

Philippine

<http://www.primer.ph>

0  
ペソ  
Free

# primer

マニラ発・快適生活推進フリーペーパー [プライマー]

毎月25日発行



vol.6



特集 「Pinoy's Best」

ティエンデシータス!

使えるベスト5 このパンが食べたい! ベーカリーのパンベスト5



# 東京へ、毎日2便。



- フライتسケジュールが変わりました。

JL746便 マニラ (9:00発) → 東京 (14:25着)

JL742便 マニラ (14:25発) → 東京 (19:50着)

- B747-400が就航します。(JL742便は7月1日以降、JL746便は10月2日以降を予定しております。尚、予告なしに、機材が変更される場合があります。)
- フィリピン人客室乗務員を、今後も増やす予定としております。

予約 886-6868 ジャパンデスク 886-6879

[www.ph.jal.com/ja/](http://www.ph.jal.com/ja/)

- 04 Feature 特集「Pinoy's Best」ティエンデシータス! Pinoy's Best Tiendesitas!**
- 08 Restaurant ティン・ハウ・マンダリンオリエンタル マニラ— Tin Hau - Mandarin Oriental, Manila -**
- 09 Diving フィリピン海中さんぽ The Philippine Underwater Adventure**
- 10 Report ラウニオン サーフィントリップ La Union Surfing Trip**
- 11 Report バギオ=フィリピンのラピュタ Baguio - The Castle in the Sky**
- 12 Beauty セレブ御用達の美容室 Sei Sei - Beauty Salon for Celebrities**
- 13 Column お隣のメイドさん How to Deal With Domestic Helpers**  
**子育てコラム by のびのび会 河野貴和子**  
Raising Kids By Kiwako Kono of Nobi-Nobi-Kai
- 14 Life フィリピントランスポーテーション事情 パート2**  
Transportations in the Philippines Part 2
- Column フィリピン食彩紀行 Philippine Food Trip**
- 16 Best 5 使えるベスト5 このパンが食べたい! ベーカリーのパン ベスト5**  
Useful Items Top 5 / Favorite Breads Top 5
- 18 Study MMBS通信 MMBS駐在 佐藤知穂さん**  
MMBS Community - Ms. Chiho Sato in MMBS
- 20 History イントラムロスに見るマニラの歴史(第1回)**  
History of Manila through Intramuros (Volume 1)
- 22 Culuture フィリピン最新アートシーン2008年8月**  
**国際交流基金マニラ事務所所長 鈴木勉さん**  
Latest Art Scene in the Philippines as of August, 2008  
Japan Foundation Manila Office Head Mr. Tsutomu Suzuki
- 23 Work フィリピンで輝く日本人 小林歯科 小林誠さん(後編)**  
Japanese in the Philippines Dr. Makoto Kobayashi of Kobayashi Dental Clinic (Volume 2)
- 24 Buy & Sell FOR SALE: HATTERAS 46ft ~レジャーボート売ります~**
- 25 Voice ボセス・ナン・マーサ みんなからのコメント**  
Boses ng Masa – Voices of the Readers
- 連載 漫画で覚える! タガログ語教室 Comic – Tagalog Lesson**
- 26 Web Site プライマーWebサイト紹介 マニラの「美味しい!」をナビします**  
Philippine Primer Website - Search for delicious eats in Manila!
- 27 Where to Find? プライマー設置店一覧** List of Distribution areas of Philippine Primer
- 28 Map お役立ちマップ マカティエリア&ベイエリア** Useful Map – Makati Area and Bay Area
- 30 Memo 困った時の連絡先(フィリピン国内)** Emergency Contacts (Within the Philippines)



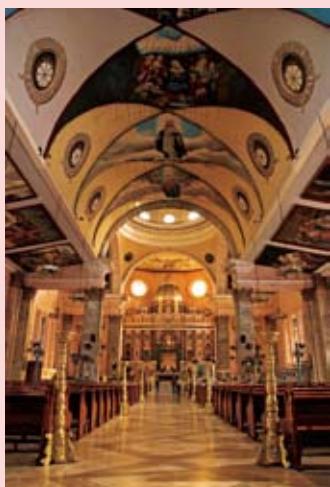
primer  
プライマー Vol.6 目次

#### Philippine Primer Vol. 6

#### Table of Contents

#### お詫び

Vol.5におきまして、目次と内容が一部一致しない箇所がございました。ご迷惑をお掛けしました読者の皆様を始め、関係者各位に深くお詫び申し上げます。



#### 今月の表紙：ビノンド教会 (Front Page of the Month : Binondo Church)

撮影: Willie de Vera (ウィリー・デヴェラ) 氏

ご本人の写真サイト Willie de Vera Photo Gallery <http://www.pbase.com/wildever>

デヴェラ氏は、フィリピンの国際的な専門事務所で、グラフィック・デザイン部門の責任者として活躍されています。また、フリーランスのフォトグラファーとしても活躍中。

写真は、マニラ市にあるビノンド教会の中を撮ったものです。1595年に建立されたビノンド教会は、フィリピンでも最も古い教会の一つに数えられています。元の建物は地震やその他の災害によって損傷を受けたために建て替えられており、現在16世紀の建設当時から残っているのは、八角形の鐘の塔のみとなっています。

Willie de Vera is a graphic design head for a global professional firm in the Philippines. He does freelance photography.

On Primer's cover is the interior of Binondo Church in Manila. Erected in 1596, Binondo Church is one of the oldest places of Christian worship in the Philippines. But over the centuries, the original edifice has sustained huge damages from earthquakes and other natural disasters. Today, the octagonal bell tower is all that remains of the original 16th century construction.

primerでは表紙をフィリピン在住作家たちの表現の場として提供していきます。

あなたの写真もprimerに載せてみませんか？ 皆さんのご応募お待ちしています。

The cover page of Primer is open to all photographers with beautiful images of the Philippines.

Submit your artworks now!

Please contact the Primer office. Tel (02) 899-5995 local. 111 Fax (02) 890-7320 E-mail: sales@primer.ph

# 「Pinoy's Best」 ティエンデシータス

フィリピン産づくしの町をショッピング! フィリピン文化に触れよう

メトロマニラの真ん中、Pasig City (パシッグ市) にある  
ショッピングスポット Tiendesitas (ティエンデシータス)。  
近代的なショッピングモールがどんどんできるマニラにあって  
フィリピン産のものばかりを集めたこのティエンデシータスで  
フィリピンを感じよう!

※Pinoy=フィリピン人という意味



フィリピン産のものってどんなの?! って今思ったでしょ?

そう、具体的に思い浮かべられる人は多くはないかも。プライマー取材陣も興味深々。フィリピンの文化学習だー!お買い物やお食事が文化に触れることとイコールではないけれど…ね。

30,000m<sup>2</sup>の広大な場所に、フィリピン南部、ミンダナオ島のマラナオ族の伝統的建築様式を用いた建物が12棟並びます。日本の藁葺屋根のようなこの12棟は“Village”と呼ばれ、ハンディクラフト(手工芸品)、ファッショն、アクセサリー、アンティーク、ガーデニング、ペットなどを扱うお店が450店以上も!

まさに、小さなお店の集まりという意味のTiendesitas (ティエンデシータス) そのもの!

大人も子供も、観光に来た人も在住者も、みんな楽しめちゃう! プライマー編集部が総動員で探検してきた、迷いそうなほど広いデシータスをピックアップしてご案内。



右：カラフルな水着は目移りしそう  
下：凝ったデザインのアクセサリーがいろいろ



## Fashion

フィリピンの若い新進デザイナーが、ファッション界への第一歩として出しているお店もあります。  
未来の世界的デザイナーがここから生まれるかも!?

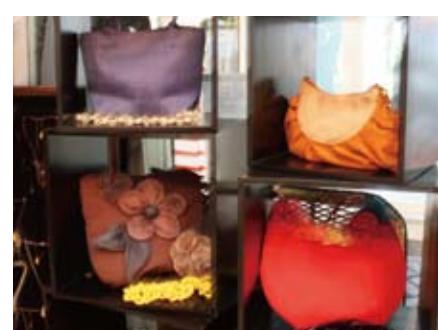
### 秘密のクローゼットで、 お気に入りの一着を見つけましょ♪

ここファッションビレッジには、フィリピンのローカルファッショングランドがずらーっと軒を連ねています。一店舗あたりの面積が小さく、路地のような感じで店舗と店舗の間隔も狭いので、まるでお姫様になってお城の特大ウォーキングクローゼットの中を歩いているみたい♪

ファッションビレッジ内のどの店舗もPOPでCUTE! Tシャツやタンクトップなどのカジュアル系から、着まわし度抜群でおしゃれ女子の強い味方のチュニックやワンピース、さらには、ちょっとフォーマルにキメたい夜にぴったりな大人系ドレスやワンピースまで、なーんでも揃っているんです♪

大体のお店で、このようにいろんなジャンルのお洋服を一通り揃えているので、「広いモールも楽しいけれど、ぐるぐる歩き回るのはイヤ!」という人にはかなりオススメ。自分の気になるお店だけギュ!っと集中して回れば、いつもの何倍も効率的にお買い物できて、そして思わぬ掘り出し物だって見つかっちゃうかも♪

数は少ないけどメンズショップもあるので、買い物好きな女子だけでなく、彼氏さんやパパだって十分楽しめます!



右上：**〈マメ知識〉**今話題のジュースバッグもここ、ファッションビレッジで売ってるよ♪  
左下：一点もののデザインバッグは、思わず衝動買いしちゃいそう

# Handicrafts

伝統民芸品ももちろんあるけれど、今すぐ着けて出かけたくなるようなおしゃれなアクセサリーもハンドメイド。

## フィリピンの可愛い民芸品を手軽にGET!

「ベトナムやタイには可愛い民芸品がいっぱいあるけど、フィリピンって…どうなの!?」なんて思っているアナタ!ここハンディクラフトビレッジには、フィリピン各地から可愛い民芸品が大集合!

フィリピンの特産品である貝殻をふんだんに使ったゴージャスなインテリアは、外国人だけでなく地元フィリピン人にも大人気。ビコールやミンダナオで作られたアロマインテリアは、お部屋に飾れば一気にロマンチックムードが高まること間違いないなし♪フィリピンの有名な景色やなにげない日常を切り取った、フィリピン人アーティストによる絵画も要チェック!小さくてお値段も手ごろなので、お土産にも最適です。

手ごろなお値段（もちろん値段交渉OK）&とにかく種類が豊富なハンディクラフトビレッジ。可愛いモノ好きな女の子だったら半日いても飽きません!



上：貝殻などを使ったアクセサリー  
左上：フィリピン人アーティストたちの絵画  
左下：木彫りの置物やハンドメイドの小物はお土産にもピッタリ!  
下：アロマキャンドルホルダー



## アナタのお家をおしゃれにする素敵アンティークたち!

Tiendesitasのアンティーク村に置いてあるのは、単なる民芸品だけではありません。1940年代もしくはそれ以前の年代の骨董品が手に入る場所、それがアンティーク村。レトロな雰囲気を漂わせた、とっても興味深いアイテムがたくさんあります。聖書に出てくるような聖人の像、中国の陶磁器、昔の貴族が使っていた（かもしれない）スペイン風のおしゃれなランプ、見るからに頑丈そうな家具や楽器などなど。昔はやったコメディー映画のキャラクター人形といった珍アイテムまであります。骨董品収集家のアナタ、もしかしたら思いがけない掘り出し物に出会うことができるかもしれませんよ!



# Antiques

中国産?と思うような家具もあれば、西洋風なアイテムも。スペイン統治時代の名残でしょうか。



左上：アンティークな陶器の水差し  
上：昔アメリカで流行ったドタバタコメディアン、3人組の人形  
左：木製の家具や彫刻など

## オープンエアで食べる屋台村 フィリピン料理からカフェまであるよ!

屋台といってもここなら安心! フィリピン料理のアドボやパンシットなどお手頃価格で食べられます。

ハロハロ (P100ぐらい) も美味しい。ボリュームが結構あるけど、カキ氷だからすぐに食べきれちゃいますよ。是非、お試しを。

屋台村にはフルーツがきれいに並べられている。南国のフルーツって色も鮮やかで、きれいに並べられているとつい買ってしまいたくなるもの。バナナなど、大量過ぎて買えないわ…というときには「3本だけ」でも買えますよ。もちろん他のフルーツも1個から買えるので、試してみたいフルーツがあれば、是非ここで試してみよう!

またこの屋台村には、フィリピン産のコーヒーが味わえるお店もある。ここは、いつも優しそうな男性スタッフがいて私のお気に入り。

アイスコーヒーも種類がいくつか選べます。エスプレッソ、キャラメル、ヘーゼルナッツ等々 (P80)。

このお店で売ってる「シナモンブレッド」もオススメ。トースターで温めて出してくれるとからふわふわでシナモントロ~り。



## Food

文化は食から学べます! なんて断言はできないけど、フィリピン料理にもこの国の人々の文化と歴史がつまっています。



左上: (前) Bicol Express 豚の辛味ココナツミルク煮 (奥) Pinakbet 野菜の煮込み

左中: Pomelo やオレンジも。Pomelo は夏みかんみたいなフルーツです

右上: ジャムやピーナツなどが勢ぞろい!

