

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



12
1

December&January
vol.33&34

特集
ホットに過ぎず!
**南国クリスマス&
NEW YEAR**



Made in Manilaのヘルシーレシピ
手作りPaskoピザ・海老の黄金焼き

合併号スペシャル企画 お年玉ページ付

1. クリスマス バザースケジュール
2. スーパー&モール OPEN SCHEDULE
3. お得なクーポン盛りだくさん サリサリストア
4. 極めよ! ジープニー

冷えた

キリン一番搾り (355ml) の 宅配サービスはじめました!!

24時間・年中無休



ご自宅※に1時間以内にお届けします!

☎ 632-2337 (英語対応)

Price **P1,100** /case!

ご注文の際は・・・

英語にて、以下をお尋ねします。

1. お名前
2. お電話番号
(固定電話・携帯電話)
3. お届け先の住所
4. ご注文箱数・
ご注文ビールブランド
〔**キリンイチバン**〕とお伝えください。〕

※配達対象地域は限られます。

(Katipunan, San Juan, Mandaluyong, Ortigas Center, Makati, The Fort, New Manila, Libis Quezon City and Alabang
の主なコンドミニウム、ビレッジ)

販売はケース単位です (355ml、24 本入り)。宅配時、現金でのお引き換えとなります。
お届けするキリン一番搾りは、中国 (珠海) で製造しております。

販売元: San Miguel Brewery Inc. (サンミゲルビール(株))



Drink Moderately



primer

12&01 Dec & Jan '10-11

Contents

特集 のりおくれるな!!

クリスマス★NEW YEAR in フィリピン

- 08 X'mas Dinner
- 10 X'mas Dinner
- 12 X'mas Beauty-up
- 13 クリスマス バザースケジュール
- 14 フィリピンみやげ新定番
- 15 スーパー&モール OPEN SCHEDULE



Special

保存版

マカティ市街
ジープニーマップ付き

- 24 ジープに乗らずしてフィリピンを語ることなかれ
極めよ! ジープニー



Column

- 20 フィリピン食彩紀行
ガーリックトーストパンズを使ったBLTサンドイッチ

Made in Manilaのヘルシーレシピ

- 17 クリスマスの食卓を飾る 手作りPaskoピザ

- 21 お正月にぴったり 海老の黄金焼き

- 26 フィリピンの神秘「ヒロット」の秘密
第2回 ヒロットを支える哲学

- 30 フィリピンで輝く日本人
熱血! 7人のサムライ駐在ママ 女子テニスサークル
Japanese Teamの皆さん

- 34 マニラで探すユニバーサルデザイン
JICAの障がい者支援プロジェクトがIAUDアワード大賞に!



Information

- 27 大使館情報
- 33 クーポン&GC情報
- 43 インデックス
- 44 イベント情報
フィエスタ イベント 映画

38 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
ケソン

- 41 MRT / LRT 路線図

発行 PrimerMedia社

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 (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
SIDANN PRINTING SERVICES, INC.

無断転載・複写・引用を禁じます

primer 12月・1月合併号 Vol.33&34

(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、寄稿者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。

プライマーは うちの大事な 営業ツールです!

Primer is an Essential Marketing Tool for Us!

"Japanese clients who come to my salon are nearly 100% Philippine Primer readers. As being the only Japanese free paper, I guess it is being read by a substantial number of people. It definitely made me happy when a client who hasn't come for a while visited the salon again saying that, "The Primer Ad reminded me about your salon!"

There was also an instance wherein a Japanese expat, who already left the Philippines, visited our salon again when she returned for a business trip! Apparently, she is continuously patronizing the Primer even though she returned to Japan.



(For Japanese) cutting your hair in a foreign country such as the Philippines can be stressful. But having an Ad on Primer makes the customers feel more at ease. Most of my new clients end up being loyal customers.

I am thankful that there is such a trustworthy advertising medium abroad. I do count on you, Primer! Keep it up!!"



**Philippine Primer can be downloaded for FREE from <http://primer.ph/>
For Advertising Inquiries information@primer.ph**

Shop information

AKIRA. Hair & Make-up Studio

Ground Floor, A venue Maill,
Makati Avenue, Makati City

☎ 0916-553-0971、02-621-3460



僕のところに来てくださる日本人のお客様、ほぼ100%プライマーの読者さんです。
マニラで唯一の日本語フリーペーパーということで、かなりの人が読んでるんじゃないですか？

嬉しかったのは、しばらく足が遠のいていたお客様が
「プライマーの広告見て思い出したよ!」と言ってまたサロンに来てくれた事。
元駐在員の方で、日本に帰った後、フィリピン出張に併せてまた僕のサロンに来てくださった事もあったんです!
日本でもプライマーを見てくれていたようなんですね。

フィリピンで髪をカットするのってなかなか緊張するかと思いますが、
プライマーに広告が載っている、となるとお客様にもかなり安心していただけるようです。
新規の方で、そのままリピーターになって下さってる方もかなりいらっしゃいます。

海外でこういった信頼感の有る広告媒体があるって、本当にありがたいですね。
プライマーさん! 頼りにしています! これからもお願いしますね!!



PDF版ダウンロード(無料!) <http://primer.ph/>
広告掲載のお問合せ information@primer.ph

こんにちは、キヤノンマーケティング（フィリピン）です。

キヤノンマーケティング（フィリピン）は、皆様に日系企業グループの一同をご紹介します機会を頂き誠に光栄に思います。フィリピンオフィス設立より 13 年、キヤノンフィリピンは日系のあらゆる産業のお客様に、ベーシックなオフィスプリンティングのご提供から洗練された効率的なドキュメントワークフロー、セキュリティ・コスト管理まで様々なソリューションをご提供してまいりました。

私たち日系企業グループは、お客様のオフィスを、複合機、レーザービームプリンター、ラージフォーマットプリンター、プロジェクター、ドキュメントスキャナー、文書管理ソフトウェア等幅広いキヤノン製品群を活かしてよりシンプルで効率的なドキュメントソリューションを実現するお手伝いをさせていただきます。

印刷・ドキュメント管理でお困りのことがございましたら、お気軽にご相談くださいませ。お問い合わせお待ちしております。



担当：川原田 麻美
TEL：02-812-0045
asami_kawaharada@canon.com.ph
www.canon.com.ph

キヤノン使ってます！

複合機はオフィス業務に欠かせない O A 機器。

今回、キヤノン複合機をお使いのフィリピンプライマー編集部
iMarketing Japan, Inc のお二人にインタビューをしました。



iMarketing Japan 取締役 管理担当
坂本直弥さん

経営改善に欠かせないツール

事務所に散在していたプリンタやスキャナを統合できたので、省スペースはモチロン、関連ソフトやネットワーク、消耗品等の管理が楽になりました。また、各人やグループ別の ID を設定して、それぞれの消費量を管理できるので、印刷のムダにも早めに気付けます。

コスト削減一本やりでなく、重要な経営資料はカラーで出力し、みんなが一目で傾向を共有できるようになったのもありがたいですね。経営改善に欠かせないツールになっています。

おかげで売り上げも上昇

我々の仕事の性格上、プリントアウトして確認したり、お客様に成果物をお持ちする事が多くあります。やっぱりキレイな物をお持ちするとお客様の反応が違うんですねー。日本人もフィリピン人もキレイな物に対して「YES」を出すのは万国共通だと思いますね。おかげで売り上げも上がってます (^_^)

無料コンサルタントさんがいて、何か問題があった時はすぐに飛んで来て対応してくれますし、先日ローカルスタッフが問題があった時も要望を聞いたうえで、いろいろ提案してくれてとても助かりました。

私たちも是非このサービス精神を見習って行きたいと思いますね。



iMarketing Japan 取締役 メディア担当
クリエイティブディレクター
藤田弘通さん

製品ラインナップ

imageRUNNER
ADVANCE

imagePROGRAF

imageFORMULA

imageCLASS

LASER SHOT



iR Advance C5045



iR Advance C9075 PRO



iP6300



P-150



iCMF8350Cdn



LBP5970

イベント情報



次回開催は来年 4 月予定、今しばらくお待ち下さいませ。

キヤノンマーケティングは弊社の関係者様、お客様を招いて 10 月 9 日第 2 回目となるゴルフトーナメントをラグナ州アヤラグリーンフィールドにて開催いたしました！

約 30 名の参加者を募って 7 組で 18 ホールを回り、優勝者、2 位、3 位の方には、キヤノン一眼レフカメラ、ポータブルドキュメントスキャナー、デジタルカメラが進呈されました。他抽選でキヤノン製品の進呈もあり、多くの参加者様に楽しんで頂くことができました！

Business **Can** be simple

Ms. Asami Kawaharada TEL: 02-812-0045 (Japanese) E-mail: asami_kawaharada@canon.com.ph

Canon Marketing Philippines, Inc. 7th Floor Commerce and Industry Building 1030 Campus Cor. Park Avenue McKinley Hill, Fort Bonifacio Taguig City. Tel: (632) 884-9000
La Union Branch Tel: (072) 2424587 Pampanga Branch Tel: (045) 9618734 Legaspi Branch Tel: (052) 8202083 Cebu Branch Tel: (032) 2335735 Davao Branch Tel: (082) 2262050
E-mail: solutions@canon.com.ph Web: www.canon.com.ph

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/>

**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

Unit 3-23B, Legaspi Tower 300 Roxas Blvd., City of Manila
 Tel: (02) 521-1151 to 53 Fax: (02) 521-5861
<http://www.kanejin.com> F-4

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ください!

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
 ●パパイア
 ●ジャックフルーツ
 ●ココナッツ
 ●サワーサップ
 ●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!

TRY them ALL now!

ルスタンススーパーマーケット、ショップワイス、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>



One Team, No Border
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、そしてその他の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する知識・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. M B-2

14th Floor, 6788 Ayala Ave., Oledan Square,
 Makati City, Philippines
 代表: 小出達也—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

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 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!!!

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

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

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: 02-822-9911 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 PARANAQUE CITY, METRO MANILA, PHILIPPINES
 担当: 今井(jmai@sagawa-global.com) / 大塚(m_oba@sagawa-global.com)



ホットに過ごす!

南国クリスマス& ニューイヤー☆

9月から徐々に高まってきたクリスマス&ニューイヤームードもいよいよ本番!!
もうパーティーの予定がぎっしり!という方も、まだまだ予定は真っ白!という方にも、
プライマチョイスのおすすめ情報盛りだくさんでお届けします。



ステーキの老舗が贈る クリスマスメニュー

Melo's

メロス

愛されて22年、マニラでステーキ屋さんの代名詞とも言えるメロス。今年も素敵なクリスマスメニューを用意しています。ぜひ家族で、カップルで。



X'Mas Special

和牛ステーキ(4人前)のオーダーにつき、
和牛リブ(約180g)サービス!
※その他のプロモ、割引券等との併用は出来ません。



クリスマス限定のサンタ・ステーキ。約240gの和牛テンダーロインとフォアグラは、マストトライ!

Melo's

<http://www.melosteaks.com/>
マカティ店 ☎ 899-9403 ☑ D-2
22 Jupiter St. Bel Air, Makati
ケソンシティ店 ☎ 924-9194 ☑ R-3
58 Sgt. Esquerro (formerly Bohol Ave.),
Quezon City
ウェストゲートアラバン店 ☎ 771-3945
41 Precinct, Westgate Center Alabang,
Filinvest, Muntinlupa City
ブルゴスサークル@ザフォート店
☎ 403-5968 ☑ N-2
Circle cor Forbestown Road,
Fort Bonifacio, Taguig
ディナー予算目安: P3,000 / 1人

マカティに加わった フレンチのオトナ空間

Society Lounge

ソサエティ・ラウンジ

フランス人シェフPatrice Freuslon氏のプロデュースによるレストラン&バー「ソサエティ・ラウンジ」はオープン間もないながら既にファッションに敏感な層に支持されています。23時以降はスムースハウスが流れるバーに早変わり。夜遅くまで賑わっています。

マグロの刺身のサラダ(P525)
アジアのテイストを取り入れたフランス料理と世界中のワイン、オリジナルカクテルが人気の秘密。

X'Mas Special

クリスマスのイベント情報など、
最新の情報は
フェイスブックをチェック!

Society Lounge

☎ 02-408-1852 ☑ C-3
Ground Floor ATRIUM of Makati Bldg., Makati Ave. cor.
Pase de Roxas, Makati
営業時間: 10:00~2:00(平日)
16:00~4:00(土曜日)
10:00~4:00(日曜日)
ディナー予算目安: P2,000 / 1人



X'Mas Dinner

年に一度のクリスマス。特別な夜は、
美味しい料理とお酒がなくちゃはじまらない!
オシャレに楽しく、心もお腹も大満足の
レストランをご紹介します。

南国のクリスマスを飾る 抜群の夜景と新鮮シーフード

Harbor View Restaurant

ハーバー・ビュー・レストラン

海面に浮かんだ半屋外タイプのベビュー・レストラン。開放的な雰囲気と美味しい海鮮料理で、欧米人にも人気です。さわやかな風を感じながら新鮮な魚やカニ、ロブスターを食べて過ごす南国ならではのクリスマスはいかが。



X'Mas Special

このページを見せると、初回に限り
10%OFF! & VIPカードをGET!
有効期限: 2011年1月末まで

Harbor View Restaurant

www.harborview-manila.com
☎ 2-514-6339, 2-523-2019
South Gate A Rizal Park (マニラホテル
とアメリカ大使館の間)
営業時間: 11:00~24:00
ディナー予算目安: P1,000 / 1人



いけすから取り出して調理する魚介類は鮮度抜群! もちろん海鮮以外にも肉料理や創作料理まであり、老若男女問わず楽しめます。

知る人ぞ知る名店 とっておきの西欧料理とワイン

Zucchini's Restaurant

ズッキーニズ・レストラン

最後に紹介するのは、ケソン市のヨーロッパ料理の名店です。サンティス・デリカテッセン (P18参照) のオーナーであるWerner Berger氏が開いたイタリアレストランが原型。2001年に現代ヨーロッパ料理店としてリニューアルし、現在の名前になりました。料理はもちろん、ワインのセクションにも定評があります。



チョコレートとクルミの
テリーヌ

X'Mas Special

クリスマス前にメニューが新しくなる予定です。
予約の際に問合せください。

USDA (米国農務省) 認定アングスビーフのステーキ。アラカルトメニューの他、お昼には4品コースのバウランチ (P1,200) もあります。

Zucchini's Restaurant

<http://www.zucchinis.com/ph/>
☎ 02-415-5533, 02-376-5896 ☑ Q-4
Room 302 FSS Building, #20 Scout Tuason cor.
Scout Castor, Barangay Laging Handa, Quezon City
ディナー予算目安: P2,500 / 1人



※X'mas・年末年始の営業日時詳細は、各店舗にお問合せ下さい。



左:ギフトボックス / P295 / Russian Cookie House



ブラック&ホワイトクッキー(14個) / P150 / Russian Cookie House

とまらないおいしさ Russianクッキー&チョコ

みんなが集まるパーティー、手土産にクッキー&チョコはいかが? さくさく、ほろほろとした食感に控えめな甘さは日本人好み。カロリーオフ商品もあり女性陣だけでなくお腹が気になりだしたお父さん世代にもおすすめ。

Russian Cookie House.

店舗なし。モールオブエイジア・アラバタタウンセンターにブース出店中。
ご注文受付:

☎ 0917-8952863、896-5707、897-1115

E-mail: russiancookiehouse@yahoo.com

http://russiancookiehouse.multiply.com/



たまごの中には粉雪の舞う夜空
スノーマン ホルダーセット /
P450 / Decorio Egg Crafts



メリークリスマス!
かわいい声が聞こえて
きそう!
クリスマスツリー
ホルダーセット /
P450 / Decorio
Egg Crafts

ジャコウネコが集めた プレミアムコーヒー

ひんやりするフィリピンの12~1月。目覚まし替わりにカフェオレなどどうですか?
香り高いアラミドコーヒーでhappyな一日を。マグカップをセットにするだけで、グンとギフト感がアップします。

Bote Central, Inc

ネット販売: www.arengga.com

※マカティのグリーンベルト5のトラベルカフェフィリピンでも飲むことができます!



アラミドコーヒー 50g / P1,100
(編集部調べ) / Bote Central, Inc
www.arengga.com
マグカップ(スタッフ私物)

卵の殻から 産まれたアート!

