

第1特集

フィリピンをもっと知ろう、楽しもう!
今日も **フィエスタ日和**

第2特集

目指せキレイ&男前

サロンガイド

ココロ
染まる

プレミアム・リゾートアイランド
フィリピン

02

February Vol.47



PHILIPPINES

7,107 islands beyond the usual

www.premium-philippine.com

「大学時代から過ごしてきた大好きなフィリピン、 日本企業のビジネスチャンスを広げることでフィリピンを元気にしたい！」

PrimerにCanonの広告掲載をするようになって3年。様々な企業から、ビジネスのお問合せを頂くようになりました。年々、反響の数が増え、昨年はなんと倍以上に! Primerには本当に感謝しています。

Primerを見て連絡をくださるのは、新しくフィリピンに進出する日系企業の方はもちろん、「配線が複雑」「印刷代が高すぎる」など現在のオフィス機器が上手く機能せずに悩んでいる企業の方まで様々です。毎日働く場所だから、オフィスは少しでも快適に、効率よくお仕事をしたいですよね。機器を納品すると

きに、担当させて頂いた企業の方の表情がパツと明るくなる瞬間がとてうれしく感じます。既存の企業の方からも「Primer」見たよ、がんばっているね」と声をかけて頂くことが多いです。

フィリピンで幅広い日本人の方と知り合えることや、その方々のビジネスをサポートできることが、なによりのやりがいです。今後もPrimerで情報発信していきますので、どうぞ楽しみにして下さいね!

(Asami Kawaharada: Japanese Account Group, Business Imaging Solutions Division)



広告掲載のお問合せ▶information@primer.ph / (+63)-2-836-8381
PDF版無料ダウンロード▶<http://primer.ph>

Philippines is my Second Home. I Want to Give Philippines Genki and Business Opportunities through Primer!

We have been happy with Primer for almost 3 years. Primer has helped us to reach the Japanese businesses in the Philippines. Our investment on Primer, in terms of business opportunities, marked double last year! The return on investment is really satisfying! We are happy with Primer and continue our long term partnership with them.

It has been 5 years since I landed in the Philippines for the first time in 2007. Now I am with Canon after graduation, handling office solutions to Japanese companies in the Philippines.

I receive inquiries from various Japanese companies, facing difficulties with their office environments. While some officers are concerned about their stand-alone machines,

making their operation inefficient or others have problems such as their printing cost is too expensive. I also handle with the newly entered Japanese companies in the local, looking for initial office equipments.

I'd like to provide solutions to my clients where they can work comfortably and simply so that their business will run smoothly and efficiently. I have received positive comments and feedbacks from our existing customers, which make me feel happy.

It is my pleasure to serve both Japanese and Filipino business communities. Please look forward to our AD on Primer's March issue!



Canon
Delighting You Always

Primerで ビジネスに 新しいチャンスを Business Expansion with **Primer**

Canon Marketing (Philippines), Inc.
7/F, Commerce & Industry Bldg., Campus Ave.,
McKinley Hill, Fort Bonifacio, Taguig City 1634
Trunk line: (632)884-9090
Fax Line: (632)556-1456
E-mail: customer_assistance@canon.com.ph
www.canon.com.ph

Philippine Primer can be downloaded for FREE at <http://primer.ph>
For Advertising Inquiries: information@primer.ph / (+63)-2-836-8381

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。



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 **PHPR2012**



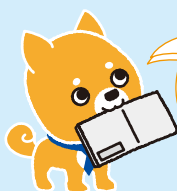
紙面どうぞ!



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ませ。
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

February 2012 02

Contents

第1特集

フィリピンをもっと知ろう、楽しもう! 今日も フィエスタ日和

- 13 | 編集部厳選、豪華フィエスタ
17 | 保存版 フィエスタ・カレンダー



第2特集

目指せ! キレイ&男前 サロンガイド

- 27 | スタッフが体験 話題のヘアエステ



Column

- 8 What's NEW in town?
話題のお店や新商品をチェック!
- 10 簡単! ウまい! フィリピン食材 パパッとクッキング
今月の食材: マンゴスチンとハニーデューメロン
- 21 プライマー面白スポット探検課
Vol.5 スリリングな刺激を満喫! 「射撃場」
- 22 フィリピン★ビジネス烈伝
第3回 マンダムフィリピン 川北英男さん
- 24 フィリピン食彩紀行
読者にやさしいレシピブック
- 33 タガログ語入門 第10回
- 36 Arbyのフィリピン日和
第2回 『マニラ節だよ人生は』
- 42 A Taste of Japan
Column on Japanese Culture
Heart's Day: The Japanese Way



Information

39 大使館情報

38 MAP

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

41 MRT / LRT 路線図



表紙写真提供: Alex Nelbert Banaynal

■困った時の連絡先(フィリピン国内用)

●大使館・邦人関係機関

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
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
フィリピン退職庁	02-848-1412

●病院

マニラ日本人会診療所(マカティ)	02-818-0880
東京ヘルスリンク (マカティ)	02-819-2010
(アラバン)	02-772-2678
セントルークス・メディカルセンター (グローバルシティ)	02-789-7700
(ケソン)	02-723-0101
神戸クリニック(アラバン)	02-842-5405
メディカル・シティ(パシッグ)	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
ジャパン・ヘルプデスク (24時間体制で医師や医療機関を紹介)..	02-817-1289
●空港	
ニノイ・アキノ国際空港(NAIA)	02-877-1109
●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
デルタ航空	02-841-8800
セブパシフィック航空	02-702-0888

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 2月号 Vol.47

(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ください。

WHAT's NEW in town? 話題のお店や新商品をチェック!

秘伝のハーブバターで頂く
ステーキが自慢のフレンチ

l'entrecôte

グローバルシティのお洒落なフレンチ『l'entrecôte』は、美味しいステーキにこだわって1959年パリで創業した老舗店。特筆すべきは創業以来秘伝のハーブバターソース。28日間熟成アングスリブロースのステーキを、濃厚な風味と爽やかなハーブの香りで楽しめます。人気の「トマホーク・ステーキ」(P2940)は22オンスとボリューム満点で、数人でのシェアにぴったり! 北山和牛やロブスターなど豊富なメニューも人気の秘密です。

Forbes Town Center Unit A Bellagio 2
(near Burgos Circle)
Forbes Road, Bonifacio Global City,
Taguig ☎02-729-9122
営業時間 11時30分~23時(金・土~翌1時)
定休日 年中無休
<http://www.lentrecotemanila.com>

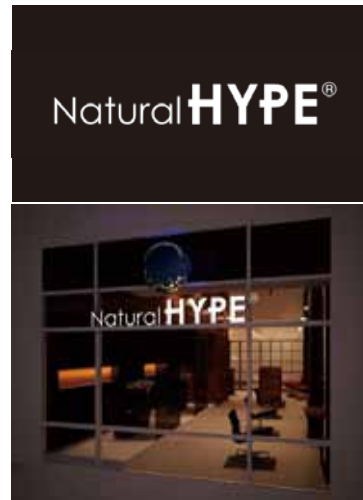


ナチュラルでいて遊び心のある
新オープンヘアサロン

Natural HYPE®

スタイリッシュな店内には座り心地のいいソファやシャンプー台上のモニター画面など、ちょっとしたサプライズ&リラックスできる工夫がたくさん。「ベーシックでナチュラルだけど、ちょっとした遊び心があったほうが楽しい毎日になりますよね」とは、いつも自然体のスタイリスト・大西さん。快適な時間が過ぎる空間へ足を運んでみては? 男性にイチオシのトリートメントは、育毛促進・ハリとコシのある髪質へと導く「アデノバイタル スカルプエッセンス(資生堂)」。

2-D at Blue Sapphire, a commercial building located at, 30st Cor. 2nd Avenue, Crescent Park West, Bonifacio Global City ☎02-478-4226
営業時間 10時~20時(土・日9時~19時)
定休日 第1・3日曜、第2・4月曜
Facebook: Natual HYPE(R)



日替わりメニュー登場!
オルティガスの韓国料理店

Song Do Korean Restaurant

本格韓国料理店『Song Do』。昨年9月から新しく韓国人シェフを迎えてメニューを一新、価格もさらにお手頃になりました。「キムチチゲ」(P250)や「ビビンバ」(P290)といった定番の一品料理はもちろん、大人数にぴったりの「USアングスビーフ盛合せ」(P1800)などのメニューも豊富に揃っています。新登場の「日替わりランチ」(P350)は前菜、スープ、メイン、BBQ、寿司や刺身など約10品がセットになったボリューム満点のメニュー!

2nd Level El Pueblo Real, ADB Avenue,
corner Julia Vargas St. Ortigas Center,
Pasig City
☎02-636-4821、02-636-3626
営業時間 10時30分~22時30分(ランチ10時30分~14時30分) 定休日 なし



あらゆる眼の悩みに対応
ロックウェルの眼科病院

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科病院『Asian Eye Institute』。各疾患の専門医が常駐しているため、複雑な手術にも対応可能です。同院の視力回復手術「レーシック」は近視や遠視に加え、これまで難しいとされていた45~60歳の老眼に悩む方の手術にも対応しています。レーシックに興味のある方は、まずは適性検査を受けてみては?

※日本語の通訳サービスもあり
9th and 10th Floors, Phinma Plaza
Rockwell Center, Makati City
☎02-898-2020/2004(代表)、02-898-2003(日本語直通番号)
営業時間 8時~17時
<http://www.asianeyeinstitute.com>
※Mall of Asia, Trinomaにも支店あり



美肌を保ちたい人も
スキンケアでお困りの方にも

O2 Skin Laser Clinic

韓国や日本人の駐在員奥様御用達の美容クリニック。シミを短期間で効果的に治療する「レーザートニング」、シミやくすみの原因であるメラニン色素などにダメージを与え、肌の若返りを目指す光治療「IPL フォトフェイシャル」やIPLによる永久脱毛、レーザーを使用したピーリングなどスキンケアメニューが揃います。ホワイトニングやアンチエイジングに効果が期待できる施術も。定期的にお手入れをして肌の若返りを目指しましょう。詳細はP31をご参照下さい。

2nd Floor, Aguirre Bldg., H.V Dela Costa cor., Tordesillas St., Salcedo Village, Makati City ☎02-892-8431、0920-836-1132
営業時間 9時30分~18時30分 定休日 日・祝



ビザ申請など煩雑な業務も
経験豊富なプロがサポート

Almarcas Consultancy Services

『Almarcas Consultancy Services』は、ビザの代行申請手続きやイミグレーション手続きの際に必要な書類の代行業務を行う会社です。個人で申請すると何かと手間がかかるプロセスを、経験豊富な弁護士とスタッフがサポート。例えばビザの延長(P3,000)なら最短1~2日、就労ビザの取得(P40,000)なら1~2カ月で対応しています。このためフィリピン入国管理局から許可が下りるまでの間も、ストレスフリーで過ごせます。



No.17 Phivedec Industrial State,
Veterans Center, Taguig City
☎02-560-9792、02-579-4041
営業時間 9時~18時(月~金)
定休日 土・日・祝

フィリピン向け送金サービス GCASH REMIT

GCASH REMITが選ばれる4つの理由

1. 自分あて送金で滞在費として引出可能。
2. 送金手数料は500円～1,530円。為替もおトク！
3. フィリピン国内18,000のアウトレットで受け取れます。
4. PC・スマホから24時間365日いつでもカンタン送金！

ご登録は無料です！
お申込みはWEBサイトから
www.gcash.jp

ご登録時のパートナーコード入力で
700円分クーポンプレゼント！

パートナーコード：**1258**

キャンペーン実施中！

GET!

送金資金

1,000円プレゼント！

※本会員登録済みの方の中から抽選となります。

GCASH REMIT カスタマーサポートセンター
日本国内から：**0120-941-027** (フリーダイヤル)
フィリピンから：**+81-6-6945-8480** (有料)
10:00 ~ 22:00 (日本時間 年中無休)

ご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。
日本語でお話いただけます。

本サービスは、ソフトバンク・ペイメント・サービス株式会社 資金移動業者登録番号 (関東財務局長第00017号) が提供しています。

国際送金サービスなら



JAPAN TO PHILIPPINES



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



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。

早く、安く、簡単で、安心・安全がモットー



安い

送金金額や現地受取り方法に関わらず、手数料は
2,000円均一!!
為替レートも業界トップクラス。



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。



安全

お客様が送金された現金は全額を保証させて
頂いておりますので安心してご利用いただけます。



簡単

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。
受取り方法もお客様のニーズに合わせて選べます。



便利

銀行閉店後の午後3時以降でも、RAPID Cashは
送金可能です。

お問い合わせ先 Tel: **03-6869-9999**

Softbank: **080-4360-4236**

AUTHORIZED PARTNER OF LBC

〒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

TRANSTECH Balik Bayan Box



SUPER VALUE ご注文の時に
JOLLIBEE PADALA 1セットを
一緒に注文すると!
¥1,000 のお値引きとなります。

JOLLIBEE PADALA
セットは6種類の
中からお選びいた
だけます



PREMIUM BOX

プレミアムボックス・キャンペーンのご案内です。

★人気のボックスです
サイズも大きめで、
お値段もお得です!

日本からフィリピンへの宅配便 NEW YEAR キャンペーン 2012/1/5 ~ 2012/2/28

地域	サイズ	スーパー バリエー	プレミアム	コンパクト
メトロマニラ カビテ・リザーガル		¥9,000	¥5,000 ▶ ¥4,500	¥4,500
ラグナ・ブラカン		¥9,500	¥7,000 ▶ ¥6,500	¥5,000
上記以外の ルソン島		¥10,000	¥8,000 ▶ ¥7,500	¥5,500
ビサヤ諸島		¥11,000	¥8,500 ▶ ¥8,000	¥6,500
ミンダナオ島 その他諸島		¥11,000	¥9,000 ▶ ¥8,500	¥7,500
BOXサイズ		73×53×55	37×53×55	55×35×35

●お支払いが遅れているお客様の荷物は、キャンペーンの対象外になります。



●お支払いは全国のコンビニエンス・ストアまたは、
郵便局、銀行からお願いします。



0120-988-890

本社 東京都台東区新木場 1-7-18
マニラ支社 29F F&J Center Bldg. 6811 Ayala Avenue Makati City Philippines

新鮮なシーフード料理

Harbor View Restaurant

ハーバービュー・レストラン

高級魚ラブラブの姿蒸しやプリプリとしたロブスター、調理方法が選べるカニ料理「Crabs」(P160/100g)など、新鮮なシーフード料理に定評のあるレストラン。前菜、スープ、魚・蟹・肉料理、野菜炒め、炒飯、デザートが付く8品のセットメニュー(P7740~/10名用)を各種取り揃えているので、大人数で利用すれば更にお得です。マニラ湾を眺めながらシーフード料理を堪能して。

●おすすめ 甘辛やオイスターなど、ソースが選べるラブラブの蒸し料理「Live Lapu-Lapu」P165/100g

South Gate A, Rizal Park, Manila

☎02-514-6339、02-359-0570

☎11時~24時 ㊤不定休

350席・個室なし

Facebook: I Love Harbor View Manila



「カラダにやさしい」にこだわったぬくもりある自然食レストラン

UNIQUEASE

ユニカセ

「毎日の食べものがカラダを作る土台になる、だからキッチンとこだわりたい」。GM中村さんの思いがこもった同店では、フィリピン国内で採れる有機野菜や魚介類を中心に、身体に良い素材の組み合わせを追求しています。彩りと栄養バランスが考えられたメニューの数々を、居心地のよい空間で味わってみては? (個室有り/2時間貸切P1000) 店内にはNGOのフェアトレード商品小物が購入できるコーナーも併設しています。

●おすすめ ●野菜中心にアレンジされた前菜やサラダ類のアラカルト(P30~)●メインを選べるセットメニュー(P300)メイン例: ねぎとろハンバーグ等

G/F, AVANT Bldg, #48 Jupiter St cor Mars St, Bel-Air, Makati City, Metro Manila

☎0927-791-5516 (英語・日本語対応可)

☎11時~22時30分(L.O.22時) ㊤木曜 88席

Facebook: ユニカセ Restaurant Makati



photo by Erik Liongoren

本場韓国の料理人が創るオルティガスの韓国料理店

Song Do Korean Restaurant

韓国料理ソンド

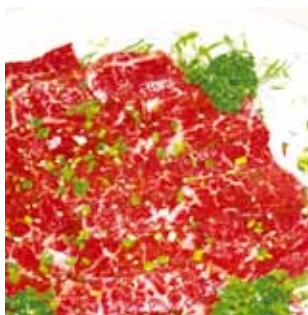
オルティガスの韓国料理店『Song Do』では、本場の韓国料理を心地良い空間で楽しめます。靴を脱いでゆったり寛げる畳席(30席)や、周りが気にならない個室(12席)を完備、宴会や接待にもばっちりです。オススメは特製タレに漬け込んだ「USアンガス・ジュルルック」(P450)。他にも「サムギョプサル」(P290)や「石焼ビビンバ」(P330)など、手頃な価格設定も嬉しいですね。

●おすすめ ①味付無し、肉本来の味を堪能「USアンガス・スペシャル」P680 ②程よい辛さが病み付きに「スンドゥブ・チゲ」P250

2nd Level El Pueblo Real, ADB Avenue, corner Julia Vargas St. Ortigas Center, Pasig City ☎02-636-4821、02-636-3626

☎10時半~14時半/17時半~22時半 ㊤なし

100席・個室あり



本格派とんこつラーメン!

麺屋元氣

Menya Genki

人気のラーメン店源屋が、店名を改めリニューアル。店主&スタッフは変わらず新メニューを強化。もちろん味は一層磨きを掛けた本格豚骨ラーメンです!

特におすすめはラーメン・炒飯・ドリンクに選べるメニュー(餃子、天ぷらなど)が付いたお得なランチセット(P280)。ゆっくりミーティングにも使えるよう2階のプライベートルームも改装。美味しいラーメンを食べるなら一見の価値ありです!

