

Philippine

<http://primer.ph>

primer

マニラ発・快適生活推進フリーペーパー[プライマー]

0
ペソ
Free

毎月25日発行

Subic Bay

フィリピンの横須賀へようこそ!

トラベル特集

PLAY! アウトドア

Play & Explore Outdoors!

空気も野菜もおいしいよ!

Tagaytay

05

2012
May/Mayo Vol.50

Primerを通じて、伝えたい「舞台裏」



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

電話番号 Trunk Line :02-822-9911 Japanese Line :02-776-2627

Fax: 02-776-2582 BUSINESS HOUR Mon-Fri 8:30-18:30

JJM BUILDING 1, KAININ ROAD, MULTINATIONAL VILLAGE 1708

PARANAQUE CITY, METRO MANILA, PHILIPPINES

担当: 今井(imai@sagawa-global.com)、大場(m_oba@sagawa-global.com)、長尾(y_nagao001@sagawa-global.com)



佐 川急便フィリピン社は、日本向け宅配サービスや国内・国際配送、引越を専門としています。「迅速・確実・丁寧」をモットーに、お客様のパッケージを安全かつタイムリーに配信すること。日本と変わらないクオリティーで、安心できるサービスを提供することが私たちのミッションです。

快適に安心して生活するための品物を配達するために、そして企業のビジネスを物流サイドで支えるために、佐川急便は昼夜を通じ

て活動しています。

プライマーを通じて、私たちの取り組みを知って頂けたら幸いです。
今後もプライマーでの情報発信にご期待ください。

●佐川急便フィリピン業務内容

航空輸送(Air Cargo) 物流倉庫PEZA(Logistics) 國際宅配便(Sgx)
海外輸送(Sea Cargo) 引越サービス(Removal)

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>



昼も夜も、走る・届ける 佐川急便のハッスルな一日

「早く届けたい!」「配達日や配達時間を指定したい!」「大型精密機器を送りたい!」

日常生活でも、ビジネスでも、送りたい品物もニーズも様々。お客様にあった配達を実現するために、

荷物の受取りから梱包・配送まで、舞台裏では多くのスタッフの連携プレーが繰り広げられています。

お客様、一人一人により添ったサービスでありたい。

荷物を受け取られる瞬間の笑顔のために、今日も運び続けます。

Sagawa Express Philippines Inc. is one of Japan's leading transport providers. We specialize in Japan-bound Courier Service and Domestic / International House Removal. Making sure that your packages are delivered safely and timely is our business.

Our partnership with PRIMER has greatly enabled us to inform the readers regarding services we offer to make transporting your valued goods a pleasant and worry-free experience.

Sagawa Express prides itself with the motto: QUICK, RELIABLE AND POLITE. Every parcel, package, and cargo, may it be big or small, is handled by our employees with utmost care and importance. Leave all your logistics needs to us and we will get it there. Our services also include, International Air and Sea Freight Forwarding, Customs Clearance, Project Handling, Trucking and PEZA Warehousing.

Philippine Primer can be downloaded for FREE at <http://primer.ph>

For Advertising Inquiries: information@primer.ph / (+63)-2-836-8381

ご購読キャンペーン

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

日経ビジネス



月刊誌 日経トレンディ
2か月分

TRENDY



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

ANA



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 **PHPR2012**



紙面でどうぞ！



日本経済新聞 電子版 外出先や朝イチでも日経が読める

日本経済新聞国際版読者限定 電子版サービス

日経国際版をご購読の方は、当面の間無料で電子版をご覧いただけます。

お申し込みは www.nikkei.asia/j-denshiban03.php から！



電子版の
海外法人契約
開始しました

【基本料金】月額HK\$ 350/1ID

法人契約は3ID以上から承ります。

詳しくは www.nikkei.asia/j-denshi-houjin-01.php まで！

個人でのご契約(1IDから)は www.nikkei.com/guide から
お申し込みください。



NIKKEI

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

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

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



primer
May / Mayo 05
2012
Contents

トラベル特集

Play! アウトドア スーピック&タガイタイ

アクティブに動く！ スーピック

- 10 楽しむ 大人も子供もみんな自然とまみれちゃえ！
- 12 マリン 家族でも恋人でも、絶対ロマンチック宣言
- 14 泊まる 欲張りにチョイスできるのがスープック流
- 16 食べる 新鮮な海の幸を使った和食からイタリアンまで



自然に癒される タガイタイ

- 18 泊まる 緑に囲まれた土地でとっておきのステイ先を
- 20 自然 とれたての野菜や果実を味わうという贅沢
- 22 食べる 自然の恵みをふんだんに味わえる絶品に舌鼓
- 24 楽しむ 子どもも大人も一緒に自然を満喫できる街



38 グルメ Feature

VIVA! ベジタブル ごちそうSaladaが食べられるお店

46 ビューティ Feature

フィリピン女子力向上委員会 香りのパワーで、肌も心もenergyチャージ

51 スクール Feature

子どもの習いごと発見 アートの楽しさを知ろう！ 子どもが自分で作る絵本

Column

31 プライマー面白スポット探検課

Vol.8 フィリピンの生のミュージックシーンに触れたい「サギホ・カフェバー」



34 Arbyのフィリッピン日和

第5回 『前車の覆るは後者の戒め』

35 知っとく！ アジアNOW通信

カンボジア／インドネシア

42 簡単！ ウマい！ フィリピン食材 パパッとクッキング

今月の食材：TALONG（ローカル茄子）

44 マニラ日本人会主催 第13回 盆踊り大会レポート

49 フィリピン★ビジネス烈伝

第6回 TOKYO CAFE オーナー＆レストランコンサルタント 吉沢淳さん



50 3分で分かる！ フィリピン最新マーケティング講座

イマドキ！ WEBマーケティング・第1弾 草刈裕太氏

54 フィリピンで輝くNGOスタッフ発コラム

第3回 草の根援助運動 People to People Aid (P2)

タガログ語入門 第12回

64 サリサリストア

お得なチケットが最大85%OFF!

55 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・ベイエリア・アラバン

63 MRT・LRT・バス・ジープニー路線図

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

- アジアン・ホスピタル・アンド・メディカルセンター

(モンテルンバ) 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・編集・制作 Publishing / Editing / Production
Primer Media社

Design

柳田寛之 Hiroyuki Yanagida (willsnow-dfl)

Assistasia Philippines Inc.

広告問合せ information@primer.ph

PrimerMedia社

Unit 807, Greenbelt Mansion Building, 106 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 5月号 Vol.50

(掲載内容は取材時に基づいたもので予告なく変更になる場合があります)

本誌掲載記事、広告等は弊社内で精査の上掲載しておりますが、記事及び広告内の商品、サービス、その他掲載内容への責任は弊社では負いかねます。また、広告主および寄稿著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著者へのクレーム内容の通告のみを行い、それ以上の対応は出来かねますことをご了承下さい。

Information

65 大使館からのお知らせ

日本からフィリピンへの国際手配サービス TRANS TECH® *Balik Bayan Box*®

お得なキャンペーン実施中!
お気軽にお問合せ下さい!!



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

●配達に関して

バリックバヤンボックスは、船便を利用して、日本全国からフィリピン国内全域にお荷物をお届けするサービスです。配送にかかる日数はお荷物をお預かりしてから、毎週金曜日に当社倉庫を出発し、通関後コンテナ船にてマニラに運ばれます。マニラに到着後、フィリピン国内の通関を終了後それぞれのお届け先に配送を開始致します。メトロマニラであれば約2~3週間で、その他のルソン島、ビサヤ諸島であれば約3~4週間、ミンダナオ島及びその他の離島地域に関しては約4~5週間でお届けが完了します。

●ご利用方法

- ①お荷物をフィリピンに送ることが決まったら 0120-988-890もしくは03-3522-8108にお電話下さい。
- ②バリックバヤンボックス専用カートン及びパッキングリスト・ご利用方法マニュアル・代金振り込み用紙等をご自宅にお届け致します。
- ③お荷物の箱詰め作業が完了しましたら、再度当社にお電話下さい。集荷日時の予約をさせて頂きます。代金につきましては、集荷前後にお近くの郵便局または銀行にて代金のお振り込みをお願い致します。
- ④社にお荷物が届き次第発送準備に取りかからせて頂きます。その際梱包状態によっては社にて外装等の手直しをさせて頂き、完璧な状態にてコンテナに積み込みます。
- ⑤現地にお荷物が届きましたら、お手数ですが内容物の確認と破損等がないかご確認下さい。もし問題があれば、当社東京本社03-3522-8108もしくはマニラオフィス632-848-0990迄ご連絡下さい。

●お問合せ先 株式会社トランステック

☎ 0120-988-890 本社: 東京都江東区新木場1-7-18

マニラ支社: 29F FGU Center Bldg. 6811, Ayala Avenue, Makati City, Philippines
※お近くのコンビニでもお支払い頂けます



フィリピンへの送金に手数料かかり過ぎ」と思ったら、私たちにご相談下さい!
送金金額が増えてても心配無料! 玄関先までお届けしても手数料は一律2000円



SECURE

安心のデリバリシステムで、お受け取り人様のそばのLBC支店、お受け取り人様の銀行口座、お受け取り人様のお宅まで直接お届けします。



RAPID

お急ぎなら、Rapid Cashへ!! 現金を素速く受け取れます。



AFFORDABLE

ご安心下さい!! 送金金額にかかわらず手数料一律2000円
※日本からフィリピンへ円→円での送金サービスも別途ご用意

●お問合せ先 TRANSTECH REMITTANCE CO., LTD

☎ 03-6869-9999 携帯電話 080-4360-4236

〒111-0053 東京都江東区浅草橋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



フィリピンで20年以上の仲介実績!
物件探しから退居手続きまで、
日本人スタッフが安心サポート。仲介実績多数!
詳しくはWEBで。

<http://www.kanejin.com>

【エリア】マカティ・フトー・ボニファシオ・マニラ全域・アラバン・オルティガスなど

【住所】3-23B, Legaspi Towers 300, Roxas Blvd.
cor. Vito Cruz, Malate Manila

【TEL】02-521-1151to52 info@kanejin.com

フィリピンで日本のテレビをライブでハイビジョンで観よう
タイムシフト機能: 1週間前までさかのぼって視聴も可能! <http://itv-world.com>

日本の地デジ(民放・NHK・関西)、BS放送(WOWOW・スター・チャンネル・NHK衛星他)、CS放送が視聴可能です!

●マカティ事務所にて実機展示中: どんな番組がどのような高画質で見られるかご確認できます



● 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
AコースのみCS放送をご覧いただけます。

●ご視聴条件

- 2M以上のインターネット接続必須
- 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(機械故障時は交換、デバイス返却時に全額ご返金)

固定電話 02-869-7916

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

携帯電話 0916-665-9000/0917-497-3000

Unit 2116 Prince Plaza II Dela Rosa st., cor. Legaspi st., Makati City (Greenbelt 5のすぐ横)
朝10時から夜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

Alveo Land's
first leisure
development
in Tagaytay.



call: (632) 494 5335
e-mail: sales.group27@alveoland.com.ph



HLURB Temporary License to Sell No. REM-11-160-04, Rullen Hermann S. Guillermo : PRD - REBL No. 0004771



グローバルな時代には、グローバルな保険代理店を。

ほけんの110番[®]
は~とすつほ~と
hoken COPYRIGHT(C) 株式会社ほけんの110番 AllRightReserved
WFC-Group C&D Insurance Services, Inc.

を選ぶ 3つの理由

- 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ます

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の支払いか覚えておらず、
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
【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

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(オフィス)
817-8282(カスタマ専用)
日本語専用 : 0932-880-6816(竹内)
Fax : 817-2891

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.ocsmnl.com.ph>

M MetroCall

日比間、双方向かけ放題

専用050番号への電話をフィリピンで着信

日本の専用050番号へ
かけ放題

フィリピンへ050番号へ
かけ放題

¥6,500/month

※日本側は、光や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 ¥17,800▶¥14,800
(2012/6/30まで)

Primerをご愛読のお客様は、今なら初期費用3,000円OFF
WEBサイトお申込みフォームのキャンペーンコード欄に
“Primer5”とご記入ください。

ご提供エリア、詳細、お申し込みはこち

<http://metrocall.jp>

(+81)50-5810-1547

Manila: (02)479-5431

初期費用
¥3,000 OFF
キャンペーン
実施中!!
2012/6/30まで

出張買取します

安心無料見積り

家 具

家 電

衣 料

キッchen用品

オフィス用品

その他

ご相談下さい!

問合せ 02-516-4269



113 Quezon Ave, Quezon City
携帯電話 090-856-4420(テキストのみ)
営業時間 9:00~20:00
<http://surplusjapan.com>
Facebook: Halina kabayan ko
Twitter: Halinakabayanko

Subic Bay

PLAY! プレイ

Play & Explore

5月はいよいよ

「暑いから屋内にこもりっきり」

せっかくのSunny Season

Primer編集部がお薦め

様々なレジャー施設やアク

湖を目下にゆったりと自

どちらもメトロマニラから

週末のプチトリップ

この週末はファミリーや友



アクティブに動く！ スーピック

フィリピンで最もアメリカを感じられる場所「スープラック」。かつて米軍施設として使われていた建物やビーチがいたところに残っており、その街並みはまるで「フィリピンの横須賀」。広大な敷地内には、原生林のジャングルが手つかずで残っている場所も。週末は自然豊かなベイサイドで、アメリカの風を感じてみませんか。

スープラックはこんなトコ

かつて米海軍の海外最大基地があった場所が、今や経済特区に指定された一大産業都市に。高級リゾートホテルが立ち並ぶエリアには、SMスープラックが完成し、アヤラモールがオープン予定とショッピングがますます充実していきます。

周囲を海と山に囲まれた自然豊かな場所なので、

オーシャンアドベンチャーやサファリ、キャンプなど様々なアクティビティも楽しめます。

出入口のゲートでは24時間体制で警官チェックがあるため、治安の良さはフィリピンでもトップクラス。ジブニーやトライシクルが入れないことで、渋滞もなく空気が澄んでいます。観光地としても知られる高級リゾート地に、ぜひ一度足を運んでみては。

アクセス方法※

車で行くなら、エドサ通りをクバオ方面へ、高速道路NLEXからSCTEXに乗り換えてそのままスープラックへ。料金は合計でおよそP408。バスで行くなら、クバオまたはパサイから出ているマニラ?スープラック間の長距離バスが便利です。クバオからエアコンバスでP240。パサイからはP241。

※料金は2012年3月現在。お出かけの際は最新情報をご確認下さい。

スープラックガイド紹介

川崎幸さん(写真右)

中国でいち早くガーメントマニアクチャーのビジネスを営み
成功した後、14年前からスープラックに移住。
スープラックで人気の日本料理店「桜 Sakura」を経営。
フォート ボニファシオにある日本料理店「華一」のオーナーでもある



アウトドア re Outdoors!

夏も本格到来!

…」なんてことはありませんか?!

と思う存分、満喫するために

スポットをピックアップ☆

ティビティ満載のスビック、

然に癒されるタガイタイ。

自動車で2~3時間だから

普にぴったりです!

だちとPLAY! アウトドア



自然に癒される タガイタイ

マニラから日帰りOK、気軽に行ける高原リゾート「タガイタイ」。都会の喧験を離れ、ゆったりした時間の流れを楽しみたい方におすすめです。

今回は口コミをもとに、ひと味違う「タガイタイ」情報をお届け。雄大な自然を満喫できるスポットをご紹介します。

タガイタイはこんなトコ

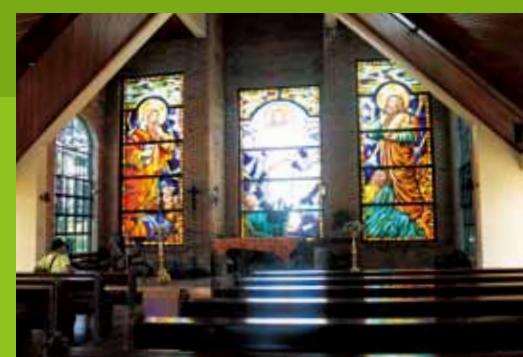
マニラから南へ64km、標高700mの場所にあるタガイタイは、タール湖とその湖に浮かぶタール火山を臨むことができる絶好のビュースポット。展望台から眺める湖は神秘的な雰囲気を醸し出し、その雄大さに心洗われるよう。さわやかな気候に恵まれ避暑地としても人気が高く、もし夜に訪れるならちょっと羽織れる長袖を持って行くのがベスト。バイ

ナップルなどのフルーツや野菜も有名なので、ぜひそのフレッシュな味わいを堪能してみて。

アクセス方法

車で行くなら、マニラからSta.Rosa exitの通りをまっすぐタガイタイ方面へ向かい、タガイタイ・パブリック・マーケットが右手に見えてきた後、マホガイ・アベニューまで出ると到着です。

バスで行くなら、「JAM BUS STATION AT TAFT/BUENDIA」から乗車し「TANAUAN」で下車。ジブニーに乗り換え、タール湖の中心地に位置する「ITALISAY」で下車（約25分）。トライシクルに乗り換え、終点の「BARANGAY BALAS」で下車します（約12分）。



タガイタイガイド紹介

フェルナンデス(Pipo)さん、齊藤奈和さん

カナダの大学を卒業後、カナダで知り合ったご主人(Pipo)と結婚。その後、タガイタイにて、アルフォンソホテルを立ち上げる。その3年後にイタリアンレストランの「Gallo Nero」をオープン。日々ホテルやレストランでの接客に励む

Play @ Subic Bay

海も山もジャングルも?! 全部ありますスーピック

大人も子供もみんな 自然とまみれちゃえ!

Ocean Adventure

オーシャン・アドベンチャー

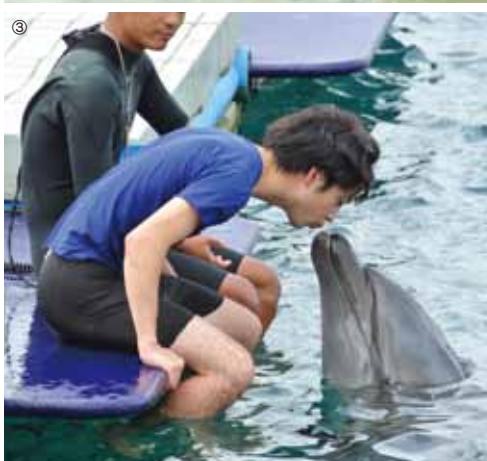
■**料外A-2の道路を左へ** Camayan Wharf, West Iloinan Forest area, Subic Bay Freeport Zone 2222
☎047-252-9000 <http://www.oceanadventure.com.ph>
◎9時～18時 ◎なし
 入館料：大人P500／子供P420／シニアP400 ※要ID

まずチェックしたいのがOcean Adventure。フィリピン特有のきらびやかなサンゴや熱帯魚を見られます。

特にお勧めなのは、イルカと泳いだり、ダンスをしたりできる“Swim Encounter”(P4200)。間近で見るイルカのジャンプは大迫力で、プログラムもユーモラスなもの。イルカと友だちになれる、かけがえのない体験になるはず。ひと遊びした後は、隣接するCamayan Beach ResortのReef Restaurantで、のんびり過ごせます。

* 編集部のおススメ

- Swim Encounter(P4200)
イルカと遊ぼう。所要時間30～40分
- Sea Lion Marine Patrol Show(無料・45分間)
アシカとスタッフのコミカルなショーが展開



①②③インストラクターがイルカとのコミュニケーションの仕方、生態を教えてくれる。パークのイルカたちは、過去湾に迷い込むなどしてレスキューされたイルカのこと。ライフジャケット着用となるので泳げない方も楽しめます
 ④水族館ではフィリピンの海に暮らす、魚、サンゴなどさまざまな海洋生物を見るすることができます
 ⑤Reef RestaurantのGrilled Stuffed Squid (P280)：イカに玉ねぎ、トマトを詰めてグリル。身は柔らかく炭火の風味が食欲をそそります

Pamulakakin Forest Trail

パムラクラキン・フォレスト・トレイル

④付外E-3の道路を下へ進む。スビックホーム200m
ほど手前左側が入口 Subic Bay Freeport Area.
Located along a road which leads to the Binictican
Heights. ☎047-252-4151
www.oceanadventure.com.ph ⑤8時～16時 ⑥なし

スビック市街から東の郊外にある原住民族アイタ族に出会えるスポット。

日本人にはあまり知られていませんが、お勧めはMINI JUNGLE TOUR(P50)！森を熟知したアイタ族のガイドと一緒に探検しながら、野草や樹木から薬を作る方法やその効能を教えてもらえます。

また、ECOLOGY TOUR(P250)では火の起し方や竹を使っての炊飯、雨水の飲み方、草木で作ったワナを使って鶏やサルを獲る方法など、そこはまさに究極のアウトドアの世界！自然密着のサバイバル生活を体感してアイタ族の生活に触れてみては？

★ 編集部のおスメ

- MINI JUNGLE TOUR(P50)
アイタ族のガイドとジャングルへ。動きやすい服装が○
- ECOLOGY TOUR(P250)
ジャングルでのハイキングとアイタ族の生活方法を紹介



①エコロジーツアー参加者にアイタ族の鶏の捕まえ方を説明
②薬草の見つけ方と効能を説明するアイタ族のガイドさん



②



①



②

Zoobic Safari

ズビック・サファリ

④付外A-2の道路を左へ Group1, Ilanin Forest, Forest Adventure Park, Subic Bay Freeport Zone
☎047-252-2272 http://www.zoobic.com.ph
⑤8時～16時 入場料：大人P449／子供P349(身長90cm以下の子供は無料)／シニアP360

そしてスビックと言えばZOOBIC SAFARI！トラ、ライオン、ヘビ、ダチョウなどの動物に出会えます。

見どころは「ありえないほどの臨場感」を感じできるタイガーサファリ。多いときでは1日4000人が訪れるのも。サファリゾーンでは防護車で移動し、30頭ものトラが野生同然に生活する様を見られます。間近でトラが食事するシーンは大迫力！

他にも可愛らしいベビータイガーとの記念撮影やワニの餌付け、アイタ族のダンスショーなど、アクティビティも盛り沢山です。



③



④

★ 編集部のおスメ

- Tiger Safari
トラの生態を間近に観察！

Marine @ Subic Bay

人気の米エリアをおしゃれに使って、一歩差がつく楽しみ方。

家族でも恋人でも、 絶対ロマンチック宣言

Subic Bay Yacht Club

スビック・ベイ・ヨット・クラブ

C-2 Rizal Highway Corner Burgos St., Subic Bay Freeport Zone
047-252-5211
<http://www.sbyc.com.ph>

スビックでの最大のイベント「サンセット・クルーズ」。ゆっくりと潮風を浴びながら、沈んで行く夕日を眺めてみませんか？

クルーザーはゆっくりとした速度でスビック湾を一周し、海から街の風景や造船所の光景、日が暮れると夜景を楽しむことができます。15人からお申込みOK、一人当たりP750と非常にリーズナブルです（人数等応相談）。