ホルダーにちょこんとのった楕円形のもの...そう、これ全部たまごの殻にペイントしたもの! 一つ一つが手作りのため、微妙に表情が違うのも愛嬌があってかわいい。持ち帰りやプレゼント用のBOXもあるのでご安心を。

Decorio Egg Crafts

ご注文受付: ☎ 632-707-4745

Facebook: Decorio Egg Crafts



サンタクロースのやさしい表情におもわずほっこり
サンタクロース ホルダーセット / P450 /
Decorio Egg Crafts

クリスマスまでのカウントダウン モニト・モニタ

クリスマスといえばプレゼント、というのは日本人にも馴染みですが、キリスト教の伝統のある国々ではプレゼント交換も定着しています。フィリピンのクリスマス商戦に一役も二役も買っている、フィリピン版シークレット・サンタの「モニト・モニタ」は、会社などの組織ではよく行われる12月の風物詩です。

モニト・モニタは、12月の上旬ごろからスタートします。まず、各自が自分の名前を紙に書いて箱に入れ、くじ引きをします。引き当てた紙に書かれているのがあなたのモニト(女性ならモニタ)で、これからプレゼントを渡していく相手になります。

あなたの仕事は、翌日からクリスマスまでの数日の間にちょっとしたプレゼントを見つから

ないように届けること。プレゼントは日毎にテーマや予算が決まられていて、例えば「長いもの」や「赤いもの」といった具合です。プレゼントと一緒にちょっとした指示をすることもでき、「今日一日、この変装メガネをつけて仕事をする」というような注意書きを送る人もいます。それぞれがプレゼントの贈り主は誰だろうか、と思いを巡らしながら数日を過ごしていきます。

そして迎えるクライマックス。クリスマスパーティーの席でついに自分の贈り主が明らかになり、最後のメインのプレゼントを渡し合います。毎年恒例のこの行事は、老若男女を問わずワイワイキャーキャーと非常に盛り上がります。素直二喜ぶ楽しみ方を知っているフィリピン人を見習いたいものです。



上司も部下も関係なく盛り上がるのがフィリピン流!



当日まで誰が自分のモニト(モニタ)か分からないのでドキドキです

人と地球にやさしい バスタイムセット

オーガニック素材のソープはシャワーの後も肌がつかない! ココナツの殻でできたソープディッシュはNPO法人アクセスのフェアトレード商品。毎日のバスタイムが楽しみになる、人と地球にやさしいエコセットです。

Z.E.N

☎ 02-473-1074、0927-577-2075、0922-471-0741

E-mail: grprods_services@yahoo.com

NPO法人アクセス フィリピン事務所

134G, care estate Building n.domingo st. brg kaunkaran,
Cubao, Quezon city

☎ 725-6093



オーガニックソープ(5個)／
P150／Z.E.N
ココソープディッシュ／
P90／NPO法人アクセス

Mas Gift

味は、相手が包みを開
しながら品物を選ぶ時
センスを考えて、とっ
いですね。



フレンチリネンのさらりとしたやさしい肌触りが◎
フレンチリネンガーゼストール／P1,450／無印良品



こんなの欲しかった! コ
ロンとしたフォルムが足
になじむ。
一枚仕立てストラップ
(23.5cm)／P2,850／
無印良品



かわいいだけでなく実用性も
兼ね備えた優れたもの。六角カ
ラーペン10色セット／P285
／無印良品

無印良品がついにフィリピン上陸!!

マニラー号店 オープニングパーティー潜入レポート

日本でも多くのファンを持つ無印良品。その人気は日本だけにとどまらず、現在18の国と地域で120近くの店舗を展開。もちろんフィリピンも例外ではありません! フィリピンの熱いラブコールをうけ、今年10月ついにマニラに第一号店がオープンしました!



MUJI Bonifacio High Street

Block 7, Bonifacio High Street Bonifacio Global City, Taguig

☎ 659-6731

営業時間: 12:00~23:00

場所はボニファシオ・ハイストリートの道路に面したGAPの2F。ソファから衣料品、文具、食品まで約3000アイテムが並び、これまで輸入が難しいとされていた、化粧品シリーズも大充実。なかでもスタッフのおすすめは「敏感肌用化粧水しっとりシリーズ」。日本の@コスメランキング1位にもランクインしたヒット商品です。フィリピンで合う化粧品がなくて…とお悩みだった方! もう一時帰国時に買いだめする必要はありません!

10/15(金)に行われたプレス向けオープニングパーティーには、この日のために日本から金井社長が渡比。「自然と人とのいい関係を。感じのいい暮らしを、実現させていきたい。より多くの方々に我々の商品を使って欲しいですね」と話されていました。12月中にはロックウェルに2店舗目もオープン! 2014年までにはフィリピン国内で7店舗のオープンを目標にされているそうで、フィリピンにもシンプルファッションを楽しむおしゃれさんが増えるかも…?! ますます目が離せません!



編集部A子の つぶやき

世界でも例をみない、衣食住すべての関連商品を取り扱う無印良品。MUJIにけば何でも揃う…というのが私たちのイメージにもあるでしょう。シンプル、だけれども丁寧。これはすべて自社ブランドにこだわる無印良品だからこそせるワザ。

それぞれの商品に込められた”無印良品の理由(ワケ)”は、知れば知るほど惹きこまれていきます。工場で余った綿を集めて商品にした「おちわたシリーズ」、生産者さんにも優しい素材を使った「オーガニックシリーズ」、「リフィル式ペンシリーズ」は、インクが切れても替え芯を入れればまた息を吹き返す。作り手にも、使い手にもやさしい商品でありながらも、社会貢献していますと大声で主張するわけでない。自然体でやさしいのです。

商品だけでなく、ぜひ無印良品に込められた思いを感じてみてください。「自然と」、「無名で」、「シンプルに」、「地球大」をキーワードとした無印良品。ただものではありません。

無印良品HP: <http://www.muji.net/>

X'Mas Beauty-up

輝け! やまとなでしこスピリッツ

イベントで大忙しのこの季節、オシャレするのも忘れずに!

やっぱり、今も昔も
「髪は女の命!」

HIGUCHI HAIR SALON

ヒグチ ヘア サロン

ヘアスタイルを少し変えるだけでイメージは大きく変わりますよね。だからこそ、ヘアサロンを選ぶなら細やかな要望に応じてくれる日本人スタイリストのいるお店。HIGUCHI HAIR SALONは、他のお客さんを気にせずにゆったりと過ごせて、お子様連れでも安心。お財布にやさしい料金設定もとっても魅力的☆オシャレに妥協したくない女性の強い見方になってくれますよ!



HIGUCHI HAIR SALON

G/F103 744M.SantillanSt. Cor, FernandoSt.
Pio Del Pilar Makati
ご予約・お問い合わせ:
☎ 02-836-1297、0920-899-9198(日本語OK!)
営業時間: 9:00~20:00 定休日: 火曜日

Let's get美オーラ!

指先からキレイになろう

ネイルサロン 麗 Rei

ネイルサロン レイ

年末年始のあわただしさで、指先のお手入れ、忘れていませんか? 指先がキラッと輝くと何気ないしぐさもグッと美しく見えます。ネイルサロン麗REIはジェルネイル専門のサロン。日本人ネイリスト中村さんが施術してくれるので安心・安全・快適です☆毎日がんばるあなたの手に、素敵なプレゼントはいかがですか? プライマーを見た、といって予約をすると20% OFF!



Nail Salon REI

#98 Timog Ave., cor Sct. Ybardolaza, Quezon City Bambui Fuentes内
ご予約・お問い合わせ:
☎ 0915-314-8264(日本語OK!)
E-mail: nakamura@e-transtech.com
お問い合わせはお電話かEメールでお願いします。

before



after



ヘアスタイルを変えず、髪に艶を与えるだけでも印象は大きくかわります。詳細メニューはP26へ。

日本に帰るなら、その前に思い切ってイメージチェンジ!



豊富なデザインとカラーで、あなた好みに仕上げます。シンプルもゴージャスもお任せください。



スワロフスキーで指先キラキラ心もウキウキしてきます!

クリスマスの伝統 パロル工房

フィリピンでは9月を過ぎると町のいたるところでクリスマスツリーやイルミネーションを目にしますが、なんといってもフィリピンのクリスマスに欠かせないのは、パロル(ランタン)です。パロルは吊り下げ型のランプで、色も形もさまざま。毎年12月にパンパンガで行われるランタンフェスティバルでは、その大きさやデ



フィリピンの夜を彩るたくさんのパロルは、一つひとつ個性があっておもしろい。

ザインを競い合うコンテストが開かれることで有名です。ROLREN'Sという工房で働くロランドさんは、これまでに数多くの優勝経験を持つベテランのパロル職人。ロランドさんの作るパロルにはファンも多く、毎年海外からも多くの注文を受けるそうです。繊細なデザイン原画や光の色づけ、ランプの配線まで、全て手作業で作られるからこそ生まれるあたたかみのある形や光は、まさに芸術品。

個人的な注文でも、デザインや料金の相談に乗ってくれるそうなので、今回のクリスマスにはオリジナルパロルを飾ったり、プレゼントするのも楽しいかもしれませんね。(ご注文はお早めに!)

ROLREN'S

1142 11th Avenue, Unisite, Sud. Del Pilar City Of San Fernando, Pamp.
☎ 045-963-1710
E-mail: rolrens@yahoo.com.ph



台湾から発注を受けて特大パロルを製作中のロランドさん。パロルの大きさはなんと全長4~5メートル!!

クリスマス バザー スケジュール

フィリピン恒例のクリスマスバザー。
盛り上がりも最高潮に達してきました!
スケジュールをチェックして、
お得に楽しく楽しもう♪

12月1日(水)

フィリピン

アメリカンウーマンズクラブ バザー

場所: ワールドトレードセンター M F-4

入場料: P100

開催時間: 8:30~14:30

☎ 817-7587 Fax: 894-2466

[http://www.janedchua.com/2010/](http://www.janedchua.com/2010/10/03/bazaar-listing-2010/)

[10/03/bazaar-listing-2010/](http://www.janedchua.com/2010/10/03/bazaar-listing-2010/)

12月1日(水)~4日(土)

**FAITH, HOPE & LOVE
CHRISTMAS BAZAAR**

場所: フィリピントレードトレーニングセンター M F-4

入場料: 無料

開催時間: 10:00~21:00

☎ 464-9747、494-9747、0915-894-4610

12月3日(金)~16日(木)

第10回 ワールドバザーフェスティバル

場所: ワールドトレードセンター M F-4

入場料: P30

開催時間: 12:00~22:00(月~木)、10:00~24:00(金~日)

※最終日のみ12:00~20:00

☎ 551-5151

12月4日(土)

クバオEXPO 2010

場所: クバオ アラネタセンター

入場料: 無料

開催時間: 13:00~24:00

E-mail: benjaminbeltran@gmail.com

<http://cubaoexpo.multiply.com/>

12月4日(土)~5日(日)

ユニティ クリスマスバザー

場所: ノースグリーンヒルズ マッキンリー公園

入場料: 無料

開催時間: 10:00~20:00

McKinley Park, North Greenhills

☎ 0915-9697068

<http://www.facebook.com/unitymarketing>

12月11日(土)~12日(日)

サンタ's ギフトバザー

場所: ケソンシティ

ラピスタクラブ・バスケットコート内

入場料: 無料

開催時間: 9:00~19:00

☎ 2110685、0917-8636644

E-mail: claudbaron@yahoo.com

12月18日(土)~23(木)

**ノエルディスカバリーバザー &
クリスマスショップEXPO**

場所: ワールドトレードセンター M F-4

入場料: P50

開催時間: 17:00~24:00(18日)、

12:00~24:00(19~23日)

☎ 6873292(Aprille Robles)、0922-8478304 Fax:

6870654、6870604

E-mail: cut@pltdsl.ne、aprilroble@yahoo.com

12月11日(土)~23日(木)

ショップ@フォートボニファシオ

場所: Karl Edwards bazaar NBC Tent,

Fort Bonifacio Global City M O-3

入場料: P50

開催時間: 10:00~19:00

☎ 374-3726、372-8453 Fax: 374-3856

E-mail: karl.edward@ymail.com

※人ごみの中では貴重品の管理等にお気を付け下さい。
※これらのスケジュールは予告なく変更になる場合がございます。ご了承下さい。



バナナチップぶちパック

フィリピンといえばこれ! 昔懐かしい甘みの無農薬バナナチップはほどよい手の平サイズ。つつい買いすぎてしまいそう。

各P11.20/OTOP NEGOSYO DEPOT

マスコバド糖

やさしい甘さとコクで愛用者の多いマスコバド糖。料理やお菓子作りはもちろん、コーヒー、紅茶に入れてもやさしい甘みはそのまま。素材の味を引き立てる万能アイテムです。

P26/OTOP NEGOSYO DEPOT



カピスコースター(6枚入)

フィリピン在住者なら必ず一度は目にしているカピス貝。オシャレなBOXに入っているので贈りやすく、お土産にぴったり!

P476.56/OTOP NEGOSYO DEPOT



ドライマンゴー
だけじゃない!!

フィリピン みやげ 新定番

“真珠”の ブレスレット

本物の真珠の商品価値のない部分と、母貝の一部を使ったブレスレット。サンボアングで1個50~80ペソ程度で販売。マニラでは、庶民派モール内の露店(CHANGE)でときどき売っています。

各P50~80

<店舗情報>

St. Francis Square, Julia Vargas Ave. cor. Bank Drive, Ortigas Center, Mandaluyong City M J-4

あまり知られていないけど、フィリピンは
お手軽で喜ばれるおみやげがたくさん。

ちょっとつまめるお菓子から

お手ごろ価格の真珠までドーンとご紹介!



カカオタブレット6粒入

ホットチョコや、カレーの隠し味にもおすすめ。日本では珍しいタブレット型カカオ。寒い日の朝にカリカリとタブレットを削り、お湯で溶かすとふんわり甘いチョコドリンクに!

上:P95.20(ビュアカカオ風味)

下:P89.60(スキムミルク風味)

/OTOP NEGOSYO DEPOT



マルンガイスナック

フィリピンの代表的な健康食品、マルンガイを練りこんだスナック。食べだすともう止まらない! 左からホット&スパイシー味、スイートコーン味、ガーリック味。

各P56/OTOP NEGOSYO DEPOT

スペシャルカシューナッツ

お酒の好きなお父さんにはコレ!ほどよい塩けのピーナッツ。無農薬100%。とぼけた表情の牛さんマークがとってもキュート。

P140/YA'S JUMBO PASTILLAS



ココリーフピアス

NPO法人アクセスが取り扱っているフェアトレード商品。売上げの一部が生産者の収益になります。カジュアルにも、オフィスシーンにも合う上品なデザイン。贈る人も、贈られた人も笑顔にさせることまちがいない。

P90/NPO法人アクセス フィリピン事務所



<店舗情報>

OTOP NEGOSYO DEPOT ☎ 664-8156

8001 Financial Center, HK Sun Plaza Macapagal Boulevard Pasay City

E-mail:otop_pitc@yahoo.com 営業時間:10:00~17:00

YA'S JUMBO PASTILLAS ☎ 632-729-0325

ロックウェル、マーケット!マーケット!にブース出店中

スーパー&モール OPEN SCHEDULE

あれこれ忙しい年末年始は、お買い物に出る機会も多くなりますよね…。
主要モールのOPEN SCHEDULEは、ありそうでなかった優れもの。
フィリピンでは、クリスマスも営業時間が変更になるのでご用心!

※各スケジュールは、予告なく変更になる場合がございます。ご了承下さい。

グリーンベルト1、2、3、4、5

●12月1～22日

…11:00～23:00(月～土)、11:00～23:00(日)

※グリーンベルト1は10:00～23:00

グリーンベルト2, 3, 5のフードコーナー及び催事場は～24:00

●12月23日…11:00～20:00

●12月24日…11:00～20:00

※グリーンベルト1は10:00～20:00

●12月25日…12:00～20:00

※グリーンベルト4グランドフロアは閉まります

●12月26～30日…11:00～22:00

※グリーンベルト1は10:00～22:00

●12月31日…11:00～18:00

※グリーンベルト1は10:00～18:00

●2011年1月1日…12:00～20:00

※グリーンベルト4グランドフロアは閉まります

●1月2日…11:00～21:00

※グリーンベルト1は10:00～21:00

グロリエッタ

●12月1～17日

…10:00～22:00(月～木)、10:00～23:00(金～日)

●12月18～23日…10:00～24:00

●12月24日…10:00～21:00

●12月25日…12:00～21:00

●12月26～30日…10:00～22:00

●12月31日…10:00～18:00

●2011年1月1日…12:00～21:00

ランドマーク

●12月24日…9:30～20:00

●12月25日…12:00～20:00

●12月31日…10:00～20:00

●2011年1月1日…12:00～20:00

マーケット! マーケット!

●12月1～22日…10:00～22:00

●12月23日…10:00～24:00

●12月24日…10:00～20:00

●12月26～30日…10:00～21:00

●12月31日…10:00～18:00

●2011年1月1日…10:00～18:00

ロビンソン

●12月1～23日…10:00～22:00

※18,19,23日: 10:00～24:00

●12月24日…12:00～21:00

●12月25日…12:00～21:00

●12月26～29日

…10:00～21:00(月～金)、10:00～22:00(土・日)

●12月30日…10:00～24:00

SMモール

●12月19～23日…10:00～24:00

●12月24日…9:00～19:00

●12月25日…10:00～22:00

●12月26～30日…10:00～21:00

●12月31日…10:00～18:00

●2011年1月1日…12:00～22:00



クリスマスは、家族の宝物。 大切な瞬間に、メロスからの贈り物

プロモ

和牛ステーキ(4人前)オーダーのお客様へ、
和牛リブ(6oz)サービス!
※その他のプロモ、割引券等との併用は出来ません。



ウェストゲートアラバン店 ☎771-3945
マカティシティ店 ☎899-9403
ケソンシティ店 ☎924-9194
ブルゴスサークル@ザフォート ☎403-5968

Society lounge

Inspired by French Fashion Food

営業時間：11:00～翌日2:00
ドレスコード：スマートカジュアル
Music：Lounge, Chilled out, Jazz, Smooth House

Ground Floor Atrium of Makati Bldg
Makati Avenue Corner Paseo de Roxas
Makati City ☎ 63-2-408-1852
E-mail：societylounge@yahoo.com

お友達とちょっとお茶するのに、どっか良い場所ないかな
いつものあの場所とは、ちょっと違ったとこにいたいな
そんな時にはここ!