●おすすめ ①まずはこれ!「醤油とんこつラーメン」(P200~) ②ランチセット「ラーメン+餃子+炒飯+ドリンク」(P280)

Hobbies of Asia PX06, No.8 President Diosdado Macapagal Boulevard, Pasay City ☎02-552-2698

☎11時~23時 ㊤無休 50席・個室あり



ARA

Korean Restaurant

아라

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)

ロマンティックなバレンタインを、絶妙な柔らかさと繊細な味わいの和牛ステーキと共に
とるような口当たりのステーキは、彼女の心までもゆっくりと溶かすことでしょう
和牛ステーキ4人前オーダーのお客様には、和牛リブロース(6oz)をサービス!
※その他の特典や割引券との併用不可

Westgate Alabang 7713945 • Quezon City 8249184 • Burgos Circle @ The Park 4835868

関取のこだわり — 其の壱 — ちゃんこ鍋 編

おすすめの
ちゃんこ鍋

●関取ちゃんこ鍋：ハーブP650/大関P1100/横綱P1400
●味噌ちゃんこ鍋：ハーブP700/大関P1250/横綱P1500
※期間限定ちゃんこ鍋もあり。今月は「坦々ちゃんこ鍋」を予定しています

相撲部屋のちゃんこ鍋は、巨大な鍋に次々と具材を入れていくため、旨味がタッブリ
出て美味しくなっています。ただお店では中々そうはいきません。同店では一口目か
ら美味しく食べてもらうため、鍋のスープを毎日別に仕込んでいます。鶏や豚肉、豚骨
に鶏ガラと豊富な野菜や果物を1回に10kg以上使用、大鍋で5時間程煮込んで仕上げま
す。スープが無くなれば売り切れ、残った場合は廃棄します。毎日
丹念にスープを仕込む。これが関取のちゃんこ
鍋へのこだわりです。



こだわりの
野菜とお肉が
たっぷりスープ



相撲茶や関取
Japanese Restaurant SEKITORI

☎ 02-425-9030
<http://www.sekitori.asia>

Little Tokyo, Chino Roces Ave., Makati City
営業時間：12時～14時半(月～土) / 17時～24時(日曜～23時)
定休：無休 座席数：100席 個室：あり

1959年パリで創業したフレンチビストロ l'entrecôte

秘伝のハーブバターソースが
柔らかなアングスビーフと絡み合う
洗練されたステーキとワインのマリアージュを



パリの街角を思わせるカフェテラス
柔らかな色使いが印象的な店内



料金

ワイン付きコース3種：P1300～
前菜：P195～P680
メイン：P390～P2940
デザート：P180～P320

l'entrecôte

Forbes Town Center Unit A Bellagio 2 (near Burgos Circle), Forbes Road, Bonifacio Global City, Taguig
営業時間：日～木曜11:30～23:00、金・土曜11:30～翌1:00 定休日：年中無休
☎ 02-856-4858 www.lentrecotemanila.com

美しく繊細な
ステーキとワインの

マリアージュを

we're open:

Daily from 12:00 p.m. to 3:00 p.m. for lunch
Daily from 6:00 p.m. to 11:00 p.m. for dinner



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



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：マンゴスチンとハニーデューメロン

フィリピンでは、日本で中々見られない多彩な果物が手に入ります。
今回は食生活の偏りがちな海外生活に、簡単ヘルシーなデザートをご紹介します。
バレンタインのデザートにもよし、朝食にもぴったりですよ!

Chef TAKASHI

フォートボンファシオにある日本食レストラン「華一 hanaichi」のシェフを務める若きホープ。日本人だけでなく、フィリピン人やフォートに住む国際色豊かなお客さん達にも和食の美味しさを伝える。料理コラムの掲載、料理教室など、幅広く活躍。今月のレシピは、華一でも注文可能。ぜひお試しください。



上品な口当たりを堪能! ●マンゴスチンヨーグルト

●材料(1人前)

マンゴスチン 1個
ヨーグルト 適量

- ①マンゴスチンを写真の様に切り分け、中の実を取り出す。皮が硬いので、切り分ける際はご注意ください。
- ②実を取り出した器になる方はよく洗っておく。
- ③取り出した実を種を取り除き、細かく刻む。
- ④お好みのヨーグルトと和えて、器に流し込み完成!

果物の女王と言われるマンゴスチンは、さわやかな酸味と甘みが特徴。
日本では冷凍のものが多い様ですが、フィリピンではフレッシュで安いものが手に入ります。
ヨーグルトと和えてマンゴスチンの器に盛り付ければ、お洒落なデザートに。



健康にも効果あり! ●ハニーデューメロンヨーグルト

●材料(1人前)

ハニーデューメロン 1/2個
ヨーグルト 適量

- ①ハニーデューメロンを半分に切り分ける。
- ②中心部の種をスプーンなどで取り除く。
- ③お好みのヨーグルトを流し込み完成!
- ④メロンの実とヨーグルトと一緒に食べます。

「Honey dew」=「蜂蜜のしずく」と呼ばれるハニーデューメロンは、糖度12-16度という強い甘みの割に、さっぱりした爽快感とクセの無い味が特徴。
また、整腸作用があり二日酔いにも効くペクチンと、血圧を下げるカリウムを多く含むため、美味しく体にも良い健康デザートと言えるでしょう。

韓国人客が足繁く通う マカティの韓国料理店

Jumong Restaurant

ジュモン・レストラン

韓国人オーナーが切り盛りする同店では、USビーフを秘伝のタレに漬けた骨付きカルビ (P400) や、濃厚な味わいの牛煮込み「Beef Short Ribs Stew」(P300) といった肉料理から、チャプチェにビビンパといった定番の家庭料理まで揃っています。お昼の利用なら、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というお得なランチタイム限定セットもおすすめ。クレジットカード利用可。

- おすすめ ①魚介類たっぷりの麺料理「Seafood Noodle with Soup & Vegetables」(P230)
②骨付きカルビ「Beef Short Ribs Stew」(P300)

5650 Don Pedro St., Brgy. Poblacion, Makati City ☎02-478-7077, 0916-442-3000
⑨10時～22時 ⑩無休 28席・個室なし
※Pasig Cityに姉妹店「Dona Dona」あり



ラブラブのお造りなど 自慢の生簀料理を堪能

海舟

Kaishu

ネットワークホテル内にある生簀料理が楽しめる日本料理店。同店では天ぷらや刺身などの定番メニューを始め、煮物や酒の肴を多数取り揃えています。焼魚やフライなどに刺身や煮物、小鉢等が付く定食各種 (P540～) などサクッと食べられるメニューから、大人数での利用にぴったりのしゃぶしゃぶやすき焼き、寄せ鍋といった鍋物 (P1250～) まで500近くの料理からチョイスが可能です。

- おすすめ ①淡泊な味わいに日本酒がすすむ「ラブラブの姿造り」(P980) ②寄せ鍋など鍋物各種 (P1250～)

G/F Network Hotel, Roxas Blvd. cor Sen. G. Puyat Ave., Pasay City ☎02-551-1784 (直通)、02-536-7777 (内線4番)
⑨11時～14時30分 / 17時～24時 ⑩なし
カウンター・個室・座席あり





2012年竣工予定の「トランプ・タワー・マニラ」

実業家でありタレント、また作家としても活躍しているアメリカの不動産王ドナルド・トランプ氏。カジノやホテルなどの複合施設を始め、トランプ社が手掛ける豪華施設を利用したことのある人も多いのではないのでしょうか。

この度フィリピンの不動産会社『センチュリー・プロパティ』が、「トランプ・タワー・マニラ」のライセンス権を獲得、建設に着手しました。トランプ社の華やかな要素を取り入れた「トランプ・タワー・マニラ」は、レジデンスエリア（集合住宅）やレストラン、ラウンジエリア、図書館、映画鑑賞ルーム、ビジネス・センターなどから構成される56階建ての複合施設です。タワー内にはフィットネスセンター、ヨガスタジオ、プール、ジュース・バーなども完備。高層階から眺めるマニラ市内の景色は最高です。部屋数は全220戸（1～4ベッドルームタイプ）。ご興味のある方は担当のDjhoanaまでご連絡ください。

センチュリー・プロパティ×米不動産王ドナルド・トランプ氏
ラグジュアリー度満点の

「Trump Tower Manila」

左手前から時計回り：センチュリー・プロパティ会長のJose E.B. Antonio氏、プロジェクト担当のRobbie R. Antonio氏、トランプ社のEric Trump氏、Donald J. Trump氏



問合せ

+63-917-744-6934 (Djhoana M. Madrigal)

E-mail: djhoana.century@yahoo.com.ph

www.internationalcenturyproperties.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



PRINCESSA Garden Island
RESORT and SPA
(Palawan)

Puerto Princessa City, Palawan

2012年秋にオープン予定

グローバルな時代には、グローバルな保険代理店を。

は〜とずっとほくと
ほけんの110番!!

hoken COPYRIGHT(C) 株式会社ほけんの110番 AllRightReserved

C & D Cotton and Diaz Insurance Services, Inc.

えら
を選ぶ 3つの理由
りゆう

1 業界初！日本と海外 **41** 拠点
世界に広がる保険の完全サポート

2 取り扱い保険会社は **50** 社以上
相談内容に合わせ最適な保険をチョイス

3 グループ合計スタッフは **250** 人以上
いつでもどこでもあなたをサポート

※店舗のある国に限りです

ケース例

相談前



本人 40 歳 / 日系企業勤務 / フィリピン駐在歴 3 年
妻 36 歳 子 (10 歳 & 8 歳)

日本の銀行口座から毎月引き落とされている生命保険 48,200 円と
共済 3,820 円。なんの保障でいつまで支払いが覚えておらず、
8 年後にかかるであろう、子供の大学資金もそろそろ心配。最近家計も厳しいし……。

相談後

毎月 52,020 円払い続けていた保険料を見直し、**、*** 円に！！
さらに **、*** 円を子供の大学資金用積み立てとしてキープ！

家計を圧迫していた保険料は、いったいいくらになったのか？！

続きは WEB へ！ <http://primer.ph>

ほけんの110番 マニラ支店 【住所】 7/F Maripola Bldg., 109 Perea St., Legaspi Village, Makati City 100-3
【TEL】 02-553-8110 【FAX】 02-808-2163 【MAIL】 manila@e-hoken110.com
www.e-hoken110.com セブ支店 【TEL】 032-239-1411 【FAX】 032-233-9801 【MAIL】 cebu@e-hoken110.com



フィリピンを もっと知ろう、楽しもう! 今日も フィエスタ日和

フィリピン文化の魅力を語る上で外せないのが、
「フィエスタ(Fiesta)」と呼ばれるお祭りの文化。
いつもエネルギッシュで笑顔が絶えない陽気なフィリピンの人々が、
神様※から与えられた日々の恵みに感謝し、
ラテンのノリを最大限に発揮して思いっきり楽しむ行事です。
ビーチやダイビングもいいけれど、せっかくならフィリピン文化を肌で感じてみませんか?
陽気なフィリピン人に混じって、思いっきりフィエスタを体感しましょう!

※神様：スペイン統治時代にもたらされたキリスト教の影響により、カトリック及びイエス・キリストに関連したフィエスタが多い。
また、キリスト教以前の土着の信仰(イスラム教ほか)によるフィエスタも多数。

フィエスタ参加の際には、次のことに気をつけて

その1● 必要最低限の貴重品のみ持参する

どんなフィエスタでも大勢の人でごったがえすことが予想され、当然スリなどの危険もあります。お金は必要最低限だけもち、カメラ・時計・ケータイなどの持ち歩きには十分注意しましょう。

その3● こまめに水分補給。 帽子&長袖はお役立ちアイテム

フィエスタの見所はやはり賑やかなストリートダンス。炎天下の中で長時間立ちっぱなし状態になるので、こまめに水分補給をし、帽子や日傘を活用、また長袖を羽織るなどして体調管理&日焼けに注意しましょう。

その2● 服装は地味目が基本

フィエスタには多くの外国人が訪れるとはいえ、必要以上に肌を露出するなどのあまり奇抜な格好は不要なトラブルを招く恐れがあります。なるべく地元の人たちと同じような軽装で行動しましょう。

その4● カメラの取り扱いに注意

楽しい思い出を写真に収めたい一心でつい忘れがちですが、カメラを持ち歩く場合には必ずストラップ等を使用して首から下げた上でポケットに入れたり、撮影時もストラップを手首に巻きつけたりするようにしましょう。



Pahiyas Festival

パヒヤス・フェスティバル

時期：毎年5月15日

場所：Lucban and Sariaya, Quezon

スペイン出身の農夫であり聖人の「San Isidro Labrador」を称え、豊作を感謝すると共に翌年の豊作を祈るためのフェスタです。収穫期になると、街中の家々がkiping（キピン）と呼ばれる葉の形をした米の生地から作られるカラフルなデコレーションと農業の収穫物（果物、野菜、米粒、米の茎、花、そしてシダ）で飾り付けられ、パレードが行われます。フェスタの期間中は、どの家の装飾が素晴らしいかを競うコンテストも行われています。優勝した家には大勢の人が集まり、飾り付けたkipingを美味しく料理して分けあうそう。緑豊かな小さな街で行われる鮮やかなフェスタです。



写真提供 / iconc7

観光スポット

1598年の建設後、壊れては再建や修繕を繰り返してきた歴史のある「Lucban Church（ルックバン教会）」や、スペイン人により1585年に架けられたケソンで一番古いといわれている「マラグンロン橋」など。

必食料理

Lucbanで有名な食べ物といえば、「Pansit Habhab（パンシット・ハブハブ）」。「パンシット」とは醤油ベースの焼きそばのようなフィリピン料理で、おめでたい行事には欠かせない食べ物です。この地域は豚の腸詰も有名。

お土産

この地域はクッキーが充実。しっかりした食感の「Apas（オタップ）」や「Camachile（カマチレ）」、ウェハース風クリーム入りのさくさくとした「Torones（トロネス）」、独特の形が可愛い「Uraró Cookies（ウラロ・クッキー）」など。

アクセス方法

パサイにあるフィルTRANCOやBLTBのバスでルセナ（Lucena）まで行き、ジブニーでルックバンまで。またはLRTのヒル・プーヤット（Gil Puyat）駅近くのJAMやグリーンスターのバスでサンタ・クルス（San Cruz）まで行き、ジブニーに乗り換え。



フィリピンのセレブリティやスター、はたまた一般人などに見立てたレチョンが街中をパレード
写真提供 / alae festival.com, batangas.gov.ph

Parada ng Lechon

パラダ・ナン・レチョン

時期：6月24日

場所：Balayan Batangas

みなさんご存知豚の丸焼き「Lechon（レチョン）」。「なにかおめでたい出来事には欠かせない、フィリピンを代表する祝賀料理の1つです。“レチョンのパレード”という意味のこのお祭り「Parada ng Lechon」は、Balayanの聖人である洗礼者ヨハネ（St. John）に敬意を表し、レチョンにドレスを着せてアクセサリーを付けるなどしてドレスアップさせ、その名の通り街中をパレードする大変に陽気なお祭りです。この風変わりなイベントは、罪を清めるためのものとされています。祭りの間は、街中に豚を焼く煙と匂いがたちこめます。パレード後は、もちろんレチョンは人々の胃袋へ。フェスタ後にみんなで集まってワイワイ食事をするのも、このフェスタの楽しみ方の1つです。他にも、牛レースなどのイベントも開催されます。

観光スポット

ダイビングで有名なバタンガスですが、少し足を伸ばしてタールまで行くのもオススメ。海を見下ろす高台にはフィリピン最大級の聖マーチン大聖堂が建ち、海へ続くメインストリートにはスペイン時代の家屋も数多く残り、世界遺産ビガンにもひけをとれません。

必食料理

この時期この街に行くのなら、何よりレチョンを食べない訳にはいきません。豚の丸焼きであるレチョンの一番おすすめ部位は、アメ色にこんがり焼けた“皮”。豚自身の脂によってパリパリに焼き上がった表面と内側の薄い脂肪は、ビールのつまみに最高です！

お土産

この地方は、工芸品や刺繍の産地としても知られています。フィリピンの正装であるバロン・タガログでも有名で、手製の刺繍入りのものが手に入ります。また、ロンガニサと呼ばれるフィリピン風のソーセージも人気があり、朝食にもよく食べられています。

アクセス方法

パサイにあるBLTBか、CROWのバラヤン（Balayan）行きに乗るか、ナスブ（Nasugbu）行きに乗ってパニコ（Palico）で降りてそこからジブニーでバラヤンまで。

Eid ul Fitr

イド・アル＝フィトル

時期：毎年ラマダン明け後(不定期)

場所：全国各地

“Eid ul Fitr”とは、アラビア語で「断食明けの祭り」のこと。イスラム教のラマダン月が明けた後に、全国各地のムスリムコミュニティで行われます。ラマダンの開始と終了は新月に合わせて決まるヒジュラ歴のため、イド・アル＝フィトルの開催時期も毎年不定期ですが、この日はフィリピンでは祝日となっています。この日イスラム教徒は朝早くから寺院に出向き大いに祈り、お金がある人は貧しい人に分け与えるといいます。甘いものを大量に食したり、プレゼントの交換を行ったり、親戚中で集まって盛大に食事をし、ラマダン明けを大いに祝います。断食と聞くと辛いイメージがありますが、実はこのラマダン期間中に消費される食料は普段の月よりも多いのだとか。イスラム教徒たちにとっては、キリスト教でいうクリスマスに匹敵する大切で盛大なフィエスタです。



左上・左下・右下：イド・アル＝フィトル(マレーシアの様子)
右上：イド・アル＝フィトルの時期には、フィリピン国内でイベントが催される。貸衣装に着替えて写真撮影 (MOAにて)

観光スポット

この祭りは全国各地で行われますが、ムスリムが多く集まるミンダナオのものが本場です。この地方には少数民族の村がたくさんあり、村に住む人々の日常生活や特有の文化は非常に興味深いものです。ピンタンのバゴボ村、マタナオのパララン村などが有名です。

必食料理

ミンダナオは様々な果物の宝庫ですが、ダバオのドリアンは外せません。臭いと有名なドリアンですが、濃厚な甘みが癖になるかも。またマグロも名物のひとつで、ツナの入ったシンガン(酸っぱいスープ)やキナウ(ツナを酢でめしたフィリピン風刺身)も必食!