* 編集部のおスメ

- サンセット・クルーズ(P750／1人・1時間)
夕方から1時間で夕日と夜景が満喫できます。スタッフの方に相談すると状況に応じてアレンジしてくれます



①



②



④

①クルーザーの定員25~30人。
ソファー・テーブル・キッチンあり。
寝室あり
②③1時間の間に夕焼けから夜景
に移り変わる様を楽しんで
④スビック・ヨットクラブ内イ
タリアンレストラン「Cambusa」。
自家製パスタと厳選チーズがお勧
め。写真はGrilled Salmon Fillet
(P590)



③

Lighthouse Marina Resort

ライトハウス・マリーナ・リゾート

MC-2 Moonbay Marina Complex, Waterfront Rd. CBD, Subic Bay Freeport Zone(マニラからのピックアップサービス有)
02-711-0019 http://www.lighthousesubic.com 料金: P6000~/~スイートP9000~
全34室 公共エリア無料Wi-Fi完備

Board Walk西端に位置するこのホテルのシンボルは灯台。夜になるとライトアップされ、異国情緒溢れる雰囲気を楽しめます。

室内はクリーンで心地よく、特にガラス張りのバスルームはお勧め。全部屋にバスタブが備えられ、リラックスできる空間を提供しています。またファミリー向けのパッケージプランやスヌーピック近郊でのアクティビティも充実。

夜はミュージックバー「720°」でハイセンスな空間の中、お酒と音楽が楽しめます。

* 編集部のおススメ

- ホテル内に併設されている灯台
シンボルマークの赤い灯台に登る事が出来ます。
(9時~18時)。有料となりますがお電話で問い合わせると灯台の上のディナーなども可能



①



②



③

④

①美しいシックな内装と、スタッフ一人一人のホスピタリティが素晴らしい
②ホテル内レストラン「Sands Resto Grill」Herb crusted Rack of Lamb (P1360): ジューシィで柔らかな羊肉とミント&ワインのソースの組合せ。野菜もすべて新鮮
③2007年オープン。レトロな灯台が目印です
④アメニティが充実したバスルームと、息をのむほど美しいバルコニーからの眺め



Board Walk

ボード・ウォーク

MC-2 Waterfront Road, Subic Bay Freeport Zone

通称「Board Walk」の名で親しまれているスヌーピックの海岸通りWaterfront Roadには、カジノやホテル、カフェ、レストランなどが並びます。

南国らしいヤシの並木道は潮風が心地よく、夕方になると海岸沿いで憩うカップルの姿も見られます。また、Board Walk沿いには「Board Walk Inn」や「Lighthouse」など、ダイビングなどのマリンスポーツを取り扱うホテルも点在しています。

スヌーピックのメイン通り。グランデ・アイランド・リゾートへ行くフェリーターミナルもここにあります

Stay @ Subic Bay

こんなホテルに泊まつたら、近場の旅行もステキな旅行に
欲張りにチョイスできるのが
スビック流

White Rock

ホワイト・ロック

④ 徒歩E-1の道路を左へ Matain Subic, Zambales

☎ 047-232-2857 www.whiterock.com.ph

全170室(スイツ5室) 各部屋にSAFETY BOX、Wifi完備

SBMAから車で西に20kmにある「White Rock」このホテルお勧めはプール! 遊具のあるキッズプールや、ウェイブプール、ウォータースライダー、巨大すべり台など大人から子どもまで楽しめます。

広大な敷地内にプール、コテージ、ビーチを有しており、マリンスポーツも楽しめるアクティビティ満載。スパあり、ゲームルームあり、シアター(500人収容)あり、ファミリーや団体での滞在にピッタリです。

* 編集部のおスメ

- 5種類のアクティビティ・プール

大きなプールや波のプールもあり満足できる施設です。プールのみの利用の場合、入場料大人P650／子供P450



①

②

③

④



①オーシャンサイドコテージからは素晴らしい景色を楽しめる

②盛り沢山のプールに注目。サーフィンができるプールも近日完成のこと

③④緑が多く、ビーチエリアを囲む山々の美しい光景に心から癒されます

Subic Bay Venezia Hotel

スーピック・ベイ・ベネツィア・ホテル

MC-2 Bldg. 675 Canal Road, Subic Bay Freeport Zone 2222 ☎047-252-1888
http://www.subicbayveneziahotel.com 料金: Standard Room P1688/Executive Suite P5688 全54室(うちスイーツ5室) 無料Wi-Fi完備

スーピック市街のほぼ中心に位置したホテル。寝心地の良いベッドや木の温もりが感じられるインテリアは疲れた体を癒してくれます。交通の便が非常に良く、コンシェルジュも常駐しているため旅の情報収集には事欠きません。

免税店やカジノ(マシーンのみ)も併設。またホテル内の中華レストラン「新鳳凰New Feng Huang Restaurant」ではボリューム満点の本格中華が味わえます。シェフ一番のお勧めはStir Fried Spareribs with Plum Sauce(P280~)。甘酸っぱいソースとジューシィなスペアリブの相性は抜群です!

* 編集部のおススメ

- 新鳳凰 New Feng Huang Restaurant
V.I.Pルームや250人収容可能な宴会場を完備。



①ホンコン・クリスピーカキン・ラージオーダー:P580、ヤン・チャウ・チャーハン P270~
②部屋は清潔でアメニティも充実しています
③アクセス抜群、モダンでさわやかなイタリアを感じることができるホテルです

Subic Column

免税の街スーピックでお得なショッピング NIKEとAdidasのアウトレットストア

Dutyfreeの街、スーピックではお買い物がいち段とお得です。NIKEアウトレットでは30%~40%オフの商品が並んでいます。同じくAddidasのアウトレット(Van Heusen Izod)もあり、アディダス以外のスポーツブランドも30~70%オフ。掘り出しモノに期待大です。Nike Factory StoreとAdidasはRizal Hi-Wayを挟んで向かいに位置しています。



NIKE Factory Store MC-3

Petron Station, Rizal Highway corner,
Argonaut Hi-way, Subic Bay Freeport Zone
☎047-252-2188 ☎9時30分~21時30分 ④なし

Van Heusen Izod MC-3

Bldg. 1143 Rizal corner, Argonaut Hi-way,
Subic Bay Freeport Zone
☎047-252-2118 ☎9時30分~21時30分 ④なし

Eat @ Subic Bay

フィリピン屈指のビジネスエリアは食文化でも充実エリア
新鮮な海の幸を使った和食からイタリアンまで

Sakura Restaurant

日本料理 櫻

M C-2 Times Square Bldg.Rita Rd.SBFZ ☎047-252-2666
①11時～14時30分／18時～22時 ④不定期

スーピックで13年間営んでいる日本レストラン。スーピックに訪れるフィリピンの財界人、有名人、日本企業の人が足しげく通う、知る人ぞ知るお店。

オーナーの幸子さんいわく、「本来の和食を提供しています。とくにみそ汁、ご飯、お茶は常に同じ物を提供するよう努力しています。」とのこと。月替わりのオリジナルメニューも見逃せません。

おすすめのエコサラダにはグリーンガーデンという地元のオーガニック農園から仕入れた採れたて野菜を使用。野菜の旨みをお楽しみください。

* 編集部のおススメ

- Special Chirashi (P900)
新鮮な海鮮がふんだんにあしらわれたちらし寿司
- Eco Salada (P280)
地元のオーガニックファームで採られた新鮮なサラダ



①フォートの「華一」と同じオーナーが経営、もちろん味は折り紙付きです
②さくっとした感触がたまらない山芋の天ぷら：P180
③各国の財界人が接待で使う店内は、広く落ち着いた雰囲気



①魚介たっぷりのメニューと、ワインをたっぷりお試しあれ
②③明るい店内も、開放的なオープンテラスも、シーンに合わせて

Aresi

アレッシー

M C-2 Country Inn, Waterfront Rd., Subic Bay Freeport Zone ☎047-252-2366 ④7時～24時 ④なし 全150席

Board Walkの中ほどに位置するイタリアンレストラン。このレストランは8種類のカリフォルニアワイン（1本P900～）を揃えていて、料理と合わせて楽しめます。

お勧めは「シーフードラザーニヤ」（P265）。地元スーピックで獲れた新鮮な魚介がふんだんに使われ、濃厚なチーズとの組み合わせに思わず笑みがこぼれます。恋人との食事や、友達や家族との団欒を楽しむ人でぎわうお店です。

* 編集部のおススメ

- Chop Chop Salad (P295)
一口サイズに細かくされた魚介系サラダ
- Seafood Pesto Lasagna (P265)
シーフードラザーニヤ、地元の人にも人気の一品
- Devilled Chicken Italiano (P365)
グリルドチキン、新鮮なトマトのサルサソースが美味



濃厚なチーズがとろけるクリスピーピッツァ。カジュアルに楽しんで



①元は軍用として使われていたアイテムもいっぱい!
②目立ちにくい外観なので、この看板をお見逃しなく

Bunker Bob's

バーガー・ボブズ

M0幹線A-2の道路を左へ Ilanin Road, West Ilanin
Forest Area, Subic Bay Freeport Zone ☎047-252-5311
①11時30分～20時30分 ②火曜 全130席



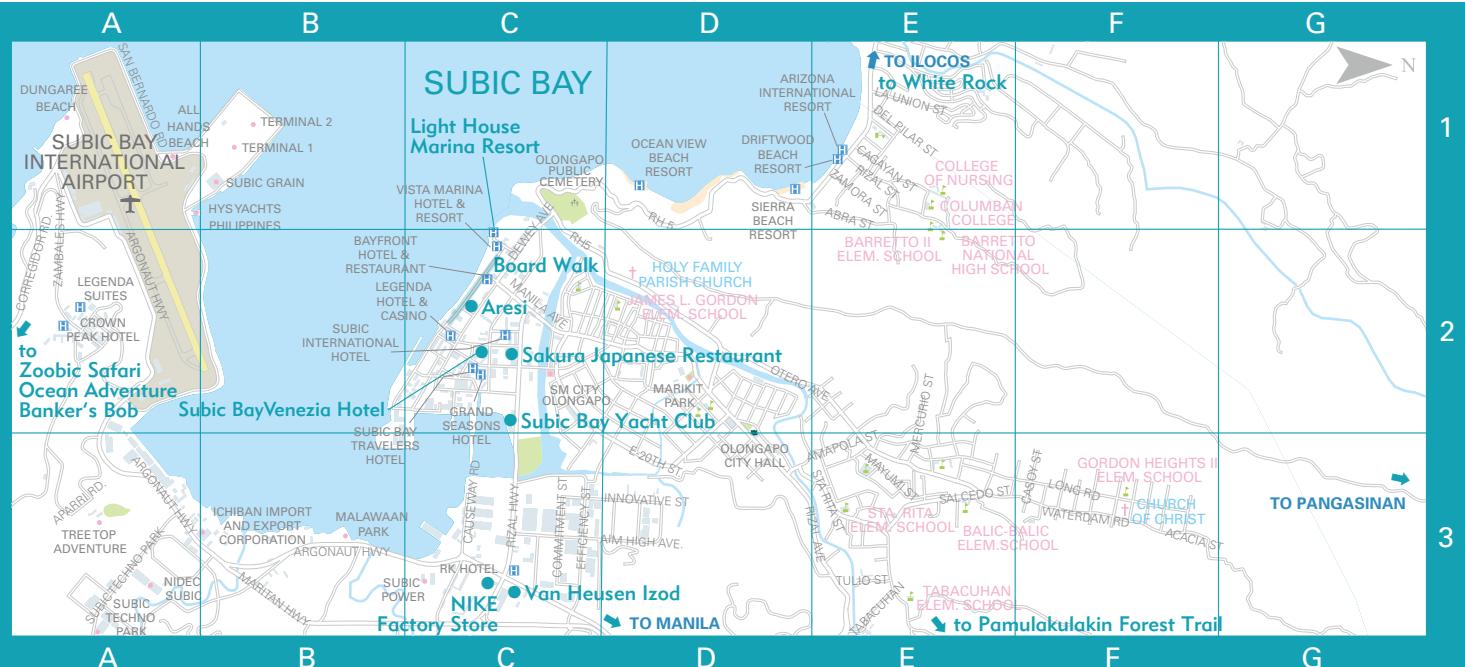
②

ミリタリーをコンセプトにしたレストラン。「Bunker」とは航空機を敵の攻撃から守る格納庫。重い扉を開けるとそこはまるで秘密基地のよう。飛行機のオブジェやインテリア、テーブルクロスまで全てミリタリ一調。まるで別世界に来たような空間で本格派イタリアンシェフのクリスピーピツツアを楽しめる! 濃厚なチーズなど素材とお料理にもこだわりを感じます。

* 編集部のおスメ

- Bunker Bob's Pizza (P350)
ハム、ソーセージ、アンチョビ、ピーマン、ナスなど盛りだくさん!
- Bunker Bob's Burger (P290)
香ばしいベーコンに、トマトとピクルスのフレッシュさがマッチ
- Vegetarian Nachos (P140)
フレッシュなトマトにブラックオリーブが程よく効いている

Subic Bay Map



Stay @ Tagaytay

自然あふれるこの土地で自分だけのお気に入りの場所を見つけよう
**緑に囲まれた土地で
とっておきのステイ先を**

Sonya's Garden

ソニアス・ガーデン

■ B-3 Buck State Alfonso, Cavite 4123

☎ 0917-532-9097, 0917-529-1080

<http://www.sonyasgarden.com>

◎朝食8時～10時／ランチ・ディナー11時～19時 ◎なし

緑と花々に囲まれたソニアス・ガーデン。もともとはオーナーが育ったヨーロッパの田舎風景が忘れられず、フィリピンの片隅で、色鮮やかな花々に囲まれながら、「何もしないことの美しさ」と共に、静かに余生を送ることを夢見て、ご自分のために作ったそう。レストランで提供されるのは庭で育てられたオーガニック野菜やハーブを使ったセットメニュー(P610)。サラダから始まるコースはまるで花束のように色鮮やか。またSPAではスウェディッシュ・タイ古式・指圧などのマッサージをお楽しみ頂けます(P560／1時間～)。

★ 編集部のおススメ

●セットメニュー(P610)

グリーンサラダ、自家製パン、パスタ、スイーツ、ドリンクのセット。

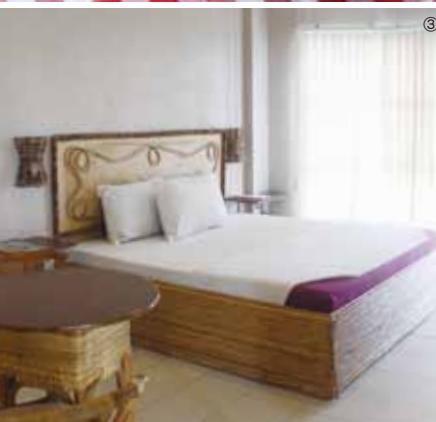
●宿泊(平日P3000／週末P3400)

1回の朝食、1回のディナーもしくはランチ付き。



③ セットメニュー例：ディルやルッコラ、食用花、クリスピード豆、パルメザンチーズが入った、グリーンサラダが始まるセットメニュー。焼きたてのパンやパスタにお好みのソースを合わせて（ドライトマト・チキンとマンゴーのクリーミーソースなど）。デザートにはスイートポテト、セサミとジャックフルーツのバナナロール、ホームメイドチョコレートケーキにミントの葉を添えて。ドリンクは絞りたてのグリーンマンドリン、そしてタラゴンティーです
② ガーデンでは数々のハーブや花が育てられています
③～⑥ゲストルームとスパルーム。アンティーク調の家具と窓からこぼれる緑に癒されます。





Alfonso Hotel

アルフォンソ・ホテル

■B-3 4 Washington Ave., Royale Tagaytay Estates, Alfonso Cavite ☎046-413-0770, 046-413-4077, 0915-641-3013 http://www.tagaytay_alfonsohotel.net
④11時～21時(金土曜～22時) ⑤なし 客室: Deluxe P2575, Jr. Suites P3275/Suite P4095(全て朝食付、12歳以下は無料(2名まで) 会議室30名迄、インターネット回線有)

カナダでホテル経営を学んだオーナーのPIPO氏と、パートナーのなよりさん(日本人)ご夫妻が経営するアットホームなホテルです。

お勧めはレストラン「Il gallo nero」。はるばるイタリアから取寄せたチーズやベーコンをふんだんに使い、オーナーこだわりの石釜でじっくり焼き上げた自家製ピッツァは絶品。常連からも評判の高い茹でたてパスタはお見逃しなく。

オーナーが運営するファームでは、ブルー・乗馬・キャンプも完備。ホテルすぐにタガイタイカントリークラブもあり、ゴルフ好きにもたまりません。

Primer読者特典
**スイートルームを30%OFF
(P4095▶P2867)**

期間: 2012年12月15日まで

予約方法: お電話・Eメール・WEBサイト

①新鮮な野菜の甘みが美味Verdure Alla Griglia (P340)、子羊のリブ肉を赤ワインでじっくり煮込んだCostine Alvino (P440)、ティラミス (P230)、タレッジョチーズのかかったPizza Alfonso (P380)

②乗馬は15分P250、30分P500。事前にご予約が必要です

③木のぬくもりあふれる内装は、心静かにすごせるあなただけのお気に入りの場所に。疲れた体をゆっくり癒してくれます

④100%フレッシュトマトを用いたソースが絶品。常連への人気ナンバーワンPutanesca (P400)

Taal Vista Hotel

タール・ビスタ・ホテル

■D-3 Kilometer 60, Aguinaldo Highway, Tagaytay City
☎046-413-1000
<http://www.zoobic.com.ph>
④6時～22時(Café on the Ridge) ⑤なし

タガイタイで最も有名なホテル「Taal Vista Hotel」。富裕層の方や企業の要職の方が泊まる事で有名な老舗ホテル。今回ご紹介したいのは、タール・ビスタ・ホテルのレストラン「Café on the Ridge」。屋外テラスから見おろすタール湖の風景は格別。タガイタイ随一の風景とラグジュアリーな空間で、ゆっくりとティータイムもよし、ランチビュッフェ(P855)を楽しむのもよし。ランチビュッフェでは土日限定でサンプアンガや、レントラルソン、バギオのイグロット族のダンスなどフィリピンのあらゆる伝統音楽とダンスを愉しめます。

★ 編集部のおススメ

- Coffee(P98)
- Chocolate Cake(P150)
- Black Forest(P175)



①屋外テラスからの眺望。天気のいい日は向こう岸まで見渡せます

②高級ホテルだからこそ、贅沢にタガイタイを満喫できます。駐車場代を払ってでも行く価値有り

③イグロット族のダンス。土日曜の12時50分～14時に開催しています

Nature @ Tagaytay

きれいな空気と水に恵まれた土地で生まれた新鮮さを味わおう

とれたての野菜や果実を 味わうという贅沢

Ilog Maria

イロッグ・マリア

ME-1 P.O.Box #1, Silang 4118, Cavite ☎046-865-0018
E-mail: info@ilogmaria.com http://www.ilogmaria.com
④10時～17時 ⑤毎曜

マニラ在住の女性の間で人気のイロッグ・マリア。タガイタイで採れたハチミツを使った石鹼、コスメ、健康食品、キャンドルなどは全て敷地内での手作り。

シンプルなパッケージと丁寧に作られた使い心地の良さにわざわざタガイタイまで買いにくるファンも多いようです。日常使いしてもらえるようリーズナブルな価格なのも人気の秘密。

* 編集部のおススメ

- 人気No.1のHoney Glycm Face Soap(P80)
- ギフトにおすすめMini Soup(P35)
- Beeswax Lipstick(P65)。しっとりとした使い心地で、リピーター多数。
- Honey Tree Candle(P70)



①



②



③



④



⑤店内はいつも女性でにぎっています。

⑥タガイタイから行くと Aguinaldo Highwayを下り Silang Town Proper行き道路の手前の右側です。この看板を右に曲がり細い道を 200mくらい進みます

⑦自然からの手作りで生まれたマッサージオイルはぜひ試してみたい

⑧石鹼やリップクリームは、普段使いとして手放せないほどステキな使い心地

⑨はちみつから作ったツリーキャンドルは、お土産のチョイスにおすすめ

Manzano Farm

マンザノ・ファーム

■B-3 Barangay Sulsugin Alfonso, Cavite
☎0915-531-2715(アルフォンソホテル(P.21)のPipoさんにお問い合わせ下さい) ☎7時～16時 ☎不定休

タガイタイと言えば、きれいな空気と豊かな土壌。日本の軽井沢のように富裕層の別荘地として発展して来ました。なかには大きな敷地で家庭菜園を行っている人たちも。収穫されるレタスを始めとした高原野菜はみずみずしさが違います。オーナーが「採れたてのオーガニックレタスの美味しさを知ってほしい」と始めたファーム体験サービス。お子さんと一緒にレタスの収穫を楽しんでみては。

★ 編集部のおススメ

- タガイタイ・オーガニックレタス(P100/kg)
- ファーム体験サービス(収穫体験P300/kg)



①新鮮なレタスの収穫は、少人数から大人数まで楽しめるファームならではのアクティビティ

②足元に土の香りを感じながら収穫する野菜は、普段とは違った味を楽しめること間違いなし!