ぜひあなたの定番カフェに仲間入りさせてください

天空のカフェ Top of the Citi by Chef Jessie



プライマーの一押し
ホワイトチョコレート
ティラミス P250++

シティバンク本店の屋上。摩天楼の中心に
ありながら、遥かにラグナ湖を見渡す清々とし
た眺めが気持ち良い。夜はモチロン、マカ
ティの夜景が目眩しい。以前
は会員制でしたが、現在は朝か
ら晩まで、どなたでも好きな時
間に立ち寄れます。最上階だけ
に許された天井高の、モダンな
高級感あふれる空間は昔ながら
ですが、メニューは意外とリー
ズナブル。1人当りP300位から。もちろん
ビジネスやちょっとした記念日にも使えるけ
ど、コーヒー片手に読書や思索もオススメ。



マカティの夜景を一望



開放的に溢れた心地よい空間



人気の窓際席、特別な日は事前にサーブしてお
くのがベター

Top of the Citi

34F Citibank Tower, 8741 Paseo de Roxas, Saledo Village, Makati City
☎ 02-750-5810～12
営業時間：8:00～22:00 予算：お一人様P300～

手作りPaskoピザ

レシピ・文・写真：本橋弘治

2009年の6月までマニラに4年間に住っていた、
フィリピン食文化をこよなく愛す調理師

材料(4人分)

生地：小麦粉 500g、ぬるま湯 300cc、ドライイースト 小さじ2、
塩 小さじ1、オリーブオイル 大さじ3 ソース：ホールトマト缶
具材：チーズ適量(できれば2種類)、スイートバジル(フレッシュ)、
トマトスライス、ベーコンまたはアンチョビなど



手作りピザにはかかせないドライイースト。

作り方

- ①ボールに小麦粉を入れ2か所にくぼみを作る。一方のくぼみに塩を、もう片方のくぼみにイーストを入れる。イーストと塩が混ざらないように、どちらにも少量のぬるま湯をかけまわりの粉をかける(湯はぬるめ、熱いとイーストが働きません)。
- ②残りのぬるま湯を中心に注ぎオリーブオイルを湯に混ぜる。ここから全体のまとめ。まずは練らずにまとめるように混ぜる。まとまったら台の上に移して体重をかけながら転がすように練る。
- ③均一に混ぜりしっとりしたら4等分、転がして団子状にし打ち粉をしてバットに並べラップをして寝かせる(常温で1～2時間)。
- ④麺棒などで薄くのばす。(オープンやトースターのトレイの大きさに合わせ生地の量は調節)。
- ⑤中火で半量ほどに煮詰めたトマトソース、お好みの具材、チーズを載せたら焼きあげる(250℃のオープンで10分弱)。



クリスマスにはピザパーティーはいかが?家族や仲間とわいわい生地を伸ばすところから始めます。思い通りのトッピングをしたら順番にオープンへ。焼きあがりを頬張り誰のピザが一番おいしいか競います。ソースは市販のピザ用ソースでもOK。ドライイーストは探しにくいですがスーパーには必ず揃っています。パーティーの前に生地を仕込んで具材を用意しておけば、あとはメンバーが調理してくれるので楽ちん。オープンでもトースターでも調理可。しっかり予熱をしてから焼きます。生地のレシピはモチモチのナポリ風、ワインにもビールにもよく合います。

Pasko Pizza

by Hiroharu Motohashi

Ingredients (4 Servings)

[Pizza dough]
flour 500g, tepid water 300cc,
instant dry yeast 2tsp, salt 1tsp,
olive oil 3Tbsp
[tomato sauce]
canned whole tomato
[topping items]
2kinds of cheese, fresh sweet
basil,
sliced tomato, bacon, anchovy etc.

Directions

1. Make 2dimples on the surface of flour in the bowl.
2. Put salt and yeast in each dimples, pour 2Tbsp tepid water in each dimples cover them with flour.
3. Put remained tepid water and pour olive oil in the water.
4. Mix up roughly in the bowl until it become one big ball.
5. Move to cooking table and knead them until it become velvety skin.
6. Divide 4 and wrap them up each and age for 1 to 2hours.
7. Make pizza sheet with rolling pin.
8. Put tomato sauce and toppings, oven for 10min with 220C°

Healthy note:

Hand made pizza is great pasko dish in terms of taste, texture and fun.
Party guest can try making pizza sheet using rolling pin and put topping as they like. It can be cookd with oven toaster.
SAF dry yeast can be get at the supermarket like Landmark.

このおいしさ
私たちがじゃもったいない
フィリピンの友達と一緒に作ろう!!
Made in Manilaの
ヘルシーレシピ
English version
メイドさん用にも
ぜひお使いください。

Dongwon Garden Korean Restaurant

☎ 02-898-3558, 0905-365-0303

こんなに食べて、こんなに美味しくて、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、ぜひ召し上げれ。



●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、シャンペン、または赤白ワインから一品をプレゼント。

McDonalds Ave. Polarls St.
● Dongwon Garden
Petron Jupiter St.
Buendia St.

Dongwon Garden Korean Restaurant M D-2

53 Polarls 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)



奥様に愛され続けて22年

SANTIS Delicatessen

はじめは小さなソーセージ工場からでした。

素朴な手作りの味が評判をよび、外国人の主婦を中心に工場へ直接買い求めるお客さんが増え、それは1日3000人にまでなりました。1987年、サンティスデリカテッセンは待望の声を受け、第1号店をマカティのヤカール通りにオープンしたのです。



当時のソーセージ工場



フレンドリーで明るい店員さんたち



左:サンティスの入り口。赤いレンガと木製の扉がおしゃれ。

右:明るく清潔な店内。世界各国の品物が整然と並んでいます。



このソーセージの種類の多さ!

MENU

ハム類

ターキーハム(胡椒風味)	P82.80
スモークターキーハム	P82.80
ヒッコリー スモークターキープレスト	P80.50
パルマ ハム	P138.20

ソーセージ類

ハンガリアンソーセージ	P37.50
ソーセージ(スパイス入り)	P39.30
朝食用ソーセージ	P38.90
イタリアンガーリック	P38.50

(100gの価格で表示しています)



サンティスデリカテッセンは20カ国以上から、最高の品質のものを厳選して取り寄せています。

スイス

生ハム、ソーセージ各種、チーズ各種、ワイン等

イタリア

パルマハム・サラミ・モッツアレラチーズ、パスタ、トマトソース、ワイン等

フランス

チーズ各種、牡蠣、シャンパン等

スペイン、チリ、アルゼンチン、南アフリカ

ワイン各種・酒類

オーストラリア

野菜、牛肉、乾物、冷凍食品、ワイン等

アメリカ

アンガスビーフ、魚介類

ノルウェー

サーモン、魚介類

トルコ

オリーブオイル、乾燥フルーツ、野菜

...他

SHOP DATA

ロックウェル店 M-H-1
RS 120&121 Joya at Rockwell, 28 Plaza Drive, Rockwell Center
☎ 02-403-0144

フォーブス店 M枠外
San Antonio Plaza Arcade Forbes Park
☎ 02-894-1293

オルティガス店 M-J-7
GF Astoria Plaza, Amber Ave., Ortigas Center
☎ 02-687-1013

本店 マカティ M-A-2
WIC Bldg.7431 Yakal St., San Antonio Village
☎ 02-844-1154

アラバン店 M-H-6
Unit 8 El Molito Commercial Complex 4, Alabang-Zapote Road, Cor. Madrigal Ave., Alabang, Muntinlupa City
☎ 02-850-3967

ウィルソン店
The Promenade Bldg., 198 Wilson Street cor. P. Guevarra, San Juan
☎ 381-2926

ティモッグ店
Trans-Orient Maritime Agency Bldg. 66 Timog Ave., Q.C.
☎ 415-5532

シラング店
Km 52 Buho, Silang, Cavite
☎ 046-414-1694

コリンシアン店
Unit 104, Upper Ground Flr. Corinthian Hills Club House, Temple Drive, Q.C.
☎ 637-9745

Cave Werdenberg Cave Wine Bar ケーブ ワイン・バー

常に500種類以上のワインを揃えているワイン・バー CAVE。リニューアルを経て、よりおしゃれな雰囲気に変身した店内は、素敵なクリスマスデートを楽しむのにぴったり。



その日の気分に合わせてボトルをチョイス。迷ったら気軽にスタッフへ。貴方のための1本を、500種類以上の中から探し出します。

Cave Wine Bar
☎ 02-892-0128
営業 14:00~23:00

Carpaccio RISTORANTE ITALIANO ワインの種類に定評あり
食通が頻繁に通うイタリアン

Carpaccio カルパッチョ



カルパッチョといえば、マニラのグルメ人達の間ではマストなイタリア料理店にリストアップされています。パスタやピザの種類も豊富ですが、ワインはイタリアはもちろん各国のワインが揃っています。また、仕切られた部屋や喫煙ルーム、テラスなどがあり、ゲストに応じた席もあります。気軽なランチとちょっと大人なディナー、それぞれ表情の違った食事の楽しみができるレストランです。



Alla Marinara



Ai Funghi Porcini



Alla Bolognese



Pizza



Risotto Stile Liguria



Dolce Alla Casa

MENU

●Pizza

マルゲリータ ピザ P420
ゴルゴンゾーラ ピザ P460
クアトロスタンディオニ ピザ
..... P460

●Home made Pasta

ラビオリ アイ フルッティ ディ マレ
..... P510
ラビオリ アラ パンナ P460
ラザニア P460



Carpaccio

☎ 02-843-7286
URL www.carpaccio.com.ph
☎ ランチ 11:00~15:00
ディナー 18:00~23:00

Chesa Bianca SWISS RESTAURANT

本格派のスイス料理レストランがオープン
スイスの高山で作った生ハムに舌鼓

Chesa Bianca チェサ ビアンカ



スイスの家庭料理が味わえるレストランがオープンしました。SANTISのスイス人オーナーが自らプロデュースしたとなれば、一度はチェックすべき店ですね。ランチにちょうどいい週替わりセットメニューもあれば、好みのソーセージをチョイスできる単品料理もあって、味わい方は人それぞれ。またスイス料理定番のチーズフォンデュも充実しています。女性でも飲みやすいスイスワインにこれまた良く合います!



Buendnerfleisch Telle



Sliced Veal Zurich Style



スイスの衣装がとってもかわいらしいスタッフ。サービスがとてもきめ細やかです。



Chesa Bianca

☎ 02-815-1359
URL www.chesabianca.com.ph
☎ 11:00~23:00(月~土)



MAP



ADDRESS

7431 Yakal St. San Antonio Village,
Makati City



ちょっぴり贅沢にステーキ
最上級のアンガスビーフを食す

I'm Angus Steak House



アイム アンガス ステーキ ハウス

ステーキといえば、少し贅沢な食事というイメージがありますよね? そんな、いつもと違う食事をしたい気持ちを満たしてくれるステーキ専門店。世界中から厳選された上質の肉だけを輸入するこだわり。オープンキッチンで丁寧に焼かれる様子を見るだけでも、気分は高揚してしまいます。家族で、友達同士で、どうぞご堪能ください。

MENU

シールド ツナ ビリ-ビリ
(ワサビマヨ風味) P395
タイブラウンケーキ
(チリソース) P380
ボストン クラムチャウダー
..... P280



RIB-EYE(300g) P1,770
付け合せやソースはゲストが選択できます。
※P590/100g(最小300gより)

I'm Angus Steak House

☎ 02-892-6206
URL www.i-am-angus.com.ph
☎ ランチ 11:00 ~ 15:00
ディナー 18:00~23:00

日本の味で
二〇一二年を迎えよう
レストラン情報も
プライマーWEBへ

<http://primer.ph>

領地
TSUKUJI

Tel. 843-4285
812-2913
www.tsukiji-restaurant.com



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
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



割烹 よか亭

営業時間
11:30 ~ 14:00
17:30 ~ 22:00
電話 809-5691

Tech Center,
Buencamino St. Ayara Alabang.
Zepote Road, Muntinlupa City

日曜日はお休みします

タウンセンター イス ハンダ
→ Zapote Road → Buencamino St.
アラバン メトロ PNB RCBC
センター バンク
よか亭 ● ↓

日本の味、伝統の味、
本物の味がここにある。
ほつとくつろげるよか亭に、
是非いらっしやいませ。

New Hatchin
生鮮食品が自慢の日本食材店



クリスマスケーキ受付中
12月17日までにご予約ください★

12月25日は定休日です。

マカティ店 ☎ B-1 8:00~19:00 毎日営業
Tel: 02-897-7207, 02-890-5038, 02-890-1649 Fax: 02-897-7209
マニラ店 9:00~22:00 毎日営業
Tel: 02-400-9478 Fax: 02-400-9478
カルティマル店 7:00~17:00 (月~土) 7:00~14:00 (日)
Tel: 02-833-8905, 02-834-1384 Fax: 02-834-1384

New Hatchin
おせち料理受付開始!

松(4~5人前)・竹(2~3人前)・梅(1~2人前)
P1000よりご用意しております。



お寿司・お刺身・オードブル等も
ご予算に応じてお作りいたします。
詳しくは下記へお問合せ下さい。

New Hatchin マカティ店
☎ 02-897-7207, 02-890-5038,
02-890-1649
FAX: 02-897-7209

フィリピン食彩紀行 伝統的スイーツ & ペーパーアート



Pabalat & Pastillas

pastillas de ube (ウベ)、卵黄、コンデンスミルク入りのpastillas de yema (イエマ) 等、バラエティも豊富です。

Pastillas は、通常かたくずれを防ぐ厚めの紙で巻き、さらに色とりどりのセロハンでラッピングされていますが、お祭り、誕生日、ウェディング、クリスマスなど特別の行事用にはスペシャルバージョンがあ

新鮮なカラバオ(水牛)のミルクと砂糖を原料としたソフトキャラメルのような菓子pastillas(パステリヤス)は、ブラカン州の伝統的なスイーツ。ミルクと砂糖だけのシンプルなpastillas de leche(パステリヤス・デ・レチェ)や紅芋入りの

ります。こちらはセロハンではなく(なぜだかPapel de haponまたは「ジャパニーズペーパー」と呼ばれる)薄紙に包まれているのですが、片方の端にタッセルのような飾りがついています。それは家、花、草木、鳥、民族衣装を身につけた人物、アルファベット等のシルエットがレースのように美しいカットワークで施されていて、まさに芸術。パーティテーブルをより華やかに演出します。

このラッピングペーパーは、pabalat(パバラット)

またはpastillas wrapperと呼ばれ、pastillas同様ブラ



文字は、PHILIPPINES、MABUHAY、MERRY CHRISTMAS、人名等

カン州の伝統的文化ですが、今では作り手も少なくなりました。か。行事に合わせた図柄や文字が

入ったパターンを重ねた薄紙に鉛筆で下書きし、それに沿って細かい線も爪の甘皮用鉋や、手術用の鉋を使ってすべて手作業でカットしていくというのですから、手間暇かかるのは明白。作り手が少なくなっていくのもうなずけます。一方で伝承を重んじる声も強く、フィリピン観光省や高級ホテルからの需要も多いということです。こういった伝統芸術は、政府もできるだけ支援し、後世に残してほしいものです。

商品提供: Bulacan Sweets
(www.bulacansweets.com)

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://harana.livedoor.biz/>



クリスマスシーズンの風物詩、パロールをモチーフに



海老の黄金焼き

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

GINISAが海老の旨み
を引き出します。



材料(4人分)

ブラックタイガー中サイズ 16尾(韓を剥いて360g程度)、片栗粉 大さじ3(エビ洗い用)
下味つけ用：酒 大さじ1、Aji-Ginisa Shrimp 5g
黄金たれ：卵黄2個分、味噌小さじ2、マヨネーズ大さじ1、みりん小さじ1

作り方

- ①海老は尾の一節を除き殻を剥き尾の先を包丁で切り取り背ワタを除く(尾の先には汚れがあるので包丁でしごく)。
- ②片栗粉をまぶして手で軽く揉んだら30秒ほど水につけてから洗い流す(片栗粉で汚れを落とすと同時にプリプリ感が増す)。
- ③腹側に縦に薄く切れ目を入れ開き、横に数ヶ所包丁を浅く入れ筋を切る。(反り返り防止)。酒、Aji-Ginisa Shrimpで下味をつける。30分程度。
- ④アルミホイルに海老を並べ混ざっておいた黄金たれをスプーンで塗り、オーブントースターで5分焼く。
- ⑤黄金たれを塗りさらに3分程度焼く(大きな海老ならもう一度)。

腰が曲がるまで長生きするというので海老はおめでたい食べ物。新鮮な海老がフィリピンでは手軽に手に入ります。その海老に黄金色のたれをつけて鮮やかに焼きあげますので、まさにお正月にはうってつけ。他の材料も台所にあるものばかり。調理時間も短いのでごしらえさえておけば、乾杯の合間に調理できます。

Golden longevity prawns

by Hiroharu Motohashi

このおいしさ
私たちじゃもったいない
フィリピンの友達と一緒に作ろう!!
Made in Manilaの
ヘルシーレシピ
English version
メイドさん用にも
ぜひお使いください。



Ingredients (4 Servings)

tiger prawn 16 pieces,
net weight 360g w/o shell.
3Tbsp corn or potato starch for
washing shrimp (for marination)
Sake 1Tbsp, Aji-Ginisa shrimp
(for golden sauce)
2egg yolk, miso 2tsp, Japanese
type mayonnaise 1Tbsp,
Mirin 1tsp

Directions

[Prawn]

Remove the head and devein, and peel except tail.

