



www.premium-philippine.com

特集

フィリピン医療ナビ



プレミアム・リゾートアイランド
フィリピン

11

2011 Nov vol.44



Primerでビジネスに新しいチャンスを Primer created new business opportunities for us.

「タガタイ特集」で初めてPrimerに掲載したときには、発行日の週末から立て続けに日本人のお客様からご連絡を頂きました。それまではフィリピンのローカルのお客様やヨーロッパからのお客様が中心だったので、主人も私もビックリ！ホテルのレストランのテーブルがすべて日本人のお客様で埋まってしまいました。それから週末になると毎週のようにマニラやアラバンから日本人のお客様が、Primerを片手にいらしてくださっています。

フィリピンではメジャーなタガタイも、日本人のお客様にとってはまだまだ名前も知らない、名前は知っていても楽しめるスポットは分からないという状態だったようです。

ある時にはいらしたお客様から「大阪の　さんから話を聞いていましたが、Primerで見つけたので来てみました」とお話を頂いたり、なんと有名シェフが尋ねて来てくださったり、Primerからビジネスチャンスはもちろん、新しい出会いや友人の輪が広がっていくことをとてもうれしく感じています！

Ever since our auberge was featured on Primer's Tagaytay issue, so many Japanese guests visited us. Since most of our clients were Filipino or European, we were amazed by the overwhelming response from the Japanese guests who claimed that they saw us on Primer. Almost every weekend, we have Japanese guests drop by at our place, carrying Primer with them, to either dine at our restaurant or stay at our hotel.

We think that Tagaytay issue is insightful for a lot of Japanese residents who have heard about "Tagaytay" but don't know exactly what to do here.

One time there was a Japanese woman who came to our restaurant because she heard about us from her friend in Osaka!! And a famous Japanese chef also graced our restaurant. So we are really pleased that not only new business opportunities were paved by advertising on Primer but also we are getting great opportunities to meet nice and interesting people.

Primerから ステキな出会いが 広がっています!

Primer has allowed us to meet
Japanese people from all walks of life!

ようこそ! アルフォンソ・ホテル・ファームへ!

Welcome to Alfonso Hotel FARM!



今回は、primer4月号でも触れられていたアルフォンソ・ホテル・ファームにいる馬の紹介をします。馬は犬や猫のように身近な存在ではありませんが、同じように個性や愛嬌があります。ここで乗馬をしたり、馬を横に、馬を自分で引いて一緒に歩いたりして、ふれあうことが出来ます。タグタイにお越しの際は是非お立ち寄りください。

Today, I would like to introduce our horses at Alfonso Hotel Farm, our sister company. We have 5 horses: Pogi, Biba, Showgirl, Charm and Snowball. Unlike dogs and cats, horses are not your everyday pets, but like them; they have their own charm and personalities. At our farm, you can ride on them or you can also walk with if you just want to feel their presence without riding. Just walking with them because of their sheer size.

●乗馬料金一例 ※事前要予約

15分コース：250ペソ

30分コース：500ペソ

お問合せ・お申込みはEメールでお願いします

E-mail: alfonsohotel@yahoo.com

If you come to Tagaytay, please do stop by!
The riding is P250/15 min. Please contact us
in advance to the following e-mail address:
alfonsohotel@yahoo.com so that we can assist
you.

Alfonso Hotel

#4 Washington Ave., Royale Tagaytay Estates
Alfonso, Cavite

TEL: 046-413-4076 / 0906-261-5292

WEB: www.tagaytay.alfonsohotel.net

ご購入キャンペーン

日経国際版を新規で6か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。



週刊誌 日経ビジネス
4週間分



月刊誌 日経トレンドィ
2か月分



JALマイレージ
2,000マイル



日本航空



ANAマイレージ
2,000マイル



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。



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。



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 **PHPR1108**



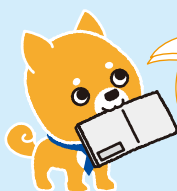
紙面でどうぞ!



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ください。
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。





primer

November 11
2011

Contents

特集

フィリピン医療ナビ

- 14 フィリピンの医療システムってどうなっているの？
- 15 私のびっくり体験 編集Aのフィリピン徒然妊娠日記
同じ「病院」でもこんなに違う！ 編集Fの実体験レポート
- 16 フィリピンで活躍する医師にインタビュー
ジェラルド・ヘンソン医師 ジェラルド・フロレンシオ・カエド医師
コラゾン・トロシーノ医師 エマニュエル・イバイ医師 カルロ・コーネホ医師
アマンド・ラクパン医師 ルース・アレハンドロ医師



Column

- 6 What's NEW in town?
話題のお店や新商品をチェック！
- 8 知っとク! アジアNOW通信
From Vietnam / Laos
- 9 プライマー面白スポット探検課 Vol.3
クリスマスだけじゃない!
365日サンタに会える家『Casa Santa』
- 10 タガログ語入門 第8回
- 11 フィリピン★ビジネス烈伝 第1回
どうなるフィリピン? 10年後、20年後を大胆予測!
野村総合研究所マニラ支店 水野兼悟さん
- 26 簡単! ウマイ! フィリピン食材 パパッとクッキング
今月の食材: バゴオン
- 34 A Taste of Japan!
Column of Japanese Culture
Autumn Leaves in Japan
- a world full of colors -



Information

31 大使館情報

30 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

33 MRT / LRT 路線図

10月号に一部誤りがありました。謹んで
お詫び申し上げますとともに、下記の通り
訂正いたします。

- P7: The Mansion Group様広告
誤) +63-2-817-5500
正) +63-2-817-5000
- P11: 特集内
誤) World Helitage Sites
正) World Heritage Sites

発行 Primer Media社

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

Design

柳田寛之 Hiroyuki Yanagida (willsnow-dfl)
Assistasia Philippines Inc.

広告問合せ information@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>

無断転載・複写・引用を禁じます

primer 11月号 Vol.44

(掲載内容は取材時に基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、広告主および寄稿者へのクレーム等が発生した場合には、弊社から
は広告主および寄稿者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。

WHAT's NEW in town? 話題のお店や新商品をチェック!

熱々ジューシーな肉に
豪快にかぶりっこう!

ARA

韓国の宮廷料理を学び、独自のアレンジを加えたメニューで人気の韓国料理店『ARA』に、このたび新メニュー「MUDUM GOGI」(P1800)が登場。4〜5人グループにぴったりな、アメリカ産の新鮮な肉4種と、レタス、ゴマ風味サラダ、5種の薬味のセットでこのお値段! 薬味のわさび大根とサムジャンソースはクセになる味わいです。目の前の鉄板で焼かれた熱々の肉を、お好みの薬味と一緒にレタスでくっ巻いて、冷めないうちに豪快にかぶりつきましょう!



7232 Malungay St, Brgy, Bel-Air Makati
☎ 02-817-1206
営業時間 11:00〜14:30(ランチ)、17:00〜22:00(ディナー) 定休なし

買い物天国グリーンヒルズに
くつろぎの空間が登場

Greenhills Elan Hotel

オルティガスにあるグリーンヒルズは、知人ぞ知る穴場ショッピングスポット。観光客だけでなく地元フィリピン人でも賑わうこの場所にあるのが『Greenhills Elan Hotel』です。外の賑やかさとは切り離れた、落ち着いた空間と決め細やかなサービスはショッピングで疲れた身体を癒してくれます。フィットネスセンターやジャグジー、スパ、プール完備。カフェも併設されており、香り豊かなコーヒーで一服する事も出来ます。価格はP3400++〜(朝食付)。



49 Annapolis St., Greenhills Juan City Metro Manila
☎ 02-744-7979、02-744-7982
www.greenhillselanhotelmodern.com

いつものドライブを
もっと安心・安全に

Autoline Motorsports

みなさん愛車のお手入れしっかり行っていますか? 「車なんて走ってれば大丈夫」と思っていると、思わぬトラブルに巻き込まれたり、大きな事故に繋がったりします。『Autoline Motorsports』では、カー用品の販売だけでなく、メンテナンスサービスも充実。車のプロが、オイル交換やライトのアライメント調整など、こまかな部分までしっかりサポートしてくれます。トラブルを防ぐ為にも、一度メンテナンスサービスについて相談してみても?



2679 T. Ayala cor. Zobel Roxas St., Sta. Ana, Malate Manila
☎ 02-524-3697、0915-535-4091
営業時間 9:30〜18:00 定休 日・祝
E-mail: autolinemotorsports@hotmail.com
www.autoline.ph

海外赴任に伴う
お子さんの学校探しなら

Santa Fe Moving and Relocation Services

フィリピン国内外のリロケーションサービスを提供している引越し業者『Santa Fe』では、リロケーションサービスに加え、「海外赴任に伴うお子さんの学校探しサービス」も提供しています。教育に精通したスタッフが、お子さんの適性やご両親のご要望に沿った学校を探し、資料集めから学校見学の際のアポ取り、入学の際の手続きまでをサポートするというサービスです。料金はUSD500〜。日本語での対応も可能となっていますので、気軽に問い合わせてみては?



Unit. 2 & 3, 1st Avenue, Manalac, Bagumbayan, Taguig, Metro Manila 1632, Philippines
☎ +63-2-838-1761
www.santaferelo.com

写真提供: ペイレスイメージズ

韓国家庭料理の店が
マカティにオープン

Jumong Restaurant

韓国で韓国料理レストランを開いていたというオーナーのジャンさんが、マカティのコリアタウンに韓国家庭料理の店『Jumong』をオープンしました。こだわりのUSビーフを秘伝のタレに漬け込んだ骨付きカルビ「LA Galbi」(P400)から、豆腐と魚介類のスンドゥブ・チゲ(P250)、ビビンバにチヂミなど定番の家庭料理まで豊富なラインナップです。カルビやブルコギに韓国スタイルのお惣菜とご飯が付いてP220というお得なセットランチもおすすめ。



5650 Don Pedro St., Brgy. Poblacion, Makati City
☎ 02-385-1069、0916-442-3000
営業時間 10:00〜22:00 定休 なし
※Pasig Cityに姉妹店「Dona Dona」あり

個性豊かな香りが魅力
NY発のフレグランス

Bond No.9

NY発のフレグランスブランド『Bond No.9』が、フィリピンでも購入できるようになりました。34種類以上のラインナップを誇るフレグランスには、ニューヨークの街とストリート名の名前がつけられているのが特徴。それぞれの場所を彷彿させる個性的な香りが楽しめます。金融街「ウォールストリート」やミュージカルで有名な「ウェスト・サイド」、ダイナミックで活気溢れる「ハイライン」などの香水は各P9,737〜(50ml)、P14,124〜(100ml)。



●購入できる場所
Rustans Makati

いろいろあります！一押しツアー！

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

フレンドシップツアー ドゥタニマニラ3F M C-4

営業時間: 9:00~18:00(土曜: 9:00~15:00) 定休日: 日曜・祝日
TEL: 02-840-1060, 894-1124 (時間外: 0928-506-8162)
www.friendshipmanila.com 日本語でどうぞ！

日本大使館認定 査証申請代理機関

成田で借りて成田で返すレンタカー

ウィークリー ¥33,810 ~
マンスリー ¥49,800 ~

http://rentacar.its-smile.co.jp/

**よりよい住まいと設備を提供
スービック・ホームズ**




マニラからたった2時間
短期から長期滞在まで対応可能
2~4ベッドルームの住まいはすべて家具・アメニティ完備
生活を充実させる美しいビーチ、緑豊かなゴルフコース、便利な免税店
新しいライフスタイルへの投資！ あなたの家族に洗練された住まいを！

www.subichomes.com
詳しい情報はこちらまで

SUBIC HOMES スービック・ホームズ
56-A Lansones St., Biricitan Heights, Subic Bay Freeport Zone 2222
E-mail: reservations.subichomes@gmail.com TEL: 047-252-1906/1907 FAX: 047-252-2608
WEB: www.subichomes.com / www.subicbayonline.com

★★★★★ 5ツ星クラスのサービスを ★★★★★

GREENHILLS ÉLAN
HOTEL MODERN

ショッピングに便利な「グリーンヒルズ」初のホテル

■問合せ・ご予約はこちら
TEL: 02-744-7979 FAX: 02-744-7876
49 Annapolis St., Greenhills San Juan City
www.greenhillselanhotelmmodern.com

MAKATI PALACE HOTEL
マカティにある ラグジュアリーな空間

■問合せ・ご予約はこちら
TEL: 02-899-0344 FAX: 02-896-9633
5011 P. Burgos corner Caceres St., Makati City
www.makatipalacehotel.com.ph

2012年秋にオープン予定
PRINCESA Garden Island
RESORT and SPA
(Palawan)

Puerto Princesa City, Palawan
2012年秋にオープン予定

センチュリー・プロパティ×ヴェルサーチがコラボ
デザイナーズ分譲マンション
「The Milano Residences」

MILANO RESIDENCES
INTERIOR DESIGN BY VERSACE HOME



左から: Jose E.B. Antonio氏、ヴェルサーチ・スバのGiovanna Perri氏、Santo Versace氏、ヴェルサーチ・スバのGabriela Saracino氏

フィリピンの不動産『センチュリー・プロパティ』とイタリアのファッションブランド『ヴェルサーチ』によるデザイナーズ分譲マンション「The Milano Residences」のお披露目会が7月中旬に行われました。「The Milano Residences」プロジェクトが開始した昨年1月からすでに70%近くの部屋の販売が完了しているとのこと。竣工は2015年を予定しています。館内施設はロビー、ラウンジェリア、図書室、プール、緑溢れる庭園にスパ。部屋数は全340戸(1~3ベッドルームタイプ)。pentハウスやタウンハウス、プライベート・プール付といった部屋もあるので、予算に応じて選びたいですね。「The Milano Residences」のショールームでインテリアの内覧が可能です。予約制となっているので、ご興味のある方は担当のDjhoanaまでご連絡を。

問合せ
+63-906-3950-185 (Djhoana M. Madrigal)
E-mail: djhoana.century@yahoo.com
www.internationalcenturyproperties.com

知っく!