③ファーム内にある庭園。Alfonso Hotelからイタリアンレストランのデリバリーも可能です



①②タガイタイの土壌を研究し、バランスがとれた栄養を与えて栽培された野菜(※衛生管理の関係で農場には入場不可)
③栽培された野菜を誇らしげに語ってくれたナショさん

Toscana Farm

トスカーナ・ファーム

■E-2 Barangay Tolentino West Tagaytay City
☎02-890-647
◎8時～17時 ☎不定休

「見て!」と、声を上げたくなるくらいにみずみずしい野菜たち。ここトスカーナ・ファームは、タガイタイで12年営んでいる農場。シェーキーズやマニラのホテル、レストランに安定的に野菜を提供しています。農場の直売所で、できたて採れたての野菜を買うことができます。採れたての野菜はどれもクオリティー高く、見た目もきれい、味も良いのですが、特におすすめなのが「チェリートマト」(P250/kg)。常においてある訳ではないので確認が必要ですが、その甘さとうまみは格別で新鮮なエネルギーが口の中で広がる感覚になります。

採れたての野菜なのである程度日持ちもします。他にも新鮮な野菜たちがたくさんあるので是非タガイタイに行った時は足を運んでみてはいかがでしょうか。

Eat @ Tagaytay

美しい水と土壌が育てたフレッシュな野菜や果実を堪能しよう

自然の恵みをふんだんに味わえる絶品に舌鼓

Kalamunda by Sylvia Miguel

カラムンダ・バイ・シルビア・ミゲル

■ F-2 Barangay Bucal(個人宅なので詳細は要お問合せ) ☎0917-881-0032

◎ランチ／ディナータイム不定(3、4日前に要予約)

最大70名、最低人数8～10名から(要予約)

Kalamundoはオーストラリア語で故郷の家という意味。一組一組のゲストを、まるで故郷に帰ったかのように温かくもてなしたいと、オーナーのシルビアさんが名付けました。まるで故郷か隠れ家にいるようにくつろぎながら、上品な西洋料理とフィリピン料理のフュージョンを楽しめます。

★ 編集部のおススメ

●セットメニュー一例(P890)

ゴルゴンゾーラチーズとマスタードドレッシングのサラダ／ハーブチキンとワイルドマッシュルーム／USビーフのソテー／スペニッシュパバード／苺と桃のカスタードケーキ／レモングラスティー

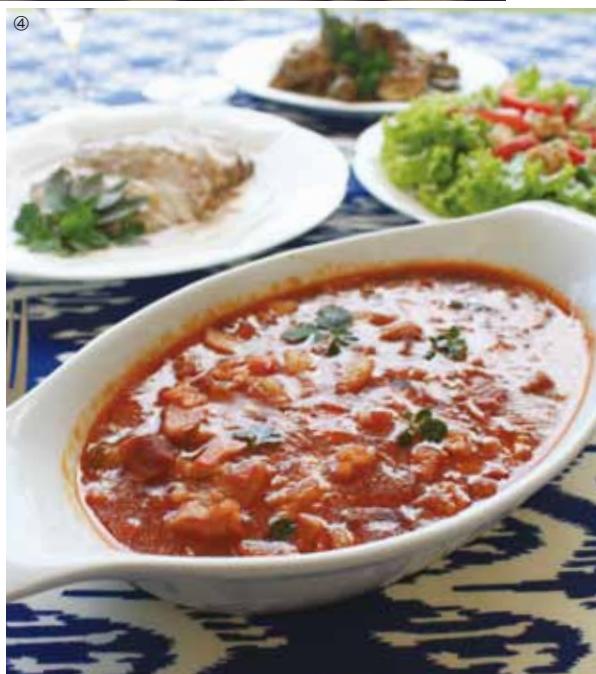


①ハーブが香るとってもやわらかいチキンは、ごはんとの相性が抜群。新鮮なマッシュルームといたくことで、よりお肉のジューシーさが引き立ちます

②『Strawberry natillas』フレッシュな苺とラム酒を加えた生クリームが美味しい

③シルビアさんとご主人。ご主人が丹精込めて育てている農園を散歩することもできます

④フレッシュな野菜がたっぷり入ったスープはお腹にやさしい味





新鮮野菜をたっぷり用いた本格ベトナム料理です



レストランはコーナーごとに違った趣きを楽しめます



Bawai's in Silang Cavite

パワイス・イン・シラン・カビテ

E-2 J. Hernandez St. Barangay Bucal, Silang Cavite ☎0920-972-2924 (予約受付平日9時～17時) <http://www.bawais.com> E-mail: info@bawaisgroup.com
④11時～14時／17時～20時 ⑤金土日曜のみ営業・祝日休 全40席 平均予算P650

2007年にオープンしたタトロンハリ一家による家庭的本格ベトナム料理「Bawai's in Silang Cavite」。「Bawai」はベトナム語でおばあさんを意味し、まるでおばあちゃんの家のように居心地がよく、心が安らぐレストランという想いが込められています。食材の8割はベトナムから直輸入し、野菜はすべて自家有機栽培というこだわり。

アンティーク調の家具が揃った室内で、タガイタイの緑と優しい風を感じながら、ゆったりとしたひとときを過ごせるはず。

★ 編集部のおススメ

- Goi Thit Tom (P250) グリーンサラダ
- Chao Tom (P260) 前菜
- Pho Bo (P235) フォー・ボー
- Ca nuong Xa Ot (P380) メインディッシュ
- パンダンアイスティー (P65)



Amira's Buco Tart Haus

アミラス・ブコ・タルトハウス

E-2 Aguinaldo Highway cor. SVD Rd. Mailim 2nd East Tagaytay City ☎046-413-4109
④7時～19時 ⑤なし

たっぷり遊んだ後は、スイーツはいかが。タルトとパイが有名なタガイタイのタルトハウス。甘すぎずに、タルトやパイの生地を丁寧に仕立てることで、フルーツの自然な旨みが引き立ちます。マンゴー、パインアップル、ヤムイモ、リンゴ、ブコなどのフルーツを使ったタルトの160phpで9ピースの箱売りが人気です。

★ 編集部のおススメ

- マンゴー、パインアップル、ヤムイモ、リンゴ、ブコのタルト (P160／9ピース箱入)
- エッグ、ブルーベリー、マンゴーのタルト (P160／6ピース箱入)

- ①お土産にぴったりの逸品です
- ②「タルト選びに迷ったら、いつでもスタッフにお気軽にお声掛け下さい」とバージニアさん
- ③店内にはイートインスペースもあります



Play @ Tagaytay

子ども心に返って夢中になれる場所から癒しの場所まで
**子どもも大人も一緒に
自然を満喫できる街**



Paradi Zoo Theme Park

パラディ・ズー・テーマパーク

④ C-2 Panungyan, Mendez, Cavite ☎922-891-8478
<http://www.paradizoo.com> Ⓜ8時～17時 Ⓝなし

メンデズカヴィテにあるパラディ・ズーは体験型動物園。敷地を歩き回る動物たちとふれ合える、様々なアクティビティが用意されています。

【飼育体験】ヤギの乳絞りや、羊の毛刈り、えさやりを体験。ヤギのミルク・チーズを購入することも（ミルクP160／L・チーズP150）。

【ビー・ハウス】ハチがはちみつ収集している様子や巣を観察できます。もちろんはちみつや果物、野菜も購入できます。

【アンリミテッド・pond】釣りができる池。釣りはP100。他にもアクティビティは盛りだくさん。一日中、遊ぶことができます。

* 編集部のおススメ

- 色とりどりの花々が咲き乱れる園庭
風を感じながら歩く庭園は極上のリラックススポット
- 普段はなかなか出会えない動物たちとのふれあい
ラクダ、ダチョウ、ヤギ、羊、鹿、ラマ、アルパカなど



①②③たくさんの動物と触れ合える機会がいっぱい。タイミングが合えば、動物の赤ちゃんにミルクをあげることも!
④⑤ガイドがつねに観光客の安全をチェックしてくれているので、お子様でも安心

Caleruega Church

カレルエガ・チャーチ

M A-3 Barangay, Kaylaway, Batulao, Nasugbu, Batangas
☎ 0921-270-9890, 0921-830-4226, 043-706-0948
http://www.caleruega_philippines@yahoo.com
⑧8時～17時 入場料：P30

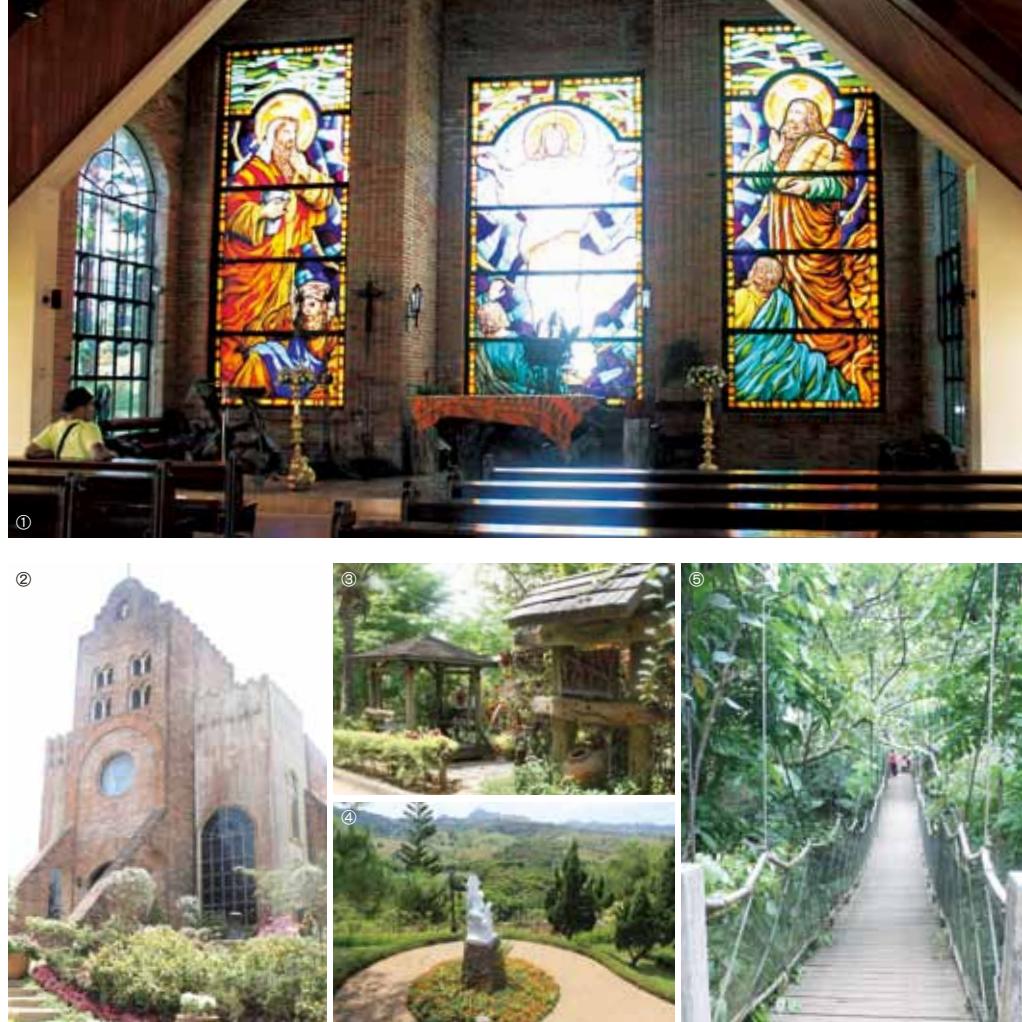
タガイタイとナスグブの境界からすぐ、森に併む2つの教会があります。スペインにある教会を復元しており、ひとつは丘の頂上にあるロマンティックなチャペル、二つ目はステンドグラスから差込む光が開放感を感じさせるチャペルです。

教会を見学するだけでなく、手入れの行き届いた庭にある花の甘い香り、自然に包み込まれる風を感じながら、広い教会の敷地をトレッкиングしたり、キャンプを楽しんだり。イベントは1ヶ月ほど余裕を持って予約しておくのがお勧めです。

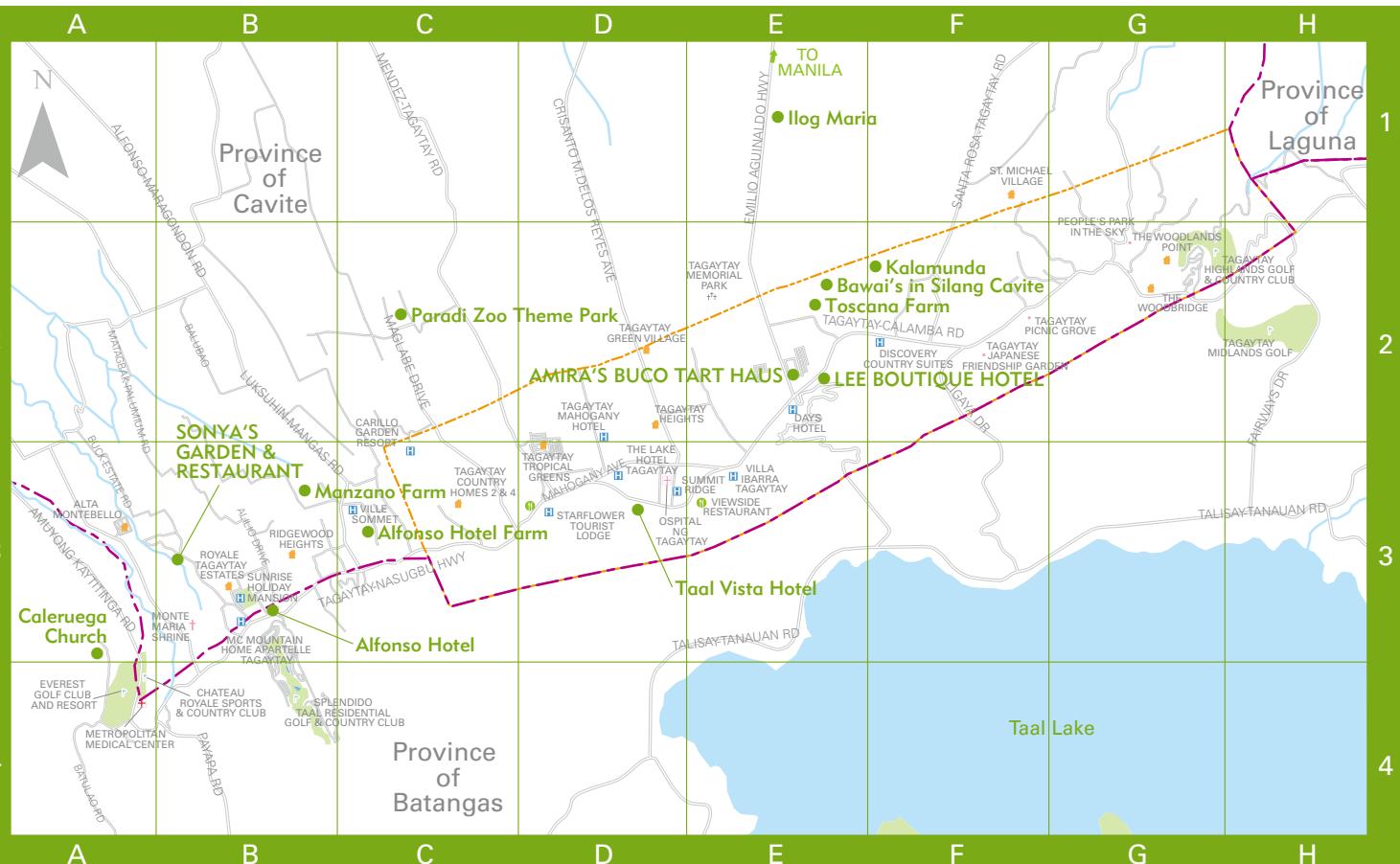
★ 編集部のおススメ

- ハラハラドキドキ! つり橋
- 家族みんなでアドベンチャー気分を味わおう
- ゆったり静かな夜をすごす
- 宿泊希望者にはコテージも用意。要問合せ

①②やさしい日差しと教会の雰囲気に心まで洗われるよう
③さわやかな風と緑に囲まれた庭園をゆっくりと歩く。都会喧騒
から離れ、癒しの時を楽しんで
⑤トレッキングコースはつり橋や展望台、休憩ベンチなどご家族
で楽しめる工夫がいっぱい。バツラオ登山にも挑戦できます



Tagaytay Map



タガイタイの自然に とけこむ 新規オープンホテル 澄み切った空気を 全身で感じて

Lee Boutique Hotel

リー・ブティック・ホテル

タガイタイをじっくり楽しみたいのであれば、2011年4月に新規オープンしたカジュアルヨーロッパ調のリー・ブティック・ホテルがおすすめです。タガイタイのど真ん中カラムバ通りに位置し、タガイタイハイランドやピープルパークといった主要な観光名所へは車ですぐ。ホテル内にはレストランも併設していますが、お洒落なレストランやカフェが集まるクリフ・ハウスも近いので、夕食時はお散歩がてらに少し足を伸ばしてもいいですね。客室は、オープンから1年足らずということで当然のことながら清潔でピカピカ。壁やバスルームもしっかり掃除が行き届いており、快適な滞在ができます（※禁煙ルーム有）。

毎土曜の午後3時からは、お子様向けの読み聞かせサービス、午後7時にはお子様向けお絵かきタイムが設けられているなど、お父さん、お母さんには嬉しいサービスも充実。ご希望の方は事前にスタッフへ声がけください。

●お客様の声（40代・会社役員・男性）

友人の勧めでこのホテルを利用しました。私は3Fのテラススペースの横にあるジュニアスイートに泊まったのですが、部屋は清潔感にあふれアメニティも充実。特に気持ちよかったのは目の前のテラス。夜は降り注ぐような星を眺めることができ、早朝にはすがすがしく壮大に広がるタール湖が!!

初めてのタガイタイ旅行だったのですが、こんなに満喫できるとは思っていませんでした。またぜひ家族で利用したいです。

●客室一覧

バリエーション豊かなタイプの中からお気に入りのお部屋を見つけてください。

- スーペリアルーム
- デラックスルーム
- エグゼクティブルーム
- ジュニアスイートルーム
- ツーベットルーム

※各種アメニティ、ルームレートは別途問合せ下さい。



タガイタイ中心でハイウェイ沿いに位置するのでどこに行くにも便利。清潔感あふれる部屋が日頃の疲れをいやしてくれます

タール湖を一望 テラススペース



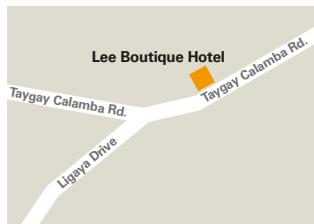
リー・ブティック・ホテルを訪れたのなら必ず立ち寄って欲しいのが、3階のテラススペース。ウッドデッキ調で整えられたテラスからは雄大なタール湖を望ることができます。レストランでのオーダーを持ち込むこともできるので、早朝にコーヒーをゆったり味わうも良し、夕暮れ時にしっとりとアルコールの入ったグラスを傾けるのも良いですね。タガイタイの澄み切った空気をめいっぱい感じて下さい。

星はタール湖を見るのもよし、夜は星を見ながらロマンチックな気分でゆったりくつろぐのも贅沢な楽しみ方です



Lee Boutique Hotel
Tagaytay Calamba Road,
Brgy San Jose, Tagaytay City
☎092-2835-6631、046-483-0379
<http://leeboutiquehotel.com>

マニラ営業所
2/F CSL Building, 1919 F.
Agoncillo St., Malate, Manila
☎02-781-1432、02-781-3632



ONE TAGAYTAY PLACE HOTEL SUITES

Tagaytay City, Philippines

素晴らしいひとときを、素晴らしい場所で

非の打ち所のない、まさに完璧なひとときが過ごせる場所。そんな場所がタガイタイ市にあります。One Tagaytay Place Hotel Suitesは、お客様のご滞在を完璧なものにする豪華なオプションを、数多く揃えております。

タガイタイ市独特の涼しく清らかな空気の中に佇む当ホテルでは、多彩かつ豊富な設備を思う存分ご利用いただけます。落ち着いた雰囲気を漂わせるゲストルームの快適なベッドで、ごゆっくりと一日をお過ごしください。食欲をそそるエキゾチックなフィリピン料理、タガイタイ市自慢の珍味や世界各国の料理。心身を癒すスパ・トリートメント。人生をエンジョイする方法を、当ホテルが提供する多彩なオプションの中から、お好きなだけお選びいただけます。Aurora Grand Ballroomで、親しいお友達やご家族の方々と共に、人生の中で最も重要なひとときをおすごしください。

立地条件にも恵まれているTagaytay Place Hotel Suitesは、マニラからわずか90分程の距離に位置しています。ついもう一晩泊まってみたくなるホテル、それがOne Tagaytay Place Suitesです。



Tagaytay-Calamba Road, Sungay West, Tagaytay City

Manila Sales Office
Unit 2806, One Corporate Centre, Doña Julia Vargas
corner Meralco Ave. Ortigas Center, Pasig City 1605

Tel.: (+6 32) 477 7111, 381 6041, 497 6613

Fax Number: (+6 32) 656 5842

www.onetagaytayplace.com

Email: reservations@onetagaytayplace.com



ルソン島南部の「夏の都」タガイタイ市の中心地に建つOne Tagaytay Place Hotel Suitesは、市内にお住まいの皆様や観光客の皆様の憩いの場として、愛されて続けています



お客様の多様なニーズに柔軟にお応えするため、One Tagaytay Placeは趣味の良いインテリアを揃えた快適なデラックスルーム、1ベッドルーム・スイート、ペントハウス・スイート、豪華なAuroraボールルーム、ビジネスミーティングや宴会などに最適な、自然をモチーフにした最新のファンクション・ルームAlta Verde、フィットネス・センター、スパ、Azaleaレストラン、Tower Sports Bar、Verde Gallery、9階にあるインフィニティー・スイミング・プール、ビジネスセンターなど、都会のホテルが持っている設備を全て備えています。また、当ホテルは、タガイタイ市内で唯一3ベッドルーム・ペントハウス・スイートを備えたホテルでもあります。家族旅行や企業ビジネスミーティングに最適な当設備を、ぜひご利用くださいませ。当ホテルでは、すべてのお客様にお楽しみいただける、多彩かつ魅力的なイベントも開催しております。斬新な味と雰囲気を提供するAzaleaレストランとTown Sports Barでは、カラフルなお飲み物や美味な料理の数々をご堪能いただけます。One Tagaytay Place Hotel Suitesが持つエキサイティングなオプションの数々を、ぜひご体験ください。

タガイタイ市の中心地に建つ素晴らしい場所、One Tagaytay Place Hotel Suites。当ホテルで、人生の素晴らしいひとときを存分にご満喫くださいませ。





マニラから約2時間の アクティビティ・ビーチリゾート

WHITE ROCK WATERPARK AND BEACH HOTEL



► Banana Boat



► Beach Beds



► Grand Pool



► Wave Pool



●設備及びアクティビティ

客室175室

会議室・チームビルディングエリア(最大収容500名)

5種類のアクティビティ・プール

ウォータースライダー(すべり台)

ボーリング

ジェットスキー

バナボート

アイランドホッピング

シュノーケリング

卓球・バレーボール・バスケットボールなど



●ご利用料金(1室2名様以上、1泊)

DELUXE (main building) P8,600

BEACH SIDE P9,800

WATER FRONT DELUXE P10,200

FAMILY P16,200 (※4名様から利用可)

WHITE ROCK WATERPARK AND BEACH HOTEL

Matain, Subic, Zambales 2209

☎ 047-222-2378, 232-2857

携帯電話 : +63922-813-3630, +63917-863-0844

Fax : 047-232-4446

330USドルより デルタ航空で日本への空の旅を。

よりお得な航空券はdelta.comにてご案内しております。または、デルタ航空
予約センター電話841-8800、お近くの旅行会社でもお求めいただけます。

マニラからのエコノミークラス往復運賃

運賃*
(最大滞在期間3ヶ月間)

運賃*
(最大滞在期間6ヶ月間)

名古屋へ
東京(NRT)へ

330USドルより

370USドルより

2012年4月1日から2012年5月31日までの期間に航空券をご購入いただき、
2012年6月1日から2012年8月31日までの期間にマニラをご出発されるご旅行で、
この特別運賃をお楽しみいただけます。

*本運賃は米ドルで、燃油サーチャージ、空港施設使用料、その他諸税は含まれておりません。



ご利用規約：•本運賃には、燃油サーチャージ、空港施設使用料、その他諸税は含まれておりません。また、予告なしに変更される場合があります。•全ての区間で予約が必要です。•ご出発の10日前までにご予約された場合は、ご予約後14日以内に発券をしていただく必要があります。•ご出発の18日前までにご予約された場合は、ご予約後7日以内に発券をしていただく必要があります。•ご出発の5日前までにご予約された場合は、ご予約後72時間以内に発券をしていただく必要があります。•ご出発日まで残り5日以内にご予約された場合は、ご予約後24時間以内に発券をしていただく必要があります。•本運賃はEチケットのみご利用いただけます。•上記特別運賃のご利用は空席状況によります。特別運賃適用クラスが売り切れの場合には、これより高い運賃でのオプションをご利用いただくことができます。•往復でのご利用に限らせていただきます。•航空券は指定のエコノミークラス(L/Kクラス)にてご予約、ご購入いただく必要があります。•上記運賃のご予約およびご購入期間は、2012年4月1日より2012年5月31日までとなります。•ご旅行は2012年6月1日から2012年8月31までの、マニラをご出発地とした日本行きの往復のみとなります。•ご利用いただける便はデルタ航空運航便のみとさせていただきます。•最大滞在期間は、Lクラスの運賃では出発日より3ヶ月、Kクラスの運賃では出発日より6か月となります。最低滞在日数の条件はありません。•ご出発前またはご出発後の便／日付の変更については、変更後の旅程が本運賃に定められる条件をすべて満たしている場合に限り、必要に応じた追加運賃と50USドルの変更料金で可能です。•お客様のご都合による変更の場合には、必ず航空券の再発行が必要です。変更料金および追加料金は、変更時にお支払いいただく必要があります。変更時にお支払いいただけない場合には、ご変更いただくことができません。•幼児運賃は大人運賃の10%になります。小児運賃の設定はありません。•一部使用済みならびに未使用的航空券の払い戻しはできません。•本運賃は、トラベルクレジットパウチャー(TCV)、トラベルディスクOUNTクーポン(TDC)、アップグレード券、スカイマイル特典旅行、コンパニオンパス、その他の割引クーポンと合わせてご利用いただくことはできません。また、他のスカイマイルキャンペーンと組み合わせてご利用いただくことはできません。•本運賃は、他のプロモーション運賃と併用することはできません。•本運賃は、スカイマイルや、その他航空会社のマイレージプログラムのマイル、もしくはアップグレード券などをご利用してアップグレードいただくことはできません。•本運賃はスカイマイルのマイル獲得の対象となります。ご予約の際、またはチェックインカウンターでスカイマイル会員証をご提示くださいますようお願いします。•スカイマイル・プログラムの規約が適用されます。delta.com/skymilesにて、規約をご確認ください。•出入国／トランジットなどに必要な書類の作成・手続きはお客様ご自身の責任で行っていただきます。デルタ航空はそれらに関する責任を負いません。また、お客様が経由地または目的地で入国を拒否された場合、デルタ航空は一切の払い戻しあるいは関連費用に対する責任を負いません。•その他の規約が適用される場合があります。•本規約の解釈について、デルタ航空は最終的な権限を持つものとします。•フェアペイシングコード：LSJ22/KSJ22



EUROTEL

Check-in to experience... EUROPE



ロビー及び部屋内 **Wi-Fi** サービス無料 • 24時間ルームサービス • リラクゼーション・マッサージ
 エアコン付き部屋 • 温水冷水シャワー • 防火システム
 24時間ケーブルチャネルサービス • セーフティボックス • 朝食（2名様）

予約・問合せ

[02] 355-0000 * 0999-888-EURO 3 8 7 6

ARANETA, CUBAO
 (Near Gateway Mall)
 Tel. No. 911-2968

MAKATI
 (In front of Waltermart)
 Tel. No. 844-8645

LAS PIÑAS
 (In front of SM South Mall) (In front of Robinsons Place)
 Tel. No. 806-7646

NORTH EDSA
 (In front of SM North EDSA)
 Tel. No. 376-7096

PEDRO GIL
 Tel. No. 523-5256

BAGUIO
 (In front of City Hall)
 Tel. No. (074) 444-3876

宿泊料
 20%引き
 割り引いて
 ご利用下さい

(1回のみ利用可能)



EUROTEL
Check-in to experience... EUROPE

プライマー 面白スポット探検課

Vol.8 フィリピンの生のミュージックシーンに触れたい
サギホ・カフェバー

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!