営業時間はお昼の12時から夜中の12時まで。仕事が終わってからでも行けちゃいます。週末はペットショーや生バンドショーのイベントもやってるので、チェックしてみてね!



左: パイナップル型の犬のおうち  
右: ワンちゃんの洋服やアクセサリー



## Pet

可愛いペットや珍しい動物たちがお出迎えしてくれます。

### 大切なペットに必要なものが勢ぞろい!

Tiendesitasのペット村では、とっても可愛い動物達や、愛するペットのためのアイテムが目白押し!

ペット村のユニークなところは、クモ、ヘビ、そしてなんとイグアナ (!) といった、他のペットショップでは手に入らないような珍しい動物達を購入することができるところです。その他、ペット達のための小さくて可愛いお家や、キュートなアイテム類も入手できますよ。ペットフードも種類が豊富で、ペット村にあるショップの中にはペット(特にワンちゃん)のグルーミングサービス(シャワーとネイルケア込み)を提供しているところもあります。料金は小型~中型犬でP500ほど。動物天国のペット村、ぜひ一度覗いてみてください!



左中：Steamed Shrimp With Garlic Sauce  
左下：フカヒレスープ  
上：北京ダック  
中下：Steamed Lapu-Lapu With Soy Sauce  
右下：小籠包



## Tin Hau

マンダリンオリエンタル マニラ

最高級のお料理とおもてなしで大満足のひとときを!



マンダリンオリエンタル マニラ2階にある中華料理レストラン「Tin Hau」。美しいおいしさでゲストを楽しませてくれる名店です。

中華といえば、広々としたダイニングで、中華ならではの大皿料理を、気の合う仲間や家族と一緒にシェアしながら賑やかに食べたいもの。

ここ「Tin Hau」はまさにその理想通りにホテルの中にありながらも気どらず楽しくお食事出来るところが魅力です。

店内に一歩足を踏み入れると、スタッフやマネージャーのLauさんが明るい笑顔で迎えてくれます。早速マネージャーのLauさんお薦めのお料理をいただきましょう。

まずはスープ。女性には嬉しいコラーゲンた



明るい笑顔が印象的なマネージャーのLauさん

っぷりのふかひれスープ。ふかひれのプリプリした食感がたまらない贅沢なスープです。これを食べてお肌の保湿＆美容促進。このスープだけでも大満足♪と幸せ気分を満喫しているところへ、お次は揚げ餃子や小籠包。肉汁がたっぷりジューシーで、これまた最高。

でも、ここでお腹いっぱいになつていてはいけません。まだまだお料理は続きます。

お次はお魚料理「Steamed Lapu-Lapu with Soy Sauce」。ラブラブを蒸したものを特製ソースと一緒にいただきます。お魚の身が口の中で自然にほぐれてしまうくらい、柔らかい♪

お魚料理を食べている間にも、次から次へと見た目も美しいお料理が運ばれてきます。

ニンニクの香りがさらに食欲を増進させてくれる「Steamed Shrimp with Garlic Sauce」。添えてある春雨にガーリックソースの味がしつかりしみ込んでいて、ガーリック好きにはたまらない一品。

そして、なんと言っても一番のメイン料理はこれ、「北京ダック」。パリパリのアヒルの皮をほんのり甘いソースと野菜と一緒に小麦粉の皮に包んでいただきます。ソースが具材と絡んで絶品。一緒に巻いたきゅうりのさっぱりした味と食感がソースの味を引き立てます。

さあ、心もお腹も満たされたら中国茶をいただきましょう。食後にお茶を飲むのには、きち

んとした理由があるんです。中国茶は美容効果もあり、食後の新陳代謝を活性化させ、脂肪を分解・排泄させる効能があるといわれています。ですので、中国料理などの油の多い食事の後に飲むことで、余計な脂肪を燃焼、分解することを助けてくれるんですって。美容効果や脂肪分解してくれるなんてステキ。是非、中華を食べた後は中国茶でシメましょう♪

「食」という字は人を良くすると書く通り、美味しいものをいただくとお腹はもちろん心まで満たされますよね。ここ「Tin Hau」は、決めて細やかなサービスの中で美味しい食事がとれるとっておきのレストラン。

ご家族や気の合う友人と是非食べに行きたいレストランリストに入ること間違いなし!

- コース料理お一人様：P888～
- コース料理は2名様から受け付けています。  
上記価格に税金・サービスチャージが別途かかります。

### Tin Hau

Mandarin Oriental, Manila  
Makati Avenue, Makati City 1226, Metro Manila  
M C1  
☎ (02)750-8888  
ランチ：11:30～14:30 ディナー：18:30～22:00



## フィリピン海中さんぽ 連載第1回 体験ダイビングでウミガメに遭遇!

フィリピンには7000を越える島々がある  
とりまく海は太陽の光をうけてきらきらと輝いている  
どこまでも青く透明な海—  
魚たちを育む栄養豊かな海—  
海の表情はとても多彩  
そこには場所によって様々な生物が息づいている  
今日も出かけよう…  
樂園がすぐそこにある

Written by Primer編集部スタッフで、実はダイビング歴10年のダイバー姉さん、haru  
撮影：コバピッ（<http://dive.hippy.jp/>）

せっかくフィリピンに来たんだからダイビングをやってみたい。だけどどうやって始めたらいいのかわからない。と思っていませんか?そんなアナタのために、primerがダイビングの楽しさを毎月お届けしちゃいます。

第1回目はダイビングライセンスのいらない「体験ダイビング」のお話～。

体験ダイビングに参加するには、特に泳ぎが上手でなくとも海に対する恐怖心がなければ大丈夫。インストラクターがつきっきりで教えてくれるので安心です。ダイビングサービスで申し込み書に必要事項を記入し水着に着替えたら、まずは使用する器材の説明から。ウェットスーツ、マスク、フィンというお馴染のものから、BCDと呼ばれる空気タンク固定用のジャケットやレギュレーターという呼吸器などの専門的なものまで。体験ダイビングといっても、使用する器材は通常のダイビングと同じものなんです。

ウェットスーツに着替えたら、器材の使用方法や簡単なトラブルの対処法を学びます。水中では口で話すことができないので、代わりにハンドシグナルと呼ばれる水中での合図の方法を用いてコンタクトを取ります。「OK」のサイン、「潜行」のサイン、「注目」のサインなど。このサインは実際のダイビングでもよく使います。

また、海の中では大きな水圧があるので、耳腔の圧力を調整する「耳抜き」のやり方もしっかり練習します。

さあ、いよいよ海の中へ!まずは足のつく穏やかな浅瀬で陸上でやったことを復習。ひと通りの練習が終わったらここからが本番、お待ちかねの海中遊泳です! インストラクターに連れられ海の中を泳げば、まるで空を飛んでいるような気分になりますよ。

海の中にはお魚たちや珊瑚など、さまざまなお生物がいっぱい。赤、青、黄などの鮮やかで色とりどりの魚たちが、水族館で見るのとは違ってすぐそばを泳いでいきます。

今回始めて体験ダイビングに挑戦したTさんの「水中でクマノミを見てみたい」という夢は、あっさりかなってしまいました。クマノミは愛嬌たっぷりで、イソギンチャクに入ったり出たりして



上：陸上の練習  
右：インストラクターに連れられ海中遊泳を楽しむTさん

私たちを楽しませてくれます。クマノミとたわむれるTさん、マスク越しからこぼれる笑顔がとっても嬉しそう。

そしてなんと、クマノミの次にはウミガメに遭遇!このウミガメはタイマイという種類で絶滅危惧種にも指定されているんです。こんな貴重な体験が出来るのも、ダイビングの素晴らしい一面なんです。私たちがそのウミガメにそつと近づくと、昼寝から目を覚ましたのかゆっくりと泳いでいきました。

体験ダイビングが終わりランチを取っている時もTさんの興奮は治まらず、「絶対ライセンスを取る!」を繰り返していました。

フィリピンでの任期が終わる数ヶ月前にライセンスを取って、「どうしてもっと早く取らなかったんだろう!」と帰国まで毎週ダイビングをしていた、という方もいらっしゃるとか。

せっかくフィリピンに来たんだもの、ぜひ一度、ダイビングで海中の世界を覗いてみませんか?

### memo

用意するものは水着とビーチサンダル。海辺の紫外線は強力なので、日焼け止めも必要です。

#### Pacific Blue Dive Center

Ligaya, Anilao, Mabini, Batangas Philippines (Pacifico Azul Resort内)

Makati Office: Century Plaza Ground Floor-D  
120 Perea St., Legaspi Village, Makati City  
M C2 (Makati Office)

日本語ホットライン  
+63-918-929-4070(中野)  
+63-917-577-9270(大沢)  
E-Mail pacific-blue@pacific.net.ph(中野)  
yoshi@pacificblue.jp(大沢)

#### 体験ダイビングの料金

男性(2ダイブ)…US\$70  
女性(2ダイブ)…US\$60  
お子様(※8歳以上)(2ダイブ)…US\$50



今回お世話をいたしましたインストラクターの大沢さん。看板犬のチャチャと。



クマノミがこんなに近くに!

# ラウニオン サーフィントリップ

サーフィン初体験のプライマー特派員が挑戦!  
車もレンタル!の楽チントリップ

今回プライマーが紹介するのは、フィリピンのサーファーズパラダイスとして名高いラウニオン(La Union)。

さらにスペシャルゲストとして、交換留学でフィリピンに来ている女性2名にもプライマー特派員として参加してもらいました。二人ともサーフィンは人生初体験。はてさて結果はいかがなものとなりますでしょうか…。

移動はマニラから車を手配して、深夜に出発。北上すること5~6時間。移動中はドライバーさんにお任せで、我々はぐっすりと睡眠。

現地には早朝に到着します。朝から開いているのはジョリビーくらいしかありませんので、ここでしっかりと腹ごしらえをしておきます。



目的地に到着してから、サーフィンレッスンのオープン時間(8 AM)までに着替えを済ませて、イメージトレーニング。

レッスンはすべてマンツーマン指導で、パドリングからボードの立ち方までを要領よく教えてくれます。まずは体で覚えるのが一番とインストラクターに連れられて海へと向かいます。

特派員の二人は、まったくのサーフィン未経験者。ドキドキしながら、海の中へ。いい波を見計ら



すべてマンツーマン指導



目的地に到着してから、サーフィンレッスンのオープン時間(8 AM)までに着替えを済ませて、イメージトレーニング。

レッスンはすべてマンツーマン指導で、パドリングからボードの立ち方までを要領よく教えてくれます。まずは体で覚えるのが一番とインストラクターに連れられて海へと向かいます。

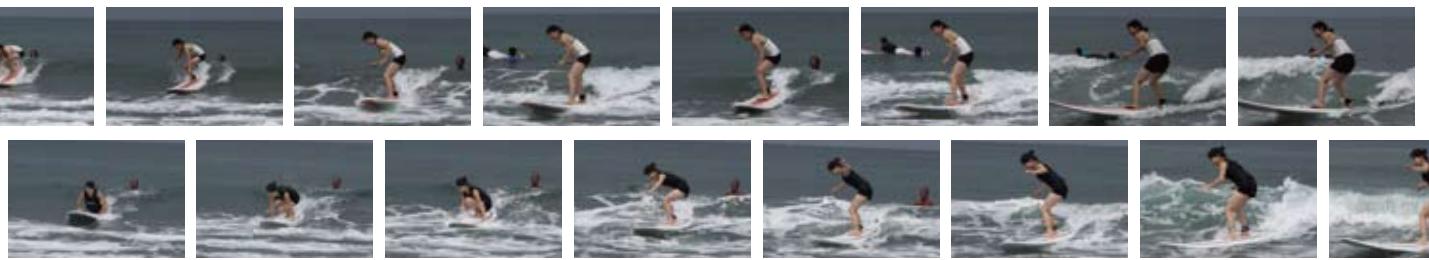
特派員の二人は、まったくのサーフィン未経験者。ドキドキしながら、海の中へ。いい波を見計ら



手とり足とり教えてくれます

って、インストラクターが後ろからサポートしてくれるで、全くの未経験者でも安心してトライできます。

1本、2本と何本かトライした二人は、わずか10分たらずで見事にテイクオフしているではありませんか! ん~。もしかして天性の素質!?