お土産

アバカと呼ばれるダバオの麻製品は安くて質が良いので、お土産にはもってこい。ドリアン・タルトやツナのチチャロン(一般に、豚の皮を揚げた庶民のスナック菓子。すなわちツナのチチャロンとは、マグロの皮を揚げたもの。)などのご当地名物もオススメです!

アクセス方法

フィリピン第2の都市ダバオへは、マニラからフィリピン航空が毎日4~5便、エアフィリピンが毎日2便、セブパシフィックが毎日4便運行。所要約1時間40分。セブからはセブパシフィックが毎日3便。所要約1時間。空港から市内はタクシーで所要30分程。



写真提供：Danelia Ponciano



Lanzones Festival

ランゾネス・フェスティバル

時期：毎年10月第3週

場所：Mambajao, Province of Camiguin, Camiguin Island

カガヤン・デ・オロ北部に浮かぶカミギン島は温泉やホワイトビーチなどの手つかずの自然が残る火山島です。この島で開催される「ランソネス・フェスティバル」は島の特産物であるランソネスというフルーツの収穫祭。街の通りや家々、馬車までがランゾネスやランゾネスの葉で飾られ、ミンダナオ地方の民族衣装・ランソネスを身にまとった1組80人ほどのチームが、ランソネスにまつわる神話を題材にストリートダンスで優勝を競い合います。リズム感・キレともにラテン的な底抜けに明るいパフォーマンスは、見ているだけでも興奮が伝わってきます。9月8~10日にはランブータン、マンゴスチン、ドリアンの産地で知られるネグロス州タリサイでもランソネスの収穫祭が行われます。こちらでは無料でランソネスが食べられる催しもあるそう。

観光スポット

サントニーニョ教会：マゼランがセブの女王に贈ったとされているサント・ニーニョ像が収められています。敷地内に博物館を併設したセブ版のイントラムロス「Fort San Pedro (サンペドロ要塞)」や道教寺院、ラブラブ像など見所満載。

必食料理

もちろん「Lanzones (ランゾネス)」! 少し粘り気のある皮を剥くとツルンと現れる果肉はジュシーで爽やかで甘く、ほのかな酸味が特徴です。東南アジア原産の果物で、タイではランサット、スリランカはグダ、ベトナムはボンボンと呼ばれています。

お土産

カスタードのようなクリームを詰めた、ソフトな食感の「Pastel (パステル)」。菓子パンというイメージしやすいかも。プレーンのものからマルンガイ(鉄分豊富なローカル野菜)のクリームを詰めたヘルシーなものまで揃います。

アクセス方法

①マニラから国内線でカガヤン・デ・オロに行き、港まで車で移動します(車で約20分)。そこからフェリー(約1.5時間)に乗りカミギン島へ。②セブ・マクタン空港から直行便で(約35分)カミギン島の飛行場へ飛ぶこともできます。



Masskara Festival

マスカラ・フェスティバル

時期：毎年10月第3週

場所：Bacolod City, Negros Island

「微笑みの都市」と呼ばれるネグロス島最大の都市バコロドで毎年開催される、フィリピンで最も有名なフィエスタの一つ。“mass”は英語で「たくさん」を意味し、“kara”はスペイン語で「顔」を意味します。砂糖産業の中心としても有名なバコロドで、1980年に砂糖の価格が暴落し住民の生活が危機にさらされたとき、その困難を乗り越えるために住民を奮い立たせようという目的から始まりました。その由来と名前の通り、笑顔のマスクがこのフィエスタ最大の特徴。期間中は、カラフルなマスクと衣装を身にまとったストリートダンスや楽器の演奏、それに屋台が立ち並び、世界中から多くの観光客が訪れます。彼らの熱のこもった踊りや演奏は、困難をたくましく笑顔で乗り越えようとしたバコロドの人々の想いを私たちに伝えてくれているようです。



写真提供／上・右上：Sheyza H. Go
右下：Gladys Pinky D. Tolete



観光スポット

ネグロス博物館：1931年に建造されたネオクラシックの建物で、1階のギャラリーには世界中の人形やおもちゃが展示されています。2階にはネグロスの文化や歴史が人形などを使って紹介されています。パティル・ポートと呼ばれる昔の船のレプリカも必見！

必食料理

「Chicken Inasal (チキン・イナサル)」と呼ばれるチキンバーベキューが有名です。市内の至る所に屋台が出ているほか、「チキンハウス」や「チキンデリ」といったチェーン店でも食べられます。魚料理では「Bangus Sisig (バングス・シシグ)」が名物。

お土産

小麦粉と卵、砂糖でできた筒状のクッキー「Barquillos (バーキュリオス)」、小さくしたパイ生地にフォンダンをかけたフランス風菓子「Napoleones (ナポレオネス)」、バコロド産のスパイスを効かせたピネガー「Sinamak (シナマック)」など。

アクセス方法

マニラからフィリピン航空が毎日1～4便、セブ・パンフィックが毎日3便。所要約1時間。空港から市内はタクシーで約10分。ドゥマゲッティからセレスバスがサン・カルロス経由で1日7便、マブナイ経由で1日28便。所要約5～7時間。



写真提供／左：Alex Nelbert Banaynal
右上：Edgar Tan 右下：Daniel Yba_ez

Sinulog Festival

シヌログ・フェスティバル

時期：毎年1月第3日曜日

場所：Cebu City, Cebu Island

今から460年以上前、かのマゼラン一行によってキリスト教がもたらされたセブで希望と幸福への祈りの一環として始められた、キリスト教を盛大に祝うフィエスタ。Santo Niño (サントニーニョ／幼きイエス)の像を抱えたダンサーたちが、軽快なドラムやトランペットの音色に合わせて「Pit Señor! Viva Sto. Niño!」(お力を、セニョール! サント・ニーニョ、万歳!)と叫びながら繰り広げるストリートダンスは圧巻。ダンサーの煌びやかな衣装やメイクアップにも注目です。メインのパレードは毎年第3日曜日に行われますが、実際のフィエスタ期間は10日間。「Sinulog sa Kabataan」などのパフォーマンスや、セブの特産物が並ぶフェア「SME trade fair」も開かれるので併せてチェックしたいところ。

観光スポット

サントニーニョ教会：マゼランがセブの女王に贈ったとされているサント・ニーニョ像が収められています。敷地内に博物館を併設したセブ版のイントラムロス「Fort San Pedro (サンペドロ要塞)」や道教寺院、ラブラブ像など見所満載。

必食料理

セブは豚料理が有名です。子豚の丸焼き「レチョン」は、お腹に野菜をたっぷり詰めたヘルシースタイル。豚の皮を揚げたものにピネガーをつけて食べる「Chicharon (チチャロン)」、小魚の燻製「Daing (ダイン)」など、つまみ系アイテムが揃います。

お土産

セブ産のドライマンゴー、楕円形が特徴のココナッツ味の薄焼きクッキー「Salvao (サルヴァロ)」、ピーナッツのキャンディー「Masareal (マサリアル)」といったお菓子に加え、家具やアクセサリーなどにも定評があるようです。

アクセス方法

マニラからフィリピン航空が毎日8便前後、セブ・パンフィックが毎日10～12便、ゼストエア及びエア・フィリピンが毎日4～7便程度運行。所要約1時間20分。空港からセブシティまでは車で約30分。

#



フィリピン・フィエスタ・カレンダー

毎日どこかで開催されているといっても過言ではないぐらい、フィリピン各地で開かれているフィエスタ。週末や休暇中に出かける際には、このフィエスタ・カレンダーをぜひお役立てください。

1月 * January

Feast of the Black Nazarene

フィースト・オブ・ザ・ブラック・ナザレ

時期：毎年9日 場所：Quiapo, Manila

「奇跡を起こす」といわれるBlack Nazarene（イエス・キリスト）の像を祭るパレード

2月 * February

Feast of Our Lady Of Candles

フィースト・オブ・レディ・オブ・キャンドルズ

時期：毎年2日 場所：Jaro, Iloilo City

華やかで宗教色の濃い西部ビサヤ地方を代表するお祭り。Jaro一族によるパレードが見所

Babaylan Festival

バベイラン・フェスティバル

時期：毎年19日 場所：Bago City, Negros Occidental

豊稔その他への感謝・祈りを捧げるバベイラン族によるフィエスタ。豪華絢爛な衣装に注目

3月 * March

Tabacco Festival

タバコ・フェスティバル

時期：毎年28日～31日 場所：Candon City, Ilocos

主要産業タバコのお祭り。ストリートダンス、マーチングバンド、早食い競争、ミスコンテストなどが見物

4月 * April

Magayon Festival

マガヨン・フェスティバル

時期：毎年1日～30日 場所：Albay, Bicol

アルバイ州の収穫を祝う感謝祭。見本市や様々なスポーツや文化イベントが行われます

Cutud Lenten Rites

クトゥッド・レンテン・ライツ

時期：ホーリー・ウィークの金曜日（聖金曜日）

場所：San Fernando, Pampanga

有志3名が実際にこの儀式に参加、礎を経験することで、イエス・キリストの受難を悼む究極の儀式

Rodeo Masbateño Festival

ロデオ・マスバテーニョ・フェスティバル

時期：4月中 場所：Masbate, Bicol

ウェスタンスタイルのロデオや雄牛の格闘のお祭り。地元カウボーイの勇姿はとてエキサイティング

5月 * May

Obando Fertility Rites

オバンド・ファーティリティ・ライツ

時期：中旬 場所：Obando, Bulacan

“不妊”の聖人に敬意を表すお祭り。参加者は子宝に恵まれ、独身者は結婚相手が見つかるそうです

6月 * June

Pintados-Kasadyahan Festival

ピンタドス・カサディヤハン・フェスティバル

時期：毎年1日～30日 場所：Tacloban City, Leyte

踊りや音楽、体にタトゥーを施した人々が繰り広げるパフォーマンスを通じてレイテの文化を知るフェス

7月 * July

Diwal Festival

ディワル・フェスティバル

時期：15、16日 場所：Roxas City, Capiz

この地で獲れる貝「ディワル」が目玉の海産物フェア。展示会や料理コンテストなども開かれます

8月 * August

Pasaka Festival

パサカ・フェスティバル

時期：中旬 場所：Tanauan, Leyte

天の恵みへの感謝と訪問者の歓迎を込めて行われる感謝祭。聖母マリアを記念するパレードが見所

9月 * September

Peñafrancia Festival

ペニャフランシア・フェスティバル

時期：毎年第3土曜 場所：Naga City, Bicol

宗教・文化・伝統が融合したビコール地方最大のフィエスタ。このお祭りの主人公は聖母マリア

10月 * October

Ibalong Festival

イバロング・フェスティバル

時期：毎年2週目 場所：Legazpi City, Bicol

この地域の成り立ちを表現したお祭りで、マスクをつけた人々が歌とダンスと共にパレードを行います

Pangasi Festival

パンガシ・フェスティバル

時期：11～13日 場所：Nueva Valencia, Guimaras

豊作を祈って行われている儀式で、塩を使わずに作らる伝統的な方法で調理した料理を神に捧げます

11月 * November

Negros Day

ネグロス・デー

時期：5日 場所：Negros Occidental Nueva Valencia, Guimaras

1898年、土着の人々がスペイン人に対して無血の勝利を得ました。この出来事を記念するお祭りです

La Union Surfing Invitational / Surfing Festival

サーフィン・フェスティバル

時期：17日～19日 場所：Urbiztondo, San Juan, La Union

フィリピンで一番のサーフィンスポットで行われる競技会。競技のために、国中から人々が集まります

12月 * December

Sandiya Festival

サンディヤ・フェスティバル

時期：12月中 場所：Oton, Iloilo

スイカの産地「Oton」で行われる、スイカのカービングや巨大スイカのコンテストなどスイカ好き必見

Kasag Festival

カサグ・フェスティバル

時期：12月中 場所：Banate, Iloilo

地域の特産物「Kasag（蟹）」に因んだフェス。お祝いのためにたくさんのカニ料理が提供されます

CHEAP TRAVEL N TOURS
あなたにぴったりの旅
見つけます

フィリピン国内外航空券予約はもちろん!
 ヨーロッパ、中近東各地へのパッケージツアーも充実
 宿泊先やレンタカー手配、
 ツアーアレンジまでお任せ下さい

Unit 201, Pacific Center Condo, San Miguel Ave., Ortigas Center Pasig City
 Tel: 02-638-1595 / 02-637-7265 Fax: 02-632-7836
 Email: cheaptravelntours@yahoo.com
 Web: cheaptravelntours.net

※弊社は2004年11月にフィリピン貿易産業省及び観光省より
 正式な旅行代理店として認定されました

出張も旅行も快適に
 アクセス至便なホテル

ネットワークホテル

Network Hotel

昨年末に欧風スタイルの家具やベッドを一新、より快適で寛ぎの空間に生まれ変わった『ネットワークホテル』。ニノイ・アキノ空港からタクシーで20分ほどの距離にあり、ビジネス地区や観光地にも至便な立地のため、出張はもちろん旅行にも最適です。ホテル内には日本料理店『海舟』やスペイン風のカフェバー、健康サウナにカジノなどが揃うため、娯楽から食事まで館内を出ることなく楽しめるのも魅力。

●宿泊料金

ルームタイプ/部屋料金(税サ込)
 デラックス(P3,700)
 エグゼクティブ(P3,950)など

Roxas Blvd. cor. Sen.G.Puyat Ave., Pasay City
 ☎02-536-7777(内線7102または3番)
 客室数: 89室
<http://jipang-group.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 MC-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/>

BEST TRAVEL
 INBOUND, OUTBOUND, TICKETING & OTHER SERVICES

マニラ・セブ共
 在比30年の
 日本人スタッフが常駐!!
 お気軽に
 お問い合わせください。

MANILA OFFICE
 ☎02-893-4313 (日本語可)
 Unit 317 K&M Mile Long Bldg.
 Amorsolo cor. Herrera Sts. Legaspi Village, Makati City
 E-mail: bestmnl@besttravel.com.ph
 営業時間: 月~金 9:00~20:00・土 9:00~17:00 日曜休業

CEBU OFFICE
 ☎032-345-2901 (日本語可)
 2/F, Rm. 213 KRC Bldg. Subangdaku Mandaue City, Cebu
 E-mail: besttravelcebu@yahoo.com
 営業時間: 月~金 9:00~18:00・土 9:00~12:00 日曜休業

日本からのお問い合わせはこちらへ ☎03-6888-4427

国際・国内航空券を即発行できるIATA代理店
Discovery Tour ディスカバリーツアー

●おすすめツアー例
 永遠の楽園エルニド2泊3日ツアー
\$735~ / 大人・ミニロック(航空券・宿泊・食事込み)

多数のツアーを経験豊富な日本人スタッフが
 アレンジします。お気軽にお問合せを!

●マニラ/東京・往復航空料金【JAL746/745】
 \$715~ / 大人 ※(ALL込料金・毎日発)
 ●夏の避暑地パゴオツアー
 \$148 / 大人 (2泊3日) (エアー/送迎/宿泊/朝食込み)

G/F Unit 301 Sagittarius Building, H.V. Dela Costa Street,
 Salcedo Village, Makati City ☎ C-2
 TEL 02-812-3328 FAX 02-817-4617
 営業時間 9:00~18:00 www.discoverytour.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: 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/>

フィリピンで日本のテレビを観よう <http://itv-world.com>
 1週間分のテレビ番組をご自宅にお届け! 好きな時に好きな分だけ見る

日本の地デジ(民放・NHK)、BS放送(WOWOW・スターチャンネル・NHK衛星他)、CS放送、世界のテレビ(CNN・BBC他)が視聴可能です! (※視聴プランによる)

●視聴料Aコース: 月額 ~~P4,229~~ ▶ **P3,800**
 ●視聴料Bコース: 月額 ~~P3,899~~ ▶ **P3,400**
 ●視聴料Cコース: 月額 ~~P3,199~~ ▶ **P2,800**

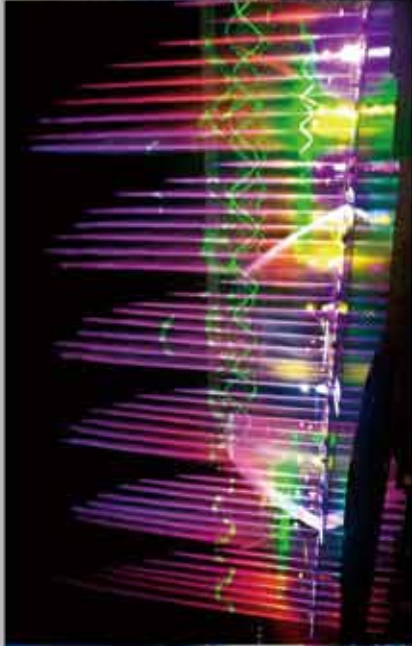
※A・Bコースにはタイムシフト機能搭載
 随時7日間までさかのぼって見るができます。

●ご視聴条件
 ・2M程度のインターネットライン必須
 ・60インチ等の大画面液晶テレビでも鮮明な画質
 ・デバイス端末保証金P8,000(機械故障時に新品交換 デバイス返却時に全額ご返金)

●マニラ・事務所にて実機展示中、どんな番組がどのような画質で観られるかご確認できます
 Unit 2116 Prince Plaza II Dela Rosa st., cor. Legaspi st., Makati City (GreenBelt5のすぐ横)
 夜10時まで営業しています お電話でご予約の上、お気軽にお越しください

☎0915-990-5000
 日本語OK / プロモーション中
 E-mail: info@itv-world.com

Come & Visit!