当地のいたるところで演奏される「みんなで歌える欧米ポップス」のカバーのオンパレードに辟易しているあなた、「サギホ・カフェバー(saGuijo Cafe+Bar)」はご存知ですか? 日中だと、前を通っても気がつかないほどひっそりとした併まいのこの店は、隠れ家的なライブハウスとして音楽通に知られています。オープンは今から8年前、「ギャラがもらえなくとも一度はここで演奏したい」とさまざまなフィリピンの個性派バンドが集う、流行曲とは一線を画すオルタナティブミュージックの「メッカ」で、ここから全国に飛び立っていったバンドが「凱旋」することもあります。

ライブの開始時刻は、火曜から土曜の午後10時半ごろ。開演後は入場料150ペソ(飲み物1杯付き)を払えば、ライブハウスへの出入りは自由。ライブハウス近辺にはかつて画家やデザイナーが住みついていたこともあり、店内や周辺の壁



昼間はよっぽど気をつけていないと通り過ぎてしましますからご注意を



取材した日は、マルコス元大統領の娘Aimee Marcosさんがドラムを務めるThe Dorquesや、コアなファンを持つ2人組Turbo Goth(写真)など5つのバンドが、フィリピン人のみならず外国人の聴衆を沸かせました

面にはさまざまな絵やデザインが描かれていて、混沌とした中で音楽に没頭できるレトロな空間になっています。多少手狭ながら、その分、バンドとの距離が近く、ライブ感を存分に楽しめます。

その月に出演予定のバンドの名前は、店の前に掲げられたホワイトボードにずらりと並られます。地元客の多くはこのホワイトボード、もしくはこれを見た知人からの口コミ、さらにはインターネットを通じて、当日出演するバンドを知ります。お目当てのバンドのみ楽しんで

帰路につくもよし、その日出演するすべてのバンドの演奏に耳を傾けるもよし、です。自分なりの楽しみ方を見つけてみてくださいね。

●サギホ・カフェバーへの行き方

パソンタモとヒルプヤット通り(旧ブエンディア)の交わる交差点から、パソンタモをPRC方向に進み、バクティカン通り(一方通行)を右折した後、すぐにギホ(Guijo)通りを左折して少し行くと、右手に看板が見えできます。屋外駐車場有。

7612 Guijo street, San Antonio Village, Makati
☎02-897-8629

**在住30年の日本人が対応!
フィリピン旅行はおまかせ**

ベストトラベル

BEST TRAVEL

マニラとセブに在住30年の日本人スタッフ常駐『BEST TRAVEL』はフィリピン旅行を計画するなら要チェック。国内旅行の滞在地、観光、ホテル送迎やビザ取得も気軽に相談に乗ってくれます。スピーブックへ行くのなら、クルージングも楽しめるメンバー制ホテル「スピーブックベイヨットクラブホテル(写真)」がおすすめ。こちらも全てBEST TRAVELで手配可能です。

●おすすめツアー
「スピーブック2泊3日ツアー」237ドル~
317 K&M MileLong Bldg. Amorsolo cor. Herrera Sts, Legaspi Village, Makati ☎マニラ02-893-4313、セブ032-345-2901、日本03-6888-4427 ☎9時~20時(土~17時) ☎日曜 www.besttravel.com.ph
E-mail: bestmnl@besttravel.com.ph



P1,500~(サービス料,VAT別途) 2名様まで同一料金! 朝食込

NTT HOTEL

日本人専用 エヌティーティー・ホテル

ビジネスの中心・マカティに位置し、リトル東京からも徒歩1分とアクセスが便利。中・長期滞在のビジネスのご利用はもちろん、ファミリーでも気軽にお利用頂けます。各部屋にミニキッチン・冷蔵庫・浴室がついており、アットホームに広がるところも魅力。各部屋でインターネット利用もOK!

※スタジオタイプ・1-2ベットルーム有り



●おすすめ

●日本語対応可能●NHK、JETTV視聴OK●旅行会社ビジネストラベル●全室インターネット(ADSL)●24時間ガードマン常駐
7258 J.Victor Street, Pio del Pilar, Makati City ☎02-840-5210 FAX02-840-5205
ご予約・お問合せは千野・ジョイス・ハイジまで http://www.ntthotel-makati.com



ネットワールドホテルマニラ

東洋と西洋の調和が生み出した、建築の芸術



ネットワールド・ホテル・マニラは、日本スタイルのサービス・プレミアム・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。



The First Authentic Japanese Health Spa
For You 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：パラカニャ市内NAIA第1ターミナル 西コンコース 出発エリア
パサイ市内NAIA第3ターミナル 国際線、出発エリア
パサイ市NAIA第3ターミナル4階 フードコートエリア



Delivering The Ultimate Coffee Experience

おしゃれなバニッシュ・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、ビザ、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：パサイ市NAIA第3ターミナル4階 フードコートエリア



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豪華部屋を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)

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
- ポ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探知システム
- 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



ネットワールド・トラベル&ツアー

当社は、ネットワールドホテルが経営している旅行代理店です。お客様のニーズに合わせた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適な旅を手配いたします。(ホテル内1階)



Leisure and Entertainment
at Your Fingertips.

最先端技術を駆使したエキサイトングなゲーム機146台。安心して楽しめる快適な雰囲気。そして広々とした空間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娛樂施設です。(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 @ 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 @



* "Not valid with current promotions"



ねもと

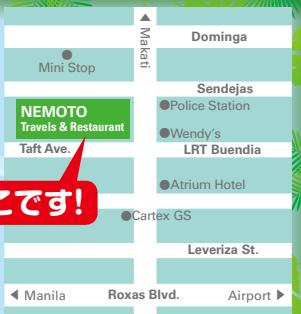
トラベル&ツアーズ

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!

ここです!



▲ Makati

Dominga

Sendejas

Police Station

Wendy's

LRT Buendia

Atrium Hotel

Cartex GS

Leveriza St.

Manila

Roxas Blvd.

Airport ▶

ジンベイザメウォッチツアー
シュノーケリングをしながらジンベイザメと一緒に泳ごう!
2月~5月中旬まではほぼ100%の確率でジンベイザメに出会えます。3時間のツアーで20匹見たという人も!

2名様 P16,800 (※飛行機代別途)

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

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! パグサンハン川下りツアー &英雄ホセ・リサールの生家
パグサンハン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C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

**02-497-4461(日本語)
02-831-5128**
営業時間 10時~2時
年中無休





Life is a Holiday

MANILA OCEAN PARK
Your All-Season Holiday Destination

海外220拠点のネットワーク!!

**航空輸送
(Air Cargo)**
大型の貨物だけ
早く届けたい!
そんなご要望に航空便
でお応えします!

**物流倉庫PEZA
(Logistics)**
PEZA内の倉庫を活用し、
VMIを始めとするあらゆる
お客様からの物流課題に
お応えします。

**国際宅配便
(Sgx)**
マニラから日本の
お客様までひとつとび!
まごころ込めて
お届けいたします!

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

TRANSPORT COMMUNICATION SAGAWA

佐川急便フィリピン

SAGAWA EXPRESS PHILIPPINES INC.
Trunk Line: 02-822-9911 Japanese Line: 02-776-2627 Fax: 02-776-2582
BUSINESS HOUR Mon-Fri 8:30-18:30
JMM BUILDING 1, KAINGIN ROAD, MULTINATIONAL VILLAGE 1708
PARANAQUE CITY, METRO MANILA, PHILIPPINES
担当: 今井(imai@sagawa-global.com)、大場(m_oba@sagawa-global.com)、
長尾(y_nagao001@sagawa-global.com)



第5回『前車の覆るは後車の戒め』

読者の皆様、こんにちは。アシスタジアのArbyです。マニラにはバス、ジブニー、タクシー、FX(乗り合いタクシー)、トライシクル、LRTやMRT(電車)、カレッサ(馬車)とたくさんの乗り物があります。その中でArby達が毎日使っている交通手段と言えばジブニー。フィリピンならどこへ行っても見かける程に有名で生活に密着した乗り物です。今となっては普通に使いこなしているバスも、慣れるまでは色々な事件があったんだ。だから今はそんなジブニーについて書こうと思います。



ジブニーは庶民にとってはなくてはならない存在。雨の日でもこんな感じで水の中をガンガン進んでいきます!カッコイイ

バスが初めてフィリピンに来た時には何に乗つたらいいかも分からぬからタクシーを使ってたらしい。その頃は相場も全然分からぬ。初めて乗ったタクシーの運転手に運賃は「500ペソ」と言われたそうだ。そんなものかと思ったボスは目的地へ到着し500ペソを支払った。そして帰り道のタクシーへ乗り込むと帰り道は150ペソ。そこで

ボスはやっと気付いた「ボッタくられた」ってね。悲しい話だけどフィリピンではそんなことは日常茶飯事。そこで悔しがるボスにArbyは言った「ジブニーに乗れば良いよ」ってね。ジブニーならそんなことはないからね。最初は巡回ルートも解らないから不安だったみたいだけど段々と慣れてきた。乗る前に車の側面や先頭に書かれた地名を読んで行き先を確認。乗ったら運賃の8.5ペソ※を運転手へ支払う。車内は狭いからお客様同士で運賃を手渡しで運転席までバケツリレー。そして降りたい場所で天井をコンコン!と叩いて「パラー」と叫ぶ、完全にマスターしたね。ジブニーを覚えてからのボスは何処へ行くのもジブニー。乗り継いで更にジブニー。ボッタくりに会わないし、地名を覚えると行き先が想像しやすいから安心なんだってさ。ジブニーの中が安全だとは言えないけど、それは他の乗り物も一緒。ボスが気楽に移動できるようになったからArbyもとりあえずひと安心なんだ。

※2012年3月現在



忘れてはならないもう一つの庶民の乗り物、トライシクル。こちらも値段はいい加減なので、ドライバーと交渉。値段はジブニーとタクシーの間くらい

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リポート。



タクシーなどフィリピンでは物を大切にというより、壊れるまで使いふします。バスもこんな感じで日本のものが再利用されています

今回の話もフィリピンにしかない文化を知つてもらう面白いサンプルだと思います。あ、そういえばこの間、ボスが久しぶりにタクシーへ乗つたらしい。なんかドアがガタガタしてるなーと思いつつも目的地へ向かうと目の前に左カーブが。スピードを落とさずに曲がるタクシーが、ちょうど曲がりきった瞬間に右側後部座席の扉が勢いよく勝手に開き、落ちそうになったらしい!運転手は笑っていたみたいだけどボスは死ぬ思いをしたって言ってたね。皆さんもフィリピンで移動する時は気をつけて下さいね。あとドアの鍵もちゃんと掛けて下さい、危ないからね。Arbyでした。

なんか忘れられている気がするので
Arbyの働いてる会社はこちら

**ASSISTASIA
PHILIPPINES**

Assistasia Philippines Inc.

詳しくは assistasia.com

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求人情報をご覧下さい。

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

- 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
 - 日帰りシユノーケリング
 - タガイタイ タール湖トレッキング

フレンドシップツアー ドゥシタニ
マニラ3F
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

ウイークリー **¥33,810~**

マンスリー **¥49,800~**

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

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)

●夏の避暑地バギオツアー

\$148~/大人(2泊3日)(エアー/送迎/宿泊/朝食込み)

G/F unit301 Sagittarius Building, H.V.Dela Costa Street,

Salcedo Village, Makati City

TEL 02-812-3328 FAX 02-817-4617

営業時間 9:00~18:00 www.discoverytour.ph

知つトク!

アジアNOW通信



From Cambodia 元祖カンボジア麺はこれだ!

カンボジアの麺料理といえば「クイティウ」が有名です。朝食時にどこのレストランを覗いても、このフォーに似た汁麺が定番メニューとして並んでいますが、実はクイティウは中国起源の外来麺なのです。では、何が本物のカンボジア麺でしょう? 答えは「ヌンバンチョック」。ヌンバンチョックは、米粉を練って寝かしたもので、ところてんのような器具で押し出して茹でた麺で、魚の発酵調味料「プラホック」と雷魚のほぐし身、ココナツミルク、それに

すり潰した数種類の薬味をミックスしたスープをかけ、お好みでバナナの花、十六ささげ、ハスの茎などの生野菜をたっぷり盛っていただきます。独特の魚臭さはありますが、モチモチの麺がココナツミルクと絡んで、市場の麺売り場

何とも言えない深く、やさしい味わいがします。

でもこのヌンバンチョック、ツアーの料理で出されることはなし、街のレストランでも見かけません。街角の小さな屋台や市場の軽食コーナーで、ひっそりと売られるのみです。それもそのはず、ヌンバンチョックは主に農村部の朝食や軽食として食べられているからです。豊かな自然に恵まれた農業国カンボジア。農村で採れる新鮮な野菜や淡水魚を使った料理こそが、郷土料理の真髄なのです。



ヌンバンチョックはたっぷりの生野菜を盛っていただきます

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「地元の自慢料理」をテーマに、カンボジアとインドネシアからお伝えします。



バナナの葉の上に整然と並べられた麺は芸術的

文：矢野 晶子 カンボジア クロマーマガジン
<http://krorma.com/> Facebook: Kroma Magazine

「使って便利、読んで楽しい」をコンセプトとして現地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。



From Indonesia 見た目で決めつけないで

手間ひまかけて、バリ人達が愛情たっぷりで作るバリ島のご当地料理『バビグリン』!『バビ』はインドネシア語で豚、『グリン』は回る、という意味。豚丸ごと一匹、お腹にレモングラスをはじめとするバリ島秘伝のスパイスがぎゅうぎゅう詰め込まれ、ターメリック(うこん)のすり潰しを表面に塗り、ぐるぐる回しながら時間をかけて炙り焼く。数時間後、お肉は驚くほどプリプリッとした食感に、皮は香ばしくパ

リッパリッと焼き上がる。豚肉のジューシーな脂と秘伝のスパイスが絶妙に絡み合い…う~ん、一度食べたら、また食べたい!と繰り返してしま、クセになる美味しさ。

食べるときお皿に白いご飯と一緒に盛りつけ、お肉以外にも、オレット、ウルタンと呼ばれる豚のソーセージ、バリ島の定番家庭料理ラワール(ココナツの実の和え物)やサテリリット(豚肉のつくね串)、クルップバビなど、バビグリンの人気おかずが、たっぷりとご飯の上にのけられる。

食わず嫌いでまだ食べた事のないあなた、一度食べただけど今イチだった、というあなたも、食べるなら、絶対美味しい店をしっかりリサーチするべし。選ぶお店によって、スパイスの味も、肉のボリュームも驚くほど違う。国民の9割がイスラム教徒であるインドネシアで、島民の9割がヒンドゥー教であるバリ島。豚肉は食のタブーとされるイスラム国家で、これだけ自慢げに美味しい豚料理『バビグリン』を作り上げる、島民の食習慣存在そのものもあっぱれ!!



スパイシーな味に、インドネシアのジャワティーも合うのでぜひ試してみて

文：吉田陽子 インドネシア アピ・マガジン
www.api-magazine.com

Twitter: apimag Facebook: api-magazine
2002年4月バリ島にて創刊。2009年からクーポン付きマガジンとしてサイズも大きくなりニューアル。2ヶ月に1回(奇数月15日)発行。バリ島を中心に、ジャワ島、スマトラ島、ロンボク島などインドネシア中の観光情報や最新情報を紹介中。地元編集部ならではの土着したインドネシアでの生活術、地域密着情報まで、インドネシア人スタッフと力を合わせ、日々取材に走り回っています。



観光客が訪れるレストランではあまりお目にかかるない

特集

旅行・フィリピンカルチャー

食べ物・レストラン

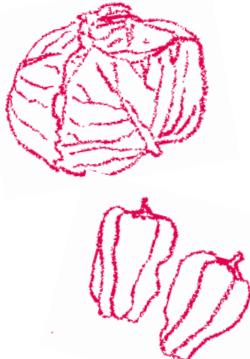
美容・ファッション・医療

ビジネス・ファイナンス

学習・資格

VIVA! Vegetable!!

ごちそうSaladaが食べられるお店



フィリピンに来てから、しっかり野菜を食べてないかも、

マニラじゃ美味しい野菜が食べられないからなあ…

そんな風に思っている人も多いのでは?

でもここは多国籍な人が行き来する街メトロ・マニラ

ゴージャスなフォワグラサラダや、ヘルシーなベジタリアンサラダまで
ちょっと探してみるだけで、「今日何にしよう」と迷ってしまうほど

おいしいサラダにめぐり逢うことができるはず。

今回はPrimer編集部ピックアップの7店舗をご紹介します。

あなたのお気入りを見つけてください!