## 体験後、お二人に感想を聞いてみました。

### 特派員：Rikaさん

生まれて初めてのサーフィン! 新しいものに挑戦するドキドキ＆ワクワク感は久しぶりに味わった感覚でした☆ レッスンの始まりは、砂浜でボードにうつ伏せになってから上体を起こし、ボードの上に立つ練習。そこではスムーズに立つことができず、少し難しいと感じましたが、いざ波の上でやってみたら、なんと3回目の波で立てちゃいました! フィリピン人のコーチはつきっきりで見てくれて、ジョークを交えた会話も楽しみました♪ この体験レッスンでサーフィンにハマり、私の趣味が一つ増えそうですね^\_^



### Surf Central Sebay

Urbiztondo, San Juan, La Union  
☎ (072)888-4075  
URL <http://sebay.cjb.net/>  
施設使用料：P250～(1グループ・シャワー含・ロッカー無)  
宿泊施設：P1350(エアコン付／1 room)  
レンタルボード(ロング・ショート)：P200／1時間  
レッスン付きレンタルボード：P400／1時間

### 特派員：Eriさん

フィリピンといえば青い空＆ビーチ! ビーチで泳いだことはあったけど、サーフィンはしたことがなかった私。日本でもフィリピンでも、サーファーを見るたびに「きっと私には難しくてできないんだろうな」と思っていました。でも今回ラウニオンでサーフィンを経験して、そのイメージが180度変わりました。インストラクターのお兄さんがとても親切にやさしく指導してくれるのが大きかったと思います。やはり、怖いという思いもあってか初めは波に乗れませんでしたが、インストラクターの方のおかげで、安心してサーフィンを楽しむことができました。上達していくにつれて、波に乗るということがすごく面白く感じられるようになり、結局時間を1時間延長してサーフィンを満喫したほどです。

フィリピンに1年以上滞在したのに、今までサーフィンをやらなかったことをすごくもったいなく感じました。サーフィンといえば、難しそう、怖いなど先入観がどうしても先にたってしまいますが、案ずるより産むが易しです。ラウニオンだったらインストラクターが常駐しているし、マニラからも5時間程度で行けます。エクササイズにもぴったりのサーフィン、皆さんもぜひ試してみてください。



左：Eriさん 右：Rikaさん

今回、プライマー取材班にご協力頂いたIKG Travelさん、Ishii Car Rentalさん。誠に有難うございました。お問い合わせは下記まで。

**IKG Travel / Ishii Car Rental**  
☎ (02)381-6456  
URL <http://www.ishii-carrental.com/>  
車両料金(マニラ市外)  
ワゴン車：P4,200(10時間／超過1時間P420)  
ミニバン・SUV：P3,700(同上／超過1時間P370)

# バギオ=フィリピンのラピュタ

マニラから避暑地バギオへ①  
サラダボールを丸ごといただき!

written by 北ルソン日本人会(JANL) 佐世  
バギオ在住JANL会員が毎回持回りで投稿。  
初回は代表の日本語教師。

昔から「フィリピンの軽井沢」との別名がある避暑地バギオ。今日からは「フィリピンのラピュタ」とお呼び下さい。あの宮崎駿の「天空の城ラピュタ」です。

ここバギオは、「夏の首都」、「パインシティー（松林の都市）」、「ハイランド・ステーション」、「学園都市」、「新婚旅行の憧れの地」、そして、「サラダボール（高原野菜の生産地という理由から）」などと様々な呼び名が付いています。様々な魅力を持つバギオから、バギオ在住の日本人の総力を結集してクールでホットな現地情報をシリーズでお届けします。

初回はマニラからバギオへの道。さあ、アニメの主人公である、冒険好きのパズーとお姫様シータになって出かけましょう！

ラピュタを発見するためにはオーニソブター（映画に出てくる鳥形飛行機の名称です）に乗らなければなりません。バギオへのオーニソブターは3つ。バスか車か飛行機です。

バスはピクトリー・ライナーが無難です。パサイあるいはクバオのターミナルから30分～1時間おきくらいに発車しています。車内はクーラーがガンガン

に効いていて、体は既にバギオを体感？ 所要時間は6時間～8時間。渋滞と台風に邪魔されなかったら、あなたは幸せ者です。途中休憩は2回（あるいは3回）。無用の方はトイレ付きデラックス・バスで5～6時間の直行便もあります。ちなみにエアコンバスは460ペソ、デラックスバスは700ペソ（2008年7月現在）です。原油暴騰の折ですので、ご利用前には料金をご確認下さい。チケットの予約は1週間前から出来るようです。他社のバスを利用したい方は、フィリピン経験3年以上じゃないとハードルが高いですよ。何故って、時刻表があればめっけもの、時刻どおりに出発したら奇跡なんですから。

飛行機なら、1時間でひとつ飛び、の筈なのですが、天候さえよければの条件付きです。雨季に飛行機を利用する方は度胸のある勇者に違いありません。バギオに行くつもりが、マニラに舞い戻ることになるかも。一か八かで今日の運勢を占うのも楽しいですよね。ラピュタはそんなに簡単に人を寄せ付けてはくれないので。

さあ、パズーとシータ。この天空の都市ラピュタをどう歩いてみましょうか。

次号へ続く！

## 北ルソン日本人会とは

フィリピン・北ルソン在住日本人家族の情報交換・相互扶助と、フィリピン国民との友好関係を推進するため、日比交流の歴史を踏まえて、日本の伝統・文化・芸術などを紹介し、フィリピンとのコラボレーションを喚起して一緒に楽しみ、地域に貢献するコミュニティです。



神秘的な風景



スクスクと育つ花々



オイシイ空気が味わえます



このバスターミナルが出発点

## 仕事をお探しですか？

ベルリツで英語、スペイン語、フランス語を学ぶと、わずか60時間でキャリアアップ！

1時間当たりの授業料がたったの84ペソ！  
入学するなら今がチャンス！

授業時間：毎週月～金曜日 午後1時～4時 授業日数：20日

**Berlitz**

**130 Years**  
*innovation*

Dedicated. Passionate. Knowledgeable.

求む！日本語講師（正社員 / パート）

Berlitz Manila  
2F Peninsula Court Building, Paseo de Roxas  
corner Makati Avenue, Makati City  
(マンダリン オリエンタル マニラ ホテル斜向かい)  
813-2231/817-9319 (0917) 630 5489

Ask about our fun and interactive

**Berlitz**  
**130 Years**  
*innovation*



**Berlitz**  
**kids**

今年の限定学習コース！これを逃す手はない！

外国語 英語学習コース  
15時間の授業で

**3,400 ペソ**

上記料金には、授業料、登録料、教材及び12%付加価値税(VAT)が全て含まれています。

Berlitz Language Centerまで、お気軽にお問い合わせください。

Berlitz @ edu-care  
5F Shangri-la Plaza Mall  
EDSA corner Shaw Boulevard  
Mandaluyong City  
638-9116/635-9343 (0927) 913 4648

**Sei**  
Hair Salon

スタッフ一同よりお待ちしております

予約制 日本人スタッフ常駐 カード払可  
(安田)

営業時間 9am~7pm(最終受付カット6pm)  
定休日曜日 Tel (02)812-0943

6F Republic Glass Building  
196 Salcedo Street  
Legazpi Village, Makati City

**笑顔にアクセント**

**NAVALES DENTAL**

総合クリニック(小児・美容歯科)  
日本とアメリカで技術習得  
米国ライセンスホルダー  
もちろん日本語もできます  
Visit our website [www.navalesdental.com](http://www.navalesdental.com)

Suite 1710 Medical Plaza, Amorsolo St., Legazpi Village, Makati City  
(632)7518101 / (632)8174824 ☎ info@navalesdental.com  
9am-5pm Mon-Sat except Tues by Appointment only

## セレブ御用達の美容室 隠れ家ヘアサロン

# Sei

フィリピンの著名人もこぞって予約すると言う、噂のヘアサロンへ潜入取材してきました!

その名もSeiサロン。普通の美容室と異なり、店が路面ではなくオフィスビルの1室にあります。なぜこんな隠れたところに?と思うかもしれませんのが、実はこれ、オーナーのごだわりが生んだ、究極の隠れ家サロンなのです。

オフィスビルの受付にはガードマンも常駐しており、セキュリティは万全です。ガードに「Sei」と目的地を告げ、エレベーターに乗り込みます。期待に胸を膨らませながら6階のフロアで降ります。歩いてすぐ左手にはピカピカに磨かれたガラス張りの高級感あふれる店内が目に入ることでしょう。

店内に入るとお揃いの制服を着たスタッフが明るい笑顔で迎えてくれます。この制服も店舗設計もすべてプロのデザイナーが手がけており、こういった所にもオーナーのごだわりがひしひしと感じられます。もちろん日本人スタッフも2名常駐しており、安心して日本語でヘアケアの相談ができます。



Price List

- カット レディスP1,500
- カット メンズP1,000
- カット チルドレン(4歳~10歳)P700
- カラー P1,800~
- パーマ P1,800~
- ストレートパーマ P5,800~
- トリートメント(シャンプー・ブロー込み) P2,500~

やはり毎日気になる髪のお手入れ、プロに相談してカット&ブローをしてもらいたいですよね! 記念日やイベントの時には、お子様もちょっとここでヘアメイクしてもらえば、見違えるように可愛くしてもらえます。パーティに行かれる時にはご家族全員でヘアメイクをしてみてはいかがでしょうか?

男性の方が一人で行っても、恥ずかしいことはありません。明るい日本人スタッフとのコミュニケーションが「また来よう」という気にしてくれます。

お支払いはキャッシュの他に、便利なクレジットカードも使えます!

さあ! 次のパーティのスケジュールが決まっている貴方、早速Seiに予約を入れて素敵なお自分を演出してみましょう!

**Sei**  
6F Republic Glass Bldg., 196 Salcedo St., Legazpi Village, Makati City  
M B2  
☎ (02) 812-0943

**花 for the Skin**

お肌本来の機能を取り戻す「美の本場」韓国式フェイシャルケア

リンパの流れに沿って行うマッサージは程よくつぼを刺激し、お肌を活性化します。  
機械を一切使わないオールハンドマッサージはアンチエイジング効果大。  
マッサージ後の輝く透き通るようなお肌を実感してください。  
お肌を痛めないマイルドな韓国製フェイスケア製品を使用しています。

ご予約は右記まで  
ご連絡ください。

電話番号: 892-9441 携帯番号: 0916-755-7587  
現 在 所: G4 Perla Mansion 117 Don C. Palanca St. Bgy San Lorenzo, Legazpi Village, Makati City  
営業時間: 毎週火曜日~日曜日 11:00am ~ 8:00pm (ラストコール) 定休日: 毎週月曜日

**HUA FOR THE SKIN**



# お隣のメイドさん

## 気になる、他の家のメイドさん♪

このコーナーでは、いろんな家庭のメイドさんを取材していく予定です。フィリピンではメイドさんを雇えると聞いて「セレブ～!レンルン♪」と思うものの実際は悩みが尽きなかったりします。ここではそういう悩みを含めつつ、でも前向きにメイドさんとの付き合い方を皆さんと一緒に勉強していくべく、いろんな家庭を覗かせてもらおう!と思います。メイドさんとの付き合い方に正しいやり方は絶対にありません。ですから、使用人マニュアル的なものではなく、いろんな家庭のケースをみていくと思います。その中から、自分の家庭にあったメイドさんとの付き合い方を見出してもらえば!と思っております。

今回はフィリピン在住暦3年のEさんに伺いました。

1. メイドさんのニックネームを教えてください。  
ジェイです。

2. 出身はどこですか?  
ネグロスです。

3. お宅でのメイドさん暦は?  
もうすぐ2年になりますね。

4. 主にどのような仕事をしてもらっていますか?  
基本的には掃除、洗濯、洗い物等です。状況に応じて子供の面倒をお願いしています。



5. このメイドさんに決めた理由は何だったのですか?

信用できる知人からの紹介だったことと、面接をしたときに、素直な感じがしたので決めました。

6. メイドさんのお給料についてですが、どのようにしていますか?

我が家は住み込みで、月5000ペソ未満のお給料です。食費は別途1000ペソ。またお米はフリーライスにしています。ボーナス(大体3000ペソくらい)は年に2回(ホーリーウィークとクリスマス時期)出

しています。誕生日には気持ちをこめてギフトをあげています。

また、年1回実家のネグロス島へ帰省する際の往復船代はこちらで負担しています。チケット代を現金で渡すのではなく、往復チケットを購入して渡すようになっています。

編集部 ボーナス3000ペソは結構、高額ではありませんか?

はい、高額だと思います。ただ我が家の方針で、日常的には厳しくしています。その代わり、お祝い事の時には、感謝の気持ちを思いきり表すようにしているので、この金額を払っています。メリハリをつけるようにしています。また日用品も別途支給しています。

編集部 どんなものを支給していますか?  
歯磨き粉、シャンプー、石鹼などです。

7. メイドさんを雇うにあたり、注意していることは何でしょうか?

雇用主とメイドさんの境界線をはっきりとすること。問題が起こればその場ですぐ対処することです。

編集部 例えはどんなことですか?

メイドさんが子供に対して辛く当たったことがあります。その時、すぐに注意をしました。「我が家のお子供の言うことが気に入らないこともあるかもしれません。でも、大人として、子供に対するその態度はやっている」といったようなことをすぐにその場で注意したのです。

8. ではメイドさんを雇ってよかったですことを教えてください。

それは断然、「楽」で



すね。助かることが多いです。例えば日本だとお料理をしながら、洗い物もこなしなるべく仕事を溜めないようにしていましたが、今は料理を作るだけでもいいんです。洗い物はほとんど、メイドさんがしてくれるので。また、私の具合が悪いときはメイドさんがいてくれて良かったな~と実感します。

9. 逆に過去の人なども含めてトラブルはありますか?