アジアNOW通信

アジア各国在住ライターがそれぞれの国で流行中のモノゴトを、バトンタッチ形式でレポートしていくコラム。
今回は旅行者の誰もが気になるお土産事情について、ベトナムとラオスからお伝えします。



From Vietnam

やっぱりベトナムといえば蓮三昧

「オニーサン、ハスチャ、オイシイヨ」。
片言の日本語を操りながら、ぐいぐいと手をひっぱって店に誘う市場や土産物屋の店員たち。蓮といえばベトナム航空のマークにもなるほど



蓮茶(4万200ドン)、蓮の実の砂糖漬け(5万9000ドン)、蓮芯茶の3点セット。

国を代表する花であり、ベトナム人にとって何物にも代えがたい美しい存在。それだけに蓮を使った商品の数はかなり多い。蓮茶にはじまり、蓮の実の砂糖漬け、蓮の香りのクッキーなど、ベトナムのお土産としてはコーヒーと並ぶ大人気商品だ。

特にチャーセン(Tra Sen)と呼ばれる蓮茶は、スーパーなどでも簡単に手に入る定番アイテム。とはいえ本来の蓮茶は、蓮の花からとったおしべを茶葉と混ぜ合わせ香りを移したもので、100gの蓮茶を作るのに蓮の花が100本以上必要という高価なレア商品。そこで普通の商店やスーパーでは、蓮のフレーバーを使った簡易蓮茶がたくさん並んでいる。もちろんフレーバーとはいえ、普通に美味しい。ほんのり甘めの緑茶といった印象で、パラマキ土産にも最適だ。そのほかにも、少し苦味は強いが蓮の実の胚芽部分を使った蓮芯茶などもあり、豊富な品ぞろえとなっている。

ベトナム土産ではドライフルーツやインスタントフォーなども人気だが、やっぱりイチ押し



蓮の胚芽を使った蓮芯茶。2万ドン。

は蓮。蓮のお菓子をお茶うけに、蓮茶でほっこり温まりながら旅の土産話に花を咲かせてほしい。

文：杉田憲昭

ベトナムスケッチトラベルガイドブック編集部
<http://www.vietnam-sketch.com>

ベトナムの生活・観光情報を余すところなくお伝えする、持ち運びしやすいA5サイズのベトナム初現地日本語情報誌。創刊10周年を迎え、内容もさらにパワーアップ。ハノイ、ホーチミン市、ダナンなど、ベトナム全土の旬の話題をご提供。



From Laos

ラオスのラム酒

中国、ベトナム、カンボジア、タイ、ミャンマーと国境があるラオスは旧フランス宗主国の1つ。町中にはコロニアル建築が点在し、美味しいフランスパンが食べられる。パテを挟んだバゲットサンドなどは特に美味。飲料では、国産ビールのピアラオがモンドセレクションで金賞を獲得、国際的評価も高い。しかし、お土産としてはどうだろう。しばらく日本人向けの食べ物土産がラオスにはないと言われて来た。美味しいんだけど、この重さは……生ものはチョット……もう少しパッケージがきれいだったら、などなど。

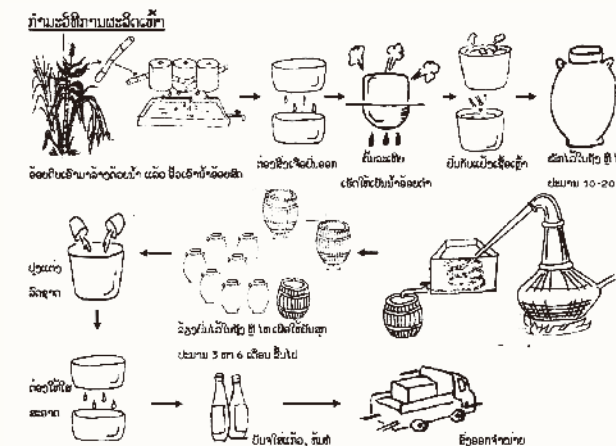
そんな中、日本の団塊世代がお土産開発に乗り出した。「ラオスのために何かできないか」ということで始まった事業で、開発したのはラオス産ラム酒。その理由は、「そこにサトウキビがあったから」。

通常、ラム酒はジュースを絞り出した残骸から作られるが、ここではラム

酒の為だけにサトウキビを栽培している。40度とアルコール度は強いものの、甘



アジアンテイストたっぷりなお洒落パッケージ



サトウキビの刈り取りから出荷までの工程

みのある口当たりで、ロックでもいける。薄めて飲む場合は、ジンジャーエールで割ると美味しい。現在は日本でも販売し、ラオス土産の代表選手として定着させたいとオヤジたちは意気込む。

文：森卓

季刊テイスト・オブ・ラオス編集部
www.yyisland.com/yy/laos/

毎3ヶ月発行のビエンチャン発情報誌。創刊から営業、制作、配布、集金まで、1人でこなした時期もあったが、あれから8年が経過。現在でも1人制作は変わらないが、最近では季刊仕事の合間を縫って、TVコーディネートやイベント関連で走り回ることが多くなった。



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お待ちしております。

Please Send Mail to
▼
information@primer.ph

The Philippines' Premiere Theatrical Family Show

AMAZING SHOW

MANILA • CEBU



Manila Show (マニラ)
Manila Film Center, CCP Complex, Pasay City M E-4
20:00 開演 定休日: 月曜日
Tel. No. (+63)2-834-8870 Fax No. (+63)2-834-8871

Cebu Show (セブ)
9-2 Hadsan Cover Resort Agus, Maribago, Lapu Lapu City
18:30 / 20:00 開演 定休日: 日曜日
Tel. No. (+63)32-495-2592 Fax No. (+63)32-495-2593
問い合わせ marketing@amazing-show.com
www.amazing-show.com

プライマー読者特別価格!
(プライマーをご提供いただいた方)
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

Amazing Show Accredited

プライマー 面白スポット探検課

Vol.3 クリスマスだけじゃない!
365日サンタに会える家『Casa Santa』

フィリピンには、リゾートやショッピングモール以外にも魅力溢れるスポットがいっぱい。
プライマースタッフが散策の途中で見つけた面白スポットやB級グルメスポットをご紹介します!

フィリピン在住者の方はずすでにご存知でしょう。ここフィリピンは「Berの付く月 (September, October, November, December) はクリスマス!」と呼ばれ、9月に入ると街中で陽気なクリスマスソングが流れ出し、歩く人々は「メリークリスマス!」と挨拶を交わし、各ショッピングセンターのディスプレイもどんどんクリスマスカラーに染まっていきます。1年で一番クリスマスが好きだと豪語する編集Aにとって、年の1/4もクリスマスを楽しめるこの国はまさにパラダイス!

第3回にさしかかったこのコラムでは、そんな編集Aも大喜びの1年365日クリスマス気分であられるミュージアム『Casa Santa』をご紹介します。

このなんとメルヘンチックで夢あふれる博物館は、オルティガスから車で約30分「Jardin De Miramar」という結婚式や貸切パーティーなども

できる、緑溢れるプライベートビレッジ内にあります。およそ3000は超えるだろうサンタクロースの人形は“サンタおばちゃん”という愛称をで親しまれているエドサさんによって、世界各地から集められたもの。はじめは趣味で自宅に飾っていたものを、徐々に一般に公開するようになり、今やでは大人から子供までを楽しませるとっても素敵な博物館となりました。

ダイニングからベットルーム、トイレに至るまで、そこかしこに並べられたサンタはそれぞれ

に違った表情や動きをもち年季の入りようもさまざま。日本人照明デザイナーによる幻想的な光の演出と、建築家 Rosario Encarnacion Tan氏によってリフォームされた暖かみある内装が、一体一体のサンタに息を吹き込みます。クリスマス当日まではまだ日がありますが、ここはフィリピン。一足先にサンタに会ってクリスマス気分を満喫するのもいいかもしれませんね。



Data

276-279 San Jose Extension, Antipolo City
☎ 02-817-1589、0917-792-3915
入場料 P150/h (Santa's Little Village入場料含)
開館日 毎第1・3土曜 14:00~16:00
10人以上のグループの場合、上記開館日以外にも入館可能(※事前要相談)
11月からはほぼ毎土日曜の14:00~16:00に開館
※来館前に要問合せ
E-mail: jardin_miramar@yahoo.com
www.miramar.com.ph



退 職者ビザの申請はこちら!!

鮮やかなグリーンを目の前に 毎日思いっきりゴルフを楽しむ
そんな贅沢な生活をこの国で実現させましょう

**フィリピンで
退職後の人生を**

今!! アジアで注目のロングステイ先

SRRVisa
Special Resident Retiree's Visa
Your Lifetime Visa

Image courtesy of Canyon Woods

 www.pra.gov.ph
SWS Hotline No.: (+632) 750-0007

PRIMER MAGAZINE 811

最新のプロモ&
イベント情報は
Facebookの
ファンページへ

 **日本通運**
NIPPON EXPRESS

フィリピン日本通運
NIPPON EXPRESS PHILIPPINES CORP.

引越準備説明会のお知らせ

日時: 11月23日(水) 9:30~11:45
場所: マンダリンオリエンタルホテル 3F ボールルーム 2 & 3
Makati Avenue, Makati City 1226, Metro Manila Tel 02-750-8888
※会場の都合により先着150名様のみとさせていただきます。お早めにお申し込み下さい!

日頃より日通グループをご愛顧頂きまして誠にありがとうございます。
この度、各企業ご担当者様、奥様方を対象に「引越準備説明会」を開催致します。
急な転勤、ご帰任の際にも余裕を持って対応して頂ける為のお手伝いをさせて頂きたいと存じます。日本からも業務担当者が出張参加し、海外引越のノウハウやポイントについてご説明させていただきます。
またティーブレークや賞品多数のラッフル等も企画しております。
皆様のご参加をお待ちしております。

申込〆切: 11月10日(木)
方法: E-mail か電話、FAXで下記3点をお知らせ下さい。
1) お名前(フリガナ)
2) 会社名
3) ご連絡先(電話番号またはE-mailアドレス)

連絡先
E-mail: kazumi@nittsu.com.ph
TEL: 02-556-2633, 02-556-2634
FAX: 02-556-2635
担当: 山内・伊藤・常木



タガログ語入門 第8回

ちょっとタガログ使えたら、ぐっと距離が近くなる。
たくさんのリクエストにお答えして、とうとうタガログ語
こじつけ的覚え方がシリーズ化!

● 家: Bahay 洪水: Baha
バハイ(家)がバハ(洪水)になっちゃった!

● 糞: Tae
糞のにおいにも耐え(タエ)るしかないね。

● 小エビの塩辛: bagoong 新しい: bago
この小エビの塩辛(バゴオン)は
新しい(バゴン)よ。

● お金: Cash 足りている: Kasya
Cash は kasya ですか(お金は足りていますか)。

● 借金: Utang 忘れる: nakalimutan
ウータン(借金)のことは
もうナカリムータン(忘れる)よ。

提供: Max氏 フィリピン在住歴十数年。普段は某NGO事務局員としてフィリピン貧困問題解決に尽力を尽くしつつ、通訳者としても活躍中。得意とするのは、タガログ語と日本語をかけたジョークでの学習。『一日一タガログジョーク』を目標に、今日もタガログ語の学習に余念がない。

ビジネスシーンにかかせない、
英語力
アメリカン・イングリッシュでは
英語＝ビジネス

各コースには
話す英語、ビジネス用文書作成、伝える会話力
といったエッセンスが含まれ、生徒のみなさまには
多くのことを学んでいただけます。
スキルUPのチャンスは今!
ぜひお気軽にご連絡下さい!!

 **American English**
Skills Development Center, Inc.

詳しくは WEBサイト▶www.americanenglish.ph
電話▶(+63) 2-885-0268、(+63) 2-889-1101

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>



フィリピン★ビジネス烈伝

フィリピン・ビジネスパーソンインタビュー

フィリピンで活躍中のアノ人に直撃!
フィリピンにおけるビジネスの「いろは」を語ってもらうコーナー

第1回 どうなるフィリピン? 10年後、20年後を大胆予測!

野村総合研究所マニラ支店 水野兼悟さん

フィリピン、ベトナム、タイ、ラオス関連の調査・研究などを
されている野村総研の水野さんに、「フィリピンのこれから」を
ビジネス的観点から教えていただきました。

編集部・経済的観点から10年後、20年後の フィリピンの展望を聞かせてください。

水野さん●フィリピンの10年後、20年後の
展望は明るいですよ。これまでと同じように、
鈍いけれどゆっくりとした成長を続けるでし
ょうね。この理由は簡単で、昔の日本と同じ
ように若者を中心とした人口ピラミッドが10
年後も20年後も変わらないことが予想される
からです。このため、今後も今までと同じよ
うな安定した成長が見込めます。

また、フィリピンは国民全体の約10%が海
外で働いています。海外で働いている人たち

は専門職や労働職に携わり、比較的安定して
お金を稼いでいる人たちが多くですね。建設
の技術者、エンジニア、会計士、弁護士、医者、
コンサルタント、看護師といった資格を持っ
て活躍しているような人々です。本国にい
たら中間層を形成する優秀な人たちがこっ
そり海外に行ってしまうため、中間層が
育ちにくいという懸念点があります。こうい
った側面はあるものの、これからの人々が本
国にお金をがんがん送金してくれているため、
フィリピンの経常収支は黒字です。貿易は赤
字ですが経常収支は黒字のため、国としては
儲かっているという
わけですね。

編集部・フィリピン は将来を囁望されて いたにもかかわらず、 経済の発展が遅れて しまった理由は?