Cut the top of tail off, remove dirt and moisture.

Sprinkle starch, massage lightly, and wash.

Score belly side along body to open.

Score the several cuts surface to prevent winding.

Marinate sake and Aji-Ginisa for 30min.

[Sauce]

Combine all ingredients for golden sauce.

[Cooking]

Put prawn on the aluminum foil.

Put sauce on the belly side and cook with oven toaster for 5min.

Put sauce and cook again for 3min. If it's still rare, put sauce and cook again.

Healthy note:

Japanese enjoy shrimp or prawn at the New Year celebration.

It is some symbol of longevity. Because the winding shape remind us long life looking like our back bent down with age.

Golden sauce is also auspicious, predicted to be rich.



カルビサル(USAビーフ) P690



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。

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。 フェートップ P400



ユッケ P400



ヘルムパジャン P370

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
☎ 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)





合併号スペシャル企画 お年玉ページ第三弾

サリサリストア

なにかと出費の増えるフィリピンのクリスマス、年末年始。
プライマーのギフト券を買って、かしこくりしちゃいましょう！

Recommended

~~300ペソ~~ → **210ペソ (30%OFF)**

Shui Hilot Healing Spa

シュエイ・ヒロット・ヒーリング・スパ

ベントウーサ*30分コース

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。

ベントウーサ30分コースが210ペソでお試いただけます！

日頃の疲れを癒しにぜひご来店ください。

(*温めたカップや竹で、こりや痛みのある箇所を吸引するマッサージ法)

有効期限：2011年7月末

Ground Floor, Tropical Palms Building, Dela Rosa St.,
cor. Perea St., Legaspi Village, Makati City



~~800ペソ~~ → **560ペソ (30%OFF)**

KinderGolf

キンダーゴルフ

45分間体験ゴルフクラス

子供のためのゴルフ教室キンダーゴルフにて45分間のゴルフ体験。スポーツを通じてお子様の健康的な発育をサポートします。クリーンなスタジオで楽しみながらパパと一緒にゴルフデビューの日も遠くない？



有効期限：2011年6月15日 ※スケジュールの変更は正規クラス料金の半額を頂きます。
Unit410, Shangri-la Mall EDSA cor, Show Blvd., Mandaluyong City

~~7,000ペソ~~ → **3,500ペソ (50%OFF)**

The Picasso Boutique Serviced Residences

ホテル ピカソ

ツインルーム宿泊チケット

マニラのと真ん中に位置するアーティスティックなホテル、ピカソ。施設内にはギャラリーも設けられ、さりげなくある絵画一つ一つにこだわりを感じさせます。歩いて1分のサルセドパークでは毎土曜朝にマーケットが開催。周りにはおしゃれなカフェも数多くあります。



有効期限：2010年12月31日

119 L.P. Leviste St., Salcedo Village Makati City, Philippines 1227

WEBご利用の場合

- ①お好みのギフト券をチョイス
- ②WEBの問合せフォームへ必要事項記入、送信
- ③プライマー編集部から受付完了の連絡
- ④プライマー事務所に受取り



わ、
意外と
簡単！

ギフト券購入方法

とっても簡単！

日本人スタッフが対応いたします。



プライマー事務所
7th Floor Maripola Bldg. 109 Perea St.,
Legaspi Village, Makati City
グリーンベルト5から徒歩5分
P38のMAPを (位置：C-3) ご参照ください。

お電話ご利用の場合

- ①お好みのギフト券をチョイス
- ②プライマー編集部へ電話
☎ 63-2-836-8381 (担当：浅田)
お名前、ご連絡先、受渡し希望日時をお伺いします
- ③プライマー事務所に受取り

※ギフト券のデリバリーサービスは行っておりませんのでご了承下さい。



かしこまりました。
スパギフト券を2枚、
来週火曜日の
受取りご希望ですね。

まだまだあります！おトクなギフト券

※読者の皆様へのギフト券等の販売は
PrimerMedia社が行なっております



YJC Aesthetic Center

マニラにある美容整形クリニック。ダイヤモンドピール、美容タトゥー（眉毛、アイライン等）が人気。一步上のアンチエイジングを目指しませんか？

●1,000ペソ分金券→500ペソ 有効期限：2012年12月31日
Suite 601 Tytana Plaza, 611 V. Tytana St., Binondo, Manila

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、体が本来持っている自然治癒能力を最大限に発揮させます。

●背中ケアクーポン→250ペソ 有効期限：2010年12月31日
G4 Perla Mansion 117 Don C. Palanca St. Legaspi Village, Makati

PAUL&JOE

まるでグロスを塗ったような仕上がりのリップスティックは絶対おすすめ。ポーチに入っていると嬉しい上品なデザインです。

●PAUL&JOE化粧品3点セット→2500ペソ

Charmgin Living Well

漢方処方や鍼灸のみならず、近年スポーツ科学で注目されている体外衝撃波療法を体験！スリムなボディを手術なしの自然な方法で実現させます。

●2,500ペソ分金券→1,250ペソ 有効期限：2010年12月31日
2nd Floor The Grand Hamptons 1, 31st cor 2nd ave., The Fort Bonifacio Global City, Taguig City

シュエイ・ヒロット・ヒーリング・スパ

専門のドクターが、あなたにぴったりのダイエットプログラムをご提案。グリーンベルト5から徒歩5分と便利な場所にあり、お買い物ついでに通うことができます。

●30日間ダイエットプログラム→2,100ペソ 有効期限：なし
Ground Floor, Tropical Palms Building, Dela Rosa St., cor. Perea St., Legaspi Village, Makati City



7107Island Cruise

7107島からなる美しい国フィリピン。忙しい日常を離れて、クルージングの旅に出かけよう！

●お一人様2泊3日のクルージング無料券（14,000ペソ分）→7,000ペソ
●クルージング割引券（5,000ペソ分）→2,500ペソ
有効期限：2011年7月31日

ランカスターホテル・マニラ

マニラとセブに構える4スターホテル「ランカスターホテル」のご宿泊券です。マニラでのご宿泊のみにお使い頂けます。

●デラックススイートルーム泊二日宿泊券→3720ペソ
有効期限：ご予約確定の時点から三ヶ月間
corner Samat Street, 622 Shaw Boulevard, Mandaluyong City 1552,

フィッシュアンドダイブ

ちまたで話題のFish and Diveのルバング島豪華釣りツアー、100,000ペソ以上値引きの大変お得なクーポンです。

●3泊4日 豪華釣り三昧ツアーチケット2名様分→100,000ペソ
有効期限：なし



Flavours of China / Tempura Japan

おなじみのFlavours of China / Tempura Japanからチケット入荷！お財布に1枚入れておきたいチケットです。

●1000ペソ分金券→500ペソ 有効期限：2011年6月15日



South Forbes Golf City

数々の賞を受賞した夢のような空間で、ゆったりとした休日を楽しみませんか？

●ゴルフ券 18ホール→1,400ペソ 有効期限：2011年8月31日
Unit 1 Adem Apt., Canary St., Agro Homes Subd. Muntinlupa City, Metro Manila

ジンボリー

0歳～5歳までを対象とした乳児教室。日本語サイトも大充実。

●Gymboree-Classpass 1クラス体験パス→500ペソ
●Gymboree-Discount Coupon 年間会員費10%offクーポン→無料 有効期限：2011年5月30日

ナバレス歯科医院

院長のミッチーローズ・ナバレス医師は、日本の愛知大学大学院への留学経験もあり、日本語診察可能。患者さんの30%を日本人が占める…と言うのも納得の丁寧な診察。定評があります。

●500ペソ分金券→350ペソ 有効期限：2011年10月30日
Suite 1710 Medical Plaza, Amorsolo st., Legaspi Village, Makati City

詳細はプライマーWEBへ

<http://primer.ph>



ココをクリック



ジープに乗らずしてフィリピンを語ることなかれ

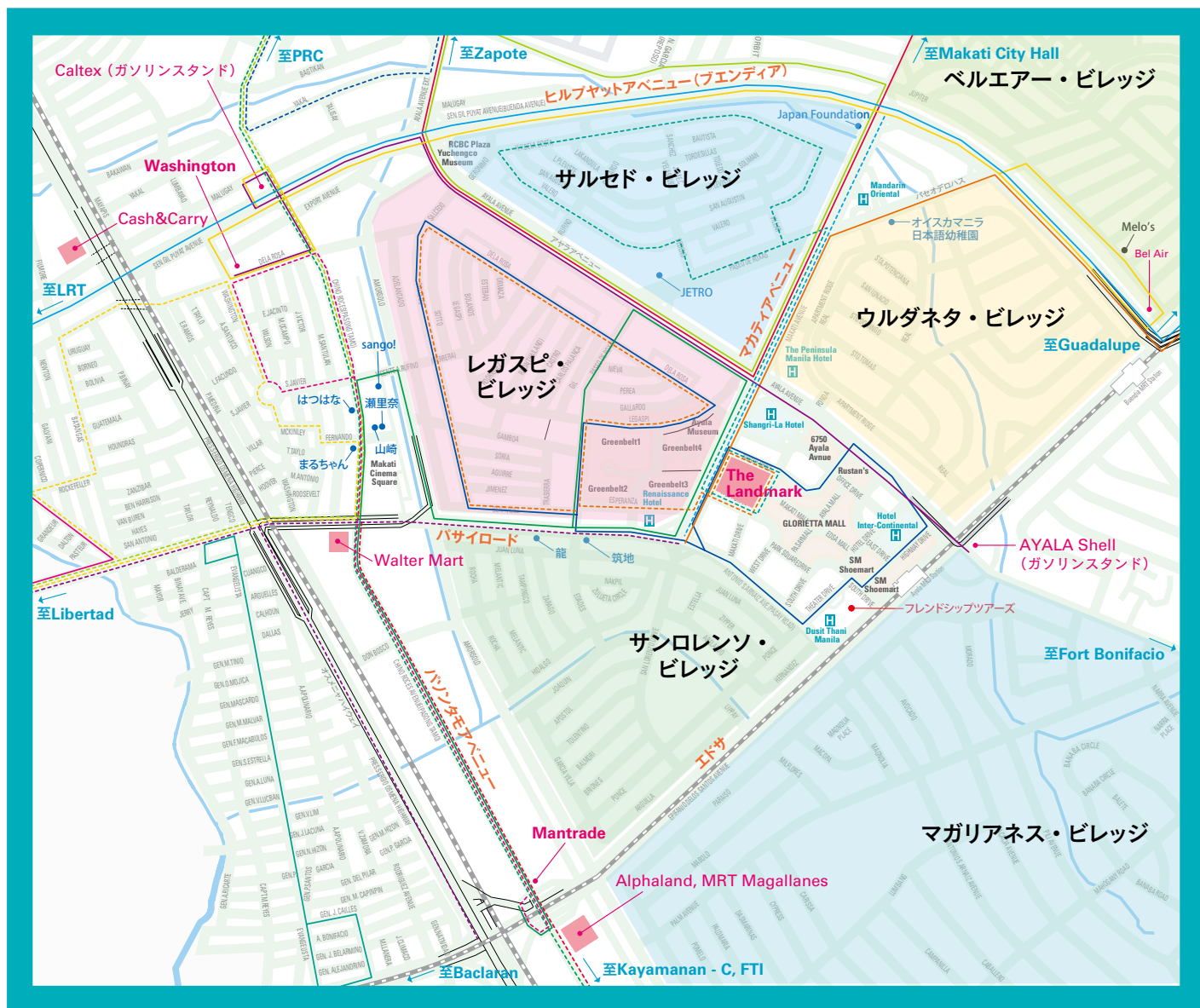
極めよ! ジープニー マカティ編

フィリピン全土で圧倒的な存在感を発揮しているジープニー。その由来は、米軍が残っていたジープを、アメリカの乗合タクシーのジットニーのように使うようになったことから命名されたといいます。戦後誕生したジープニーは、フィリピン独特のセンスで路線網や利用方法、デザインを発達させてきました。主要道路にほぼ必ず通っているジープニーですが、さすが口承文化の発達したフィリピン、どの本屋にも路線図が見当たりません。そこで、プライマーの番書。オフィスワーカーも多く利用しているマカティ中心部取材して作りました。眺めて楽しい、使って便利なコンパクト路線図です。



トラック野郎を彷彿とさせる派手なデザイン。ジープニーの醍醐味です。

マカティ・ジープニー・マップ



●路線情報 (アルファベット順)

- | | | | |
|-----------------------|----------------------------|-----------------------------|----------------------------|
| 1) Ayala - Guadalupe | 6) Ayala - Zapote | 11) FTI - Pasay Rd. | 16) Libertad / PRC |
| 2) Ayala loop | 7) Bel-air - Washington | 12) Guadalupe - Pateros | 17) Libertad / Washington |
| 3) Ayala - Mantrade | 8) Cartimar - Guadalupe | 13) Kayamanan-C - PRC | 18) Makati loop |
| 4) Ayala - Pateros | 9) Dian - Libertad | 14) Legazpi Village Route * | 19) Mantrade / Washington |
| 5) Ayala - Washington | 10) Evangelista - Libertad | 15) Libertad - Pasay | 20) Salcedo Village Route* |

*電気ジープニー。平日の7～10時、11～13時、16時～18時30分のみ運行しています。



ジープニー老舗メーカーのひとつ「サラオ」の創業時モデル。



バンバンガ州クラークで見つけた、やたらと長いジープ。定員は20人超。

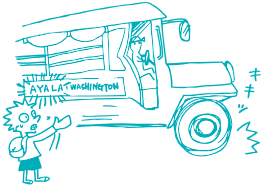


マカティ市内などで見かける電気ジープニー。一般車両ではないので、指定された場所のみ走行できます。

ジープ乗り方講座

step1 ▶ 行き先を確認

フロントガラスのプレートを素早く読め！ 行き先に自信がないときは運転手に聞くのがコツ。会話は簡単、カタコトで目的地を言ってみるだけでOK。

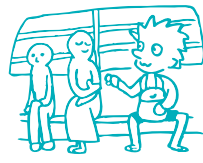


step2 ▶ 乗り込む

人気があるのは、助手席と、後ろの方の席。ジープ初心者、運転手に話しかけやすい前の位置がおすすめ。ちなみに、運賃は7ペソから（2010年11月現在）。

step3 ▶ 運賃を支払う

運賃は、降りる前であれどき支払ってもOK。「バヤッドホ」と言って、近くの人にリレー形式で運転手まで届けよう。お釣りも同様にリレー形式で。



step4 ▶ 目的地で停車させ、降りる

降りたいところで「パーラーホ」と言って止めてもらう。耳の遠い運転手もいるので大きな声で元氣よく。安全のために、



車が十分に減速していることを確認してから降りること。

初心者必読 ジープニー利用の心得

無用なトラブルを避けるためにぜひ覚えておいて欲しいこと。ジープニーの乗客の多くは、自家用車を持たない中低所得層です。アクセサリや携帯電話など、高価なものは見えないところに保管しておくことはもちろん、夜間の利用や、一般的に窃盗事件の増加する、クリスマス前の利用は避けるのが無難です。

それから、運転手がお釣りを準備していない場合に備えて、小銭を常備しておくことを忘れないでください。

ジープニー Q&A

Q. もし運転手にタガログ語で質問されたら？

A. 心配いりません。通常、聞かれることは数種類しかありません。

1) 「サアアン？」と言われたら…どこまで行くのか、と聞いています。行き先を言うか、わからないときは「イサン・サカイ・ラン」（ちょっとそこまで）と言っておくのが無難。

2) 渡したお札を見せながらバックミラー越しに「イラン？」と言ってきたら…

何人分か、と聞いています。一人なら「イサ・ラン」、二人なら「ダラワ」です。

Q. 「パーラーホ」と言ったのに、「パーワル」と言い返された…

A. ここでは下車できない、という意味です。都心部は交通規制が厳しく、停車禁止の場所もありますのでご注意ください。

Q. 他の乗客が、何か別のセリフを言って降りていった。

A. お決まりは「パーラー・ホ」ですが、他にも「サングリラン・ホ」（ちょっと待ってください）や、「タビラン・ホ」（脇に止めてください）と言ったりする場合があります。また、地方では方言のため、使う単語自体が全く違うことも。

Q. 隣の乗客が、何か言ってきた。

A. そういうときは、たいていの場合「（何か）落としたよ」、「カバンが開いているよ」などの親切な声かけが多いです。普段フィリピン人と接する機会の少ない人も、ジープニーの車内は人情あふれる下町に入ったような体験ができる貴重な空間です。



個人使用のための小型ジープは「オーナータイプ」と呼ばれ、最も安価に手に入る四輪車です。



工場で撮影した製造中の車体。一台一台手作りで、2つとして同じものはありません。

メトロマニラのジープを極めたい方に

Yoshi's Map MANILA Jeepney Routes Map

フィリピン初、かつ唯一となる市販の観光用ジープニー路線図です。

主要観光地やショッピングモールなどの目印となる情報や他の交通機関の表示もあり、行き先や乗換えがひと目でわかる親切設計。外出が楽しくなる、使い勝手のよいマップです。ブライマー編集部、フレンジシップツアーズにて販売中。



Yoshi's Map MANILA Jeepney Routes Map
P 250 出版：Nest Co Ltd.