それはありました。前のは家族同然に私たちが接してしまったのもあるかと思いますが、境界線があやふやになってしましました。その結果、日本から大量に購入してきた化粧品や日用品がたくさん盗まれていました。メイドさんのベッドマットの下やクローゼットからたくさんでてきて、本当にびっくりしました。すぐにその場で解雇したのですが…。ですから先にもお話をましたが、きっちり境界線をはっきりするべきですね。



※このコーナーでは様々な家庭のメイドさんを取り上げたいと思います。我が家のおメイドさんの話をしてもいいわよ、という方、是非ご連絡ください。皆様の情報が今後フィリピンに赴任してくる方の助けになること間違いなし!

### 回答者の紹介

マニラに3年在住。小学3年生の男の子がいる。おしゃれ大好き、新しいものを見つけるのが大好きで、よくショッピングなどでかけている。フィリピンでの好きなリゾートはクラブ・パラダイス。

何を買つて帰つてくる? 子どもグッズ  
のびのび会 河野 貴和子  
在住2年。3歳・1歳の2人の男の子を持つママ。長男はタイにて出産。子育てに奮闘する毎日を送る。  
面白子供グッズがあれば、是非教えてくださいね。

我が家の息子はまさに育ち盛りなお年頃。2ヶ月前におばあちゃんが日本から送つてくれた靴が、もう入らない。そんな感じで、はけるズボンも数少なくなってきた。さて、男の子用のお洋服(特にズボン)を買いにマニラの街中を歩きました。が、なかなか希望通りのズボンが見つからない。実は我が家のお息子は現在「トイレトレーニング」中。といふこともあって、できればボタンのない、ゴムの伸縮だけではけるズボンを探している。これが実はなかなかない。結局、ガレージセールで日本製をゲットしたり、日本から送つてもらつたりしている。

フィリピンにも、もちろん子ども用グッズはたくさんある。でもどうしてこれは日本で手にいれておいた方がいい、というのもある。

一時帰国したら買つてくるといいものベスト3

- ・日本語の絵本(歌など入っていると尚良い)
- ・インスタント離乳食品(特にフリーズドライ)
- ・子供用お菓子(小分けしていて使いやすい)

これらはのびのび会サークルに参加していただいたママたちの実際の声。

もちろんフィリピンで揃わないわけではないし、絵本は日本本人会や飛鳥文庫で貸し出してもらうこともできる。でも、やっぱり自分達が生まれた国の物は使い慣れてるし、食べな

れているものだ。

そういえば、おんぶ紐はマニラで手に入りにくいやらしい。(ややさんがいるから、おんぶする必要がないため) 自分で子育てしようと思ったママはおんぶ紐、日本で購入してきたほうが良さそうです。あと、パンツ式おむつもマニアで買うと割り高らしいので、日本で大量買いすると良いです。皆さんはどんな子供グッズを日本から買つてくるのでしょうか?

## フィリピントランスポーテーション事情 パート2

乗り慣れれば、安くて便利なフィリピンの公共交通機関。  
前回に続き、フィリピンのさまざまな乗り物を紹介します!



### タクシー

いわゆるタクシー。機動力抜群の乗り物。初乗りは30ペソで、その後2ペソ50セントボズつ加算されます。

#### 乗り方

- ①流しのタクシーを手を挙げて停めます。
- ②乗った後、場所を伝えます。運賃の値段交渉をしてから、すぐに降りて別のタクシーに乗るようにしましょう。
- ③目的地に着いたら、課金メーターに表示されている料金を支払って降ります。

#### ワンポイントアドバイス

中には乗車拒否をするタクシーもありますので、乗ったり降りたりする手間を省くために、まず乗る前に場所を伝え、運転手さんの反応を窺うのも手です。

2008年8月現在、メーターにP10プラスが運賃になっています。

### 乗り合いタクシー FX（エフ・エックス）

エアコンジープニー的存在。運賃はジープニーより割高ですが、快適な乗り物です。

フロントガラスに行き先が書いていない場合が多いので、他の乗り物よりは若干利用しづらいかも。運賃は目的地までの距離にもよりますが、大体12ペソからです。

乗り方は大体ジープニーと同じです。



フィリピン食彩紀行

連載第二回 国籍はどちら？

原田瑠美さん

フィリピンには、スペイン風の名前で呼ばれている料理があります。だからといってスペイン風の料理かといえばそうではなく、では生糸のフィリピン料理なのかなという、またそもそも…、どう見たって中華料理！ スペイン名で中華風、でもフィリピンではボピュラーな定番料理、そんなハロハロ（ごちや混ぜ）な料理が存在します。

代表的なものが、AMPALAYA CON KARNE（アンパラヤ・コン・カルネ）。

AMPALAYA（アンパラヤ）は「ガウリ」、CON（コン）はスペイン語で「とと共に」、KARNE（カルネ）は肉、但しスペイン語のCARNEがフィリピン語風に「C」でなく「K」に変わっています。要は『ニガウリと牛肉の炒め物』です（写真は豆鼓で味付けしたもの）。



あと「LUMPIANG FRITO（ルンピアン・フリトー）」「揚げ（フリトー）春巻き（ルンピット）」や、SOPA DE NIDO（ソーパ・デ・ニド）「ツバメの巣（ニド）」のスープ（SOPA）といったように、中華料理がスペイン名で呼ばれている場合があります。

さて、それは何故でしょう？ フィリピン料理のレストランは実はまだ歴史が浅く、スペイン統治時代の外食処は中華料理店であったと言われています。又外食ができるのはエリート階級、すなわちスペイン人。ですから外食するスペイン人のために、中華料理店の料理をスペイン語で表示していたので、この当時の習慣が今も残っているというのが真相のようです。



筆者紹介

原田 瑠美さん  
『フィリピン家庭料理入門—おいしくさわやかハロハロクッキング』著者

## その他の乗り物たち



### ペディキャブ

トライシクルの人力版。素朴な味わいのある乗り物です。乗り方はトライシクルと大体同じです。

### 国鉄 (PNR)

現在は廃線となった駅が多くなり、すっかり寂れてしまった感がありますが、今でもマニラとレガスピ地方をひそかに(?) 往復しています。

#### 乗る時の注意

- ①いきなり冒険するより、最初は乗り方を知っている友達について行ってもらって要領をつかむようにするのがベスト。
- ②動きやすいTシャツやジーンズなどを着用したほうがよいでしょう。
- ③なるべくお釣りのないよう、小銭を用意しておきましょう。
- ④深夜の利用は避けましょう。

### カレッサ

スペイン統治時代の面影をほのかに残す、色彩豊かな2人乗り馬車。今では公共の交通機関というよりも、もっぱら観光用に利用されています。

**TRANSPORT!  
COMMUNICATION  
SAGAWA**

#### 引越しサービス(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！！！

#### 海上輸送(Sea Cargo)

フィリピン国内屈指の取扱い高を武器に最高の価格サービスをご提供致します。

#### 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！

#### 引越し Removal

#### 海上輸送 Sea Cargo

#### 国際宅配便 Sgx



#### 航空輸送 Air Cargo

#### 航空輸送(Air Cargo)

大型の貨物だけど早く着けたい！そんなご要望に航空便でお答えします！

#### 物流倉庫(PEZA) Logistics

PEZA内の倉庫を活用し、VMIを始めとするあらゆるお客様からの物流課題にお答えします。



<BUSINESS HOUR> Mon - Fri 8:30 -17:30 TEL:822-9911 FAX:776-2582

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

JJM BUILDING 1, KAINGIN ROAD, MULTINATIONAL VILLAGE 1706 PARANAQUE CITY, METRO MANILA, PHILIPPINES  
担当 今井(mail@sagawa-global.com) / 大塚(m\_oba@sagawa-global.com)

## 使えるベスト5 このパンが食べたい! ベーカリーのパンベスト5

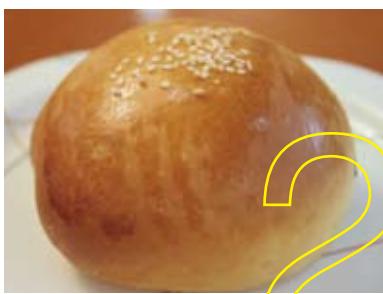
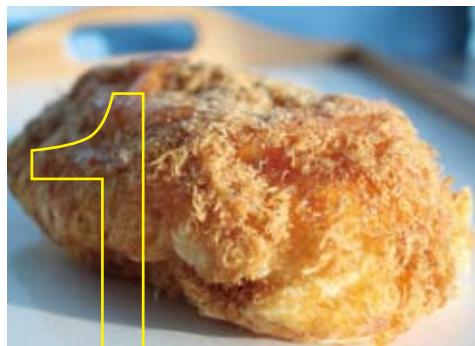
フィリピンにもパンはいろいろあるけれど…  
お米の国の日本人が、同じくお米の国のフィリピンに住んではいても、  
パンだって食べたいつ。  
そんな在住奥様とPrimer編集部スタッフが日ごろ愛している、  
そして気になるパンをランキング。

### CHEESE FLOSSSS by Bread Talk

おかげパンといえば!

何といってもCHEESE FLOSSSS。FLOSSSSはフレーク状のポークで、ちょっとピリ辛パイシー。これをパンの上にトッピングしたFLOSSSSシリーズのパンは開店当初に行列を作ったほどの大人気商品。ふわふわのパンとの相性も最高で、ボリューム満点なのに1個は軽~く食べられちゃう。

CHEESE FLOSSSS P55  
Glorietta4 Makati 1F  
☎ (0929)800-8798



### ANPAN by Jipan

日本のパンが食べたくなったら

時々無性に食べたくなる「あんこ」。このあんぱんは、外はパリッ、中には粒あんがたっぷり。焼きたてを買えたら、お店の外にあるテーブルですぐに食べることも出来ますよ。

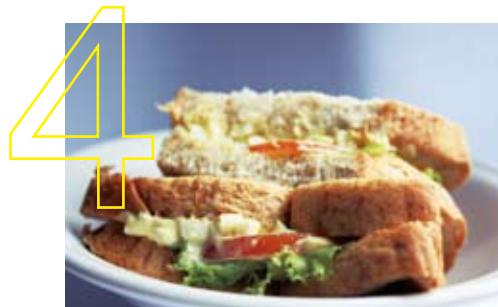
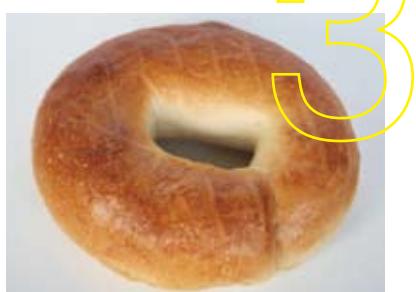
ANPAN P34  
Glorietta4 Makati 2F  
☎ (02)728-9442

### Bagels by Sinfully Circles

シンプルでおいしいパン

このベーグルは歯ごたえがもちっとしていい、かみしめると味わいがあって、そのままでも食べれちゃう。実はパン類が割引になる18時過ぎを狙って買いに行ったりしています。

Bagels P60  
Makati Shangri-La MANILA  
☎ (02)813-8888



### Sandwich by Deli France

自分好みのサンドイッチ

自分の好きなパンと具材で作るサンドイッチ。パンはフランスパンや全粒粉パン等から選べ、具材もチキン、ツナ、チーズ、卵、ハム、トマト、レタス等から選べます。その場で作ってくれるサンドイッチはハーフサイズもあって、好きなものを少しづつ色々オーダーすることも出来ます。

Egg Mayo WHOLE WHEAT BREAD P105  
RCSC PLAZA(Makati) 1F  
☎ (02)885-7204



### COFFEE CAKE BOX

by THE FRENCH BAKER

甘いお菓子系のパンなら!

ブチデニッシュやブチケーキが10個入ってるCOFFEE CAKE BOXがお気に入り。各々が一口サイズで、ティーパーティーなどに持つて行くのにピッタリ。自分用に買ったら、一人で一気にみんな食べちゃいそうで怖いです(笑)。

COFFEE CAKE BOX P182  
LANDMARK(Makati) B1 FOOD COURT  
☎ (02)812-3751

## 海洋深層水が血中コレステロールを下げる!

生物が生きるために必要な微量元素やミネラルがバランスよく含まれている海洋深層水は、健康維持のための新たな生活習慣として注目されています。

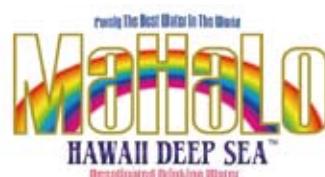
### 海洋深層水の可能性

- コレステロール値の減少 ■血糖値の減少 ■血圧の低下
- 中性脂肪の減少 ■脂質代謝の改善、肝臓への脂肪蓄積の抑制
- アトピー性皮膚炎治療への応用 ■高齢者の免疫力低下を改善
- 深層水から採取した微生物から、抗がん作用のある抗生物質、生理活性物質を抽出 ■血液の保存期間延長に効果

上記のような研究例が、高知大学、京都大学、東京大学、琉球大学などの大学、科学技術庁、農水省食品総合研究所などによる研究チーム、高知県、富山県、沖縄県などの自治体研究機関、メーカー研究機関により研究発表され、その可能性が明らかにされてきています。

### Ocean-Blue Element Int'l. Trading Inc.

G/F Trident Tower Bldg., 312 Sen. Gil Puyat Ave., Makati City Philippines  
Customer Service: (02)844-0808 Showroom: (02)844-3030 Fax: (02)844-5050



水が健康を  
大きく左右する。  
だから水には  
こだわりたい。

ハワイ島コナ沖で湧き上がる、海洋深層水。  
日本近海を循環する深層水は数十年の循環と言われていますが、ハワイ島コナ沖の循環は地球全体を2000年もの年月をかけて水深数千mの海底を静かにゆっくり循環する「海洋大循環」と呼ばれ、表層へと一気に湧き上がってくる、世界に類のない湧昇域です。



**Coffee Bun by Deli France****最近気になるパン…**

今お気に入りなのはCoffee Bun。表面をコーティングしているコーヒー味のビスケット生地が、さっくりとして甘く、中はふんわり。メロンパン好きにはたまらない一品!