マニラ・オーシャン・パークでは、海洋に暮らす生き物との触れ合い体験から
 幻想的なファウンテンショーまで、さまざまなアトラクションが楽しめます。
 昨年未からペンギンのアトラクション
 「Trails to Antarctica, the Penguin Quest」が仲間入り！
 遊び疲れたら、水がテーマの「Hotel H2O」で寛ぎのひと時を。

H₂O
 HOTEL

WORLDHOTELS
 DELUXE COLLECTION



Follow us on:

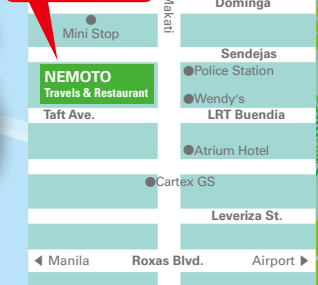




ねもと

トラベル&ツアーズ

ここです!



ねもと厳選おすすめ
ホテル&リゾート

www.nemototravel.comで
「おすすめ情報」いつも更新中!

フィリピン
旅行は
ねもとに
おまかせ!



マニラ市内観光ツアー

マニラ市内観光で欠かせない「リサール公園」から始まり、サン・アグスティン教会、マニラ大聖堂、イントラムロスの見学、チャイナタウン散策など充実の内容

1名様 P2,500



ザ・ファーム充実日帰りツアー

3年連続でスパ、アジア、クリスタル、アワード受賞の世界屈指の健康医療リゾート

1名様 P12,000

(※2名様から催行、3名様以上のツアーでは1名様P10,700)



ボラカイ BORACAY

世界トップ10ビーチにランクインするBoracay。全長約4kmのきめ細かい真っ白なホワイトサンドビーチ、遠浅のエメラルドグリーンの海はお子様連れのご家族にも最適!



スリル満点! バグサンハン川下りツアー &英雄ホセ・リサールの生家

バグサンハン川は急流下りの名所で、映画「地獄の黙示録」のロケ地としても知られています。フィリピン建国の父であり、ホセ・リサールの生家が博物館となっています。



PADI ダイビング講習パッケージ

白砂のビーチが有名なバタンガスで行う1泊2日の講習。たった2日で世界最大のダイビング組織「PADI」のカード(ライセンス)取得が可能です。

1名様 P19,600 / 2名様 P18,000(1名様)

安心の日本語ホットライン フリーダイヤル ☎02-497-4461

☎ 02-525-7824 FAX: 02-525-7501

E-mail: info@nemototravel.com / nemototravel@live.jp

営業時間 9:00~18:00 (土曜日~12:00) 日曜定休

ねもと レストラン

ホッとする日本食メニューが揃うねもとレストランは、連日たくさんの常連さんでにぎわいます。レストランでは無料wi-fi利用OK、日本語の新聞各紙、マンガ多数取り揃えています。家庭の味にくつろぐもよし、顔なじみとのしゃべりを楽しむもよし、思い思いの時間をお過ごしください。

- wifi OK
- マンガ多数
- 新聞各紙



おすすめメニュー

- 塩サバ定食.....P358
 - ニラレバ定食.....P342
 - カツ丼.....P179
 - しょうゆラーメン.....P190
- などなど、ほかにもお惣菜が盛りだくさん!

☎02-497-4461(日本語)
02-831-5128

営業時間 10時~2時
年中無休



Philippine primer

primer 日本人スタッフ募集!

職種: 企画営業 および 編集職

勤務形態: 正社員・パート (週3日~応相談)

勤務地: マカティ

※詳細はWEB求人情報をご覧ください。

私たちと一緒にメディアを創り上げてくれる
新しい仲間を待っています!

iMarketing Japan, Inc.

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

TEL: 02-836-8381

E-mail: information@primer.ph

WEB: <http://primer.ph/index.html>

担当者: 藤田、伊藤



白熱のレディース・テニスリーグ

PLTL



毎年恒例のフィリピン・レディース・テニスリーグ「PLTL」が、2011年9月19日~10月26日にかけて、マニラボロクラブにて開催されました。今回はAクラスとBクラス併せて全21チームが参加し、磨いた腕を競い合いました。会場には参加者に加え、協賛企業 (FILA、PHILIPPINE PRIMER、TECNIFIBRE、GUERLAIN、GLOBE、PHITEN、ASIA LINK、ASIA BREWERY、KIRIN HOLDINGS、TAVERNA VERDE、PURA-VIDA、ACCEL、WHIRLPOOL) も多数集まり、盛り上がりを見せました。

Aクラスでは、昨年は惜しくも準優勝だったWHIRLPOOLが見事に雪辱を果たし、優勝の栄冠を手に入れました。過去に何度も優勝をおさめているPHOENIXは、惜しくも準優勝という結果に。また BクラスではBF RESORTが優勝、CELEBRITYが準優勝という結果に終わりました。

プライマー 面白スポット探検課

Vol.5 スリリングな刺激を満喫!「射撃場」

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!

射撃場と聞いてどんなイメージを持ちますか? 銃なんて触ったこともないという方がほとんどではないでしょうか。ここフィリピンでは各地に Shooting Range (射撃場) が点在し、家族連れにも楽しまれています。いつもと違った休日を過ごすなら、一度チャレンジしてみても?

バスに揺られること約1時間。カピテの経済特区EPZAのGATE3で下車し少し歩くと『京八』という日本食屋さんがあり、お目当ての射撃場



上: 今回お邪魔したPHCV Target Shootingは日本人スタッフが在駐で安心(全部込み50発P820〜) 下: 銃の構造や注意事項など丁寧に教えてくれる無料講習もあります

『PHCV』はこの裏に。カフェのような明るい内装にまぶつくりです。初心者の方には、インストラクターが銃の握り方から狙い方まで手取り足取り教えてくれます。初めて触る銃のズシリと重い感覚に気分も高まり、いざ発射! 破裂音とともに両手に強い振動が。これが意外と痛み付きになりそう。今回マグナムとリボルバーという2種類を体験しましたが、後者はより威力が強いらしく、銃身が重いためなかなか的に命中しません。このとき距離はたったの2.5m。射撃精度を高めるのに夢中になると、何時間でも楽しめそうです。射撃体験後は、ちょっと怖い印象から弓道のようなスポーツのように感じられました。

それと、耳栓は必ずしっかりと確認しましょう。私は髪が挟まっていたために、しばらく耳鳴りが止まりませんでした……。

マカティであれば、マカティシネマスクエアの地下に何件かが軒を連ねています。マニラ市チャイナタウン近辺では客引きに声を掛けられるこ



終始へっぴり腰……



マグナム(奥)とリボルバー(手前)、撃ち心地が全然違います!



上: 一番奥は20m、当たる気がしません
下: マカティシネマスクエア地下にはこんなお店が点在しています

とありますが、トラブルも多いとの話も聞きますのでよく調べてからトライしましょう。

●PHCV Target Shootingへのアクセス方法

エドサからカピテ方面行きバスで約1時間、EPZA GATE3で下車後、徒歩3分



眼科病院 Asian Eye Institute あらゆる眼の悩みに対応しています



- ・緑内障や白内障を始め、角膜や網膜の病気などあらゆる眼の悩みに対応
- ・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
- ・近視や遠視に加え、乱視や老眼の手術にも対応しているレーシック機器を導入
- ・メガネの専門店を併設(検眼士による検査の上で、メガネやコンタクトを販売)
- ・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あり

Asian Eye Institute M M-2
8th to 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

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

第3回

市場に寄り添い、
需要を生み出す

マンダムフィリピン 川北英男さん

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

マンダムフィリピンの川北さんに、フィリピンの日用消費財市場の特徴や現地に拠点を設けて行うマーケティングの利点を伺いました。

来年創立20周年を迎えるマンダムフィリピンの社長を務める川北英男さんは、幼いころに暮らしたフィリピンで2度目の赴任中です。当地特有の事業環境に順応しながら成長の道を探り続ける日系企業を率いる川北さんに話を聞きました。

編集部●幼少時代をフィリピンで過ごされたとか。

川北さん●父の仕事の関係で、香港で生まれて、3歳の時に日本に帰国した後、幼稚園から小学2年生までフィリピンにいました。当時は戒厳令下で、午前中はインターナショナル・スクール、午後はまだ半日制だった日本人学校に通っていました。幼少の記憶は、生誕地の香港や帰国後の日本ではなく、フィリピンからです。

編集部●マンダムを就職先にした理由は。

川北さん●アジアにしか海外事業拠点がなくアジアで働けると思ったからです。マンダムへは入社前から『アジアで働きたい』と自ら訴え、入社の翌年にフィリピンに赴任。98年には香港に異動し、2007年からは現法の代表として2度目のフィリピン赴任となっています。

編集部●マンダムのフィリピンでの事業展開を教えてください。

川北さん●マーケティング&営業担当として最初に赴任した1995年は、まだ丹頂（※マン

ダムの前身は丹頂株式会社）のポマードが主力商品でした。ちなみにポマードの市場は元々、華僑が日本から商品を持ち込んだことがきっかけだったようです。その後ジェル市場がスタイリング剤で頭角を現し、日本で78年から販売を開始した若い男性向けの化粧品ブランド『ギャツビー』の、アジアでのブランド展開を進めるための投資が2002年に香港からスタート。フィリピンでは05年からミンダナオ島のダバオ市を試験地に選び、テレビ、ラジオ、ペディキャブなどを介して広告をうち認知度向上を試み、ここでの手ごたえを踏まえて06年ごろから本格的にギャツビー・ワックス（小袋）の販売を開始しました。

編集部●フィリピン市場の特徴は。

川北さん●購買力から判断して、アジアでは韓国、台湾、香港、シンガポールなどで販売している日本製ではなく、廉価なインドネシア製を持っています。広告面でも、映像コンテンツのほか、広告モデルもインドネシアのものを共有していますが、認知度の点で限界があり、日本における『キムタク』のように、誰もがカッコいいと認められる、そんなローカルセレクトリティを探しているところです。販売チャネルは、当地に昔から根付いている特有の小規模雑貨店、サリサリストアでの『トラディショナルトレード』と、それ以外の小売りチェーン店などを通じた『モダントレード』の2つに大別されます。ここ数年は、コアな顧客層となる10代の若い子を取りこぼしてしまうのを防ぐため、ワンコイン（5ペソ）で買える『サチエット（sachet）』と称する1回使いきりの小袋入りワックスの、サリサリストア（トラディショナルトレード）での展開を推進しています。

編集部●市場拡大につなげる特徴的な販促・啓もう活動を紹介して下さい。

川北さん●チャーターしたバスにボディラッピングなどの広告を施し、町中を巡回するほか、コアな顧客となる若者に直接、商品に触れて使用してもらう狙いで、事前に許可をとった高校や大学にバスを乗り付け、学生を招いて、車内でヘアデザイナーによる実際の使

用法などの手ほどきを受けられる機会を提供しています。250校を訪問し、合わせて約2,000万個のワックスの小袋を配布しました。また、ターゲット層がクリアなテレビ番組のスポンサーへの協賛により若者へのスタイリング・ワックス使用方法の啓蒙を行いました。市内RLT2通常大学ベルトのトレイン・ラッピングも現在2車両行っています。

編集部●マンダムはフィリピンに現地法人を立ち上げてから来年で20周年を迎えますが、現地に拠点を設けて事業を行うのと、拠点を構えず販売代理店を指名して事業を行うのでは、とりわけ消費財の販売において、どのような違いがあると思いますか？

川北さん●代理店をアポイントしているだけの場合、昔ながらの付き合いによるところが多く、保守的になって変わろうとしない。最終ユーザーが見えないなどのマイナス点が考えられます。コンシューマグッズの流通では『一緒にやっていこうよ』と現地代理店営業などの横に立ってやらなければなりません。そうすることで得られるデータが要になり、生活者（消費者）に役立つ細かいマーケティングができます。

「マンダムフィリピンの次の一手は?」「フィリピン人と仕事をしていて気を付けていることは?」など、インタビューの続きはウェブでチェック!

<http://primer.ph→TOP→コラム→ビジネス烈伝>



●マンダムフィリピン 川北英男さん

座右の銘/好きな言葉:「道」

“わが行く道に茨多し、されど生命の道は一つ、この外に道なし、この道を行く”（武者小路実篤）

香港生まれ。幼少期をフィリピンと香港で過ごす。大学時代はアメリカで過ごすもアジアが好きだと再認識、いずれはアジアで働きたいと思う。アツイ思いが伝わり、株式会社マンダムに入社後、念願叶い、1995年にはフィリピン、1998年に香港に赴任。2007年にフィリピンに再赴任。

3分で分かる! フィリピン最新マーケティング講座

「フィリピンのローカルマーケットに効果的にリーチするためにはどうしたらいい?」
—そんなギモンに各社のマーケティング担当が答えします!

今更聞けない!? Facebook・第1弾 「本当にFacebook って使えるんですか?」

講師 ● 石川潤 (いしかわじゅん)

GaiaX Asia Corp. (株式会社ガイアックスのフィリピン法人) 取締役



本号よりスタートする、
当ビジネスコラム。
初回は最近よく耳にする
Facebook(以下、FB)について、
GaiaX ASIAの
石川さんに語っていただきました。

Basic Knowledge

全世界で8億人、 フィリピンではネットユーザーの9割が登録

フィリピンで仕事や生活をしている方々にとって、FBは新聞やテレビ以上に必須なツールだと考えています。フィリピンではインターネットユーザーの90%以上がFBに登録^{*}。周囲のフィリピン人に「FBを使っているの?」と聞くと「なぜ、そんな質問するの?(もちろんYES!)」と笑われてしまうほど。そんな状況を企業は放っておきません。企業やセレブが専用のFBページを作り、ファン獲得やビジネスの拡大に繋げています。

Business Case 1

GAPが1万人にジーンズプレゼント!

GAPは「FBチェックインクーポン」を店舗集客に利用しました。それは携帯電話の位置情報サービスを利用して、自分の位置情報を登録(チェックイン)することで、自分の近くにあるお店のクーポン情報を取得できる機能です。クーポン情報を取得すると、店舗情報といっしょにFB上で広まります。「先着1万人にジーンズプレゼント」というクーポンを配布したところ、すぐに25,000人が参加、たった数時間で配布終了となりました。一方でクーポンを取得したものの、購入できなかったお客さまにも別途、割引を実施。それがさらに話題を呼び、多くのメディアで取り上げられました。



Business Case 2

スターバックス・カードを友人にプレゼント

だれもがご存知のコーヒーチェーン「スターバックス」は、「友人の記念日を祝いたいけれど、会う時間がとれない」方に、スターバックスのオンライン・ギフトカードをプレゼントできるサービスを提供しています(FBを通じてオンラインのギフト券が届く仕組み)。これは友人の誕生日をお知らせしてくれるFB機能を利用したもの。さらにカードをもらった人がFBにお礼コメントを書き込むと、その友人の友人にまで口コミが広がっていく仕組みです。

Conclusion 結論

FBはテレビ・雑誌と言った既存のメディアでは成し得なかったプロモーションや、口コミをスピーディーに広める仕組み、さらにファンとの接点がセットになっている理想の媒体と言えます。御社のマーケティング活動のツールのひとつとしてFBを活用してみたいかがでしょうか?

^{*}2012/12/Facebook人口はフィリピン2675万人(インターネット人口の91%)、日本524万人(インターネット人口の5.3%)

出典: <http://checkfacebook.com>, <http://www.internetworldstats.com>
●各社のFacebookページ: Facebook / Starbucks, Facebook / GAP

●石川潤(いしかわじゅん)

GaiaX Asia Corp. (株式会社ガイアックスのフィリピン法人) 取締役。大学卒業後、外資系経営コンサルティング会社、ITベンチャー、ラーメン屋、主夫というユニークなキャリアを積む。「異文化の中で仕事をしてみたい」という思いを捨てきれず、2011年5月に来比。「GaiaX Asia Corp.」を立ち上げる。「Facebook 知りたいことがズバツとわかる本」の執筆に参画。マカティ市在住、現在はフィリピン料理を勉強中。

GaiaX
Empowering the people to connect

求人募集 せっかくフィリピンにいるのだから、 ガイアックスに出会いましょう。

GaiaX Asia(ガイアックスエイシア)は、株式会社ガイアックス(証券コード: 3775)のフィリピン法人です。mixi、Facebookをはじめとするソーシャルメディア関連サービスを提供しております。

日本人1名と温かいフィリピンメンバー 20名です。

- 仕事内容: 日本語⇄英語の翻訳、東京本社とのコミュニケーション
- 勤務場所: マカティ市、アヤラ通り、PBCOM Tower 40階
(在宅勤務ご希望の方ご相談ください。)
- 勤務形態: 週1日から週5日まで

●連絡先

興味を持たれた方は、apply@gaiax.com

もしくは、02-789-9045(石川もしくは、サイまで)



GaiaX
Empowering the people to connect

フィリピン食彩紀行

フィリピン文化をこよなく愛す、原田瑠美さんのコラム。
美しい写真満載のブログ(ハラナの小屋)にも注目です!