シャンペトレの フォアグラサラダ

Pan-Seared Duck Foie Gras Salad with Honey & Balsamic Vinegar Sauce (P980)



Champetre シャンペトレ

26th St cor. 3rd Ave. Ground Floor, Net One Center,
Bonifacio Global City 1634
☎02-815-8801～8802、0917-883-8801
<http://www.champetreboutique.com>
④11時～22時 ⑤日曜

「これ、本当にサラダ?!」初めてオーダーする人は目を見張るはず。フォートボニファシオの片隅にあるフランスの田舎風の趣のあるレストランChampetre。フィリピンの食通の間では"the best deal in town"と言われてるほど。香ばしくソテーされたフォワグラのとろりとろける舌触りと、野菜のシャキシャキした食感がたまりません。贅沢にすぎるほどにフォワグラも野菜もたっぷり頂けます。サラダというよりメインで頼んでも十分なボリューム。お友達とシェアして食べて大満足です。

*「ほかにもココがお勧め!」あなたのそんな情報もお待ちしています! Primer編集部までご連絡ください。(infomation@primer.ph)

SEIJIの フォアグラうなぎサラダ

Foie Gras and Eel Salad (P685)



MakatiのPasay Rd.,沿いに新しく登場した日本食レストラン清二。落ち着いたインテリアセンスは、「この店の常連になりたい」と思わせる雰囲気を持っています。板長は以前フランス料理のシェフでもあった加村清二さん。その盛りつけの美しさは、目にも美味しいほど。もちろん味も期待を裏切りません。お勧めは「フォアグラうなぎサラダ」。とろりとしたフォワグラと、香ばしいうなぎ、そしてシャッキリした薄切りきゅうりの絶妙なハーモニー。お酒と合わせて、召し上がって頂きたい一品です。



入り口が目立つにくいので、この看板を探して

MAMOUの ハーベストサラダ

Healdsburg's Harvest Salad (P325)



ドライクランベリー、ピーカンナッツ、クランベリー漬スタイルトンチーズ(イギリスを代表するブルーチーズ)など、変わった食材がちりばめられたこのサラダはヘルシーそのもの。ヘビーでリッチなボリュームたっぷりのステーキを食べられるこのお店にはこのサラダは欠かせない一品。ドレッシングもペリー系のビネグレットで、フルーティでさっぱりとした"健康サラダ"です。

MAMOU モモウ

Serendra, Bonifacio Global City,
Taguig City, Metro Manila
☎02-856-3569
⑩12時~15時／18時~22時

mannaculinaryfusioninc@gmail.com

CIBOの ローストビーフサラダ

Insalata di Manzo
(P249/Regular, P473/ Grand)



CIBO チボ

Trinoma, Greenbelt5, Glorietta3,
Rockwell Power Plant, Shangri-la
Plaza, Alabang Towncenter など
☎02-916-7165 (Trinoma)
⑩11時~22時 ④なし



シーフードサラダ

CIBOといえば有名なのがシーフードサラダ。新鮮なサラダとシーフードのバランスがちょうどいい。あえてPrimer編集部でピックアップしたいのは、Insalata di Manzo (ローストビーフサラダ)。厳選されたレタスとともに、薄切りのローストビーフがふんだんに乗ったゴージャスな一品。ほんのりしたビネガーベースのドレッシングが美味。軽めのパスタをチョイスして、こちらのサラダでプロテインをどうぞ。

KUSEの パコサラダ

Fern Leaves Salad (P195)



KUSE クセ

The Venice Plaza McKinley Hill Town
Center, Fort Bonifacio, Taguig City
☎02-836-4956, 02-836-4969
⑩10時~23時 ④なし
Chef's Kitchenも姉妹店



OLD VINEのTessie Tomas
Salad(P165)：シーフードと
椎茸が絶妙なバランス

マッキンリーヒルズにあるVenice Plazaの一角に並ぶ、コンチネンタルレストラン「OLD VINE」とフィリピン料理レストラン「KUSE」。姉妹店なので、どちらでも両方のメニューがオーダーできる。ここパコサラダ(KUSE)(fern leaves salad)が驚きの味!Kesong Putiというラグナ原産のシダ植物が原材料。さっとゆで、ホワイトチーズを絡めたもの。フィリピン特産の塩漬け卵も添えてあり、かなり充実した味わいです。

浮世の 海藻サラダ

fern leaves salad (P280)



浮世 UKIYO

6/F, Alphaland Southgate Tower,
2258 Chino Roces Ave cor EDSA,
Makati City
☎02-310-5253
⑩11時~15時／18時~22時 ④日曜



胡麻ドレッシングでいただく生春
巻きサラダ(P350)

一見なんの変哲もない海藻のサラダ。でも海藻のしゃっきりした歯ごたえとドレッシングの絡み方が絶妙で、なぜか忘れられなくなる一品。ごま油がほんのり効いて、あとを引きます。お酒のおつまみにもお薦め。もう一品は生春巻きサラダ。こちらもシンプルですが、飽きのこない味わいに、毎回、オーダーしてしまう人も多いのがうなずけます。

マニラ湾の夜景と 美味しい食事を愉しむ

但馬 TAJIMA

マニラ湾ウォーターフロントにある「但馬」はマニラ湾の夕日を眺めるには絶好のポイント、すぐ目の前に繁華街である大型クルーザー、明るくシックな店内はまるでカルフォルニアのよう。一番人気は日本産特上神戸牛ロース（P900）。質の良いお肉をお手頃な値段で楽しんでもらえることが、オーナー小林さんとのこだわり。焼肉だけでなく和食・韓国料理・シェフ特製のパエリア（P380）や海鮮ブイヤベース（P1,100）などメニューが豊富だから、その日の気分に合わせてチョイスできるのもうれしいところ。

- おすすめメニュー 和牛カルビ P450 和牛ハラミ P450
- ウニ焼き P250 石焼ビビンバ P280 海鮮焼盛り合わせ P1,100 カルビクッパ P280

Harbour Aquare Building#1 2nd Floor CCP Complex Bucaneg Street, Manila City ☎02-833-2305 Ⓛ12時～23時 Ⓜ無休



プライマー読者特典

- ビール又はソフトドリンクを

1杯サービス

※プライマー5月号持参にて

有効期限2012年5月31日



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・ジュムルルック」（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



マカティで焼肉といえば! 飲み放題付特別コースもお勧め

三田屋

SANDAYA

2000年の創業以来、評判の海鮮・焼肉「三田屋」。一押しは米国食肉協会認定の高級牛・ブラックアンガス牛上カルビ。その味は、焼肉通として知られるアキノ大統領もお忍びで足しげく通うほど。カニ・海老・ウニといった海鮮も充実! マカティに来たら是非一度は足を運びたいお店です。会社のお食事会には飲み放題付きコースがお薦めです（要予約：P1000、P1200、P1800）。

- おすすめ ●最上級の味わいブラックアンガス牛の上カルビ P350 ●海鮮焼盛り合わせ P1,100
- 2F Colbella Arcade, 910 Pasay Road, San Lorenzo Village, Makati City
☎02-893-2039 Ⓛ17時～23時（土・日曜12時～23時） Ⓜ年中無休



日本人シェフが織りなす 四季を感じるお料理の数々

吉祥

KITSHO Japanese Restaurant and Sake Bar

フィリピンにいながらも日本の四季を感じられる…水本総料理長の紡ぎ出す料理の数々。4月からは新しく昼限定メニューBENTOが登場しました。日本米、刺身2種、サラダ、厚焼き玉子、日替わり前菜、味噌汁に麦茶が付いてP388++。メインはチキン照り焼き、有機豚焼き、サバの塩焼きから1品、デザートはフルーツかアイスをお選び頂けます。※BENTOは日～金曜の11時半～14時半のみ提供

- おすすめ 活lobsterの刺身（P700/100g）うに天ぷら（P320）

3001 Roxas Boulevard Pasay City 1305, Metro Manila ☎02-708-4888 Ⓛ11時30分～14時30分、18時～22時30分 92席・個室あり



We need Your Voice!

Primerへのご意見・ご要望をお聞かせ下さい

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

マカティシネマに昨年末OPEN
夜な夜な通いたくなる和食屋さん

和食 琴乃 kotono

昨年末、マカティシネマスクエアにOPENした「和食 琴乃」合鴨料理、せいろ蒸し料理をメインにしたお店。合い鴨はフランス産、バルバリー種のみを輸入しており、クセがなく、こくのある旨みを存分に楽しめます。合鴨は血中コレステロールを低下させる一方で、ビタミンA,E,B2・コラーゲンなどを多く含み、ヘルシーで栄養価が高い食材。また素材の旨みを凝縮させたせいろ蒸しは20品目以上の品そろえ。一品料理も豊富で、ついつい通ってしまうお店です。店内は落ち着いた雰囲気で、半個室スモーキングエリアもあります。

G/F Makati Cinema Square, Pasong Tamo St.,
Makati City ☎02-555-1089, 02-407-9387
⑩11時30分～14時／18時～22時30分(L.O.22時) ⑪月曜
50席 個室最大10名 ※喫煙席有り



あのArama Kitchenが
Arafu Caféとして店舗OPEN!!

Arafu Café

アラフカフェ

Fortに和カフェが新登場! デリバリーのArama Kitchenが、イートインのArafu Caféとして4月下旬にOPEN予定。日本の家庭料理と洋食屋さんのメニューがずらり。香味油の野菜炒めや手仕込みハンバーグなどひと手間が美味しいヒミツ。オープンまではデリバリーのみ対応。

●おすすめ 焼きシャケ弁当：P290、からあげ弁当：P320、野菜炒め定食：P340、鶏五目炊き込みごはん定食：P340

Commercial Unit 5, G/F South of Market Condominium, Fort Bonifacio, Taguig City ☎02-3798-066, 0908-3091-983(英・日本語可)
⑩10時～21時(15～16時は休憩) ⑪月火 配達エリア: Global City, McKinley Hill, Rockwell another village



マニラで日本の味を堪能!
素材にこだわる焼肉店

牛坊

GYUBOYU YAKINIKU

マラテのナクビル通りに面する本格焼肉店「牛坊」は、マニラで本格的な和牛が堪能できるとあって、日本人駐在員に人気の名店。人気の秘密はこだわり抜いた素材たち。新鮮な和牛を提供するのはもちろん、味噌と醤油を使用した自慢の自家製ダレ、ご飯は千葉県産コシヒカリを使うこだわりよう。七輪の炭火で炙られたお肉をほおばって、至福のときを味わって下さいね。

●おすすめ 柔らかいお肉と濃厚なタレが絶妙にからみあうユッケ：P300 新鮮な和牛だからこそ味わえる! 和牛ホルモン：P500

561 Adriatico st. cor. Julio Nakpil st.
Malate, Manila ☎02-521-2396
⑩15時～翌2時 ⑪なし



Column レストラン予約に役立つ英会話

*今日の夜8時に2名で予約をお願いできますか。

I would like to book two people at 8 o'clock tonight.

*プライマーの5月号を見たのですが、このクーポンを使えますか?

I saw the May issue of Primer, can I use this coupon?

*もう一度言ってください。

Sorry? または Come again?

*もう少しゆっくり言って下さい。

Could you (Please) speak slowly?

*分かりました。

I see.

*今日の夜8時に予約をした佐藤と申します。

My name is Sato,
I want to book a reservation at 8 o'clock tonight.

*2名ですが、席は空いていますか?

Do you have a table for 2 people?

*お箸をいただけますか?

Chopsticks, please.

*お会計をお願いします。

Bill, please.

塩・味噌・醤油!
都心で食べる本格ラーメン

けんじ亭

Kenji Tei Ramen House

グリーンベルト5の3階でひときわ贊わうお店『けんじ亭』。パラニャークで人気のラーメン屋が、ついに都心に初出店しました。日本のラーメンを研究して作られた麺の固さやスープのコクは、ラーメン通も納得。透き通った出汁の「五目塩ラーメン」(P268)、芳ばしいコクの「カレーラーメン」(P258)など、店主自慢の1杯を食べ比べてみては?

●おすすめ 定番といえばコレ「醤油ラーメン」(P228)
店主自慢の1杯「味噌ラーメン」(P248)

3rd floor Greenbelt5, Ayala Center,
San Lorenzo, Makati City ☎02-754-3098
⑩11時～22時(金・土～23時) ⑪無休
Facebook: Kenji Tei Ramen House



**Discover
Authentic
Japanese Katsu**

YABU
The House of Katsu
2nd Floor Atrium Mega Mall

関取のこだわり -其の四- 野菜を食らう! 編

フィリピンでの生活は、とかく野菜不足になります。自分も野菜不足かなと感じた方は『関取』へお出かけ下さい。日頃の野菜不足が一発で解消です。関取の代名詞でもある「ちゃんこ鍋」では、野菜がこれでもかと言わんばかりの山盛りで登場。圧巻のボリュームですが、火を通して結構食べられるものです。また、相撲料理の『力士味噌』には山盛りのきゅうり。力士味噌自体も煮干しや鶏の軟骨などが豊富に含まれカルシウムもたっぷり。サラダでは『パリパリポテトと大根サラダ』が一番人気。こちらも崩れ落ちそうなくらいの山盛り野菜。お昼には野菜が天こ盛りの『長崎ちゃんぽんうどん』で野菜補給がお勧め。沢山の野菜を如何に美味しく食べてもらうかに関取はこだわります。

山盛りの野菜でビタミン補給

野菜を食らう! そんなメニューがいっぱい

- 各種ちゃんこ鍋: P650 ~
- 力士味噌: P120
- パリパリポテトと大根サラダ: P130
- 横綱サラダ: P280
- 長崎ちゃんぽんうどん: P330

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

火山岩を使って焼き上げる
最高品質の和牛ステーキ
繊細でとろけるような
至福の時間を…

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!
※他の特典や割引券との併用不可

Mel's
Home of Premium Angus Beef & Authentic Wagyu

Westgate Alabang 7713845 • Quezon City 9249184 • Burgos Circle @ The Fort 4835888

ARA Korean Restaurant 아라

韓国の宮廷料理をしっかり学んだ
オーナーの奥様自らが
アレンジを加えた、
新しくて美味しいメニューで
人気があります
店内の雰囲気や
食器使いも
おしゃれ!

ARA
☎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)

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種薑味付

マカティに加わったフレンチのオトナ空間

Society Lounge

ソサエティ・ラウンジ

フランス人シェフPatrice Freuslon氏のプロデュースによるレストラン&バー「ソサエティ・ラウンジ」は2010年にオープンしてからこれまで、ファッショニに敏感な層に支持されています。アジアのテイストを取り入れたフランス料理と世界中のワイン、オリジナルカクテルが人気の秘密。プライベートバーのアレンジも行っているので、気になる方は一度問い合わせてみて。23時以降はスムースハウスが流れるバーに早変わり。夜遅くまで賑わっています。

●おすすめメニュー　・マグロの刺身サラダ：P525

※ご予約はマニラオフィスまで Makati Avenue, Atrium Bldg, Corner Paseo De Roxas ☎02-408-1852、0917-800-9474

④ランチ11時～17時、ディナー18時～24時(土曜17時～翌4時)

④日曜 E-mail: societylounge@yahoo.com

Facebook: societylounge frenchfashionfood

Twitter: societylounge



ライフスタイルに合わせた
楽しみ方を提案

レ・アモレット・カフェ&バー

Le AMORETTO Café & Bar

ネットワールドホテル2階の店内に足を踏み入れると、まるでヨーロッパの洋館を訪れたかのようなきらびやかな空間が広がります。サンドイッチ類などの軽食にステーキ、イタリアンと創作和食まで世界各国の料理が味わえます。また、今なら朝食ブッフェ(P350)5名様分ご注文で、1名様分無料! また、スマードリンク(P360)ご注文のみなさまに鳥の置物風ペンスタンドをプレゼントとプロモが目白押し。ホテルには本格和食レストランやスパも完備。ぜひ併せてご利用ください。

●プロモメニュー　・ハロハロ：P130

・今月のドリンク(今月はブコ・パンダン)：P360

2/F Networld Hotel, Roxas Boulevard corner Sen Gil Puyat Avenue, Pasay City ☎02-536-7777 Loc.1

④24時間営業 フリー WiFi有り



韓国人客が足繁く通うマカティの韓国料理店

Jumong Restaurant

ジュウモン・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込んだ骨付きカルビ(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、韓国家庭料理の定番、春雨と野菜を炒めた「チャプチエ」から、ご飯の上にナムルを乗せた「ビビンバ」まで様々なメニューが揃います。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がおすすめ。韓国人をはじめ、あらゆる国籍の人々の心をわしづかみにする味をぜひ堪能してみては。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 ④10時～22時 ④無休

28席・個室なし ※Pasig Cityに姉妹店「Dona Doma」あり





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!
ウマい!

フィリピン食材 パパッとクッキング

今回の食材・TALONG（ローカル茄子）

フィリピンの茄子は、日本のものと比べて色が薄く、長いものが多く、皮が固めなので加熱調理に向いています。値段は1kg50ペソ程度。家庭で使う数本ならさらに安価に手に入りますので、ぜひいろいろな料理に取り入れてみて下さい。



Chef TAKASHI

フォートボニ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リー。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様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。Facebookページ「Hanaichi Restaurant」より料理やお店の様子を配信中!

熱々でも冷やしても絶品・焼き茄子

●材料(1人前)

茄子 1本
刻みネギ 好みで
おろし生姜 好みで
醤油 適量

①茄子に縦に何本か切れ目を入れる（皮を剥きやすくするため）。

②焼き台に茄子を乗せ、皮が黒くなるまで焼く。

③皮を剥き、好みの大きさにカットする。

④皿に盛り付け、好みの味を添えて完成。

焼き台はガス台で焼ける簡易式のもので充分です。
真っ黒になるまで思いっきり焼きましょう！皮を剥く際は、流水を使うと剥きやすいです。



ご飯が止まらない！・茄子の一本漬け

●材料(1人前)

茄子 1本
塩 適量
寿司酢 100cc
辛子 好みで

①茄子に塩を刷り込み、1時間程置く。

②塩を洗い流し、チャック付きのビニールパックに茄子、寿司酢を空気を抜くようにして漬け込む。

③冷蔵庫に入れ一日漬け込む。

④茄子が柔らかくなったら、完成。スライスして盛り付ける。

ものによっては皮がすごく硬いものもあるので、漬け込む時間は調節してください。短冊切りにしてから漬け込んで「浅漬け風」にしてもgood。

時々実の中に害虫が紛れ込んでる時があるので、注意して取り除いて下さいね。



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
10:00~19:00 毎日営業
Tel : 02-897-7207, 02-890-1649
Fax : 02-897-7209

マニラ店
10:00~21:00 每日営業
Tel : 02-400-9478 Fax : 02-400-9478

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

マカティ店
CHINO ROCES AVE. (PASONG-TAMAO)
Metropolitan Ave.
EXCELSIOR
Baqatan
Yakal
Kamagong
New Hatchin
Makati central Fire Stn.
Makati Central Post Office
Sen. Gil Puyat Ave. (Buendia Ave.)

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 ジュピター通り、KFC隣り TEL: 890-5230/896-4261 月～水曜 15:00～5:00 木～日曜 24時間営業	バサイ店 エドワ通り、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
ケソン店 ティモング通り、バーガーキング近く TEL: 890-5230/896-4261 15:00～5:00	マラテ店 マニラ通り、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

贈り物にあげてよかった もらって嬉しい!
プチパフ・アソーテッド

写真是「PA-L1」
14個入り P250

NHKでも紹介されました!!

Happy Cream Puff

<http://www.happycreampuff.com>
マカティ店/レガスピ店/サルセド店
TEL 817-4234(代表)
<http://www.facebook.com/Happycreampuff2006>

東南アジア最大シェアの韓国食材店

ASSI Supermart

アッシ スーパーマート

『ASSI SUPERMART』は、マニラ・セブ・ダバオ・バギオなど各地に14店舗を構える韓国食材店です。

東南アジアで最大シェアを誇る韓国食材の代理店として、フィリピンや東南アジア在住の韓国人や日本人に広く親しまれています。フィリピンではほとんどすべての韓国料理レストランと小売店に食料品を提供しています。扱っている食材はどれも、ロッテなど韓国の代表的な会社から信頼性のある安全なもののみを仕入れています。キムチやコチュジャンといった生鮮食品、餃子や春巻など韓国製の冷凍食品から、新鮮な果物やシーフード、マッコリなどのお酒に至るまで、様々な韓国食材を豊富に揃えています。また、商品は1週間で売れる数だけを毎日韓国から仕入れているため、エリンギ・柿・梨・リンゴといった季節のアイテムも、鮮度の高い状態で手に入ります。

数ある食料品の中でも特におすすめは、韓国のりとキムチ。韓国のりは30種類以上のバリエーションがあり風味や塩加減も違うため、いろいろ買って食べ比べるのもいいですね。韓国料理の代名詞キムチは、フィリピン食材で作ると味が違ってしまうため、本場韓国で最も有名なキムチメーカー『Jong Ga Jip』から直輸入しています。一度お店を覗いてみると、きっとお気に入りの商品が見つかるでしょう。

**Primer読者特典①
キムチ全品 15%OFF**
※全店舗で利用OK、5月末まで

**Primer読者特典②
のり全品 15%OFF**
※全店舗で利用OK、5月末まで

**Primer読者特典③
ヌードル全品 15%OFF**
※全店舗で利用OK、5月末まで

**Primer読者特典④
ロッテ菓子全品 15%OFF**
※全店舗で利用OK、5月末まで



写真上から時計周りに：のどごしが癖になる韓国冷麺、根強いファン多しインスタント辛麺、お酒のつまみにぴったり韓国のり

ASSIのウィスキー・カンパニー



『ASSI』はグループ会社『MJ Global Corp』でウィスキーの輸入販売も専門に行っています。世界で最も権威のあるコンペティション「IWSC」で2011年金賞に輝いた銘酒「インペリアル(19年物)」は特におすすめの1本。

1ダース(12本)以上のご注文は、下記E-mailまでお問い合わせください。

●韓国食材おすすめ商品

- 韓国の食卓に欠かせないソウルフード「キムチ」500g／P169～
- お酒のつまみにも相性抜群「韓国のり」P46～
- 女性に人気のピリ辛ヘルシー料理「スンドゥブチゲ」P35
- のどごしすっきりシコシコ麺「韓国冷麺」500g／P150～
- 豊富な種類からお気に入りを見つけては？「インスタント麺」P26～



ASSI MAKATI SUPERMART

マカティ店

1F Korean Business Center Building, 109 Neptune St., Bel Air, Makati

☎02-895-9456 E-mail: shinmart4u@yahoo.com ☎8時～22時 ☎無休

タガイタイ店

Plaza Carolina, Silang Junction, Brgy San Jose, Tagaytay, Cavite

☎0920-576-3667

スビック店

Bldg 537 Subic Park'N Shop Area SBF

☎047-252-2211, 047-252-2233, 0929-300-9477





フィリピン女子力向上委員会 今月のBeauty Pick Up!!

コスメ・サロン・SPA・エステティック情報

もっとキレイに!・かわいいモノ大好き・癒されたい・リフレッシュしたい女性なら誰もが感じることですよね。
そんな願いもフィリピンなら、リーズナブルに叶います。
講師はフィリピン歴10年、元CAのキレイとおしゃれスポット大好きEriさん。
最近話題のフィリピンBeautyトピックスを毎月Pick Up!
フィリピンであなたの女子力をもっと高めて行きましょう!

香りのパワーで、
肌も心もenergyチャージ

Annick Goutal

アニック・グタール

どんな時でも香りをまとうことで、自分のなかのスイッチが入る気がしませんか?

アニックグタールは、上質な原料だけを使い、常に品格のある一つ上の洗練されたフレグランスを追求し続けてきたブランド。トム・クルーズやマドンナが使用している柑橘系の香り、オードアドリアンが最も有名ですが、さわやかなグレープフルーツの香りのブチシェリーも見逃せません。ボトルもクラシカルで高貴なデザイン。お部屋においておくだけでも気分があがります。

マニラでの販売はルスタンスデパートのみ。さらに今ルスタンスでは『Holiday Gift Set』キャンペーンを開催中。100mのオードアドリアンのオードトワレと同じ香りのボディローションがセットP5500。50mのオードアドリアンのオードトワレとボディローションがP3950。普通100mのオードトワレがP5450なのでかなりお得。(ちなみに日本の伊勢丹では、50mのオードトワレが11,550円)。このプロモは商品がなくなり次第終了です。



Rustan's Department Store & Supermarket

世界の一流ブランドを集めた高級デパート。

ニナ・リッチ、ダンヒル、プラダ、カルティエ、ティファニー、バリーなどが勢ぞろい。客層もリッチな奥様風が目立つ。

●メトロマニラ内の店舗

Ayala Center

Ayala Avenue, Makati City 1226
☎02-813-3739

Shangri-La Plaza Mall

EDSA corner Shaw Boulevard, Mandaluyong City 1552
☎02-633-4636

Alabang Town Center

Alabang, Muntinlupa City 1770
☎02-850-5532
ほか

髪質を活かしたカットで自然な似合わせスタイルをご提案

Express Hair Studio

エクスプレス・ヘアスタジオ

ゴールデンウィークシーズン、日本からのお客様も多いのでは。人と会う際に気になるのがヘアスタイル。今日はアラバンで噂の人気 stylist をご紹介。リーズナブルだけど、カットに定評のあるアラバンで人気のヘアサロン。静かにリラックスできる空間を提供しています。TOP stylist・シンさんは原宿の有名サロンの後、アジア各国でハサミを握った経験の持ち主。国ごとの髪質や好みを知ったうえでのスタイルを提案してくれます。チームワークがよいスタッフが、リラックスできるひとときを提供してくれます。

31 Aguirre Avenue, Unit C-D, BF Homes (beside BF Homes Aguirre Gate)
1700 Paranaque City ☎02-553-7989
⑩10時~22時 ⑫第2・4月曜



stylist のシンさん(中央左)、オーナーのチェイスさん(中央右)。シンさんのサービスが気に入ったら、専用の封筒でチップを渡してあげて

日本人ネイリストのGel Nail Salon

Nail Salon REI 麗

ネイルサロン レイ

日本では躊躇してしまうビタミンカラーも、フィリピンの明るい日差しにはピッタリ。「ジェルネイル」なら従来のネイルと比べて、発色やデザインの繊細さの差が歴然。それも何週間もその状態が保てます。使用ジェルはバイオスカルプチャージェルを中心に、日本で使用されているトップブランドのみ。通いやすいようデザインチェンジのオフ代は無料。爪に負担をかけず丁寧にオフします。お子様がいる、車がない、サロンまで遠い…そんな方には出張サービスをご用意しています。

●おすすめ ジェルベーシックコースP2,500 (ファーリング・キューティクルケア・クリアジェル・1カラージェル)/フレンチP500/グラデーションP300/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、オフ代は無料です

#98 Timog Ave. cor. Sct.Ybardolaza, Quezon City (Bambbi Fuentes内) ☎0915-314-8264(中村直通)、02-411-2487、02-927-1998(Bambbi Fuentes) ※出張サービス有り



プライマー読者特典

●全メニュー20%OFF

※予約時に「プライマーを見た」と
お伝えください

お気に入りのスタイルが見つかる! 頼れる日本人スタイリスト

Higuchi Hair Salon

ヒグチヘアサロン

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、0929-601-0502
⑨9時~20時(木曜~20時15分) ⑩火曜
Facebook http://on.fb.me/wxnwls



本当にらい痛みとコリに 中国医学鍼をお試しあれ!

