](mailto:info@clararamona.com)



## The American

[http://focusfeatures.com/film/the\\_american/](http://focusfeatures.com/film/the_american/)



### スリラー

出演: George Clooney  
ジョージ・クルーニーが演じるのは孤独な暗殺者。最後の任務のために訪れた、絵のように美しいイタリアの田舎町で、彼の心境に変化が現れ始める。陰謀が絡みあうサスペンススリラーの中に、一人の男の孤独とロマンスも描かれている。

## Takers

<http://www.whoarethetakers.com>



### アクションスリラー

出演: Paul Walker, Hayden Christensen, Matt Dillon  
銀行強盗を企む犯罪グループとそれを追う刑事たちとを描いたクライム・アクション。

最後の仕事として史上最高額を盗み出す計画を、マット・ディロン演じる探偵が阻む。クリス・プラウン等のミュージシャンや若手俳優が出演していることでも話題になっている。

## Brothers

<http://www.brothersfilm.com>



### ドラマ

出演: Tobey Maguire, Natalie Portman, Jake Gyllenhaal  
海兵隊の兄サムは、服役していた弟弟トニーの出所後すぐに戦地に旅立つ。家族のもとに計報が届くと、トニーは兄の妻と子供たちを必死に支えようとする。ところが、ある日死んだはずの兄が別人のようになって戻ってくる。兄弟、家族、男女の愛と葛藤を描いた感動作。

## Legend of the Guardians: The Owls of Ga'Hoole

<http://legendoftthe guardians.warnerbros.com>



### ファンタジードベンチャー

声の出演: Jim Sturgess, Ryan Kwanten, Hugo Weaving, Abby Cornish  
本作はザック・スナイダー監督によって3Dアニメ化された、キャスリン・ラスキーのファンタジーストーリー『ガーフールの勇者たち(Guardians of Ga'Hoole)』。はるか昔に地球上を支配していた異生物たちは既に滅び去り、フクロウたちが高度な文化を育む世界の物語。

## Resident Evil 4: Afterlife

<http://www.residentevil-movie.com/>



### アクションホラー

出演: Mila Jovovich, Ali Larter  
バイオハザードシリーズの第4作。ウイルス感染によって荒廃した世界で、アリスは生存者を探し出す旅を続けていた。安全な場所を求めてロサンゼルスに向かったが、そこはすでにゾンビで埋め尽くされていた。アリスと仲間たちは、死の罠に踏み込んでしまうのか。

## The Last Exorcism

<http://thelastexorcism.com>



### ホラー

出演: Patrick Fabian, Ashley Bell  
エクソシストの最新作。今回は、ドキュメンタリー調のホラーとなっている。ドキュメンタリーパン番組のスタッフが悪魔祓いの様子を収録しようと計画。しかし、スタッフが現場に到着したとき、すでにそこは、血が散乱し取り返しの付かない状況に…。

## Jay Sean "All or Nothing"

ジェイ・シーン「全てか無か」



### コンサート

“Down”や“Do You Remember”のヒットで知られるJay Seanの「All or Nothingコンサート」が9月に開催されます。イギリス人シンガーソングライター、ラッパー、ビートボクサー、レコードプロデューサーでもあるJay Seanは、作品“Maybe”で2008年8月のJapan Hot 100で7位にランクインしたこともあり、注目されます。

場所: Araneta Coliseum  
開催日: 2010年9月3日20時  
問合せ: 911-5555

## Pilipinas Ang Ganda Mo

美しいフィリピンよ



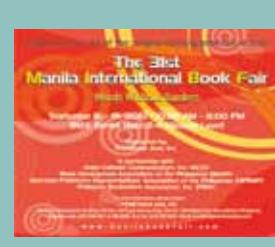
### 国際展示会

“Pilipinas Ang Ganda Mo”は、化粧品業界の国際展示会。今回で3回目の開催となるこのイベントでは、フィリピンの国際的クラスのパーソナルケア商品やサービスが紹介されます。アロマセラピー、ベビーケア、家庭ケア用品、男性化粧品、ネイル、ヘアケア、香水、サロン設備、瘦身設備、スパ商品などの関連業者によって展示が行われます。

場所: Megatrade Hall, Megamall M J-4  
開催日: 2010年9月10~12日  
チケット購入・問合せ:  
896-2642 (Ms. Angie Barrio)

## Manila International Book Fair

マニラ国際ブックフェア



### ブックフェア

マニラ国際ブックフェアは、多くの書店や出版業界関係者が来場し、書籍ビジネスにおいて非常に重要とされるイベントです。展示会場には書籍、定期刊行物、ジャーナル、新聞、その他の出版物、インド国内外で発行されている出版物、教育機関、コーチングクラス、教材、文具、図書サービスなどのコーナーが設けられます。

場所: SMX Convention Center M E-6  
開催日: 2010年9月15~19日  
チケット購入・問合せ:  
896-0661, 896-0682 (Prime trade Asia, Inc.)