プライマーおすすめ！ 特集ページ (P12) 掲載中

2007年以來 体の痛みを快感に変えましょう！
PURA VIDA
 WELLNESS WOMEN MASSAGE

心地よいスパトリートメント・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。

- スウィディッシュ、又は指圧マッサージ セラライト・キュア・マッサージ P300
- スウィ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、スパ・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。

☎ 02-703-7068
 02-895-0951
 0917-5910426
 M C-2

HIGUCHI HAIR SALON

来年も皆様にとって素晴らしい年となりますよう、
 スタッフ一同お祈り申し上げます。

ヘアカット	Hair Cut	P500
ヘナ	Henna	P2000 ~
ヘアカラー	Hair Color	P2000 ~
パーマ	Perming	P2500 ~
縮毛矯正	Rebonding	P4000 ~
ヘアSpa	Hair & Head Spa	P500 ~
フットSpa	Foot Spa	P300 ~
etc.		消費税12%込み

年末年始休業日
 12月31日・1月1日・2日

G/F103 7441M. Santillan St. Cor.
 Fernando St. Pio Del Pilar Makati

Tel (02) 836-1297
 Cell 0929-899-9198
 open 9:00 - 20:00
 定休 火曜日

Little Tokyo Makati Cinema Square
 103 7441M. Santillan St. Cor. Fernando St. Pio Del Pilar Makati

wi-fi

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

Sakura Massage

RELAX & Stay Healthy
 for only **P250/hr**

指圧・スウェディッシュ
 マッサージ (アロマ
 イル使用) がたったの

24時間年中無休のHOME & HOTEL マッサージサービス

- カップル割引 (2時間毎に10%割引、または15分無料延長)
- お一人様割引 (2時間のご利用が5%割引、または10分無料延長)

※マカティエリア内に限ります。
 ※このプロモは金曜日・土曜日・日曜日・祝祭日は
 行っておりません。

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

Tel. No. (02) 887-4890 http://sakuramassage.multiply.com

水 | Shui | (shway)
シュウェイ・Hilot Healing Spa

**フィリピン伝統マッサージ
 全身ヒロットが 550ペソ!!**

他にも、ベントーサ療法、お風呂療法(脚ヒロット付)、
 健康相談、ヒロットホームサービス、
 ヒロットスパパーティのパッケージ、
 健康有機製品、ギフト券、イベント etc.

Ground Floor, Tropical Palms Building.,
 Dela Rosa St., cor. Perea St.,
 Legaspi Village, Makati City
 M C-3

問合せ: (02) 393-2314/ (02) 707-7453/ (02) 664-9369
 ご予約: (0922) 811 6118
 営業時間: 11時から翌朝1時(年中無休)

www.shuihilotspa.com
www.equipinoy.com

Simply Natural Therapies

マッサージ
 指圧マッサージ P 250/60分
 スウェディッシュマッサージ P 250/60分
 指圧 & スウェディッシュマッサージ P 250/60分
 タイマッサージ P 250/60分
 ベントーサ P 300/60分

その他のメニュー
 ボディスクラブ P 600/90分
 フットスクラブ P 300/60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 Rocas Ave., Makati City
 Tel: 501-3985 / 307-7875 / 09278166080 / 09202446229

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

Tangerine MASSAGE

**タンジェリン マッサージ
 身体への癒しと健康増進に**

毎日24時間営業
 ☎ 964-8788 / 0917-510-0730
 0999-560-9445

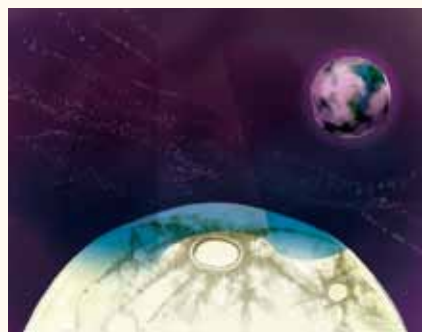
スウェディッシュマッサージ..... P250/時間
 (タンジェリンオイルエッセンスを使用)

指圧マッサージ..... P250/時間
 コンビネーション (スウェディッシュ & 指圧)..... P300/時間
 タイマッサージ..... P300/時間
 フットリフレクソロジー..... P300/時間
 アロマセラピー..... P300/時間
 ボディスクラブ..... P500/時間
 ベントーサ..... P500/時間
 ツインマッサージ..... P500/時間

男性または女性セラピスト
 ご自宅またはホテルでのマッサージ
 対応エリア
 Makati, Pasay, Mandaluyong and Pasig

連載コラム フィリピンの神秘「ヒロット」の秘密 第2回 ヒロットを支える哲学

フィリピン伝統マッサージとして知られる
 ヒロット。このコーナーでは、そのユニ
 クさを支えている秘密をご紹介します。こ
 れであなたもヒロット博士。



ヒロットでは、“健康”は「宇宙と人間の間に
 おける調和のとれたつながり」と考えられてい
 ます。

ヒロットを極めたアルブラーリョの言葉に、
 「ヒロットの真髄は神の法と自然の法に根ざす」
 というものがあります。本来、人間の身体は普
 遍的法則と同期するように作られています。そ
 れがなにかの拍子でバランスを欠いて病気な
 どの症状が現れたときに、調和のとれた状態を
 取り戻させるのがヒロットの使命なのです。

普遍的法則による力の流れは、内側から外側
 に流れる遠心性の軌道をもっています。人間の
 バランスを宇宙の軌道と同じにするためには、

体内の元素を本来の配置に整える必要があり
 ます。

普遍的法則が教える遠心性の軌道はまた、人
 間に変化をもたらすためには、内側の核となる、
 魂から始める必要のあることを示しています。
 外側から与えられる変化は、内側の変化にはな
 り得ないからです。

ところで、人間は自らこれを行うことができ
 るのでしょうか。否、それは神にのみ許されて
 います。神は、アルブラーリョを使ってこの不
 均衡を正すためにプロセスを提供し、宇宙が定
 めた自然な状態に戻します。その技法こそが、
 ヒロットなのです。

ジェルネイルの艶と、 スワロフスキーの輝き



日本人ネイリストのジェルネイル専門サロン

REI はジェルネイル専門のネイルサロンです。

自爪にやさしいエクステンションで、従来のポリッシュとは比べものにならない輝き。強度があり、もちがよく、いろいろなデザインが可能です。日本では主流となったジェルネイルですが、フィリピンではREIでしか扱っておりません。

指先がキラキラしていると、気分もウキウキ・キラキラします。フィリピンでの生活がより楽しいものとなりますように、皆様のお手伝いが出来ればと思っております。

サロンの場所はケソンシティのわかりやすい場所にご致します。

メニュー

ジェルベーシックコース・・・P2500
(ファイリング、ケア、クリアジェル、1カラージェル)

ジェルスカルプチャーコース・・・P4000
(ファイリング、ケア、10本スカルプチャー、1カラージェル)

フレンチ、グラデーション・・・+P500～
ラインストーン (スワロフスキー)・・・P200～

※当店でされたジェルネイルのデザインチェンジの場合、オフ代は頂きません。

※出張サービスも致します。

プライマーを見た、
といって予約をすると

20%
OFF

NAIL SALON REI

#98 Timog Ave., cor Sct. Ybardolaza,
Quezon City
Bambbi Fuentes 内 M R-4
☎ 411-2487、PLDT ☎ 927-1998
Twitter アカウント : reinailsalon

Timog Ave.

REI
(Bambbi Fuentes 内)

Sct. Ybardolaza

お問い合わせ・ご予約

☎ 0915-314-8264 (中村)

✉ nakamura@e-transtech.com

お問い合わせはお電話か E メールでお気軽に！



癒しの楽園 Tirta SPA

極上の癒しと美しさを求める貴方をお待ちしております。

Tirta
SPA

BORACAY ISLAND

Sitio Malabunot, Manoc Manoc, Boracay Island, Malay, Aklan 5608, Philippines

Tel. Nos. +63 (0)36 288 6841 * 288 6481

Mobile Nos. +63 (0)920 918 4857 * 922 892 8696

www.tirtaspa.com



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



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、アジア料理や国際料理をご提供致します。また、コーヒーション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。



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、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



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。



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達にも優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。



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、麺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ショークラブです。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



神戸クリニックはモンテナルバ市アラパ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 保険戻し請求可)、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: toshikobeclinic@yahoo.co.jp



ROXAS BOULEVARD cor. SEN. GIL PUYAT AVE.
PASAY CITY, PHILIPPINES 1300 M F-4

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 @ Spa

知って便利なタガログ語

痛い!
Aray!
アライ!



気持ちいい
Masarap
マサラップ



必要ありません
Huwag na
フワッグ ナ



オーガニック素材で、 良質なリラクゼーションを

- * アンチセルライト(一部オーガニック素材) P250
- * フットスクラブ(一部オーガニック素材) P249
- * ボディスクラブ(オーガニック素材) P799
- * 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



ご自宅・ホテルで、心の奥底からリラックス

エクセレントマッサージ

24時間営業 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
■ DOH登録番号12-07-3303 ■ TESDA認定番号 CLN-NQ-699769

Excellent
Massage

男性・女性セラピストをお選び頂けます。

プライマー読者様限定 クリスマスプレゼント企画

冊子を見せただけで、何名様でもご利用いただけます。
ご予約の際「プライマーを見た」とお伝え下さい。

2010年12月まで

オーガニックで艶肌

* フェイシャルクレンジング
(オーガニック素材)

50%OFF 通常P299 → P149.5

リンパの流れでからだスッキリ

* モーニングマッサージ 通常P360 → P300
(AM5:00から正午まで)

* リンパマッサージ 通常P580 → P300

フェイシャル
クレンジング
50%OFF
2010年12月まで

HEAVENLY GLOW

白いカプセル
KB
KYUSOKU BIHAKU
Food Supplement
Nutrition Enhancer with KAC Extract 30 Capsules
Nutrition Enhancer with KAC Extract 30 Capsules
10 APPROVED THERAPEUTIC CLASSES

HEAVENLY GLOW
GlutaNAC&ローズヒップ×30カプセル 975.00 ペン
GlutaNAC&ローズヒップ×10カプセル 350.00 ペン

mercury drug
and all leading
drugstores nationwide
Manila: 09178005836 Vismin: 09189308427 www.ilovekb.com

ORAMEDY 口内炎をふっとばせ!



気になる口内炎も、このORAMEDYをひと塗りするだけで
すっきり!もうあのイライラに悩まされることはありません!
(4歳以下のお子様のご利用はご遠慮下さい)

問合せ番号:09178005836

www.singaw.net



最寄りの薬局・スーパーマーケットでお求めいただけます

ASIAN MASSAGE

24時間営業・ホームマッサージも行っております
MAA-4, MGA-2

MAKATI
758-2589 * 728-5263
* 0917-8827426

その他の店舗
MAKATI・PASAY・MALATE・TAGUIG・ORTIGAS
MANDALUYONG・PASIG・CUBAO・TIMOG
MARIKINA・LAS PINAS・CAVITE・BAGUIO CEBU
CALOOCAN・GREENHILLS・PASIG・ANILAO

www.asianmassageph.com
マッサージといえばASIAN MASSAGE!
24時間 あなたの疲れを癒します!

YAKSONMYUNGA (ヤクソンミュンガ) 国 B-3
G4 Perla Mansion 117 Don C. Palanca St. Legaspi Village, Makati
☎ 02-892-9441 携帯: 0916-755-7587 http://www.beautymade.com/jp/

骨気セラピーとは?
骨気セラピーは、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。
骨気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気セラピーを、ぜひお試しください。

小顔整形治療 → 16回の通院後

O脚・X脚矯正 → 10回の通院後

施術前 施術後

施術前 施術後

Skin Care Program

小顔整形治療 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

フィリピンで輝く日本人

このコーナーでは毎回フィリピンと深い係わりのある、またはがんばる日本人を紹介していきます。
あなたの他にも、フィリピンの空の下で輝いている日本人はたくさんいました。

熱血! 7人の駐在ママ 女子テニスサークル Japanese Team の皆さん

Japanese Team プロフィール
結成から20年以上。主に駐在ママ選手で構成されている女子テニスサークル。現在は村元キャプテンを中心に、後藤選手、長谷川選手、永井選手、熊澤選手、遠藤選手、栗田選手の日本人メンバー7名で構成。全員が30代以降、主婦になってからテニスを始めたメンバーたち。家事や育児の合間をぬっては練習に汗を流す日々。今も次大会に向けて闘志を燃やしています。

まずは皆さん、おめでとうございます!!
今回にやらBIGニュースがあるとか?

ありがとうございます! 実は、9月20日~10月22日にManila Polo Club内で行われた「第14回 Philippine Ladies Tennis League(以下P.L.T.L) 女子ダブルスBの部」にて、私達「Japanese team(以下J. Team略)」が悲願の初優勝を遂げました!!



記念すべき初優勝トロフィー。汗と涙の結晶です...

ぱちぱちぱちぱち(拍手)! P.L.T.L.と言うと、毎年強豪が集まるテニス大会とお伺いしました。

そうですね、今年は、女子ダブルスBの部にメトロマニラ内から強豪15チームが参加。その中でも、私達メンバーは全員が駐在ママ選手。マニラ駐在ゆえの転出に悩み、メンバーが毎年入れ替わりながらも、めげる事なく日々テニスコートに通い、練習を重ねてきた結果がやっと報われました。

予選リーグ、決勝リーグと勝ち抜き…なんと7戦全勝!この強さの秘訣はなんだったんでしょう。

「抜群のチームワーク」と「日本人ならではの頭を使うテニス」でしょうか。今回もP.L.T.Lという大きな大会で優勝させて頂きましたが、ここで満足することなく、次大会にむけてさらに



左から、栗田選手、長谷川選手、熊澤選手、村元選手、遠藤選手、後藤選手、永井選手



コート上でのキリリとした表情とはまた違う一面。艶やかな浴衣姿でパチリ☆

チーム一丸となり、上のステップへと挑戦し続けていきたいですね。

現状に満足することなく、常に上を目指す皆さん…私も見習いたいです。
お忙しい中取材ご協力ありがとうございました。

高級感はお持ちで成しから...



当ホテルのスタッフはお客様のニーズ、一つ一つに対応致します。
お客様に満足していただける事が最優先です。
お部屋は便利な場所に有りますので、どこからでも遠く感じる事はありません。
手ごろなお値段ですが、ケアする事を惜しむ事無く、私共のサービスでお持ち成し出来る事を、心から歓迎致しております。



マンション・グループ
高級感なアットホーム

Amoroso Mansion
Boulevard Mansion
Mabini Mansion

日本語対応(森本) : ☎ 817-5000 / E-mail: smorimoto@mansiongroup.com.ph
www.mansiongroup.com.ph

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。私ども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、サクソフオン、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 ☎ D-3

4F, Alco Bldg.,
391 Sen.Gil Puyat Ave.

Tel : 02-890-8840

Mobile : 0920-913-0311

Ortigas Branch ☎ K-5

4F, Dispo Bldg., Escriba Drive,
Ortigas Center

Tel : 02-664-5968

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

Alabang Branch

4F Energyopt buliding,
Prime St.

Madrigal Business Park2
Alabang Muntinlupa City

Tel : 02-544-0970

Mobile : 0921-345-2719

タガログ語入門 第2回

ちょっとタガログ使えたら、ぐっと距離が近くなる。
今月はお出かけ編にトライ!



どこに行くの?
Saan ka pupunta?
サアン カ プンタ?

～に行きたい
Gusto kong pumunta sa~.
グスト コン プムンタ サ~



気をつけてね!
Ingat ka ha!
インガット カ ハ!

また会いましょう
Hanggang sa muli.
ハンガン サ ムリ



～によろしく
Ikumusta mo ako kay~.
イクムスタ モ アコ カイ~

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)
お問合せ・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 Hasdon 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

DEPARTMENT OF TOURISM
PHILIPPINES
Accredited

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

今月のピックアップ

フィリピンの街角で見かけた〇〇の謎にせまる!
今月はコレ↓



記者: 篠塚辰徳
1988年生まれ。UP在学中。フィリピンと日本の歴史関係について調査をしている。



マニラ市役所のすぐ隣に「KKK」という大きな文字とともに、多くの人の形をかたどった彫刻があるのを皆さんはご存じだろうか? 実はこれ、1898年フィリピンがスペインから独立する際に結成された革命組織「KKK」。調べてみるとこのKKKの彫刻にはおもしろい事実が隠されていた。

まず、彼らは革命組織なので一般人には悟られないよう合言葉を作り、お互いを認識できるようにしていた。その合言葉は「Rezal」。そう、革命を先導したフィリピンの英雄の名前である。KKKは彼が政府に捕えられ、島流しにあった夜に作られたため、彼への敬意をしめしてこの合言葉にしたそう。

次に彼らが持っている数種類の旗。組織を象徴するために作られる旗を、彼らは戦いの度にそれぞれ自分好みのデザインを用いたそう。結果、このように何種類もの旗が出来たとか。昔から、どんな時もいくつになってもおしやれに気を遣うフィリピン人の心は変わらなかったようだ。

最後は彫刻の中でみんなを先導している一体の像。彼が持つ剣の矛先を辿るとまっすぐにマニラ市役所を指している。まるで権力の乱用を監視しているようである。

急ぎ足で通り過ぎてしまういつもの風景、少しペースを落として周りを見渡すとこの地に生きた人々の歴史が垣間見える。

もっと歴史を学びたい人はココ!