Dr. Lee Chinese Acupuncture

ドクタリー・チャイニーズ・アキュパンクチャー

日本でおなじみの鍼治療、じつは中国が起源だと知っていましたか? Dr.リーは中国医学の鍼治療を修得した専門医。つぼを直接刺激することで、つらいコリや痛みを和らげます。日本人プロサッカー選手も通うほど。またコスマティック鍼治療は毛穴の引締めや、くすみの軽減、また肌本来の再生力を高め、内側から肌に潤いを与えるそう。※針は使い捨て

●Primer読者限定おすすめ
鍼灸1回:通常P1,000→P500(50%OFF)
クリアコンプレクションパッケージ(コスマティック治療10回):通常P5,000→P4,000

Eisenhower Condominiums, Eisenhower St., Greenhills San Juan ☎02-218-5250、0916-758-2975 ⑩10時~18時



本格派タイ古式マッサージ 有名店直伝の技を体感!

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。マッサージでは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、タイで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) ⑩17時~翌3時(土・日は15時~)



気さくなスタッフに癒される 無料アカスリサービス実施中

Zara Spa

ザラ・スパ

オルティガス近郊にあるZara Spaは、とにかくリーズナブルなお値段でマッサージを利用したい時にお勧めです!トレーニングを受けた気さくなスタッフが、おもてなしします!人気メニューは韓国式VENTOSA P550、ホットストーンマッサージ フルコースP550。店舗だけでなく、ホテルや自宅へのデリバリも行っています。

●Primer読者限定サービス
マッサージ2hourご利用の方に無料アカスリ(背中)をサービス!

2F Talia Building# 509 Boni Avenue Brgy. Plainview, Mandaluyong City ☎02-710-2296、0920-9453650、0916-4556702
⑩24時間営業 ⑪なし ベット8床



自宅で受けられるマッサージ
種類の豊富さが人気です!

Grace Healing Purity Home Massage

グレイス・ヒーリング・
ブリティ・ホーム・マッサージ

自宅に居ながらにして、さまざまな
種類のマッサージをデリバリできてしま
うのが魅力。初回利用のお客様限定
プロモも開催中ですのでお見逃しなく!

- スウェディッシュ・マッサージ
(1時間) : P250
- フットスパ(1時間) : P300
- フェイシャル(1時間) : P300
- ボディースクраб(1時間) : P500
- ホットストーン・マッサージ(1時間) : P500
- イヤーキャンドリング(1時間) : P500

● 初回利用のお客様限定プロモ

- ・1マッサージ2時間につき、30分間無料でマッサージ
- ・マッサージ3時間につき、1時間無料でマッサージ

☎0917-846-4325、0923-743-0958、
0919-985-9252



フランチャイズ大歓迎!
ビューティーサロン

Mary Pauline Salon

メアリー・ポーリン・サロン

ヘアやネイル、各種スパトリートメントに定評のあるサロン。フィリピン
国内で急成長し続けているフランチャイズ形態のビューティーサロンです。
サロンの店員は、厳しい研修を受けた高レベルの技術を持っています。同サ
ロンは現在、フィリピンに32店舗を開設。フランチャイズも大歓迎とい
うことなので、興味のある方は問い合わせてみては?



● おすすめ

ロレアル製品を使用した「Hair SpaJP950～
寛ぎの時間を過ごせる「Footspa」P300

#60 Lifestyle Bldg. Timog Avenue,
Quezon City ☎02-218-4842

⑨時～21時 ⑩なし
<http://marypaulinesalon.com>

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>

Asian MASSAGE
아시안 마사지

CATHY REMPERAS

CALL 8434067 - 7582589
7285263 - 5366894
www.asianmassageph.com
Strictly Massage Only! GOD Can See You!

一人ひとりの
お肌に合ったケアを提案

Skin Care Solutions

スキン・ケア・ソリューションズ

皮膚の専門医を持つスキン・ケア・ソリューションズでは、
紫外線の強いフィリピンで弱ったお肌を、一人ひとりに合った
トリートメントで癒してくれます。日本では3000円近くする
ダイアモンド・ピーリング（フェイシャル）も、ここではたっ
たの500ペソとお財布に嬉しい価格。炎症や赤みなどの心配が
ない安全なピーリングで、ニキビ跡、ケアなどの開き、はっきり
したくすみなどに効果的です。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は1回2500ペソ。6回分購入で
1回無料特典が受けられます。

Unit 1-H Grand Hampton, Tower 1, 31 St. cor. 2nd Ave.
Fort Bonifacio, Taguig City
☎02-856-6960、0917-433-8172
⑩10時～20時 ⑪日曜



モールオブエイジア店

Unit 1-H Grand Hampton, Tower 1,
31 St. cor. 2nd Ave. Fort Bonifacio, Taguig City
☎02-577-0425、02-556-7272、0917-598-0599
⑩10時～21時



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

韓国人メイクアップアーティストによるプロの技

プロモ実施中!

●アイライナーバーマ(3~5年で自然に落ちます)
P5,000

●眉タトゥー+アイライナーバーマ(上部)+唇タトゥー(全体)
P27,000

●眉タトゥー+アイライナーバーマ(上部)
P12,000

※アイライナーバーマ(下部)ご希望の方はP5,000で追加可能

タトゥーメニュー

★眉タトゥー ★アイライナーバーマ ★唇タトゥー

★タトゥー消去レーザー before after

□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

KAWISORI

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

02 レーザークリーリック AESTHETIC CENTER

トリートメントメニュー

- レーザートーニング (10回/P38,000)
1,064ナノメーター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/P25,000)
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

素晴らしい
スキンケア・サービスを
提供いたします。

nabi skin care&body system

韓国の本格美容を全身まるごと体感!

①韓国スタイルマッサージ : P700
全身をもみほぐしながら、デトックスしていくマッサージ。リラックスしたいときに。

②Legs Slimming : P1,500 per session (10sessions)
Belly Slimming: P1,500 per session (10sessions)
「ジムに行つてもなかなか痩せない…」そんな方や、気になる部位にお勧め!

③フェイシャルマッサージ P13,000 per 10 sessions (P1,600 per session)
リフトアップ(小顔)・にきびケア・美白ケアで、なめらかな肌を取り戻します。
※VIP個室、カップル用個室もあり。ご予約の際にお問合せを!

住所: 5048 Burgos St. Makati City ☎02-899-5446 / 0915-774-4252

ホットライン: 0917-800-5836
www.yumeimise.net
主な大手薬局で取り扱い中

美しさはKBから

Column プライマー・ビューティ・イングリッシュ

SPA・マッサージで役立つ英単語集

- * treatment(トリートメント) いわゆるマッサージやパック全般のこと
- * therapist(セラピスト) スパでマッサージなどをしてくれる人
- * facial(フェイシャル) 顔にまつわるお手入れのこと
- * wrap(ラップ) ボディパックのこと
- * therapeutic(セラピューティック) 「治療効果がある」という意味
- * deep tissue(ディープ・ティシュー) 芯までしっかりとほぐされること
- * soothing(スースイング) 落ち着かせる、リラックスさせること

SPA・マッサージで役立つ英会話

- * 仰向けに寝てください Lie on your back.
- * うつぶせに寝てください Lie on your stomach.
- * (少し)痛いです Ouch!
- * あまり気持ちよくないです I don't feel comfortable.
- * ちょうどいいです It's just fine.
- * 気持ちよかったです I feel soooo gooood!



地球全体がバスコのフィールド

人工衛星の受信から、画像処理、アプリケーションの製作にいたるまで、

空間情報No.1企業を目指して

日本でもフィリピンでも、バスコは自治体をサポートし、皆様の暮らしを支えています



●お問合せは
PASCO
Philippines Corporation

2301 Raffles Corporate Center, F.Ortigas Jr. Rd, Ortigas Center, Pasig City 1605, Philippines

TEL (632) 914-4329-30 FAX (632) 914-4338

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

**マニラ日本人会主催 第13回
盆踊り大会レポート**

開催場所：マニラ日本人学校(MJS)
開催日時：3月10日17時～21時

今年も3月10日にマニラ日本人会主催の「盆踊り大会」が開催されました。今年も多くの来場者で賑わいました。

今年は高円寺の阿波踊り「菊水連」も招待され、グラウンド中央のやぐらで華麗な阿波踊りを披露しました。焼きそば・焼き鳥・金魚すくい・ヨーヨー釣りなど日本でおなじみの「露店」に加え、バギオからの新鮮野菜やアクセサリー、パン屋などのフリーマーケットも。子どもたちのエキシビションダンスも披露され、家族で盆踊りを楽しむ姿が見受けられました。

フィリピン★ビジネス 烈伝

フィリピン・ビジネスバ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6回

コーヒー文化をフィリピンに、
目指すは日本進出

TOKYO CAFE オーナー & レストランコンサルタント
吉沢淳さん

メトロマニラを中心TOKYO CAFEなど17店舗を展開している吉沢さん。フィリピンでの起業・レストランビジネスについてディープにお話を伺いました。

TOKYO CAFE7店舗をはじめ、合わせて17の飲食店のフィリピンでの事業展開にかかるわってきたレストランコンサルタントの吉沢淳さん。さまざまな変遷を経てコーヒー業界に足を踏み入れ、当地で起業した経緯を、その人となりとともに伺いました。

編集部・TOKYO CAFEを開いたきっかけは?

吉沢さん・元々は、かつて働いていたコーヒー店運営会社の出店準備のためにフィリピンへ出張で来ていたのですが、その後、会社を飛び出す形で独立。よく知る地場のパートナーと組んで『TOKYO CAFE』をつくりました。本当は「食事も出すコーヒー店」をやりたかったんですが、当地顧客の需要は無視できず、「おいしいコーヒーのあるレストラン」の形態になりました。モールオブアジアにある1号店のオープンは2006年5月です。日本で20~30年前にコーヒー文化ができたように、フィリピンでのコーヒー文化構築の一役を担えればという想いでした。

編集部・フィリピンはコーヒーの産地で昔から家庭でコーヒーを飲む文化がありましたが、何が違うのですか。

吉沢さん・コーヒーの原種豆は大別して、アラビカ、ロブスタ、リベリカの3つがあるのですが、フィリピンでは主に、霜や害虫に強く結実まで短い期間で済む安価なロブスタ種と、リベリカ種が採れます。一方、日本で多く使用されているアラビカ種は高価なこともあってほとんど使われておらず、独特のにおいなどクセのある地場産とは違うコーヒーのおいしさを紹介したかったんです。

編集部・開業後は、順風満帆だったのでしょうか?

吉沢さん・とんでもないです(笑)。やると決



めてからオープンまでは間がなくトントン拍子に進んだのですが、オープン後、数カ月はやろうとしていることが従業員に伝わらず、ノイローゼになるくらい悩みました。サービス=マナーはその国の常識や文化に由来します。フィリピンではあり得ない、かゆいところまで手が届く日本のマナーをここでも表現したいと思っていたのですが、打開策が見つからず追い詰められ、もう無理だと、半年後には帰ろうと思っていました。

編集部・それでも帰らなかったのはなぜですか?

吉沢さん・負けず嫌いだったからです。自分の性格をよく知る日本でお世話になったからは「意地はって無理するな、帰ってこい」と心配して声をかけてもらいましたが、最低でも1年は、という意地がありました。

編集部・どうやって立ち直ることができたのですか?

吉沢さん・ストレスを感じると、あえて発散せず、自らをいったん底まで落としてから這い上がるのが好きなんです。誰に相談するでもなく自分の殻に閉じこもっている時、ふと、これまで『なぜ彼らには常識がないんだろう』と思っていたことが『常識がないのではなくて、常識が違うんだ』と気付きました。

だったら教えてあげればいいと思い立ち、早速、夜中に従業員を集めてミーティング。そこで「フィリピンで商売させてもらっているのだから、フィリピンのやり方を否定はない。ただTOKYO CAFEの中では日本のやり方で通させてもらう。」と宣言しました。「フィリピンではどうこうという理屈はいらない、ただなぜそのやり方なのか理由は説明する。」と付け加えました。今振り返ると、最初の半年は遠慮していた部分もあったなと思います。

編集部・従業員の反応はどうでしたか。

吉沢さん・ミーティングを開く前に事業パートナーに電話をして、「こういう宣言をする。もしかしたら全員辞めるかもしれない。」と前もってことわっておいたのですが、ほとんどが残ってくれました。それでも私のやり方が浸透するには半年ほどかかりましたが、すべての指示は私が直接行うのではなく、キーパーソンとなった信頼できるローカルのマネジャーを通じて行いました。

編集部・ローカル社員の人材育成についてどのように考えますか。

吉沢さん・フィリピンほど人をモノとして扱う国はないと思うんです。それが嫌いで、マネジャーは外から連れてくるのではなく、自分が選んだ人材を社内で育てるようにしています。私たちはローカルの社員がいなければ商売できないわけで、なかなか夢を持てない彼らに

昇進の機会を実際に見せるなどします。フィリピン人従業員は会社への忠誠心がないと言われることがあります。彼らが忠誠心を持つようにこちらが接することも必要です。

編集部・フィリピン市場進出を目指す日本企業に一言アドバイスするとしたら?

吉沢さん・サービスの質を維持・向上するためには、当事者が現場にいなくてはダメ、ということですね。私たちは日本に基盤を持つ「日本企業」ではないですが、当地に腰をおろして数年かけて事業を軌道に乗せてきた自信があります。

編集部・今後、大手居酒屋チェーンなど日本の飲食業の進出が増えることも予想されますが、危機感はありますか?

吉沢さん・メニューの料金が5ペソ違うと市場が違ってくるので、近く進出してくる大手居酒屋チェーンは競合になると思っていません。その意味で、価格設定には最も気を配っています。ただ、競争により淘汰が発生するのは自然な流れなので、日本の飲食業界にはフィリピンにもっと来てほしいと思います。

一方で日本企業の進出とは別に、回転の早い飲食業界で事業を続けていくのは、毎日怖いと感じていて、日々進化していくなければダメだと痛感しています。かつては、会社が言っていたことが昨日までと違うのは何事だと思いますが、経営者になって初めて、そのことが理解できました。

編集部・次の一手と将来の目標をお聞かせ下さい。

吉沢さん・モールオブアジアにある1号店が全面改装に入るのを機に、日本から炭火焙煎機を購入して自家焙煎に乗り出し、徐々に炭火コーヒーに全面移行していきます。さらにコーヒー豆の小売りにも着手します。最終的なゴールは、フィリピンからの日本進出です。フィリピンでは少量ながら良質のアラビカ種豆があり、これの取り扱いも検討しています。

●TOKYO CAFE

オーナー & レストランコンサルタント 吉沢淳さん

東京出身。コーヒーチェーン勤務を経て、2006年にフィリピンでTOKYO CAFEを創業。

好きな書籍

『たったひとりのワールドカップ』 三浦知良著
10年ぐらいの間、何度も読み返している本で、海外でバイオニアとして活躍するという点で共通する部分が多く、バイブルです。

好きな言葉

「プライドは誇示するものではなく見せつけるものでもない。愛する人を守るために使うもの」
私にとって愛する人とは、妻であり家族であり、自分の下で働いてくれているフィリピンの従業員全員です。

3分で分かる! フィリピン最新マーケティング講座

イマドキ! WEBマーケティング 第1弾

講師・草刈裕太(くさかりゆうた)

ADWAYS (PHILIPPINES) INC. (株式会社アドウェイズ・フィリピン)

ジェネラルマネージャー



ビジネスの売上アップにどうWEBを活用したらいいのか、お悩みの方も多いはず。「HPを作ってはみたけど、活用できていない…」「より多くの方に見てもらえるHPにしたい!」そんな声に応えるべく、今回はADWAYS Philippinesの草刈さんにWEBマーケティングについてお話を聞きました!

WEBマーケティングと聞くと、「なんだかややこしそう」と苦手なイメージをお持ちの企業担当者さんも多いのではないでしょうか?

さて今回ご紹介する「フィリピン国内向けWEBマーケティング」ですが、実はフィリピンのインターネット広告は、これからますます伸びて行くと期待されています。

企業HPのローカライズ化が第一歩

フィリピンでは企業の担当者から、「やっぱりローカル版のホームページ(以下HP)を持っていた方がいいですよね」と、ご相談を受けることが多いですが、もちろんです。

いつもお話しすることは「HPは会社の顔」で、目的はお客様に会社を「知つてもらうこと」。企業目的とデザインとの一貫性を作ることで、訪問者に分かりやすく内容をお伝えすることが大切です。ユーザーはHPを見て約3秒で、「知りたい情報がどこにあるか」を判断するそうです。ひと目で気に入つてもらうためにも、商品・サービスをきちんと知ってもらうためにも、コンセプトを明確にして、デザインとの一貫性を持たせることが大切です。

HPにユーザーを呼び込む

ユーザーを呼び込むために重要なのはSEO^{*1}です。googleやyahooなどで検索した際、自社HPが上部に表示されるほど、クリックして、HPを訪問してもらえる確率が高まります。そのためには、①検索されやすいキーワード

ドをHPに盛り込む、②関連するHPとのリンクを増やす、などの方法があります。

また最近人気のTwitterやfacebook。じつはHPにこれらの情報を載せて、毎日更新することで、検索されたときに上位に表示されやすくなる方法もあります。

リストティング広告^{*2}

リストティング広告とは、検索されやすい such as キーワードをオークション形式で入力し、そのキーワードで検索した人に対して、検索結果上位に広告表示する仕組みです。せっかく作ったHPを見つめらるためにも、ぜひ活用することをお勧めします。

以上、今回はベーシックなHP制作とSEO、リストティング広告についてご紹介しました。次回はFacebookページ作成・キャンペーン運用について、実際の導入事例も交えながらお話ししたいと思います。

*1 SEO (Search Engine Optimization) : googleやYahooなど検索した際に、検索結果の上位に自社HPを表示させる方法。

*2 リストティング広告：グーグルやヤフーなどの検索結果で「検索したキーワード」と連動して表示される広告のこと。SEM(検索エンジンマーケティング)の手法のひとつ。

●草刈裕太(くさかりゆうた)

ADWAYS (PHILIPPINES) INC. (株式会社アドウェイズ・フィリピン)

ジェネラルマネージャー

facebook : 草刈 裕太(Yuta Kusakari) twitter : @ka_ricrick

Primer School Feature

★子どもの習いごと発見★



子どもには、楽しみながら、学んで、育っていってほしい。

子を持つ親なら、誰もが感じることではないでしょうか。

とはいって、「せっかく海外で育てるなら」「日本語&英語が学べるような」

「創造性が育まれるような」などなど、願いはつきません。

大切な子どもの習いごとだからこそ、丁寧に選んで行きたいですよね。

Primerでは編集部でピックアップした子ども向けスクールや習いごとを毎月、ご紹介して行きます。

親子で楽しめる、ステキな「習いごと」を見つけてください。



アートの楽しさを知ろう!
子どもが自分で作る絵本

Books On Wheels

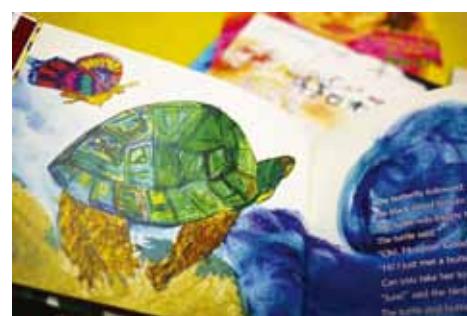
ブックス・オン・ウィールズ

ブックス・オン・ウィールズは子供がお話や絵を通して自分を表現することを学ぶことができるプログラム。受講期間に書きためたお話や描いた絵を、一冊の本にするもの。生徒はただ先生の指示にしたがうのとは違い、自分で計画を立て、どんな本にしていくか考えながら、自分の独自の表現を探って行きます。

子どもは自然と疑問があればどんどん聞いて行くし、また先生と作品について討論していくので、ディスカッション能力も身に付きます。もちろんアートのスキル、文章作成のスキル向上を学ぶことがその主軸です。その能力を高めながら最後にはそれが自分だけの本になるのがこのスクールの特徴です。自分だけの絵本を手にした子どもは、達成感とやり遂げた自信を感じられるはず。

●コース紹介

- ベーシックアートコース 1.5時間)
※本の作成は含みません
 - ストーリー+アートコース 2時間
(Making Book)
 - サマーアートクラス 2時間
(Special Arts Skills)
- ※それぞれ、3~5歳向けコース、6歳以上向けコースに分かれています



生徒さんがコースで作った絵本の数々。
子どもが描いた絵は大人になってからも残しておきたい大切な宝物です

Books On Wheels

Unit 401, 402 Energy OPT Bd. Prime St.
Madrigal Business Park Alabang Muntinlupa City
☎ 02-542-0727
E-mail: booksonwheels.ph@gmail.com
botwph@gmail.com
Facebook: www.facebook.com/booksonwheels.ph

注目! フィリピン語学留学で 英語+αを身につけよう

EIEN留学サポートセンター
TEL: 0120-69-8180
(P.53の各スクール)
海外から: +81-6-6185-1471
<http://www.eienjapan.com>

マンツーマン英語教育、親子留学などユニークなレッスンで今注目を集めるフィリピン留学。
英語を学んで生活、ビジネスの幅を広げよう!