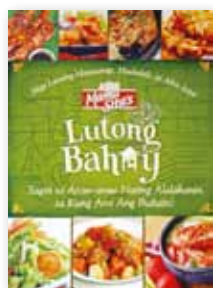
写真・文：原田 瑠美
「フィリピン家庭料理入門」
(農山漁村文化協会発行・1,740円)著書
ブログ：「ハラナの屋根裏部屋」
URL：http://harana.livedoor.biz



◆読者にやさしいレシピブック

インスタントミックスでおなじみの Mama Sita'sブランドは、自社製品を使ってできる伝統的フィリピン料理やアイデア料理など家庭料理を満載したレシピブックを発行しています。最初に発行されたものは、十数回も重版を繰り返し長い間親しまれてきましたが、これまでとはスタイルを一新し、フィリピンの出版物にしては珍しいほど画期的なレシピブック三冊がここ2、3年の間に次々と発行されました。

まずは「**Lutong Bahay** (=家庭料理)」と題したタガログ語版。タガログ語がわからなくても、クイズのつもりで写真と材料、作り方を見比べれば、単語の意味が推測できて、いつの間にかタガログ語の料理用語がマスターできちゃうかも。



Lutong Bahay
ISBN 978-971-94327-0-8
タガログ語版

お次は待望の英語版、「**Homestyle Recipes**」。タガログ語版は主にフィリピン人読者を想定して編集されていますが、英語版は外国人読者も対象とし、外国でも比較的入手しやすい

食材でできる料理、外国人にも好まれやすい料理を考慮して再編集されています。

そして今年は「**Flavors of the Philippine Islands**」と題した中近東市場向け英語版がもう

一冊。正確には中近東諸国在住のフィリピン人がターゲットのようです。OFW (Overseas Filipino Worker) が特に多い地域。宗教上、



Flavors of the Philippine Islands
ISBN 978-971-91219-3-0
表紙の右側が茶にもなる



Homestyle Recipes
ISBN 978-971-94795-0-5
リング綴りの英語版

食材にも制約がある外国で入手可能な材料を使って自国の料理ができる、という現地在住のフィリピン人には大助かりな一冊です。レシピブックにまで時代が反映されていますね。
三冊共に嬉し

いのは、必要食材や調理手順の写真が多数掲載されていること。材料の必要量はできる限り数量(個数、杯)とグラム両表記なのでわかりやすい事この上なし。それに正しい計量方法や、お料理の基本知識までも。英語版からは製本がリング綴りのスタイルになったので、ページを開いた時に完全に平らな状態になり、閉じてしまいうことなく見たいレシピを開いたままお料理できます。



必要な食材の写真



調理手順の写真

フィリピン生活初心者には、最初の2冊がお役に立ちそうです。
【註】使用食材の写真、調理手順の写真はすべてのレシピに掲載されているわけではありません。

Discover
Authentic
Japanese Katsu



2nd Floor Atrium Mega Mall



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「お土産」をテーマに、カンボジアとシンガポールからお伝えします。



From Cambodia

キティホワイト、アンコールワットの町に11月に出現!?

日本はもちろん、世界中に進出している国際派白猫・ハローキティ(本名:キティホワイト)。あまり知られていないのですが、彼女、イギリスロンドン生まれで、祖父母と両親、双子の妹ミミ嬢との6人家族、そしてペットである猫のチャーミー(ペルシャ猫)と暮らしています。

その人気はカンボジアでも高く「チューマー

(猫)・キティ、かわいいー」と騒がれるほど。町には彼女をプリントした衣類や人形、はたまたトクトックまでが無認可登場をしています。

現在そのキティ嬢がアンコールワット近くのジェムリアップに訪れているという情報を聞きつけ、お話を伺ってきました。

それによると、彼女が正式にカンボジアを訪れたのは今回が初めて。今後、カンボジアならではのオリジナルクッキー、Tシャツ、クロマー(カンボジア式スカーフ)などの限定商品開発(もちろん正規品)に取り組み、11月にはナイトマーケットや各土産店で販売開始。現地の人々はもちろん、観光客の皆様にも彼女の商品を手に取ってもらいたいとのこと。

ちなみに、カンボジアでの彼女のコスプレレポートとしては果物の王様ドリアン、蓮の花、天女アプサラなどがあります。もちろんアンコールワットキティもね。



キティビスケット&クッキー
※写真はイメージです。実際のものとは若干異なります

文: 安原知佳 カンボジアクロマーマガジン編集部
<http://krorma.com/>

Twitter: http://twitter.com/Krorma_magazine

「使って便利、読んで楽しい」をコンセプトとして現地に在住日本人が寄り集まって創りだしている無料季刊誌。アンコール遺跡情報はもちろん、どこに行こう、何食べよう?という時にバックに忍ばせておくと便利な「とっさの一冊」ガイドブック。



カンボジアスカーフ・クロマー



From Singapore

脱・マーライオン宣言

帰国した際に友人から受ける質問はいつも「マーライオン」が大半を占めていた。が、今年は違った。皆がみな様に口にしたのは2009年にオープンした高級リゾートホテル「マリーナベイサンズ」についてだ。これはなんといっても今年の春先に日本でオンエアされた

ソフトバンクのCMが影響している。高層タワーの頂上に大きな船を乗せた超個性的なフォルム、地上200メートルに浮かぶ空中庭園をSMAPのメンバー5人が闊歩する映像は多くの人がCGかと疑ったほどインパクトが強かった。

これにより長年守り続けた日本における注目度ナンバー1の座をついに譲り渡したマーライオン。マリーナベイサンズ

これまでマーライオン一辺倒であったシンガポールのお土産市場も変わりそうだ。例えば「世界3大がっかり」として名を連ねる身としては、今までいささか荷が重すぎたのではないか。マリーナベイサンズ型クッキーやまんじゅう、ボールペン、携帯ストラップ、きっと売れる! なぜならシンガポールには他に自慢できるようなお土産はないのだ。



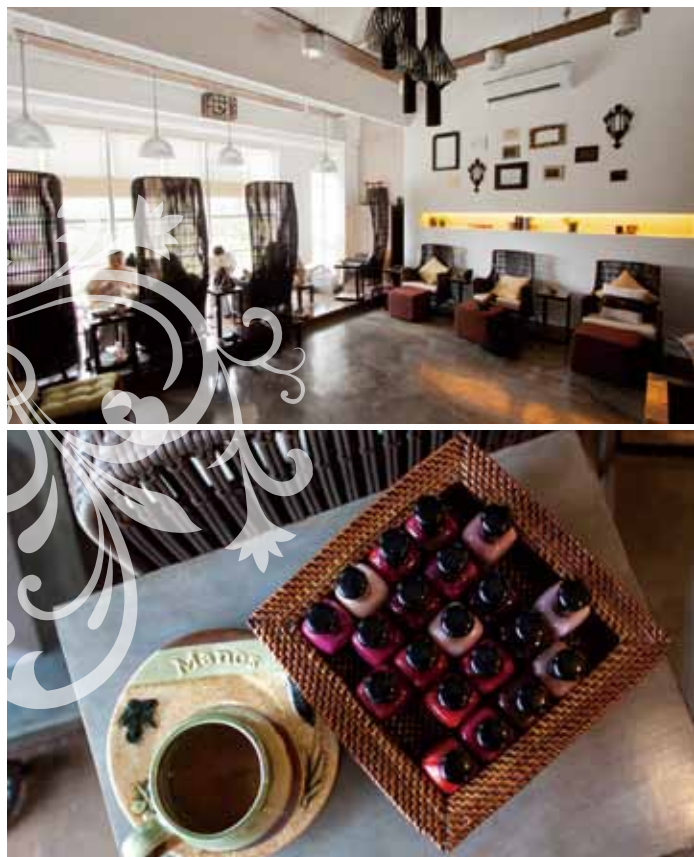
マリーナベイサンズ ※イメージ画像

文: 石川敬子(マンゴスティン倶楽部)
マンゴスティン倶楽部編集部
<http://www.mangosteen.com.sg/>

シンガポール在住日本人の生活をより豊かにする、楽しくておトクな情報を提供する月刊の日本語フリーマガジン(1998年創刊)。2010年よりシンガポール人向けに日本の魅力を紹介する姉妹紙、英字フリーマガジン「WAattention」も発行。



シンガポール土産の定番、マーライオングッズ



第2特集

目指せ! キレイ&男前

サロンガイド

以前、プライマーで読者アンケートを募った際に
「ローカルサロンへ足を運ぶのには二の足を踏んでしまう」
という声がありました。

そのため、今回はプライマースタッフ総動員で
サロンのサービスを体験(我々も少し躊躇しながらの体験でしたが…)
今号ではヘアサロン、男女で利用できるネイルサロン、
女性向けのエクステやまつ毛パーマに定評のあるサロンを
ピックアップしてみました。

恥を覚悟して挑んだこの企画、
実際の取材を終えた感想は「大満足」。
みなさんもサロンに足を運んで、
キレイ&男前に磨きをかけてみませんか?

フィリピンのビューティーサロン こがポイント!

1 キレイを楽しみたいけれど、 時間がない

エクステやまつ毛パーマとネイルを同時に体験
することで、時間が有効に活用できるはず。

2 ローカルのヘアサロンでは、 ヘアスタイルのリクエストが難しい

英語を駆使して伝えるよりも、雑誌の切り抜き
などビジュアルで訴えるものを用意して。

3 初めてで高い料金は不安… 初回お試し価格があるといいな

今回は、いくつかのサロンでプライマー読者特
典を用意。お試し体験が好印象なら、長く通い続
けられますね!

ゆるふわウェーブで上品な柔らかさを演出

Shunji Matsuo hair studio

シュンジ・マツオ・ヘア・スタジオ
ジャンル: ヘア/ネイル/ワックス脱毛

日本の高い技術を用い、日本を始め世界の最新スタイルを提案している「Shunji Matsuo hair studio」。シンガポールを拠点に、マレーシアやベトナムなど東南アジア各国に15店舗を展開していることから、東南アジアに暮らすオシャレに敏感な日本人の間で大変人気の高いサロンです。オーナーの松尾俊二さんはルイ・ヴィトンやダナ・キャランといった大物セレブのスタイリングやファッション・ショーのヘアを手掛けるなど、その技術の高さは言わずと知れたところ。

ここフィリピンのサロンでも、グループの技術を継承。Shunjiさんの下でトレーニングを受けたヘアスタイリストがひとり1人の輪郭や肌色に合ったヘアスタイルやカラーを提案、丁寧でめ細やかなサービスが特徴となっています。

同店を訪れたプライマー編集部は、クリエイティブ・ダイレクターのJohn Quintosさんに「ジャパニーズ風ゆるふわヘア」を提案してもらいました。日本と異なる環境下でもふんわりカールを持続させる方法がざっくり詰まったテクニックを一挙公開!



スタッフのみなさん



アジア各地の置物が並ぶエキゾチックな店内、きれいな状態の古着が多数揃う



営業C
私に似合うチャームリングなウェーブヘアにしてほしい



Primerスタッフの感想

スタッフの方々の丁寧な対応とスタイリストさんの技術に、プライベートでもまた足を運びたいと思いました。お腹が空いたらサロンの隣にある系列のレストランから食事やケーキが頼めるのもいいですね。店内にディスプレイされた古着やアクセサリが購入できるのも、フィリピンでは斬新なアイデアかもしれません。

スタッフが体験! ジャパニーズ風 ゆるふわヘア

まずは「Semi permanent color」(P2,400) を用いて施術を行います。髪へのダメージを最小限に抑えたこのカラーリングで、より艶やかなヘアに。通常のカラーは薬剤による髪の負担が大きいのだそうですよ。続いて「Hair cut」(P1,200)。フィリピン国内外で経験を積んだJohnさんのカットは丁寧でスピーディー。最後に「Digital perm」(P6,800) で毛先をくると巻いて仕上げていきます。ここまでのプロセスは約5時間。



編集S
憧れのゆるふわウェーブ、お願いします!



スタイリスト・Johnさんよりひと言

常夏のフィリピンではゆるやかなウェーブを持続させるのは難しいのですが、デジタルパーマを用いればOK。自宅でのスタイリングはムースやワックスで整えて!



●プライマー読者限定特典 (今号持参で)

○Johnさん指名の方はヘアカット
30% OFF
(通常価格: 男性 P800/女性 P1,200
のところ)
※有効期限: 2月末日

●おすすめトリートメント

ダメージヘアを補正、ヘアマスク付きの「Powerdose」(P1,400~)
デジタルパーマによるヘアダメージには「Japanese Care Trico」(P2,200~)

17 West Capitol Drive Kapitolyo, Pasig City
☎02-631-9424 ☎9時~20時(土・日曜10時~19時)
☎クリスマス・年末年始 ※店内には、価格を抑えたメニューが揃うヘアサロン「Gupit」を併設

話題のヘアエステで補正&癒し

YSTILO Salon

エスティロ・サロン
ジャンル: ヘア/ネイル/まつ毛エクステ

「スペインスタイルのサロン」をコンセプトにした同店は、女優のBea Bineneも利用しているそうです。日焼けや乾燥によるダメージ補正にも、日々のメンテナンスにもおすすめだという「Aromahair」(P490)を営業部Pが体験してきました。まずは髪をクレンジングした後、アロマエッセンスを10分ほど浸透させます。さらに頭皮をマッサージし、その上からトリートメントクリームでパックをし、洗い流します。アロマの香りとマッサージについてウトウト…。リラックス効果抜群のヘアエステ、あなたも試してみませんか?

●おすすめトリートメント

憧れのさらさらヘアなら「Rebonding(縮毛矯正)」(P3,500)
ショッピングで疲れた足に「Foot Spa with Invigorating Scrub」(P300~)

2nd Level, South Wing, SM Mall of Asia, Bay Boulevard, Pasay City
☎02-556-0218
☎10時~21時 ☎モールの休みに準ずる
<http://www.ystilosalon.com>



艶やかな髪を保つための秘訣は
ヘアの定期的なメンテナンス!



施術の間のできるフットスパやマニ・ペディなどもおすすめ



買い物がてら立ち寄れる気軽さがうれしい。ファミリーでの利用も歓迎だとか

「似合わせカット」ならココ!

Higuchi Hair Salon

ヒグチヘアサロン
ジャンル：ヘア

隠れ家のようなプライベートサロン。経験豊富なベテランスタイリスト樋口さんは、1人1人の髪質のクセや悩みを分かった上で、似合うスタイルを優しく引き出してくれます。髪の傷みが気になるけれど、定期的にカラーリングを受けたい方にはヘナカラーが最適です。しっとりうるおう仕上がりにファンも多数。カット800P、デジタルパーマ4000P〜。

●おすすめトリートメント

トリートメント成分配合の「ヘナカラー」
(P2,000〜)

Unit 103 M. Santillan St. cor. Fernando St.
Brgy Pio Del Pilar, Makati City
☎02-836-1297、0929-899-9198
🕒9時〜20時(木曜〜20時15分) 📺火曜
Facebook <http://on.fb.me/wxnwls>



パーティー時のヘアアレンジもおまかせ!
(カメラマン：増田康弘)



暖色系でまとめられた店内

韓国セレブ御用達のサロン

ROBIN KIM

ロビン・キム
ジャンル：ヘア/ネイル/まつ毛エクステ

新宿のサロンで経験を積んだ、韓国人スタイリストのキムさんのヘアサロン。カットは髪の長さに関わらず一律P500、トリートメントとブローとのセットでP1000というお手頃価格です。同店には韓国人セレブリティらの施術を行ってきたネイリストが在中するネイルパーもあり。バリエーション豊富なネイルアート、まつ毛エクステなどのサービスも行っています。

●おすすめトリートメント

カット付き!「デジタルパーマorリボンディング」
(P3,300)

1110 ground floor Adriatico Square, 1607
Adriatico St. corner Malvar St., Malate Manila
☎02-496-5853
🕒9時〜20時(木曜〜20時15分) 📺水曜



レイヤーを効かせたシャギースタイル



友人の家に招かれたかのような温かみのあるインテリア

サロンの後は癒しのスパを堪能

SM KENKO SALON

SM健康サロン
ジャンル：ヘア

サロンだけでは満足できないあなたへ。『SM KENKO』は、本格的なスパ&マッサージを併設したトータルリラクゼーション施設です。施設内にはヘアサロンも完備しており、利用客の8割が日本人なのだとか。ロレアルなど薬剤にこだわり、特に種類も豊富なヘアトリートメント(P500〜)には定評があります。編集Kが今回体験したのは、カット(P300〜)。「軽やかな印象になった」と、社内でも好評です。オシャレをして出かけたいた奥様には、「ヘアメイク&メイクアップサービス」(P700)などいかがでしょう?

●おすすめトリートメント

しなやかな美しい髪へ「サロン限定 ロレアル・パウダーズ」(P750)
頭皮と髪のトータルケアに「ヘアスパ」(P1000)

6th Floor Networld Hotel, Roxas Blvd. corner Sen. Gil Puyat Ave.,
Pasay City
☎02-536-7114、03-536-7777
🕒10時30分〜21時 📺無休
<http://www.jipang-group.com>

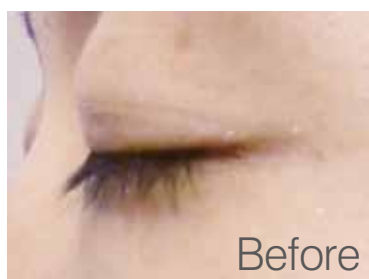


Before



After

左上：カット前 上：カット後。髪のボリュームを抑えた、爽やかな仕上がりに大満足
左：サロンの後は、ジェットバスとサウナを完備したスパへgo!



