

SLOW LIFE WEEK END ILOCOS



スローな幸せ見つけた。

イロコスで過ごすとっておきの週末。

グルメ・ビューティー・スクール情報も充実!





新聞 & 電子版
いつでも
どこでも
あなたの隣に

日本經濟新聞



PRIMER

September/Septyembre
2012 09
Contents

Special Feature

スローな幸せを見つけた。

イロコスで過ごすとっておきの週末。

- 8 Laoag 美しく洗練された歴史都市との出会い
- 9 Paoay 刻一刻と色彩が移りゆく教会を眺める贅沢な時間を見つけた
- 10 Vigan スペイン情緒が香る世界遺産の街と出会う
- 12 Currimao 波の音を聞きながら眠るバリ風リゾート
- 13 Pagudpud 欧米のサーファーも集う隠れ家リゾート
- 14 Pagudpud フィリピンの最北端で見つける心の故郷

Features

22 フード Feature

Have a nice Night out

夜をオシャレに楽しむBAR



33 ビューティ Feature

フィリピン女子力向上委員会

水着をもっとステキに着こなしたい貴女へ
気持ちよさが病みつきになるビューティグッズ



42 スクール Feature

子どもの習いごと発見

白い胴着に身を包みギュッとくたくく帯を締め
繰り出す多彩な足技 テコンドー

Column

21 タガログ語入門

第15回

27 簡単! ウマい! フィリピン食材 パパッとクッキング

ランカ (ジャックフルーツ)

41 Arbyのフィリッピン日和

第9回 電気ビリビリ



47 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

55 MRT・LRT・バス・ジープニーライン図

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
- セントルーカス・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
- ジャバン・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

Art Direction & Design

柳田寛之 Hiroyuki Yanagida (willnow-dfl)

Design

AssistAsia Philippines Inc.

Masahiko Yamada (aqadesign)

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 9月号 Vol.54

(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達のみを行い、それ以上の対応は出来かねますことをご了承下さい。

海外保険のプロにご相談を!

日本の保険料の
ムダ、見直します! 海外旅行保険よりお得
なローカルの医療保険

カナダ・オーストラリアなどの
貯蓄型保険のご案内をしております。

WFC
GROUP ほけん

のことなら、海外生活サポートの WFC へ。

02-553-8110 営業時間
9:00-19:00
phils@wfc.asia

詳しくは WEB へ! www.wfc.asia

いつでもお気軽に
お電話、お立ち寄り下さい。
日本語でご対応いたします。



みなさまの海外生活を日本語でサポート

自動車保険
火災保険

健康診断
ワクチン接種

医療
保険

ファイナンシャルに特化したサービスも充実



老後のための
積み立て貯金



親御さん必見
海外学資保険

お小遣いの
増やし方



お電話は
日本語対応!!
お気軽に
お問い合わせを

●マニラ支店
Unit 205 One Corporate Plaza,
845 A. Aenalz Ave.(Pasay Road)
Legazpi Village, Makati City
02-553-8110
FAX: 02-812-6576

●セブ支店
12/F Ayala FGU center,
Mindanao Ave. cor.
Biliran Rd., Cebu City
032-239-1411
FAX: 032-233-9801

TRANS
TECH

Balik Bayan Box[®]
フィリピンに荷物を送るならココ!



新価格

●旧価格

Metro Manila Cavite	Laguna, Bulacan	Other Luzon	Visayas	Mindanao, Other island
¥9000	¥9500	¥10000	¥11000	¥12000

詳しくはWEBへ!!

www.e-transtech.com/philippine/philippine.html
FB:https://www.facebook.com/balikbayanbox.jp

ルソンエリア

¥8000!

8月より新料金!
他社を引き離す
この安さ!

その他エリア

¥10000!

●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
マニラ支店: 16F Trident Tower, 312 Sen, Gil Puyat Ave. Salcedo Village, Makati City, Philippines
https://www.facebook.com/balikbayanbox.jp @Transtech_llc
※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!
送金金額が増えても心配無料! 玄関先までお届けしても手数料は一律2000円



1
安心!



2
速い!



3
安い!

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

f https://www.facebook.com/Rapidcash.jp @Transremittance
〒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



MUSIC 21 FAMILY TV PLAZA

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2~30名様用まで。
色々なシーンで使えます。
ビールパック(6本入)350P。フード100P~。
詳しくはWEBへ▶ www.music21plaza.com

●ルーム料金 : 84ペソ(1人/1時間)
お得なパーティーパッケージ: 3500ペソ
[10人 / 3時間 / 食べ物、飲み物込み]▶詳しくはWEBへ
※上記、部屋代、税金、サービスチャージ込み

マカティ店
ジュピター通り、KFC隣り
TEL: 890-5230/896-4261
月~水曜 PM3:00~AM5:00
木~日曜 24時間営業

ケソン店
ティモップ通り、バーガーキング近く
TEL: 371-7856/371-6531
PM3:00~AM5:00

バサイ店
エドワード通り、ヒリテージホテル近く
TEL: 853-3625/852-1524
PM3:00~AM5:00

マラテ店
マビニ通り、パンパシックホテル近く
TEL: 522-5941/522-6935
PM3:00~AM5:00

OCST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)

OCST OVERSEAS COURIER SERVICE
G/F FCC Bldg., Rada St., Legaspi Village, Makati City
<http://www.ocs.co.jp/>

出張買取します

安心無料見積り

- 家 具
- 家 電
- 衣 料
- キッズ用品
- オフィス用品
- その他
ご相談下さい!



お問い合わせ **02-516-4269**

113 Quezon Ave, Quezon City
携帯電話 090-8564-4205(テキストのみ)
営業時間 9:00~20:00
<http://surplusjapan.com>
Facebook: Halina kabayan ko
Twitter: Halinakabayanko



Makati C-5

サラ・レンタカー

誠実なドライバーが
新車でご案内する安心のサービス



●一日ご利用料金

メトロマニラ郊外
P3,300/24時間以内

メトロマニラ内
P3,000/24時間以内

※有料道路通行料・燃油代含まず

お問い合わせ: **0927-816-6080/**
02-307-7875/02-501-3985



Makati C-4

promotion

イベント/セレモニー media/marketing

日系企業のイベントをトータルにサポートします。

AAB Philippines Inc.はイベント(展示会、式典、鏡開き等)、PR、セールスプロモーション(モール販促、キャンペーン等)の企画立案、プロデュースを業務とする広告制作会社です。日本人プロデューサーを中心に、アジアでのイベントを日本と同じクオリティでサポートするノウハウを確立しています。

広告、イベントをご検討中の方は、ぜひ一度お問い合わせください。



<http://www.aab.co.jp>

AAB Philippines Inc.

2F Cocofed Bldg., 144 Amorsolo St.,
Legaspi Village, Makati City

担当 : 赤岩(あかいわ)
Mobile: +81 80 3779 6199
Mail : akaiwa@aab.co.jp

株式会社AAB 大阪オフィス

〒530-0043 大阪市北区天満4-15-18
TEL: +81 6 4801 9121

株式会社AAB 東京オフィス

〒104-0042 東京都中央区入船1-3-9 長崎ビル2F
TEL: +81 3 3206 1371

AABグループ拠点

ベトナム(ホーチミン、ハノイ、ダナン)
シンガポール、ラオス、カンボジア



スローな幸せを見つけた イロコスで過ごすとっておきの週末。



ストレスの多い時代だからこそ、何だか毎日疲れてるなあと感じたら、ほっと息をつける場所へ出かけてみませんか。そんな時におすすめしたいのが、フィリピンルソン島の北に位置する、イロコス州。ゆっくりとした時間が流れるこの場所には、実は知る人ぞ知る見どころがいっぱい。時を刻みはじめたアンティーク時計の誘いに乗って、気ままに北の大地巡りはいかがでしょう。

飛行場がありアクセス便利な美しい街、ラワグ。世界遺産のサン・アウグスチン教会がある歴史都市、ビガン。隠れサーフィンスポットや滝の名所がある、バクドップド。

毎日をちょっと心豊かにしてくれる、そんなシアワセを見つけに出かけませんか。

ストレスの多い時代だからこそ、何だか毎日疲れてるなあと感じたら、ほっと息をつける場所へ出かけてみませんか。そんな時におすすめしたいのが、フィリピンルソン島の北に位置する、イロコス州。ゆっくりとした時間が流れるこの場所には、実は知る人ぞ知る見どころがいっぱい。時を刻みはじめたアンティーク時計の誘いに乗って、気ままに北の大地巡りはいかがでしょう。

×イロコスへのアクセス

マニラから、ラワグ空港へ飛行機で約1時間。フィリピンエアラインズ空港のペア航空券はP8,560 (≈17,120円) でチケット手配が可能です (2012年7月現在)。



●イロコス案内人 ZITAさん(アールスドリーム ツアーガイド)

今回は、アールスドリームの人気ツアーガイドのZITAさんに、イロコスのこと色々聞いてちゃいました。乗換などの細かい質問をしても「チョット待ってね。調べます。」と流暢な日本語を交えて応えてくれるのも頼もしい限りです(簡単な日本語OK)!

●今回の特集へご協力いただいた皆さま、誠にありがとうございました(順不同)
アールスドリーム 寺上様 ☎02-525-7168
フレンドシップツアーズ 岩崎様 ☎02-840-1060
北ルソン日本人会所属 佐々木祐司様



ILOCOS Map

北イロコス州と南イロコス州から成るイロコス。ラワグ空港を拠点に南北に伸びる道をバスや車で移動します。



Laoag ラワグ

美しく洗練された歴史都市との出会い

マニラはもちろん、中国からの直行便も飛ぶ飛行場があり、アクセスは抜群。色とりどりの花々に囲まれたレンガ造りの飛行場は、可愛らしくてずっと滞在したいほど。市内まで無料のシャトルバスが運航しています。



12:00 P.M.

Sinking Bell Tower シンキング・ベル・タワー

空港からラワグの街中へ向かうと、川を越えてすぐ見えてくる大きな塔。その名の通り地面に沈んでいる鐘楼は、4つの階から成り、高さ45メートル。古いレンガで造られた壁が荘厳な雰囲気を醸し出しています。これまで1年に1インチ(≈2.54センチメートル)ずつ沈んでいると言われていましたが、改修工事により、今は止まっているそう。河が近いことによる砂が多い土壤が、この巨大な鐘楼を少しづつ沈めていた原因だったようです。東西南北に、それぞれ異なるサイズの鐘が飾られています。

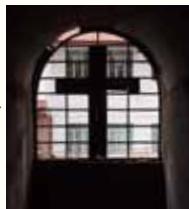


左:何度も修復が重ねられていますが、元は全てレンガ造りでした
上:ベルは、クリスマスやフェスティバルなど、特別な時だけその音色を聞くことができるそう



潜入!! ベルタワー

編集部がラワグを取材に訪れた日がなんと、偶然ベルタワーのメンテナンス日。担当者の方と交渉して、特別に中に入させていただくことができました。残念ながら一般公開はされていないようなので、誌面だけで紹介させていただきますね♪



入口を入ってすぐは、木片の上を歩いて進みます
らせん状の階段を進みます。時々窓辺から差し込む外からの光だけが頼り
一度、開けた場所を抜けて、頂上からは、ラワグが一望できる素晴らしい眺め



12:30 P.M.

St. William's Cathedral 聖ウィリアムズ大聖堂

⑩16時30分～19時(日曜15時30分～19時)
⑪12～13時は昼休み

シンキング・ベル・タワーのすぐ真下に見える教会。通常、鐘楼は教会の中に建てられることが多いのですが、この地は少し離れた場所に教会があるのが面白いところ。イタリア・ルネサンス建築様式で知られるこの教会は、北イロコス州最古の教会のひとつ。当時そこに建っていた木造の礼拝堂を建てかえるために、1612年アウグスティヌス修道士によって建築されました。クリーム色の教会の中では、よく結婚式が行われています。



13:00 P.M.

Monopoly Monument モノポリー記念碑

タバコ栽培には湿度や気温など様々な条件が必要なことをご存知でしょうか。その昔ここラワグには、タバコ栽培にとって完璧な環境があることを、当時フィリピンを統治していたスペイン人が発見し栽培が始められました。しかし、栽培したタバコをスペイン政府にしか販売してはならないという理不尽な制度がしかれ、人々はせっかく栽培したタバコを自由に売ることが叶いませんでした。その後、1881年になつてようやくスペイン皇太子のアルフォンソ12世が専売を解除し、感謝のしるしとしてこの記念碑が建立されました。



13:30 P.M.

La Preciosa Restaurant

ラ・プレシオサ レストラン

Laoag city, Ilocos norte ☎ 077-7731-162
④9時~24時 ④年中無休 150~200席

店内は、シンキング・ベル・タワーやサン・アウガスチン教会の絵画が飾られ、天井にファンが回るオシャレな空間。カフェスペースと、レストランスペース、2階のパーティールームと広々くつろぐことが可能です。時計、電燈などひとつひとつの小物がこだわりの逸品で、見てるだけでも楽しくなります。料理はどれも美味しく、中でもイロコスに来たらぜひ味わってほしい「クリスピーバッグネット (P175・写真右)」は、アツアツの揚げたてをほおばると、カリッと香ばしい香りと、豚肉のジューシーな甘さが口に広がります。



左: バッグネットはそのまま食べても、野菜と一緒に煮ても美味しい
上: 1皿の平均予算はP170ほど。伝統的なフィリピン料理をアレンジしたものが多い

Paoay
パワイ

刻一刻と色彩が移りゆく教会を眺める贅沢な時間見つけた

ラワグから車で約1時間。世界遺産であるサン・アウガスチン教会には多くの人々が訪れます。芝生の上ではしゃぐ子どもたちや、散歩を楽しむ年配のご夫婦など、年代に関わらず人々の心をつかんで離さない魅惑の街です。



15:30 P.M.

St. Augustine Church

サン・アウガスチン教会

1606年に完成し、現存する石造りの教会としてはフィリピン最古のバロック様式の教会です。内部には、18世紀のパイプオルガンや、神父様が説法をされるために登られる階段付きの台など、興味深いものもたくさん。1993年に世界遺産に登録されました。夜になるとライトアップされ、幻想的な雰囲気が醸し出されています。正面から見る教会はもちろん、横側に回り込んで壁面に近づいて見ると、たくさんのサンゴや貝殻が壁面に使われているのが分かります。



上: 入口近くにある向かい合せの天使像



16:00 P.M.

Cafe Herencia

カフェ・ヘレンシア

サン・アウガスチン教会の目の前にあり、時間ごとに移りゆく教会を目の前に眺めながらの食事が楽しめます。おすすめは、野菜がたっぷり乗った「Pinakbet Pizza (P370)」ピナクベット (Pinakbet) とは、タガログ語で野菜のこと。ゴーヤ、オクラ、ナス、トマト、えんどうなど、取れたての野菜がふんだんに使われています。



17:30 A.M.

Malacañang Palace

マラカニアン宮殿

入場料: P30/1名

パワイの湖を臨む最高の立地に、マルコス大統領が1970~1980年にかけて別荘として使っていた宮殿があります。多くの家具が残った状態で一般公開されており、応接間や中庭、寝室などを見て回ることができます。木製の家具のほとんどが、フィリピンの国樹、檜(ナラ)の木から作られています。目の前にはパワイ湖が広がります。



Vigan ビガン

スペイン情緒が香る世界遺産の街と出会う

ラワグから車で約2時間10分。マクドナルドもジョリビーも街並みに溶け込むスペイン風建築で、クリーム色のバルコニーとレンガ色の屋根が美しい。街がまるごと世界遺産のビガン、隅々までヨーロッパ文化が息づいています。



左: アンティークランプや珍しい図柄の陶器、天使像(P25,000~)など何でも揃います
中: アンティークのネックレス(P7,000)
右: お店の奥には、人物像専用のスペースがあり、様々な種類から選ぶことが出来ます

Lucy's Antique Shop

ルーシーズ・アンティークショップ

077-722-2099

お気に入りのアンティークが部屋にひとつあるだけで、毎日の生活にうるおいをもたらしてくれるもの。こちらのお店は、大きなキリスト像や家具から小物まで幅広く取り扱っているのが特徴です。アンティークの中には高価なものも多いのですが、世界にひとつだけのこだわりの逸品を探してここを訪れる人も多いそう。道を挟んで向かい側にも店舗があり、時間を忘れていつまでも見て回ってしまいそうになります。

日本人将校が救ったビガンの街並

太平洋戦争中、アメリカ軍が計画していたビガン砲撃。砲撃から街を救ったのは2人の日本人将校でした。1943年に憲兵隊長として赴任してきた高橋大尉はアデラ・トレントー、ナリオカ将校は、ベレン・カスティーリョという女性と結婚していました。2人は、「戦争によってこの美しい街が爆撃・破壊・略奪されることのないようお願いします。」と、街を救うために軍の命に背き、街から日本軍を敗走させます。いまでもビガンの人は、その街並が日本人将校の「愛」によって救われたと、伝えています。フィリピンではこのストーリーが2009年に映画化されました。(「Iliw」2009年作)



Cafe Leo



Café Leona

カフェ・レオーナ

077-722-2212, 077-722-3089



窯焼きピザを味わえる、通り沿いの名店。おすすめは、ロンガニーサピザ (P300) イロコスの有名な郷土料理であるロンガニーサは、ソーセージのようなフィリピン料理です。マニラで買えるたいていのロンガニーサは甘みが強いですが、ここイロコスのものは、ガーリックが香り甘くないのが特徴。どんな料理にと組み合わせても良くマッチします。タイフードや、フィリピン料理、日本料理など多国籍料理が揃っているので、お好きなものをチョイスしてみて。



左上: オニオンやマッシュルームなど、具材たっぷりロンガニーサピザ。ピザは、オーダーを受けたら生地から作ります

左下: 可愛らしいテーブル席の店内の隣の部屋には、焼き釜があるピザ作り専用のスペースがあり、熱々の焼き立てピザが運ばれてきます
下: キッチンの目の前にある料理皿からお好きな料理を選べます





Villa Angela Heritage House ビラ・アンジェラ・ヘリテージ・ハウス

1873年建築の豪邸が、現在はホテルとして利用されています。メナ・クリソロゴ通りからほど近く、アンティーク家具が館内にたくさん残されています。宿泊するホテルの部屋の中の家具も、全て歴史あるアンティーク作品。まるでタイムスリップしたかのような1日をこちらのホテルで過ごしてみてはいかが。



上：アンティーク家具や、天蓋があるベッドがゴージャスな気持ちにさせてくれます
下：赤と白のスペイン風建築の外観。過去にトム・クルーズも撮影で宿泊したそう

Baluarte Zoo バルアーテ動物園

政治家のチャビット・シンソンさんのご自宅で(Governor Singson House)、動物たちのほとんどが放し飼いにされている。まず訪問者を迎えてくれるのが、檻に入ったトラ。中に入ると、目の前に牧草地が広がり、馬やシカが何十匹と目の前で見ることができます。



上左：普段は猫のように寝ているトラも、何か物音に反応するとキリッと警戒体制に
上右：この地のオウムは、贅沢にもドラゴンフルーツをエサに食べています
下：なぜか至る所にある恐竜のモニュメント



RUBY Pottery ルビー・ポテリー

65 Liberation Blvd., Vigan City
E-mail: ruby_pottery@yahoo.com



上：初心者が挑戦!自分の手の大きさ以上の高さを出すのがものすごく難しいです。プロとの差は歴然!
右上：工場の中には、乾燥中の壺がたくさん並んでいます。全て手作りなのに同じ大きさなのは驚きです
右下：Fidel A.Goさんの芸術的な手わざに、見物客からは思わず盛大な拍手が贈られていました

ビガンは、Pottery Making の地として有名です最初に土から練り上げるのは、まさに伝統の手わざ。まず、粘土をろくろの上に置き、水で濡らした手を中に入れ、少しづつ余分な土を取り除きます。その後、水を多めに含ませながら、形を少しづつ上へ伸ばしていきます。最後に、側面の形をレンガを使って球状に整え、完成です。pottery工場長のFidel A.Goさんは、この工程をたったの5分で仕上げる神業の持ち主。体験は無料なので、ぜひ挑戦してみて。