水野さん●これはで
すね、フィリピンの
経済発展が遅れてい
るというのではなく、
周りのASEANの国々
が優秀すぎるのだと
思います。

昔は日本から始まり、台湾、韓国という順
番で成長してきましたが、最近は中国、タイ、
マレーシア、インドネシアが急速に発展して
きています。フィリピンは他のASEAN諸国と
比べると劣っているように感じるのですが、
過去のデータを見ると世界の途上国の中では
平均的な成長率なんですよ。例えばこれがラ
テンアメリカの国として見ると普通の国だ
なと思いますし、アフリカにあつたらすごい国
だな～とってしまいますね。

ですから、世界的にみると悪いわけではな
いのです。例えていうなら、進学校に行った
普通の子といったイメージでしょうか。

▶インタビューの続きは、**プライマーウェブ**
でチェック!(www.primer.ph)

●水野兼悟さん

座右の銘:

「上に政策あれば、下に対策あり」

1992年野村総合研究所(NRI)入社。1997年～
2000年まで国際協力銀行に外向。政府開発援助や
アジア債券市場育成などの調査に従事。2006年4
月からフィリピンに赴任。現在はASEANの中でフ
ィリピン、ベトナム、タイ、ラオス関連の調査・
研究に従事。これまでに出張で30カ国以上訪れた
ものの、一番好きな外国は永住権も獲得したフィ
リピン。



野村総合研究所
Nomura Research Institute



情報管理のスペシャリスト

LANE ARCHIVE TECHNOLOGIES CORP.

弊社ではお客様の重要書類やデータを、最新の管理設備の元厳重に保護。全てをバーコード管理しているため、必要ときに必要な情報をすぐ検索する事ができます。また、情報管理に関わるコンサルティングも行っております。オフィススペースの確保は業務効率UPに繋がります！ぜひ一度ご相談下さい。



LANE ARCHIVE TECHNOLOGIES CORP.

#1 Lane Street, Mercedes Executive Village,
Brgy. San Miguel, Pasig
Tel: 02-628-4939
営業時間 8:00 ~ 17:00 定休 土・日・祝
www.lat-philippines.com

primer ライター募集

プライマーを
一緒に作りませんか?!

現在、プライマーでは誌面作りにご協力いただけるライターを募集しています。

フィリピンが大好き、好奇心旺盛で色々なことに興味がある、文章を書くことが大好き、というあなた。一緒にプライマーを盛り上げていきませんか？

応募条件：責任感をもって、原稿の執筆を行っていただける方。
ライター経験者優遇。
給与：面接の際に決定。ライターとしての資質・英語力により判断いたします。

【応募方法】

過去の作品
プライマーを想定した原稿を1本
(テーマをひとつに絞り、600~800文字以内。日本語)
簡単な経歴
上記3点を編集部宛にメール (information@primer.ph) にお送り下さい。書類審査通過の方に、再度ご連絡させていただきます。



ご応募
お待ちしております!



SkyAid会員制救急患者空輸サービス

「SkyAid」は、フィリピン国内でもトップクラスの救急患者空輸サービス業者Airgurus Ltd. Co.が提供している、会員制の救急患者空輸サービスです。医療救助と医療支援業務において豊富な経験と確かな実績を持つ当社では、最先端技術を駆使した最新型の救急航空機による救命サービスを行っております。コストパフォーマンスに優れた料金で、様々なニーズに柔軟に対応する迅速、安全、快適な国内最高水準の救急患者空輸サービスをご利用いただけます。



空の上からフィリピン観光 ヘリコプターツアー

「Airgurus Ltd. Co.」では、マニラからヘリコプターに乗り、フィリピン各地の観光名所の壮かつ美しい眺めを安全、安心、快適に楽しむフィリピン・ツアーサービスを提供しています。ロマンティックな日の出や日の入りはもちろん、純白の砂浜が眩しいホワイトサンドビーチ、見る者を圧倒する雄大な山々、緑豊かな熱帯雨林といった観光スポットまで、素晴らしい空の旅をご堪能いただけます。

高度なスキルを持った当社の優秀な操縦士と乗務員が、旅行者なら一度は行ってみたいフィリピン各地の観光名所にご案内いたします。当社はヘリコプターをはじめ、様々な機種の航空機を保有しておりますので、お客様のニーズに応じた航空機の調達が可能です。お客様の大切な時間とコストに見合った、質の高いヘリコプターツアーなら我々にお任せください!

CALL US: +632 781 2707, +632 781 0787, +63 920 955 0897, +63 917 596 6288 www.airgurus.com info@airgurus.com



保険無料相談会 開催中

「あなたの保険 海外生活にマッチしていますか？」

一知ると知らないでは、将来の資産に1千万以上の差が出ますー

【相談時間】 月～土 9:00~19:00(土曜のみ 9:00~12:00)

【場所】 プライマー情報センター

保険のことならお任せください!

ほけんの110番は日本で実績のある総合保険代理店。【事業内容】

日本に32ヵ所の相談窓口があり、海外には香港をはじめとする中国3ヵ所、タイにはバンコク、フィリピンにはマニラとセブに相談窓口を持っています。国内外を合わせ、50社以上の保険会社を取り扱っています。

ご予約はこちらから

ほけんの110番 マニラ支店

【住所】 7/F Maripola Bldg., 109 Perea st.,
Legaspi Village, Makati City ☑ C-3
【TEL】 02-553-8110 【FAX】 02-808-2163
【MAIL】 manila@e-hoken110.com
【HP】 http://www.e-hoken110.com

セブ支店

【住所】 12/F Ayala Life FGU center,
Mindanao Ave, cor,
Biliran Rd., Cebu City
【TEL】 032-239-1411
【FAX】 032-233-9801

- ・フィリピンの保険相談
- ・日本の保険相談
- ・学資や老後の準備資金



- 「生命保険の知らないといけない3つの項目」
- 「日本では聞けない海外の学資プラン」
- 「海外の魅力的な保険を賢く使いこなす」

ファイナンシャルプランナー

WFC香港代表 角田貴史(32)

数多ある各社保険商品の中からお客様に最適なプランを提供する若手No.1。保険だけでなく、世界の金融事情を解説する

セミナーは、判り易いと定評がある。大学卒業後、大手不動産会社・大手保険代理店に所属。日本で10年の経験を経てWFC香港代表に。日夜、証券・不動産・保険など世界各国の金融商品の研究に勤しむ。

海外でも国内でもおまかせ！ ラクラク引越しサービス



国際引越し業者最大手のサンタフェ
30年を越える経験に裏打ちされた
確かなリロケーションサービスで、
国外へのお引越しにはもちろん、
フィリピン国内でのお引越しもおまかせください。

※お見積りご希望の際にはお気軽にお問い合わせください。



営業開発担当マネージャー
Quentin van Meerbeeck
「私たちがお手伝いさせて
いただきます」

●海外赴任時の心強い味方！ 学校探しサービス

海外赴任に伴う不安のひとつが、お子様の学校探し。お子様の適性、ご両親の
ご要望に沿った現地の学校探しをサポートいたします。(料金USD500～)
日本語対応可



Santa Fe Moving and Relocation Services

Unit. 2 & 3, 1st Avenue, Manalac, Bagumbayan, Taguig,
Metro Manila 1632, Philippines
☎ (+63)2-838-1761
www.santaferelo.com

Basta Peso Padala, Tiwala Kami sa LBC!



Send Any Amount
For only
¥2,000
Anywhere in the
Philippines!

お問い合わせ: 03-5809-2558 Softbank: 080-4360-4236

TRANSREMITTANCE CO., LTD

〒111-0053 東京都台東区浅草橋 3-20-11 エムズ浅草橋ビル3F
資金移動業者登録番号: 関東財務局長 第 00007 号

国際送金サービスなら RAPID Cash !!



三つのポイント

1. 安心 全世界で海外送金に実績のある LBC と提携し、安心
で迅速なサービスをご提供しています。
2. 便利 事前の登録は、インターネットや FAX で可能！
登録後は、お電話 1 本で送金が可能です。
また、受取り方法もおお客様のニーズに合わせて選べます。
3. 安い 送金金額や現地受け取り方法に関わらず、手数料は
2000円均一！！
為替レートも業界トップクラス。



LBC 拠点での受取り
フィリピンに約 1000
ヶ所ある LBC の拠点で
現金のお受取りが可能で
す。



ご自宅までのお届け
フィリピンのどこでも
現金をご自宅まで配達
いたします。



銀行口座への送金
フィリピンにある銀行
のご指定口座に送金い
たします。

日本からフィリピンへの国際宅配サービス

Balik Bayan Box®

EARLY PICK UP
PROMO!!

※ご注文後、お手元に届いた箱を 2 週間
以内に発送していただくと、1000円
の割引または、ジョリビーのクーポン券
(2000円分) を差し上げます。

お近くのコンビニエンスストアでもお支払いが可能です。
その他、郵便局・銀行からの振込や代引きも可能です。



0120-988-890

TRANS
TECH

本 社: 東京都江東区新木場 1-7-18
マニラ: 29F FGU Center Bldg. 6811
Ayala Ave., Makati City



Super
Value Box

バリクバヤンボックス価格表

サイズ 配送エリア	スーパーバリュー	プレミアム	コンパクト
	EARLY PICK UP PROMO!!		
メトロマニラ カビタ・リーザル	¥9,000 ▶ ¥8,000	¥6,500	¥4,500
ラグナ プラカン	¥9,500 ▶ ¥8,500	¥7,000	¥5,000
上記以外の ルソン島	¥10,000+ Jollibee クーポン券	¥8,000	¥5,500
ビサヤ諸島	¥11,000+ Jollibee クーポン券	¥8,500	¥6,500
ミンダナオ島 その他離島	¥12,000+ Jollibee クーポン券	¥9,000	¥7,500
寸法 (cm)	73×63×55	37×63×55	55×35×35



楽しそうに見える海外生活でも、いざ暮らし始めてみると案外困りごとが出てくるもの。そのひとつが病院探しです。医療システムの違いやフィリピンでかかりやすい病気などに加え、よい医師にめぐり合えるのかも不安に感じますよね。

でもフィリピンだからこそ受けられる治療や、医療のシステムが違うからこそ知っておけば日本の病院と同じように活用できる点もあるのです。

今回の特集では、フィリピンの医療システムからお医者さんの紹介、老眼にも対応しているというレーシックの話題、さらには心身ともに浄化できるデトックスまで、フィリピンの医療関連情報をナビゲートします。



フィリピン 医

フィリピンの医療システムってどうなっているの？

フィリピンでは自身の主治医に相談後、適切な診療科の先生に診てもらうことになっています。主治医がいない日本人や外国人の場合などは、受付で症状を相談した後に専門医に診てもらうのが一般的です。

フィリピンの総合病院内にはそれぞれの医師

が個人の診療所を構え、それぞれが独自にサービスや治療価格を設定しています。医師が病院にお金を払い、テナントとして入っているイメージが強いかもしれません。そのため、お気に入りの店（＝診療所）を選ぶ感覚で医師を選べるというのが大きな特徴となっています。しか

しながら、医師によっては高額な医療費を請求する人もいたりするので（編集部S&ローカルスタッフ体験談）口コミで信頼できる医師を探したり、人気のある医師に診てもらうというのが賢い方法といえるかもしれません。

また、フィリピンでは日本のような国民保険制度はないため、基本的に自分で医療費を負担しなければいけません。そのため、一定額までの医療費をカバーできる任意保険に加入しておくのが一般的なようです。いざというときのためにも、自分に合った医師や病院についてあらかじめ情報を入手しておきたいものです。

フィリピンの病院・診療所

日本人患者の受け入れの多い病院&診療所をご紹介します。

●東京ヘルスリンク

02-819-2010（マカティ）
02-772-2678（アラバン）

●マニラ日本人会診療所

02-818-0880（マカティ）

●セントルークス・メディカルセンター

02-723-0101（ケソン）
02-789-7700（グローバルシティ）

●神戸クリニック（アラバン）

02-842-5405

●メディカル・シティ（バシッグ）

02-988-1000

●アジア・ホスピタル・アンド・

メディカルセンター（モンテルンパ）
02-771-9000

●マカティ・メディカルセンター（マカティ）

02-888-8999

●セブ・ドクターズ・

ユニバーシティ・ホスピタル
032-255-5555

●チョンワホスピタル（セブ）

032-255-8000

●ダバオ・ドクターズ・ホスピタル（ダバオ）

082-221-2101



私のびっくり体験

編集 A のフィリピン徒然妊娠日記

それは私が初めての妊娠検診に行ったときでした。事前検査薬で陽性確認はしていたものの、きちんと専門家の判断も仰ぐためにマニラの某有名病院へ初来院。そこで待っていたのは、診察までの長い長い道のりでした。

びっくり体験●その1

朝8時前から並ぶ大勢の患者さん

普段はマニラで会社勤めをしている私。急に仕事を休むのも憚られたので、出勤前に受診してしまおうと受付が開く朝8時前に病院へ足を運ぶ事にしました。するとそこには既に長蛇の列が。私もさっそく最後尾に並ぶことに。

びっくり体験●その2

壊れた整理番号発行マシン

周りの様子を伺っていると、どうやら整理番

号順に電光掲示板で受付に呼び出されるシステム。おや、意外とハイテク と思いつつも私も整理券を取り、待つこと1時間半。すると突然中から苦笑いしたスタッフさんが! 「ごめんなさい、機械が壊れたみたいで、今から私のところに並んだ順で受け付けますね~」と! そんなまさか! 呆然とし、



すっかり出遅れた私はまた最後尾から並び直すのでした。

びっくり体験●その3

先生がいらない?

午前11時過ぎ、やっとの事で受付カウンターへ! 産婦人科の先生希望である事を伝えると、帰ってきた答えは「彼女は午後出勤です」。ええ? 先生って朝からいるものじゃないの? 結局午後2時近くまで待ち、やっとのことで受診。ぐったりして、帰路についたのでした……。

今回学んだこと

「時間に余裕を持っていく」、「待つだけでなく、こまめに自分で状況を確認する(フォローアップ!)」、「事前に先生が出勤してるかどうか電話で確認する」。後からフィリピン人の同僚に話したところ、これらはフィリピンではよくある事なのだとか。いい勉強になりました。

療ナビ

フィリピンで
いざというときに
困らないために

同じ「病院」でもこんなに違う!