## JOHN MAYER, LIVE in Manila

ジョン・メイヤー ライブ・イン・マニラ



### コンサート

2003年にグラミー賞を受賞したジョン・メイヤーのマニラライブが決定。彼はもともとアコースティック・ロックから音楽活動をスタートさせましたが、徐々にブルースに移行し、さらに音楽に留まらずコメディー、デザイン、執筆活動など多彩な才能を発揮しています。また、“Back to You”ファンを通じて社会貢献活動にも関わっています。

場所: Mall Of Asia Concert Grounds M E-6  
開催日: 2010年10月1日20時開演  
チケット購入・問合せ: 891-9999

# 使える!! お得なクーポン

お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・宿泊

スクール

有効期限：2010年8月25日から9月24日まで  
Valid until September 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

## KARATE KID



輸入茶葉と高品質フルーツジュース（アップル、チェリー、パイナップル、オレンジ）の絶妙なブレンド、KIDO PUNCH TEAを無料サービス！

\*いずれかのBLOCKBUSTER MEALをお買い上げの方に限ります。\*ご注文の前に本クーポンをご提示ください。\*店内でお召しありの方に限ります。\*他チャンペーン、誕生日パーティ、大量注文の割引との併用はできません。\*他のご来店につきクーポン枚がご利用いただけます。

\*本クーポンはKarate Kid店舗でご利用いただけます。

●KIDO PUNCH TEAが無料！

Karate Kid  
Japanese Fastfood □ E-6  
G/F South Wing SM MOA Bay Blvd,  
Pasay City  
☎ 02-556-6561  
㊀10:00～22:00 ④なし

9/24  
まで有効



クーポンご提示で  
KIDO PUNCH  
TEAが  
**無料**

## 9/24 まで有効 シェウェイ・ヒロット・スパ

フィリピンに古来から伝わるマッサージ技術  
「癒しの手」ヒロット



●120分の全身ヒロット  
マッサージが30%OFF

※他の割引・キャンペーンとの併用はできません

シェウェイ・ヒロット・スパ  
G/F Tropical Palms dela Rosa St., Cor.  
Perea St., Legaspi Vill., Makati  
☎ 02-707-7453, 02-664-9369,  
02-393-2314, 0932-309-3678  
㊀11:00～翌日1:00 ④なし  
http://www.shuihilotspa.com

クーポンご提示で

マッサージ料金が  
**30%  
OFF**

## 9/24 まで有効 レツツ チャウ&海舟エクスプレス

ターミナル3内で好評営業中。  
国内線、国際線で営業しています。  
機内持ち込み可能なお弁当も用意  
しております。



●お食事が20%OFF

レツツ チャウ&海舟エクスプレス  
Ninoy Aquino International Airport (NAIA),  
Terminal 3 Departure Section,  
Paranaque City  
☎ 02-701-9369

クーポンご提示で

お食事が  
**20%  
OFF**

## 今月のおすすめ情報

### YAKSONMYONGA

ソウルに本店を持つ、新しい美容健康プログラム骨気セラピー。  
手技を用いて体内の老廃物を取り去ることで、体が本来持つ  
ている自然治癒能力を最大限に発揮させます。

こちらの1000ペソ分商品券を30%OFFで販売中!!

### YAKSONMYONGA

G4 PerlaMansion 117 Don C,  
Palanca st. Legaspi Village, Makati  
http://www.beautymade.com/jp/