Currimao

クリマオ

波の音を聞きながら眠るバリ風リゾート

ラワグから車で30分、ビガンから1時間の距離にある街、キュリマオ。パワイへは車で15分ほどなので、ホテルチェックイン後に夜のサン・アウガスチン教会を見に行く、なんてプランもおすすめです。

Playa Tropical

プラヤ・トロピカル

Brgy Victoria Currimao Ilocos Norte
077-670-1211、0917-570-0223
⑧チェックイン14時、チェックアウト12時
www.playatropical.com.ph

あかね色から藍色にかわってゆく海面を眺めながらグラスを傾ける優雅な時間を過ごしてみませんか。最高級の客室は、2階建てのヴィラを1軒まるごと貸し切れるプライベートな空間。恋人や仲間、家族とのんびり過ごすのに最適なです。食事は、ほのかに香る潮の匂いを感じながら、中庭の池の中に建てられている屋根付きの個別テーブルでお召し上がりいただけます。

●宿泊料金
プライベートヴィラ：P12,500／5名
デラックスダブルorキング：P3,800／2名



上左：さざ波の音を間近に聞ける海とプールと、両方楽しむことができます
上右：ヴィラの中は2階建てになっており、大人数でも広々利用できます
下左上：中庭に掛けた橋を渡ると、1軒ごとのプライベートヴィラ
下右上：ロビーはゆったりとくつろげる空間で、お土産物屋さんもあります
下右下：デラックスキングルームは、天蓋付きのゴージャス空間が広がります

エンパナーダを食べに、夜の街に出かけよう

フィリピンの伝統的な料理、エンパナーダ。中でもイロコスに来たら、必ずこれを食べるべしと言われるくらい有名な料理です。Currimao（クリマオ）から車で15分ほど距離にある、Batac（バタック）という地域は、夜遅くまで賑わう名店街。ここには、エンパナーダ発祥の地で知られる「GLORY'S EMPANADA」というお店があります。

他の地域のエンパナーダと違うのは、まずはその色。鮮やかなオレンジ色が目を引きます。そして、秘密の味付け。味付けは極秘ですが、作り方は同じで、まず生地をのばし、その上に野菜をもんじゃ焼きのように並べ土手を作ります。その中にたまごを入れ、お肉をのせて、餃子のようにならんたら、新鮮な油の中へ。カリッと揚げて完成です。

1個がとても大きく、女性なら十分ごはんの代わりになりそうな大きさ。ちなみにGLORY'Sさんのお店の隣は、娘さんのお店です。



Pagudpud

パグプッド

欧米のサーファーも集う隠れ家リゾート

ラワグから車で1時間で、フィリピンルソン島の最北端へ。心癒される田園風景が広がっています。訪れる人々の中には、愛用ボードを持って遥々異国から訪れるサーファーも多く、隠れたサーフィンの名所でもあります。

Kapuluan Vista Resort

カプルアン・ヴィスタ・リゾート

Sitio Baniaran, Barangay Balaoi, Pagudpud, Ilocos Norte

0920-952-2528、0920-928-5273

⑧チェックイン14時、チェックアウト12時

http://kapuluanvista.com/index.htm

夕暮れの浜辺に浮かび上がるリゾートの灯りが、旅人の心を和めます。周辺に他の建物はなく、「リゾート＝隠れ家」という意味がしつこく、心静かになれる場所。目前に広がる海には、格好の波を求めて、サーファーが集まります。いらないものを削ぎ落したシンプルなインテリアと、木々の緑が柔らかく調和した施設で、身も心もリラックスできるはず。ロビーには見知らぬ同士が気軽に集い、おしゃべりに興じるのも旅の楽しみです。

●宿泊料金

Deluxe Room : P3,700／2名、

Deluxe Room w/Loft : P4,750／4名

Surf Board Rental : P200／1時間、Surf instructor : P200／1時間



上: プライベートビーチも備えた隠れ家リゾート

KVR BY MARK DIMALANTA

中左: 行ったところの写真を見ながら、夜通しのおしゃべりも楽しい

中: 中庭にあるマッサージ専用ヴィラで至福のひととき

中右: 鮮魚を活かした料理が人気[Kapuluan Kilawen (P300)]

下左: 施設のプールでは、ファミリーが楽しんでいました

下右: ヤシの木などをアレンジしたナチュラルなインテリア



Pagudpud

パグプッド

フィリピンの最北端で見つける心の故郷

ルソン島の最北端に、日本の田園風景を思い起こさせる場所があります。日本と違うのは、田んぼの真ん中に牛が草を食みながら鎮座していたり、ヤシの木が生えていること? 久しぶりに田舎に帰った時の懐かしさがここに。



11:00 A.M.

Kapurpurawan Rock Formation

カプラプラワン・ロックフォーメーション

道沿いから、10分ほどパンで石ころの道を進んだ場所、海のすぐそばに珍しい岩場があります。入口を入ってすぐ、海辺までの階段を下り、草花のトンネルを抜けると、湿地帯が広がっています。ロックフォーメーションまでは、コンクリートによって作られた橋を歩きます。昔は岩へよじのぼったりもできたそうですが、今は安全のために立ち入り禁止になっています。波によってするどく削られた真っ白な岩。晴れた日は真っ青な青空とのコントラストが眩しいくらいです。

Q この岩は、何と呼ばれているでしょう?

- ①天使の踊り場
- ②永遠の牛神さま
- ③白い真っ白い岩

正解: ③

正解は「3」白い真っ白い岩、でした。イロコス語(イロガーノ)で、Puraw(プラウ)とは白いという意味。カブルブルで、白い真っ白い、という意味になります。



12:00 P.M.

REFMAD-V Farms

ドラゴンフルーツ・ファーム

☎ 092-0275-7940

E-mail: refmad_venterprise@yahoo.com

メトロマニラのスーパーで購入するドラゴンフルーツは、中身が真っ白のものが多いですが、ここのは実は、中まで鮮やかなピンク色。ファームを訪れると、無料でドラゴンフルーツを振舞って下さいます。ほのかな甘みがあり、やわらかい果肉はついで何個も手を伸ばしてしまいそう。お土産も多種類あり、中でも甘いドラゴンフルーツワインはぜひ味わってみて。



左上: ビタミンやポリフェノールも豊富な果物です
左下: タネもやわらかく、そのまま食べられます
上: お土産は、ワイン(P100)、ビネガー(P40)、ジャム(P100)、ピクルス(P50)など多種類

多くのサーファーが目指す波乗りスポット

ゆったりした時間の流れるイロコス州、スローな雰囲気とはうってかわり、もう一つの意外な楽しみ方があるのをご存知ですか? それはサーフィン! イロコス州には車で移動可能な距離に波乗りスポットが点在しており、その日の天候や、ゲストのレベルに合わせてポイントを選ぶことが出来ます。もちろん、1日で2箇所を回り、波に乗ったときの景色の違いを楽しむのも可能です。サーフィンスポットの近くには、レストランやリゾートなども豊富なためサーフィン後も充実した時間を楽しむことが出来ます。フィリピンの真っ青な海で、大きくうねる波をつかんでみませんか。





13:00 P.M.

Kabigan Falls

カビガン・フォールズ

⑩6時～17時

国道から1.5kmほど山奥にある、滝の名所。滝までは歩いて約40分。サンダルでも十分歩けますが、雨の日は靴がおすすめ。途中で川を渡るポイントがあるので、足元をまくりあげられる服装だと◎ 最初は田んぼに囲まれたあぜ道を進み、途中から山道へ。ガイドさんがいないと道に迷う可能性があるので、初めての方は入口でガイドをお願いするのがベターです。

入場料 (P20／1グループ)道案内のガイドさん依頼(P100／ガイドさん1名分)。



左上：途中には吊り橋もありますが、より安全なのは川の中を渡る方法です
左下：滝の周りに入りて遊ぶ事ができますが、水が冷たいのでご注意ください
上：山道を歩いて40分、それでもイロコスで一番手軽に行ける大きな滝です



16:00 A.M.

Iodized Salt Area
塩づくり工場エリア

ラワグからバグップドへ向かう国道沿いに、塩作りの街PASUQUIN（パスキン）があります。塩作りの工程は、まずオーストラリアから取り寄せた岩塩と、イロコスの海水とを混ぜ合わせて、専用の窯で13～14時間高温でぐつぐつ煮込んで沸騰させます。少しずつ海水の中から塩が出来上がるので、それをすくってザルに移し、同時に火を絶やさないよう常に窯にもみがらを入れ続けます。工場の中は湯気が立ち上り、かなりの高温。最後に、塩を乾燥させて出来上がりです。



上：高温の塩工場、ほんのり甘い手づくり塩です
中：塩は購入可能。価格は1缶P100、1袋P100、手の平サイズの小袋P50
下：ひとつひとつの塩の結晶が大きく、とても美しい



Manila V-2

日本人スタッフ常駐で安心
旅のご希望お聞かせ下さい

ARS DREAM

アールズドリーム

東京、マニラ、セブ、ボラカイにオフィスを持ち、旅の事ならお任せ！ツアーガイド20名は、お客様のアンケートを基に定期勉強会でスキルアップに尽力、気配りの良さは評価抜群。長年の実績と日本人スタッフの細やかなサービスが口コミで人気です！

●おすすめ

- ・マニラ市内観光、マリキナ地区観光、タガイハイ高原観光、各地ゴルフツアーア
- ・高級ホテル巡りキレイが叶う女子旅、リタイア後フィリピン巡りなど他社にない旅、続々企画中！

Suite 1701, Metropolitan Tower, 1746 A. Mabini St. Malate, Manila **マニラ**: 02-525-7168/84/87/電話後アナウンスがあるので「6」を押して下さい／日本: 03-5251-1431 @9~18時(土曜9~15時) @日・祭日 E-mail: manila@arsdream-ph.com http://www.arsdream.com/index.htm



Makati C-3

スペインの面影を残す町
歴史を感じながらゆったりと

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。イロコス地方のビガン市はスペイン時代の佇まいを残す数少ない町。石畳をカレサ(馬車)が走る様子は見逃せません。セブ島等の他地域もお気軽にお問い合わせください。

●おすすめツアーア

イロコスツアー: P2,500より

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



Manila T-3



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



世界遺産の街、ビガンツアー

スペイン統治時代の面影が残る貴重な街。スペイン時代の建物はそのまま骨董品屋、土産物屋として使われています。※料金、ツアー内容など詳しくはお問い合わせください



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！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

マニラから車で、約2時間「サンゴ礁に囲まれた」海の家をベースにした、日本人インストラクターによるマンツーマン講習。楽しくレッスンしながら、世界最大の潜水指導団体PADIの認定書を2日間で修得するコースです。

パッケージ料金、1名様P19,600/2名様P18,000
現地集合の場合は、1名様P14,800/2名様P14,200
詳細は、ホームページをご参照。

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

フィリピン
旅行は
ねもとにおまかせ！

ここです！

ねもと レストラン

ホット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し、顔なじみとのおしゃべりを楽しむもし、思い思いの時間を過ごしてください。



おススメメニュー

- ・日替わり定食 P313
- ・しょうゆラーメンセット P220
(半チャーハン・餃子付き)
- ・冷やし中華 P212
- ・なす味噌定食 P190

**02-497-4461(日本語)
02-831-5128**

営業時間 10時~2時
年中無休



Makati F-5

仲間とワイワイ楽しく
“格安”コロンツアー!!
詳しくはWEBで
www.friendshipmanila.com

TEL: 02-840-1060, 894-1124 (時間外: 0928-506-8162)
営業時間 9:00~18:00 (土曜9:00~13:00) 定休日 日曜・祝日

▼日本人のためのセブ旅行▼
<http://www.friendshipcebu.com>
▼フィリピン人のための日本旅行▼
<http://2japan.friendshipmanila.com>
▼退職者ビザ▼
<http://www.pra.friendshipmanila.com>

フレンドシップツアー

TEL: 02-840-1060, 894-1124 (時間外: 0928-506-8162)

営業時間 9:00~18:00 (土曜9:00~13:00) 定休日 日曜・祝日

▼日本人のためのセブ旅行▼
<http://www.friendshipcebu.com>
▼フィリピン人のための日本旅行▼
<http://2japan.friendshipmanila.com>
▼退職者ビザ▼
<http://www.pra.friendshipmanila.com>

プライマーで旅しよう

スポット・お得な
ホテル情報をGET!<http://primer.ph>

Makati E-2

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/送迎/宿泊/朝食込み)

G/F unit301Sagittarius 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

Manila V-2



Tropicana Suites
RESIDENCE HOTEL

1630 Luis Ma. Guerrero Street
Malate, Manila, Philippines 1004

Tel. No. +63(2) 525-5555

Fax No. +63(2) 525-5577

www.tropicanasuites.com.phreservations@tropicanasuites.com.ph

Manila

甚 KANEjin

物件探しから契約終了まで
仲介歴20年以上の
日本人スタッフが
親身にサポート。

物件情報等、

詳しくは
プライマー WEBで
かね甚と検索!

<http://www.kanejin.com>【エリア】マカティ・フォートボニファシオ・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

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

海外220拠点のネットワーク!!

航空輸送
(Air Cargo)
大型の貨物だけど
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
お客様までひとつひとつ!
まごころ込めて
お届けいたします!

海外輸送
(Sea Cargo)
フィリピン内に届ける
取り扱い高を武器に
最高の価格サービスを
ご提供致します。

**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 8:00-18:30

JJM 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)

Living in the Philippines

フィリピンがセカンドライフに最適なワケ



近年、定年退職後のセカンドライフをフィリピンで過ごす方が増えてきています。なぜ彼らはフィリピンを選ぶのか。多くの人を惹きつけるフィリピンの魅力をいくつかご紹介します。

フィリピンの魅力その1 物価が安い

ほとんどの定年退職者にとって、フィリピンでの月々の家賃、食費、交通費、労働コストなどは全国どこでも負担に感じるほどの額にはならず、年金や貯金の範囲内で、余裕をもって生活をすることが可能です。また、外国人定年退職者にとっては、生活コストが安いだけでなく、外貨為替レートの面でも有利なため、毎月2,000米ドルもあれば、家具が全て揃っており、家事のサポートも万全な、快適な住居で生活することができます。

フィリピンの魅力その2 ホスピタリティあふれる国民性

フィリピン人は生来的に温厚、友好的で、誰であろうと歓迎するホスピタリティー精神に溢れた民族です。世界で最もホスピタリティーに富む民族の一つに数えられており、「フィリピン・ホスピタリティー」は、世界中で知られて

います。人懐っこく、陽気で協力的なフィリピン人の性格が、フィリピンを第二の故郷と思わせてくれます。

フィリピンの魅力その2 優れたヘルスケアサービス

定年退職者の皆様が関心を持たれていることの一つ、健康。健康をいかに維持していくかが、充実したセカンドライフのキーポイントといえるでしょう。こと医療サービスに関しては、フィリピンは優秀な医療技術と設備を備えています。



別居住退職者ビザ(SRRV) 取得についての条件及びお問合せ先

●SRRV申請資格

健康な35歳以上の外国籍者なら誰でも可能

●預金に関する条件

PRAが指定する銀行に6ヶ月間の預金を行うこと

・50歳以上の方：20,000USドル

・35～49歳の方：50,000USドル

●SRRV取得にかかる費用

・指定口座預金

(50歳以上 20,000USドル、35～49歳 50,000USドル)

・健康診断書(約P1,320)

・無犯罪証明書(約P185)

・PRA申請料(1,400USドル)

※申請者ご本人1人当たりの場合

※毎年の会員更新料(370USドル)が別途掛かります



フィリピンでの生活、SRRVの取得方法など、退職プログラムに関する詳細は以下へお問合せ下さい。

●フィリピン退職

29/F Citibank Tower, 8741 Paseo de Roxas,

Makati City, 1200 Philippines

TEL: 02-848-1412 FAX: 02-848-7106

E-mail:inquiry@pra.gov.ph

<http://www.pra.gov.ph>

Makati E-3

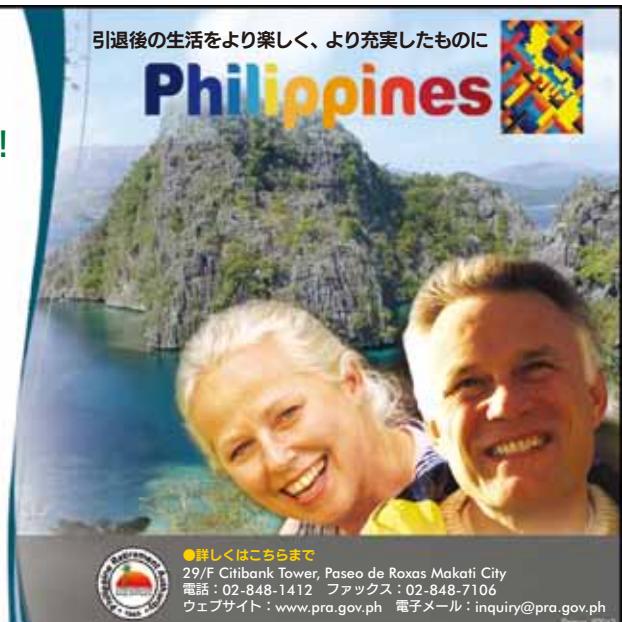
夢のセカンドライフをフィリピンで!
フィリピン人の心のこもったケアを受けながら、
物価の安いフィリピンで快適な生活をエンジョイ!



特別居住定年退職者ビザで、
スペシャルな人生の時間をすごしましょう!