編集 F の実体験レポート

先日フィリピン人の友人が路上強盗に遭い、頭部を鉄の棒で殴られざっくり切ってしまうというちょっとした事件がありました(いきなりヘビーな切り出しですみません)。急いで近くの小さな私立病院に連れて行ったのですが、その病院では強盗に遭ったという証拠の助けをしてくれる専門家がなかったため、専門家(hospital lawyerというそうです)のいる病院へ向かうことに。

紹介された病院は公立病院(パブリックホスピタル)で、その日は土曜日ということもあり混雑していました。受付を済ませると、大きな待合所のようなところへ案内されました。そこには広い部屋に机とイスがいくつか並んでおり、患者さんらしき人たちが列をつくっていました。すぐに我々の順番になり、対応してくれた「若者」になにやらタガログ語で指示を受けました。どうやら「薬を買いにいってきて」ということだったらしく、近くのドラッグストアで針、糸、脱脂綿、錠剤などを買ってきました。

それを若者に渡すと、手際よく準備にかかり、アルコールで消毒し、そのまま傷口を縫い始めました(えっ、この人ドクターなの? っ

ていうかここでやるの? ここ、待合室じゃないの?)。手術の最中なのに、周りの人たちから「どうしたの?」「痛そうだねー」と声をかけられるのにもびっくり。友人が手術を受けている横に、急患が運ばれてくるというのも驚きでした。

フィリピンの公立病院は薬代のみ自分で負担すれば、料金が無料なのが良いところ。国の機関であり、最低限の医療の提供をしている場所です。

ちょうど同じ日にフィリピンの友人が出産したと聞いたので、お見舞いに行ってきました。そこはいわゆる私立病院。受付を済ませた

後、入院中の病室へ案内されました。そこはホテルのような部屋でバス、トイレ付き。高層階なので景色も最高! 24時間体制で医師やナースが対応してくれますし、食事は3食おやつ付き。その代わり、出産費用は40万円を超える出費だったそうです。

フィリピンにもこういったところがあるんだと感心し、先ほど行った公立病院との違いに衝撃を受けた次第であります。どちらを選ぶかはご本人次第だと思いますが、私は大切な命はお金には換えられないと思いました。病院選びは大切な一歩と思い、普段から情報を集めておくことが大切だと感じた貴重な体験でした。



フィリピンで活躍する 医師にインタビュー

プライマー編集部がフィリピン人医師にインタビュー、「患者さんにもっともよく聞かれる質問は?」「フィリピンで暮らしているなかで、日本人の患者さんがかかりやすい病気は?」「日本人の患者さんとのコミュニケーションで困ることは?」など素朴に感じる疑問を聞いてみました。

●取材協力：ジャパニーズ・ヘルプ・デスク(JHD)

☎02-817-1289 (担当：平)

万が一大きな病気にかかっても安心の「キャッシュレスサービス」を導入しているのがこちら。同社が提携している病院で診察を受ける場合には同社が医療費を負担後、患者さんが加入する保険会社への手続きを代行します。このため、患者さんは医療費の支払いも、面倒な手続きの必要もありません。

24時間体制で日本人スタッフが受け付けています。



診療科目別インデックス

総合外科

ジェラルド・ヘンソン医師 P16

総合外科

ジェラルド・フロレンシオ・カエド医師 P16

内科

コラゾン・トロシーノ医師 P17

耳鼻咽喉科

エマニユエル・イバイ医師 P17

消化器内科

カルロ・コーネホ医師 P17

整形外科

アマンド・ラクパン医師 P18

小児科

ルース・アレハンドロ医師 P18

総合外科 General Surgery

Dr. Gerard Henson ジェラルド・ヘンソン医師

食道や胃腸、肝臓、すい臓や胆嚢といった臓器を中心に診察しています。甲状腺やヘルニア（脱腸）、肌や胸などの病にも対応しています。手腹腔鏡下胆嚢摘出術などの手術を行う際には、最低限のメス入れて済むよう心がけています。



Q1 患者さんに もっともよく聞かれる質問は?

患者さんの体調や病気の症状、原因や治療法についての質問が多いですね。こういった質問の後には、日本人の患者さんにはたいてい「手術が必要ですか?」「仕事に復帰できるのはいつ頃になりますか?」と聞かれます。

Q2 日本人の患者さんとフィリピンの 患者さんで異なる点はありますか?

フィリピンや日本以外の国からの患者さんも多いの

ですが、みなさん同じですね。文化や宗教の違いというのは感じることはほとんどありません。

Q3 日本人の患者さんとの コミュニケーションで困ることは?

やはり言語がネックとなることが多いです。英語の得意でない患者さんに、症状を英語で伝えるというのはなかなか難しいものです。ですから、ジャパニーズ・ヘルプ・デスクのように通訳のサービスがあると医師と患者さんのコミュニケーションが的確に図れるのがいいですね。

総合外科 General Surgery

Dr. Gerardo Florencio Caedo ジェラルド・フロレンシオ・カエド医師

身体の内ほぼ全てを診察しています。私の場合、胆嚢（腹腔鏡下胆嚢摘出術）や、甲状腺摘出手術、乳がんや虫垂切除術、ヘルニア手術などのほか、のう胞の摘出手術など大掛かりではない手術も行っています。



Q1 患者さんに もっともよく聞かれる質問は?

ヘンソン医師の回答にもありましたが、「仕事に復帰できるのはいつ頃になりますか?」といった質問に加え、「手術の時期はいつ頃でしょうか?」「どれぐらいの期間入院する必要がありますか?」という質問が多いですね。やはり、お仕事への影響を気にされる日本人ビジネスマンの患者さんは多いですね。

Q2 日本人の患者さんとの コミュニケーションで困ることは?

私にとっては、言語の壁が大きいように感じますね。通訳がいたからといっても、私が患者さんに伝えたいことをそっくりそのまま伝えてもらうのには限界があるように思うからです。私なりの対策として、人体模型を用意して説明するようにしているのと、口頭での説明に加えて手術をどのように行うかイラストを描きながら説明するようにしています。こうすることで、患者さんの理解も深まるように感じます。

内科・内分泌科
Internal Medicine,
Endocrinology

Dr. Corazon Trocino
コラゾン・トロシーノ医師

医療の調査のために長崎で7年間暮らしていました。糖尿病や内分泌系の病気、甲状腺の病気に婦人科の病気を含め、総合的に診察・診療しています。とはいえ、内科の病気や症状を訴えて足を運ぶ患者さんが多いですね。



Q1 患者さんに
もっともよく聞かれる質問は？

「フィリピンでかかりやすい病気は？」という質問が多いかもしれません。日本とフィリピンでは環境が異なるので、かかりやすい病気ももちろん異なりますよね。デング熱や腸チフス、肝炎といった感染症には特に注意してほしいですね。また、フィリピンの生活に慣れていないうちは食べ物が原因で体調を崩すことも多いものです。ですから、食べ物や食事する場所についてもお話するようにしています。

Q2 日本人の患者さんとフィリピンの
患者さんで異なる点がありますか？

日本人の患者さんは、医師の言うことをきちんと聞いてくれますね。また、アポをキャンセルする場合は事前に連絡をくれるので几帳面だと思います。

Q3 日本人の患者さんとの
コミュニケーションで困ることは？

私は日常会話程度の日本語はOKなので、患者さんとのコミュニケーションを楽しんでいますよ。

耳鼻咽喉科
Otorhinolaryngology
(ENT)

Dr. Emanuel Ibay
エマニュエル・イバイ医師

喉頭ファイバーや内視鏡を用いて声や喉の腫れ具合を見ています。耳鼻咽喉科の診察や手術に加え、脳外科にも携わっており、首から上の腫瘍摘出手術なども行っています。大人と子ども両方の患者さんを診ています。



Q1 患者さんに
もっともよく聞かれる質問は？

「子どもの風邪やのどの痛みを和らげるにはどうしたらよいでしょう?」「子どもの正しい耳掃除の仕方はないでしょうか。また、お子さんの耳感染についてもよく聞かれますね。

Q2 日本人の患者さんがかかりやすい
耳鼻咽喉関連の病気は？

アレルギー性鼻炎や耳感染は、私のところに来る日本人の患者さんにはもっとも多い病気だと思います。

これらの原因となるのは、フィリピンへ来て間もない頃の水泳やスキューバ・ダイビング、ゴルフなどによるものです。

Q3 患者さんからの質問で、
印象に残った質問は？

「私の病気の原因はもしかして、パイナップルジュースや生のパイナップルの摂り過ぎでしょうか?」と聞かれたのが、大変印象に残っています。パイナップルが原因のはずはありませんが、「食べ過ぎはよくないですよ。」と忠告しておきました。

消化器内科
Gastroenterology

Dr. Carlo Cornejo
カルロ・コーネホ医師

内科系全般を診ていますが、専門は消化器内科です。胃腸関連のトラブルを中心に診ており、内視鏡手術なども行っています。主に大人の患者さんを中心に診ています。



Q1 ドクターの所に足を運ぶ
患者さんに多い病気は？

腹部の不快感を訴える患者さんが多いですね。ピロリ菌や癌といった深刻な病に発展するのを避けるため、患者さんの症状から原因となる病気の早期発見を目指すことを心がけています。

Q2 日本人の患者さんとの
コミュニケーションで困ることは？

英語が苦手な患者さんの場合、通訳の方が同伴されるため言語のバリアはほとんど感じないと思います。

また、通訳の方がいなくても、インターネットの翻訳機能を使って英語では患者さんに馴染みのない病名を日本語で表示させて理解を得たりするというも行っています。英語のできる患者さんでも、病名などまで詳しく知っている人は少ないですからね。

Q3 患者さんへの
アドバイスはありますか？

あまり考えすぎないこと。「病は気から」ということわざもありますね。何事もよく考えず、気楽に過ごしましょうね。

整形外科
Orthopedic Surgery

Dr. Amando Racpan
アマンド・ラクパン医師

骨、関節、筋肉の病気やケガに加え、脊椎の病気を診ている整形外科の専門医です。微小血管の外科手術や動脈炎が悪化したときに必要となる関節置換術などの手術も行っています。



Q1 日本人の患者さんに多い症状は？

首や肩、ひざや足首、お尻や腰の痛みを訴える患者さんが多いです。ゴルフや野球などの最中に痛めてしまうケースが多いようです。また、ぎっくり腰の症状を訴える人も。

Q2 患者さんにもっともよく聞かれる質問は？

ケガや病気の原因についての質問が多いですね。薬の処方や薬の成分についてもよく聞かれますが、「どう

すれば再発を防げるのか」といったことも聞かれます。スイングをするときや、重い荷物を持つときには気をつけてください。荷物を持つときには、両足を広げてふんばった姿勢で持つようにしてください。

Q3 日本人の患者さんとのコミュニケーションで困ることは？

英語の苦手な患者さんには通訳の同伴をお願いしているため問題は感じませんが、患者さんよりよい関係を築くために日本語の語学学校に通っています。まだ日常会話を学習している段階ですが(笑)。

小児科
Pediatric Service

Dr. Ruth Alejandro
ルース・アレハンドロ医師

小児科の専門医です。新生児から18歳まで扱っています。外来・入院の小児患者の診断と治療管理において、豊富な経験を積んでいます。また、乳児、小児、成人のワクチン接種も行なっています。



Q1 日本人とフィリピン人の患者さんによる違いはありますか？

日本人の患者さんは、薬の処方や診断後の指示に素直に従ってくれます。医者の指示を忠実に守ってくれるのがいいですね。また、薬の服用にとっても慎重。できるだけ薬に頼らない治療方法を試み、薬を飲むのは最後の手段、といった傾向が見られますね。

Q2 患者さんからの質問で、印象に残った質問は？

私が日本人患者から聞かれたことで一番思い出に残

っているのは、「今後も連絡くれる?」という質問です。これはフィリピンに3年間滞在した後、日本に帰国することになった小児患者のお母さんが私に聞いてきたことなのですが、ご家族がフィリピンに初めて来られた当時、お子さんはまだほんの赤ん坊でした。初めての子供ということもあり、私はその子のお母さんからよく相談を受けていました。フィリピンを去ることをとても悲しみ、これからも相談に乗ってくれるかと聞いてくれたのが印象的でした。

マニラで
注意したい
疾病について

「マニラ日本人会診療所」のメディカルアドバイザー・菊地医師に、マニラで注意をする必要のある疾病について教えてもらいました。

当地で注意をしなければならない感染症にはデング熱、アメーバ赤痢、腸チフス、破傷風などが挙げられます。

デング熱は蚊によって媒介されるウイルス性疾患です。典型症状は「突然の高熱」ですが、発熱を伴わない全身倦怠感や発疹を主訴に来

院する患者さんもいます。まれに鼻出血や吐血などの出血傾向が出たりすることもあります。多くは対症療法により改善します。

アメーバ赤痢は経口感染症で多くの患者さんは我慢が出来ないほどの頻回の下痢を訴えて受診しています。発熱や嘔気症状は患者さんにより様々です。中途半端な治療で中断すると後日に「肝膿瘍」という重篤な病態につながる恐れがあります。

不用意な下痢止めはかえって病態を悪化させます。

腸チフスも経口感染症ですが初期症状は「発熱のみ」という患者さんがほとんどで消化器症状を伴う方は少数です。多く

は抗生剤投薬により改善します。

破傷風は外傷時に傷口から破傷風菌が感染することによって起こります。破傷風菌が産生する神経毒により全身痙攣や呼吸不全などの致命的な病態に陥ることもあります。集中治療を行える病院での加療が必要です。恐ろしい病気ですが、ワクチン接種により予防可能です。

また、生活習慣病は世界中どこにいてもおこり得る病気ですが、マニラにおいては特に食事の偏り・運動不足に注意することが大切です。

体調の異変に気づいた時には取り返しがつかない虚血性心疾患や脳血管疾患といった病態に陥っている可能性もあります。生活習慣の改善に心がけましょう(菊地)。



眼のスペシャリスト Asian Eye Institute

緑内障や白内障を始め、角膜や網膜の病気などありとあらゆる眼の悩みに対応している眼の専門病院『Asian Eye Institute (AEI)』。各疾患の専門医が常駐しているため、複雑な手術の際にも対応可能です。

同院には子どもの患者さんも多いため、小児眼科も設置。また、検眼士による検査も行っているためメガネやコンタクトを作りたい人にもおすすめ。AEIはマニラ圏内に3棟ありますが、どの病院もアクセスに至便なロケーションとなっています。



注目! 老眼にも対応の「最新レーシック機器」

視力回復手術として知られる「レーシック」。まだ比較的新しい技術ではあるものの、レーシック技術も日々進化しています。同院では近視や遠視に加え、乱視はもちろん老眼の手術にも対応しているため、「角膜が薄いためにレーシック手術ができない」「年齢がネックで無理だと思っていた」という方にはなんとうれしい話。

これが実現できるのは、フィリピン国内で

は初めての導入となる最新のブレードレス・レーシック機器によるため。この機器による手術なら近視や遠視に加え、乱視からこれまで難しいとされていた45～60歳の老眼に悩む方でもOK。また、この機器による手術の成功率は100%だというから安心です。また、最新機器のほかにもさまざまな視力回復機器を取り揃えているので、まずは適性検査で自分の目の状態に合った手術を診断してもらいましょう!