●Philippine National Museum

住所: P.Burgos st, Rizal Park, 1000 ☎ (632) 527-0278

開館時間: 10:00~16:30 休館日: 月・火・祝

※ミュージアム内に以下のギャラリーを設置。それぞれ入場料が異なります。

●National Art Gallery

入場料: 無料 (現在プロモ中)

●Museum of the people Filipino

入場料: 学生...30ペソ 大人...100ペソ

ご自宅で、日本の教育を。



『まなべるオンラインゼミ』 無料体験説明会開催!

日本国内で幼児から高校生まで約5万人(※)の会員を指導するCKCネットワークが、
フィリピンでインターネット塾『まなべるオンラインゼミ』をスタートします!

(※)2010年度現在

専属講師「ホームティーチャー」によるインターネット講義と、自主学習アプリを組み合わせた
新しいタイプのeラーニングサービスです。

学習スケジュールの作成、進行状況のチェック、弱点の発見、講義授業など、一人ひとりのレベルやペースにあわせ、日本と変わらない学習指導をご自宅で受けることができます。

『まなべるオンラインゼミ』無料体験説明会

- 『まなべるオンラインゼミ』の説明、アプリ使用体験。
- ご自宅で1ヵ月の無料体験受付 (受講できる人数に限りがあります)

[日 時] 2011年1月15日(土) 午後2:00～

[場 所] マンダリンオリエンタルホテル「mahogani room」

[会員対象] 小学1～6年生

[必要環境] ご自宅でのブロードバンドによるインターネット環境

※パソコンは、タッチパネル式の機種をレンタルする予定です。

[参加申し込み] 座席数に限りがありますので、事前に以下の内容を入力し、
eメールにてお申し込みください。

メールアドレス **mos@ckc.co.jp**

件 名 : 「説明会参加申し込み」

本 文 : ①保護者様の御氏名

②参加される方の人数 (お子様などをご同伴する場合)

軽食・お茶・コーヒー、
日本のスイーツなどを
ご用意しております



Makati Avenue, Makati City 1226, Metro Manila

※ eメールの送信ができない方は、

電話 **050-2018-0147** (18円/1分)
にてお申し込みください。

『まなべるオンラインゼミ』学習の流れ



1 計画的に

講師がお子様に合わせて学習計画を作成します。パソコンに表示された学習カレンダーのボタンをクリックするだけで、問題、インターネット講義がはじまります。毎日、カレンダーの計画に沿って学習を進めていきます。



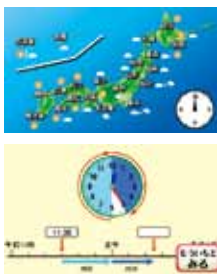
2 自分で学ぶ

日々の学習は、学習カレンダーから、学習アプリ『まなべる』を使って自主学習を行います。『まなべる』は、文部科学省の学習指導要領に準拠しており、“毎日楽しく学べる”ように工夫された教材です。日本の教科書に沿って、毎日楽しみながら自学自習を進めることができます。

充実した学習コンテンツ！



解答は選択ボタンをクリックするだけなので、低学年のお子様にも簡単に操作できます



アニメーションで分かりやすく解説します



パソコン画面に“手書き”！



漢字・計算は、パソコンの画面に直接「手書き」で解答します。
【漢字】筆順、交差、止めはねなどを細かくチェック
【計算】100ます計算、エレベータ計算、九九など

3 先生に教わる

週に1～2回、日本から専属講師によるインターネット講義を行います。ヘッドフォンマイクを使った双方向の授業で一人ひとりの理解を深めます。また、毎日の『まなべる』学習の結果データを分析し、弱点を中心に学習計画作成を行います。

保護者様に対しては、講師から定期的にお子様の学習状況のご報告や、日本の教育情報をご提供いたします。



近くに学習塾がない、通信教育では続かない、日本の教育レベルで学習させたい、帰国後が不安…など、現在の学習環境に対する要望や不満にお応えする教育サービスを提供いたします。

まずは無料でお試しいただけます。この機会にぜひ説明会にご参加ください！

『まなべるオンラインゼミ』ホームページ <http://www.ckc.co.jp/ms/>

フィリピンで見つけた ユニバーサルデザイン

JICAの障がい者支援プロジェクトが IAUDアワード大賞に!

取材協力・写真提供：鷺谷大輔、伊藤奈緒子
(JICA 専門家「バリアフリー環境形成プロジェクト」)

フィリピンで、ユニバーサルデザインの普及というユニークな国際協力を行っているのが国際協力機構(JICA)の「地方における障がい者のためのバリアフリー環境形成(NHE)プロジェクト」(以下、NHEプロジェクト)。

パナイ島とミンダナオ島で、2つの自治体による公共施設のバリアフリー化を支援しています。また、地域住民の参加を通じた制度や心のバリアフリー活動を目指して、障がい者や高齢者が社会的にアクセスしやすいユニバーサルデザイン環境作りを行なっています。

今回、このNHEプロジェクトが、10月30日～11月3日に開かれた、国際ユニバーサルデザイン協議会(IAUD)主催の「第3回国際ユニバーサルデザイン会議2010 in はままつ」で、IAUDアワード優秀賞、および大賞を受賞しました。

IAUDに属する多数の企業や大学、及び海外からの関連団体等が様々な秀でた活動や成果をアピールし応募する中で、NHEプロジェクトがIAUDの趣旨である「一人ひとりの人間性を尊重した社会環境づくり」に特に貢献していると評価され、本アワードに選ばれました。NHEプロジェクトは現在も進行中。今後ますますの展開が楽しみです。



受賞の様子
大賞を受賞した本プロジェクトのフィリピン側カウンターパート代表者とJICA専門家。



障がい者も参加してまち歩き(アクセス調査ワークショップ)。



公共市場内の段差を慎重に降りる視覚障害者(ユニバーサルデザイン・アクセスマップ作りワークショップ)。

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。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がりました。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

☎ 02-813-1511

担当：坂本・内藤・都合(とごう)

E-mail: SakamotoNaoya.PP@jica.go.jp

http://arac.aim.edu/



国際会計“IFRS”超入門セミナー

日本的経営に大きな影響を与えると大騒ぎの“IFRS（国際財務報告基準）”。

フィリピンはこのIFRS先進国で、どんな小さな会社でもIFRSに準拠した決算が求められています。多くの会社が決算を迎えるこの時期、フィリピンで国際標準の考え方を身につけておきませんか？

IFRSの考え方、日本での状況や課題、その影響等々。フィリピンと日本の実務に通じた専門家が、経理を専門としない方にも分かりやすくお話しさせていただきます。フィリピンに着任されたばかりの方々はモチロン、これから帰任される方も、日本帰国前にスキルアップを図りましょう。



主任講師：坂本 直弥（公認会計士）

1997年大手会計事務所フィリピンオフィスに着任後、2002年にSCS国際会計事務所の創設に参画。フィリピンを中心に、アジア各地100社以上の日系企業の法務・会計・コンサルティング業務に携わる。

現在は、アジア法令を専門とする㈱国際法令情報代表。日本公認会計士協会専門部会委員として「中小企業のためのIFRS」の開発に関わるとともに、JICA専門家、日本CFO協会主任研究員等として、アジアの投資環境改善と国際企業の経営管理強化のためのツール開発と教育研修に尽力している。

第1回 2010年12月15日(水) 16:00～18:00

第2回 2011年 1月15日(土) 18:00～20:00

※第1回、2回とも、同一の内容です。ご都合の良い回をお選びください。

会 場：マカティ市内(詳細は受付時にご案内します)

受講料：P2,500

『LINC 国際ビジネススクール』は、日本企業の国際経営力強化のために㈱国際法令情報が開発した研修群です。フィリピンでは、㈱国際法令情報の技術提供の下、フィリピン投資支援の iCube, Inc が実施します。

■ お申し込み・お問い合わせは

iCube, Inc.

☎ **02-856-0038** (担当：豊田／ジェリー)

FAX：02-808-2163 E-mail：toyota@linc.asia

Your Most Reliable Investment Partner

日本とフィリピンの未来への投資を応援します

皆が楽しみにしている「フィリピン・プライマー」。プロが頼りにしている「フィリピン経済金融情報」。フィリピンを始め、アジアに広がる「SCS国際会計事務所」。

2001年の創業から10年。私たちiCubeは、フィリピンの情報を正しく伝えるべく、様々な事業の立ち上げを支援してきました。

フィリピン各地から、日本やアジアの主要都市にまたがる専門家のネットワーク。フィリピンの各種法律を専門とする弁護士や会計

士。公官庁や各種上場企業等々。まだまだ小さな私たちですが、プロからの「信頼」と、それを担える「人財と知恵」が、私たちの大きな財産です。

これからもiCubeは3つの「i」、information（情報提供事業）、incubation（事業立上支援）、investment（投資支援事業）を通じて、「フィリピンにあったらいいな!」の実現を応援していきます。

あなたの「思い」、聞かせて下さい。

iCube, inc.
information, incubation, investment



iCube, Inc.

☎ 02-856-0038 (担当：豊田／ジェリー)

E-mail: toyota@linc.asia

プライマーで旅しよう
ホテルも航空券も
予約はWEBへ！

▼
<http://primer.ph>



ショッピング行ったら次は
ダイビング

by 編集部 T

ID Discovery Tour, Inc.
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

ラジャーツアーズフィリピン
Rajah Tours Philippines
フィリピン国内旅行専門
お問い合わせは下記E-Mailまたはお電話にて。
Suite 801, Msa. Natividad Building, 470 T.M. Kalaw cor. Cortado Sts., Ermita Manila
Tel: (032) 522-5411 to 48 • Fax: (032) 521-2831 • Email: sales@rajahtours.com.ph
日本からのお問い合わせ: 03-4570-7547 or 03-4570-7648
www.rajahtoursjapan.com

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/>

フィリピンでダイビング！

美しい海に囲まれたフィリピンには、年間を通して多くのダイバーが訪れます。

ケソン市にあるDiver's Networkは、フィリピンの最先端のダイビングセンター。初心者からダイビング愛好家のニーズに対応した、数多くのプログラムを実施しています。

日本人大学生の老田龍海さんは夏休みの期間を利用し、このダイビングセンターで住み込みで働きながらダイビングを楽しんでいるそう。これまでキューバやフィジー、エジプトなど数多くの海に潜ってきた老田さんは、フィリピンの海には毎年訪れており、フィリピンはスキューバダイビングを楽しむのに最適な環境だと語ってくれました。



PADI5スターを持つこのダイビングセンターでは知識と経験が豊富なインストラクターがサポートしてくれます。未経験の方でも気軽にダイビングを楽しめますので、ぜひフィリピンを訪れたこの機会に挑戦してみたいいかがですか？



Diver's Network

192-194 Tomas Morato Avenue, Quezon City, 1100 Metro Manila, Philippines.
Tel: 926-4466 / 0917-811-1231
E-mail: tmorato@philippines-scuba-diving.com
Web: <http://www.diveph.com/index.php>



©Takazin

生物多様性の年、
海に潜る

ニュースでも取り上げられていますが、2010年は生物多様性の年とされています。

地球上には、わかっているだけで約150万種の生物が棲息していますが、その総重量のうち90%は海の中。より多くの地球の家族は水棲です。

フィリピンの主要都市、マニラやセブはすぐ近くに潜れる生命に富んだ美しい海があります。これはバンコクやホーチミンなど東南アジアのほかの都市に



©Takazin

はない特色です。

海の中に入ればすぐに色とりどりの珊瑚、その周辺に住む魚や小さなエビや貝と出会う、そのどれもが不思議できれいな色や形をしています。

そんな多様ですてきな地球の生き物とあえる珊瑚礁の海がマニラからは車で2時間30分のアナオオにあります。スノーケルで眺めてもよし、本格的にスキューバで潜ってもよし、生物多様性の今年だからこそ、普段は会えない海の中の仲間たちに会いにいきませんか？

パシフィックアズールリゾート／
パシフィックブルーダイブセンター

Brgy. Ligaya, Anilao Mabini, Batangas
www.pacificblueasia.com

+63-918-929-4070 (中野)

george@pacificblueasia.com

+63-917-577-9270 (大沢) yoshi@pacificblue.jp

ご購入読キャンペーン

日経国際版を新規で6ヶ月以上ご契約の方には **もれなく特典** がございます。

以下の6つの特典の中から、1つお選びください。



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 2ヶ月分



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 6,000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 やさしい日経経済用語辞典(最新版)

更に読者限定サービスとして

* NIKKEI GALLERYを隔月でお届け。 * 日経アジアニュースメールを毎日配信。



NIKKEI

お申し込みは

① インターネット www.nikkei.asia

② Eメール nikkei@nikkei.com.hk

③ FAX 852-2845-7768

※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] を必ずご記入ください。

キャンペーンコード **PHPR1010**



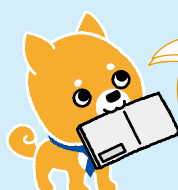
紙面でどうぞ!



日本経済新聞 電子版 外出先や朝イチでも日経が読める

日本経済新聞国際版読者限定 電子版サービス

日経国際版をご購読の方は、当面の間無料で電子版をご覧いただけます。
お申し込みは www.nikkei.asia/j-denshiban03.php から!



電子版の
海外法人契約
開始しました

【基本料金】月額HK\$ 350/1ID

法人契約は3ID以上から承ります。

詳しくは www.nikkei.asia/j-denshi-houjin-01.php まで!
個人でのご契約(1IDから)は www.nikkei.com/guide から
お申し込みください。



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



オートライン モータースポーツ

AUTOLINE MOTORSPORTS

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

AUTOLINE MOTORSPORTS M 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

韓国人メイクアップアーティストによるプロの技

魅惑の まつげエクステ

まつげ素材は柔らかく自然なミンクとシルクの2種類から選べます。素材や機材の品質基準が厳しい韓国安心施設です。毎月P1000でアフターサービスもOK!