特別居住定年退職者ビザ (Special Resident Retiree's Visa - SRRV) は、外国籍の方にフィリピンでの無期限居住許可を与える特別非移住ビザです。数次再入国が可能である他、下記を含む様々な優遇措置を受けることができます。

- 7,000米ドルまでの私物の輸入が免税となります。
- 最後の入国日から1年を超えない期間滞在する場合は、旅行税が免除されます。
- 出入国管理局が義務付けている、出国許可書と再入国許可書の取得が免除されます。
- 出入国管理局が義務付けている、ICard (移民登録証) の取得/年1回の移民登録の手続きが免除されます。
- 子供の特別学生許可証または学生ビザの取得が免除されます。



●詳しくはこちらまで
29/F Citibank Tower, Paseo de Roxas Makati City
電話: 02-848-1412 ファックス: 02-848-7106
ウェBSITE: www.pra.gov.ph 電子メール: inquiry@pra.gov.ph



もっと快適に。

ゆとりをプラスしたお座席で、くつろぎの空の旅を

デルタのエコノミーコンフォートは、従来よりも、最大約10cmも広くなったレッグルーム、さらに最大1.5倍深くなったリクライニング、そしてスピリットの無料サービスもお楽しみいただけます。お席はエコノミークラスの前方にあり、優先搭乗をご利用いただけます。あなたの空の旅に最適な選択肢をお届けします。delta.comの「旅程」からお進みいただき、あなたのエコノミーコンフォートのお席をお選びください。

[DELTA.COM](http://delta.com)



すばらしいJALとなるために



サービスの更なる向上を目指し、新しいご予約・ご案内の電話番号を下記のとおりご案内させていただきます。365日電話対応が可能となり、営業時間も拡大いたします。今後とも変わらぬご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。

【新電話番号】

日本語予約 <63> (02) 403-2486 (有料)
1-800-1-8110084

英語予約 <63> (02) 403-2763 (有料)

【営業時間】

08:00~18:00 (年中無休)

タガログ語入門 第15回

ちょっとタガログ使いたら、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。

●遠い：Malayo(マラヨ)

グアテマラより
遠いの？！

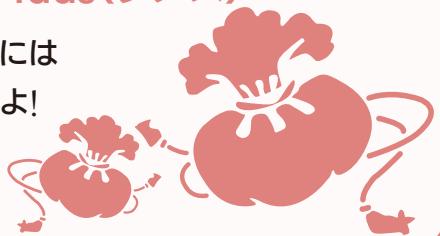


●提供：Max氏

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。

●上がる：Taas(タアス)

やった、明日には
給料が上がるよ！



●痛っ！(感嘆詞)：Aray(アライ)

痛っ！ 洗いもので
手をケガしちゃった…。



●九：Siyam(シアム)

九匹のシャム猫



●時間：Oras(オーラス)

お、ラスベガスで
時間つぶしてく？



●父親：Tatay(タタイ)

父ちゃん、
叩いちゃだめだよ



Makati G-1

SINCE 1985

~~Verona Optical~~

各ブランド
取扱中

ACUVUE

essilor

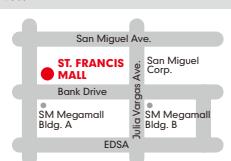
HOYA

ZEISS



Ortigas

G/F Gl-007(Informatics) St. Francis Square Mall Julia Vargas Ave. corner Bank Drive, Ortigas Center, Mandaluyong City
☎ 02-706-7360 携帯電話：0916-514-1289



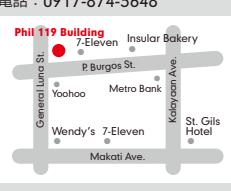
SM San Lazaro

2/F Beside Entrance of Department Store Felix Huertas Cor. A.H Lacson Sts., Sta. Cruz, Manila
☎ 02-622-2432 携帯電話：0917-586-3424



Makati

G/F Insular Bakery Bldg., 5051 P Burgos St., Poblacion, Makati City
☎ 02-478-4800 携帯電話：0917-874-3648



SM Center Muntinlupa

2/F in front of Hypermarket Nat'l Road, Brgy. Tunasan, Muntinlupa City
☎ 02-624-8313 携帯電話：0917-598-4293



Have a nice Night out

夜をオシャレに楽しむBAR

Barcino

バーシノ

143, R1 Level, Power Plant Mall, Rockwell, Makati City
(Fort/Ortigas/Greenbelt 2/Greenbelt 5/Alabang)
02-846-9423 12時~2時 不定休

美味しいワインとおしゃべりで、夜更かしを楽しむ—Barの愉しみ方は、夜を楽しむ達人・スペイン人に聞いてみては。ワイナリーを彷彿とさせるBarcinoには、夜な夜なワインとおしゃべりを目当てに多くの人が集まります。ズラリ揃えられたワインは9割がスペイン産。スペイン出身のChef BORJA DUANが、ワインとメニューの美味しい関係を教えてくれます。例えば、アロマのように力強い香りがお薦めの「2010 Ponte da Boga (P1,500)」なら、「僕の祖母の田舎がワイン畑のすぐ近くなんだ。すごく気持ちのいいところでね。」「お料理を合わせるなら、香りに負けないしっかりローストされたラム肉か、塩気のあるスープで煮込んだビーンズとチョリソーなんかもいいね。」と言った具合。ワインの向こう側にスペインの風景まで目に浮かんでくる、そんな夜を過ごしてみて。



19 east

ナインティーン・イースト

Km. 19, East Service Road, Sucat, Muntinlupa City
※SKYWAYでの出口はDr. A. Santos
02-837-6903
17時~2時 日曜日

サウススーパーハイウェイのSUCAT出口のすぐ東側にあるライブハウス19EAST。地元の人はインターネットでお気入りのバンドのスケジュールを調べて、仲間同士で集うそう。夕方にはテラスからラグナ湖が一望でき、ホールの外にある美しいガーデンエリアで夜風とお酒を楽しむことも。席も駐車場も十分な広さがあり、ラグナやバタンガス方面から仕事の帰りに仲間で食事とお酒をというグループにも最適です。200人収容できるミュージックホールはライブを鮮やかに彩る照明・音響機材が充実。本格的な音楽を楽しみたい方にもおすすめ。



メトロ・マニラの夜は長い
気の抜けない友人同士でおしゃべりを楽しんだり
偶然隣り合った席で素敵な出会いを期待したり
美酒佳肴に目がないあなたに贈るとっておきのお店
さて、今夜はどこで乾杯しましょうか

Rue Bourbon

ル・バーボン

マカティ店：G/F Aguirre Bldg. 108 H.V. Dela Costa St. cor. Tordesillas St., Salcedo Village, Makati City
0917-9592549, 0922-4569992
フォートボニファシオ店：Unit 153, Forbes wood Heights, Rizal Drive corner 29th Street, Fort Bonifacio, Taguig City
02-659-8693
⑩11時～14時、18時～2時 ⑪日曜日

アメリカ南部ニューオーリンズのPubがそのまま移動して来たようなRue Bourbon。ニューオーリンズ料理と豊富なカクテル、そして大ジョッキのビールを目当てに店内はいつも夜遅くまで語らう仲間の笑い声で賑わっています。カクテルの一番人気はお店の名物「gun powder」小さなグラスに入ったリキュールに火をつけて、火が消える直前に別のグラスで煙を閉じ込めます。火が消えたあとのお酒を飲みながら閉じ込めた煙をタバコのように吸って楽しむカクテルです。



Relik

レリック

2nd floor, Commercenter Building, 31st Ave cor. 4th St. Bonifacio Global City, 1200 Taguig City
02-846-8889 (office hours), 0917-529-8333 (after office hours) E-mail: info.relik@yahoo.com
⑩11時～翌4時

ひっそりとビル2階に佇む扉を開けると、22時まではレストラン、それ以降は活気あるBarに早変わり。オーストラリアで料理を学んだシェフは、本格タパスや、おばあさんから小さい頃に教えてもらった一品など、興味がそそられるメニューを披露してくれます。どの一皿も、うーんと唸ってしまうほど美味。ディナーを楽しみ、その後はゆっくりお酒を味わう。雨季のこの時期は特に、食事の後の2次会会場探しは骨が折れるもの。食事を終えた後もそのままのお店でBarでのお酒が楽しめる、仲間とわいわい楽しみたい優秀レストランです。



Stella Bistro & Rocket Room

ステラ・ビストロ&ロケット・ルーム

G/F Bonifacio High Street Central, East Superblock, 7th Ave cor 29th St Fort Bonifacio, Taguig City
02-631-3222 ⑩11時半～2時 ⑪なし
※午後10時より喫煙可(Rocket Roomのみ)

友だちと盛り上がるための、秘密基地のようなBar。レストランのフロアスペースの1/3がBar、2/3がカリフォルニア料理とタパスのレストラン。自慢のブリックオーブンで焼くピザが目玉商品。「Fire Roasted Truffle Mushroom Pizza (P350)」こだわりはダバオ直送のゴートチーズなど、この地で作られた新鮮な食材を使うこと。インテリアは70・80年代を彷彿とさせるレトロな雰囲気。毎週金・土曜はDJも。キッチンや壁際にある棚に、天井まで並べられた多種類のワインボトルを眺めながら今夜のボトルを決めるのも楽しい。



Makati G-1

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、チャプチエにビビンバといった定番の家庭料理までが揃います。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
⑤10時～22時 ⑥無休 28席・個室なし
※Pasig Cityに姉妹店『Dona Dona』あり



Makati C-3

マカティの中心で
ほっこり和む日本の味を

六尺庵

Rikuseki An Japanese Restaurant

マカティのレガスピ通りに、新たに日本食レストランがオープンしました。家族や友人とゆっくり過ごすために最適な個室が用意されており、ちょっと贅沢な気分を味わうことが出来るレストラン。おすすめは、おまかせ懐石（P2,000～）。お好みでアレンジも可能なのでぜひ四季折々に合わせたメニューを味わってみて下さい。スタッフの対応も丁寧で好感度大！

- おすすめ ランチセットメニュー：P360～P1000
ディナーセットメニュー：P940～P1300

Grd. Flr., GC Corporate Plaza (former JAKA 11 Bldg.) 150 Legazpi Street, Legazpi Village, Makati City
☎02-752-1280、02-894-2685
⑤11時半～14時/18時～22時
⑥日曜26席・座席あり



Makati D-2

おみやげやパーティに欠かせない
あとひく美味しさ絶品シュークリーム

Happy Cream Puff

ハッピー・クリーム・パフ

NHKやフィリピンTVからの取材がたえないシュークリームの人気店。いつでも焼きたてを味わえるから、サクッと軽い口あたりと、心地よい甘さのフレッシュなクリームが病み付きに。パーティや誕生日にお薦めは、シュークリームを積み上げたクロカンブッシュ。包みを開けた瞬間に、笑顔が広がるステキなスイーツです。

- おすすめ
- クリームパフ：P30 ●エクレア：P35
- カラメルクリームパフ：P40
- ストロベリーパンシュー：P105
- バナナ生エクレア：P95
- お好きなシュークリームを詰めあわせで♪
14個：P250 10個：P180

7224 The Zone, Malugay St corner Buendia, Makati City ☎02-817-4234(代表)
facebook : <http://www.facebook.com/Happycreampuff2006>



Manila R-2

ヘルシー、おいしい
日本のクレープが上陸！

マザーズ・クレープ

Mother's Crepe and Cafe

日本約40店舗、オーストラリア、シンガポール、韓国など海外にも多数出店している「マザーズ・クレープ」が、待望のフィリピン進出！ 食物繊維が豊富な小麦粉と、良質の鶏から生まれた安全で新鮮な卵、植物性ホイップクリームを使ったクレープはもちろんのこと、生乳本来のコクと風味が生きたクリームがあとを引くソフトクリームもぜひ試しておきたいメニューです。

- おすすめ
- 抹茶スムージー：P95 メロンソーダ：P75(12oz) / P85(16oz) キャラメルストロベリーチーズケーキアイスクレープ：P255

2nd floor Mall of Asia Complex Jose Diokno Boulevard Pasay 1300
☎02-804-1910 ⑤モール営業時間に順ずる
F.B.: Mother's Crepe and Cafe Philippines (Mazazu Crepe)



Makati E-4, G-5, Y-3



GANSO-SHABUWAY

Japanese Hot Pot

米カリフォルニア発
本格派しゃぶしゃぶ

Like us on Facebook:
[GansoShabuwayPH](https://www.facebook.com/GansoShabuwayPH)

Follow us on Twitter:
[@GansoShabuwayPH](https://twitter.com/GansoShabuwayPH)



自信を持ってお届けする「しゃぶ道」こだわりの肉。黒豚、神戸牛、ナチュラルアンガス牛。肉本来の旨みを味わって下さい。

イチオシ ジューシーな牛肉の甘みが最高！

Meyer Natural Angus (150g) + Veggie AP599

◎その他メニューも豊富にご用意しております

120g USDA Choice Angus Shabu Shabu SetP395

150g Pork Kurobuta Shabu Shabu SetP599

月桂冠P350 /客

デザート (ココシャーベット、抹茶餅アイスクリーム)

カリフォルニア発のしゃぶしゃぶ店が
フィリピンでも人気拡大中!!

GANSO - SHABUWAY 元祖シャブウェイ



GANSO - SHABUWAY
JAPANESE STYLE HOT POT

こだわりポイント その1・だし

昆布だしと、スパイシー味噌だしの2種類。日本伝統の昆布だしは、何だか懐かしい気持ちでほっとできる味。スパイシー味噌だしは、ピリッと効いた唐辛子が日本人はもちろんフィリピン人にもファン多し!

SHABUWAYの歴史は、今から約8年前アメリカカリフォルニア州に第一号店が立てられたところから始まります。「しゃぶしゃぶを愛する全ての人へ」との思いをこめつけられた「SHABU WAY」は、いまやアメリカだけでなく、ここフィリピンでも多くの人に知られる存在となっています。

神戸牛や黒豚など品質にこだわり、日本で食べる高級しゃぶしゃぶを超えるほど贅沢な味わい。これだけのク

オリティをこの価格で味わえるとあって、フィリピン駐在の日本人だけでなく地元フィリピンの人々にも口コミで人気が拡大中です。また、SHABUWAYでは肉だけではなく、自慢の自家製つけだれにもご注目。コクのあるゴマだれとあっさり爽やかな香りのポン酢は、素材の旨みを引き立てます。一度食べたら忘れられない味。それはまさに、SHABUWAYの素材へのこだわりから生み出されたものなのです。



Meyer Natural Angus Beef Set

●セット内容：

- ShabuwayオリジナルMeyer Naturalアンガスビーフ、だし(スパイシーみそ又は昆布)、Veggie A (キャベツ、にんじん、えのき、豆腐、ほうれん草)、秘伝自家製タレ
- Petite (オリジナルMeyer Naturalアンガスビーフ90g)+Veggie A : P525
- Regular (オリジナルMeyer Naturalアンガスビーフ150g)+Veggie A : P595
- Large (オリジナルMeyer Naturalアンガスビーフ200g)+Veggie A : P675

こだわりポイント その2・お肉

こだわり抜いたお肉の品質は、厳格な基準が設けられているHumane Farm Animal Careが認定するThe Certified Humaneを取得したナチュラルアンガス牛を使用しています。

USDA Choice Angus Beef Set

●セット内容：

- USDA 優選アンガスビーフ、だし(スパイシーみそ又は昆布)、Veggie A、秘伝自家製タレ
- USDA 優選アンガスビーフ (120g) USDA Choice Angus +Veggie A (Napa cabbage, carrots, enoki mushrooms, tofu, spinach) : P395
- USDA 優選アンガスビーフ (180g) USDA Choice Angus +Veggie A : P450
- USDA 優選アンガスビーフ (250g) +Veggie A(2人前) : P750



USDA Wagyu Beef Set

●セット内容：

- USDA 和牛、だし(スパイシーみそ又は昆布)、Veggie A、秘伝自家製タレ
- Regular (USDA 和牛 150g)+Veggie A : P895
- Large (USDA 和牛200g)+Veggie A : P950



USAオーナーのモチヅキ エイイチ氏(写真左)と、
フィリピンオーナーのMsカミール(写真右)

●USオーナーより一言

I am proud to say that Philippines Shabuway has translated the brand very well in the country. They have managed to maintain the authentic flavors that has made Shabuway USA immensely popular. I have searched for several years for one of the best tasting shabu shabu beef, and was very much satisfied with the natural flavors of the Meyer Natural Angus beef. We encourage you to try our beef, best enjoyed with our homemade dipping sauces.

概説

SHABUWAYがフィリピンでも展開させていただけたことになり大変光栄です。しゃぶしゃぶにとって最も良い肉はどれなのか。何年も探した末、たどり着いたMeyer Natural Angusビーフを自慢の自家製ソースにつけてぜひたっぷり味わってください。

- Eiichi Mochizuki

GANSO - SHABUWAY

●グリーンベルト5店

2nd Floor Greenbelt 5, Ayala Center Makati
☎02-903-6763, 0917-541-8181

●ロックウェル店

P1 Power Plant Mall, Rockwell Center, Makati
☎02-822-4864, 0917-822-1400

●アラバン店

Cluster 2, The Street, Alabang Town Center, Muntinlupa City
☎0917-833-3730

肉を仕入れて25年のプロが厳選!
本格韓国料理店がNEW OPEN

韓国料理店 GOKIZIP

カンコクリョウウリテン・ゴキジップ

詳細情報はプライマー WEBへ <http://primer.ph>

このお店の売りはなんといつても、韓国で有名なヒュンダイデパートの仕入れ部門長を25年間経験したプロがウまいと思って厳選した肉しか出さないところ。その極上の肉をそのまま、テーブルでストレートに焼いて、シンプルに肉本来の味を楽しむのも良し、極上の肉をふんだんに使った韓国料理を楽しむのも良し。一品一品の味付けが非常に繊細で、只辛いだけではない、辛さの中に深みのある美味しさはやみつき必須です。しかも、韓国スタイルなので、キムチを含む前菜（5種）は食べ放題。

- おすすめ ●牛肉三段バラ:P330 ●プレミアム牛ロース:P890
- ビビンバー:P300 ●ユッケ:P600 ●ラーメンset:P200
- キムチチゲ:P350 ●カムジャタン鍋(3~4人前):P700

1776 M.Adriatico st., Malate, Manila ☎02-354-6659、0906-238-4322 ☎午前11時~翌5時 ☎年中無休 70席



プライマー読者限定特典クーポン

- 会計から10%OFF

※注文時に「Please PRIMER」とお伝え下さい

※クーポン対象はフードのみ(飲料類含まず)

※有効期限: 2012年9月31日まで

Makati C-4

関取のこだわりー其のハ わらじとんかつ編

関取で開業時より根強いファンに支持されている一品が『わらじとんかつ』。初めて目にすると、まずそのボリュームに驚かされる。なんと一人前450グラムと、まさに「わらじ」という表現がピッタリのジャンボサイズ。使用する豚ロースは充分に筋切りをして後に、果汁にコラーゲンを配合した独自のソースに1日漬け込んで肉を軟化させてるので、厚切りなのに柔らか。とんかつの上には、大根おろしをベースにニンニクを効かせた和風のオリジナルソースがタップリで結構あっさりと食べられる。また、この他にランチで提供されているヒレカツは、箸で切れそうな柔らかさ。衣も食パンをちぎって作ったパン粉で揚げてあるのでサクサクおすすめ。

とんかつ専門店では無い関取。だからこそ、関取らしい個性のあるとんかつを提供していく。これが関取のとんかつに対するこだわりです。

相撲茶や関取
Japanese Restaurant SEKITORI ☎ 02-425-9030
<http://www.sekitori.asia>



おすすめメニュー

- わらじとんかつ:P390 ●カツカレー:P360
- ヒレカツ定食:P350 (ランチのみ)



鶏ベース・味噌・キムチの定番以外に
期間限定ちゃんこ鍋をご用意しています
●今月の期間限定ちゃんこ鍋 カレーちゃんこ鍋
ハーフ:P850 大関:P1450 横綱:P1900

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

Makati F-2

Dongwon Garden Korean Restaurant

☎ 02-898-3558, 0917-522-9012



日本のTVで紹介された韓国家庭料理店

炭火焼肉や各種韓国ナベ、海鮮料理をご賞味ください。

24時間営業・マカティ市内送迎サービス付き (1名~OK)



●お得なタイムサービス!

11:00~17:00は全品10%ディスカウント!
(クレジット支払いは5%)

●さらにお得なメンバーシップカード

プライマー読者特典:メンバーシップカードをお作りいただたくと、その日から以下の特典をご利用いただけます
(このページをお店までお持ち下さい)。

①17時以降、メンバーアカウント 10%ディスカウント
(クレジット支払いは5%)。

②誕生日にケーキ、シャンパン、または赤白ワインから
一品をプレゼント。

McDonalds
Petron
Makati Ave.

Polaris St.
Jupiter St.
Buendia St.

Dongwon Garden Korean Restaurant
53 Polaris St. cor. Jupiter St., Makati City

☎ 02-898-3558, 0917-522-9012

●24時間営業 年中無休

喫煙可の個室あり(14名、18名、20名、24名、50名様用)



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!
ウまい!

フィリピン食材 パパッとクッキング

今回の食材・ランカ(ジャックフルーツ)

世界最大の果実といわれているランカは、フィリピンを代表するフルーツの一つ。完熟の果肉はそのままフルーツとして食べたり、未熟の果肉は野菜として炒め物などに用いたり、地元の人に親しまれている食材です。今回は甘みの無い果肉部を使ってパパッとクッキング!



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ブ。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にも和食の美味しさを伝える。クリスマスパーティー、ケータリングサービス、出し弁当なども好評承り中! 華一: ☎02-556-0969 / 0070

ゴマの香りが食欲をそそる! ●ランカのきんぴら

●材料(1人前)

ランカ	200g
砂糖	大さじ1.5
しょうゆ	大さじ2
酒	小さじ1
油	適量
白ゴマ	適量
七味唐辛子(又は一味)	お好みで
ごま油	お好みで

- ①ランカを細切りにする。
- ②フライパンに油を入れ、火を中～強火にする。

- ③ランカを入れ、軽く炒めたら砂糖を入れる(食べてみて、甘いと感じるくらいが目安)。
- ④その後、酒、醤油を入れ、焦げないように注意しながら手早く炒める。
- ⑤味が整ったら火から外し、七味、ごま油、ゴマを入れて和えて、完成。

繊維質の強い部位で、きんぴらごぼうの要領でアレンジしてみました。ごぼうとは違った食感が楽しめる一品です。調理時は火加減と調理時間に気をつけて。手早く調理しましょう!