同院には海外からの患者さんも多いため、日本語を始め韓国語やタミル語といった外国語の通訳サービスも



見てください、この医師の多さ! このため、患者さん1人ひとりに合ったカスタマイズサービスが可能です



すっきりとした印象の受付。ウェイトングールームは、とても居心地のよい空間



さまざまな視力回復手術に対応した最新のレーシック機器。近視や遠視に加え、乱視や老眼の手術にも対応

AEI (Rockwell)

9th and 10th Floors,
Phinma Plaza
Rockwell Center, Makati City
Tel: 02-898-2020、2004 (代表)
02-898-2003 (日本語直通番号)
www.asianeyeinstitute.com
Mall of Asia, Trinomaにも
支店あり



体の中からキレイに 6泊7日の環境デトックス@The Farm at San Benito

スパや繊細なベジタリアンフードに定評のある『The Farm』。オーガニック素材を中心としたヘルシーで美しい料理に、緑豊かな敷地内での森林浴、散歩に疲れたらスパトリートメントが待っている贅沢な休日は、極上のリラクゼーションを約束してくれます。

『The Farm』では、医療に基づいたデトックス・プログラムも用意。こちらは「長年に渡る

低・高レベルの放射線にさらされた方」を対象としたもので、同社専属の医師及び医療スタッフが1週間に渡り専門療法を実施するというもの。日頃の緊張感や体の中から毒素を取り除くことで、元気な身体を取り戻しましょう。

詳しくはプライマーウェブをチェック!
(www.primar.ph / 検索キーワード The Farm)

●プログラムの内容

6泊7日の宿泊料
ウェルカムドリンク、食事、栄養補給ドリンクなど
医師による健康カウンセリング(1回)
医師によるフォローアップカウンセリング(1回)
総合メディカルサービス(全23回)
栄養状態の顕微鏡検査(血液分析)、結腸洗浄療法、腎臓クレンジング、ボディ・ソルト・バス、イオン式クレンジングなど
スパトリートメント(全11回)
ヨガや瞑想、フィットネス、フラワーアレンジメント等各アクティビティ



The Farm at San Benito

119 Barangay Tipakan, Lipa City 4217, Batangas
Tel: 02-884-8073 to 75、0918-884-8080
E-mail: reservations@thefarm.com.ph
www.thefarm.com.ph



笑顔溢れる総合病院 東京ヘルスリンク

Tokyo HealthLink
www.tokyohealthlink.net

普段は快適な海外生活を送っていても、医療に関しては不便に感じる人も多いのではないのでしょうか。「症状の微妙なニュアンスがうまく通じるだろうか」といった語学の壁に加え、医師の信頼性、設備や医療機器まで、日本の医療事情と違うだけに不安要素がいっぱい。

それを払拭してくれるかのように、医師や看護師さんが温かく迎えてくれる病院が『Tokyo Healthlink』です。同病院は2004年に第1号施設としてアラバンに開設以来、日本語対応可能な総合病院として多くの患者さんを診療してきました。2007年にはリハビリ専門施設（同地区）、そして2010年には中心地・マカティに第3号施設を開設。定期健診はもちろん、各種予防接種や生活習慣病予防など、総合的にみなさまの健康に貢献、各種保険でのキャッシュレス受診や国保での利用手続きに関しても、常駐の日本人スタッフが親切丁寧に対応してくれます。



ディヴィナ・ホーデハン 医師
産婦人科

みなさん、フィリピン生活をいかがお過ごしでしょうか。私たちTHLは患者さん主体の質の高い医療を構築したいと考えています。今回は、女性の天敵とも言える子宮頸がんについてお話したいと思います。日本では年間1万5千人が子宮頸がんを発症し、約3千5百人が死亡しています。20～30代で発症する癌としては最も発生率が高く、近年増加傾向にあります。子宮頸がんは他の癌と異なり、ウイルス感染によるもの。でも発症原因が解明されているので、ワクチン接種による予防が可能です。

10代前半の段階で予防接種をすれば、大半の子宮頸がんは予防できるとされています。1年に1度の検診は自身のために大切なこと。どうぞお気軽にお尋ねください。



病院ロビー

赤と黒で統一されたロビー。オシャレ度満点



受付

いつも笑顔で迎えてくれる受付スタッフ



広々とした廊下

診察前の待ち時間も、ゆったりと過ごせます

日本と同様のハイスペックな医療機器を完備

マカティ施設の設備や医療機器をご紹介します。館内を詳しく知れば、病院へ行くのが不安という気持ちも、少しは和らぎそう！



プラチナムラウンジ

フィリピンの病院は診察前の待ち時間に数時間かかるということもしばしば。日本人のために設けられたこちらの専用ラウンジでは、待つことなく速やかに受診してもらえます。これはうれしいサービスですね。



高度な医療機器(左：CTスキャン右：MRI)

東京ヘルスリンクでは超伝導磁気共鳴装置(MRI)2台、コンピューター断層撮影装置(CT-SCAN)2台、乳房撮影、骨密度測定装置などを導入しています。このため、日本の総合病院と同等の設備で人間ドックなどの精密検査を受けることが可能。フィリピンに居ながら、日本同様の医療サービスが受けられるのが特徴です。

リハビリテーション施設も充実

THI Hydrotherapy and Wellness Center 東京ヘルスリンク リハビリセンター

こちらは、脳血管障害後遺症(片麻痺、歩行障害、嚥下障害など)や交通事故での後遺症といった各種疾患、ならびにスポーツ選手などのリハビリ治療に特化したリハビリテーション施設です。リハビリに必要な最新機器を取り揃え、患者さんのいち早い社会復帰を目指します。また、同センターには不眠症に悩んでいる方のための治療施設『Sleep Disorder Center』も併設しています。



足に優しいキャタピラー方式のトレッドミル。歩行訓練に使用



電動リフトで安全に入浴できる浴槽。血行促進効果のあるバブルバス

東京ヘルスリンク

フィリピン病院協会会員
比国退職者VISA / 厚生省・薬物検査・認可病院

●診療科目(マカティ・アラバン施設共通)

内科、外科、小児科、歯科、産婦人科、整形外科、耳鼻咽喉科、美容外科、泌尿器科、循環器科、呼吸器科、消化器科、腎臓内科、内分泌・代謝、眼科、皮膚科、形成外科、リハビリテーション科

ジャパニーズヘルプデスク

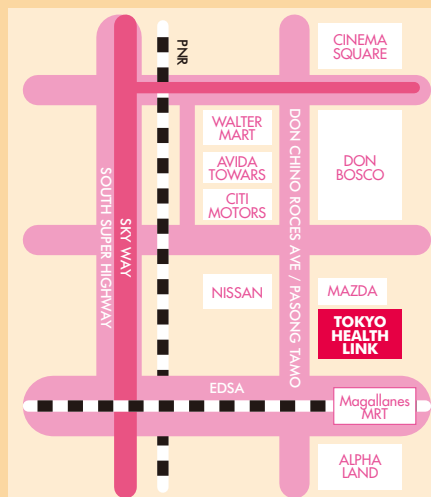
(日本語対応サポート)

☎ 02-506-8989

対応時間

平日 8:00 ~ 19:00

土曜 8:00 ~ 12:00



THL Medical and Diagnostic Center

東京ヘルスリンク メディカルセンター (マカティ)

#2247 Don Chino Rocas Avenue., Makati City

Tel : 02-819-2010 / 5816 / 5119 /

0917-570-7951

THL Hydrotherapy and Wellness Center

東京ヘルスリンク リハビリセンター

Madrigal Business Park Ayala Alabang,

Muntinlupa City

Tel : 02-850-8607 / 0917-577-9487

THL Medical and Diagnostic Center

東京ヘルスリンク メディカルセンター (アラバン)

El Molito Bldg, Madrigal Avenue., Ayala

Alabang, Muntinlupa City

Tel : 02-722-2678 / 2679 / 3315 /

0917-854-6603



耳鼻咽喉科



歯科

●取扱い保険会社

Vanbreda international

三井住友海上火災 日本興亜損保

東京海上日動 ジェイアイ傷害火災

朝日火災 エース保険 ソニー損保

日新火災海上 エイチ・エス損保

損保ジャパン AIU保険会社

富士火災 セコム損保

あいおいニッセイ同和保険

日立・日通・いすゞ・キリン・NSK・富士通

MUFG・三菱電機・日東電工ヘルスケア



Networld
Hotel
MANILA

ネットワークホテル

日本スタイルのおもてなしと、きめ細かなサービスを
日本語対応スタッフ常駐



ネットワークホテルはロハス大通りとブエンティア交差点の
角にあるおしゃれなブティックホテルです。
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



SM健康サウナは当ホテルビルの5階と6階にあります。
世界的にも有名なマニラの夕陽を一望できるエグゼクティブ
ラウンジにて、くつろいだり一息を休ませてください。各種プロモもご
用意しております。ニノイ・アキノ国際空港(ターミナル1&3)
にても営業致しております。

営業時間: サウナ 午前11時より翌朝2時まで
スパ 午前11時より翌朝7時まで
Tel. (02) 536-5830, 834-7777 Fax. (02) 536-5834



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、パスタ等をご用意致します。ネットワ
ールドホテル2階にて営業しております。



海舟レストランは当ホテルの1階にある、本格的な日本レストランで
す。6名様から120名様までご利用頂ける個室。本格焼肉を味わ
って頂ける個室もご利用致しております。
ニノイ・アキノ国際空港(ターミナル3)にても営業致しております。
営業時間: 午前11時より午後2時と午後5時から午前0時まで
Tel. (02) 551-1784, 834-7777 loc. 4



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。ネットワークホテル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。



ネットワークホテルは、国内外線各空港よりお車で約20分のロハ
スボリバード通り沿いにございます。

在日本大使館、マカティビジネス街、モール オブ アジア(SM)、
フィリピン国際会議場、カルチャーセンター、ワールドトレードセン
ター、チャイナタウン、そしてお食事などを楽しんで頂けるマラテ地
区等に、非常に近く便利な位置にございます。

設備及びサービス

- ・全室89室エアコン完備
- ・カードキー施錠
- ・湯沸しポット、お茶&コーヒーセット(客室内完備)
- ・金庫(客室内完備)
- ・ルームサービス(24時間対応)
- ・マルチ言語対応のケーブルTV
- ・部屋備え付けの電話(国内外のコール対応)
- ・留守番電話サービス
- ・24時間体制の警備
- ・最新の火災報知システム
- ・空港〜ホテル間の送迎&レンタカーサービス
- ・プリント&コピーなどのオフィスサービス
- ・お部屋でリラックスできる「マッサージ&スパ」のサービス
- ・トラベルサービス(館内に旅行代理店アリ)
- ・外貨両替サービス
- ・ランドリーサービス
- ・係員付駐車場サービス
- ・日本語新聞(マニラ新聞)
- ・フリーインターネットアクセス
- ・サウナ
- ・朝食



Roxas Boulevard corner Sen. Gil Puyat Avenue, Pasay City Philippines 1300

Trunkline No: (632) 536-7777 * Fax No: (632) 536-5835

Email: info@networldhotel.com | Website: www.jpipang-group.com

A member of

ジパング・グループ



Present this stub & avail

10% OFF

@ Cafe Sampaguita

* Not valid with current promotions

Present this stub & avail

10% OFF

@ Le AMORETTO
Cafe & Bar

* Not valid with current promotions

Present this stub & avail

10% OFF

@ KAISHU
JAPANESE RESTAURANT

* Not valid with current promotions

Present this stub & avail

10% OFF

@ Spa

* Not valid with current promotions

日本人医師のいる診療所

KOBE CLINIC

海外に滞在する際に、誰もが気になることのひとつが医療機関です。日本とは異なる環境の中、病気になってしまったらとても心細く不安なもの。安心して快適な生活をおくるために、普段から安心して受診できる病院をチェックしておきたいですね。

今回プライマー編集部では、フィリピンで多くの日本人患者さんに利用されているKOBE CLINICを訪問。同クリニックの山本院長にフィリピン在住の日本人だけでなく、旅行者の皆さまにもよくある疑問や不安をインタビューして来ました!



疑問 1 いざ病院に行く前に、まずどうしたらいいのでしょうか? 突然来て、診察して頂けるものですか?

常勤の勤務医はいます。専門医が希望の場合はまずは事前に電話で担当医がいる時間帯を確認して下さい。フィリピンの病院は日本と違い、常に医師が在駐しているわけではありません。病院と言うハコに、フリーランスの医師が入れ替わり立ち代り立ち寄っているとイメージして下さい。病院が開いてるからといって、担当医師が必ずいるとは限らないのです。

疑問 2 英語が苦手なのでうまく症状を伝えられるか不安です…。

当院には専用ジャパニーズヘルプデスクがあるので、来院されたら受付のカウンターに来て下さい。ここには日本語で書かれたボードが置いてあり、患者さんは自分の症状や状態や要望を指差して伝える事が出来るので英語が出来なくても大丈夫です。緊急の場合や日本語で話をしたい場合は、私に対応しますので安心して下さい。私は特別な予定がない限り、月～土曜の午後に出勤しています。



ジャパニーズヘルプデスク
このボードが目印!

この方が、ヘルプデスク担当パーリンさん



疑問 3 人工透析を受けられると聞いたのですが?