購入お申し込み：

プライマーサリサリストア  
またはプライマーエディションまで  
☎ 02-836-8381

※数に限りがありますので、  
先着順とさせていただきます。

商品券  
1,000ペソ分が

**30%  
OFF**

## HOTEL EVENT INFORMATION September 2010

### デュシタニマニラ

#### ロビーラウンジ

#### Coffee, Treats and Thee—9月まで

雨の季節、ロビーでひと休みはいかがでしょう。  
お好みのケーキ一品とコーヒーのセットを、期間中270ペソでご提供いたします。

さらに2杯目のコーヒーは50%オフ。ごゆっくりとおくつろぎください。



ご予約、お問い合わせは下記まで

Dusit Thani Manila

Tel : 02-867-3333 Fax : 02-867-3888

E-mail: dtmnfb@dusit.com

www.dusit.com

### Paradise Mango Rum Nights

9月までの毎週月、水、金曜日の夜に限り、  
マンゴー好きの方にはたまらないマンゴー<sup>ベース</sup>の5種のカクテルをご用意してお待ちしております。

320ペソのバラダイス・マンゴー・ラム・  
カクテル、2杯目は50%OFFにてご提供いたします。



### BASIX ALL-DAY DINING

#### ランチ50%OFFプロモ

デュシタニ・グリーン・アワーキャンペーンへの皆様のサポートに対する感謝を表わして、特別にプロモを実施。

7～9月の最終土曜日に限り、事前にご予約いただいた方へランチを50%OFFで提供いたします。お早めのご予約をおすすめします。





# Magandang Hapon, マガンドン・ハポン、 Pilipinas!

text & photo by Kyoko Kataoka

## 第6回 フィリピングルメ



ミンダナオ島のマラン

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。

世界三大料理は、フランス、トルコ、そして中華と言われている。しかし、これが日本、韓国、タイでも別にいいんじゃないかと思う。それほどアジアは食が豊かだが、フィリピンはさほどでもない。そもそも発展途上国で料理のおいしい国などお目にかかったことがない。概して途上国は料理のバリエーションがない。まだお腹を満たすことで精一杯なのだから当然である。

料理のバリエーション以外に、その国が途上国であるか否かは薬局とコピー屋、それに宝くじ屋が街にたくさんあるかどうかで判断できる。高くて医者に診てもらうことができないから薬局が、本があり流通しておらず貴重品なのでコピーが、一攫千金への一縷の望みを抱くために宝くじが、庶民には必要不可欠である。

そして、そんな国の空港にはまるでお約束のように滑走路の脇に老朽化した飛行機が打ち捨てられている。おまけに暑い途上国はとにかくビールが安いので、ますますダメを重ねてしまう。

さて、典型的なフィリピン料理の代表はアドボであろう。アドボとは甘辛い煮込み料理で味つけが濃い。これはちょっとのおかげでたくさんご飯が食べられるようにということだろう。実際、屋台飯はご飯の添え物のようにおかげが出てくる。ほかにはシニガンという酸っぱいスープがくせがなくておいしい。この二つはおすすめだ。

東南アジアには料理に魚醤を使う国が多い。秋田の“しょっつる”やタイの“ナンプラー”がよく知られる。フィリピンでは魚醤は“パティス”と呼ばれる。うまいがとんでもなく臭い。その匂いたるや鼻が曲がりそう。パティスはしょっつるやナンプラーをしのぐ、東南アジア最臭の魚醤かもしれない。料理をしていて手に付くとしばらくその匂いがとれなくなる。

フィリピンは暑い。街を歩いていると、じきにばてて、クーラーの効いているところで涼みたくなる。そんなとき、目の前にファーストフードがあるとついフラフラ入ってしまう。フィリピンには至るところに「ジョリビー」と「超群」という店があふれている。前者は赤と黄色の蜂のキャラクターでおなじみの、後者は中国系経営で“チャオキン”と読むチェーン店だ。

ジョリビーのスペaghettiには甘いミートソースがかかっている。どうやらバナナの入ったケチャップで味つけされているようだ。このバナナケチャップ、フライドポテトにかけるとなかなかいいける。ちなみにフィリピンの赤いソーセージもなぜかやはり甘い。

超群のおかゆは朝ごはんにもってこいだ。トッピングはピータン、ヤギ肉、肉団子などが選べる。レギュラーの他にメリエンダというサイズがあるが、メリエンダとはスペイン語でおやつのこと。つまり、小腹が空いたときのおやつサイズなのだ。このおすすめはなんといってもハロハロ。ハロハロとはフィリピンのかき氷のこと。プリンやタピオカがのっかっている。さらに紫芋のアイスクリームをのせるとまた格別。ぜひおためしあれ。

フィリピンの一日は、“タホ”で明け“バロット”で暮れる。朝早くからタホ売りが天秤について路地を歩く。タホは軟らかめの豆腐だ。早い時間なら作りたてでまだ熱い。プラスチックのカップに金属のレンゲでくって入れてくれる。黒蜜とタピオカをかけていただく。豆腐自体は味がないものだから、甘くてもおいしい。