さくさく食感がたまらない・ランカのかき揚げ

●材料(1人前)

ランカ	80g
なると	15g (2スライス)
白ゴマ	適量
天ぷら粉	適量
水	適量

- ①ランカとなるとを同じ大きさに細切りにする。
- ②①と白ゴマ、天ぷら粉を入れ、ボウルで混ぜ合わせる(目安は全体に粉が混ざって、ボウルの下に粉が残っているくらい)。
- ③冷水を加えサクッと混ぜる。全体がぱらぱらにならないように固めに仕上げる(少し粉っぽいと感じるくらいでOK)。混ぜすぎ注意。

- ④へらにかき揚げを乗せ、170～180°Cの油にスライドさせるように入れて揚げる。(かき揚げが厚くなったり薄くなったりしないようにバランスよく油に入れる)。
- ⑤かき揚げが油に入ったら、串などを使い、火通りをよくするため何箇所かに穴を開ける。
- ⑥ひっくり返し全体に万遍なく揚がるようにする。
- ⑦きつね色になったら完成。

揚げるとシャキシャキ&ホクホクな食感が楽しめるランカ。今回は色合いと旨みをプラスするためになるを使いましたが、ランカだけで作るかき揚げも素朴な味でとても美味しいです! お好みで抹茶塩と一緒に。

Fort Bonifacio K-4

くつろぎcaféの人気メニュー とろ~り黄味付きハンバーグ

Arafu Cafe

アラフカフェ

Fortの主婦・駐在員に評判のArafu Café。人気の理由はフィリピン食材を日本と同じ、それ以上に美味しい感じられるよう、日々、積み重ねる細かな工夫。一番人気はとろり半熟玉焼がたまらない手仕込みハンバーグ。丁寧に炒めたタマネギと厳選あいびき肉を用いてふっくら、ジューシーな仕上りに♥カフェタイムもスタートし、ますます目が離せません!

- おすすめ 焼きしゃけランチ:P315 ハンバーグランチ:P320 野菜炒め定食:P320 からあげランチ:P320 鶏五目炊き込みご飯定食:P380

Commercial Unit 5, G/F South of Market Condominium, Fort Bonifacio, Taguig City ☎02-4033-794、0908-3091-983(英・日本語可)
⑩11時30分～21時 ⑩月曜 配達エリア: Global City, McKinley Hill, Rockwell another village



Manila V-2

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 新鮮な和牛の旨みがたっぷり上カルビ:P200 Aセット(上カルビ、上ロース、上タン、海老、豚orチキン、ご飯3人前):P1350 ※通常価格よりP270お得!

561 Adriatico st. cor. Julio Nakpil st. Malate, Manila ☎02-579-5335、02-521-2396
⑩11時～23時 ⑩なし



フィリピンの家庭料理で
今夜は盛り上がろう!

Packo's Restaurant & Bar

パッコーズ・レストラン・アンド・バー

昼も夜も、多くの地元客で賑わうのが、ここ「Packo's」。とろけるほどに柔らかくなった肉と、ぶどうの酸味がほどよく調和した「シニガン・デ・ブラロ (P365)」は、シェフイチオシの一品。ランチには、選べるどんぶりシリーズが人気です。フィリピン料理なんて今更……なんて人もぜひ一度お試しあれ! 目からウロコの美味しさです。

●おすすめ ボリュームたっぷり!「どんぶり各種」:P220~ あっさり濃くのあるスープが旨い「シニガン・デ・ブラロ」:P365

No.36 Sgt Esquerra St. South Triangle, Q.C. (between ABS-CBN&GMA7, beside Wil's Steatown) ☎ 02-414-5570 / 02-425-1576 (担当:Riza) ☎ 11時~14時(ランチ)、17時~2時 ☎ 無休 FB: PACKO'S GRILL



Manila T-3

専属シェフを迎え、
待望のベーカリーがOPEN!

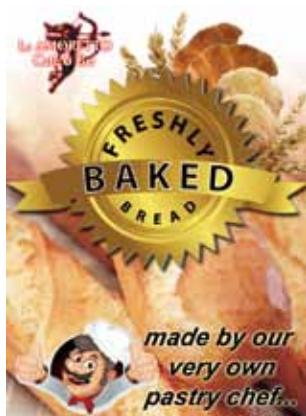
Le AMORETTO Café&Bar

レ・アモレット カフェ &バー

Networld Hotel 2階の当店ではこの度、待望の焼き立てベーカリーコーナーが登場。朝食に、またちょっとしたオヤツに嬉しいサイズのベーカリーは、どれも同店専属シェフの手作り。編集部おすすめはフィリピンの伝統菓子エンサイマダ (P70)。たっぷりかかったグラニュー糖と、チーズの塩気が絡み合ったまらないおいしさです!

●商品一例 スパニッシュブレッド (P100)、ローフブレッド (P150)、ソフトロール (P60)、シナモンロール (P70)、バナナウォールナツ (P250)、レーズンブレッド (P100)、マモン (P40)、ブラウニー (P30)

2/F Networld Hotel, Roxas Boulevard corner Sen Gil Puyat Avenue, Pasay City ☎ 02-536-7777 Loc.1 ☎ 24時間営業 ☎ 無休 NAIAターミナル3 4階にも店舗有



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9月号を見たのですが、このクーポンを使えますか?

I saw the September 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?

*もう少しう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 booked a reservation tonight at 8pm.

*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.



Ortigas N-5

We got bigger
fish to fry.

YABU
The House of Katsu

2nd Floor Atrium Mega Mall



Makati C-4

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フィリピンでも珍しいお店。合鴨はフランス産バルバリー種を使用し、クセがなく、こくのある旨みを楽しめます。自慢の合鴨炭火焼（P580）、合鴨たたき（P480）はぜひ味わっていただきたいメニュー。他にも枝豆せいろ（P140）、野菜せいろ（P220）など、せいろ蒸しは20品以上の品揃え。とり皮ポン酢（P150）、ネギチャーシュー（P140）、カレイ薄作り（P280）などの一品料理も豊富で、つい通ってしまうお店です。

G/F Makati Cinema Square, Pasong Tamo St., Makati City ☎02-555-1089, 02-407-9387, 0921-215-0862
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



Makati F-3

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、ファッション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。プライベートパーティ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 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
⑩ランチ11時～17時、ディナー18時～24時(土曜17時～翌4時)
⑪日曜 E-mail: societylounge@yahoo.com
Facebook: societylounge frenchfashionfood
Twitter: societylounge



Manila T-2

本格和食レストラン吉祥が
一周年を迎えました!

吉祥 KITSHO Japanese Restaurant and Sake Bar

フィリピンにいながら、日本の四季を感じられる料理が味わえる吉祥が一周年を迎えました。水本總料理長自ら、市場に直接足を運び、自ら確かめた食材を用いる。フィリピンで手に入る食材を和食の技で、旨さを引き出す。日々細かな工夫を重ねるからこそ、魅了される料理が生まれます。なかでも編集部おすすめは「うにの天ぷら（P320++）」。さくっとした衣を口に入れると、中から磯の香りとともにうにの濃厚な味わいが広がりお酒もすすむ贅沢な一品。ほかにもこだわりの創作料理は盛りだくさん。ぜひ一度、足を運びたいお店です。

●おすすめ 活きラブラブとロブスターの刺身(P700++/100g)

日本産ほたて貝柱バター醤油 うにソース(P480++)

グリルサーモンのタルタルソース(P480++)

3001 Roxas Boulevard Pasay City 1305, Metro Manila

☎02-708-4888

⑩11時30分～14時30分、18時～22時30分 92席 個室あり



日本料理の経験を10年以上持つ2人のシェフが作る創作料理

創作居酒屋 歌舞伎

Izakaya Kabuki

お店のウリは日本料理経験を10年以上持つ2人のシェフが作る【日本人が食べて美味しい味付けの料理】日本人の好みを熟知している為、なんと2人で創作料理を考え、美味しいと太鼓判を押された料理がMENUに。写真は新商品の【ウニ天ぷら】揚げたパリパリのころもの中にウニの美味しい食感とクリーミーさが広がります。塩で食べると酒のつまりに最高、食べればわかるリピーター続出のやみつきになる味です。

●プライマー特典 お会計より10%引き
注文時に一言 2012年9月末まで
※詳しい情報は→primer.ph 歌舞伎で検索
1747 Mabini Street Malate Manila
☎02-516-1058 Ⓜ17時～翌4時 Ⓛ無



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階でひときわ脅わうお店『けんじ亭』。パラニャーケ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
④11時～22時(金・土～23時) ④無休
Facebook: Kenji Tei Ramen House



Jazzの流れる 隠れ家BAR

BAR 井江

BAR IE

雑多な街を抜けて、扉を開けると広がるシックな空間。静かに流れるJazzを聞きながら、グラスを傾けるBarは大切な人と語らうだけでなく、ひとりの時間を過ごすにも最適。マスターの井江さんは尼崎で38年間BARを営んでおり、この店舗には以前のお店のカウンター、内装をそのまま移築してきたそう。Jazzライブも随時開催中。

●おすすめ 特製カレーライス: カレーショップも経営していたマスターの逸品。40種類のスパイスを配合し、丸2日間かけて仕上げます。
Rm5A, Mezzanine Floor, Makati Creekside Bldg., Amoroso cor. V.A.Ruffino Streets, Legaspi Village, Makati City
☎0917-589-9920 Ⓜ19時～翌2時
④第1・第3月曜日 22席 個室なし



日本食材、韓国食材を 豊富に品揃え致しました お客様のリクエストにもお応えします!!



韓国・日本総合食品 てっぺん
電話 02-553-7968
携帯 0947-357-6936 FAX 02-553-4673
E-mail jap.kor.grocery@gmail.com
Unit C, G/F Marvin Plaza Bldg.,
2153 Don Chino Roces Ave. cor. Herrera, Makati
営業時間 平日7時半～22時/土日8時～20時



韓国焼肉 ガーデンレストラン

ホー・カルビ Ho-Galbi

Korean Grill Restaurant

詳細情報はプライマーWE Bへ <http://primer.ph>

「好(ホー)カルビ」は大型駐車場を完備したオルティガス、Pasig City
随一の広さを誇る庭つき韓国焼肉レストラン。上質のアメリカ牛
アンガスビーフをお楽しみいただけます。熟練料理人がお届けする
本格的な韓国焼肉。豊かなお酒を眺めながらの焼肉はいかがですか。
団体様ならカラオケもご利用いただけるので、誕生日会・披露宴・宴会・
接待などにも最適。(要事前予約)
ご家族やご友人とご一緒に、また会社のお食事会や接待にお勧めです。

●おすすめ

和牛 ハラミ1200ペソ プライム カルビ 900ペソ
プライム 骨付きカルビ800ペソ
プライム 特製ダレ漬け骨付きカルビ 700ペソ



HO GALBI
<http://www.hogalbi.com>



プライマー読者特典クーポン
会計から10% OFF
クーポンの対象はパートのみ(飲み物は含まない)
有効期限: 2012年3月30日まで





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・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。



Studio Spa
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3・6階)

営業時間:毎日 午前11時~翌朝7時

支店: バラケニオ市内NAIA第3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

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NAIA第3ターミナル4階 フードコートエリア



One Japanese Restaurant. Hundreds of Original Tasty 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宴会席を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
- 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
- パレーバーキング・サービス



NETWORLD
TRAVEL & TOURS CORP.

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。お手頃な宿泊のパッケージツアーを用意しており、お客様のニーズ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輸出手サービスを備えています。762平米もの広大なフロアを誇る世界クラスの高級娛樂設備です。(ホテル内2階)営業時間: 午後7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 Makati C-3

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 @ Studio Spa

* "Not valid with current promotions"





KOKORO ramenya
ココロラーメン屋

ココロラーメン屋で、ラーメンの芸術を味わえる
その他にも50品以上ある本格的な日本
料理をお楽しみください

2nd Flr, Avenue of the Arts, 1388 Roxas Blvd.
corner Sta. Monica & LM Guerrero St., Ermita, Manila

254.9716 • 254.9438

Makati

健康を気遣う奥さま御用達
日本の味が懐かしい方にも!

Patisserie KYO

パティスリー 京

一つ一つ丁寧に手作り。素材にこだわったパンとケーキのKYOは、無添加だからこそごまかしのない味を実現。餅あんパン、クリームパン、メロンパンは一口サイズで大好評!ケーキは甘さ控えめながらコクのあるふわふわのスポンジと軽い口当たりの純生クリームのコラボが絶妙。とろけるプリン、ショートクリームもおやつにも最適。

●おすすめ

生クリームの風味際立つMIYABI食パン: P90
ロールケーキ(抹茶・ショコラート・苺): P300~
オーダーメイド・バースデーケーキ: P850~

Blue Kitchen内(Rockwell Power Plant Mall B1,EDSA Shangri-La Mall最上階)、Hann-Yang Mart (Fort Bonifacio, Burgos Circle)、The Market (Tiffany Building, Salcedo)
☎0917-888-9837
E-mail: patisseriekyo@gmail.com
FB: www.facebook.com/Patisseriekyo



Makati, Manila C-1, U-2, S-3



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
7602 Sacred Heart Street Corner Metropolitan Avenue, San Antonio Village, Makati
⑤8:00~19:00 ⑥毎日営業
Tel: 02-897-7207, 02-890-1649

マニ店
2119 A. Mabini St. Malate, Manila
⑤10:00~21:00 ⑥毎日営業
Tel: 02-400-9478

カルティマール店
Unit 6 Cartimar Plaza, Leyeriza Street, Pasay City
⑤7:00~17:00 (月~土), 7:00~14:00 (日)
Tel: 02-833-8905, 02-834-1384



プライマーで
美味しい食べよう
詳細はHPをチェック
<http://primer.ph/>



Makati D-2



韓国の宫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!

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種葉味付

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)

Fort Bonifacio I-3



和牛ステーキ4人前オーダーのお客様に
和牛リブロース(6oz)サービス!
※その他の特典や割引券との併用不可

Westgate Alabang 7713945 • Quezon City 9249194 • Burgos Circle @ The Fort 4035988

Melas
Home of Japanese Steak and Argentine Beef



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!
フィリピンあなたの女子力をもっと高めて行きましょう!

水着をもっとステキに
着こなしたい貴女へ

Zerona

ゼローナ

ボニファシオグローバルシティ、Burgos Circleの一角にあるビルの2階に、エステティックサロンZERONAがあります。アメリカ直輸入の新しい設備（ZERONA）を使ったスリミングを最も得意とするサロン。脂肪を分解した後、「揺する」プロセスが、この新設備の特徴! 体外への排出を促す。サロン内は洗練されかつ清潔な雰囲気、1サイクル（6セッション）で、スリム効果が実感できる。

プライマー読者特典

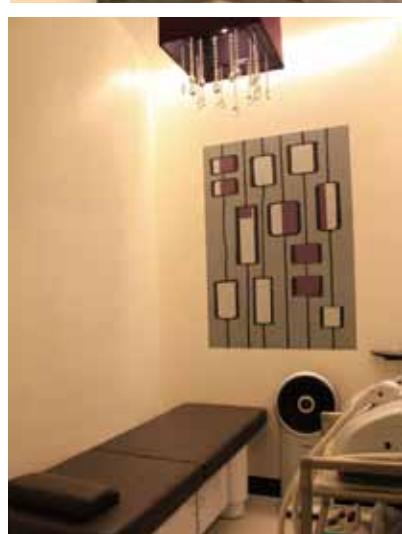
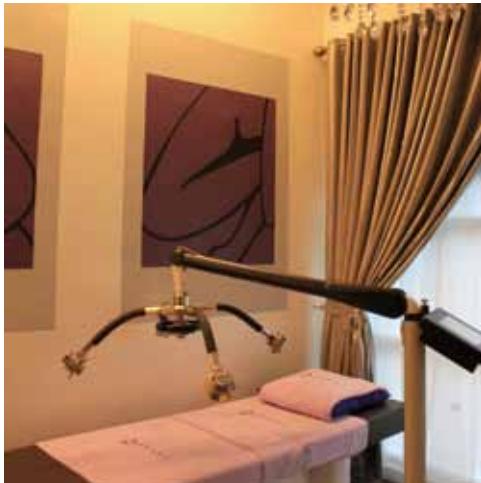
Celu Reduce Program 75%OFF

有効期限: 2012年10月1日まで

提示条件: ご予約時「プライマーを見た」と
お伝えください

Zerona

2nd Floor Crescent Park Residences 2nd Ave
cor 30th St Burgos Circle Bonifacio Global
City Taguig ☎ 02-869-7492, 0917-5337546
E-mail: info@zerona.com.ph
④11時~20時 ④日曜日



気持ちよさが病みつきになるビューティグッズ

肩や背中が大きく開いたオシャレ服のお供はこれら
自然なボリュームと美しいライン フリーな着心地がやみつきに
ヌーブラ

ぴったりとくっつき美しいラインを演出するヌーブラがフィリピンでも購入できるようになりました。多くの女性が待ち望んだ、新感覚のアンダーウェア。ヌーブラ着用時も、締め付けられることなく、自由で心地よい感覚を保てます。背中が大きく開いたイブニングドレスでもホルターネックやタンクトップでもバンドやストラップが見えることはありません。薄手のシャツでも透けにくく、色々な面でお使い頂けます。

※メトロマニラ内

PCX、WATSONS、

SHOPWISEなどで購入可能。



気持ちいいほど落ちる! リムーバーナチュラル素顔美人の第一歩

ロレアル・アイ・メークアップ・リムーバー

よく振ってコットンに染みませ、瞼に乗せて少しモミモミ。20秒ほど置いておくと、ウォータープルーフマスカラでも、スッキリキレイに落ちます。何よりもしみないのがうれしいところ。目元が敏感な人でも、チャレンジしてもらうと違いが判るはず。ふき取りクレンジングで済ませたい時にも強い味方です! 125ml、395Pとお値段もかなりリーズナブル。

※PCX、SHOPWISEなどで購入可能。





眼科病院 ASIAN EYE INSTITUTE

あらゆる眼の悩みに対応しています

CLASSIFICATION
INTERNATIONAL



- ・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

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

フット・ボディマッサージ
24時間受付中

2時間のご利用で、
背中あかすり無料

お問合せはこちら

マンダルヨン店

625-3589 0922-8745659 0920-9453651 0916-4052775

マカティ店

G/F ROBELLE HOTEL #887 J.P. RIZAL ST,
BRGY. POBLACION

552-2803 0932-8779272 0920-9453652 0916-6126817

わたしたちは、若くて有望な
男女セラピストを
トレーニングしています



自宅で受けられるマッサージ
種類の豊富さが人気です!

Massage at Home

マッサージ・アット・ホーム

自宅に居ながらにして、様々な種類のマッサージをデリバリできてしまうのが魅力！毎回、スタイルを変えて楽しみたいところです。

- スウェディッシュ／指圧マッサージ (1時間) : P250
- タイ式マッサージ(1時間) : P300
- グリーンティーボディスクラブ(1時間) : P600
- マニキュア・ペディキュア: 各P250
- ホットストーンマッサージ: P400
- スリミング・トリートメント (30分): P750
- スクラブ・フットスパ(1時間) : P300

☎0917-8317-880、0922-831-7880、
02-975-9413 ☎13時～翌1時 ④なし



Manila R-2

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。炎症や赤みなどの心配がない安全なダイアモンド・ピーリングは、ニキビ跡、毛穴の開き、はつきりしたくすみなどに効果的です。アメリカ製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P2500。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
Unit 204, 2nd Floor, Entertainment Mall
Southwing, AM Mall of Asia, Pasay City
☎02-577-0425、02-556-7272、0917-598-
0599 ☎10時～20時 ④日曜

日本人ネイリストのGel Nail Salon

Nail Salon REI 麗 ネイルサロン レイ

フィリピンの有名女優Gelli de Belenも足しげく通うネイルサロン。手もとをふわっと華やかにするサーモンピンクのグラデーションや、フィリピンの明るい日差しにピッタリのビタミンカラーなど、気分に合わせてチョイスして。「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。使われる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。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。

- 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、近日中に店舗をマカティに移転予定



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

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、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
ツインマッサージは倍額となります

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



20部屋以上ある寛ぎの空間で 神秘的なSTONEマッサージ

Rodeo Spa

ロデオ・スパ

AlabangとBFにお店を構えている人気店。長年の熟練したマッサージ師と広い店内、リーズナブルなお値段が人気の理由。一番人気はスイディッシュとストーンマッサージ。火山岩を使用した石は暖めることで、血行促進、疲労感を癒しながらリラックス状態へ誘い、手では難しいコリや冷えなどの症状にも効果的です。韓国・日本語対応可。

●スイディッシュマッサージ 60分(P400)
●ラバ・ストーンマッサージ 60分(P650)

BF店 Aguirre Avenue BF Homes, Phase 2 208, Parañaque City 1718 ☎02-820-1845 ☎11時~24時
アラバン店 Unit 61 A Prime ST Barangay New Alabang Village ☎02-552-1321 ☎12時~22時 ☎日曜



Makati G-1

気軽に立ち寄れる韓国系 コスメ専門店ならここ!