Before



After

煌く目元に恋愛運もアップ!?
強くこすらなければ、目の周りの洗顔もOKです



アクセス至便な立地で足を運びやすい

●プライマー読者限定特典(今号持参で)

○まつげエクステP3000→P1900

※予約時に「プライマーを見た」とお伝え下さい
有効期限：2月末

自然な仕上がりにボリュームUP

Kawisori

カウソリ
ジャンル：ヘア/まつげエクステ

興味は持っていたものの「痛くないのかな」「ちょっと高いなあ」と、エクステになかなかチャレンジできなかった営業K。まつげエクステはまぶたに直接“毛”をつけるのではなく、自分のまつげ1本1本の毛根から1〜2mmの部分に専用の接着剤で、自然なカールのある人工毛を丁寧に付けてボリュームや長さをアップさせるもの。施術中に痛みを感じることはほとんどなく、長さや形・ボリュームは好みに合わせて選べます。マスカラいらずの自然な仕上がりに大満足! 目元を華やかにしたいけれどマスカラは面倒い方にもおすすめです。

●おすすめトリートメント

自然な仕上がりの「Eyelash Extension(まつげエクステ)」
(P3,000)

2nd Flr, PBurgos cor.Gen. Luna St., Makati City
☎02-729-5448
🕒9時30分〜20時 📺不定休

安定した技術とサービスに定評 MANOS Nail Lounge

マノス・ネイル・ラウンジ
ジャンル: ネイル/ワックス脱毛

身体に優しいオーガニックのスパプロダクツや、パラベンフリーのマニキュアを用いたネイルの施術が受けられるナチュラル思考のサロン。自然を間近に感じられる店内は、雰囲気も居心地のよさも抜群です。ワインやカクテル(別料金)を片手に、マニキュア(P190)やペディキュア(P240)、リラクセス度満点のスパマニ&ペディなどを試してみたいいかが?

●おすすめトリートメント

気分と香りに合わせて選べる「Spa Treatments」
Mani+Pedi (P800)

Unit 2-I Crescent Park Residences, 30th St.,
cor. 2nd Ave. Bonifacio Global City
☎02-478-4057, 0915-184-1220
🕒11時~20時30分(土・日曜10時~19時)
📍無休 Facebook.com / ManosNailLounge



緑溢れるフォート・ボニファシオを眺めながら、ネイルを楽しんで



センスのよい家具でまとめられたナチュラルな空間

しっとりスパ・マニで潤いを! Belle & Cat

ベレ&キャット
ジャンル: ネイル/ワックス脱毛

様々なファッション誌を飾るメイクアップアーティストCathy CantadaとStacey Tan Gana-Bravoがプロデュースするサロン。ポップなデザインからシックなカラーまで、デザインもカラーバリエーションも豊富です。今月は読者限定で「Ultimate Hand and Foot Spaパッケージ」(P900)が10% OFF! ※予約時に「プライマーを見た」とお伝えください。

●おすすめトリートメント

泥パック付きでしっとり感持続
「Ultimate Spa Mani」(P400) / 「Spa Pedi」(P490)

131 Sterling Centre, Grand Floor, Dela Rosa
Street corner Esteban Street, Legaspi Village,
Makati City ☎02-480-6204, 0916-646-
77568 🕒11時~20時(土・日曜~20時)
http://belleandcat.com



カラーはネイルアート(P25~)と合わせるのがおすすめ



元気をもらえそうなポップ感。ふかふかのソファに身を委ねて

ジェルネイルで叶える指先美人 Nail Salon REI 麗

ネイルサロン・レイ
ジャンル: ジェルネイル

日本人ネイリスト・中村さんによるきめ細やかな接客に加え、フィリピンではまだ数少ない「ジェルネイル」の専門店としてオシャレに敏感な女性たちに人気を集めています。施術に使用するソフトタイプのジェルに光を照射し、スピーディーに固めていきます。爪にやさしいジェルと、丁寧な甘皮処理のおかげでネイルの持ちもアップ! パーティーやデートの際には、スワロ(P200~)やフレンチ・グラデ(+P500~)で指先に上品な輝きを添えてみるのも◎ デザインチェンジで再来店した際には、ジェルのオフ代が無料なのもうれしいサービスです。※出張サービス有り

●おすすめトリートメント

「ジェルベーシックコース」(P2,500)
「ジェルスカルプチャーコース」(P4,000)

#98Timog Avenue, Sacred Heart, Ybardolaza Quezon City
(Bambbi Fuentes内)
☎091-531-4826(中村直通)、02-411-2487
🕒10時~18時 📍水曜



上: ジェルにラメとシールを施して、ポップでキュートな印象に
右上: チェック柄からマーブルアートまでバラエティ豊か
右下: シンプルなデザインも、ゴージャスに演出するのも思いのまま

●プライマー読者限定特典(今号持参で)

○すべて20% OFF
※予約時に「プライマーを見た」とお伝え下さい



上: パーマには韓国のプロダクツを使用
下: ビューラーの手間が省けるのもポイント、
パーマはごく自然な仕上がりに



ミントの香りが漂うセンスのよい店内。
ドリンク片手に優雅なひとときを

●プライマー読者限定特典 (今号持参で)

○まつ毛パーマ20% OFF
※有効期限: 2月末

マスカラ要らずのまつ毛パーマ

The Nail Republik

ザ・ネイル・リパブリック
ジャンル: ネイル/まつ毛エクステ・パーマ

ローカルのサロンでまつ毛のお手入れをしてもらうのは、ちょっと不安? 施術を行うスタッフは同店でトレーニングを受けているため、施術中も安心して身を任せられます。編集Kが体験したのは、まつ毛パーマ(P500)。まずはまつ毛の汚れを丁寧に取り除き、パーマを2度かけていきます。2度かけることで、「くるりん♪」としたカールが長持ちするのだそうですよ。所要時間は約1時間、パーマの持続は約3カ月間。同店ではネイルやワックス脱毛、ハンドやフットのケア「パラフィン」などのサービスも充実しています。

●おすすめトリートメント

「Eyelash Perming(まつ毛パーマ)」(P500)
指先を上品に演出「Nail Extension Acrylic French」(P1,600)

110 Rada St. Suite 101 CYA Land Building, Legaspi Village,
Makati City ☎02-552-2833
🕒10時~20時 📍クリスマス・元旦

品川クリニックの 海外1号店

Shinagawa Lasik & Aesthetics Center

品川レーシックアンドエスエティックスセンター

世界最高水準の機器を導入し、安全性の高い方法で行う視力回復手術レーシックに定評のある品川近視クリニック。同院は2004年にレーシック手術の提供を開始後、これまでに65万例の手術成功例を収めています。プチ整形や痩身、レーザー脱毛などの美容医療が良心的な価格で受けられる品川美容外科。どちらのクリニックも、一度は耳にしたことがあるのではないのでしょうか？『Shinagawa Lasik & Aesthetics Center』は、品川グループの海外1号店として2010年にオープンしました。同院ではレーシックの手術と美容医療の2つのサービスを提供しています。

医師の技術に加え、レーシックの手術を左右するのがレーシック医療機器。同院には日本同様に品川ブランドのイントラレーシック機器を導入しています。この機器を用いた手術では「近視、遠視、老眼」の矯正が可能となっており、手術に要する時間は片目で約8分間。翌日以降は周囲のものが裸眼ではっきり見えるようになるため、ダウンタイムもほとんどありません。また、フィリピンで手術を受けた場合にも、27店舗ある日本の品川クリニックで手術後の検診が可能となります。保証期間は3年間なので、手術後に日本へ帰ることになっても安心ですね。

※同院は「PEZA」に認定されているため、外国人には消費税（VAT）がかかりません。診療の際にはパスポートの持参を忘れずに。

●美容皮膚科のおすすめメニュー

- 小じわの解消に効果的な「ボトックス」
P1,800～
- FDA認定の機器を用いた「レーザー脱毛」
P1,500～
- メスを入れないフェイスリフト「タイタンXL」
P10,000～
- ニキビ跡、妊娠線に効果の高い「フラクショナルレーザー」
※個人差あり
- メソセラピーという脂肪分解注射で行う「痩身」
※個人差あり

読者特典

- 美容系の施術がどれでも20% OFF
- ※2012年2月末日まで



写真上から反時計回りに：エレガントな空間と笑顔の受付スタッフ、医療脱毛イメージ画像、皮膚医学に基づいたコスメライン「CELESTY」

イントラレーシックとは？



私たちドクターは品川近視クリニックと同様のサービスをご提供するため、日本の同院で研修を受けています。品川のイントラレーシックは「目の表面の角膜にエキシマレーザーを照射し、角膜の曲率を変えることにより視力を矯正」する手術です。ご自身の視力や眼球の形に合った矯正手術を提案いたしますので、まずは無料の適性検査どうぞ。



写真上から反時計回りに：Jaime Dinglasan Jr. ドクター率いる経験豊富な医師チーム、手術はモニターで確認しながら行います、レーシックの適性検査イメージ



Shinagawa Lasik & Aesthetics Center
Mezzanine, Tower 2,
The Enterprise Center,
6766 Ayala Ave. cor.
Paseo de Roxas, Makati City
☎02-846-3197
🕒8時～22時
🎄クリスマス・元旦
<http://shinagawa.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>



トリートメントメニュー

- レーザートニング (10回/P38,000)
1,064ナノメートルの波長のレーザーでシミを取り除きます
- ソフトレーザー・ピール (3回/25,000)
毛穴の引き締め、にきび改善、肌弾力の改善を目指します
- ホワイトニング・ケア (1回/P1,500、10回/P12,000)
若々しく、真っ白なお肌へと導きます
- IPL Facial (10週間のプログラム:P24,000)
メラニン色素などにダメージを与え、肌の若返りを目指す光治療
- IPL永久脱毛 (1回/P3,000~P8,000)
腕、足、わきなど。価格は部位により異なります
- オバジピール (2回/P28,000)
加齢による肌の改善を目指すピーリング

<読者特典>全てのサービスが20%OFF (本号持参で)

ご予約はお電話で
☎02-892-8431 / 0920-836-1132

2nd Floor, Aguirre Bldg., H.V Dela Costa cor.,
Tordesillas St., Salcedo Village, Makati City
営業時間 9:30~18:30 定休日 日曜、祝日 MC-2

**02 スキンケア&
レーザークリニック
AESTHETIC CENTER**

素晴らしい
スキンケア・サービス
提供いたします。



**自宅でのリラックスタイムに
アロマの香りで癒し効果も**

Masaji
マッサージ

自宅に居ながら、リーズナブルに施術が
受けられる出張マッサージ。同店では、ラ
ベンダーオイルを用いた「スウェディッシュ
マッサージ」(P250) や、ペパーミント
ジェルでリフレッシュ効果の期待できる
「フットリフレクソロジー」(P300)、「ア
ロマセラピー(アロマオイル)」(P500)
などアロマの香りが疲れを癒してくれるメ
ニューが特徴となっています。ボディスク
ラブやネイルの施術なども。

●おすすめ 全身のリラクゼーションと気にな
る部分のコリをほぐす「コンピネーション(ス
ウェディッシュ&指圧)」P300/1h

☎0927-809-0999、0999-1882-888
◎毎日24時間営業
※出張サービスのみのサービスご提供となります
※男性・女性セラピスト常駐



**気になる肌や体のお手入れに
韓流フェイシャル&ボディケア**

White Fox
ホワイトフォックス

気になるお肌や体の悩みには、韓国で人
気のフェイシャルケア&ボディケアをお試
しあれ! シミやシワ、にきび跡が気にな
る方には、フェイスリフトアップ効果も
期待できる「M.T.S.」。腕や足などの部位
の脱毛はもちろん、シミ・そばかすのケア、
ホワイトニングなど幅広いお手入れが可
能な「I2PL」なども。価格はそれぞれ1回
P4,000、3回P10,000とリーズナブルです。

●おすすめ
お腹に効く痩身マッサージ「belly sliming
service」が今ならPhp 1,000!

2nd Philla bldg. 5057 PBurgos St, Makati
City ☎02-519-2720、0927-796-3020
◎9時~18時 ◎日曜 個室なし



信頼の総合メディカルスパで美に磨きを

Mendez Medical Group
メンデスメディカルグループ

メトロ・マニラに複数店舗を構える『Mendez Medical
Group』は、豊富なラインナップに定評のあるメディカルクリ
ニックです。フェイシャルケアやボディケアはもちろん、アン
チエイジングやヘアサロン、美容皮膚科、美容歯科も取り扱い、
美を追求する女性をサポートしています。人気のダイ
ヤモンドピール(P2,500)では、顔の皮膚表面の角質を取り
除き、美しく艶のある肌を手に入れる事が出来ます。カップル
で使える読者特典も要チェック!

●おすすめメニュー

①脂肪吸引で楽々減量「リボジェット」..... P40,000
②10年若々しい顔に「ボトックス&10リフト」..... P60,000

3/F Robinsons Place, Ermita, Manila
☎02-527-3128
◎10時~21時 個室あり



プライマー読者特典

- ダイヤモンドピールRed&Blue
50% OFF
 - カップルのための「減量プログラム」
50% OFF
- ※プライマー2月号持参にて
有効期限: 12年2月29日まで



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
- * エナジャイズングマッサージ.....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、指圧、コンボを
下記の値段でお楽しみいただけます

1時間
P198

1時間半
P288

2時間
P375

* 2012年
4月末まで

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

素晴らしいマッサージで
贅沢なリラクゼーションを
過ごすことが出来ました。

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

**24時間年中無休の
HOME&HOTEL
マッサージサービス**

男性・女性の
セラピストに
よるマッサージ

**ホリディ & 250ペソ/
3周年 1時間
記念プロモ +20分無料**

指圧、スウェディッシュオイルマッサージ、
フットマッサージ、ホットハーブマッサージ
リラックス肩もみ、背中&フェイシャル、
タイコンビマッサージ：300ペソ
ベントウサ、フットマッサージ&マニキュア・
ペディキュア：500ペソ

**SMART: 0920-6566817 PLDT: (02) 897-4890
GLOBE: 0916-2598945 日本語でどうぞ!**

**「ジムに行ってもなかなか痩せない…」と、お悩みの方へ
韓国セレスのキレイのヒミツを教えます!**

● **Body Care** 両脚・お腹まわりスリミング&ボディマッサージ

● **Skin Care** にきびケア&トリートメント、ホワイトニング、角質除去

5048 P. Burgos St., Makati City
TEL: 02-899-5446/0915-774-4252

Simply Natural Therapies

for mind, body & soul

24時間お電話受け付けます
マ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(マラテニア限定)

▶サービス内容(1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 / 09278166080

シミを永久的に取り除き すっぴんでも美しい肌へ

Prettylooks

プリティルックス・エステティック・クリニック

アートメイクを始め、ストレス解消や不眠に効果的な鍼治療に定評のある美容整形。天然の抽出液により永久的にシミを取り除くことができるという「Bio-Melasma treatment」は、人気の高い治療のひとつ。一度取り除いたシミは復活することがある、ということはご存知ですか? コンサルタントのブレア・オンさん(写真)によれば、「この治療ではシミが元に戻ることはない」のだそうです。※注射による施術です。

●おすすめ

「Bio-Melasma treatment」

※値段は部位により異なります。

※通常4回で95%程度の効果が得られるそう

Unit 201 Grand Emerald Tower, F. Ortigas Jr. corner Garnet Rd., Ortigas Center Pasig city ☎02-687-7507 ☎10時~19時 ☎土・日・祝日 <http://www.prettylooks.com.ph>



本格派タイ古式マッサージ 有名店直伝の技を体験!

Vin Thai

ビンタイ

タイ古式マッサージはヨガ、指圧、整体などの流れをくむタイ独自の健康マッサージ法で、ストレッチを含んでいるのが特徴。マッサージでほぐした関節や筋肉にストレッチを加えることで、神経や血管が刺激され、血流促進・痛みの緩和・免疫力増進などの効果があるとされています。セラピストは、日本の有名人もお忍びで通うバンコクの有名店『King's Body House』の指導を受けた実力派揃い。

●おすすめ

1時間P350/ゆっくりと身体をほぐすなら1.5時間/ P500、2時間/ P650のコースも。料金もオトク!

※出張サービスのみのご提供となります

☎0927-981-7916 (日本語もゆっくりならOK)
☎17時~翌3時(土・日は15時~)



タガログ語入門 第10回

ちょっとタガログ使えたら、ぐっと距離が近くなる。
タガログ語こじつけ的覚え方が大好評。

●たくましい：Malakas(マラカス)

何てたくましいマラカス!

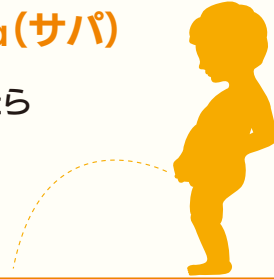


●提供：Max氏

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。

●小川：sapa(サパ)

小川で水浴びしたら
サッパリした～



●先生：Guro(グロ)

私の先生、
グロテスクな映画好きなんです



●濡れる：Basa(バサ)

髪が濡れて
バサバサだよ



●机：Mesa(メサ)

この机、
めっさ※散らかってるやん

※関西弁で“かなり”の意味



●まゆげ：Kilay(キライ)

あなたのまゆげ、
嫌いなよ!