タトゥーメニュー

★眉タトゥー ★アイラインタトゥー ★唇タトゥー (全体)

★タトゥー消去レーザー

※米国食品医薬品局承認レーザー・ガニック製品使用

使い捨て機材で安心安全! 痛みもありません。

タトゥーサロン

SHARON (KAWISORI ヘアサロン内) M D-1
2F Matheus Bldg. P. Burgos St. cor Gen. Luna St., Makati City
TEL (02)729-5448 (0927)266-7135



Happy Cream Puff

<http://www.happycreampuff.com>
マカティ店C-2 レガスピビルレジ店B-3 サルセド店C-3
☎ 817-4234 (代表)

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
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 Mall of Asia
Unit 204, 2nd Floor, Entertainment Mall South Wing, SM Mall of Asia, Pasay City
Tel. No.: 577-0425, 556-7272 Mobile: 0917-598-0599
Mondays to Sundays, 10am-9pm

**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ぎ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(シワ等の改善) 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

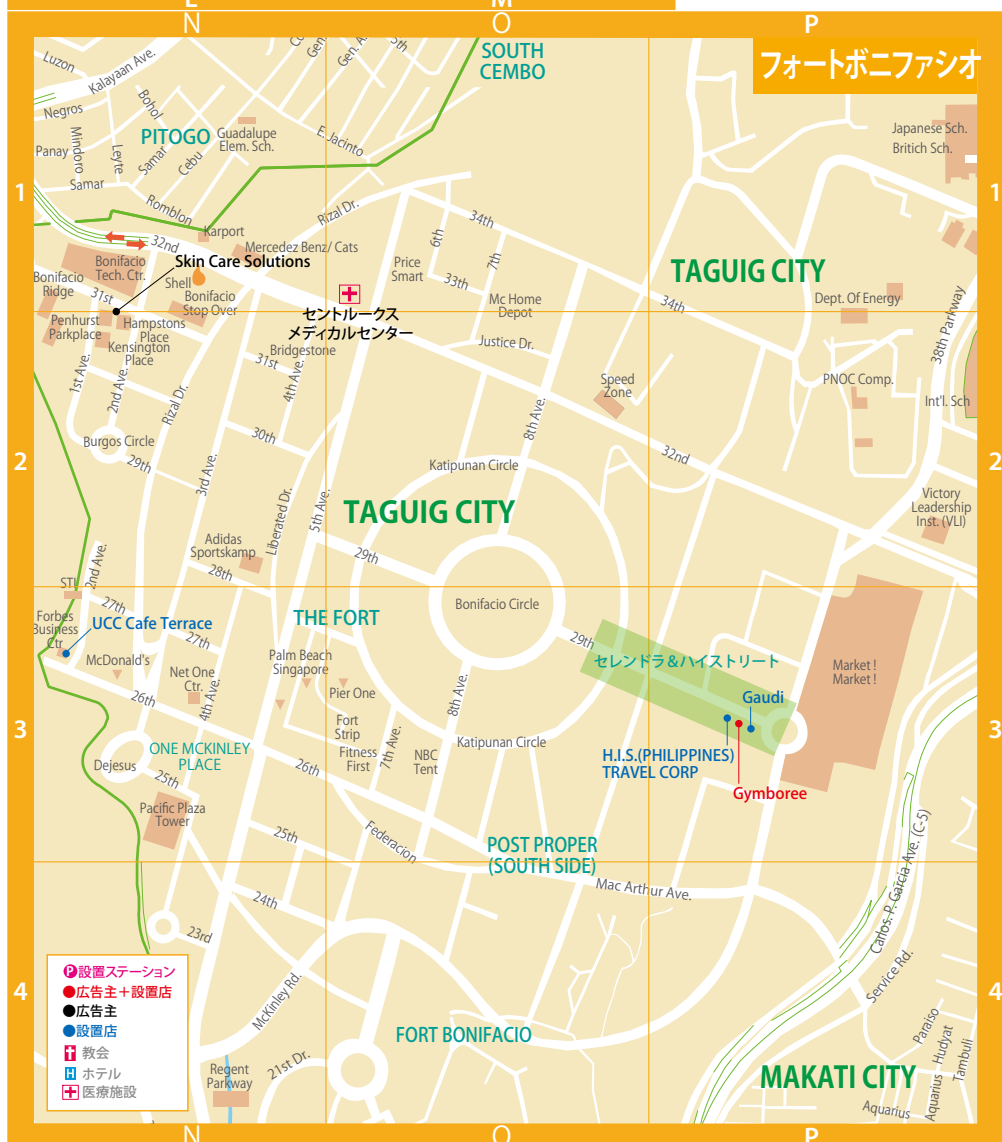
■**レーザーピーリング**
古くダメージを受けた皮膚の表面を取り除き、肌の深奥からのコラーゲンと新しい肌の再生を促します。
価格: ニキビ跡のケアとQ2フェイシャル P6,500

■**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 ・ホワイトニング
・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。**



在フィリピン日本国大使館からのお知らせ

領事関係手数料の改定について

平成22年(2010年)4月1日より領事関係手数料が変更されました。為替の関係で現行より料金が上がっていますので、ご留意下さい。主な料金は次の通りです。

1. 旅券関係

- 新規・切替旅券
 - 10年用 8,100ペソ
 - 5年用 5,600ペソ
 - 5年用(12歳未満) 3,000ペソ
- 旅券記載事項の訂正 500ペソ
- 旅券査証欄の増補 1,300ペソ
- 帰国のための渡航書 1,300ペソ

2. 証明関係

- 婚姻要件具備証明書 600ペソ
- 婚姻・出生・離婚証明書 600ペソ
- 在留証明書 600ペソ
- 署名証明 個人のもの 600ペソ
- 印章証明 官公署に係るもの .. 2,300ペソ
- 日本の運転免許証の翻訳 1,050ペソ
- 遺骨証明書 1,250ペソ

3. 査証関係

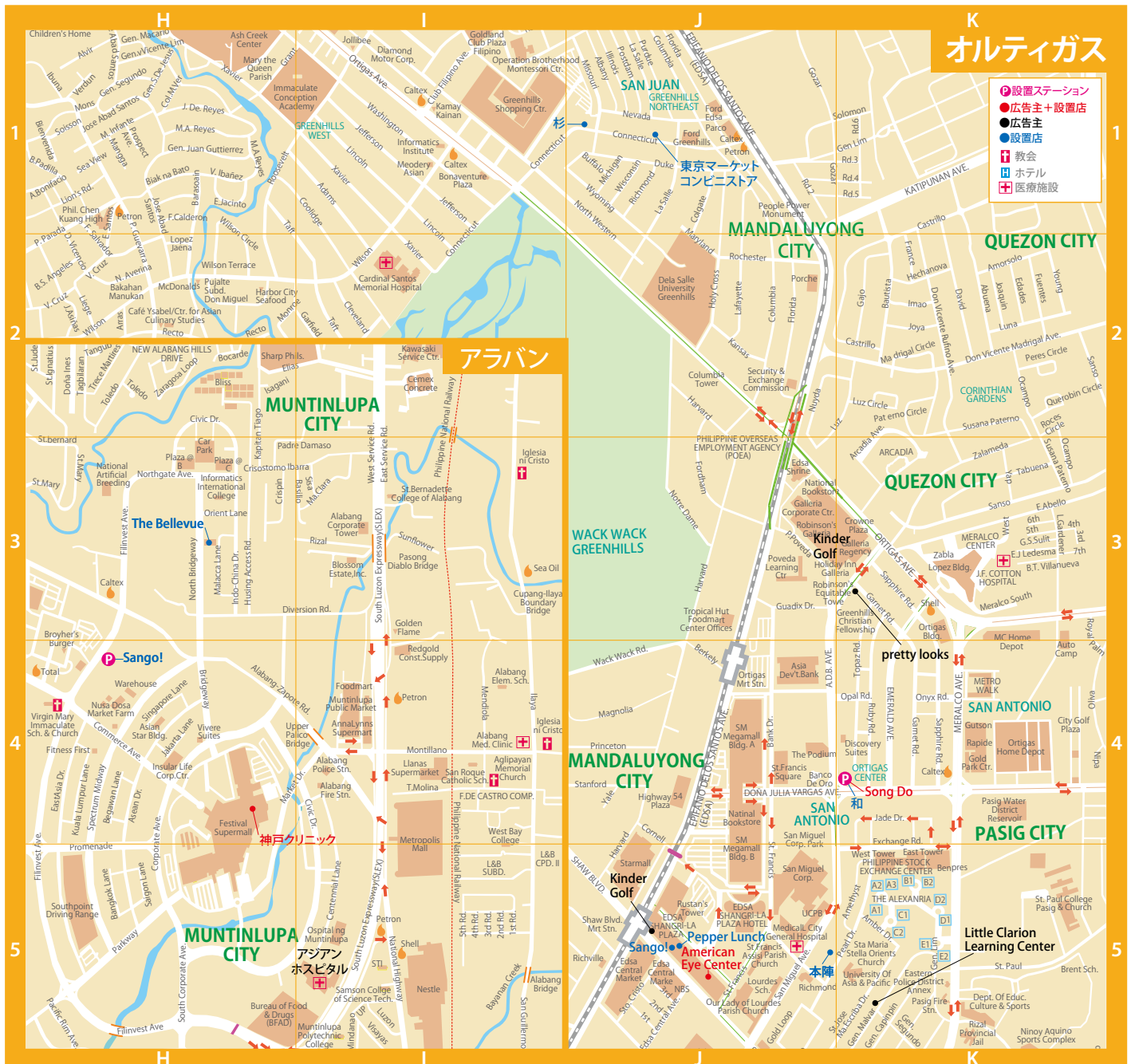
(フィリピン国籍者の短期滞在査証は無料です)

- 一般入国査証 1,500ペソ
- 数次入国査証 3,000ペソ
- 通過入国査証 350ペソ
- 再入国許可延長 1,500ペソ

在フィリピン日本国大使館 M 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)



prettylooks
www.prettylooks.com.ph

いつまでも若く…
年齢を感じさせない肌に
お一人ずつに合わせたケアをご提案。
まずはお電話ください。

オルティガス店 K-3
UG-7 Cityland Maga Plaza Bldg. ADB Ave. cor Garnet Road
Ortigas Center, Pasig City
☎ 687-7507, 0917-533-1828, 844-5368

オルティガスにある本場韓国料理屋
SONG DO
Korean Restaurant

Tel: 02-636-4821
02-636-3626
定休日: なし
☎ K-4

おすすめメニュー
*サムギョブサル P260
*USアングス スペシャル P680
*USアングス ジュメルルク P390
*石焼ビビンバ P330
*まぐろ刺身 P1900

Song Do Korean Restaurant
2nd Level El Pueblo Real, ADB Ave. cor.,
Julia Vargas St., Ortigas Center, Pasig City
(ADB 通り沿いの「エル・プエロ」の中)
☎ 10:30am - 14:30pm (ランチタイム)
17:30pm - 22:30pm (ディナータイム)

KinderGolf
...where learning meets to fun

すべてのKinderGolfのプログラムは、
KinderGolf 教育システムを基本にしてい
ます。
このシステムは、独自の幼児ゴルフ学習法
で、子供たちの心や体、ゴルフスキルのす
べての面においての発達を促し、強い基礎
をつくります。

**幼児
プロゴルファー**

確かな指導法

最適な環境

**対象年齢
2-7歳**

Unit 410, Shangri-la Plaza Mall
EDSA cor. Shaw Blvd.
Mandaluyong City J-5
☎ 910-0028 / 09164910295
ph.shangrilamall@kindergolf.com

今から始める きれいなスイング!
USA PHILIPPINES SINGAPORE MALAYSIA INDONESIA

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）年中無休 02-842-5405
 東京ヘルスリンク（マカティ） 02-819-2010
 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）
 セントルッ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

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が、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

Harbor View Restaurant

マニラで一番のロマンチックスポット
 目の前に広がるオーシャンビュー

South Gate A Rizal Park, Manila
 (マニラホテル、US大使館の間)
 ☎ (632) 514-6339、(632) 523-2019
 営業時間: 11:00~0:00 無休
 harborview_manila@yahoo.com
 "HARBOR VIEW, MANILA BAY" on FACEBOOK

http://www.parasayo.jp

日本からフィリピンへ SMS@5円

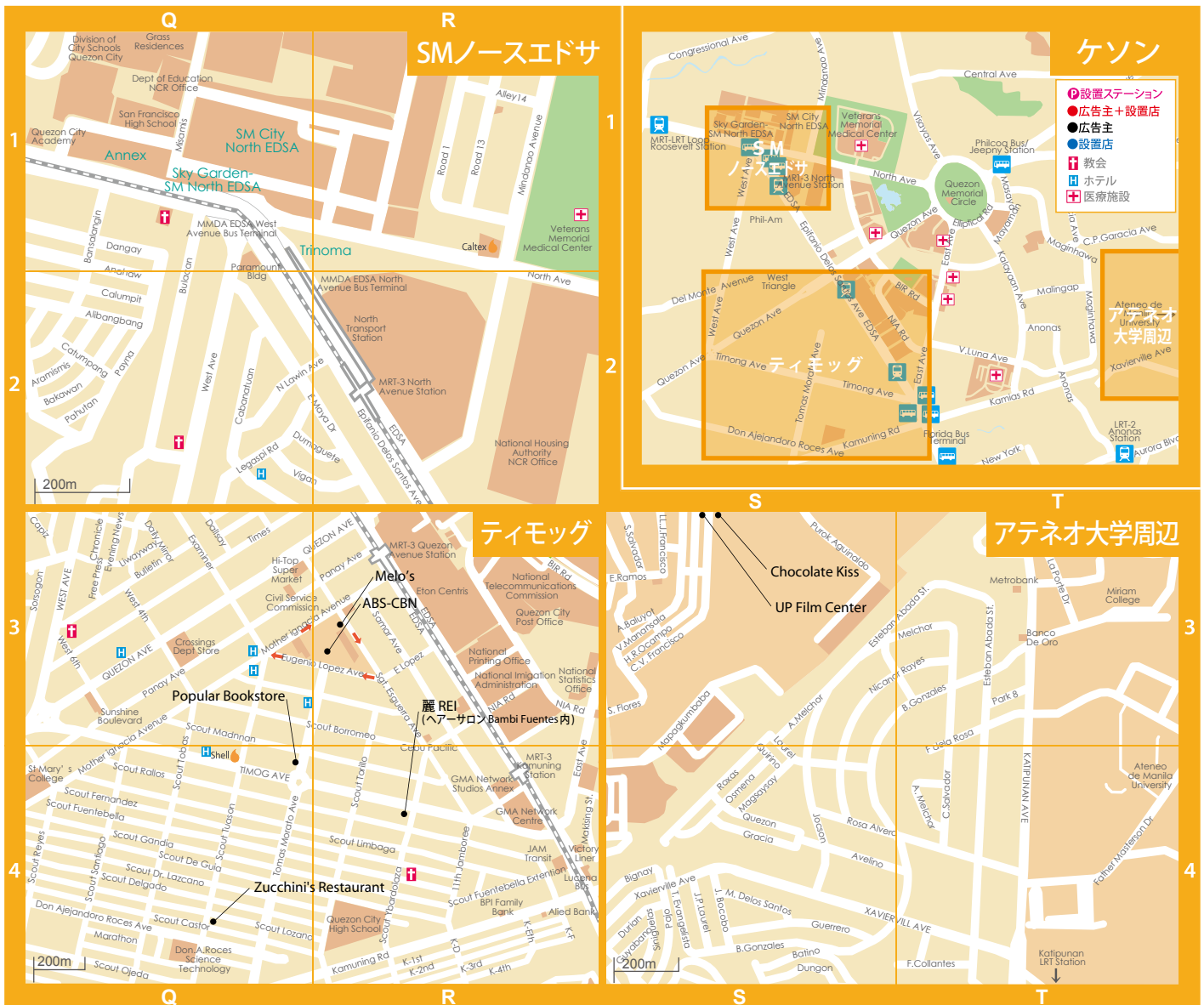
返信は@1ペソ
 ハラサヨテキスト 無料お試しキャンペーン中!!

急募

職位：日本人カスタマーサービス
 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

保存版 ケソンマップ



数々の高級ヨーロッパ風料理
豊富にそろったワイン
洗練された接客
静かで落ち着いた店内に流れる音楽...

特別なあの日を演出する
すべてがここに揃っています

ケソンシティを代表する
ダイニングレストラン

Zucchini's Restaurant

営業時間：11:00～15:00 / 18:00～23:00
定休日：祝日のみ（土日も営業しています）
住所：#20 Sct. Tuason cor. Sct. Castor, Quezon City 1103 ☎ Q-4
☎ (02) 376-5896 / (02) 415-5533
www.zucchini.com.ph



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 **3,100 ペソ / 24時間**

※有料道路通行料、燃料費を除く（メトロ・マニラ内）
（メトロ・マニラ外）

お問い合わせ：

501-3985/0927-8166080/480-7134/3381875

Address：UG 12 CITYLAND PASONG TAMO TOWER, MAKATI

SM健康サウナ

1/25
まで有効

隠れ家的スパ、SM健康サウナの本格
マッサージがどれでも20%ディスカ
ウント! 体の芯から癒されましょう。



SM健康サウナ Ⅲ F-4
5/F Jipang Building, Roxas Blvd., corner
Sen. Gil Puyat Ave., Pasay City
☎ 02-536-5830、536-7777 Loc.7110
🕒 11:00～翌日2:00 📶 なし
新規店舗
4th Level, NAIA Terminal3, Pasay city
🕒 24時間 📶 なし

クーポンご提示で
マッサージ料金が
20% OFF

お知らせ Destiny Cableで「プレミアム」をご覧の皆様へ

残念ながら、ご覧頂いている「プレミアム」は
2011年1月4日をもちまして、放送が終了します。
Destiny Cableはここ数年、契約不履行を重ねており、
我々はこれ以上の存続は無理と判断せざるを得ませんでした。
視聴者の皆様にはご迷惑をお掛け致しますが、
何卒ご理解頂きますようお願い申し上げます。
尚、マニラではSkyCable (631-0000) でも
「プレミアム」放送を行っています。

(株)日本国際放送

インデックス P26～P30 には MAP もあります! ご活用下さい。

分類・広告主名	掲載ページ	MAP 位置	広告主名	掲載ページ	MAP 位置
ビューティー			Santis Delicatessen	P19	A-2
Asian Massage	P29	G-2, A-4	Society Lounge	P16	C-3
Excellent Massage	P29		Song Do Korean Restaurant	P40	K-4
prettylooks	P40	K-3	Zucchini's Restaurant	P42	Q-4
Pura Vida	P26	C-2	割烹 よか亭	P40	
Sakura Massage	P26		築地	P20	C-4
Sharon	P38	D-1	Melo's	P16	D-2
Shui Hilot Healing Spa	P26	C-3			
Simply Natural Therapies	P26	B-2	トラベル		
SKIN CARE SOLUTIONS	P39	N-2	Amazing Show	P31	E-4
Tangerine Massage	P26		Discovery tour	P36	C-2
Yaksonmyunga			Rajah Tours Philippines	P36	G-1
(HUA for the Skin)	P29	B-3	フレンドシップツアー	P36	C-4
ネイルサロン 麗REI	P27	R-4			
Tirta Spa Boracay	P27		キッズ		
HIGUCHI HAIR SALON	P26	B-3	KinderGolf	P40	J-5
			Little Clarion Learning Center	P30	D-3, K-5
グルメ			その他		
ARA Korean Restaurant	P18	B-2	Amorsolo Mansion	P15	B-3
Azuthai	P18	C-4	Boulevard Mansion	P15	G-1
Cave Wine Bar	P19	A-2	Mabini Mansion	P15	G-1
Carpaccio	P19	A-2	Dencom Consultancy		
Chesa Bianca	P18	A-2	and Manpower Services	P41	
Cirkulo	P20	C-4	Gran Dew Trading	P7	
Dong won	P17	D-2	OCS	P7	
HAPPY CREAM PUFF	P38		Para sa yo text	P41	
レガスピビレッジ店		B-3	SCS Global-国際コンサルティング	P7	B-2
マカティ店		C-2	かね基	P7	F-4
サルセド店		C-3	佐川急便フィリピン	P7	
I'm Angus Steak House	P18	A-2	オートライン モータースポーツ	P38	A-1
Jipang Group of Companies	P24	F-4			
New Hatchin	P20	B-1			