Coffe Bun P42

**Pandesal by PAN de MANILA****これぞフィリピンの代表的なパン!**

フィリピンのパンと言えば「パンデサル」。塩のパンという意味です。ソフトではんのり甘いパン。色んなところで見かけるけれど、ここのはやっぱり違う。外がパリッとして中はふわっ。お店にある釜で焼かれてるからなんですよ。

Pandesal P5.5 Wheat Pandesal P6

**ハコビーナ by 街角のパン屋さん  
素朴な味がやめられない!**

街角にある庶民的なパン屋さんでは、ショーケースにずらりとパンが並べて売られています。比較的甘いパンが多く、味の予想がつくもの、つかないフシギなビジュアルのもの、が色々。編集部での人気は「ハコビーナ」。カンパンみたい、というと聞こえが良くないかも知れませんが、ほんのり甘くてサクサクで後引く味なんです。

Jacobina 1袋(18個入) 約P6

**Plain Croissants  
by Sinfully Circles****クロワッサンが食べたい時には**

さくっとした食感と共に香ってくる、バターの香りが贅沢へ。このクロワッサンはビッグサイズで、さらにrichな気分になります。

Plain Croissants P60

**ENGLISH BREAD by Jipan  
懐かしい味わいの食卓パン**

イングリッシュブレッドはふわっ&サクサクとした食感で、日本人好みのやさしい味わいのパンです。色なお料理に合います。

ENGLISH BREAD 1/3 : P55, 1/2 : P75,

BLG : P140

# まだまだありますお気に入り。 ベーカリーのパン番外編

※価格等の情報につきましては、店舗により異なる場合、また予告無く変更される場合がございます。予めご了承ください。

国際・国内航空券が自社にて発券できる旅行社  
**ディスカバリーツアー**  
IATA代理店 No.283-0112-5

- \* 国内・海外航空券の手配・発券
- \* 国内・海外旅行全般の手配
- \* レンタカー／空港送迎
- \* 撮影コーディネーション
- \* 日本ビザ申請手配
- \* コーディネーター／ガイド／通訳の手配
- 日本語でお気軽にお問い合わせください。-

《営業時間》【平日】午前9時～午後6時  
【土曜日】午前9時～正午

Ground Floor, Unit 301 Sagittarius Building,  
H.V.Dela Costa Street, Salcedo Village, Makati City

マニラ本社 ☎(02)812-3328 (02)818-7716  
(02)813-0557(日本ビザ受付)  
fax (02)817-4617

セブ支店 ☎(032)340-2128 fax (032)340-2127

E-Mail予約 hp@discoverytour.ph

URL: <http://www.discoverytour.ph>

**Pepper Wok** ペッパーワンダ

NOW OPEN AT

食欲シゲキ度120%!  
POWERPLANT MALL,  
ROCKWELL

あなたの「食べたい!!」を迅速叶えます!  
**1ヶ月限定の大セール実施中!!**  
期間:8月25日～9月25日

日頃、格別の御引き立てをあずかり、誠に有難うございます。日本有数の米作の山形県の庄内平野から、私の四半世紀の友人であり米作りの職人、「齊藤健一」が、丹精こめて作った精米直後の庄内米(新米)をお届けさせていただきます。

山形県の北西部に位置する庄内平野は、東京ドームの8.500倍の広さをほこり、北には出羽富士(鳥海山)、南には出羽三山(羽黒山・湯殿山・月山)に囲まれ、その中心部を日本三大急流の一つ、清流最上川が流れています。これらの風土に育まれ、大切に育てられたプレンド無しの庄内米です。

この時期だけの最高の味を、お楽しみいただければと思います。

お米	● 3kg	P1,000 → P750
	● 5kg	P1,600 → P1,300
	● 10kg	P3,200 → P2,800

その他、食材・フルーツなど、ご要望があれば受け取ります。

**Akane Express Japanese Food Delivery**  
95 Pres. Quirino Ave., Corner Modesto Street, Malate, Manila  
Tel: 525-8925 Fax: 526-0254 IP: 03-6888-3240  
営業時間: 10:00A.M. ~ 7:00P.M. 定休日: 毎週日曜日

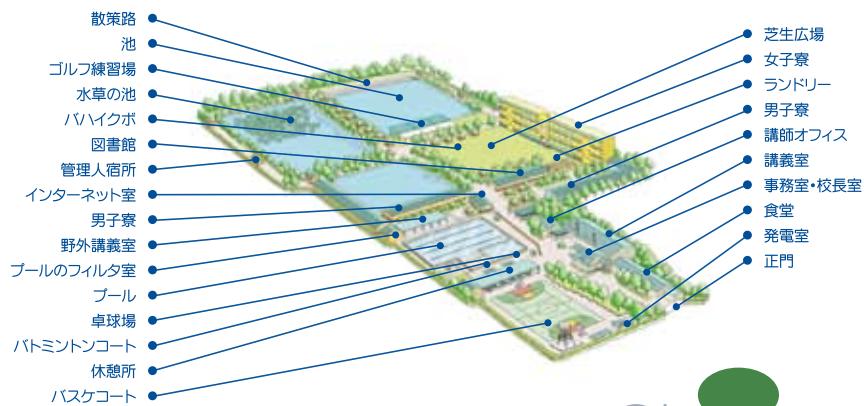
国際派を目指すあなたへ  
MMBSから世界へとびだそう



広大な敷地・快適な気候・万全なセキュリティ



## 完全マンツーマン英語学校



MMBS<sup>®</sup>

あなただけの先生、  
あなただけのカリキュラム

MAN TO MAN BOARDING SCHOOL

MMBS日本事務所 株式会社 ファンクレー (FunCra co., Ltd) 〒150-0043 渋谷区道玄坂1-15-3 プリメーラ道玄坂 413号 Phone:03-3476-6559 HP:<http://mmbs.org> E-mail: [mmbsjapan@mmbs.org](mailto:mmbsjapan@mmbs.org)  
フィリピンオフィス iMarketing Japan, Inc. 7480 Bagtikan San Antonio Village, Makati City Phone: +63-2-895-6297 HP:<http://www.primer.ph/> E-mail: [sales@primer.ph](mailto:sales@primer.ph)



# MMBS便り

MMBS Inc. Rio Madera, Tibag, Tarlac City  
written by 佐藤知穂



今回は英語学校で受ける英語の授業について書きます。

選ぶコースによって違いますが、ほとんどの学生は1日6時間、英語の勉強をしています。(マンツーマンが4時間、グループスタディが2時間。または、マンツーマンが5時間、グループスタディが1時間のどちらかです。)

授業は最初のレベルテストで決まります。同じコースでも、発音がよく出来ていない生徒には「発音」のクラスが、語彙が少ない生徒には「語彙」のクラスがコースの中に組み込まれます。他にリスニング、スピーキング、リーディング、ライティング。英語の基本であるグラマー(文法)だけはどの生徒にも組み込まれています。

テストの点数だけでなく、生徒の英語力に足りない部分を補い、強化するような授業が組まれるので、各生徒は自分に適した内容の授業を受けることができます。

私の場合は1日4時間です。マンツーマンが3時間、グループスタディが1時間。1日たった4時間ですが、この4時間の授業の予習と復習は結構大変です。毎日、宿題も出ますし、予習をしていかないと授業中の理解度がかなり下がってしまいます。

授業はグラマーとスピーキング、リスニング、グループスタディです。

グラマーの先生は20歳の女の子ですが、すでにリスニングのアシスタントチームリーダー

も任されるくらいの勉強家です。彼女の人は高く、彼女のスケジュールは8時から6時までみっちり授業で埋まっています。

英語勉強初心者の私はこのグラマーの授業が一番好きで、一番難しいです。

今勉強している英語の文法はおそらく日本の中学生1~2年生レベル。それなのに毎回「ほお」とか「ええ~」と言っている私の英語レベルってどうなんでしょうか。

同じテキストを使っている生徒がいましたが、彼女は1日に4単元ずつ進んでいました。私は1日1単元ずつ進めています。

今更、人と比べて焦って仕方がないので、自分のペースで授業を進めています。理解に時間がかかる時には2日かけて勉強する時もあります。その時はテキストだけでなく先生が問題を考えてくれます。

他の人を気にせず、自分のペースで授業を進められるところがマンツーマンの最大の利点だと思います。

リスニングの先生は、今まで聞いたことはあっても理解していなかった文章や英単語のスペルを教えてくれ、リスニングの内容をきちんと、そして深く理解できるようにしてくれます。

スピーキングでは、テキストの会話に基づいて、実際に同じような会話の練習をします。初対面同士の会話や挨拶、事務的な質問や答え方、場所や時間の約束の仕方など、日常生活に役立つ言い回しなどです。また、一つのトピックに

対して、自分がどう感じたかや思ったかを述べたりします。同じ意味で違う単語や、違う言い回し方などを教えてくれ、語彙をどんどん増やしてくれます。

グループスタディでは先生から問題が与えられ、それについて自分の意見を述べていきます。他の人の意見に賛成して応戦したり、反対意見を述べたりします。個人の考え方や各国の文化が見えてとても興味深い授業です。

毎日新しい言葉を勉強していると、1日1日全ての授業にどんどん広がりが出てきて、英語を勉強することが面白いとさえ思えます。

ただし、何度やっても覚えられない言葉や忘れてしまう言葉もあり、毎日が勉強だとつくづく思い知らされています。



プロフィール：佐藤知穂

以前1年間フィリピンに日本語教師として滞在し、その際にフィリピンに魅了された一人。今年の5月から英語学校の駐在スタッフとしてフィリピンに戻ってきたが、英語は初心者レベル。

# イントラムロスに見るマニラの歴史（第1回）

## 幾多の国に翻弄された、悲しき「城壁の街」

Written by ken

1969年生まれ。フィリピン在住30年。日本語、英語、タガログ語を自由に操る日比混血オヤジ。プライマー編集部の翻訳担当要員兼雑用係。通称「生きた翻訳コンニャク」。常に日本の漫画に飢えている。

パシッグ川の南岸に位置するイントラムロスは、16世紀にスペイン人によって建設された、マニラ市最古の地区です。「イントラムロス（Intramuros）」の名前はスペイン語で「壁の中の街（または要塞）」を意味しており、スペイン統治時代にはマニラ市そのものを指していました。マニラ湾に面したマニラ市は昔、貿易港に適したその立地条件から、中国人をはじめ多くの国人々の交易の場となっていました。

今回はそんな「マニラの原型」ともいえるイントラムロスを中心に、マニラの生い立ちから現在までの歴史を散策してみましょう。

### 占領前のマニラ

アタシの名はイントラムロス。年齢？ そうねえ…完成したのが1606年っていうから、400歳くらいかしら。

アタシが生まれる前、ここはマレー人のイスラム教徒の集落があつて、中国人や他の國の人たちが海を渡ってきたりして、貿易が盛んに行われていたんだって。海に近いし資源も豊富だったから、人間達の格好の貿易港としてけっこう栄えていたらしいわ。

ここは昔はとっても空気がおいしくて、水もそれはきれいなものだった。川岸には、人間達が「Nilad（ニーラッド）」と呼んでいる、星形の白い花がとってもかわいらしい水草が沢山生えていて、人間達は「ニーラッドが生えている場所」ということで、ここを「May nilad（マイ・ニーラッド）」と呼ぶようになったの。それがなまって、「Maynila（マイニーラ）」や「マニラ」になったらしいわ。

でも、今じゃパシッグ川の川岸をいくら血眼になって探したって、ニーラッドなんか一輪もありやしない。そろそろ「ニーラッドが生えていない場所」ということで、「Walang nilad（ワラン・ニーラッド）」とか「ワニラ」とかに改名するべきよね。あらあら、「ワニラ」なんて、まるで怪獣の名前みたいね。ほほほ。