WHITE BEAUTY

ホワイトビューティ

オーナーは美容を極めたスペシャリストで、肌の状態から天候まで考慮し、ひとりひとりの肌に合うコスメをアドバイスしてくれる。ボディスクラブからファンデーションまで、その場で試せる心遣いも嬉しい。季節によって限定プライスで販売される商品も充実しているので要チェック。

●おすすめ 日焼け止めや化粧下地など多種類から選べるBBクリーム: P250~ ●LANEIGE パーフェクトリニューアルクリーム50ml: P2,000
●扱いやすい成分をギュッと凝縮した美容液(コエンザイムQ10、コラーゲン、ビタミンCなど)種類: P250~ ●マスクカラ、アイライナー、アイプロペンシル: P99~

5041 P.Burgos St., Brgy. Poblacion, Makati ☎02-728-5663 ☎12時~22時 ☎年中無休
www.ilovewhite.net FB:White Beauty Secret Inc.



Makati

本当につらい痛みとコリに 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。またコスメ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(コスメ鍼治療10回): 通常P5,000→P4,000

FERROS BEL-AIR TOWER CONDOMINIUM #30 Polaris st. corner Durban Felipe st. Brgy. Poblacion, Makati City ☎02-218-5250, 0916-758-2975 ☎10時~18時



Makati C-4

マカティ市内高級サロンでも活躍! 頼れる日本人スタイリスト

Higuchi Hair Salon ヒグチ・ヘアサロン

経験豊富なベテランスタイリスト樋口さん。お客様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。例えば、お薦めはポイントだけのピンパーマP800~。「長さを変えずに軽い雰囲気に」、「前髪のクセを矯正したい」施術時間も短く、気軽にトライできます。最近は活躍の場も広がり、Emphasis Salonでも樋口さんの施術を受けられます(月・水・金予約限定/カット:P1,500)。

●Emphasis Salon ルスタンス店

5F Rustan's Makati, East Dr., Ayala Centre, Makati City ☎666-3938, 0917-527-2566

◎10時~19時 ◎店舗は年中無休・樋口氏は火曜定休

●おすすめ

カット:P800・デジタルパーマ:P4,000~

Unit 103 M. Santillan St. cor. Fernando St. Brgy Pio Del Pilar, Makati City ☎02-836-1297, 0929-601-0502 ☎9時~20時(木曜~20時15分) ☎火曜 Facebook http://on.fb.me/wxnwls



Manila T-3

今日はみんなで癒されよう パーティー・パッケージ!

SM健康サウナ

SM Kenko Spa

本格的な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。お友達同士でぜひ利用したい「Spa Party Package (P6,300/7名様)」を実施中! 詳細お問合せ下さい。

●Spa Party Package内容

1. パッケージ利用者さま専用スパ
2. ボディマッサージ/1時間
3. サウナ(時間内であれば何度利用してもOK)
4. マニキュア&ペティギュア
5. フットスクラブ
6. ウェルカムドリンク(アイスティー、ジュース、健康ドリンクのいずれか)

贅沢でスペシャルな時間を過ごせること必須!

5/F Network Hotel, Roxas Boulevard corner Sen Gil Puyat Avenue, Pasay City

☎02-536-7777(内線7110または6番)

⑩11時~翌7時 ⑪無休

※NAIAターミナル1、3にも支店あり

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



Manila, Alabang Z-4, V-2

最新の軽くてゴムの様に伸びるメガネフレームがP500~

Star Finder Optical

スター・ファインダー・オプティカル

現在5店舗迄に拡大した人気店。秘密はサングラスや眼鏡の流行が似ている韓国人Staffの丁寧な接客とアフターケア。注目の新商品はポリアミドという人間の人工骨を作る素材で作った軽くてゴムの様に曲がるメガネフレームです。常駐の目医者が機械で目の状態を詳細に調べ、最適な組み合わせを提案。日本語可→場所により電話or対面。

フェスティバル店 ☎02-842-8155

2/L Style Blvd., Festival Supermall,
Alabang, Muntinlupa City

B.F店 ☎02-710-4734

Unit A & B G/F, #31 Aguirre Ave., cor P. B

Anzon St., Phase 1 BF Homes, Paranaque

マニラロビンソン店 ☎02-536-5472

2/L Robinsons Place Manila, Padre Faustino Wing, Ermita Manila



Fort Bonifacio I-2

ナチュラルでいて、遊び心あるデザイン いつでも旬なスタイルに出逢える隠れ家サロン

Natural HYPE® ナチュラルハイプ

今年オープンした日本スタイル・ヘアサロン。細部にもこだわりを感じるスタイリッシュなインテリア。今回はカットモデルAさん(マニラ在住2年)がAIR WAVEエアウェーブに初挑戦! 普通のパーマの約2倍長持ち(※約3ヶ月・個人差あり)ふんわりと自然な仕上がりに。以前はクセ毛だからと、まとめてばかりだった髪も、エアウェーブで気になる前髪のクセがカバーできただうえに、「手入れがラクで、キチンと見える♪」と、大満足。

【施術内容】

前髪のクセをエアウェーブで矯正、自然に流れる前髪に。さらにレイヤーを入れつつも、長さを残すことで、上品に重軽い(おもかるい)雰囲気を保ちます。きちんと感あるカールも、少しくずしてラフなアレンジも自由自在。1ヶ月後には毛先だけ色を入れるトナーを試すもOK!

2-D at Blue Sapphire, a commercial building located at, 30st Cor. 2nd Avenue, Crescent Park West, Bonifacio Global City ☎02-478-4226
⑩10時~20時(土・日9時~19時) ⑪第1・3日曜、第2・4月曜

[Facebook: Natural HYPE\(R\)](http://www.naturalhype.com)



★GRAND OPEN PROMO★ AIR WAVE P7,300→P6,500 (カット込み)

利用期間: 2012年8月25日~9月24日

提示条件: 予約時に「プライマーを見た」とお伝え下さい



ジャパニーズヘルプデスク提携病院

セント・フランシス・カブリーニ医療センター

St. Frances Cabrini Medical Center

矢崎トーレスのオーナーでもあるMr. Feliciano L. Torresにより設立された高度医療機関。マカティから車で約45分、3つのPEZA工業団地(Carmelray 2、FPIP、LIMA)の中間に位置します。ガン治療が名高く、照射位置を正確に測定できる画像誘導放射線治療(IGRT)を設置。高度な技術とトータルケアに定評があります。2010年にフィリピン健康保険公社(PhilHealth)よりセンター・オブ・エクセレンス(最優良病院)に認定されています。

●おすすめ JHD(ジャパニーズヘルプデスク)提携病院

☎02-817-1289 (24時間ホットライン)

医療費の一時負担や保険会社への手続き代行、受診・検査の予約、薬局のご案内、処方箋デリバリー、受診時の簡単な通訳(電話)等のサービスを提供。

St. Frances Cabrini Medical Tourism Park Maharlika Highway, Sto. Tomas, Batangas ☎043-778-4811 to 18 E-mail: cabrini.medicalcenter@gmail.com または info@cabrinimed.com.ph <http://www.cabrinimed.com.ph/>





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回間のプログラム: 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

O2 AESTHETIC CENTER

スキンケア & レーザークリーリング

素晴らしい
スキンケア・サービスを
提供いたします。



身体への癒しと健康増進へ
毎日24時間営業

02-964-8788/02-560-4464
0917-510-0730/0999-560-9445

- スウェーディッシュマッサージ…P250
- 指圧マッサージ…P250
- コンビネーション(スウェーディッシュ & 指圧)…P300
- タイマッサージ…P300
- フットリクレソロジー…P300
- アロマテラピー…P500
- ボディスクラブ…P500
- ウェントーサ…P500
- ツインマッサージ…P500
- マニキュア & ペディキュア…P350

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

Makati

小林歯科診療所・技工所
KOBAYASHI DENTAL CLINIC & LABORATORY

豊富な経験、信頼できる技術、安心できる歯科

歯は口を変え
口は顔を変え
顔は表情を変え
表情は人生を創る!!

歯が人生を支え、歯が人生を創っていく
私達はこれを信条に毎日精進しております。

歯科医師
Makoto O. Kobayashi D.M.D., RDT
Marjorie G. Kobayashi D.M.D., RDT
Mark Anthony G. Kobayashi D.M.D. RDT
Bernadette C. Kobayashi D.M.D., RDT
Miguel Atom Kobayashi D.M.D.
5th Place Dental Licensure Examination

マカティ市マガリアネスピレッジ、
マガセントービル4階
4/F Unit 401, Maga Centre
building, Paseo de Magallanes,
Magallanes Village,
Makati City

医療サービス

- 審美歯科
- 歯列矯正
- 口腔外科
- 補綴技工
- インプラント治療
- 根管治療
- スポーツ歯科
- 小児歯科
- 予防歯科
- 一般歯科
(スケーリング・虫歯治療等)

We Accept the following
Health care:

- UFJ
- Hitachi
- MLFG
- NITTO
- Mitsubishi
- NSK
- Nippon Express

Website: www.kobayashi-clinic.com.ph
Email: info@kobayashi-clinic.com.ph
Tel: 852-3622 / 854-3800 Telefax: 851-5762
Cell: 0919-4309932 / 0917-8947005

Alabang AA-4



KOBE CLINIC

内科、外科、眼科・耳鼻咽喉科、
整形外科、小児科、産婦人科、皮膚科の
専門医がおります。
日本と同じ人工透析。
ダイアライザ等、
全て使い捨てで行っています。

Unit 2068 & 2069 B.2, 2nd Level,
Festival Supermall, Alabang, Muntinlupa city

Tel: 02-842-5405 / 02-842-6138
Fax: 02-772-1855
E-mail: toshikobeclinic@yahoo.co.jp (日本語)
From 9 AM to 8 PM 年中無休

ご自宅・ホテル
マッサージ

Jewel's Massage
massage therapy

24時間 お電話受付中 Tel. 391-1449 Cell. 0916-9115795 or 0929-510-1535

2時間たったのP450メニューあり!!

●男性・女性セラピストをお選びいただけます

スウェーディッシュ、指圧、タイ
コンビネーション.....P300/1時間
ボディスクラブ(マッサージ付).....P600
ホットストーン・マッサージP500

グルタチオン美白
ボディスクラブ・マッサージP800
ボディスクラブ、マニキュア、
ペディキュアP750

Makati G-1

韓国人メイクアップアーティストによるプロの技
**サマーBIG
プロモ実施中!**

●まつげエクステンション=P3,000→P1,900
●ナチュラル眉+アイライン=P12,000→P10,000
●ナチュラル眉+アイライン+唇タトゥー=P22,000→P17,000
※プロモ9月末まで

タトゥーメニュー

★眉タトゥー ★アイライントattoー ★唇タトゥー (全体)
★タトゥー消去レーザー
米規格FDA承認。
オーガニック製品
使用

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
2nd Flr, P.Burgos cor.Gen. Luna St., Makati City
☎ (02)729-5448 (0917)564-3943

世界のセレブが認める
世界水準クオリティ
9月末まで限定プロモ実施中

Shinagawa Lasik & Aesthetics Center

品川レーシックアンドエステ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レーシックで84万件の実績を持つ品川近視クリニック。そして22年の歴史を持ち、ノン・サージカル・トリートメントを始めとした美容整形やシミ除去、痩身、レーザー脱毛などの美容医療を提供する品川美容外科。の中でもフラクショナルCO2レーザーを使った治療は、肌を若返らせるのに最も優れている治療で、肌の負担も少なく、大きくて深いニキビ跡や妊娠線を見違えるほど減らすことができます。

品川近視クリニックのレーシックは「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両目で15分ほど。翌日に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。フィリピンで手術を受けた場合にも、日本の品川近視クリニックでの検診が可能です（3年間保証付）。

※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。受診の際はパスポートをお忘れなく。

◆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」：
P1,607～
- FDA認定の機器を用いた「医療レーザー脱毛」：
P1,339～
- くすみ・毛穴に効果のある「ジェネシス」：
P1,785～
- レーザーでの部分痩せ治療「ヴィオラ」：
P3,571～

Primer読者特典①

美容メニューすべてを20%OFF

※メニューは上記を参照ください
有効期限：2012年9月31日まで

Primer読者特典②

Celestyコスメティックを30%OFF

※皮膚医学にもとづいたSHINAGAWA独自のコスメラインです
有効期限：2012年9月31日まで

Primer読者特典③

レーシック施術よりP10,000割引

※通常P120,000～P110,000 初回診察・イニシャルコスト無料
有効期限：2012年9月31日まで

Primer読者特典④

フラクショナルレーザーをP9,500～

※通常P12,800～をP9,500～
有効期限：2012年9月31日まで



写真上・左下：新しくモデルに起用されたMs. Gwen Zamora (GMA所属)

写真右下：白を基調とした、明るい印象のサロン内

ふっくらもち肌「フラクショナルCO₂レーザー」



お肌の若返りに着目した新しい美肌ケア。まずレーザー照射で皮膚表面に均一に無数のドット状スポットを作り、肌の再生に効果的な美容液をたっぷり染み込ませた顔パックで、美肌成分を直にお肌に浸透させます。そうす

ることで、細胞再生が促進され、より多くのコラーゲンを生成させることができます。平均して5～6日間で肌が入れ替わり、フィリピンの太陽で弱った肌が、ピンク色のふっくらもち肌に！

Shinagawa Lasik & Aesthetics Center

Mezzanine, Tower 2, The Enterprise Center,

6766 Ayala Ave. cor. Paseo de Roxas, Makati City

ホットライン：02-846-3197、491-0000(英語対応)

④10時～20時

④クリスマス・元旦

<http://shinagawa.ph/ja/>





赤ちゃんを待ち望む ご夫婦の夢を叶えるために Kato Repro Biotech Center

不妊症って?

不妊症とは、一定期間(2年以上)避妊せずに夫婦生活を送っていても、赤ちゃんを授からない状態のことを言います。頭痛や腹痛と同じで、病気ではなく、症状(=状態)を現す言葉なので、その原因や重症度は様々。これまで夫婦10組に1組といわれていた不妊症ですが、最近は晩婚化の影響もあり、一説には7~8組に1組と言われています。

どんな治療をするの?

来院いただいた際は問診表を記入、診察および採血、超音波などの各種検査を行います。その検査の結果をふまえながら医師より治療方針についてご説明します。私たちは、不妊症の原因のほとんどが「卵と精子が体内で出会いていらないから」と考えており、体外受精にも様々な方法がありますが、限りなく薬や注射を少なくし、自然妊娠と同じ毎月の1個の卵を大切に扱い、身体に負担のない治療を行なっています。



Kato Repro Biotech Center による不妊治療

2012年春、マニラ市のマカティにオープンしたKato Repro Biotech Centerは、世界的に著名な加藤 修医師(加藤レディスクリニック院長(東京都新宿区))の技術指導のもと、自然月経周期を尊重し排卵誘発剤を極力使用しない、身体に優しい体外受精(IVF: In Vitro Fertilization)を提供する目的で開設された不妊治療センターです。

前述の加藤レディスクリニックの技術提携施設は、日本では永遠幸(とわこう)グループとして全国10か所に、また世界においてもニューヨーク、ロサンゼルス、上海、そしてマニラで、赤ちゃんを待ち望むご夫婦のために、妊娠に向けたあらゆるサポートを提供しています。

自然な形で赤ちゃんを授かることのできるよう、私たちはぜひ一度ご相談ください。

■初診時に必要なもの
パスポート(ご夫婦のものが必要です)
※初診の際は、事前に電話予約をお願いいたします。

■治療費の目安
体外受精・胚移植の基本料金(税抜き価格)
採卵(Egg Retrieval)費用 P45,000
媒精(Fertilization)費用 P10,000
胚培養(Embryo Culture)費用 P20,000
胚移植費用(Embryo Transfer) P35,000



その他、外来診察費用や体外受精・胚移植の際に特殊技術(顕微授精(ICSI)や胚盤胞移植(Blastocyst Culture))などを実施した場合は別途加算されます。

Kato Repro Biotech CenterはPEZAに認定されていますので、外国人には消費税(VAT)がかかりません。



Kato Repro Biotech Center

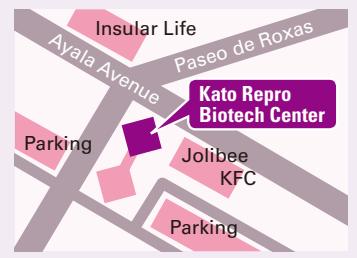
カトウ・リプロ・バイオテック・センター

8/F Tower 1, The Enterprise Center,
6766 Ayala Ave., Makati, Manila

☎02-822-1209

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

診療受付時間：
平日8時半～11時半、14時～15時半
土曜・日曜8時半～12時



Makati D-3



A miracle is within your reach.

Let's make it happen.

KRBC

最小限の治療で、
自然な妊娠をうながす不妊治療センター



Kato Repro Biotech Center

8th floor, Tower 1, The Enterprise Center

6766 Ayala ave. corner Paseo de Roxas

+63 2 822-1209 | www.krbc.ph



南国フィリピンで
快適な住まいを探すなら

Alveo Land Corporation

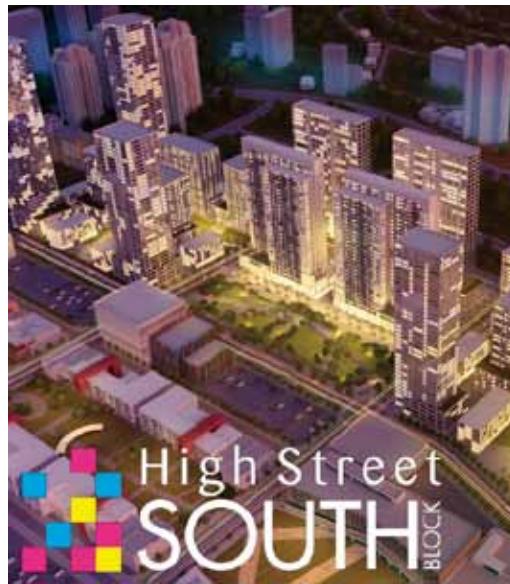
アルベオ・ランド・コーポレーション

フィリピン不動産開発をリードするAYALA LAND, INC.急速に拡大する市場のニーズに応えるべく住まい建築に真摯に取り組んでいます。時代を読むシャープな先見性と、比類なき卓越したトータルコミットメントをもってAyala Land革新のための建築基準を打ち立てています。ただ最高の住宅を提供するのではなく、お客様が本当に望まれている価値ある住まいを一緒に探しします。プロジェクトは、ボニファシオグローバルシティのTWO MARIDEN、タガイタイのKASA LUNTIAN、ローザ駅のNUVALI、ラグナ他多数。

●詳細はお気軽にお問合せ下さい

☎632-494-5335

E-mail: sales.group27@alveoland.com.ph



日系不動産会社
Wrigが提供する
寛ぎの空間

RFO Newport Condominium

アル・エフ・オー・ニューポート・コンドミニアム

アジア各国を飛び回るビジネスマンの皆さん、フィリピン出張のたびのホテル住まいでそろそろウンザリしているんか? 毎回のホテル予約、チェックイン、はたまた予約ミスで部屋を急遽変更! など、トラブルに巻き込まれて時間を無駄にした経験をされた方もいるのではないか。安心で快適なリラックスできる滞在先があってこそ、ビジネスにも熱を入れられるというもの。

そこでご提案したいのが「RFO Newport Condominium」。ニノイアキノ国際空港から近く、部屋の窓からは隣接するゴルフコースの鮮やかなグリーンと真っ青な空を眺めることができ、室内は都会の喧騒から離れてゆっくりと寛ぐことができるよう、快適さを重視した、ゆったりとした造り。南国フィリピンを満喫できる人気のコンドミニアムです。

フィリピン進出をお考えの企業社員様用に、シンプルな1ベットルームはもちろん、ファミリー向けの2ベットルームもあります。物件の下見は日系不動産会社Wrigがアレンジしてくれるので安心。他にも取り扱い物件は多数、ぜひ一度WEBサイトをチェックして下さいね。

◆現在売り出し中のお部屋はこちら

Montecito
(モンテシート)

1 Bedroom

1 Toilet and Bath

バルコニー付

面積: 47.50 sqm.