タホは主に朝売られるが、昼すぎや夕方にも見かける。だが、バロットが出回るのは決まって夕方だ。バロットとは羽化しかけのアヒルの卵を茹でたもののこと。夕方から売られるのは、おそらく精力をつくるものとして考えられているからだろう。

一言でいうとえぐい食べ物である。すでに中身と殻の間にすきまがあり、そこにたまっている液体をまずすする。白身の上には血管が走っている。かたくなりかけた餅のような食感の白身の中には、ヒヨコになるべき肉塊が収まっている。

私が食べた7日目の卵にはほんの少しが羽毛や骨ができていた。軟らかかったがくちばしもあった。つわものは14日目とか日数の経ったものを好んで食べる。そうなるともうほとんど黄身というよりもヒヨコである。ここまでくるとさすがにグロすぎて食べられない。そこまで食べるほどおいしいとも思わない。

フィリピンは南国だが果物の種類はさほど多くない。さすがに日本にも輸出されているマンゴーは安くておいしいが、マニラで売られているマンゴスチンやドリアンは、実はタイのバンコクから輸入されている。

果物ならミンダナオ島が一番だ。果物の王様ドリアンも女王マンゴスチンも、ミンダナオでとれる。しかし、ミンダナオの果物でおすすめは“ニオイパンノキ”。現地ではマランと呼ばれている。これはミンダナオで初めて見た。とげのないドリアンのような形状で、ドリアンとジャックフルーツを足して2で割ったような味と食感だ。

セブをはじめとするビサヤ諸島には、“バッチャイ”というフィリピンラーメンがある。椰子の新芽をちぎったところから出る樹液を醸酵させた“トゥバ”というお酒もある。島が多いと珍しいものを探す楽しみが増える。それがだめでもご安心を。フィリピンにはあちこちに「ミスターードーナツ」と「吉野家」がある。マニラにはジャパレスも多い。

Canon imageRUNNER ADVANCE  
環境へのやさしさを追求



省エネルギー



二酸化炭素排出量  
カット



ハロゲンフリー  
鉛フリーの銅、  
真ちゅう使用

*The New Theory of Business*

Canon imageRUNNER ADVANCEシリーズは、環境と天然資源の保全に役立つ  
独自のテクノロジーにより開発された新しい複合機です。

キヤノンは、マシーンのライフサイクルに伴うユーザーの環境への影響を減らす  
ためのソリューションを提供します。

- ・ 製造工程、エネルギー消費量、原材料、そしてロジスティクス  
全ての工程を含むマシーンのライフサイクルにおいて、最大30%の  
二酸化炭素の排出量のカット
- ・ 有限化石燃料使用への依存を減らす、植物由来の原料でできた  
バイオプラスチックを使用
- ・ 使用済みプラスチックを他の製品のパーツへ使用可能な原料へ  
リサイクルする独自のテクノロジーを使用

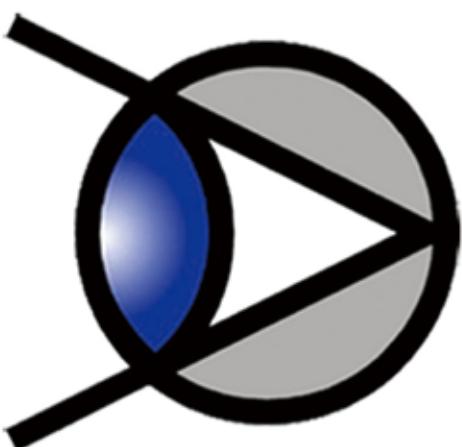
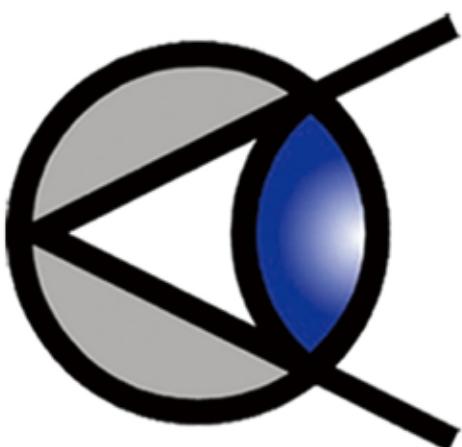
あなたのオフィスを進化させるのがキヤノンの役目です。  
製品デモンストレーションのお問い合わせは  
(632) 884-9000 まで



iR-ADV C5051

[www.canon.com.ph](http://www.canon.com.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**

日本人のアテンダントが可能です

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](http://www.eyecenter.com.ph) • [info@eyecenter.com.ph](mailto:info@eyecenter.com.ph)

Philhealth accredited