話がわき道にそれてしまったわ。ごめんなさい。

さて、そんな地理的に恵まれたマニラの町を、当時陣取りっこにうつつを抜かしていた強國の人間たちが放つておくわけないわよね。

案の定、1565年にメキシコからセブ島に渡ってきていたミゲル・ロペス・デ・レガスピ率いる征服者の一隊が、島民からマニラの事を聞きつけて、1568年にマーティン・デ・ゴイティとファン・デ・サルセドという2人の海軍少佐にフィリピン北

部の開拓を命じたの。

ちなみにレガスピさんは一番最初にフィリピンをスペインの植民地にして、フィリピンの総督になった人、サルセドさんはスペイン最後の征服者としてその名をとどめた人。今では二人ともマニラ市のお隣のマカティ市の高級住宅地や通りの名前になっているわね。

でもね、レガスピさんなんて、今のマカティ市がある場所を「ろくでもない沼地」なんて馬鹿にしてたのよ?なんでそんな人の名前を使うのかしら、とご近所のことをとやかく言っても始まらないわね。先に進みましょ。

2人の海軍少佐は、パナイ島やミンドロ島で中国人の海賊と戦いながら北へ北へと向かい、1570年にようやくマニラに到着した。イスラム集落の首長達は彼らを温かく迎え、スペイン人の一行も友好的に振舞っていたらしいわ。でも彼らの腹の中は違った。

スペイン人一行と集落との間の友好関係はそれこそ一瞬の中に崩れ去ったわ。ゴイティさんとサルセドさん達は本性を現し、武力で集落を制圧してしまったの。そしてその翌年の1571年にはレガスピさんの一隊がマニラに到着し、マニラを完全に手中に収めてしまったってわけ。

### スペインによる支配



スペイン統治時代(1596年)に使用されたマニラ市の紋章

総督として植民地統括の本拠をマニラに置き、フィリピンの首都をマニラに定めたレガスピさんは、スペイン人に貿易の邪魔をされた中国人の海賊の攻撃からマニラを守るため、早速アタシの建設に着手したの（ああ、やっとアタシの出番ね!）。

64ヘクタールの土地に築き上げられたアタシは、最初は外壁も中の建物たちも木や竹、土といった材料で造られていて、火事や地震や海賊の攻撃でしおちちゅう壊されていたわ。でも16世紀の終わりごろにマニラを訪れたイエズス会員のアントニオ・セデニヨさんという人が、火に強い石を使ってアタシをもっと頑丈なものに造り替えてくれたの。

ちなみにアタシの一部として造られたサンチャゴ要塞は、もとはマニラのイスラム集落の首長の一人、ラジャ・スライマンさんの宮殿の跡地に建設されたものなの。ここも最初は木造だったんだけど、後になって石造りの建物に造り替えられたのよ。



マニラ市の中のイントラムロス

こうしてアタシは8フィート（約2メートル）の厚さと22フィート（約6メートル）の高さを持つ石垣に囲まれた、堅固な要塞の街として生まれ変わったの。街の中にはレガスピさんのオフィスや住宅、学校、病院の他に、マニラ大聖堂やサン・アグスティン教会をはじめ数多くの壮麗な石造りのカトリック教会が建てられた。「東洋一の強固で優雅な城塞都市」と呼ばれていたアタシは、そんな自分の容姿を誇らしく思っていたわ。今思えば、アタシが一番輝いていた時代だわね。嗚呼、過ぎ去りしアタシの青春時代。ちなみにアタシのサイズは生まれた当時から現在まで変わっていないわ。

アタシはフィリピンの政治、軍事、そして宗教の中心地として機能していた。でも中に住み、政治に関わることができる者はスペイン人とメスティーソ（スペイン系フィリピン人）だけ。フィリピン人はというと、キリスト教徒は中に入れただけ住むことは許されなかつたわ。要するに、アタシの街はフィリピン人のためじゃなくて、スペイン人のための街だったのね。多く

のフィリピン人と中国人は壁の外に追いやられたの。フィリピンの人たちにの目には、アタシは「差別の象徴」として映っていたかもしれないと思うと、胸が張り裂ける思いだわ。

外壁の外では中国人が中国人街を築いていて、スペイン人と貿易をしていたわ。中国人との喧嘩がもとでアタシを作ったくせに、一方では2人仲良く商売をしてるなんて、人間ってなんておかしな生き物なのかしら。

1762年にイギリスがマニラを占領したけど、その後協定が結ばれて2年後に再びマニラがスペインの手に戻った。その頃には貿易も盛んに行われ、多くの人たちがマニラを訪れるようになってアタシの外壁の外はどんどん発展していったわ。

19世紀になると、今まで強国が自分の国に土足で入り込んで好き勝手に振舞っているのを黙って見ていたフィリピン人たちにも変化が起き始めたわ。知識人



1880年の地震で崩壊する前のマニラ寺院

の間でフィリピン独立への気運が高まったの。詩人であり、画家でもあり、そして医師でもあった多才な人ホセ・リサールさんの啓蒙活動や、「フィリピン革命の父」として後世に名を残すアンドレス・ボニファシオさん率いる秘密結社「カティイナン」の革命運動が始まったけど、結局うまくいかず、リサールさんはスペイン人に捕らわれ、アタシの中にある建物（現リサール博物館）の中に数日間監禁された後、銃殺されてしまった。そして1898年、米西戦争でアメリカの圧倒的な強さを見せつけられたスペインは、フィリピンを2000万ドルでアメリカに売り払い、フィリピンはアメリカの支配下に置かれてしまったの。

(第2回に続く)

**UHI UNIVERSAL HOLIDAYS, INC.**

2008年、30周年を迎えた[U.H.I.]が  
お客様の思い出作りをお手伝いをさせて頂きます。

JALグループの旅行代理店(Dusit Thani Hotel 中2階)  
**UHI UNIVERSAL HOLIDAYS, INC.**

旅行のお問い合わせは、梅津/田淵/上村まで。  
日本語専用 819-2051 共通 810-2636, 840-2373・2373・2374・3752  
FAX 819-2052-0097  
E-Mail: [corpsales@universalholidays.com](mailto:corpsales@universalholidays.com)

**JALPAK**  
**30**  
years  
of  
service

[www.universalholidays.com](http://www.universalholidays.com)

※日本人営業スタッフ募集中  
日本行きビザ代理申請受付中 航空券、国内・海外パッケージ  
お問い合わせはビザ専用ダイヤル (632) 815-3048 まで

Photo taken at Amanpuri Resort

## フィリピン最新アートシーン 2008年8月

国際交流基金マニラ事務所所長 鈴木 勉

フィリピンは知る人ぞ知るアートの宝庫。全国各地で行われるフィエスタなど、豊富な伝統に支えられたパフォーミングアーツの才能とビジュアルなセンスは、現代のアートにも生かされています。このコーナーでは、日本では入手できないフィリピンの今を映す最もホットなアート情報をお伝えします。

### SM Megamall Artwalk

#### ギャラリストのメッカ、その名も“アートウォーク”

マニラ首都圏に数あるショッピングモールの中でも最もギャラリーが集中している。合計19のギャラリーと企画展を実施するアートセンターがあり、年中無休でいつ行っても必ず作品を見ることができる。2000年のスタート時から続くFINALE ART GALLERIがパイオニア的存在で、現代美術作家の展覧会では一歩リード。マカティ市にも支店があり、ウェブサイトも充実している。また現代美術が中心のWest Gallery、THE CRUCIBLE、RENAISSANCE Art Galleryや、奇抜な木彫で著名なRey Paz Contrerasのギャラリーなど見所が多い。同じ4階にあるOLD MANILA Book Centerはアート関連の古書が豊富で、値打ちものの画集や美しい写真集がお手ごろな価格で入手できる。

FINALEとArtwalk

Art



OLD MANILA



SM Megamall Artwalk

SM Megamall Level 4,  
Mandaluyong City

#### FINALE ART GALLERY

Artwalk, Level 4, SM Megamall  
(632) 634-2411

URL <http://www.finaleartfile.com/about.html>



PETA Theater Center

No.5 Eymard Drive, New Manila Quezon City  
Metro Manila 1112  
(632) 722-6911

URL <http://www.petatheater.com/>

PETA Theater Center

Theatre



『トスカ』 写真提供：PETA

### PETA Theater Center

#### 歴史ある民衆劇団の新しい拠点

フィリピン教育演劇協会、通称ペタ（PETA）は1967年の設立以来、社会運動としてのタガログ語演劇の先頭に立ち、マルコス政権に反旗を翻して演劇を通じた民衆啓発やコミュニティ形成に取り組んできた。2005年にオープンしたPETA Theater Centerは彼らの新しい拠点で、400名収容の本格的劇場やスタジオ、資料センターを併設する。今年で41回目のシーズンを迎える、実験的作品から青少年向け作品まで多様な公演が行われる。8月29、30日には、日本の劇団黒テントや国際交流基金との共催で『トスカ』が上演される予定。詳しくはウェブサイトで。

### 今月のジャパンファンデーション

#### 国際サイレント映画祭

サイレント映画の世界的名作をフィリピン人音楽家の生演奏付きで堪能する！

昨年から始まった国際フェスティバル。今年は日本以外にもドイツ、スペイン、フランス、イタリア、チェコが参加。

8月26日 [スペイン] "The Black Man with the White Soul <El negro que tenia el alma blanca>" (1926年、ベニト・ペロホ監督)

8月27日 [日本] 「瀧の白糸」 (1933年、溝口健二監督 ※音楽:ボブ・アベス)

8月28日 [チェコ] "Erotikon" (1929年、グスタフ・マハティ監督)

9月2日 [フランス] "Faces of Children <Visages d'enfants>" (1925年、ジャック・フェデール監督)

9月3日 [ドイツ] "The Oyster Princess <Die Austernprinzessin>" (1919年、エルンスト・ルビッヒ監督)

9月4日 [イタリア] "Cabiria"

(1914年、ジョバンニ・パストローネ監督)



会場：シャングリラ・プラザ・モール  
シネプレックス・シネマ1

いずれも午後7時開演。

チェコ以外はジャズ、エスニック、エレクトロニカなどの生演奏付き。詳しくは以下のウェブサイトで。

URL <http://www.jfmo.org.ph/>



JAPAN FOUNDATION

The Japan Foundation, Manila

12th Floor, Pacific Star Building,, Sen.

Gil. J. Puyat Ave. Ext., cor.

Makati Ave., Metro Manila

(632) 811-6155 ~ 58

E-Mail [bsuzuki@jfmo.org.ph](mailto:bsuzuki@jfmo.org.ph)

# フィリピンで輝く日本人 小林歯科医院院長 小林 誠さん

## 日本の歯科技術をフィリピンに伝えたい 後編

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

小林 誠(こばやし・まこと)

小林歯科医院 院長・歯科技工士訓練センター「The ALPS Technology Academy Inc.(TATAI)」創立者 1939年生まれ(69歳)

北海道出身。中学校卒業後、旭川の歯医者の家に丁稚奉公で住み込み、旭川東高等学校に通う傍らで技工の見習いの毎日を送る。20歳で上京し、明治学院大学に入学するも60年安保闘争に巻き込まれて中退。歯科技工専門学校に入り直して技工士の資格を取得する。その後、自分で技工所を開業したが、歯医者になることを熱望し、フィリピンのオカシボ大学で歯科医学を学び、フィリピンの歯科医師国家試験に合格して念願の歯科医師免許を取得。現在、同じく歯科医師である奥さんと共にマカティ市にあるクリニックを経営する傍ら、クリニックに併設した技工士の訓練センターでフィリピン人技工士の輩出に努める。目下フィリピン初の技工士会となる「フィリピン技工士会(DENTAP)」の創立に向けて、精力的に活動中。フィリピンに帰化した日本人第1号。



### フィリピンに帰化した日本人第1号

こうして日本人で初めてフィリピンの歯科医師国家試験に合格し、晴れて歯科医師となった小林さんだったが、「フィリピンで取得した歯科医師の資格は日本で通用しない」という厳しい現実を知られ、愕然となる。これでは日本に帰っても意味がない。

フィリピンでは法律上、外国人が歯科医として開業することを禁止しているため、自分で開業するとなればフィリピンに帰化するしかない。小林さんは悩みに悩んだ末、日本国籍を捨てる決心をした。帰化申請を行い、何回も裁判所に通い続けた末、1998年にやっと申請が受理された。フィリピンに帰化した日本人第一号の誕生である。

現在、マカティ市にクリニックを開業し、奥さんと息子さんと力を合わせて毎日元気に仕事に励んでいる。

### 技工士訓練センター設立 「歯医者はまず技工を学べ」

「日本の優れた歯科技工術をフィリピンに根付かせたい」

歯科医になる夢を見事に果たした小林さんは、更なる夢を実現するべく、自分のクリニック内に歯科技工士訓練センター「The ALPS Technology Academy Inc.(TATAI)」を併設し、フィリピンでの歯科技工の育成に取り組み始めた。

「歯医者は技工を先に覚えて、それから歯医者にならないと話しにならない」と小林さんは言い切る。歯科技工を勉強した歯医者とそうでない歯医者とでは、レベルにおいて雲泥の差があるのだ。