はい、当院では日本と同じ透析機を使用し、日本と同様の衛生管理で治療を受けられます。この国では人工透析はリクライニングチェアに座って行くとがほとんどなのですが、当院では日本と全く同じベットを用意しています。人工透析の必要な患者さんでも、安心してフィリピンで生活できるよう努めています。



日本と変わらない環境設備で安心

疑問 4 日本の健康保険は使えますか? フィリピンは医療費が高いと聞き心配です。

医療費の払い戻し用紙(国保・社保)は、希望する方がいらっしゃれば当院で作成できます。対象となる海外傷害保険に加入している場合は、キャッシュレスでの診療も可能です。これは保険によりけりなので、事前に確認しておいて下さい。当院では、VISA、マスター、JCBといったカードの使用も可能です。ご安心下さい。

記者の目

KOBE CLINICは入り口がガラス張りとても入りやすい雰囲気。モール内にあるため、診察後に買い物を済ませたりできてとても便利です。受付にすぐジャパニーズヘルプデスクがあり、日本人患者になれたスタッフの皆さんが笑顔で挨拶してくれるので緊張も一気に和らぎます。院長の山本先生は今年でフィリピン歴35年という、とっても頼もしい存在。フィリピンで体調を崩したときの不安な気持ちをしっかり理解して対応してくれるので、初めての来院でも安心ですね。

健康診断も受付中!

KOBE CLINIC H-4
2F Festival Supermall
Filinvest Corporate City
Alabang Muntinlupa City
TEL: 02-842-5405, 842-6138
営業時間8:00~20:00
定休なし



All Over Manila



THE ORIGINAL

JAPANESE D-I-Y TEPPAN RESTAURANT

日本オリジナルのDIY鉄板焼きレストラン

Sizzle it
your way
あなたの方法でシズル

ビーフペッパーライスの10%割引券

10% OFF ON BEEF PEPPER RICE!

このクーポンをレジに指示

Just present this coupon at the cashier

有効な2011年11月31日までの

valid until November 31, 2011

黒密アイスクリームの無料券

FREE KORUMITSO ICE CREAM

このクーポンをレジに指示

Just present this coupon at the cashier

有効な2011年11月31日までの

valid until November 31, 2011



From Japan!
日本発!



Pepper Lunch

熱い鉄板で焼ける音! 香り! 厳選されたビーフをアツアツでお召し上がり下さい!

日本の皆様におなじみのステーキ店『ペッパーランチ』は、1994年に神奈川県大船に1号店をオープンしました。その14年後の2008年、Jeroen van Straten氏がパワープラントモール1号店を立ち上げたところから、ペッパーランチ・フィリピンの歴史がスタートしました。

新鮮な肉を目の前で焼きあげる食べ方や、肉

本来のジューシーな旨みを生かしたメニューはフィリピン国民の舌も唸らせ、あっという間にマニラ全体に広がっていきました。今回はそんなペッパーランチの人気とウマさの秘密を徹底解剖。さあ、今すぐそのウマさを体験しに行きましょう!!

秘密その1 ● シークレットバター

ご飯の炊くのある旨みの秘密。それは中に隠されたバターのしわざ。サーブする前にご飯にくぼみをつけ、秘伝の味付けバターをひとかけら入れています。かき混ぜる頃には鉄板の熱でとろけているので気付かない、小粋な工夫です。

秘密その2 ●

クセになる3種ソース

ステーキにかけたときに最大の旨みを発揮する秘密ブレンドのオリジナルソース。ガーリック風味、ハニーブラウン風味の2種類はテーブルに、メニューによって照り焼きソースが一緒に付いてきます!

秘密その3 ● 厳選された素材

オーストラリア、アメリカ産の高品質ビーフ、アメリカ産チキン、ノルウェー産サーモンなどそれぞれに厳選した素材を使用。中でもアンガスビーフを使用した「ビーフスキヤキ(写真下)」は、その肉の柔らかさと旨みに驚くこと間違いなし!

秘密その4 ● オリジナル鉄板

ただの鉄板と思うなかれ、ここで使われているのは熱効率に優れた特殊鉄板! 電磁調理器で約1分というスピードで急加熱。260℃に加熱された鉄板は20分たっても約80℃に保たれ、アツアツのお肉を最後の一口まで美味しく食べられます。

まずはこれ! 売れ筋No.1!!
ビーフペッパーライス
P215



やわらかビーフがたまらない!
アンガスビーフスキヤキ
P460

欲張りさんにはこのメニュー
コンボカットステーキ&ハンバーグ
P345



肉汁したたるこだわりの逸品
ビーフステーキ
P598

子供に嬉しい一口カット
ベーコン&ホットドック
ペッパーライス
P235



人気No.1デザート
チョコランボー
P78



KIDS MENU

SHOP Information

●SHANGRI-LA PLAZA MALL

Edsa Shangri-La Plaza Mall, Garden Court Level (basement), Ortigas Center, Mandaluyong City
月~木 11:00~21:00 / 金 11:00~22:00 / 土~日 10:00~21:00
TEL: 02-634-3231

●GREENBELT 5

2nd Floor, greenbelt 5, Ayala Center, Makati City
日~木 11:00~21:00 / 金~土 11:00~22:00
TEL: 02-501-3759

●ALABANG TOWN CENTER

2nd Floor, Corte de Las Palmas, Alabang Town Center, Alabang
月~金 11:00~21:00 / 土~日 10:00~22:00
TEL: 02-556-8498

●POWER PLANT MALL

Concourse Level 041, Power Plant Mall Poblacion, Makati City
月~木 11:00~22:00 / 金~土 10:00~22:00 / 日曜 10:00~21:00
TEL: 02-895-6185

●ROBINSONS ERMITA

Ground Floor Padre Faura Wing, Robinsons Ermita, Pedro Gil, Manila
日~木 10:00~21:00 / 金~土 10:00~22:00
TEL: 02-383-6493, 02-354-3914

●MEGA MALL

Upper Ground Floor, Building A, SM Megamall, Edsa corner Julia Vargas Avenue, Mandaluyong City
日~木 10:00~21:00 / 金~土 10:00~22:00
TEL: 02-637-3889

●MALL OF ASIA

2nd floor, Entertainment mall, SM Mall of Asia, Pasay City
日~木 10:00~21:00 / 金~土 10:00~21:00
TEL: 02-846-5663



みなさん、ようこそ
ペッパーランチへ!
秘伝の鉄板で焼いた
ジューシーなステーキを
ご用意して従業員一同
心よりお待ちしております!
Jeroen van Straten

ペッパーフードサービス
一瀬邦夫社長 左 辻
Jeroen van Straten氏 右)



フィリピンで購入できる食材を用い、
お手軽簡単なレシピを紹介していくコーナー

簡単! ウマイ! フィリピン食材 パパッとクッキング

■今月の食材：バゴオン

フィリピンにおけるアミエビの塩辛。塩辛といっても単品で酒のつまみとして食べるのには塩っぱく、主に料理の調味料として使用。炒めると海老の風味が香ばしく、エスニック料理だけでなく炒飯や麺類に入れてもグンと旨みが増す万能調味料です。



Chef TAKASHI

1985年生まれ。栄養士の母を持ち幼い頃から食に親しんで育つ。その影響あってか、高校卒業後は自然な流れで専門学校に進学し、栄養士資格を取得。2011年5月よりフィリピンに渡り、日本レストラン『華一』のシェフ兼オーナーとして着任。若きホープとして、地元日本人だけでなくフィリピン人にも和食の美味しさを伝える。

夜食にささっと作れちゃう・バゴオン焼きそば

●材料(1人前)

焼きそば.....1パック
バゴオン.....大さじ1~1.5
(スパイシーなど色々な種類があるのでお好みで。
入れすぎ注意)
卵黄.....1個
塩コショウ.....少々
醤油またはポン酢.....小さじ1
油.....少々
白ごま.....少々
刻み小ねぎ.....少々

- ①フライパンに油を敷き、バゴオンと焼きそば、調味料を、よく絡むように炒めます
- ②お皿に盛り付け、中央に卵黄を一つ落とし(味がマイルドになります)
- ③彩りで白ごまと刻みねぎを散りばめて完成!

電子レンジで焼きそばを温めて、バゴオンとあらかじめ混ぜ合わせておくと、調理がしやすくなります。卵黄を入れることによって味がマイルドになります。いろいろなメーカーのバゴオンがあるので、いろいろ試してみるのもおもしろいかもしれませんね! 醤油のかわりにポン酢を使うと、酸味が効いて、また違った味を楽しめます。



お酒のお供にもう一品!・バゴオンの白和え包み上げ

●材料(6個分)

バゴオン.....20グラム
木綿豆腐.....100グラム
長ネギ.....10グラム(粗みじん切り)
海苔.....6枚(5cm四方ほどの適当な大きさ)
塩胡椒.....少々
片栗粉.....小さじ1
油.....※揚げる用

- ①木綿豆腐は布巾やキッチンペーパーなどで水分をよく切ります。長ネギは食感を残すため、粗めのみじん切りにします。
- ②バゴオン、豆腐、ネギ、つなぎに片栗粉を一つの

ボールに入れ、混ぜ合わせます。

- ③適当な大きさに切った海苔に載せて、油で色よく揚げます(フライパンや小さめの鍋に大目の油を敷いて、「揚げ焼き」でも代用可です)。
- ④揚げたら油をよく切り、お皿に盛り付けて完成!

日本の居酒屋によくあるようなメニューをフィリピン版にアレンジしてみました。豆腐のフワフワとした食感とネギのシャキシャキとした食感、そこにバゴオンの味が良く合い、ビールなどのおつまみに最高です! もちろんご飯のおかずにもピッタリ! 絹豆腐で作る場合は、つなぎの片栗粉を少し多めにすると、うまく揚げられます。

ARA

Korean Restaurant 아라

**韓国の宮廷料理をじっくり学んだ
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
食器使いも
おしゃれ!**

オーナー自慢の逸品!
『MUDUM GOGI』
1,800php (VAT込)
3種肉とジューシーな
サムギョプサルの盛合わせ
ごま風味サラダ・5種薬味付

ARA ☎ B-2
☎ 02-817-1206 住所 7232 Malugay St, Brgy, Bel-Air Makati
営業時間 11:00~14:30(ランチ)/17:00~22:00(ディナー)

**柔らかくジューシーな
和牛ステーキで
家族で過ごすひとときを
より印象深いものに**

和牛ステーキ4人前オーダーのお客様に
和牛リブロース(6oz)サービス! ※その他の特典や割引券との併用不可
☎ D-2
Westgate Alabang 7713945 • Quezon City 9249194 • Burgos Circle @ The Park 4325988

uniquease 定休日：木曜日
ランチ 11:00AM - 3:00PM
ディナータイム 3:00PM - 5:00PM
ディナー 5:00PM - 10:30PM

ユニカセコーポレーションは、青少年に雇用の機会を創出し、
危険にさらされた子どもの数を減らすことを目的に設立された
社会的企業です。

アラカルトメニュー (Php30.00~)
ヘルシー日替わりセットメニュー (Php300.00)

Address: G/F, AVANT Bldg. #48 Jupiter St cor Mars St,
Bel-Air, Makati City 1209, Metro Manila, Philippines
Tel # +63 (2) 519-6406
Email: uniquease.restaurant@hotmail.com
URL: uniquease-philippines.blogspot.com
Twitter: /UNIQUEASE
Facebook: /UNIQUEASE.Restaurant

オルティガスにある本場韓国料理屋
SONG DO 令豆 Korean Restaurant
Tel: 02-636-4821
02-636-3626
定休日：なし
M 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 ジュルルック 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・プエブロ」の中)
◎ 10:30am - 14:30pm (ランチタイム)
17:30pm - 22:30pm (ディナータイム)

New Hatchin
Japanese Grocery
日本食材専門店
品揃えは基本的な日本食材に加え、
生鮮食品が置いてあるのも魅力の一つです。

Always Fresh!
Cake Meat
Seafood Sushi
Vegetable Delica

マカティ店 02B-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
10:00-21:00 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: 02-832-8905, 02-834-1384
Fax: 02-834-1384

CHINO ROSES AVE. (PASONG TAMD)
Metropolitan Ave. ANJALA EXT.
New Hatchin
Baguio
Yakal
Makati central Fire Stn.
Makati Central Post Office
Sen. Gil Puyat Ave. (Buendia Ave.)

美しく繊細なステーキとワインのマリアージュを

For more information contact:
phone: +632.403.5231
mobile: +63.906.486.2650
122 Joya, Rockwell Makati City, Metro Manila Philippines

BISTECCA
www.bistecca122.com

La-Ciel Dairy Products

とびっきり新鮮で美味しいミルクと
ヨーグルトをお届けします!

La Cielでは、ミルク本来が持つまろやかな味と
豊富な栄養分をキープするため、
低温殺菌処理を必要最低限に抑えています。
La Cielのヨーグルトには、消化を助けて
おなかの調子を整える乳酸菌が豊富に含まれています。

SIZE (500ml / 200ml)
Fresh milk (フレッシュミルク)
Flavored yogurt (フレイバード・ヨーグルト)
Plain sweetened yogurt (プレーンヨーグルト：甘味料あり)
Plain unsweetened yogurt (プレーンヨーグルト：甘味料なし)

配送無料!!
697-71-10
0927-628-92-78
(メトロマニラ地域のみ)

Primer sari-sari Store OPEN!
お得なチケットなどをご用意しています
プライマーサリサリストア www.primer.ph
取り扱い中のお得な商品券を紹介!