社会人の英語留学チャレンジ体験

ビジネスマン&ウーマンにとっての英会話は、今や趣味や教養ではなく、パソコンスキルと同様に、全くできないと少し肩が狭く感じられるくらい、重要なスキルになりつつあります。楽天やユニクロのファーストリテイリングが社内公用語の英語化に踏み切り、大手企業での新卒採用時や昇進時のTOEICスコアの条件付与など、英語を重要視する企業は着実に増えています。かく言う私(編集部T.T. 26歳)も、英語力を磨きにフィリピンに渡ってきた1人です。

英語の必要性に関する数々の本

日本の書店へ足を運ぶと、販売されている書籍の中で最近目立つようになってきた「英語を話せるグローバル人材がいかに求められるか」という書籍の数々! 注目度の高さが伺えます。英語学習の重要性に目覚めた私のおすすめはこれら。

①『もし御社の公用語が英語にならたら』

森島秀明著 祥伝社発行

「英語の社内公用語化」に必ず付随する、今後の社会を生き延びるためにより重要な要素」をどのようにして身に付けるか?という観点でのハウツー本。



①

②『世界級キャリアのつくり方』

黒川清・石倉洋子著 東洋経済新報社発行

世界に通じる「プロ」になれ! 医療・医学教育、経営戦略論・ビジネス教育のプロとして国際的に活躍する2人が描く、グローバル型キャリアの新しい成功モデル。



②

③『自分をグローバル化する仕事術』

天野雅晴著 ダイヤモンド社発行

シリコンバレー在住30年の著者が数多くの成功者から学び、そしてつくりあげた「20の成功ルール」。シリコンバレー流「成功の流儀」。



③

仕事が出来るかという議題にシフトしているのが現状のよう。その傾向は、若いビジネスマン&ウーマンに最も顕著に現れています。今という時代を生き抜く彼らにとって、仕事に対する目線はとってもシビア。新卒で入社した会社に定年までずっと勤め上げるのが普通、という価値観はすでに過去のもの。今や、組織に頼らず個人でスキルを磨いて生きていく時代に突入。あるリクルートエージェント会社の調査によると、20~30代の若きビジネスパーソンに共通している仕事の価値観は「この会社にいて、自分自身がいかに成長できるかどうか」が最も大きな会社選びの基準のひとつだそうです。不安定な時代だからこそ、組織に依存しない働き方に注目が集まっています。その中で最も注目されているスキル、それこそが英語なのです!

今を生きる若者のビジネス感

これらの本によると、英語の必要性はもちろんのこと、その上でいかにグローバルに通用す

会社員として日本で働きながら短期フィリピン留学されたTさんの体験談をご紹介

会社員にオススメの留学は?

私のように会社員で、1週間の休みを取るのが精いっぱい方には、短い期間で留学できる学校をオススメします。私が通った学校は、個人レッスンで自分の希望する内容で学ぶことができ、またビジネスコースもありました。私は通常の授業では発音をメインに学習しましたが、仕事で必要なプレゼンテーションに絞って学んでいました。

気になる治安は?

学校のある地域は思っていたよりも安全で夜も一人で歩けます。近くに大きなモールもありますし、コンビニやスタバもあります。

チェックポイント

もちろん海外なので、夜遅くの一人歩きには十分注意し、貴金属・貴重品を目立つところに身に着けることを避ける、危険な地域には近寄らないなどをきちんと守れば問題ないようです。安全に暮らすために気をつけることは、世界共通ですね!

フィリピン留学の効果は?

1週間ではたして効果があるのかと思われる方もいるかもしれません、私の場合はリスニングが格段に良くなりました。この2度目のフィリピン留学で、CNNやBBCのニュースがかなり聞き取れるようになりましたよ。

様々なカリキュラムが充実しています
実践的なシーン別の英会話習得により
すぐに使えるスキルが身につきます。



レッスンの予習や
復習に最適の自習室
スクールメイトの
頑張っている姿に
勇気づけられることも
多々あります!



抜群のロケーションと最高レベルの講師陣

EIEN POWER

エイエン パワー

メトロマニラの中心街、オルティガスにあるスクール。全てのプログラムがマンツーマンで行われ、毎週土曜日は2時間のグループクラスを無料で開校しています。ジュニアからシニアまで幅広い層の人々に支持され続けて10年以上。日常会話からビジネスイングリッシュまで対応しているため、1人ひとりの要望に合わせた学習が可能です。

●おすすめ

集中コース (EPIC: EIENPOWER Intensive Course) マンツーマン [6時間×5日] + グループレッスン(オプション) [2時間×1回]

15th ~16th Goldloop Tower A, Escriva Drive Ortigas Center, Pasig City, Metro Manila ⑧8時~17時 ⑨土・日曜



フィリピン国内No.1 リゾート型英語学校

English Fella

イングリッシュ フェラ

敷地面積24500坪の広大なキャンパスでリゾート気分を満喫しながら英語学習ができるスクール。総合的な英語力の向上を目指すことを目的としているため、各分野の専任講師が担当しています。セブ島のアップタウンに位置し、プール・体育館・インターネットルーム等々を完備。施設が充実しているためキャンパス内だけでも十分生活できます。

●おすすめ

ESL-B course マンツーマン [4時間×5日] + 1:4グループ [2時間×5日] + 1:8ネイティブ [1時間×5日] + 無料クラス [2時間×5日]

Sitio Highway 11 Brgy. Talamban, Cebu City ⑧午前8時~17時 ⑨なし



利便性抜群! セブ中心部にある英語学校

MDL

エム・ディー・エル

MDLの一番の特徴は先生と生徒が寮で一緒に生活するStay in Tutoringシステムです。24時間英語漬けの生活を送ることができ、日を追うごとに英語力アップが期待できます。定期テストに加え、今自分の英語力がどれくらいあるのかを測定する実力評価システムなども導入しています。リゾート地・セブ島で英語力を磨きましょう。

●おすすめ

MDL course マンツーマン [6時間×5日] + 1:4 [2時間×5日] + フリークラス [2時間×5日] + スペシャルクラス(オプション) [2時間×5日]

MDL Building, Magsaysay Extension, Kasambagan, Mabolo, Cebu City ⑧8時~19時 ⑨なし



信頼と実績が証明する 名門語学学校

CNN

シー・エヌ・エヌ

学園都市ケソン地区にある最高レベルの語学教育を提供するCNN。カリキュラムは長年の実績とメソッドに基づき開発され最長1日9時間の受講が可能です。サッカーグランド、バスケットコートの他、完全英語寮もあり、24時間英語漬けの留学生活を送ることができます。過去に、最優秀語学学校賞や最優秀語学教育企業賞を受賞。Basicコースは、4時間のマンツーマン授業で1時間分レッスン無料。

●おすすめ

Basic Course マンツーマン [4時間×5日]

Claretian Communications Bldg., #8 Mayumi st, U.P Village Diliman, Quezon City ⑧8時~21時30分(土・日~17時55分)



1日8時間の授業で 英語を短期間で取得

Global Standard English Language School

グローバル・スタンダード

グローバル・スタンダードの売りは、何と言ってもスパルタ型の学習管理システムを導入している点です。1日8時間のマンツーマンレッスン+グループレッスンが標準クラスで、本格的に英語を学習したい人にはうってつけの語学学校です。学校施設内に清潔な寮を完備しており、“英語漬け”的な生活を送ることができます。

●おすすめ

1日8時間のマンツーマン+グループレッスン

B/D#5208 C.M., Recto Ave, Clark Field Pampanga ⑧8時~17時50分(土・日~16時50分)



リゾート・セブ島で 充実の英語学習を!

CDU ESL CENTER

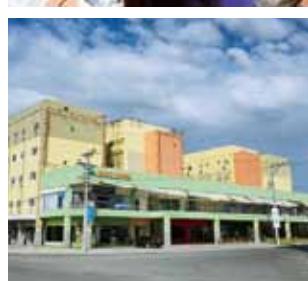
シーディーウー イーエスエルセンター

フィリピン最高峰のセブ医科大学附属の語学学校として2009年6月に開校した同スクールでは、大学のクラスや施設の使用が可能となっています。授業にオプションを付けることで、大学の修了書が発行されるのもポイント。現役の大学教授による英語講義や大学在校生との交流も盛んなため、英語上達には最適な環境と言えそう。

●おすすめ

Enhancementコースはマンツー2時間、グループ2時間×2コマ、無料クラス1時間

College of Arts & Sciences, North Reclamation Area 6014, Sebagdaku, Mandaue City, Cebu ⑧8時~18時 ⑨土・日曜



フィリピンで輝く NGOスタッフ発 コラム 第3回

草の根援助運動（P2）はケソン市に本部をもつ現地NGO「フィリピン農村再建運動（PRRM）」をパートナーに、1991年より環境回復・ジェンダーと開発（GAD）・教育等の分野でプロジェクトを展開してきました。

環境回復では生計向上につながるマニラ湾の沿岸資源管理プロジェクトを実施、教育では若者の性教育やライフ・プランニングに関するワークショップ等をこれまで開催。GADでは女性のエンパワーメントを様々な方向から目指していますが、その中でも今回は経済的エンパワーメントを目指す「小規模事業プロジェクト」を紹介します。

小規模事業とは、女性組織で活動する農村の女性達が、自分たちで考えた小さな事業を起業し、その事業を自分たちでマネジメントしていくこと。ヌエバ・エシハ州では家庭用洗剤の製造・販売、アルバイ州では小規模薬局を始めています。他の州では養豚事業を始めたものの自然災害に見舞われ、豚も小屋もなくなってしまったところもありますが、なんとか復旧中です。事業で出た利益は女性組織メンバーにも分配されますが、一部は地域の協同組合で管理し、

草の根援助運動 People to People Aid (P2)

農村再建を女性の力で!

1990年に横浜で開かれた国際シンポジウムをきっかけに生まれ、インド・インドネシア・フィリピンで現地NGOと共同で自立・自助の開発援助に取り組むNGO

更なる事業の発展
および地域の発展
を目指しています。

夏に実施しているスタディツアーではプロジェクト地を訪ね、ホームステイなどの経験を通して現地の活動への理解を深めています。

PRRMでは様々なフェアトレード商品を扱っていて、オーガニック・コーヒーを楽しめるカフェコーナーもあるので、興味のある方はぜひ一度お問合せ下さい。

草の根援助運動(P2)

神奈川県横浜市磯子区森3-3-17
横浜森町分譲共同ビル217
☎045-758-0910 FAX: 045-761-3389
E-mail: office@p2aid.com
<http://p2aid.com>



小規模薬局オープン
に向けて準備中



手作りの環境に配慮した家庭用洗剤

タガログ語入門 第12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。

●トウモロコシ：Mais(マイス)

このトウモロコシ、うマイス!

●もう一度：Uli(ウリ)

もう一度ウリが食べたいわ…。

●マンゴー：Mangga(マンガ)

漫画に出てきたマンゴー。

●魚：Isda(イスダ)

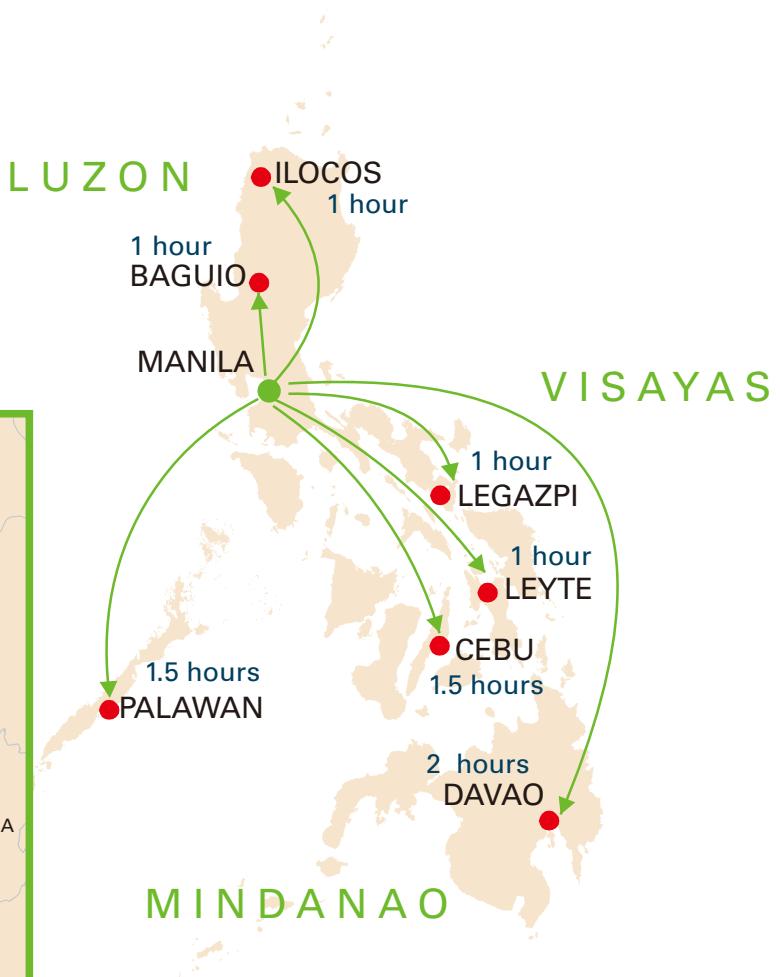
魚ってどこに置いたっけ？ あのイスだよね？

●ピーナッツ：Mani(マニ)