「技工を勉強した時点で、今までの世界がらっと変わっちゃうんだから」

患者の口の中を診察した時、技工知識のない歯科医は「どの歯がどう悪いのか」「歯を抜くか削るか」といったレベルの判断しかできないが、技工知識を持つ歯科医はそこからさらに踏み込んだ判断ができる。患者の年齢や全体の歯並びを考慮しつつ、患者に最も適した義歯の種類（差し歯、入れ歯、インプラントなど）、材料及び材質を選定するといった、抜歯後のケア

も含めた包括的な治療が可能になるのだ。また、抜歯せずに極力今の歯を長持ちさせるにはどうすればよいかも知っている。特に小林さんほどベテランともなると、患者の口の中を一瞥しただけで瞬時に頭の中で最良の治療手段をイメージできてしまうとのことだ。

「歯が抜けるというのは、患者さんにとって一大事なんですよ。今ある歯をいかに長持ちさせてやるか、また、抜歯せざるを得なくなつた場合でも、患者さんにかかる負担をいかに軽くするかを考えてやるのが歯科医の努めであり、それが最終的に患者さんの幸せにつながるんです。」

自らが技工士であり、また歯科医でもある小林さんの言葉は、長年の経験に裏付けられた確信に満ち溢れていた。

そんな小林さんの指導の下で育ち、巣立っていった卒業生の数は約200人。将来は専門学校として発展させたいと考えている訓練センターでは、今日も一流の技工士を目指す生徒が勉強に励んでいる。

### フィリピン初の歯科技工士会

さて、小林さんの夢はまだまだ続く。フィリピンで初めての歯科技工士会を創立するということがそれだ。

「Dental Technologists Association of the Philippines (DenTAP)」創立を思い立ったのは、小林さんの運営する技工士訓練センターに関心を持つ知り合いの歯科医から「フィリピンに技工士会を作つてほしい」と頼まれたのがきっかけだった。そして2005年9月、先に述べた知り合いの歯科医のお膳立てで、社団法人 日本歯科技工士会が主催する国際会議「第13回アジア・太平洋地域歯科技工士会協議会」に急遽フィリピン代表として奥さんと出席することに。

「技工士会をまだ作っていないのに、いきなり出席することになってしまって。定款すらなかったので、慌てて定款を作成しました」

フィリピンでは歯科技工士に対する社会での認知度は低く、歯科技工士会

といった技工士同士の情報交換の場を提供する組織は存在していない。技工士訓練センターで育った生徒達に活躍の場を提供し、フィリピンの歯科技工術のレベルを世界水準まで引き上げるためにには、歯科技工士会の存在は必要不可欠である。そう思い至り、フィリピン初の歯科技工士会の創立に踏み切った。

目下2008年10月に開催が予定されているDenTAP発会式の準備に追われている小林さんの瞳は希望と意欲に輝き、とても来年70歳を迎える人には見えない。同会について語る口調にも自然と熱がこもり、小林さんが今一番情熱を傾けている事業であることが窺（うかが）える。10月にDenTAPが正式に発会した後も、翌月の2008年11月21日から23日の3日間、大阪国際会議場で10年に1回開催される「第4回国際歯科技工学大会」に出席する予定だ。

抱いた夢を一つ一つ確実に実現させていく、さらなる夢に向かって走り続ける小林さん。これからもフィリピンの歯科医ならびに歯科技工士のレベル向上の担い手として、第二の祖国フィリピンで重要な役割を果たしていくことは間違いない。



# FOR SALE : HATTERAS 46 ft

Category : Sport Fishing Power Boat, Cruising, Trolling Boat.

Newly overhauled engines & transmissions. Engine hours less than 50 hours. Interior and exterior fully renovated last March 2008. Very sharp looking boat. Owned by Sun Beam Marine Sports Corp.

If interested, pls. call: 942-2486 or 0920-903-8055 Contact : Masaki Tabata

**P5,000,000**

Category : Powerboats Water Capacity : 180 g / 681 l Type : Sport Fish. / Conv. / Flybr. Holding Tank : 100 Manufacturer : Hatteras, USA

Passengers : 2 Cabins 8 beds Model : 46C Year : 1979 Length / LOA : 46 ft / 14.0 m Engine mfg. : Detroit Diesel Engine Model : 8V92TA

Condition : Good Engine Type : Inboard 8-cyl Boat's Name : KATRINA No. of Engines : 2 Location : Maya Maya Yacht Club, Nasugbu, Batangas

Engine Drive : Direct Drive Beam : 15'0" ft / 4.6 m Horse Power : 1400 hp Draft : 4'5" ft / 1.4 m Engine Year : 1999 / 2008 Overhauled LWL : 46'0" ft / 14.0 m

Engine Volume : Displacement : 62,720 lbs / 28,224 kg / 28.224 tons Engine Hours : Portside : 50 hrs / Starboard : 30 hrs Transmission : 2007 overhauled

Ballast : Fuel Type : Diesel HIN : Fuel Capacity : 650 G / 2461 L Hull Material : Fiberglass / Composite Propeller Type : Fixed

Number of Hulls : 1 Keel Type : Cruise Speed : 17~22 knots / 20 mph / 32 kph Max Speed : 25 knots / 29 mph / 47 kph

Navigational Equipments : GPS Furuno, Rader Furuno, Fish Finder Furuno. New Murphy Engine Monitoring System installed in 2007

## レジャー ボート 売ります : HATTERAS 46 ft

船種：スポーツフィッシング・パワーボート／クルージング・トローリング・ボート

エンジン及びトランスマッisionをオーバーホールしたばかり。エンジン使用時間は50時間未満。2008年3月に船体とインテリアを改装しました。とてもシャープな外見を持つボートです。所有者：Sun Beam Marine Sports Corp.

興味のある方はMasaki Tabataまでご連絡ください。

連絡先：942-2486または0920-903-8055

**価格：5百万ペソ**

船種：パワーボート 水タンク容量：180 g / 681 l タイプ：スポーツフィッシング / Conv. / Flybr. 汚物集合タンク：100 メーカー：米国Hatteras社 搭乗員数：キャビン：2 ベッド：8 モデル：46C 製造年度：1979年 全長 / LOA : 46 ft / 14.0 m エンジン：デトロイト・ディーゼル エンジンモデル：8V92TA  
状態：良好 エンジンタイプ：インボード 8 シリンダー 船名：カトリーナ（KATRINA） エンジン数：2 停泊地：バタンガス州ナスブ、マヤマヤヨットクラブ エンジン駆動方式：直接駆動 船幅：15'0" ft / 4.6 m 馬力：1400 hp  
喫水量：4'5" ft / 1.4 m エンジン製造年度：1999年 / 2008年にオーバーホール済 LWL : 46'0" ft / 14.0 m エンジンボリューム：排気量：62,720 lbs / 28,224 kg / 28.224トン エンジン使用時間：左舷：50時間 / 右舷：30時間 トランスマッision：2007年にオーバーホール済 バラスト：燃料タイプ：ディーゼル HIN : 燃料容量：650 G / 2461 L 船体の材質：ファイバーガラス / ノット / 20 mph / 32 kph 最高速度：25ノット / 29 mph / 47 kph ナビゲーション設備：GPS Furuno, レーダー Furuno, 魚群探査機 Furuno. 2007年にMurphy社のエンジン監視システムを搭載



所在地  
マカティオフィス  
7480 Bagtikan St., San Antonio Village Makati City Philippines.  
TEL: +632-899-5994 FAX: +632-890-7320  
ラグナオフィス  
Lots 11&12, Blk. 5, Laguna International Industrial Park, Mamplasan, Binan, Laguna, Philippines  
TEL: 0918-909-0592 岩尾  
お問合せ iij-info@imergeonline.co.jp 山岸、岩尾、今泉までメールまたはTELにてご連絡ください。

**フィリピンでのIT管理業務を  
日本の品質で我々がお届けします。**

**MERGE**  
I-MERGEONLINE, INC.

## ポセス・ナン・マーサ みんなつながる広場

ポセス ナン マーサーとはタガログ語でみんなの声という意味です。

このページでは読者の皆様の声をご紹介します。感想などコメント待っています。

[sales@primer.ph](mailto:sales@primer.ph)までメールをお待ちしています!

2週間前にフィリピンに来た時に、あるミュージッククラウンジ(ショーパブ?)の広告を日系新聞で見て行ってみました。マカティのフィルモア通りにある「スポットライト (551-5501)」という店です。シックな内装でなによりバンドがすばらしかったです。この店の音響もさることながら5~6曲リクエストしましたがすべてを演奏してくれ感激しました。民族ダンスのショーもすばらしかったです。滞在中3日間毎日行きましたが飽きる事ありませんでした。御社の月刊誌でのお店を紹介することが出来れば読者は必ず満足すると思います。バンドはジャズ、ボビュラー、オールディーズ、ディスコ、すべてのジャンルを演奏しており、日替わりのシンガーも素晴らしいです。必見です。(Mさん)

編集部 ありがとうございます。ジャズバンド興味あります~個人的に♪ こういったライブレストランもこれから取り上げていきたいと思います。貴重な情報、これからもお待ちしています!

昨日貴誌が届きました。ありがとうございます。今すぐにでも出かけたいスポットがたくさん紹介されていて、日本在住の私には歯痒いばかりです…。日用品(洗剤や消毒ジエルなど)の比較は特に興味深かったです。せひ他にも色々特集して欲しいです。クリエストとしては、フィリピン料理のレシピなんかも載せて欲しいです。何しろ日本語で書かれたレシピ本は1冊だけですし(涙)。各家庭で調理法が異なるものも多いですが、参考にしてアレンジも出来ますし、ぜひお願いしたいです。私はパンデサルのレシピが欲しいです…。あと、ブルートガレラが紹介されていたのは嬉しかったのですが、もう少し詳しく書かれていたら良かったなーなんて思いました。興味を持っていた場所なので☆

では、これからも楽しみにしています。がんばってください!(Sさん)

編集部 リクエストのフィリピン料理、企画にあがってますよ! 後は、お料理できる人がいれば特集組みたいと思ってます。誰か教えてくれませんか~? 募集中です。ブルートガレラはまだ穴場ですねよ! シホさんも行った際には是非感想や情報を教えてくださいね!

御社推薦(応援)の各ブログについてです。  
更新が一ヶ月以上ないものもありますよ

ね? これを御社のPrimerで紹介し続けるというのは如何なものなのでしょう? もっと厳選されたブログだけを紹介するとかでなければ紹介したい記事だけを掲載するような形にしては如何でしょうか? 万が一にも紹介されるまでは眞面目にフィリピンを紹介するはずのブログがある日突然、卑猥なブログに変わつたりしたら? 御社の方で管理若しくは監視しているとは思いますが、放ったらかしのようにも感じてしまいましてメールさせていただきました。(Hさん)

編集部 サポートブロガーのページを愛していただきありがとうございます。Hさんのおっしゃることはごもっとも。更新が滞った場合には私たちも「お元気ですか~?」と問い合わせをしています。内容等に関しては厳しく管理していくつもりです。また何かお気づきがあればご指導くださいね!

こんには。Primerも創刊から楽しく読ませていただいています。

Webサイトもよく見ているのですが、ニュースコーナーに載ってる記事が、フィリピンに住んでいる自分からすると、少し物足りなく感じることがあります。

多くの人が注目していたりする自然災害や大きな事故等についてのニュースは、あまりないように思うからです。おしゃれで女性好みのフィリピンばかりが取り上げられているようですが、本当のフィリピンはそればかりではないと思いますよ。

ファンの一人として少し残念に思い、いち意見としてメールいたしました。(Kさん)

編集部 ご意見ありがとうございます。自然災害などの緊急ニュースは今後状況に応じて取り上げていきたいと思います。

でも、日本ではフィリピンの悪いニュースが多く取り上げられている気がするんですよね。フィリピンの悪いイメージを払拭したい私たちとしては、そういう意味で、他のフィリピン関連のニュースサイトなどではあまり取り上げられないネタやフィリピンの明るいニュースなどを、あえてプライマーを通して積極的に伝えたい!というのをコンセプトとしているんですね~。

Kさんのようなご意見、とてもありがとうございます。これからもご意見やアイデアがございましたら、どんどんお寄せください。

そして一緒にPrimerを作っていきましょう!

マンガで  
覚える!

## タガログ語教室

連載 第5回

今月のタガログ語:マサキッ!