価格: Php 4,750,000

Pinecrest
(パインクレスト)

2 Bedrooms

2 Toilet and Bath

メイド部屋(専用トイレ付)

玄関ホール付

面積: 77 sqm.

価格: Php 7,700,000



ちょっと足を伸ばしてみると…

コンドミニアムすぐ近くにあるのが、5つ星マリオットホテル、フィリピン発の6つ星マキシムズホテル、などの高級ホテル、カジノや劇場を備えたショッピングモール「リゾート・ワールド・マニラ」。洗練されたレストランやカフェが軒を連ね、友人とのディナータイムや、休日ゆっくりとカフェで羽を伸ばしたい時、ふらりと立ち寄ることのできる便利なスポットです。



詳細お問合せはこちらまで

Unit 708 Level 7 Tower One and Exchange Plaza
Ayala Triangle, Ayala Avenue, Makati City 1226

Philippines

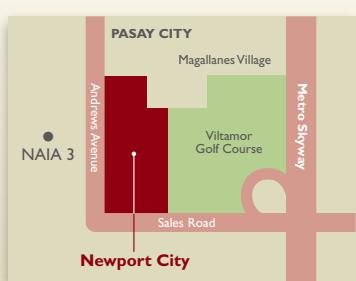
TEL 02-836-7544

携帯 0917-582-1079

FAX 02-823-5244

E-mail justine@wriginc.com

WEB www.wriginc.com



魅惑の城

West Tower at One Serendra Bonifacio Global City

Point 2 エネルギッシュな活動の場

一步外に出来れば青々とした庭園が、更に数歩足を運べば活気に満ちた都会が視界に広がります。ハイレベルな医療技術を誇る病院、インターナショナル・スクール、アクセスが容易な優れた利便性、ペットと一緒に遊べる広場、アートに囲まれた公園など、急発展を遂げているボニファシオ・グローバルシティの真ん中で、生活、仕事、娯楽のバランスのとれた、快適なライフスタイルを満喫することができます。

お問い合わせは…

Ms Jerry Lou Tan
Premier Sales Manager Mckinley Group
電話番号: 02-759-4674 携帯: 0917-501-4560
E-mail: jerry@ayalaland.com.ph / jerryloutan@gmail.com

Point 1 優美な空間

落ち着いた雰囲気と快適な空間から一時も離れてはいけない、そんな気持ちにさせる住まいです。移動の際の効率性が高い間取り、広々としたバルコニー、格調高い家具の数々、眼下に広がる緑の庭園、目の前には活気に満ちた都市の風景。ウェストタワーは、極上の優雅なライフスタイルをお約束します。

Point 5 活気溢れる環境

5,000m²以上の広大なスペースを誇るフィットネスセンターをはじめ、アクティビティプラットフォームを充実させる設備を全て揃えています。ご家族との団欒を楽しむもよし、ただひたすらのんびりと時間を過ごすもよし。新鮮な発見に感動し、疲れた時には癒される、そんな環境を提供します。



Arby フィリピンの日和

第9回 『電気ビリビリ』

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。

上ると腰の高さに柵があるだけって日本だと有り得ないでしょ？しかも更なる仕掛けがあって、中央の柱についている取っ手を回すと観覧車のゴンドラが回転するんだよ！ボス達は笑い声と共にクルクルと Ceiling fan の様に回ってたよ。Arby は見てるだけでブルブル震えただけどね。



これが恐怖の観覧車。Arbyは怖いので乗りました。他にもゴーカートやジェットコースター、滝下りとアトラクションが沢山あって楽しかったね

今回の話も日本とフィリピンの違いを感じる面白いサンプル話だと思います。ブルブルと言えば、ボスがスクワッターエリアでスプーンを取ろうとしたら感電したんだって。どうやら電極を水の中に差しこんで殺菌をしてらしいんだ。意外と衛生面にも気を使ってるんだね、Arby でした。

ようこそ、夢と混沌のフィリピンへ!!!



Assistasia Philippines Inc.

詳しくは assistasia.com



スクワッターエリアはこんなところ。道端で洗濯や体を洗っているので、いつも道路は濡れています。こんな所でも実はバーやサリサリストアがあるんだ

皆さん御存知の通りスクワッターエリアには色々な物が所狭しと密集している。ボスが行くエリアも、住居や怪しい食材を調理するレストランが密集してて、その中を放し飼いの犬や猫、鶏、更には梁の上を親子ネズミが走り抜けるような場所だった。Arby はボスに「危ないから止めなよ」つ



Enchanted KingdomはSanta Rosa市にある遊園地。フィリピン版ディズニーランドって感じのところです。Arbyも娘を連れて遊びに行ってきたよ！

この遊園地はちょっとマニラから離れているんだけど、広い敷地に沢山のアトラクションがあつてボスは大喜びだったよ。でもそれは、屋外で遊ぶビリヤード台が道端に置いてあつたり、水に浮く船を操作して他の船に激突したりとフィリピンならでは、って所に惹かれたみたい。その中でもボスが一番喜んでいたのは観覧車。観覧車なんてドコにでもあるじゃない！って思うでしょ？でもこれはArbyも驚いた。当然観覧車だから高い所まであがるんだけど窓ガラスが無い、そして速い。絶叫マシンじゃないから安全ベルトも無い、立ち

Primer School Feature

★わが子の習いごと発見★

大切なわが子の習いごと、この時期だからこそ習わせてあげたいことがいっぱい。
とはいえば「楽しみながら学んでほしい」「お友だちができるような習いごとを選びたい」
「せっかく海外にいるなら、日本語も英語も両方学べるような環境を創ってあげたい」
「創造性を育みたい」「将来役立つようなスキルを身につけさせてあげたい」などなど願いは尽きません。

大切なわが子の習いごとだからこそ、しっかり情報収集してから選びたいですよね。
そんな声にお応えして、数あるスクールや習いごとの中からPrimer編集部による厳選トピックスをお届けします。
お子さんはもちろん、親子で楽しめるステキな習いごとを見つけてみて下さいね。

白い胴着に身を包み
ギュッとかたく帯を締め
くりだす多彩な足技 テコンドー

Ampomgan Taekondo Academy

アンポンガン・テコンドー・アカデミー

せっかく習い事をはじめるのであれば、礼儀作法や心身の鍛錬をかねた「武道」をわが子に習わせたい。そう夢見るお父さんやお母さん、多いですよね。今回はそんな声にお答えし、ここフィリピンで10年以上の歴史を持つテコンドースクールをご紹介します。

テコンドーの特徴は、基本的な蹴り技はもちろん、飛び蹴り、後ろ回し蹴りなど、まるでアクション映画のヒーローのような大振りで派手な足技が豊富なこと。もともとは韓国の国技として知られ、戦闘技術、護身、スポーツ、エクササイズ、瞑想、哲学と、多様に開発された武道のひとつです。

アカデミーを率いるのは「コーチJP」のニックネームで慕われ、保護者からの信頼も厚い代表のジョン氏。こちらの道場では、護身、スポーツなどの目的の他、良い人格形成にも力を入れており、稽古はまずジョン氏のお話に道場生がじっと耳を傾ける時間から始まります。

- おすすめ
- アンリミテッドクラス P5,000／月
- 何度稽古に参加しても料金均一。メトロマニラ全域から道場を選択可能。
- スケジュール・スクールインフォ
- The Learning Child School
111 Cordillera St Ayala Alabang Village, Muntinlupa
月～金曜：午後4時～5時半／レギュラークラス
金曜：午後3時～4時／幼年クラス（3～5歳）
- Virgin Mary Immaculate School
Along Commerce Ave, Infront of Church, Ayala Alabang Muntinlupa
土曜：午後2時～3時半
- Assumption College Makati
San Lorenzo Drive, San Lorenzo Village Makati
木曜：午後6時～7時 土曜：午後10時半～12時
- Learning Links Academy
Beside Forbes Park Sta Rosa Laguna, Techno Park
水曜：午後4時～5時半／レギュラークラス、
午後5時半～6時半／エグゼクティクラス

Ampomgan Taekondo Academy
HP : www.jpampongan.multiply.com



時間も場所も選ばない オンライン英会話でまなぼう!

International English Center

インターナショナル イングリッシュ センターは、バーチャル教室を使った学習基盤を持つオンラインの英語学校です。生徒は、従来の教室基盤ではなく、自分のペースで英語を学習、練習及び向上させることができます。IECの主な目標は、全ての生徒の英語のリスニング、読解、会話及びライティング能力を向上させることです。

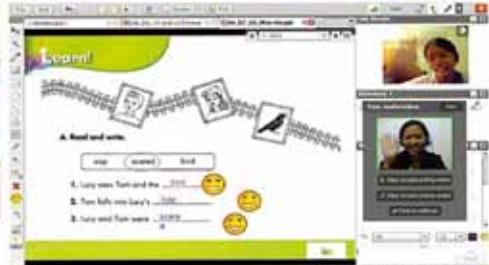
IECでは、英語コースを4歳のお子様から提供させていただいている。IECプログラムでは、優れた英語の会話、リスニング、読解及びライティング能力の取得に導きます。どんな英語レベルの方にも、ご自分の最大限の能力に達することができるまでサポート致します。

●プログラム案内

イングリッシュコース ビジネス英語コース
TOEIC対策コース 会話特化コース(自由会話)



ネイティブスピーカーと英語の練習をしましょう。
イライラすることなく、いつでもどこでも。



*今なら2日間無料お試しクラス実施中

詳細は下記へお問合せ下さい

WEB : www.iecenter.jp
E-mail : info@iecenter.jp
Skype ID : iecenter1

電話／ファックス : 02-478-9948 携帯 : 0917-880-2393
営業時間 : 月～金曜 6am～1am(日本時間)
5am～12am(フィリピン時間)

Makati E-3

日本人経営の英会話スクールが Ayala Ave. にオープン!

アルママータ英会話スクール



Kids・親子英語
実践英会話、英検・TOEIC 対策



●すぐに使えるアウトドア実践英会話(レストラン編・買い物編・マッサージ編)●普段の会話がワンランクアップする時事ネタレッスン●英検・TOEIC 短期集中コース
子供と一緒に、お母さんも英語のスキルアップ!
実際外での実践レッスンのほか、年齢、
レベルに応じた様々なプログラムを用意して
います。詳しくは下記までお問合せください。

Kids・親子英会話(一般英語、ビジネス英語、資格対策、
出張英会話など) : 1時間 1000php ~※親子セット価格
●お得なパッケージも用意。週2回×1ヶ月の8回SET等
<http://almamater.co.jp/kids/>



駐車場は Dela Rosa
Parkingをご利用下さい。
住所 : Room 708 National Life Insurance
Building, 6762 Ayala Ave., Makati City
Tel: 02-822-4146
開校時間 : 10:00 - 19:00
担当者連絡先 : 0919-431-2491
0919-431-2489

Philippine primer

primer 日本人スタッフ募集!

職種: グラフィックデザイナー

資格: IllustratorおよびPhotoshopの実務経験3年以上
(IllustratorCS3以上)

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!

Primer Media, Inc.

TEL: 02-836-8381 担当: 藤田、伊藤

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

E-mail: information@primer.ph WEB: <http://primer.ph>

Makati G-3

たくさんの可能性を秘めた
乳幼児期こそ通ってほしい

Little Clarion

リトル クラリオン

小さなお子様をお持ちのお母さん、家に閉じこもってばかりいませんか? せっかくの海外生活、お子様にたくさんのこととを体験させてあげる大きなチャンスです。リトルクラリオンでは、1歳半~6歳まで年齢ごとにコースが用意され、年齢に応じたプログラムが豊富によういられています。ぜひ一度見学にいらしてください。



●プログラム例 バレエ、ミュージカルシアター、
テコンドー、レゴブロック、音楽レッスン(ピアノ、
バイオリン、チェロ、声楽、クラリネット)など
マカティ教室 4th Floor, Alco Building,
391 Senator Gil Puyat Avenue, Makati City
(Near Bel Air 1) ☎/Fax 02-890-8840,
0920-913-0311 ☎8時~17時(月~金曜)、(土曜~13時) ☎日曜 www.clarionschool.com www.clarionschool.com

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
ページ隣りの各スクール
海外から: +81-6-6185-1471
<http://www.eienjapan.com>

せっかく語学学校に通うなら、その前に出来るだけ英語の基礎力をつけておきたいもの
インターネットを使って自宅で手軽にできる無料の英語学習方法をご紹介

英語のシャワーを浴びて 基礎英語力をUPさせよう

幼い頃、自分がどうやって日本語を話せるようになったか、覚えていますか。生まれたらすぐに、またはお腹の中にいる時から、周囲の大人が優しくたくさん言葉を話しかけてくれたはず。赤ちゃんは自分に向けて話しかけられる言葉にしっかりと耳を傾けています。たくさん言葉のシャワーを浴びたら、今度は自ら声に出して、言葉を発してみようとなります。そして発音を知り、意味を知り、言葉を覚えてきたのです。

幼い頃に言語を覚えた過程と同じステップで英語を学習するのは、実はとっても大事なこと。語学学習の大きな第一ステップ、英語のシャワーを浴びるレッスンにトライ!

●NHKワールド

<http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/>

TV番組で有名なNHKですが、WEBサイトにも豊富なコンテンツが提供されています。英語で日本語のニュースが取り扱われていることも



あり、身近なトピックスが多くなじみやすいのも特徴。ポッドキャスト*も多種類が取り揃えられています。

●海外NEWSポッドキャスト

アメリカ: CNN、ABC、NBC／イギリス: BBC／

カナダ: CBC／オーストラリア: ABC

ダウンロードして、リスニング教材として活用できるのがポイント。オーディオプレーヤーに入れて持ち歩けば、いつでもどこでも空き時間に英語のリスニングレッスンが可能です。

国によって異なる発音を聞くことで、世界中で話されている様々な種類の英語が聞き取れるようになるはず。

スマートフォンを活用した お気に入り英語学習アプリ

スマートフォンを持っている方なら、見逃せないのが英語学習アプリ。まずは無料版を試しに使ってみて、良ければ有料版を購入、が賢い使い方。リスニングからスピーキングまで、かゆいところに手が届く独自アプリがいっぱい。どんどん新しいアプリが出てくるので、ダウンロードした中から、自分で使いやすいお気に入りを見つけてみて。

●Real英会話

(無料、有料版は¥350)

三栄書房の東大生がジャッジするお勉強アプリにトップ選出されたアプリ。普段、何げなく使用する短い会

話を英語で的確に表現したフレーズ集。

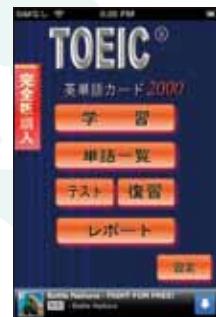
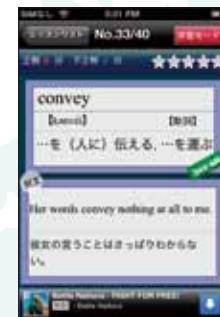
「ぼーっとしてた (=I was spacing out)」、「さすが! (=That's impressive!)」など、独特のゆる~い雰囲気のなかにも、使えるフレーズの充実ぶりが人気です。

●TOEIC英単語カード2000
(無料、有料版のTOEIC重要英単語
(発音版)は¥170)

TOEIC 600点／730点／860点のレベル別クイズで、効率的に単語を覚えることができます。暗記カードのように、テスト形式で出題されるので、空き時間にさくさく勉強が可能です。覚えた単語とこれから覚える単語が一目瞭然なのも嬉しいポイント。



TOEIC
英単語
カード



*ポッドキャスト (Podcast) とは…インターネット上で公開されている音声や動画のデータファイルのこと。

フィリピン留学体験談 Sさん 滞在期間: 2週間

語学留学が初めてだったため、いろいろな不安がありました。マニラの治安はどうなのか、フィリピンの英語はどういうものなのか、一人で孤独にならないかなどなど。結論から申し上げれば、非常に充実した2週間を過ごすことができました。治安、設備は、空港からのピックアップがスタッフの方が来てくれるため、当初の不安をよそに全く問題ありませんでした。また、学校・寮のあるオルティガス地区は治安も良く、夜に飲みに行ったりと日本と何も変わらない、むしろ日本より快適な環境でした。また、マンゴーが強烈においしかったです。日常生活を送る上では、設備は整っ

ているため快適にすごすことができました。また、土日はマカティ地区やリザール公園などの観光もして満喫することができました。英語学習については、マンツーマン方式がこれほどトレーニングになるとは思いませんでした。まずはレッスン内容がかなりフレキシブルであること、自由度が高いことがありがたかったです。発音のトレーニングは初めての経験でしたし、顔が筋肉痛になるほどでした。また、自分は医療系のバックグラウンドがあり、先生が看護士の資格を持っていたため、医療系のテキストを使っての勉強をすることができました。時には日本とフィリピンの医療制度の違いや、文化の違い、カードゲームをしたりなど、英語の先生でながら非常にフレンドリーに接していただいたので、ただテキストをこなすだけ

ではなく非常に実践的なレッスンでした。分からぬ時はその都度確認することができますし、先生方も非常に丁寧でした。欧米での留学も考慮していた自分にとっては、値段的にも内容的にも非常に満足しています。他に、フィリピン特有の発音もあり戸惑うこともありましたが、フィリピンではこうなんだと割り切って進めば今後も問題ないと思います。先生やスタッフの方が非常に親切で、すぐに仲間もでき、大変充実した2週間を過ごすことが出来ました。次回来るときは長期で来れればと思っています。お世話してくださった○さんをはじめスタッフの皆様方に感謝を申し上げます。情報提供/EIEN POWER様

リゾート・セブ島で充実の英語学習!

CDU ESL CENTER

シーディーユー 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付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コースはマンツーツ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, Sebangdaku, Mandaue City, Cebu
⑧8時～18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。



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も長く1日9時間の受講が可能です。サッカーグラント、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)

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ます。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。



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」の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)

Ortigas O-6

マニラ在住者向けのプラン 英語を早く上達させたいのならココ!