Zucchini's Restaurant ズッキーニズ・レストラン
ケソン市にある、知る人ぞ知るヨーロッパ料理の名店。
サンティス・デリカテッセンのオーナーが開いたイタリアンレストランが原
型で、料理はもちろんワインのセレクションにも定評があります。

500ペソ分 お食事券
500ペソ ▶ 250ペソ (50%OFF)
有効期限：2011年12月30日

Zucchini's Restaurant
#20 Scout Tuason cor. Scout Castor Sts., Quezon City
TEL: 02-415-5533, 02-376-5896

※読者の皆様へのギフト券販売はPrimerMedia社が行っております。
詳細はプライマーWEBへ (<http://primer.ph>)

**プライマーで
キレイになろう**
WEBにもビューティー情報
盛りだくさん!

<http://primer.ph>



休息 MASAJE 休息
マッサージで健康を維持しましょう!
毎日24時間営業
0927-8090-999 / 0999-1882-888

サービス内容(時間)

スウェーディッシュマッサージ (ラベンダーオイル使用)	P 250
コンビネーション (スウェーディッシュ&指圧)	P 300
フットリフレクソロジー (ペパーミントフットジェル使用)	P 300
タイマッサージ (タイの古式オイル使用)	P 300
アロマセラピー (アロマオイル)	P 500
ツインマッサージ	P 500
ボディスクラブ	P 500
ヴェントウサ	P 500
マニキュア&ペディキュア	P 350

男性・女性セラピスト常駐
ご自宅・ホテルへの出張サービスいたします
※マッサージ以外のサービスは行っておりません

**Jangerine
MASSAGE**
身体への癒しと健康増進へ
毎日24時間営業
02-964-8788
0917-510-0730 / 0999-560-9445

- スウェーディッシュマッサージ...P250
- 指圧マッサージ...P250
- コンビネーション(スウェーディッシュ&指圧)...P300
- タイマッサージ...P300
- フットリフレクソロジー...P300
- アロマセラピー...P500
- ボディスクラブ...P500
- ヴェントウサ...P500
- ツインマッサージ...P500
- マニキュア&ペディキュア...P350

男性または女性セラピスト常駐
ご自宅またはホテルへ出張いたします
刘師エリア
Makati, Pasay, Mandaluyong and Pasig

**機能的でオシャレなメガネが豊富に揃う
韓国発メガネ専門店**

眼鏡士による
最新機器を用い
ての視力検査

**メガネの品揃えは
フィリピン随一**

HOYAレンズの取扱いあり

Verona Optical MD-1
Ground Floor, Insular Bakery Building, 5051 P. Burgos St.,
Poblacion, Makati City (セブンイレブン隣)
Tel: 02-502-5289 / 0917-874-3648 営業時間9:00~21:00、定休日なし
Website: www.veronaoptical.com / www.geolico.com.ph



Oh! Happy Day!
Love, congratulations, thank you
for the flower delivery service
フラワーギフトの宅配サービス

Fresh flowers, Bouquet professional
Birthday, anniversary, for the love confession,
Customer management.

お客様にご満足いただけるサービスをお届けします。
ご注文はこちらまで
☎ 0917-896-6922 / 02-624-0757 / 0915-603-6450



Yamada Miyura
Standing and Body Care Center

早い! つらくない! 疲れない!
エクササイズ不要の自然かつ安全な方法で、
お客様の体を無理なく効果的にシェイプアップ致します。
当店では、高度な技術を駆使した
「非侵襲的スリミング・トリートメント」を施術しております!

- 高速整体術
- ボディローニング&ボディスカルプティング
- ウルティメイトYMスリミング

深刻な肥満問題でお悩みの方のための、集中減量プログラムです。
効果的な減量により、健康的な体を取り戻すことができます。

本店: #30 Sgt. Esguerra, 2nd level of Santuario Spa Autosource Bldg, Quezon City
フランチャイズをご希望の方: (+63)2-500-7937 / (+63)915-895-4966
www.yamadamiyura.com.ph



海流 KaiRyu Nails

日本人ネイリストによる
ネイルサロン
チップのオーダーメイドも受付中
ネイルサロンだけではなく小物も販売

●人気メニュー
ジェルアート.....P2000
マニキュアアート.....P1000

Check!
Mega Mallで行われたCosme expoに参加しました!
ネイルコンテストのAnimal部門第2位獲得!
詳しくはFacebookをご覧ください。

KaiRyu Nails 本店(海流ネイルス)
12-B Alcalde Jose St. Kapasigan, Pasig City (ボニファシオより10分)
マーケットマーケット店 MD-P-3
Tel: 02-490-5370 / 0926-756-7377 (日本人専用)
営業時間 10:00~21:00 定休日なし
<http://www.facebook.com/kairyunails>



ホームサウナで 良質なリラクゼーションを

メニュー(各1時間)

- * スウェディッシュマッサージ.....P250
- * 指圧.....P250
- * コンボ.....P250
- * タイマッサージ.....P350
- * ホットストーンマッサージ.....P350
- * ヴェントーサマッサージ(カッピング).....P350
- * セルライトマッサージ.....P450
- * エナジャイジングマッサージ.....P500
- * リンパマッサージ.....P500

今なら!!

スウェディッシュマッサージのご利用で
その他のメニューが

1時間
P198

1時間半
P288

2時間
P375

* 2011年
12月未まで

男性・女性セラピストをお選び頂けます。

ご自宅・ホテルで、心の奥底からリラックス

お客様の
声

すばらしいマッサージで
贅沢なリラクゼーションを
過ごすことができました。

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

Simply Natural Therapies

for mind, body & soul



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

★今月のプロモ!
すべてのマッサージが
2時間P450(マラテエリア限定)

▶サービス内容(時間)

ヴェントーサ.....P325	指圧&スウェディッシュ.....P250
お子様へのマッサージ.....P250	ツインマッサージ.....P500
指圧マッサージ.....P250	フットリフレ.....P250
スウェディッシュマッサージ.....P250	フットスクラブ.....P300
タイマッサージ.....P300	ボディスクラブ.....P500

※マッサージサービス以外は行っておりません

3530 Cityland Pasong Tamo Tower Don Chino Rocas Ave., Makati City

Tel: 501-3985 / 09175937122

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、皆様のお手伝い出来ればと思っております。サロンの場所はケンジシティのわかりやすい場所にございます。

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、オフ代は頂けません。

※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

☎02-411-2487、PLDT☎02-927-1998
Twitter アカウント: reinalsalon

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!

プライマー × PAUL & JOE コラボ企画 メイクアップ・ワークショップ

キュートでフェミニンなデザインが人気のコスメブランド『PAUL & JOE (ポール&ジョー)』。ボトルやコンパクトの可愛さはもちろん使い心地のよさから、20代の女性を中心に人気を集めている日本のブランドです。

同ブランドの2011年秋コレクション『MANHATTAN (マンハッタン)』の発表を記念し、プライマーとPAUL & JOE初のコラボ企画『メイクアップ・ワークショップ』を先月、Rustan's Makatiにて行いました。フィリピンでPAUL & JOEブランドを扱っている『Prestige Brand』社メイクアップ・アーティストのJudithさんを迎え、プライマー読者のみなさまに最新のコレクションを試していただきました。

マンハッタン街の光と影を映し出したニュアンスカラーが特徴的な秋コレクションは、カラーパレット (P2650) やリップスティック (P1550)、アイシャドウ (P2650) などがラインナップ。それぞれのアイテムには街を象徴する名前



ワークショップの様子

がつけられているのが特徴です。今回一番人気だったのが、チークパウダーとアイシャドウがセットになったカラーパレット各3種。それぞれに4種類ずつ入っているアイシャドウを使い分けることで、普段使いにもパーティーシーンなどにも最適です。

参加者のみなさんには『PAUL & JOE』オリジナルのアクセサリーケースをプレゼントさせていただきました。ご参加くださったみなさん、ありがとうございました!



秋コレクションより、
カラーパレット3種とリップスティック2種

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



UHI UNIVERSAL HOLIDAYS, INC.

TRANSNATIONAL

大切な思い出作りのお手伝いをいたします

ピコール 3,200ペソから	セブ 5,680ペソから	ボホール 5,160ペソから
ボラカイ 4,680ペソから	プスアング 12,000ペソから	パラワン 17,000ペソから

上記料金に航空運賃は含まれておりません(詳細は下記までお問い合わせください)

Tel. (632) 859-3888 Fax. (02) 859-3894 E-mail: corp.sales@universalholidays.com

www.universalholidays.com

Nail Nature

ナチュラル素材で爪を美しく
韓国製の自然派素材にこだわりました。

メニュー

- ベーシックマニ&ペディ P170&P190
- マニ&ペディスパ P350&P490

ボディマッサージやワックス、キッズ向けサービスも用意。ボディマッサージ及びマニ&ペディのホームサービスも承っています。

Nail Nature ☎ N-2
 #21 Kensington Place, 1st Avenue corner 29th Crescent,
 Park West, Fort Bonifacio, Global City
 Tel: (+63) 2-622-6285 / (+63) 917-502-6245
 営業時間 10:00~22:00 無休

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



**皮膚の専門医が
ひとり一人の
お肌に合った
スキンケアをご提案**

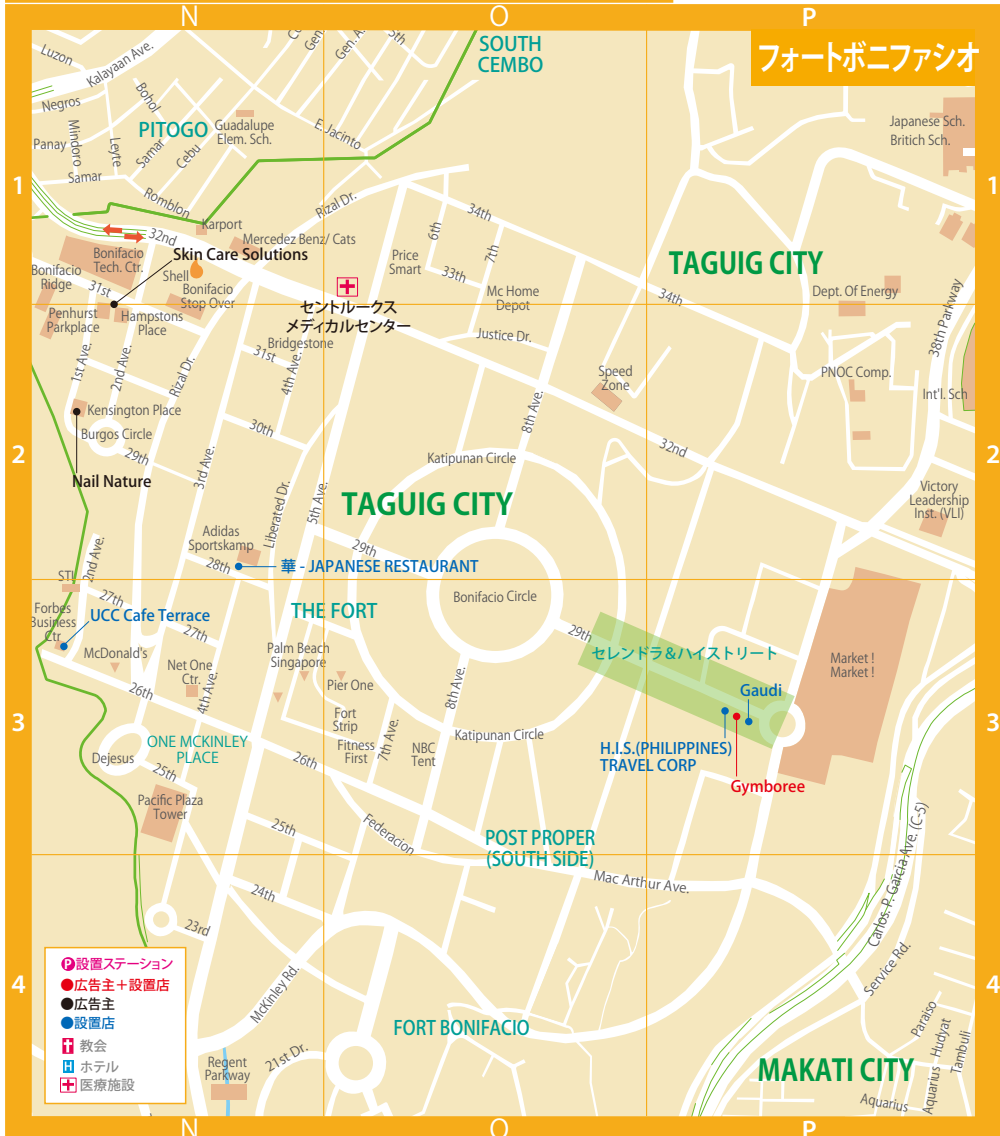
トリートメントメニュー

- ダイヤモンド・ピーリング(フェイシャル)…P500 / 1回
炎症や赤みなどの心配がない安全なピーリング。ニキビ跡、毛穴の開き、はつきりしたくすみなどに効果的
- レーザー脱毛…P2,500 / 1回、6回分購入で1回無料
アメリカ製のダイオード機器を用いた肌に優しいレーザー脱毛
- 肌の引き締め(リファーム)…P6,000 / 1回、6回分購入で1回無料
紫外線によるダメージやシミ、肌トーンの改善に効果が期待できるトリートメント
- その他
ホワイトニング、フェイシャル各種、ピーリング各種、ボトックス、痩身、肌質・髪質・爪のトリートメント、イボ取りなど

SCS Skin Care Solutions スキンケアソリューションズ M N-2

Unit 1-H Grand Hampton, Tower 1, 31 St. cor.2nd Ave. Fort Bonifacio, Taguig City
Tel: 8566960 Cell: 0917-4338172 営業時間10:00~20:00 (月~土)

SCS Mall of Asia
Unit 204, 2nd Floor, Entertainment Mall South Wing, SM Mall of Asia, Pasay City
Tel: 577-0425, 556-7272 Cell: 0917-598-0599 営業時間10:00~21:00



在フィリピン日本国大使館からのお知らせ

領事手数料(Consular Fees)