韓国メイクアップアーティストによるプロの技

クリスマス プロモ実施中!

before after

- アイラインパーマ(3～5年で自然に落ちます)
通常 P5,000 ▶ プロモ価格 P3,000
- 眉タトゥー+アイラインタトゥー(上部)+唇タトゥー(全体)
通常 P27,000 ▶ プロモ価格 P16,000
- 眉タトゥー+アイラインタトゥー(上部)
通常 P12,000 ▶ プロモ価格 P10,000

※アイラインタトゥー(下部)ご希望の方は
通常 P5,000 → プロモ価格 P3,000で追加可能

プロモ有効期限
2012年
2月末まで

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
- ※規格FDA承認、オーガニック製品使用

before after

口に入れても人体に影響のない、安全な染料を使用しております

タトゥーサロン
KAWISORI ☎ D-1
2F Matheus Bldg. P. Burgos St. cor Gen. Luna
St., Makati City
☎ (02)729-5448 (0917)564-3943

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

メガネの品揃えは
フィリピン随一

HOYALレンズの取扱いあり

眼科士による
最新機器を用い
ての視力検査

Verona Optical
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.geolica.com.ph



ネットワークホテルマニラ

東洋と西洋の調和が生み出した、建築の芸術



ネットワーク・ホテル・マニラは、日本スタイルのサービス・ブティック・ホテルです。フィリピン貿易研修センターの向かいに位置しており、世界貿易センター、フィリピン国際会議場、フィリピン文化センターへ歩いて行ける距離にあります。また、巨大ショッピングセンターのモール・オブ・アジアとSMXコンベンション・センターから車で5分、ニノイ・アキノ国際空港(NAIA)から15分、そしてフィリピンのビジネスの中心であるマカティ市の商業地区から20分と、利便性に優れた立地条件を備えています。



設備とサービス

- 全89部屋 各室エアコンユニット付き
- キーカード式施錠システム
- 室内コーヒー&ティーサービス
- 金庫(客室内完備)
- 24時間制ルームサービス
- 多言語対応ケーブルテレビ
- ボイスメッセージサービス
- 直通国際・長距離電話
- 24時間警備体制
- 最新式の早期警報装置付き火災検知システム
- 空港送迎サービスとレンタカーサービス
- 外国通貨両替サービス
- ランドリー&ドライクリーニングサービス
- バレーパーキング・サービス



The First Authentic Japanese Health Spa
In Your and Your Family

心身共に癒される「スパロマセラピー」。エクゼクティブ・ラウンジでリラックス。有名なマニラ湾の夕日を眺めながら、栄養たっぷりのヘルシードリンクと美味しい料理をお楽しみください。(ホテル内5-6階)

営業時間: 毎日 午前11時~翌朝7時

支店: バラケニヤ市内NAIA第1ターミナル 西コンコース 出発エリア
バサイ市内NAIA第3ターミナル 国際線 出発エリア
バサイ市内NAIA第3ターミナル4階 フードコートエリア

New Branch



Delivering The Ultimate Coffee Experience

おしゃれなスパニッシュ・スタイルのバー。弓矢を持った愛の天使が目印です。美味しいコーヒー、ピザ、パスタ、そしてベストリーをお届けしています。(ホテル内2階)

営業時間: 24時間営業

支店: バサイ市内NAIA第3ターミナル4階 フードコートエリア

New Branch



One Japanese Restaurant, Hundreds of Wonderful Food Selections

日本料理店「海舟」。570平米の広々としたスペースを持つ当店は、団体のお客様向けに畳部屋を16部屋用意しております。営業時間: 毎日 午前11時~午後2時、午後5時~深夜12時(ホテル内1階)



ネットワーク・トラベル&ツアー

当社は、ネットワークホテルが経営している旅行代理店です。お手頃な値段のパッケージツアーを用意しており、お客様のご要望に沿った快道な旅を手配いたします。(ホテル内1階)



Leisure and Entertainment
at Your Finger Tips

最先端技術を駆使したエキサイティングなゲーム機146台。安心して楽しめる快適な雰囲気。そして迅速で丁寧な給仕サービスを備えた、762平米もの広大なフロアを誇る世界クラスの高級娯楽設備です。(ホテル内2階) 営業時間: 午後1時~翌朝7時

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

Trunkline No.: (632) 536-7777 • Fax No.: (632) 536-5835

Email: reservation@networldhotel-manila.com | Website: www.jipang-group.com

A member of: Jipang Group of Companies

World-class Japanese Service Within Your Reach!



Present this stub & avail

10% OFF @ Cafe Sampaquita

* 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

心身の疲れを癒し、 リフレッシュ

SM健康サウナ

SM Kenko Spa

「自宅のシャワーだけでは物足りない」、「お風呂にゆったりと浸かりたい」。そんなときにはフィリピン有数のハイドロジェットバスとサウナを完備している『SM健康サウナ』がおすすめです。タオルや石鹸などの入浴道具を始めとする浴衣の貸し出しもあるため、手ぶらでOKというのも魅力のひとつです。

ジェットバスの気泡に身を任せながら過ごすバスタイムは、まさに至福のひとつ。入浴後は休憩エリアで仮眠をとるのもよし、漫画や雑誌を読みながら過ごすのもよいでしょう。身体のほてりがおさまったら、気持ちまで優しくほぐしてくれるようなマッサージに身を委ねてみて。フィリピンに古くから伝わる方法で行う「ヒロットマッサージ」や、スイス産の製品を使用した「フェイシャル」などのスパトリートメント各種もおすすめです。

心身ともにリフレッシュした後の楽しみは、マニラ湾の夜景を眺めながらのお食事です。果実感を生かしたフレッシュジュース、サンドイッチやラーメンに和定食など、館内のレストランではさまざまなメニューを取り揃えています。

SM健康サウナは、ニノイ・アキノ空港内にも支店を3店舗構えています。出発までの時間に余裕があれば「フルボディマッサージ」や「フットリフレ」などのマッサージ各種を試してみたいかがでしょうか？ また、NAIA 3の店舗内には仮眠できるスペースもあります。

●おすすめメニュー

- パッケージA：P980
サウナ入浴とマッサージ(1時間)利用のセット
- 頭、首、肩マッサージ：P675
肩コリの解消なら、こちらがおすすめ
- ボディスクラブ：P800
活性化ミルクソルト又はマイクロパールを使用したボディスクラブ
- フットスクラブ：P600
かかとのザラつきを落とし、足の裏を滑らかでソフトな状態に
- マニキュア&ペディキュア：P400
専門スタッフが丁寧に仕上げます

読者特典

- Midnight Treat / ミッドナイト・トリート
(2:00~7:00限定)
サウナ入浴とマッサージ(1時間)にスナックと飲み物が付くお得なパッケージがP980で!



写真上から反時計回りに：オリエンタルな印象の受付、泡が心地よいジェットバス、マッサージで寛ぎのひとつとき

マッサージで極上のリラックスタイムを



SM健康へ訪れたら、ぜひ利用してみたいのがリラックス度満点のマッサージやスパトリートメントメニュー。オーストラリア産のエッセンシャルオイルを使用した「スパロマセラピー」、スウェディッシュやフィリピン伝統のヒロットなど4種類から選べる「全身マッサージ」などは極上のリラックスタイムを約束してくれることでしょう。



左：寛ぎの時間が過ぎせるマッサージ、上：耳の中をキレイにお掃除「イヤークandles」



SM健康サウナ

5/F Networld Hotel, Roxas Boulevard corner
Sen Gil Puyat Avenue, Pasay City
☎02-536-7777(内線7110または6番)

🕒11時~翌7時 🕒年中無休

<http://jipang-group.com/en/sm-kenko-spa>

NAIA ターミナル1(西コンコース、出発エリア)

☎02-536-5830

NAIA ターミナル3(国際線、出発エリア)・4Fフードコートエリア

☎02-846-7193

Arbyのフィリピン白和

第2回 『マニラ節だよ人生は』

日系企業で働くセクレタリー(秘書)Arby
日本での生活経験もある彼が紹介するフィリピン。
現地人ならではの知識と日本生活で培った視点でレポート。

読者の皆様、マガンダンハボン。アシスタジア
でセクレタリーをしている Arby です。今となっ
ては随分とフィリピンに慣れたボスだけど、最初
の頃は文化や習慣を良く知らなくて、色々な失敗
をしたみたい。今回は、ボスから聞いた体験談を
書こうと思います。



ボスが行ったというLive Bar "Cool Nest"。場所は
Taft Avenue沿い、Quirino駅の近くです。でもボス
はなんで1人こんな暗い所を歩いていたんだろう？

会社を作る前に何度か視察でマニラへ訪れたボ
ス。当時はマニラでの知り合いがいなかったの
で、大抵は1人寂しく行動していたらしい。どこへ入
ったら良いか解らないから、目的もなく歩いている
と、賑やかで軽快な MC の声と笑い声が響く店を
発見。Arbyはそこがどんな場所か当然知っている
けど、ボスはこれが噂に聞くコミック Barだと思
いこんだらしく、何も知らずにズカズカと入って
いったとか。店に入ると席に通されたボス。みん
な楽しそうに笑っているが、ステージ上のMCは

タガログ語を話していたから内容は全然
解らなかったとか。しかし、そのMCがマイク
を持ちボスの横へ来て英語で出身地を尋ねた。



フィリピンでは下町のBarでもこんな感じで生のLive
を楽しむことができます。だけど音量が大きすぎて話
をすることが全然できません

「ジャパーン！」元氣よく返事をするボス。その
ボスの返答に続けてMCがタガログ語で何かを
話すと会場がドッと沸く。そんなやりとりが何度
か続いた後にMCから驚きの一言が。

「それでは日本のお客さんに

ENKAを歌って貰いましょう！」

ボスに向けられるスポットライトと大きな拍手。
会場が盛り上がっているの、うちのボスは演歌
を知らないとは言えなかったようだ。その時、ボ
スの頭によぎったのがフィリピンで実際に起きた
事件。Barで酔っ払いが歌ったら音痴が原因で
殺傷事件になったあの事件だ。演歌を知らない事
が、その記憶を呼び起こし不安になりつつも

マイクを握るボス、そんな心配など気にせずに
始まるイントロ。聴いたことがない曲名とメロ
ディーに生きた心地がしなかったらしいけど、



MalateにあるコミックBar "Library"。バクラ(オカマ)の
コメディアンが毎日ショーをやっています。客がステー
ジへ上がると下ネタでいじられます。Arbyは苦手

ローマ字で書かれた歌詞を読みつつ最後まで演歌
を歌いきったらしい。歌い終わると、会場から
拍手が貰えて色んな意味で無事終了。ボスは今日
も元気に働いています、よかったよかった。

この話もフィリピンの文化を知って貰う良い
サンプルだと思います。まだ他にも面白いエビ
ソードがあるので、これからも宜しく願ひ致し
ます。Arbyでした。

こんなの作ってる会社です



Assistasia Philippines Inc.

詳しくは assistasia.com

海外滞在者
必携の書!

フィリピンに居ながら日本の『いま』を体感できます!

～大相撲中継、ラジオ深夜便、地球ラジオ、NHK のど自慢、AKB48 の私たちの物語、海外安全情報など～

- 危機管理メディアとして見直されるラジオ放送を活用 (NHKワールド ラジオ日本)
- 災害発生時の「いま」の情報を入手出来る最高ツール
- ラジオ国際放送は、ネット環境不要・受信料 無料の情報源
- かしこい機材の選び方と販売中の製品を紹介
- ラジオ放送の将来はこうだ

普段は、NHKラジオ第一の番組を、日本に居る人と同じ
情報を共有することができ、BBCの英語や他国からの日
本語放送も楽しめます。モバイルサービス、オンデマ
ンドを提供している放送機関もあります。



ソニー「ICF-SW07」



ソニー「ICF-SW7600GR」



楽天ランキング市場産業分野
「今週のランキング」で1位

福岡工大附属図書館推薦図書
「40代男性らに復活の兆し」(朝日新聞)

「簡単 BCL 入門」
～世界の放送を受信せよ～
紺野 敦 / 工藤和穂 共著
CQ 出版社
定価：1,600 円 (税別)

本書のご注文方法は、アマゾンなど
のネットや、東京の紀伊国屋書店本
店には在庫(変動あり)があります。
ラジオ国際放送の受信できるラジ
オは、日本をはじめ、香港、タイ、シ
ンガポールなどのお店で購入するこ
とができます。

発送代行・ラジオの受信相談などに応じます(有料)。詳しくは Office Navy Field まで。
E-mail: akonno@jcom.home.ne.jp または FAX: + 81-42-810-2580

sari-sari store

サリサリストア

チケットの事前購入で、素敵なレストランやサロン、リゾートホテルetc...が格安で楽しめます!

数量限定 お得なチケットが
最大85% OFF!!

チケット一覧 ※こちらはほんの一例です!プライマー WEB (<http://primer.ph/sarisari-store>) にも多数掲載中!



MANILA OCEAN PARK アトラクション割引券

P995 ▶ P497.5 (50% OFF)

【エリア】マニラ 【業種】アミューズメント
【内容】Aquanaut Voyage 1名分
マニラ・オーシャン・パークでは海洋に暮らす生き物との触れ合い体験など様々なアトラクションが楽しめます。人気のAquanaut Voyageでは、5,000匹を超える魚たちのいるアクアリウムの中へダイブ!



Alfonso Hotel ペア宿泊券

P2,575 ▶ P1,030 (60% OFF)

【エリア】タガイタイ 【業種】ホテル
【内容】デラックス・ペア 1泊朝食付
奥様が日本人の、家族経営でアットホームなホテル。ホテルから足を延ばすとオーナー所有のファームがあり、キャンプ場やプールを完備。珍しい溪流が流れていて、家族連れにもおすすめです!

Casita Ysabel Hotel ペア宿泊券

P6,800 ▶ P3,400 (50% OFF)

【エリア】バタンガス 【業種】ホテル 【内容】ペア1泊朝食付
海と山に囲まれた敷地で自然を楽しむナチュラル派リゾート

IMC KAVINO レストラン割引券

P1,000 ▶ P500 (50% OFF)

【エリア】マカティ 【業種】レストラン 【内容】P1,000分のお食事券
香港人シェフが腕を振るう、創作モダンチャイニーズ

Alegre Beach Resort & Spa ペア宿泊券

P15,900 ▶ P7,950 (50% OFF)

【エリア】セブ 【業種】ホテル 【内容】デラックス・ペア1泊朝食付
美しい海を一望するビーチフロントのトロピカルガーデンリゾート

Society Lounge レストラン割引券

P500 ▶ P250 (50% OFF)

【エリア】マカティ 【業種】レストラン 【内容】P500分のお食事券
マカティアベニュー沿いにある雰囲気たっぷりの本格派フレンチ

A&A Plaza Hotel ペア宿泊券

P4,950 ▶ P2,475 (50% OFF)

【エリア】プエルト・プリンセサ 【業種】ホテル 【内容】デラックス・ペア1泊朝食付
人気のパラワンで旅の起点にもビジネスユースにも便利なホテル

L'Entrecote レストラン割引券

P1,000 ▶ P500 (50% OFF)

【エリア】フォートボンリファシオ 【業種】レストラン 【内容】P1,000分のお食事券
秘伝のハーブソースを絡めた極上のステーキが楽しめるフレンチビストロ

SKIN, INC. 選べるお試しコース

P2,500 ▶ P1,250 (50% OFF)

【エリア】マカティ 【業種】美容クリニック 【内容】4種のコースから1つ選択
医師による丁寧なカウンセリングに定評のある美容クリニック

Yamada Miyura サービス割引券

P500 ▶ P250 (50% OFF)

【エリア】ケソン 【業種】美容クリニック 【内容】P500分の割引券
減量、ボディケアのプレミアムサービスに定評のある美容クリニック

Prettylooks 商品・サービス割引券

P2,500 ▶ P625 (75% OFF)

【エリア】オルティガス 【業種】美容クリニック 【内容】P2,500分の割引券
アートメイク、ハンドケアなど、美に関する悩みをアンチエイジングで解決

YJC Aesthetic Center サービス割引券

P1,000 ▶ P500 (50% OFF)

【エリア】マニラ 【業種】美容クリニック 【内容】P1,000分の割引券
ダイヤモンドピール、美容タトゥーが人気の美容整形クリニック

ギフト券購入方法 日本人スタッフが対応させていただきます。以下2通りの方法にてどうぞ

1 プライマー WEBでの受付

<http://primer.ph/sarisari-store>

- ① お好みのギフト券をチョイス
- ② Webの問合せフォームに必要事項を記入、送信
- ③ プライマー編集部から受付完了の連絡があります
- ④ プライマー事務所にて受取り

2 お電話での受付

☎02-836-8381 (近藤、鈴木または浅田)

- ① お好みのギフト券をチョイス後
- ② プライマー編集部へ電話
- ③ プライマー事務所にて受取り

※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、ご了承ください

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より徒歩5分、Shang Tower前 (P. 26 ☑ C-3)

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



Two-way unlimited calls

M MetroCall

MetroCall

日比間、双方向かけ放題




日本の携帯ネットワークに加入
かけ放題
 フィリピンのワイヤレスネットワークに加入
かけ放題

¥6,500/month
 双方向かけ放題で完全定額

日本側は、LAN/ADSLなどのインターネット環境が必要です。
 スターターセット(初期費用): ¥17,800.-
 (日本のネットファンとフィリピンのワイヤレス端末、
 レッパ月分のご利用料金を含みます)月間料金: ¥6,500.-

ご提供エリア、詳細、お申し込みはこちら
<http://metrocall.jp>
050-5810-1547
 Manila: (02)479-5431

New Version!
 メトロコール
 ご利用者間で
 かけ放題!!