EIEN POWER

エイエン パワー

オルティガスにあるマンツーマン英会話スクール。英語を集中的に勉強したいマニラ在住のビジネスマン、主婦の方にオススメ。1回2時間、4時間、6時間、クラスの回数を週3～5回と選択可能で、毎週違う曜日・時間帯に受講も可能。日常会話からビジネス会話まで対応しているので、ご自身の都合と英語のレベルに合ったカリキュラムが組めます。



●おすすめ

通学コース、EPICコース(留学生向け)

マンツーマン [6時間×5日] + 土曜フリーグループレッスン [2時間]

15th ~16th Goldloop Tower A, Escriva Drive, Ortigas Center, Pasig City, Metro Manila ☎(+81)06-6185-1471 ⑧8時～17時 ⑨土・日曜



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?
BI認定の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。

(サービス一例)
●DOLE(外国人労働許可)
●各種VISA取得
●ACR I-CARD
●その他イミグレーションと法律関係

Accredited by Bureau of Immigration

02-560-9792, 02-579-4041

No.17 Phivedec Industrial State, Veterans Center,
Taguig City
Unit 903, Cityland Pasong Tamo tower, 2210 Chino
Roces Ave., Makati City
営業時間 9:00~18:00(月~金) 定休 土・日・祝日



DENCOM
CONSULTANCY & MANPOWER SERVICES
<http://www.dencomphil.com>

●急募●

職種 ●日本人力スタッフサービス

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

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 • 0915.295.7966

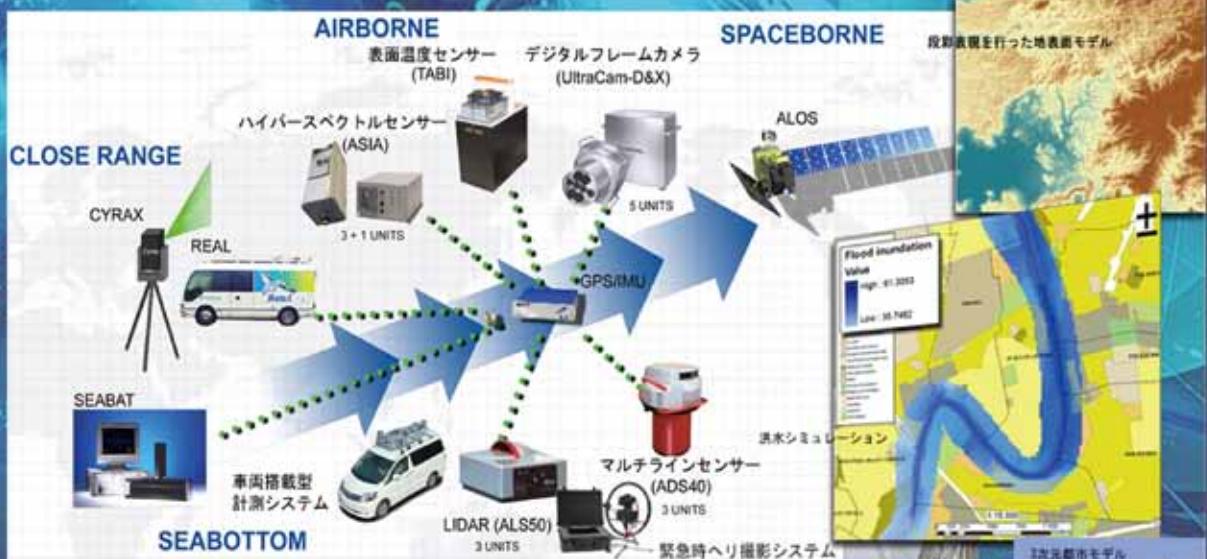
or visit us at 10/F Ecoplaza Bldg.
Chino Roces Ave. Ext., Makati City

Email us your resumé at ReaReyes@TeleTech.com
or apply online at www.TeleTechJobs.com

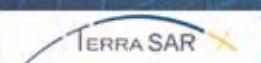


パスコフィリピンは ゆとりある暮らしの実現をサポートします。

私たちは、リモートセンシングやユビキタスなどの最新の技術を活用して地理空間情報を取得し、お客様のニーズに合わせたデータ処理とカスタマイズをえた付加価値のある地理空間情報をご提供いたします。



バスコフィリピンはALOS、TerraSAR X、BRICS CADの正規販売代理店です。



航空写真を貼り付けた地表面モデルによる
3次元表現



バスコフィリピンでは日本人業務アシスタントの募集を行っております。
要、日常英会話、エクセル、ワード操作。お問い合わせは下記まで。
2301 Raffles Corporate Center, F. Ortigas Jr. Road, Ortigas Center, Pasig City
TEL (632) 914 4329 - 30 FAX (632) 914 4338
www.pasco.ph



Metropolis Manila

首都マニラはフィリピン最大の島、ルソン島のほぼ中央に位置。年間を通して気温が高く、一番低い12月～1月でも平均気温25°Cほど。雨季には大量の雨が降ります。人口密度は世界第15位で、毎日多くの人が賑わう活気溢れる街です。エルミタやマラテ界隈の猥雑とも言える繁華街、近代都市として整備されたビジネス街マカティ、歴史を大いに感じさせるイントラムロスなど、ここマニラはそれぞれの地区で異なる、豊かな表情を秘めている都市です。