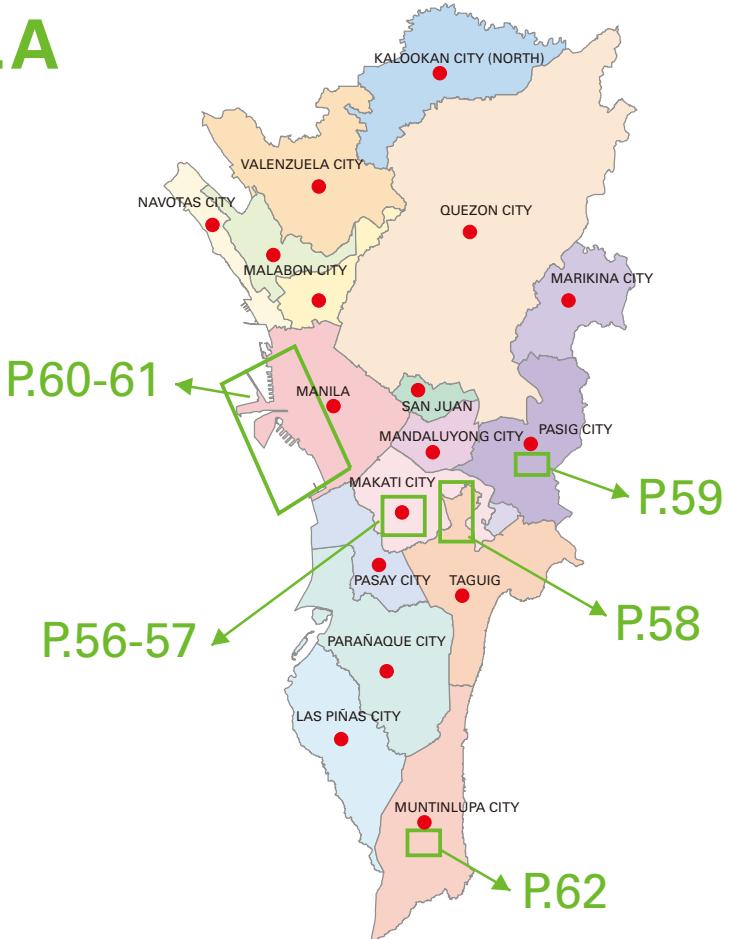
ピーナツはいかが？ 間に合ってます！

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。

PHILIPPINES



METRO MANILA



A

B

C

D

1

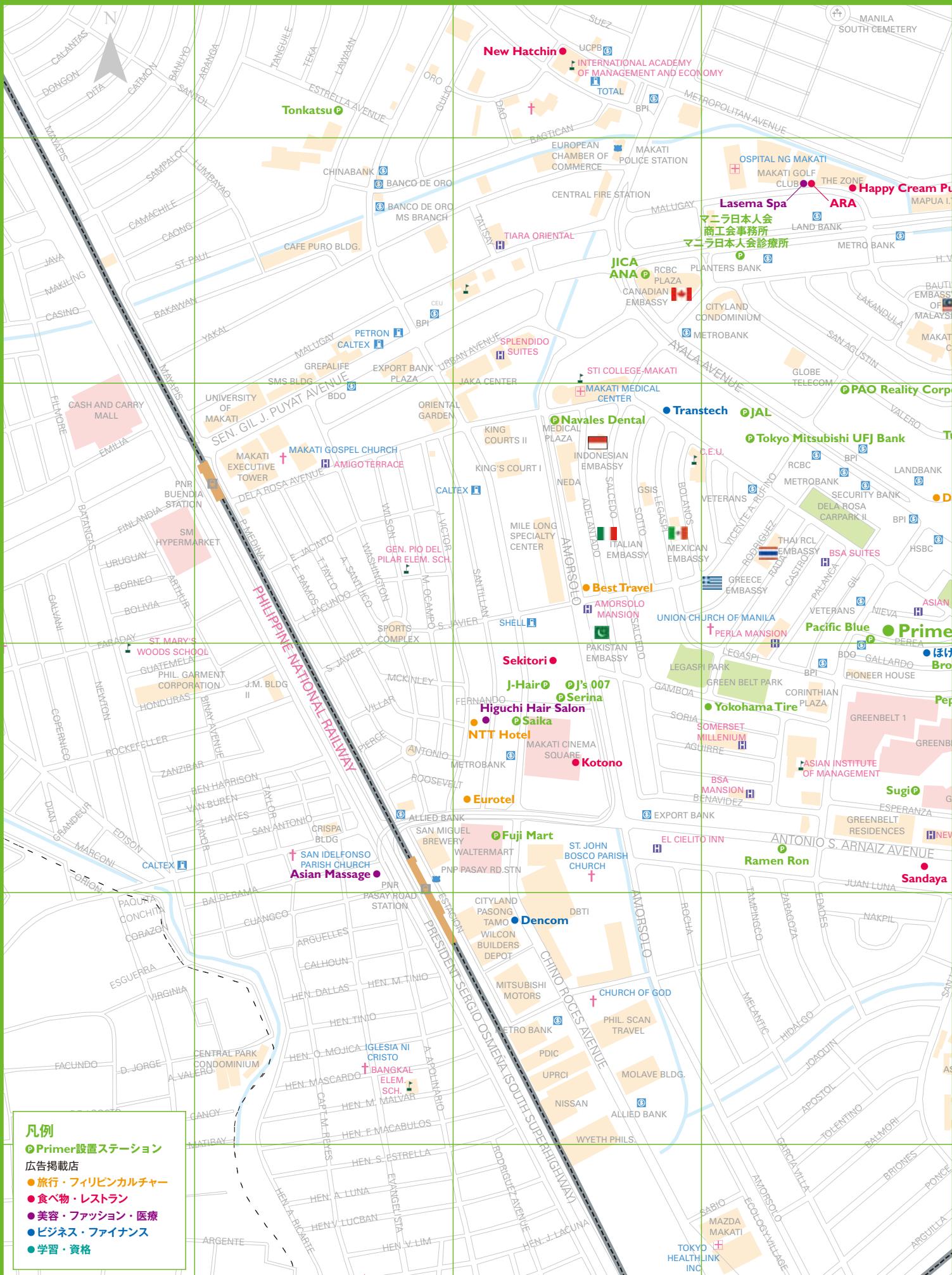
2

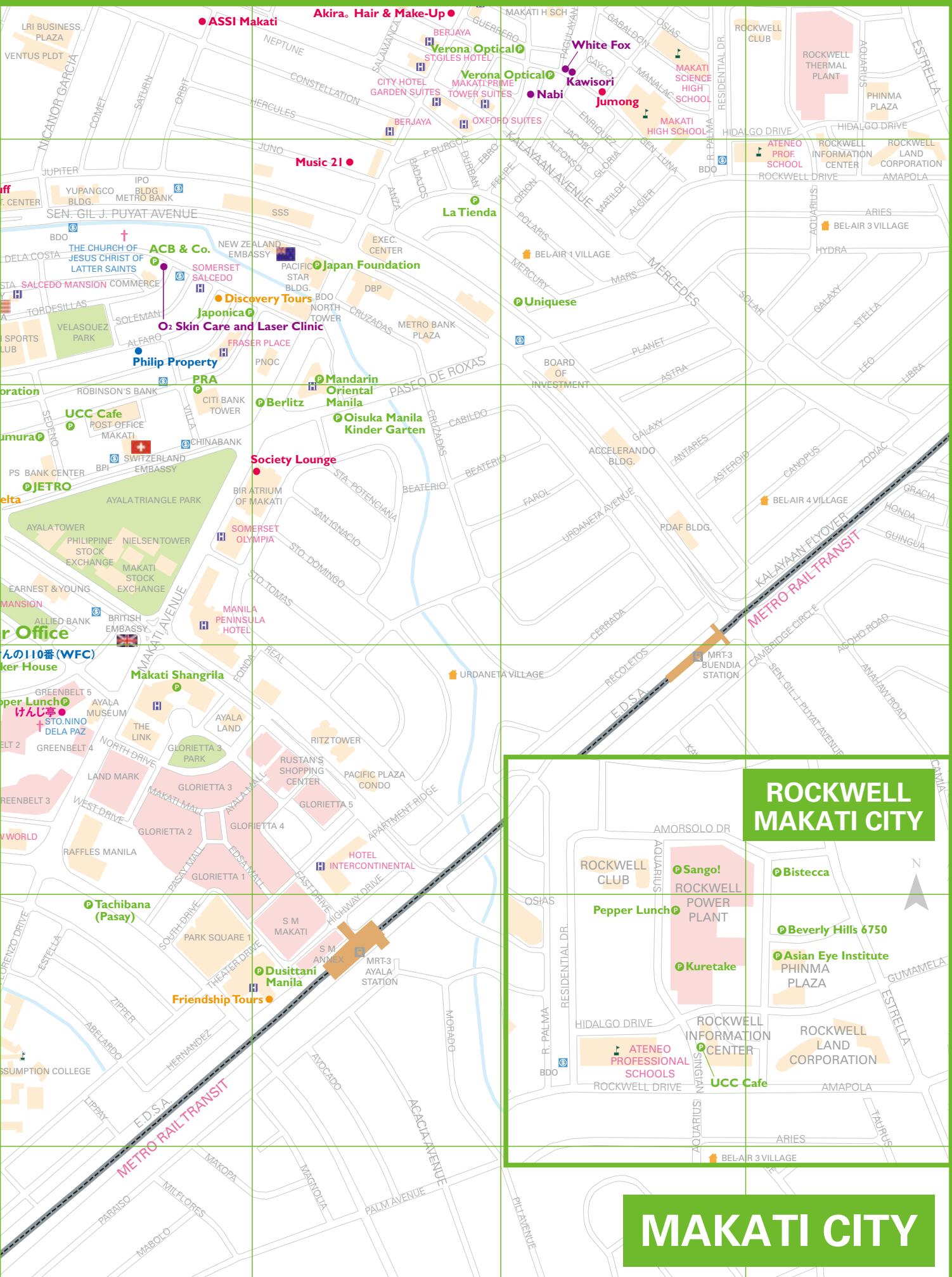
3

4

5

6





1

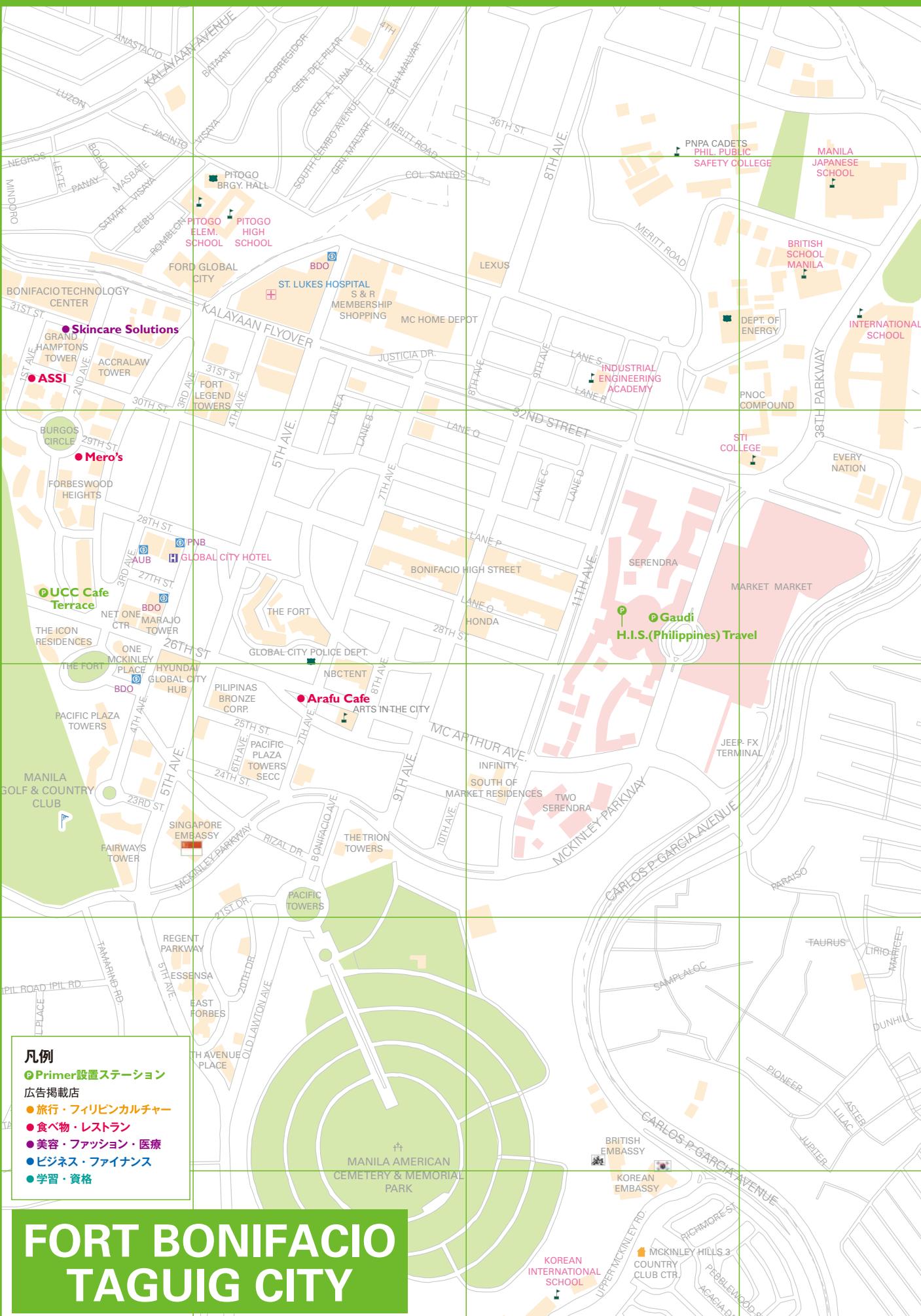
2

3

4

5

6



M

N

O

P

ORTIGAS CENTER PASIG CITY

1

1

2

2

3

3

4

4

5

5

6

6



M

N

O

P

Q

R

S

T

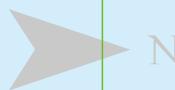
1

2

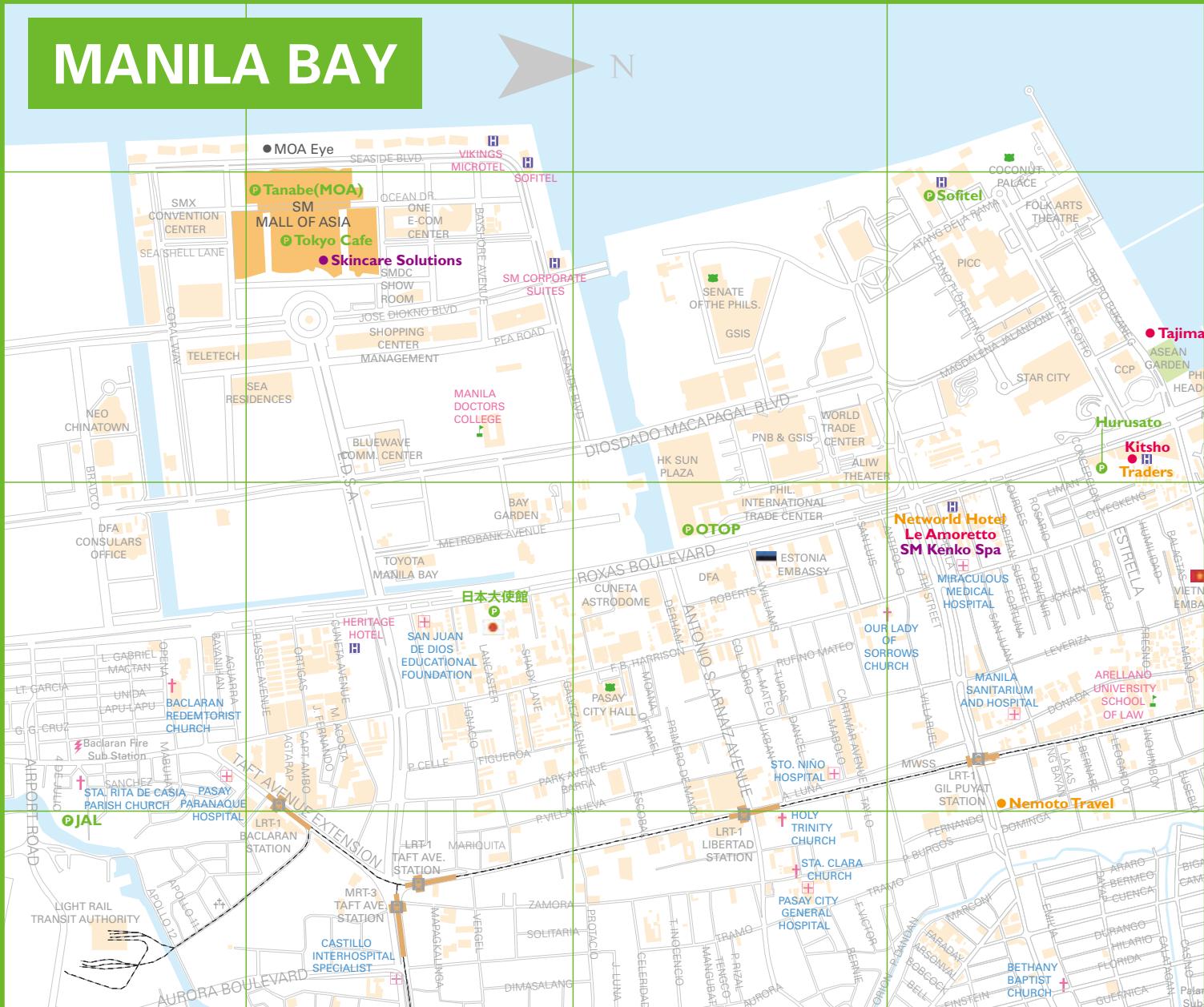
3

4

MANILA BAY



N



Q

R

S

T

MABINI



N

凡例

- Primer設置ステーション
- 広告掲載店
- 旅行・フィリピンカルチャー
- 食べ物・レストラン
- 美容・ファッション・医療
- ビジネス・ファイナンス
- 学習・資格





U

V

W

X

1

2

3

4

INTRAMUROS, MANILA

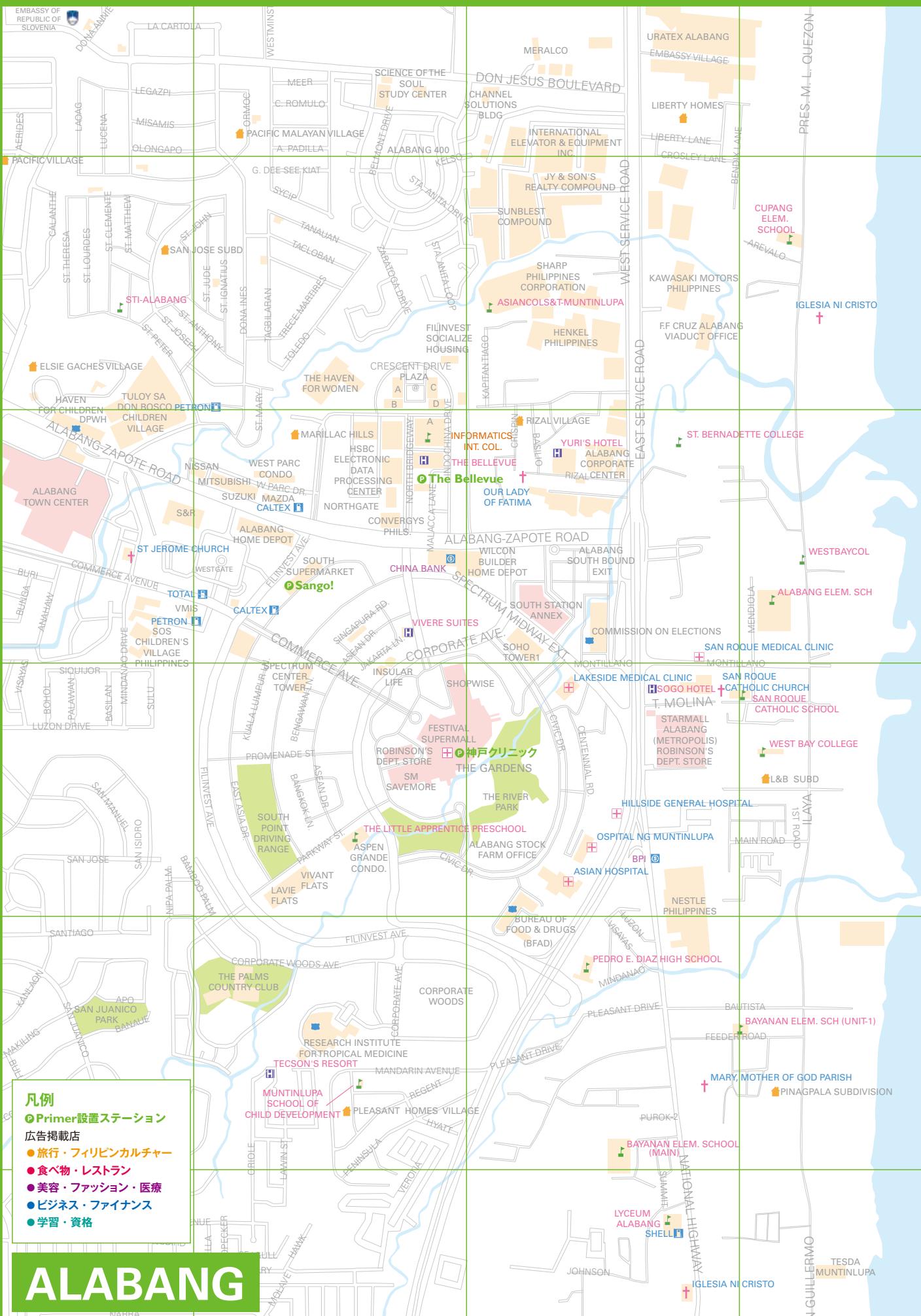


Y

Z

AA

AB

**ALABANG**

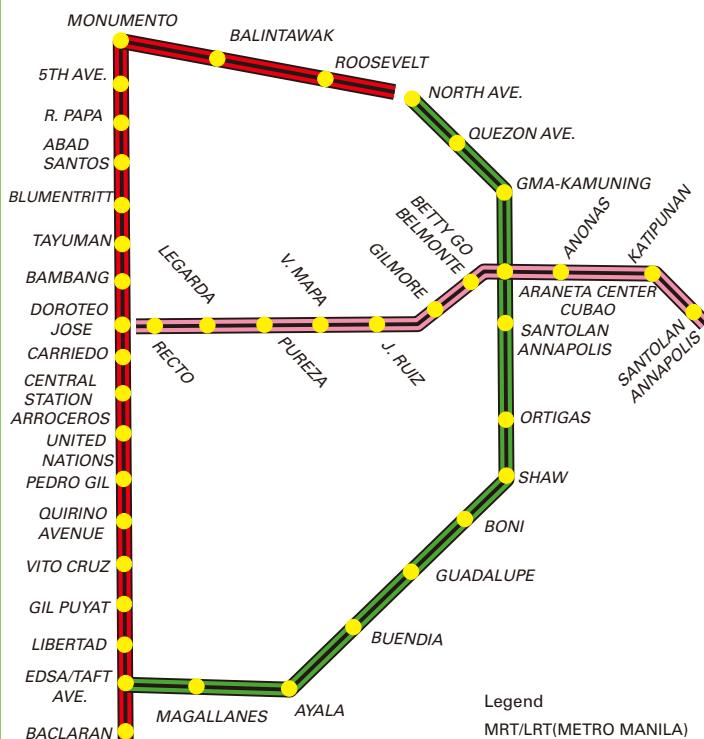
Y

Z

AA

AB

LRT/MRT ROUTE



BUS ROUTE (MANILA)



JEEPNEY ROUTE (METRO MANILA)



VETERANS MEMORIAL & MEDICAL CENTER
UNIVERSITY OF THE PHILIPPINES
MIRRIAM COLLEGE



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75% 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!



Whiterock Waterpark and Beach Hotel宿泊券

P22,400 ▶ P11,200 (50% OFF)

【エリア】スビック 【業種】ホテル
【内容】ビーチコテージ宿泊券
SBMAから西に約20km、緑の多いアジアンテイストのホテル。キッズプール、ウェイブプール、ウォータースライダー、コテージ、ビーチ、ゲームルーム、シアター(500人収容)とアクティビティ満載のホテルです!



Greenhills Elan Hotel Modernペア宿泊券

P5,500 ▶ P1,375 (75% OFF)

【エリア】グリーンヒルズ 【業種】ホテル
【内容】ペア宿泊券・朝食ビュッフェ付
グリーンヒルズショッピングセンターの至近にあり買い物をするには抜群の環境です。フィットネスセンターやジャグジー、スパ、プールも完備。今回のチケットは寛ぎのスペリオール・デラックスルームです!

Casita Ysabel Hotel ペア宿泊券

P6,800 ▶ P2,720 (60% 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

Alegre Beach Resort & Spa ペア宿泊券

P15,900 ▶ P6,360 (60% 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

A&A Plaza Hotel ペア宿泊券

P4,950 ▶ P1,980 (60% 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

Eurotel ペア宿泊券

P2,900 ▶ P1,450 (50% OFF)

【エリア】バギオ 【業種】ホテル 【内容】ペア宿泊券・朝食付
無料WiFiと24時間ルームサービスで快適にバギオを楽しむのに重宝するホテル

The Farm at San Benitoのコスメティクス

香油 P250

【内容】P250の香油

手のひらサイズで持ち歩きに便利なオーガニックの香油

IMC KAVINO レストラン割引券

P1,000 ▶ P250 (75% 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

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

SKIN, INC. 選べるお試しコース

P2,500 ▶ P625 (75% 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

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

②Web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 (伊藤、浅田または辻村)

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

Unit 807, Greenbelt Mansion Building, 106 Perea St., Legaspi Village Makati City
グリーンベルト5より徒歩5分、CHINA BANKの入っているビル8階

Vol. 50 Directory

Restaurant and Grocery	Page	Map Page
但馬 Tajima	38	T-2
Song Do	38	O-5
三田屋 Sandaya	38	D-4
吉祥 Kitsho	38	T-2
琴乃 Kotono	39	C-4
Arafu Cafe	39	J-4
牛坊焼肉 Gyubou Yakiniku	39	V-2
けんじ亭 Kenji Tei	39	F-4
Yabu	40	N-5
関取 Sekitori	40	C-4
Melo's	40	I-3
ARA	40	D-2
Society Lounge	41	E-3
Le Amoretto	41	T-3
Jumong Restaurants	41	G-1
New Hatchin	42	C-1
Happy Cream Puff	42	D-2
ASSI Supermarket	43	E-1, V-2, I-2
Karaoke	Page	Map Page
Music 21	36	F-2
Beauty / Fashion	Page	Map Page
SM Kenko Spa	32	T-3
Rei	45	
Higuchi Hair Salon	45	C-4
Vin Thai	45	(訪問のみ)
Zara Spa	45	
Grace Healing Purity Home Massage	46	(訪問のみ)
Mary Pauline	46	
Asian Massage	46	B-4
Skincare Solutions	46	R-2
O ₂ Skin Care and Laser Clinic	47	E-2
Kawisori	47	G-1
Nabi Skin Care	47	G-1
Yumeimese	47	O-6
Medical	Page	Map Page
Dr. Lee Acupuncture	45	

Travel	Page	Map Page
Delta	29	
Best Travel	31	C-3
ねもとトラベル Nemoto Travel	33	T-3
Friendship Tours	34	
Discovery Tours	34	E-2
Hotel & Resorts	Page	Map Page
Lee Boutique Hotel	26	
One Tagaytay	27	
White Rock Beach Resort	28	
Eurotel	30	C-4
NTT Hotel	31	C-4
Networld Hotel	32	T-3
Theme Park	Page	Map Page
Manila Ocean Park	33	W-1
Real Estate	Page	Map Page
かね基 Kanejin	6	T-2
Alveo	7	
Philip Property	裏表紙	E-2
Insurance	Page	Map Page
保険の110番 WFC	7	D-4
Logistics / Communication Media	Page	Map Page
佐川急便 Sagawa Express	2, 33	
Nikkei	4	
Transtec	6	C-2
Koboi ITV	6	E-4
OCS	7	
Lapadox	7	
Pasco	48	O-4
Recruitment	Page	Map Page
Teletech	50	
Dencom	50	C-5
Sport Bookies	50	
Education	Page	Map Page
EIEN POWER	53	O-6
Others	Page	Map Page
Canon	67	K-6

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) 2012年4月1日から2013年3月31日まで

◆旅券関係

	ペソ(Pesos)
10年旅券	8,550
5年旅券	5,900
5年旅券(12歳未満)	3,200
記載事項訂正	500
査証欄の増補	1,350
帰国のための渡航書	1,350

◆証明関係

	ペソ(Pesos)
在留証明	650
婚姻要件具備証明書	650
出生, 婚姻, 離婚等の証明	650

署名証明(個人のもの) 900

印章証明(官公署に係わるもの) 2,400

遺骨証明 1,350

運転免許証の翻訳証明 1,100

翻訳証明 2,350

◆査証関係

(フィリピン人の短期滞在査証は無料)

一般入国査証(一般) 1,600

数次入国査証(一般) 3,200

通過査証 350

再入国許可の有効期間延長 1,600

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



Feature of The Issue (Vol. 50)

Who says summer is over? Enjoy your last minute vacation on this Issue of Philippine Primer Magazine Vol. 50 as we give you an peculiar summer experience by taking you to the north and down south. First take a tour to North in SUBIC! If you want your vacation adventurous and extreme, we covered the number one destination in the North when it comes to tourists' attraction, parks and beaches.

Next, Primer takes a trip to the "Second Summer Capital" of the Philippines, -TAGAYTAY! With its crisp weather and breathtaking sceneries, Japanese will surely fall in love in their unique and homey cuisine, country farms and hotel inn's that offer a perfect view of Taal Volcano, an ideal weekend getaway for a Japanese family. Chill and enjoy the last wave of summer with Philippine Primer Magazine.

We truly appreciate hearing from you!



Good News!

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 nationwide, as well as through the Primer website and issuu.com.

Clearly, the Japanese are becoming more and more interested about the Philippines' beauty, travel destinations, relaxation, shopping and dinning, 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 which 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:

E-mail us at information@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:
Primer Media Inc.,**

Tel: +63-2-836-8381

Fax: +63-2-808-2163

<http://primer.ph>

Facebook:

<https://www.facebook.com/Primer.ph>

E-mail: sales@primer.ph

Unit 807, Greenbelt Mansion Building, 106 Perea Street,
Legaspi Village, Makati City, Philippines

Editor-in-Chief: Hiromichi Fujita

Editorial and Sales Team:

Kaoru Ito

Eri Asada

Tomomi Tsujimura

Koudai Orita

Anna Maica Visto

Jessie Ojales

Rossini Asul

Grace A. Castillo

Takuya Nakamura

Cyra Caparros

Dianne Sumulong

Ma. Prauline Lorena

Administration Team:

Cresen Abrea

Aileen Trinidad

Art Direction & Design:

Hiroyuki Yanagida (willsnow-dfl.com)

Design: Assistasia Philippines Inc.

キヤノンは日本とフィリピンの文化交流の発展を応援しています

travelife
JAPAN NIGHT



この夜、日本大使館・Travelife社主催のJapan Nightにキヤノンがスポンサーとして参加。幾多の苦境を乗り越えてきた日本とフィリピン、2つの文化がその再会を祝い、日本の伝統料理が華を添えた豪華な宴で、春の到来を告げる桜と共に、長きに渡り受け継がれてきた日本人とフィリピン人の友情が咲き誇りました。

Dusit Thai Ballroomに集まった賓客の方々は、日本独特の美と文化が育くまれた古き良き江戸時代の雰囲気を、思う存分堪能しました。中でも注目を集めたのは、日本からはるばるやってきた2人の舞妓が披露した、日本の伝統舞踊。流れるような優雅な踊りが、イベントを更に盛り上げてくれました。これからもキヤノンは日比文化交流の発展を応援し続けます。



Business **Can** be simple



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

VISAYAS REGION OFFICE
Unit 15, The Gallery, Goliad 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.: (062) 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
Kerry Plaza Building, Quezon Avenue,
Brgy. Cabangon, 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

セブ・ボラカイ・マニラ不動産のコンシェルジュ

PILIP PROPERTY
DESIGN & MANAGEMENT

WWW.PROPERTY-PH.COM

新生活応援 賃貸・売買フェア

お客様に最も適した物件を
日本クオリティのサービスでご案内いたします。

簡単!!
3STEP

STEP 1 相談



STEP 2 物件
チェック

STEP 3 契約

売買
3万件

分からないことがあって当然。本当に些細なことでもよろしいので何でもご相談ください。

お客様より“正直”な声いただいております。



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…。



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、本当に嬉しい大・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

●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。

●買い換えるため、サルセドの物件を売却して欲しい。

●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。

買う・売る

管理を任す

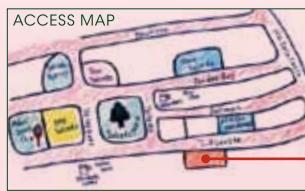
一元
サポート

借りる

デザイン
リフォーム

●場所はロックウェルで、予算月5万円くらいの1ベットルームを探しています。清潔感があつてセンスの良いお部屋はありますか?

●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。



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

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+樂々



922-960-2466
050-5532-8432

営業時間 10:00~19:00

もしもし Pilip の
渡辺です。

賃貸物件を
探しています!



素敵な仲間と働くチャンス! お気軽に問い合わせください。

- ▶ WEBで www.fi-lorienta.com/jp/recruit
- ▶ お電話で 上記番号より「求人の件」とお伝えください。



PILIP PROPERTY
DESIGN & MANAGEMENT

WWW.PROPERTY-PH.COM