**思い出に残るパーティーを
クロカンブ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 レガシビレッジ店B-3 サルセド店C-3
☎ 817-4234 (代表)
<http://www.facebook.com/Happycreampuff2006>



DENCOM

CONSULTANCY & MANPOWER SERVICES

<http://www.dencomphil.com>

● 急募 ●

職種 ● 日本人カスタマーサービス

応募資格 ● 日本語及び英語が堪能な方

勤務地 ● Libis, Makati,
Fort Bonifacio, Rockwell

給与 ● 8万5千ペソ以上

勤務時間 ● 8:00 ~ 17:00

Dencom Consultancy & Manpower Services

Unit 3009, Cityland Pasong Tamo Tower,
2210 Don Chino Roces Ave., Makati City

Tel : 02-813-6977

携帯 : 0919-677-5493 (日本語可)

E-mail: dencomphil@gmail.com

保存版 ロックウェル・フォートボニファシオマップ

【Primer 設置ステーション P】
Sango! ロックウェル店



**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**

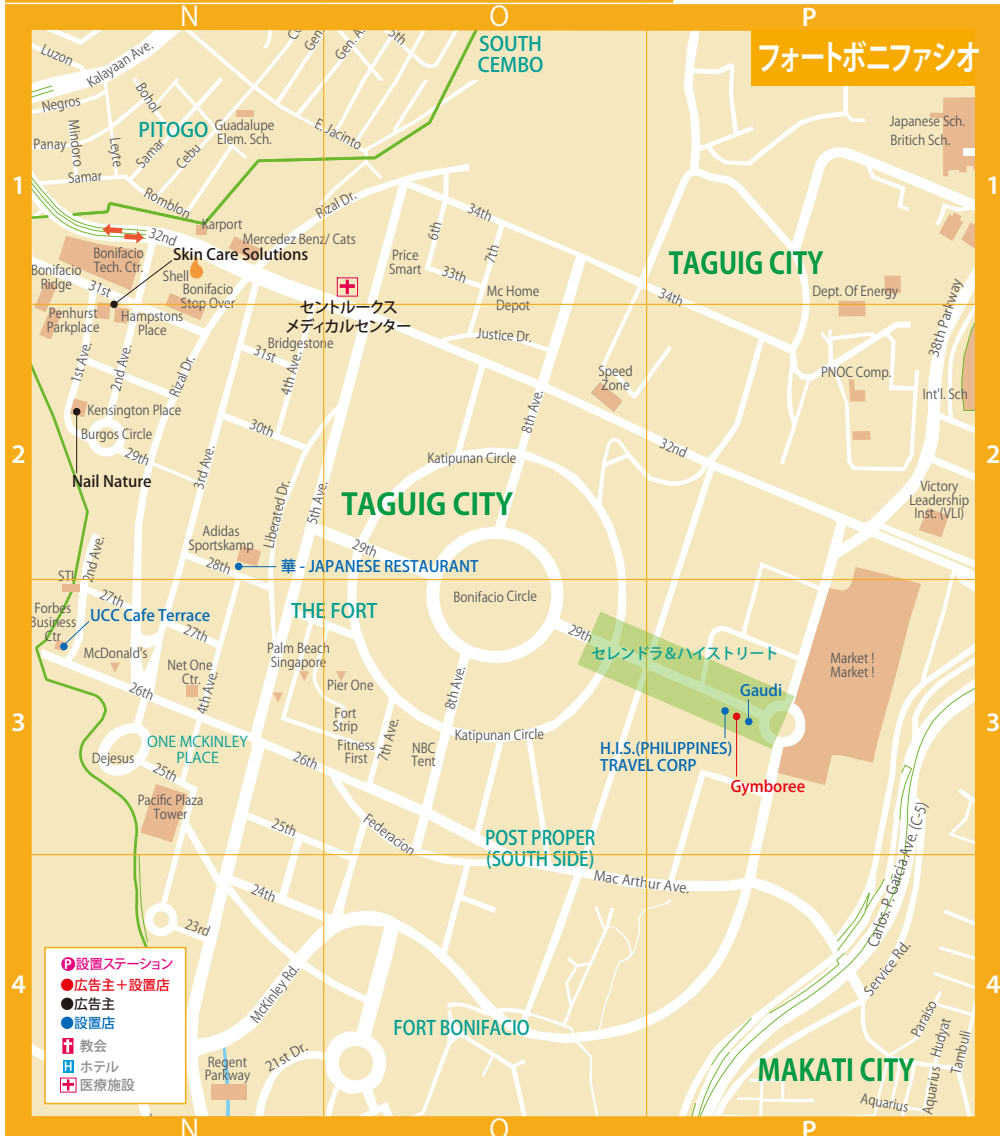
トリートメントメニュー

- **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

2012年の在フィリピン日本国大使館の
休日のお知らせです。

月・日(曜日)	フィリピンの 祝祭日
[1月1日(日)] New Year's Day
1月23日(月) Chinese New Year
4月5日(木) Maundy Thursday
4月6日(金) Good Friday
4月9日(月) Araw ng Kagitingan
5月1日(火) Labor Day
6月12日(火) Philippine Independence Day
8月6日(月) Cebu Provincial Foundation Day
8月21日(火) Ninoy Aquino Day
8月27日(月) National Heroes Day
11月1日(木) All Saints Day
11月2日(金) Special non-working Day
11月30日(金) Andres Bonifacio Day
12月25日(火) Christmas Day
[12月30日(日)] Rizal Day
12月31日(月) Last Day of the Year

※「Labor Day」は在フィリピン日本国大使館・
ダバオ出張駐在官事務所のみ休館。「Cebu
Provincial Foundation Day」はセブ出張駐在
官事務所のみ休館。

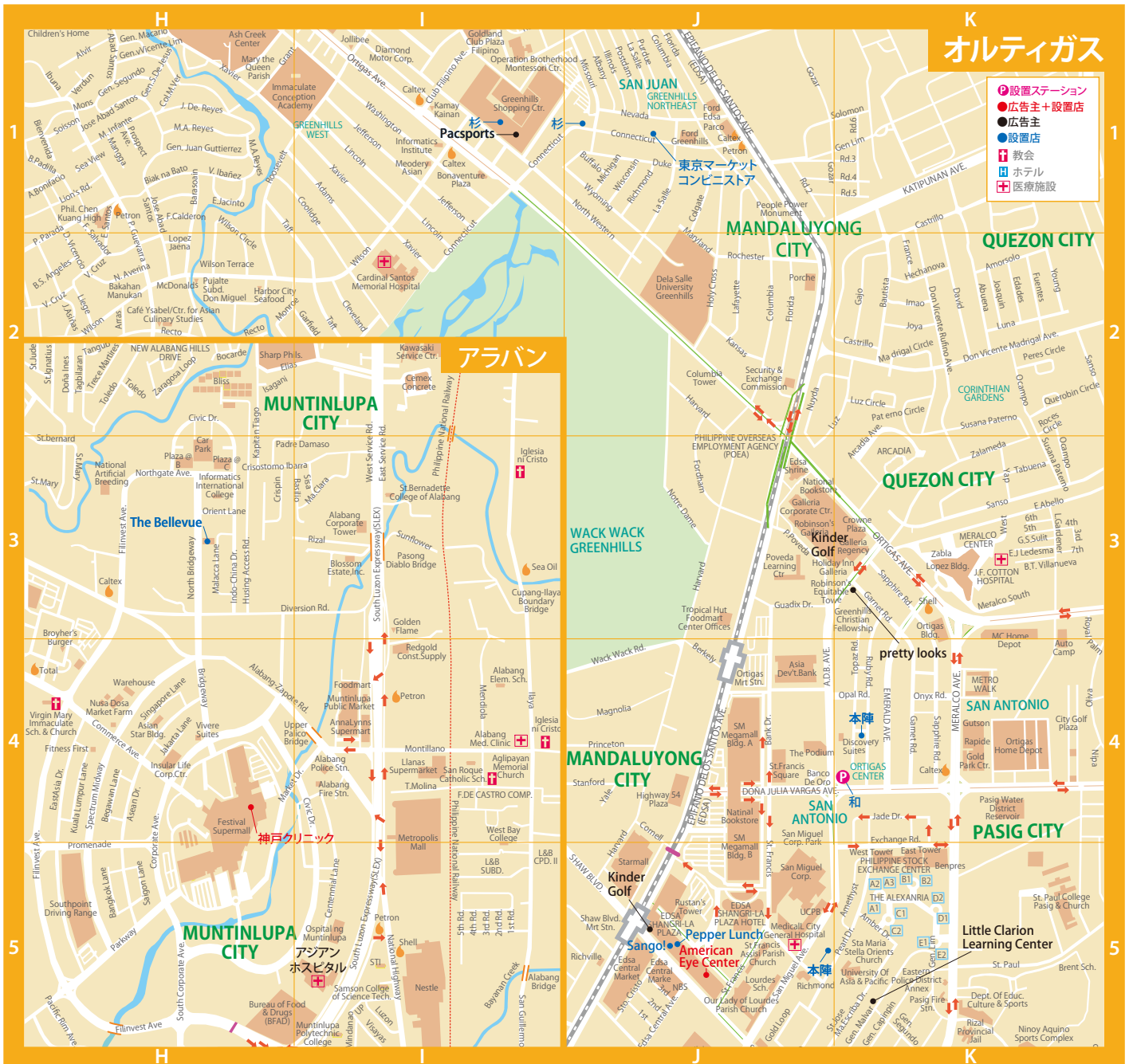
在フィリピン日本国大使館、在セブ出張駐在
官事務所、在ダバオ出張駐在官事務所

- 週休日 土・日曜日
- 開館時間 8:30~17:15
- 領事業務窓口開館時間
マニラ 8:40~12:00、13:30~16:30
セブ・ダバオ 8:40~12:00、14:00~16:00

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)



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、必要な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.

Tel: 02-628-4939

営業時間 8:00 ~ 17:00 定休 土・日・祝

www.lat-philippines.com



Marketing and Consultancy Services, Inc.

ビザ申請、イミグレーション手続きにお困りですか?
経験豊富なプロの弁護士とスタッフがサポートします!

入国管理局のルールは年々、複雑化しています。個人で申請すると手間のかかるプロセス、費用対効果と利便性の高さで選ぶなら専門のコンサルタントサービスがおすすめです。プロの代行申請を依頼すれば、余った時間をより有意義で大切な事に使えるのですから。各種申請代行サービス料金

- ビザ延長 (9A) P3,000
- 外国人登録証取得 (I-CARD) P2,000

など、他にもお気軽にご相談ください!

02-560-9792, 02-579-4041

No.17 Phivedec Industrial State,
Veterans Center, Taguig City
営業時間 9:00~18:00(月~金) 定休 土・日・祝日



**ご家族・お友達同士で
楽しめる日本式の
カラオケボックス
日本語新曲続々入荷!!**

デザインが全て違うお部屋をその日の気分でご選べちゃう。お部屋の大きさも3名様~30名様用までさまざま。今日は誰と行く?

● 料金: 84ペソ (1人/1時間)
お得なパーティーパッケージもあります。
(例: 3,300ペソ [10人/3時間/飲食込])
※いずれも部屋代、税金、サービスチャージ込

マカティ店
ジュビラ通り、KFC隣り
TEL: 890-5230/896-4261
月~水曜 15:00~5:00
木~日曜 24時間営業

バサド店
エドゥガ通り、ヘリテージホテル近く
TEL: 890-5230/896-4261
月~金曜 15:00~5:00
土~日曜 15:00~7:00

ケンズ店
ティモック通り、バーガーキング近く
TEL: 890-5230/896-4261
15:00~5:00

マラテ店
マビニ通り、パンパシフィックホテル近く
TEL: 890-5230/896-4261
24時間営業

URL: www.music21plaza.com

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



出張買取します

安心無料見積り

お引越しの
前に一度
ご連絡下さい!

家具

家電

衣料

キッチン用品

オフィス用品

その他
ご相談下さい!

090-8564-4205 (担当: たかく)



113 Quezon Ave, Quezon City
☎ 02-516-4269
営業時間 9:00~20:00
<http://surplusjapan.com>
Facebook: Halina kabayan ko
Twitter: Halinakabayanko

AUTOLINE MOTORSPORTS

私たちが車のプロが、
あなたの愛車を最高の状態にキープ!

■メニュー内容例

- 窓ガラス用遮熱フィルム: P3,000~/台 (インストール、洗車込)
- ゼノンライト: P3,500~/台 (ヘッドライトのアライメント調整込)
- 14ヶ月間のパーツ・サービス保証付
- オイル交換: P3,000~/台 (交換作業費込)
- 4?モーターオイルまたはHSKオイル使用

Going to EDSA South bound
South Super Highway

VITO CRUZ going to DISU

T. Ayala St

Here!

ZOBEL ROXAS

Caltex

Arellano St

2679 T. Ayala cor. Zobel Roxas St, Sta. Ana, Malate Manila
TEL: 02-524-3697 / 0915-5354091
E-mail: autolinemotorsports@hotmail.com
Facebook: Autoline Motorsports
WEB: www.autoline.ph

日本語を話せる方、急募!

Makati Eco-Plaza のTeleTechでは、
カスタマサポートを急募中です。
英語と日本語のバイリンガルの方に、
世界有数のハイテク企業で
スキルを生かせるキャリアをご用意
させていただきます。

月85,000ペソの給与をお約束
させていただきます。

APPLY NOW!

Call 902.7236 • 0906238.3870
or visit us at 10/F Ecoplaza Bldg.
Chino Rocas Ave. Ext., Makati City

TeleTech
MAKING AMBITIOUS GOALS REALITY™

Heart's day for the Westerns and Europeans, Valentine's day for all. When you talk about this occasion, it would mean lovers, couples, gifts and presents, flowers and chocolates, heartwarming notes, dinner dates or a romantic walk under the moon on the 14th day of February. Valentine's Day is often signified with a guy, out of his love and admiration for girl, will do everything to make this day really special.

Heart's Day: The Japanese Way

Contrary to the norms and traditions of many, Valentine's Day in Japan is totally different. The day for a Japanese girl is the fateful day when she may confess her love to a guy. But how this unusual Heart's day custom began in Japan? Way back in late 1950s, after World War II, it started as nothing but a marketing strategy of Mary's, a Japanese confectionery.

Japanese ladies flocking in chocolate shops are not an unusual scenario on Valentine's Day but this is the ultimate way of professing her love by lavishing money on chocolate to the guy she loves. Nowadays, crafting handmade chocolates and other sweet

treats are equally popular partly because of the country's sluggish economy. After all, it's the thought that counts!

The traditional kinds of chocolates are called Honmei and Giri choco. The chocolate from a woman to her husband,



Truffles are always popular as a Valentine's Day gift

boyfriend or boyfriend-to-be is known as Honmei choco which means "chocolate for lover". Giri choco or the "obligation" chocolate is the chocolate given to her sweet-toothed colleagues and other male friends as a gesture of gratitude and friendship.

As time went by, chocolate and gift-giving are not limited to girls giving to boys and to couples alone. Nowadays, there are gyaku choco, tomo choco and jibun choco. Men may now express his admiration to women by giving gyaku choco or "chocolate for a girl that he likes". Chocolates may also be given from girls to her girlfriends in the name of tomo choco, meaning "friendship chocolate". If you want to reward yourself for a job well done, you may buy jibun choco and satisfy your sweet cravings.

Sweet treats have always been a way to communicate one's love on Valentine's Day. Beyond all these treats and presents, what really matters is how you treat your loved ones year round. Valentine's Day is one good reminder that you should always make them feel special and loved regardless of the time of the year.

Happy Valentine's Day!

(Mak Mongis)



Sample handmade cookies



Girls opt for inexpensive "giri choco" for their colleagues

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!

philippine
primer



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

Editor-in-Chief: Hiromichi Fujita

Editorial and Sales Team:

Cyra Caparros
Eri Asada
Jessie Ojales
Kaori Suzuki
Maica Visto
Mak Mongis
Yuta Kusakari
Prauline Lorena
Yasumasa Kondo

Administration Team:

Lhen Santos
Cresen Abrea

Art Direction & Design:

Hirokyu Yanagida (willsnow-dfl)

Design: Assistasia Philippines Inc.

Photographer: Dustin Carbonera

Contributor: Danelia Ponciano

Feature of the Issue

Our traditions are deeply-rooted in the way we do things, which are perhaps most prevalent in the vibrant festivals. To celebrate rich Filipino cultural heritage and its colourful history, we covered major festivals in the country along with the regional delicacies and sightseeing spots where the festival is taken place. Stash our hands-on feature in your bag

and get ready for the vibrant fiesta!

For our 2nd feature, we featured beauty salons for you to pamper yourself after work or on the weekend, or doll yourself up on the special day in February. Check out the exclusive promos before you visit the salons!



PILIP PROPERTY DESIGN & MANAGEMENT

WWW.PROPERTY-PH.COM



フィリピンの住宅・収益物件を 日本クオリティで“一元サポート”いたします。

宅地建物取引資格 Real Estate Lic#2009-212 HLURB Control# VII-00431-2009

お客様より“正直”な声いただいております。



たっちさま

全く知識のない私にも、
すごい細かい所まで説明してくれて
気を遣って分からなそうな所も
丁寧に解説してくれました…。



B社役員 近藤太一さま

大切な家族と一番長く過ごす住まいが、
アジアリゾートのような癒しの空間に様変わりして、
今回、本当にお願ひして大・大・大満足です^^
こんなオシャレでエレガントな部屋は自分には
絶対にできません。今後ともよろしくお願ひします。



弊社を信頼してくれた理由は? 逆にダメな所は?
オススメできるポイントは...? 本音が満載!! 気になる詳細はWEB動画をチェック

www.property-ph.com

購入

マニラのエリアで、予算が800万円くら
いの投資用物件を探しています。

【理由】フィリピンの安定的な人口増加
による確実な資産上昇が見込めるから。

売却

サルセドの物件を売却して欲しい。
【理由】物件の買い換えをしたい。

賃貸

場所はロックウェルで、予算月5万円く
らいの1ベッドルームを探しています。
心地よくてセンスがよいお部屋はありま
すか?

管理

セブの所有物件を貸し出し、家賃回収・
送金から管理まで全てやって欲しい。

【理由】現在、セブに物件を持っているが、
何もせずに楽して家賃収入を得たい。

一元サポート

日本から遠隔で物件購入・家賃回収からトラ
ブル対応まで全ての物件管理をして欲しい。

- 【理由】
- 投資用に建設前のコンドミニアムを購入
したが、完成後のインテリアデザイン、物
件管理などを全く考えていなかった。
 - 手間を一切かけずに不動産を資産とし
て所有し、家賃収入も得たい。

デザイン

ボラカイで所有している物件を、ホテル
のような居心地のよい空間にリフォーム
して欲しい。

【理由】物件を持っているが、内装のセン
スが悪くて落ち着かない。

日本人スタッフが“日本語”で不動産のあらゆる業務を総合的にサポートするから安心+楽々



922-960-2466



050-5532-8432

PILIP PROPERTY
DESIGN & MANAGEMENT
WWW.PROPERTY-PH.COM

〔不動産仲介業者様〕御社を通し、購入されたお客様の物件を責任をもって、インテリアコーディネート・物件管理(客付)いたしますので、お気軽にご相談ください。

UG10 Alfaro Place Condominium 146 L.p. Leviste St. Salcedo Village, Makati City Philippines