**We Need
Your Voice!**

「primer」ではフィリピンに関わる皆様にも参加して頂きながら、役に立つ情報をトータルに
お届けする情報誌・WEBサイトを目指しています。皆様からの旬な情報をお待ちしております。▶ information@primer.ph
例：イベント情報・最新ショップ・体験談・求人募集・期間限定プロモーションなど

Ati Atihan

アティアティハン



フィリピンで最も人気のあるフィエスタのひとつとして知られる、バナイ島アクランのアティアティハン。当地で信じられている、サントニーニョ（聖なる幼子イエス）を祭る目的で毎年1月に行われるフィエスタです。この信仰は、1521年にマゼランからセブ原住民の女王にサントニーニョが進呈されたことに端を発しています。様々な色を使い口部分をペイントした参加者のパレードが特に有名。
日時：2011年1月16日（日）
場所：アクラン、カリボ

GIANT LANTERN FESTIVAL

ジャイアント・ランタン・フェスティバル



フィリピン人にとって、パロル（星形のランタン）は深い宗教的意味を持ち、東方の三賢者にキリストの生誕を知らせたベツレヘムの星を表しています。パロルを飾る伝統は、希望と喜びをシェアするためと言われています。万華鏡のようにきらめく6メートルもの巨大パロルが街中をパレードすることのフィエスタは当地で「クリスマスシーズンの首都」と言われているほどです。
場所：パンパンガ州サンフェルナンド市
日時：2010年12月18日（予定）

Black Nazarene Festival

ブラック・ナザレの行進



キアボ教会に安置されているブラック・ナザレ（十字架を担いだ黒いキリスト像）を荷車に載せてパレードする、毎年恒例のフィエスタです。ブラック・ナザレは、火事に遭って黒く焼けてしまったキリスト像が奇跡を起こしたと伝えられていることから信仰されています。猛烈な人だかりと祭りの熱気が凄まじく、毎年事故死者が出ることで知られています。
場所：マニラ市キアボ
日時：2010年1月9日

CEBU'S SINULOG FESTIVAL

シヌログ・フェスティバル



セブが一年で一番盛り上がるのが、シヌログ・フェスティバルが行われる1月。羽と明るい色合いの絹の衣装をまとい、シヌログの踊りを舞いながら何時間ものグランドパレードが繰り広げられます。幼子イエスの長寿を祈る「ビット・セニョール」の掛け声とともに街中を練り歩けば、もう立派なセブっ子の仲間入り。フィエスタの詳細は www.sinulog.ph（英語）でも確認できます。
場所：セブ市
日時：2011年1月16-25日（予定）

The "Worth of Arts" Convention and Workshop

タトゥー・アートの真価



アートイベント
PTTCで開催される2日間のアートイベント。今回のテーマは「アートの価値を見つめ直す」。内容は、タトゥー、ヘナ、エアブラシのコンペティション、ワークショップとトレーニングセミナー（血液由来病原体、機械技術、タトゥー基礎、アートフォーラム）。
日時：12月17～18日
場所：Philippine Trade Training Center, Sen Gil J. Puyat Ave. cor. Roxas Blvd., Pasay City M F-4
問合せ：0918-920-0501 or events@pinoybodyarts.com

Little Women

若草物語



ミュージカル
レパートリーフィリピンズによる、年末を飾るにふさわしい家庭的ミュージカル、若草物語。おなじみのマーチ家族の楽しく心温まるストーリーです。監督を務めるメンチュー・ラウチェンコ＝ユロはミュージカル女優としても著名。
日時：午後公演（15:30開演）12月4, 5, 11, 12日
夜公演（20:00開演）12月3, 4, 10, 11日
場所：Onstage Theater Greenbelt 1, 2nd Level, Ayala Center, Makati City M C-4
問合せ：02-571-6926 or 02-891-9999 (Ticketworld)

Ballet Philippines' PETER PAN

バレエ・フィリピンズ公演
「ピーター・パン」



バレエ公演
バレエ・フィリピンズのピーター・パンは1983年のプレミア公演以来、マニラにおけるクリスマスシーズンの恒例イベントとなっています。ジェイムズ・バリーのこの著名な作品は今さら説明するまでもありませんが、永遠に大人にならない少年、ピーター・パンとウェンディ、妖精のティンカーベルをはじめとする仲間たちがキャプテン・ジャックと繰り広げる、夢いっぱいのストーリーです。
日時：12月2～5、10～12日
場所：Cultural Center of the Philippines (CCP) Roxas Boulevard, Pasay City M F-3
チケット購入・問合せ：02-891-9999

Artista ng Bayan

国民主義アーティスト



展示
社会変革と国家建設を促進する媒体、および運動家としてのアーティストの役割に焦点を置く、フィリピン・コンサート・アーティストツ（CAP）による展示会。本イベントは、当グループの一年がかりのプロジェクトの一部を構成しています。12月9日から1月30日までの開催期間中、フィリピン文化センター2階で展示されています。
日時：12月9～29日（13、20、24～27を除く）、2011年1月4～30日（10、17、24を除く）
場所：CCP 2nd Floor Hallway, Roxas Boulevard, Pasay City M F-3
問合せ：02-832-1125

Solitary Man



12月1日公開
出演：Jeff Bridges, Matt Hedlund, Olivia Wilde
主人公はかつてカーディーラーとして成功したが、自らの誤った選択によりビジネスを破綻させ、妻とも離婚した。今の彼女のスーザンはメジャーな自動車会社の取締役。もし彼の傲慢さをもう少し長い間抑えることができれば、再びビッグになれるのだが…。

TRON: Legacy



12月17日公開
出演：Jeff Bridges, Garrett Hedlund, Olivia Wilde
ディズニー・デジタル3Dの大迫力アドベンチャー。27歳の青年サムは父親の不可解な失踪事件の容疑者として狙われる。かつて一級のビデオゲーム開発者だった父親へ送られた奇妙なシグナルをつきとめるのだが、父が作ったデジタル世界に引き込まれてしまう。

Gulliver's Travels



12月22日公開
出演：Jack Black, Emily Blunt, Jason Segel
「スクール・オブ・ロック」のジャック・ブラック演じる遭難したジャーナリストが、バミューダの「魔の三角地帯」の中心に小人の島を見つけるが…。ジョナサン・スウィフトの名作、ガリバー旅行記がコメディタッチでよみがえる。

Season of the Witch



1月7日公開
出演：Nicolas Cage, Ron Perlman, Robbie Sheehan
超自然的スリラー。僧侶によって、おそろしい災害の元凶と信じられる魔女の力を破壊するため、14世紀フランスでは、魔女とみなされた者は山の大修道院に送られなければならない。ストーリーは魔女を山へと輸送する騎士団をめぐって展開していく。

From Prada to Nada



1月28日公開
出演：Alexa Vega, April Bowlby, Wilmer Valderamma
突然の父親の死去により、選択の余地なく疎遠だった叔母のもとへと引越をするようになった2人の姉妹の物語。引越し先のロサンゼルスでは、まるで外国のようなラテンな世界に投げ込まれる。姉妹は、かつて必死になって隠していた大切なものを見つける。

The Mechanic



1月28日公開
出演：Jason Statham, Ben Foster, Donald Sutherland
1972年公開の「メカニック」のリメイク版。米国政府の依頼で仕事をするやり手の殺し屋、アーサー・ビショップ。以前の同僚を暗殺した後、彼は同僚の息子を弟子にしプロに育てていった。あるとき彼は自分を殺せ、と書いてある同僚の息子宛の指令を見つけ…。

英語で*ひとりでできるもん!!

英語が苦手なだけで、生活範囲が狭まってしまうのはもったいない。
コミュニケーションの鍵は文法じゃない。ハートだ！

A子30歳

日本生まれ日本育ち。夫の赴任に伴い、マニラに来て3ヶ月。
まさか日常生活で英語が必要になるなんて思っていなかった。
こんなことなら、学校でもっと勉強しておけばよかったなあ。

●今日の使えるフレーズ

アイドライトゥー～

「～したいです。」 I'd like to～

”I'd”は”I would”の省略形。

”I want to”より改まった、

大人の会話にふさわしい言い方です。

今回は、電話で言いたいことを伝える練習です。

英語で電話、というと難しそうですが、
伝える内容が決まっているので意外と簡単。

試しに、ヤクソンミョンガのマッサージを
予約してみましょう。

スタッフもとってもフレンドリーなので、
気軽に問い合わせできますよ。



“Hello, I'd like to reserve
a face massage for tonight.”

「今夜、フェイスマッサージの予約をしたいのですが。」

マッサージの予約ができたなら、同じ要領でチケットの予約や
デリバリーの注文もできちゃいます。

たまにはメイドさんに頼らなくても、ひとりでできるもん！

“Thank you, Ma'am.
What about 8 o'clock?”

「ありがとうございます。
それでは8時からではいかがですか？」



●その他の使えるフレーズ

もう一度言ってください。.....ソリー? “Sorry?” または クッジャーリビーティットアゲイン? “Could you repeat it again?”

もう少しゆっくり言ってください。.....クッジャー(プリーズ)スピークスローリー? “Could you (please) speak slowly?”

わかりました。.....アイスィー “I see.”

ネイティブ発音の英語なら フィリピンの映画館

By “ページ” ゴウ

日本では意外と知られていないですが、フィリピン英語は基本に忠実と言われます。特有のスラングのような言い回しもほとんどなく、グローバルイングリッシュにより近いと言ってよいでしょう。

逆を言うと、英米の英語とは発音も言い回しも違いがあるということです。フィリピンで英語が話せるようになってアメリカでは通用しない、ということも十分あります。とはいえ、当のフィリピン人はアメリカ英語の聞き取りには特に不自由しません。アメリ

カから来た吹き替え・字幕なしのテレビや音楽、映画で耳が慣れているからです。

この「字幕なし」というのがけっこう重要で、リスニングに集中することができるのでオススメ。映画鑑賞は一本約150ペソと日本より数倍お得で、さらに封切りのタイミングが日本より数カ月から半年ほど早いのが普通です。せっかくフィリピンにいるなら、ちょくちょく行くべきだと思いますよー。ちなみに館内はエアコンでかなり冷えるので、上着を一枚持っていくことを忘れずに。



同じくマカティのグリーンベルト1。ここにはチケットブースがあるので、映画館まで行かなくても上映情報がわかります。



マカティ市内、グロリエッタの中の映画館。チケット売り場で時間をチェック。

Christmas & New Year, a la Japanese Style

In the Philippines, Christmas is a solemn family affair with dawn mass & Nochebuena and New Year starting with Medianoche, a havoc of parties, countdowns and noisy fireworks with families & friends.

In Japan, it is the opposite. Christmas is spent at parties with friends or a candle lit dinner with your loved one. Few years back in Tokyo, I was about to attend the Christmas candle light mass at Tokyo Union Church but was stopped at the gate and was instead given a numbered ticket. When I was allowed to enter, Lo! Behold! The sanctuary benches were half filled with Japanese couples with candles. A new take on Candle light dinner?

On the other hand, New Year in Japan is a solemn affair with the family beginning with the ringing of the gigantic bell in the temple at the end of the year. It is believed that we are born with 108 "Bonno" (worldly desires) but it can be wiped out nice and clean when the bell is rung 108 times!! When they are back at home, the family surrounds the kotatsu (a table with a heater at the bottom) and eats the OSECHI; special Japanese dishes made only for New Year and placed artistically in a tower of lacquer boxes. Unlike Medianoche, it is not meant to be for one night but meant to feed the family for three days from January 1 to 3!! It is so the mother can rest at least for those days. But to get those 3 days of peace, enormous effort is placed in making OSECHI for it takes a full week to ten days to prepare... Nowadays though, life had become easier for the Japanese moms, there are now ready-made OSECHI that can be delivered to your doorstep.

Want to try "authentic" OSECHI? Good news!! NEW HATCHIN supermarket will be selling OSECHI (from P1,000~). Reservation period is December 6 to 24. Why not try it? It's the only time of the year you can eat it!!

Store Info: New Hatchin (Makati Branch)

7602 Sacred Heart St., Cor. Metropolitan Avenue San Antonio Village

Tel: 02-897-7207, 02-890-5038, 02-890-1649



Photo Credits:
Above by imgdive
Right by OiMax

KK CHICKEN TERIYAKI : BIGGER, BETTER AND MORE AFFORDABLE

With all the chicken restaurants and carts throughout the metro, Filipinos have developed a special penchant for chicken. Fried or grilled, you can find them anywhere, at any time. It is impossible not to be fond of chicken after all.

Now, the consumers' appetite has evolved, looking for something different and new. That's why Karate Kid, the Japanese-American fusion quick-service restaurant, presents its KK Chicken Teriyaki Blockbuster Meal, a solution to the hungry consumers' appetite of this chicken-crazy republic. A hefty quarter-cut chicken, with unlimited rice, its distinct rich flavor is what sets it apart. Chicken is perfectly marinated in a blend of authentic Japanese seasonings and grilled to perfection that seals the rich flavor in the meat. The chicken is always perfectly cooked, moist and juicy. Guilt will not strike you as you deliciously savor each bite.



KARATE KID HAS BRANCHES ALL OVER THE METRO:

SM MEGAMALL, SM CITY FAIRVIEW, SM CITY CLARK, SM SOUTHMALL, SM MALL OF ASIA, SM CITY SAN LAZARO, SM CITY LUCAT, SM CITY DASMARIÑAS, SM CITY STA. ROSA, 168 SHOPPING CENTER, ROBINSONS MANILA, ROBINSONS CABANATUAN, KPMG CENTER AYALA, LANDMARK TRINOMA, WALTERMART MAKATI AND AT THE ENCHANTED KINGDOM



For inquiries in advertisements,
comments and suggestions

please contact:

iMarketing Japan, Inc.

Tel: +63-2-836-8381

Fax: +63-2-808-2163

<http://primer.ph>

sales@primer.ph

7th Floor Maripola Bldg. 109 Perea St.,

Legaspi Village, Makati City

President: Jeri Batoon

CEO: Motokatsu Sunagawa

Editorial and Sales Team:

Tomo Endo

Eri Asada

Goshi Toyota

Cams Ramin

Cyra Caparros

Maica Visto

Mak Mongis

Mhe Baquereza

Emile Garcia

Jessie Ojales

Art Direction & Design:

Hiroyuki Yanagida (Willsnow-Dtl)

Design: Urara

Feature Design: Mii (Kae Ijima)

Contributors:

George Nakano

Hiroharu Motohashi

Rumi Harada

Takuho Fujita

Tatsunori Sinozuka

Tathumi Oita

How Do Japanese See the Philippines?

Local and international media has presented the Philippines in various images from good to... bad.

Philippine Primer, the Philippines' ONLY "Japanese free-monthly magazine" and a catalyst in promoting goodwill and a bridge between Japanese and the Philippines, is committed to communicating the beauty and the good news about the Philippines.

In partnership with the Department of Tourism, it is an indispensable resource for Japanese tourists and Japanese residents for seeking out the best of the Philippines from culture to health, spa, resort, dining, hotel, etc.

Since it started in 2008, the readership has grown to 30,000 through our distribution points in major establishments in Metro Manila, Metro Cebu and in Japan, and through the Primer website.

On the other side of the coin, "How do the Filipinos see Japan?" With the growing interest in the Japanese culture, we have a NEW ADDITION – an English column. Primer will be covering topics related to Japan, ranging from Japanese culture to trends and events.

Interested in anything Japanese? Tell us what you want and what you think about our magazine.

Got latest news and events you want to share to the Japanese community? Let us hear about it. We'll help you spread the news!

- Philippine Primer



大切なものを、見落としていませんか?



目のことなら、アメリカン・アイ・センターにお任せ。
私たちは35,000件以上の手術実績を持つ
アジアにおけるレーシック(視力回復手術)のパイオニアです。

まだまだあります、私たちの強み：
国際的に認められた白内障手術のトップランナー
豊富な経験と卓越した技術力を持つ専門医陣
米国食品医薬品局(US-FDA)認可の最先端設備

見える喜びを、誠実な価格で届けます。
クリアな視界で開ける未来
アメリカン・アイ・センター

日本語でのご予約・お問合せは
AEC ホットライン
☎ 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。

American Eye Center
Level 5 Shangri-La Plaza EDSA corner Shaw Blvd.,
Ortigas Center, Mandaluyong City 1554
+63 2 636 0762 • +63 917 LASERME (52737 63)

American Eye Cataract Center
Level 4 Greenbelt 5, Ayala Center,
Makati City 1228
+63 2 729 EYES (3937) • +63 917 828 EYES (3937)

www.eyecenter.com.ph • info@eyecenter.com.ph