Philippines



A

B

C

D

1

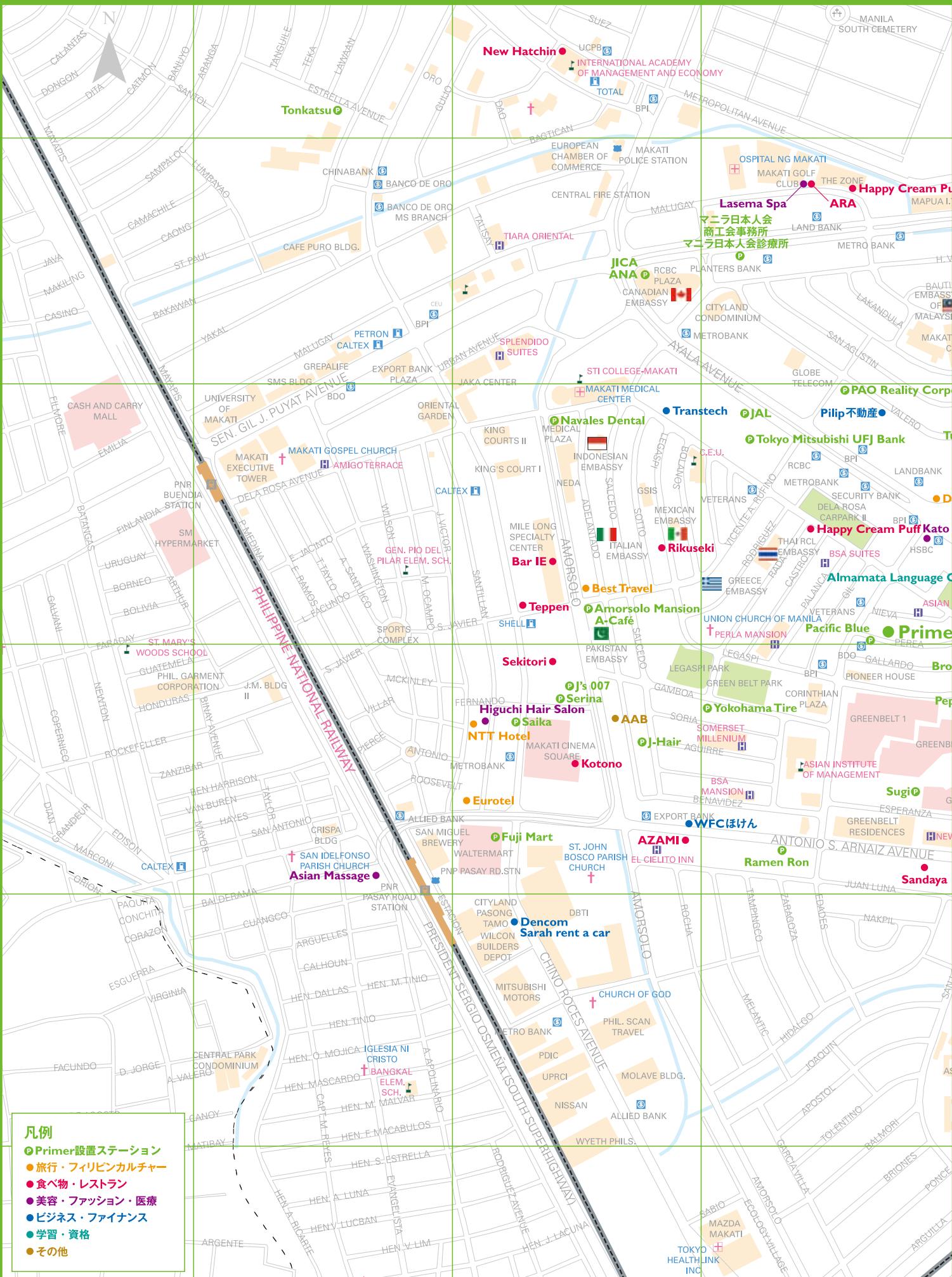
2

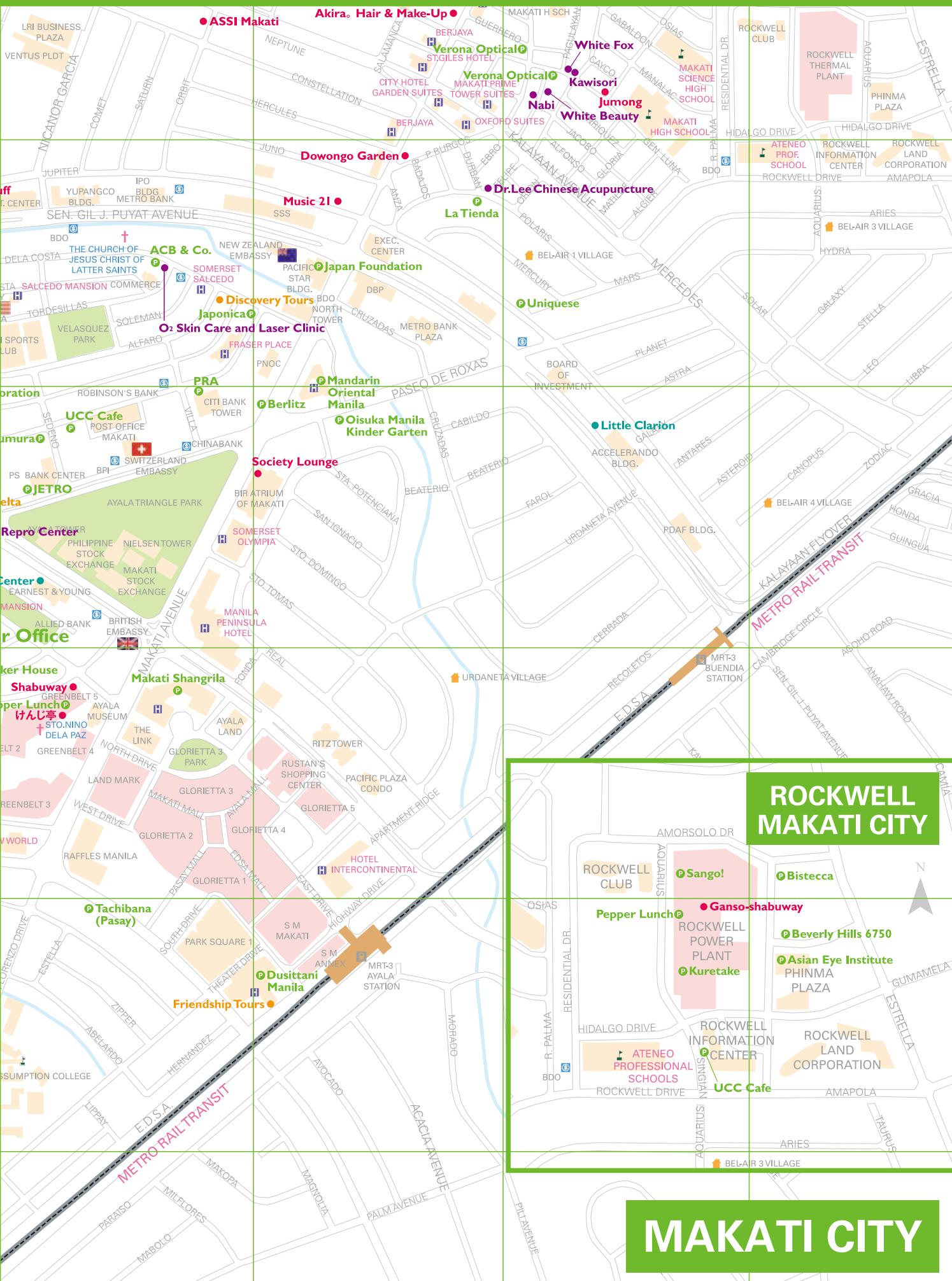
3

4

5

6





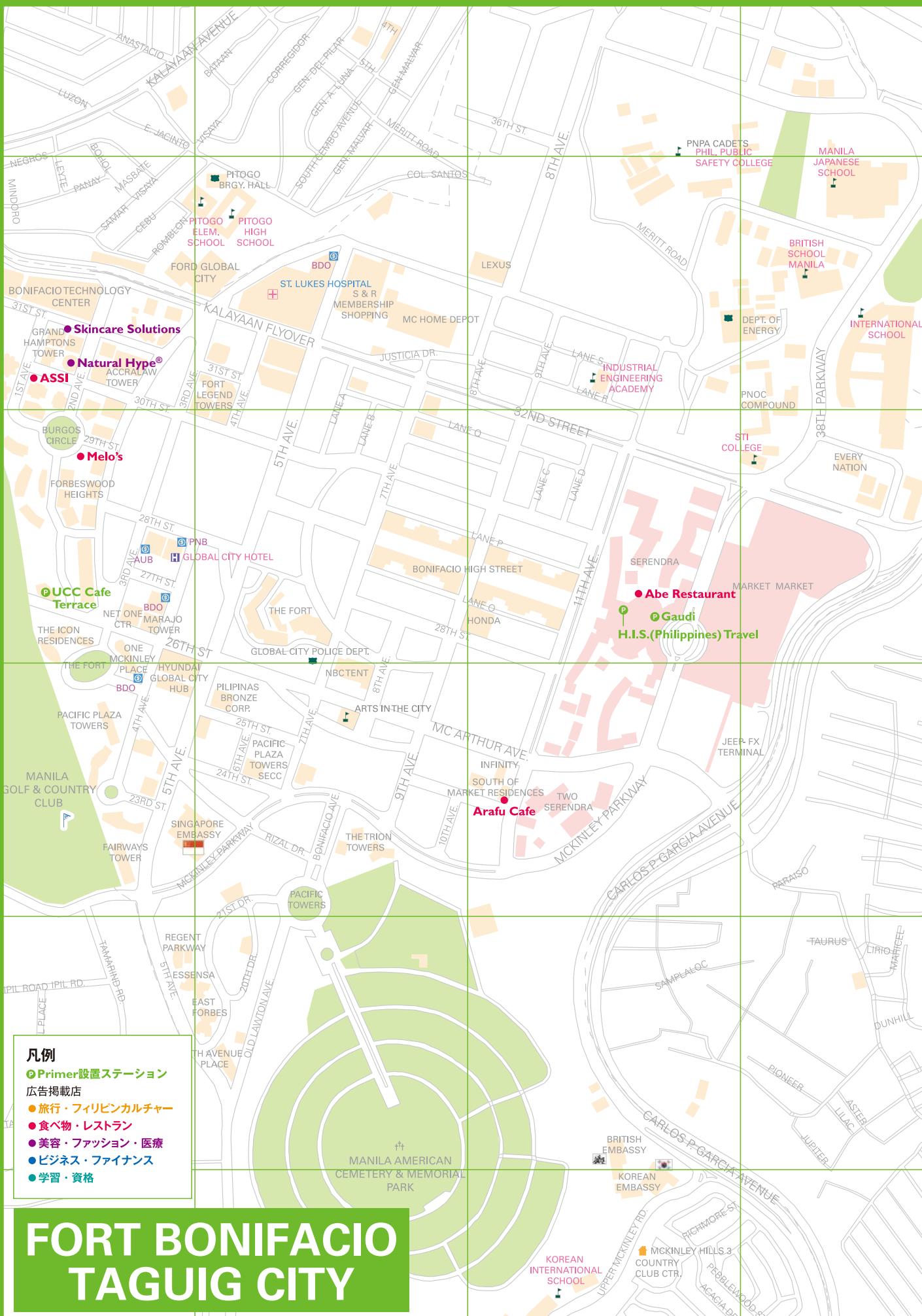
E

F

G

H

49



M

N

O

P

ORTIGAS CENTER PASIG CITY

1



M

N

O

P

Q

R

S

T

1

2

3

4

MANILA



Q

R

S

T

ERMITA/MALATE



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

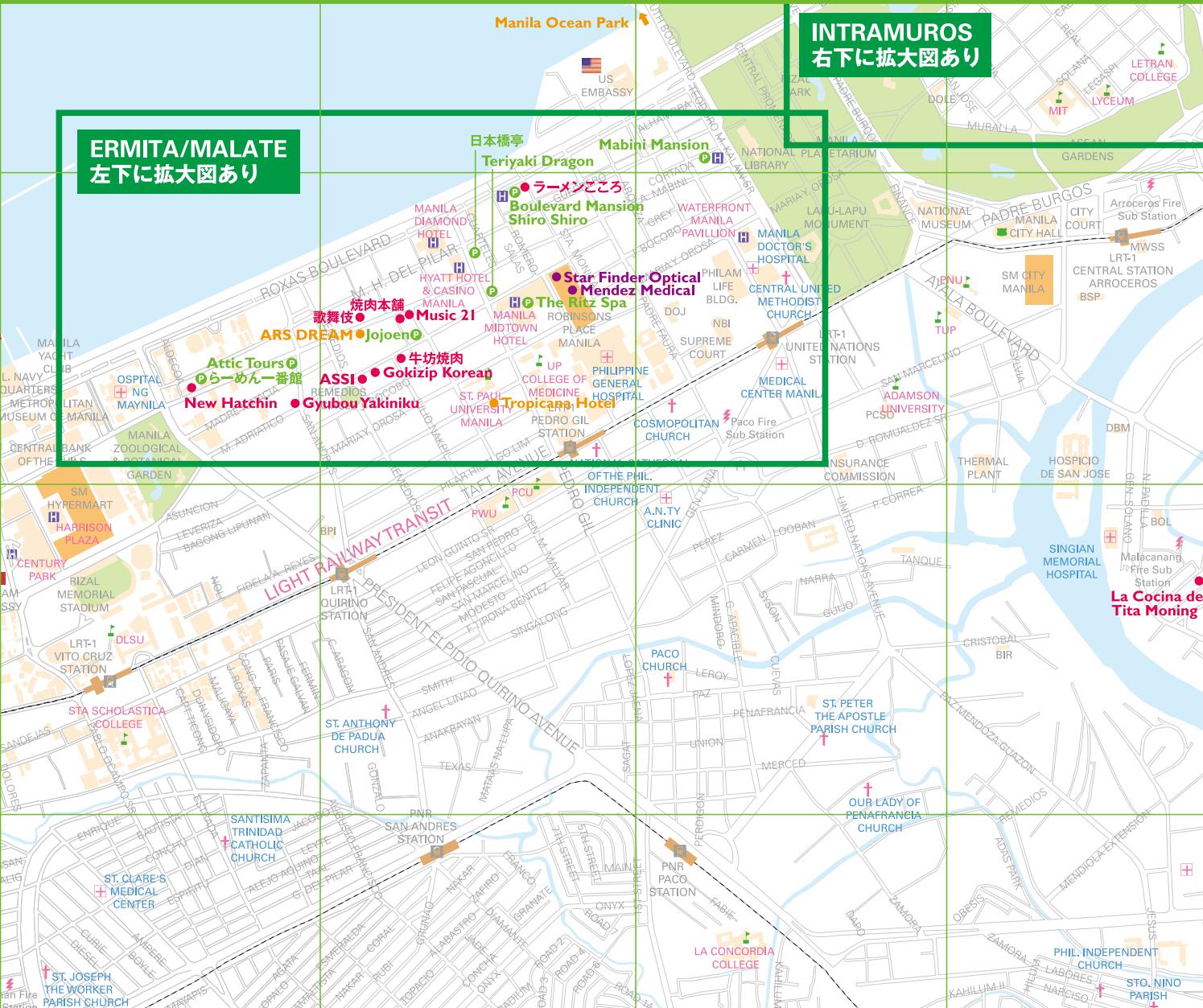
1

INTRAMUROS

右下に拡大図あり

ERMITA/MALATE

左下に拡大図あり



U

V

W

X

3

4

INTRAMUROS

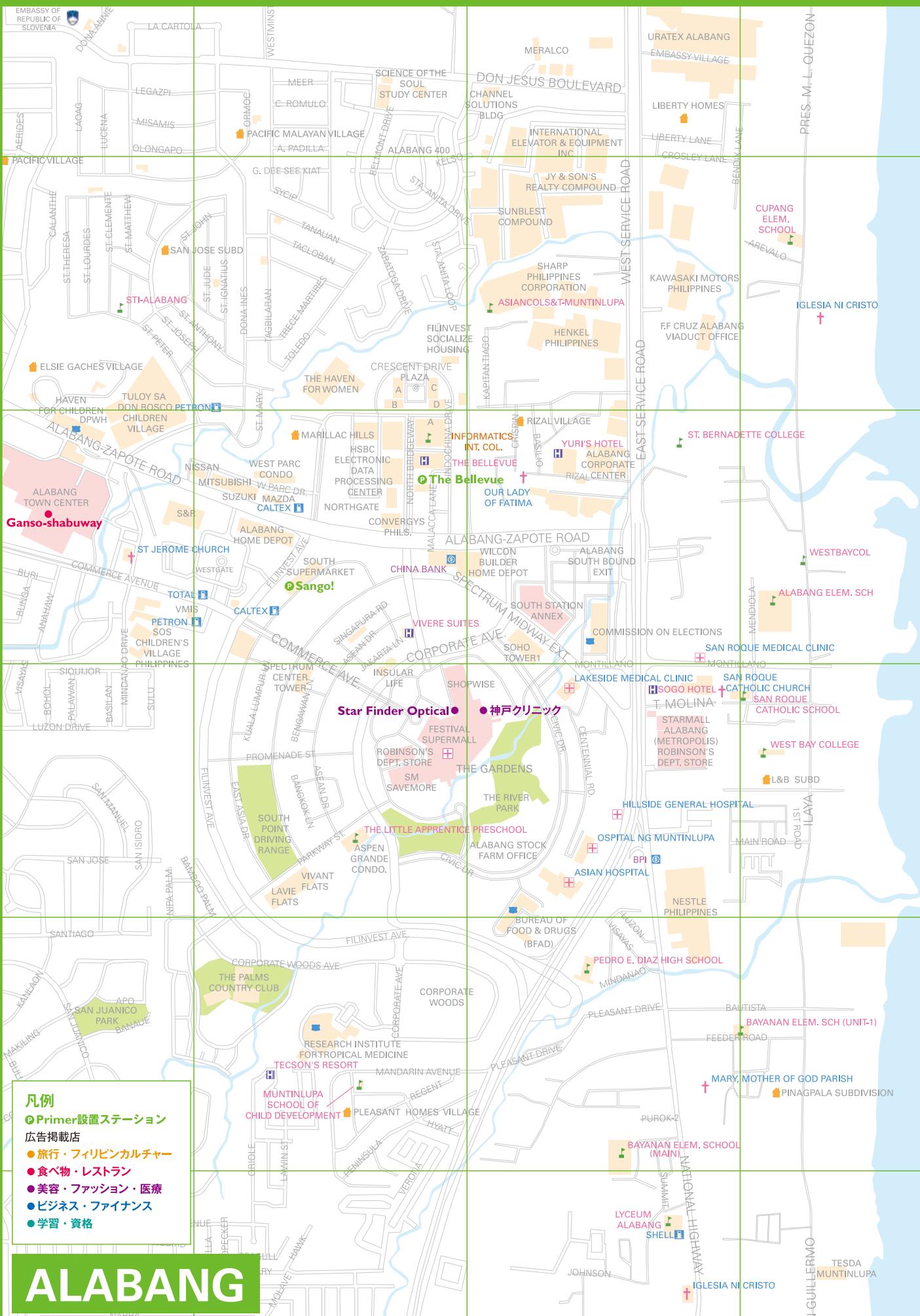


Y

Z

AA

AB



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

ALABANG

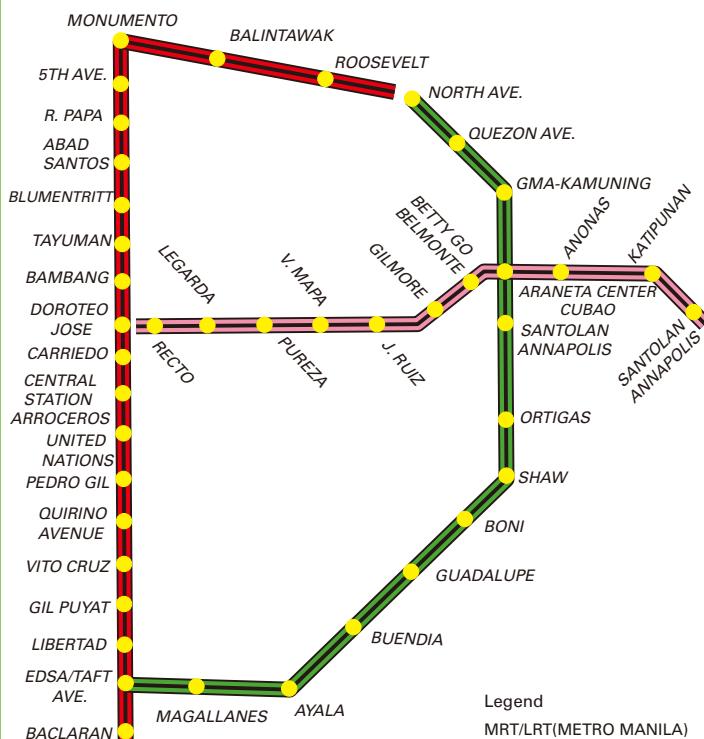
Y

Z

AA

AB

LRT/MRT ROUTE



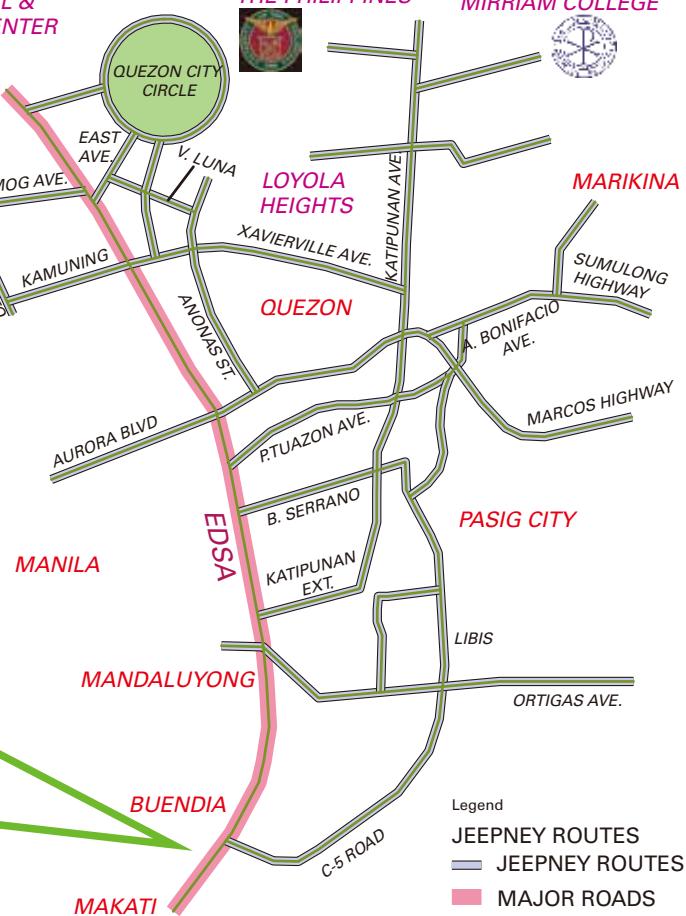
BUS ROUTE (MANILA)



JEEPNEY ROUTE (METRO MANILA)



VETERANS MEMORIAL & MEDICAL CENTER
QUEZON CITY CIRCLE
UNIVERSITY OF THE PHILIPPINES
MIRRIAM COLLEGE





Canon

Delighting You Always

キヤノンフィリピン15周年
ご愛顧いただきありがとうございます！



Business **Can** be simple

Canon Marketing (Philippines), Inc. 7th Flr. Commerce and Industry Plaza 1030 Campus Ave. McKinley Hill, Fort Bonifacio, Taguig City, Metro Manila Philippines 1634

Call: (632) 884-9000 / (632) 884-9090 Visit: www.canon.com.ph Email: solutions@canon.com.ph

North Luzon: (072) 242-4587 Central Luzon: (045) 961-8734 South Luzon: (052) 480-5090 Visayas: (032) 233-5735 Mindanao: (082) 226-2050

キヤノン製品を 「ずっと、快適に」 ご利用頂くために。



フィリピンで使うキヤノン製品、こんな場合はどうすればいいの？

キヤノン製品や、日本で購入
してきた機器の付属品
(プリンターインクやカメラ器材
etc.) はどこで買えるの？

メトロマニラのキヤノン直販店、またはお
近くのショッピングモールにてお買い求め
頂けます。
(※店舗一覧より最寄りの店舗にお問合せ
下さい。在庫をお調べ致します。)

日本で購入したカメラ、
インクジェットプリンター、
レーザービームプリンターでも
修理できる？ 保証はきくの？

修理の扱いは弊社カスタマーケアセンター
で承っております（※まずは修理対応機種
をお調べいたします）。
ただしフィリピン国外でご購入された製品
に関しましては有償でのご対応となります。

修理のご相談・修理
状況のご確認は
こちらから

上記のご相談はカスタマーケアセンターまで。
E-mail: customer_care@canon.com.ph
Tel. (632) 884-9000

※お問合せの際は以下の項目をお手元にご用意ください
Model (機種・モデル)、Purchased Year (購入年)、
Purchased Store (購入店)、Serial No (シリアル番号)

オフィス機器の導入や入替えをご検討の方へ

こんなニーズを感じたら？
キヤノン川原田まで
お問合せください

- オフィス設立で機器を導入したい
- コピー機や印刷のコストを削減したい
- コピー機が古く、紙詰りなど業務に支障が…
- プリンター・スキャナーを集約したい

既存の複写機や文書管理でお悩みのこととはござりますか？
業務内容や人数規模、コスト管理など、各社様のニーズに
合わせた最適なプランをご提案します。手順の詳細・納期
のご相談も承ります。

※お問合せの際には、業務開始時期・
利用人数・接続PC台数・用途・印刷ボリューム
などをご用意頂けるとスムーズです。

川原田麻美
Asami Kawaharada
Canon Marketing Philippines, Inc.
7/F, Commerce & Industry Bldg., Taguig City 1634
Trunkline (632) 884-9090
Directline (632) 812-0045
Faxline (632) 556-1456
Email: Asami_kawaharada@canon.com.ph
Email: customer_assistance@canon.com.ph



（メトロマニラ内のキヤノン製品取扱い店舗一覧）

Canon D Zone Trinoma
301 B Level 3 Ayala Trinoma Mall, North Avenue, Quezon City
Tel. (632) 916-7503

Canon D Zone North EDSA
AX1 436-437 Annex 1 Bldg. SM City North EDSA, Quezon City
Tel. (632) 441-1401, 738-6337

Canon D Zone Mall of Asia
2106A 2nd Flr., Entertainment Mall, North Wing, Mall of Asia, Pasay City
Tel. (632) 901-1071

Canon D Center Megamall
4th Floor, Cyberzone Area, Bldg. B, SM Megamall, Mandaluyong City
Tel. (632) 636-6093

Canon D Center Robinsons
3rd Floor Pedro Gil Wing, Robinsons Ermita, Manila City
Tel. (632) 353-7820

Canon D Center SM Fairview
3333 B cyberzone 3rd Flr., Main Mall,
SM City Fairview, Quezon City
Tel. (632) 921-5749

Canon D-vision High Street
Bonifacio High Street, Taguig City
Tel. (632) 659-4447

Canon D-vision Virra Mall
3rd Floor, Virramall, Greenhills, San Juan City
Tel. (632) 470-1592

キヤノン製品カスタマーケアセンター（英語）
Canon Customer Care Center

3rd Floor, Southpark Plaza, Lot 8, Block 4, Phase 1, Santiago St.,
Paseo De Magallanes Commercial Center, Brgy. Magallanes,
Makati City
月曜日～土曜日：8:30AM - 5:30PM (祝祭日を除く)
E-mail: customer_care@canon.com.ph
Tel. (632) 884-9000

● **PrimerWEB(<http://primer.ph>)にも
「よくあるお問合せ」を掲載中！**

Feature of The Issue

After summer, people choose to stay at home to welcome the rainy season. It's the time of the year where everybody takes it slow and goes back to their daily habit. But with Philippine Primer Vol. 54, we say that life is too short to stay inside even during these bleakest of days, come travel around with us to the northernmost tip of the Philippine and extend the summer fever in ILOCOS. In this Issue, we discovered the best place to surf in Pagudpud, strolled in the World Heritage city of Vigan and experienced the yummy empanada of Batac. All exclusively for you!

As for our 2nd feature, Philippine Primer will treat you to an exclusive pass to the hottest resto-bar in the metro. Whether you're in for a meal or just for a drink, party readers will have enough reason to enjoy indoors at night. Get geared up for a wild and windy September at Philippine Primer-September Issue.



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 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 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

Rossini S. Azul

Grace A. Castillo

Takuya Nakamura

Jake M. Carino

Ma. Prauline Lorena

Jessa Marie R. Monroe

Administration Team:

Cresen Abrea

Aileen Trinidad

Jessie Ojales

Art Direction & Design:

Hiroyuki Yanagida (willsnow-dfl.com)

Design:

Assistasia Philippines Inc.

Masahiko Yamada (aqadesign)

華一

フォート・ボニファシオ



華一 選べるラーメンセット*

- 3種(味噌、醤油、塩)から選べるラーメンと半チャーハン、半餃子で390ペソ/セット^。
- ※ランチタイム(11:30AM~2:30PM)およびディナータイム(5:30PM~10:30PM)で使用できます。

住所 : The Luxe Residences Ground Floor 28th St.
Corner 4th Ave. Bonifacio Global City, Taguig
電話 : 02-556-0969
営業時間 : ランチ 11:30AM-2:30PM
ディナー 5:30PM-10:30PM

浮世

パソコン・タモ・エクステンション



●キタヤマビーフコース(2名様分)*

1名様分に対して前菜3点盛り、刺身、サラダ、キタヤマビーフリブアイスティーキ(100g)、ライス、味噌汁、アイスクリームがついて4,800ペソ/コース^

●ビールおよびソフトドリンク半額

●八海山米焼酎 宜有千萬 3年貯蔵ボトル
5,000ペソ▶4,000ペソ^

※ディナータイム(6:00PM~11:00PM)で使用できます。

住所 : 6/F Alpahland Southgate Tower 2258
Chino Roces Ave. Cor. Edsa, Makati City 1232
電話 : 02-310-5248
営業時間 : ランチ 11:30AM-2:30PM
ディナー 6:00PM-11:00PM

瀬里奈

リトル・トーキョー



お会計から10%引き*

※ディナータイム(6:00PM~11:00PM)で使用できます。

住所 : 2277 Chino Roces Ave, Makati City
電話 : 02-894-3855

営業時間 : ランチ 11:30AM-2:00PM
ディナー 6:00PM-11:00PM

関取

リトル・トーキョー

●得 ちゃんこ鍋セット
食べ放題・飲み放題*

- 鍋食べ放題(関取/味噌/キムチ/期間限定)、飲み放題(ビール/焼酎/ソフトドリンク/いいちこボトル)、先出、大皿5種(サラダ/刺身/揚げ物/焼き物/デザート)、鍋用うどんがついておひとり様1,200ペソ^。
- ※2時間限定で5名様以上で使用できます。
- ※ディナータイム(月~土: 5:00PM~翌0:00AM、日: 5:00PM~11:00PM)で使用できます。

住所 : 2277 Chino Roces Ave, Makati City

電話 : 02-894-3876

営業時間 : ランチ 月~土 正午-2:30PM
ディナー 月~土 5:00PM-翌0:00AM
日 5:00PM-11:00PM

のだ庄

リトル・トーキョー



お会計から20%引き*

※8:00PM以降に新規で入店された方のみ使用できます。

住所 : 2277 Chino Roces Ave, Makati City

電話 : 02-893-3447

営業時間 : ランチ 11:00AM-2:00PM
ディナー 月~金 5:00PM-翌1:00AM
土・日 5:00PM-翌0:00AM

Japanese Dining Deals!

キャンペーンただいま実施中。
2012年10月31日(水)まで



Like us on facebook! <http://www.facebook.com/JCBPhilippines>

*その他の条件

- ・詳しい条件やメニューにつきましては、各店舗にてご確認ください。
- ・店舗で実施中の他の優待との併用はできません。
- ・ご注文の際に、JCBカードをご提示ください。
- ・お会計は、JCBカードでお支払いください。
- ・上記は2012年5月1日現在のものとなります。
- ^ 価格はVATとサービスチャージを含みます。

JCBカードをお持ちでない方は、下記よりお申し込み下さい。

BDO: www.bdo.com.ph/en/jcb

RCBC Bankard: www.rcbcbankard.com/rcbc-bankard-credit-card/rcbc-bankard-mydream-jcb/

Promo period is from May 1 to Oct 31,2012
Per DTI-NCR Permit No.3290, Series of 2012.

買う

内装デザイン
・リフォーム

管理(貸す)

売る

借りる



他社ではできない割引価格で購入可能!

[理由は、ぜひお尋ねください。※まとめてご購入される場合は、さらに…お得!]



購入後のアフターフォローのサービスが充実!

[当社は物件購入後が一番大切、物件管理こそが、住まいへの愛情だと考えます。]

今月は物件管理・内装デザイン特集

◎管理 管理=愛情



物件を購入後のメンテナンス、税金の支払、トラブル時の対応、客付け(投資の場合)などなど、自分一人でしっかりと物件管理できるか、すごく心配…



どこの業者も、一番面倒でやりたがらない仕事が、まさに物件管理。たとえ同じ物件だとしても、日々のメンテナンスの善し悪しで物件の価値は大きく変わるもの。当社では、子育てで子供に愛情注ぐように日々の管理で物件に愛情を投注、大切な物件を守ります。※日本にお住まいの場合もお任せください!

実際に体験されたお客様の感想が満載!え?そんな所まで…
耳を疑うような本音もWEBをチェック!

◎内装デザイン 内装デザイン=調和



「部屋のセンスが悪い。」「何この部屋。。。」(日本人は決して口に出しません)いくらお金をかけてもセンスのない人が施した部屋は、なんだかいまいち…恥をかくだけかも…



デザインはお金をかけば良いわけでは決してありません。デザインはセンスと愛情が何よりも重要!ぜひ一度、騙されたと思って当社まで遊びにいらしてください。お客様のご要望を伺い、期待以上のものをご提案いたします。家具も何もない真っ新な部屋から5つ星のホテルのような至福の空間に創り上げます。※部屋が最も映えるよう家具はその都度、オーダーメイド。バスタブ、ウォシュレットも設置!

<http://property-ph.com>

PILIP PROPERTY
DESIGN & MANAGEMENT

永住権

フィリピン観光省

退職庁認定

永住権 取得 更新 延長 フルサポート

取得

- リタイアメントビザ
- クオータビザ
- 結婚ビザ
- 就労ビザ
- I-CARD (外国人登録証)
- 学生ビザ

更新
延長

- 永住権の更新・延長
- Annual Reportの支払代行
- IDカード更新
- I-CARD更新

Point 1

関係省庁との強いつながり



Q. 取得手続き・ルールがかなり複雑…
自分1人では予定通り進まず断念してしまいそう…



A. 関係省庁との強いつながりを持つビザコンサルタントのプロの弁護士が、刻々と変わる状況に素早く対応!最善のルートにて日本と異なる文化・国民性を考慮し、安全かつスムーズなお手伝いをいたします。

Point 2

フィリピンだけでなく日本でもサポート!



Q. 日本(東京から遠方にお住まいの場合は特に)で必要書類を用意する時間とお金(交通費・宿泊費)が結構かかる…



A. 1.警察署 2.外務省(東京のみ) 3.フィリピン大使館(東京or大阪)に、それぞれ異なる日に2回ずつ行く必要あり。ご安心ください。当社では、日本での手続きもサポート! 外務省やフィリピン大使館に行く必要なし。

Point 3

業界初! 3年間申請保証!

当社を通し永住権を取得された方の本音が…真相はWEBをチェック!

www.ph-visa.com

PiliP
Consulting Group & Business Services

ビジネス 有能弁護士と確かな実績で安心・協力サポート

もう面倒な雑務を気にする必要はありません!一番大切なビジネスに集中する環境を提供します!

1 法人設立 (ビジネス立ち上げパック)

2 フィリピンビジネスコンサルティング

3 銀行口座開設

4 顧問弁護士契約 日本語対応可能

5 顧問税理士・会計士契約 日本語対応可能

ほんの一部の当社クライアント様は…

Sebastian Law Offices · Malayan Group of Insurance Companies · Mico Equities, Inc.
Bankers Assurance · First Nationwide Assurance Corporation · Tokio Marine Insurance Corporation
Malayan Zurich Insurance Corporation · Malayan Plaza
…ほか多数

どうぞ比べて
ください!
実績が違います!

PiliP
Consulting Group & Business Services

日本人スタッフが“日本語”で
不動産・永住権・ビジネスを
総合的にサポートいたします。
まずはお気軽にお問い合わせください。

+63 916-218-9121
 03-4590-2221
 pilip@property-ph.com

営業時間
10:00
19:00



素敵な仲間と働くチャンス!
▶WEBで
www.fi-lorienta.com/jp/recruit
▶お電話で
左記番号より「求人の件」とお伝えください。