2011年4月1日から、
2012年3月31日まで。

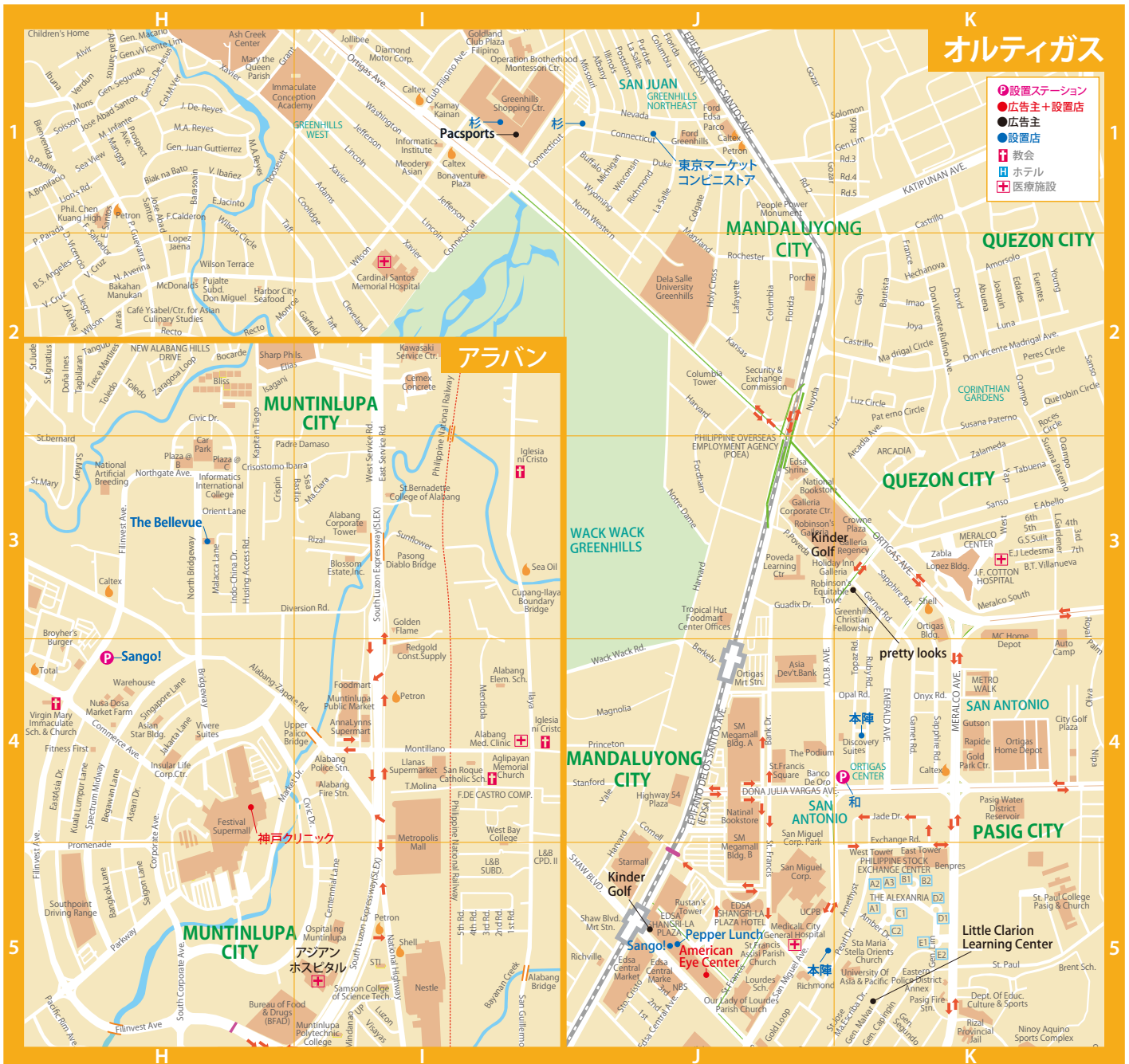
●旅券関係	ペソ(Pesos)
10年旅券	8,200
5年旅券	5,650
12歳未満(5年旅券)	3,100
記載事項訂正	500
査証欄の増補	1,300
帰国のための渡航書	1,300
●証明関係	ペソ(Pesos)
在留証明	600
婚姻要件具備証明書	600
出生、婚姻、離婚等の証明	600
署名証明(個人のもの)	850
印章証明(官公署に係るもの)	2,300
遺骨証明	1,300
運転免許証の翻訳証明	1,100

●査証関係(VISA)	ペソ(Pesos)
一般入国査証(一般)	1,550
数次入国査証(一般)	3,100
通過査証(一般)	350
再入国許可の有効期間延長	1,550

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

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)



**思い出に残るパーティーを
クロカンパッシュで演出してみませんか♪**

好評予約受付中!

Happy Cream Puff
http://www.happycreampuff.com
マカティ店C-2 レガスピビル2店B-3 サルセド店C-3
☎ 817-4234 (代蔵)
http://www.facebook.com/Happycreampuff2006

タガタイ プエルトアズール

Raja
ラジャ

**韓国料理
雑貨**

ゴルフコース&ホテルのご予約手配

例: Special pool villa, Splendido,
Riviera, Eagle Ridge, Sherwood

プエルトアズール パッケージ: 100ドル
カイスピークビーチホテル
朝昼夜・食事付・ゴルフコース使い放題(無料)

☎ 0917-880-0917
www.rajatagaytay.com
Magallanes Square Tagaytay City

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: 0926-752-6615(片山)
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/

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



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)
セントルースメディカルセンター(ケソン)	02-723-0101
セントルースメディカルセンター(グローバルシティ)	02-789-7700(代表)
(国際ラウンジ)	内線1090番又は1091番
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)	02-817-1289

空港

ニノイ・アキノ国際空港(NAIA) 02-877-110

航空会社

全日空.....	02-553-8000
日本航空.....	02-886-6868
フィリピン航空.....	02-818-0111
キャセイパシフィック航空.....	02-757-1313
ノースウエスト航空.....	02-810-4219
タイ航空.....	02-812-4812

フィリピン政府機関

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

.....001-8

MASTER CARD グローバルデスク
001 000 1111 0001

001-800-1-111-6061 (※3)
電話係免費中 (PLDT CALL) 187

電話番号案内(PLDT CALL) 187
※1 日本から使われる料金

※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-××××の場合、63-2-123-××××

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

If you have visited Japan during the foliage season, you will probably say November is one of the best times to visit the country. From the crisp dry weather to the eye-pleasing autumn leaves to autumnal delicacies such as matsutake mushrooms, Japanese equivalent to Italian truffles, autumn in Japan is an ideal season to travel around to appreciate these natural blessings.

Foliage season, often compared to the rosy cherry blossom season in spring, is the time when the leaves of

cherry blossom viewing in spring. Blessed with four seasons, Japan has quite a few seasonal activities deeply rooted in its culture and history, which we will elaborate in our future articles.

Among the highlights of this annual natural feast are the gardens and temples in Kyoto, where the sharp contrast of

Autumn Leaves in Japan

a world full of colors



紅葉
(Koyo, autumn leaves)
©Yasufumi Nishi
©JNTO

比叡山
(Mt. Hieizan in Kyoto)
©Akira Okada
©JNTO



円光寺
(Enkoji Temple in Kyoto)
©Y.Shimizu
©JNTO

trees take on yellow, orange and red hues from the original green color. Early phase of the autumn colors can be enjoyed at mountain ranges that color the entire slopes in brilliant autumnal hues. As the color front gradually spreads from northern Japan to the parks and the gardens in the cities to Kyushu, the southern island; you could basically enjoy the leaves almost anywhere if you are at a right place.

To catch a glimpse of this natural beauty, people travel around Japan during the season. Indeed, the leaf-viewing has been a popular activity in autumn for centuries just like

the bright hues and darkish temples are utterly magnificent. Since Kyoto, the ancient capital is famous for their foliage season; it draws a large number of travellers to witness the scenic beauty.

The scenery gets even more spectacular after dusk in Kyoto. Take a leisurely stroll at the historical places in the evening, as some selected gardens and temples are illuminated during the season. This visit will surely remain as your best memory of autumn. (sweetsholic)



Animahenasyon 2011

5th Philippine Animation Festival
22-25 November 2011 Eastwood City, Philippines

www.animahenasyon.com



Add Friend [facebook.com/animahenasyon](https://www.facebook.com/animahenasyon)
Like [facebook.com/AnimahenasyonPilipinas](https://www.facebook.com/AnimahenasyonPilipinas)



Follow twitter.com/animahenasyon



Eastwood City

EASTWOOD RICHMONDE HOTEL

International Center of
Industrials Technology Education

GoodNews

The Philippines is perceived in different ways, both good and bad, as a result of the various images presented by both international and local media.

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

In partnership with the Department of Tourism, it is an indispensable resource for Japanese tourists and Japanese residents seeking out the best of the Philippines from culture to health, spas to resorts, dining to hotels, and more.

Since it started in 2008, the readership has grown to 40,000 through our distribution points in major establishments in Metro Manila, Metro Cebu and in Japan, as well as through the Primer website.

Clearly, the Japanese are becoming more and more interested about the Philippines, its beauty, travel destinations, relaxation, shopping and dining, and business opportunities. The interest goes both ways. Filipinos also have a growing interest in Japan, its rich culture and current trends.

Knowing this, we not only endeavor to provide the Japanese with valuable information about the Philippines, but we also strive to share the culture of the Japanese to our non-Japanese fans. That is what we are all about, connecting Japanese and Filipinos.

This section of the Philippine Primer is for you. There are so many things to share about Japan and we want to hear from you what you are particularly interested in. Don't be afraid to speak your mind: comment, ask and share. You'll never know, Japanese and Filipinos might not be so different after all.

You can reach us through the following:
email us at info@primer.ph, call us at +632-836-8381,
or talk to us at <http://www.facebook.com/Primer.ph>.
We truly appreciate hearing from you!



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: Hiromichi Fujita

CEO: Motokatsu Sunagawa

Editorial and Sales Team:

Cyra Caparros

Eri Asada

Jessie Ojales

Kaori Suzuki

Maica Visto

Mak Mongis

Yuta Kusakari

Prauline Lorena

Crystal Chezza Tan

Administration Team:

Darius Guerrero

Donna Cabrera

Dottie Figueroa

Elsie Bartolo

Rowena Manzon

Art Direction & Design:

Hiroyuki Yanagida (willsnow-dfl)

Design: Assistasia Philippines Inc.

Photographer: Dustin Carbonera

Contributors:

Hiroharu Motohashi

Rumi Harada

Roxanne de Jesus

Feature of the Issue

One of the biggest challenges of living abroad is to find a good clinic/hospital, and more importantly getting to know a reliable doctor who will really listen and take good care of you.

In this issue, we interviewed some doctors from several institutions and asked them things like; the challenges when they communicate with the Japanese patients, cultural differences found during the consultation. We found out some interesting facts about Japanese patients.



Aside from interviewing doctors and showcasing medical institutions, we covered The Farm at San Benito, a wellness and medical resort which offers a week-long Environmental Detox Program for you to be ready for the holiday season!



はじめまして。キャノンの川原田麻美が、
お客様のオフィスのお悩みを解決致します。

ケース1: 膨大な印刷コストをなんとかしたい!

原因:

1. 複数のプリンターを使用している

現状: 複数のインクジェットまたはレーザープリンターを使用していると、インク消費量の効率的な管理が難しいため、1枚あたりの印刷経費が膨大なものになってしまいます。



2. 無駄な印刷が多い

現状: モノクロ印刷で済むような書類をフルカラーで印刷したりしていませんか? プリンターが私用で使われていないか、誰が印刷したのかなど、事務機器の使用状況をきちんと把握して管理しないと、無駄な印刷経費がかかってしまいます。



解決策:

マルチ機能を備えた事務機器1台で、印刷・スキャン・コピー作業を一元管理! メンテナンス契約を結べばトナーをいくら消費しても、印刷毎のコストは変わりません。印刷状況の監視や印刷管理が簡単に行えるため、印刷コストの削減や作業効率化を図ることができます。

uniFLOW



キャノンのプリントチェックサービスにより、誰が一番印刷量が多いか、何を印刷したか、何のために印刷したのかを簡単にチェックすることができます。事務機器の使用状況を細かく管理できるため、事務印刷コストの大幅な削減が可能です。

検証結果: 複数のプリンターの使用や無駄な印刷は、印刷コストの増加を招きます。キャノンの多機能機器で印刷作業を一元化し、印刷状況を的確に把握することによって、印刷業務を効率的に管理し、印刷コストを最小限に抑えることが可能です。

Business **can** be simple

次回: オフィスの生産性を飛躍的にアップ! の巻



Asami Kawaharada
Japanese Account Group
Business Imaging Solutions Division
Canon Marketing (Philippines), Inc.
7/F, Commerce & Industry Bldg., Campus Ave.,
Mckinley Hill, Fort Bonifacio, Taguig City 1634
Trunkline : (632) 884-9090
Direct Line : (632) 812-0045
Fax Line : (632) 556-1456
asami_kawaharada@canon.com.ph
customer_assistance@canon.com.ph
www.canon.com.ph

CANON Customer Service Centers

MAKATI CITY
3rd Floor, Southpark Plaza, Lot 8, Block 4, Phase 1,
Santiago St., Paseo De Magallanes Commercial Center,
Brgy. Magallanes, Makati City
Tel. No.: (632) 884-9000
MANDALUYONG CITY
Liberty Center, Freedom Plaza
Ground Floor Retail Row Unit 1 & 2, Shaw Boulevard
Tel. No.: (632) 884-9000
VISAYAS REGION OFFICE
Unit 15, The Gallery, Golam Drive,
Juan Luna Avenue, Mabolo, Cebu
Tel. Nos.: (032) 233-5735 / 2314165 / 2333862 / 2334165
MINDANAO REGION OFFICE
Units 1 & 2 Bajada 88 Building,
JP Laurel Avenue, Bajada, Davao
Tel. Nos.: (082) 226-2050 / 2273820 / 2278929

CENTRAL LUZON REGION OFFICE
G/F Unit 4 Northwalk Complex,
Gapan-Olongapo Road, San Fernando City,
Pampanga
Tel. No.: (045) 961-8734

NORTH LUZON REGION OFFICE
Kenny Plaza Building, Quezon Avenue
Brgy. Catbangen, San Fernando City,
La Union
Tel. Nos.: (072) 242-4587 / (072) 242-4587

SOUTH LUZON REGION OFFICE
Door 7 & 8 CEA Building,
Lapu-Lapu Street, Legazpi City
Tel. No.: (052) 820-2083