## もうタグリッシュとは言わせない!

コース プライベートセッション(1on1) 20hour ~  
グループセッション 30hour ~  
集中英会話 / アメリカンアクセント  
ライティング / 文法  
TOEFL / IELTS 対策 他

**The American Institute  
for English Proficiency**

6772 Ayala Avenue, Suit 610, Makati City,  
Philippines, 1226

■ contact

Phone: +63(2)893-1566 Mobile: 0917-850-3456

Website: <http://www.aiepro.org>

Email: [info@aiepro.org](mailto:info@aiepro.org)



**BEST TRAVEL**  
INBOUND, OUTBOUND, TICKETING & OTHER SERVICES



マニラ・セブ共、  
フィリピンに精通した  
日本人が常駐しております。  
何なりとお気軽にお  
相談くださいませ。

MANILA OFFICE

Ground Floor, The Spa 50 Jupiter Street,  
Bel-Air Makati City, Philippines  
Phone: (632)899-4582 to 85 / 895-7898 / 895-1074  
Fax: (632)899-4586 e-mail: [besttravel@besttravel.com.ph](mailto:besttravel@besttravel.com.ph)  
website: [www.besttravel.com.ph](http://www.besttravel.com.ph)

【営業時間】月~金 午前8時~午後8時  
土 午前8時~午後5時 日曜休業

CEBU OFFICE

Ground Floor, Room 112, KRC Building,  
Subangdaku, Mandaya City, Cebu Philippines  
Phone: (032)345-2901 / 345-3868  
Fax: (032)345-2890 e-mail: [besttravelcebu@yahoo.com](mailto:besttravelcebu@yahoo.com)  
【営業時間】月~金 午前8時~午後8時  
土 午前8時~午後5時 日曜休業



**New Hatchin**  
Japanese Grocery  
日本食材専門店

品構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。

Branches at:

MAKATI

Tel: 0917-7707 / 8805-030 / 8807-648

Fax: 887-7209

Cell: 0917-566-7298

Mon - Sat 9AM - 10PM

Address: 7602 Serendra Plaza, 2nd Flr.,

Address: 7602 Serendra Plaza St.,

Car. Metropolitan Ave.,

San Antonio Village Makati City

CARTIMAR

Tel: 033-8905-1305

Fax: 033-8905-1304

Mon - Sat 7AM - 5PM

Sun 7AM-2PM

Address: Unit 5 Cartimar Plaza

Laventia St.,

Gardiner Pasay City

フィリピンの「今」を伝えるフィリピン情報ポータルサイト

# Philippine primer

<http://primer.ph/>

Philippine Primerウェブサイトでは、フリーぺーパー同様、フィリピン在住の方々に快適なフィリピン生活を満喫していただけるよう、また観光で滞在される方々には楽しくフィリピンを旅行していただけるよう、フィリピンの「今」を知ることができます。



Primerウェブサイトの一押しは、なんといっても「食べる」ページ！ ブライマ一編集部のスタッフたちも、外食の際にはひそかに参考にしているこのページ♪ フィリピン料理はもちろん、イタリアン、フレンチ、スペイン、中華、韓国、そして和食まで、全部で12ジャンルのレストラン&カフェをご用意し、フィリピンでのあなたの「美味しい！」をナビします。

「今日のランチはどこにしよう?」  
「フィリピン行ったらなに食べよう?」

そんなときは、ぜひPrimerウェブサイトの「食べる」ページを参考に、その日の気分に合わせたレストランをチョイスしてみて下さいね♪

「食べる」ページ：マニラの「美味しい！」をナビします

1

2

①Primerサイトトップページから、「食べる」のタブをクリック  
②左のジャンルメニューから、お好みの料理をクリック  
好みのお店を見つけよう!

## 新規スタッフ募集

**Regus**

リージャスグループは企業規模・業種を問わず、世界70カ国、400都市、950拠点において企業向けにサービスオフィスを提供する、世界最大のプロバイダーです。

ロンドン証券取引所 (RGU.L) に上場し、積極的な成長戦略を維持しています。

- 仕事内容：日本人のお客様からのお問い合わせに対しての対応、ご案内
- 応募資格：年齢、学歴、性別不問 日常英会話スキル
- 勤務時間：午前7時30分～午後5時
- 給与：経験、スキルおよび年齢などを考慮のうえ、当社規定により決定します 各種コミッション制度有
- 休日・休暇：週休2日制、祝日、誕生日休暇、年次有給休暇
- 業種：コールセンター
- 勤務地：マカティー市 アヤラ
- 待遇・福利厚生：健康保険、ビザサポート

お問い合わせ：885-8604 担当：桐原

応募方法：[jenny.got@regus.com](mailto:jenny.got@regus.com) に履歴書と職務履歴（英文）をお送りください

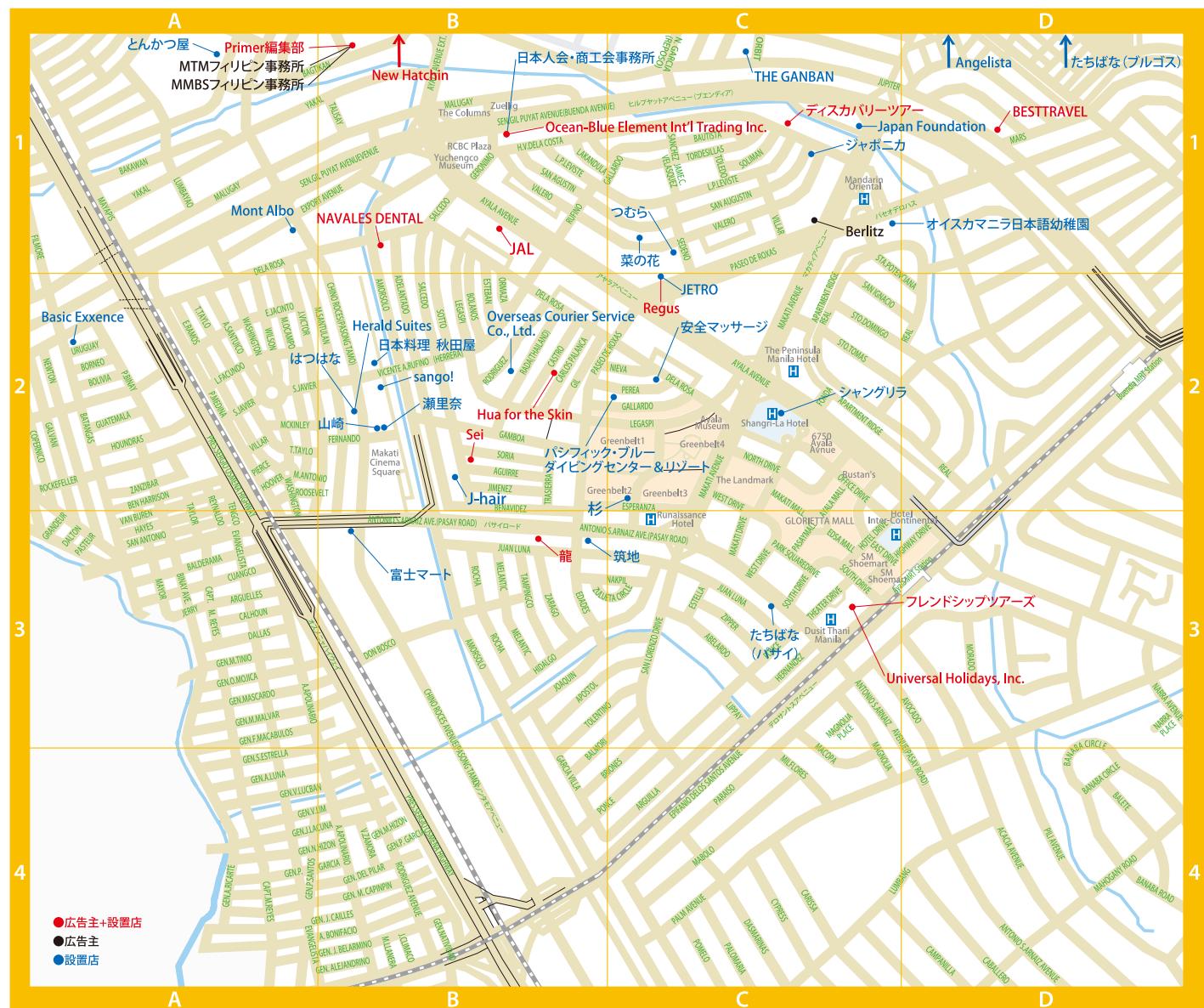
## 広告主一覧

正式社名	住所	電話番号 URL	地図番号	広告掲載 ページNo
I-MERGEONLINE INC.	7480 Bagtikan San Antonio Village, Makati City	(02)899-5994 <a href="http://www.imergeonline.com">http://www.imergeonline.com</a>	B1	24
Akane Express Japanese Food Delivery Service	ELIGARDI Bldg. 976 President Quirino Avenue corner Modesto Street Malate, Manila	(02)525-8925	H2	17
The American Institute for English Proficiency	6722 Ayala Ave., Suite 610 Makati City	(02)893-1566	2C	25
MMBS日本事務所	株式会社ファンクレー (FunCre.Co.,Ltd.) 〒150-0043 渋谷区道玄坂1-15-3 プリメーラ道玄坂413号	(03)3476-6559 <a href="http://mmbs.org">http://mmbs.org</a>	なし	18
MBBSフィリピンオフィス	I-MERGEONLINE, INC. 7480 Bagtikan St., cor. Sacred Heart St., San Antonio Village, Makati City	(02)899-5995	B1	18
Ocean-Blue Element Int'l. Trading Inc.	G/F Trident Tower Bldg., 312 Sen. Gil Puyat Ave., Makati City	(02)844-3030	B1	16
かね甚	3-23B Legaspi Towers 300 Roxas Blvd., cor. Vito Cruz, Malate, Manila	(02)521-1151 <a href="http://www.kanejin.com">http://www.kanejin.com</a>	F3	28
コクヨ販売代理店	I-MERGEONLINE, INC. 7480 Bagtikan cor. Sacred Heart Sts., San Antonio Village, Makati City	(02)899-5995	B1	32
Sagawa Express Philippines, Inc.	JJM Building-1, Kaingin Road, Multinational Village, 1708 Paranaque City	(02)822-9911	なし	15
Sei	6F Republic Glass Bldg., 196 Salcedo St., Legaspi Village, Makati City	(02)812-0943	B2	12
ディスカバリーツアー	G/F 301 Sagittarius Building, H.V. Dela Costa St., Salcedo Village, Makati City	(02)812-3328	C1	17
Navales Dental	Suite 1710 Medical Plaza Makati Bldg., Amorsolo cor. Dela Rosa St., Legaspi Village, Makati City	(02)751-8101	B1	12
株式会社日本航空インターナショナル(JAL)	2F 6788 Ayala Avenue, Oledan Square, Makati City	(02)886-6879	B1	2
New Hatchin (マカティ)	7602 Sacred Heart St., cor. Metropolitan Ave., San Antonio Village, Makati City	(02)890-1649	B1	25
花 for the Skin	G4 Perla Mansion 117 Don C. Palanca St. Bgy. San Lorenzo, Legaspi Village, Makati City	(02)892-9441	B2	12
フレンドシップツアーズ	3F Dusit Hotel Nikko, Ayala Center, Makati City	(02)893-0291 <a href="http://www.friendshipmanila.com">http://www.friendshipmanila.com</a>	C3	28
BEST TRAVEL	G/F TAT Bldg., 64 Jupiter St., Bel-Air, Makati City	(02)899-4582 <a href="http://www.besttravel.com.ph">www.besttravel.com.ph</a>	D1	25
Pepper Lunch	Lot-RS 041, Power Plant Mall Rockwell Center, Makati City	(02)717-0884	なし	17
Berlitz Manila	2F Peninsula Court Bldg., Paseo de Roxas corner Makati Ave., Makati City	(02)813-2231	C1	11
Universal Holidays, Inc.	Mezzanine Floor, Dusit Thani Manila, Ayala Center, 1223 Makati City	(02)893-8468 <a href="http://www.universalholidays.com">http://www.universalholidays.com</a>	C3	23
Regus	28F Tower 2, The Enterprise Centre, Corner Paseo de Roxas and Ayala Avenue, Makati City	(02)886-5005 <a href="http://www.regus.com/">http://www.regus.com/</a>	C2	26

## プライマー設置店一覧(2008年8月現在) primerはここでGetできます!! 設置場所拡大中!設置店募集中。お問い合わせはsales@primer.phまで。

正式社名	住所	電話番号	正式社名	住所	電話番号
I-MERGEONLINE INC.	7480 Bagtikan San Antonio Village, Makati City	(02)899-5994	Tanabe(タナベ)	553 Remedios St., Malate, Manila	(02)528-4688
Akane Express Japanese Food Delivery Service	ELIGARDI Bldg. 976 President Quirino Avenue corner Modesto Street Malate, Manila	(02)525-8925	筑地	900 Pasay Rd., Makati City	(02)843-4285
安全マッサージ	G-6 Asian Mansion Bldg. Dela Rosa St., Legaspi Village, Makati City	(02)886-3728	つむら	2F 88 Corporate Center, Cedeno St., cor. Valero St., Salcedo Village Makati City	(02)887-4848
一本槍 (カビテ州ダスマリニヤス)	FCIE Compound, Governors Drive, Barangay Langkaan Dasmarinas, Cavite	(046)402-1179	ディスカバリーツアー	G/F 301 Sagittarius Building, H.V. Dela Costa St., Salcedo Village, Makati City	(02)812-3328
一本槍 (バタンガス州)	First Philippine Industrial Park, Barangay Santa Anastacia, Santo Tomas, Batangas	(043)405-5961	Technopark Hotel	Greenfield Auto Park, Santa Rosa, Laguna	(049)541-3089
一本槍 (ラグナ州サンタロサ)	2F Rustan's Superstore, Ayala Land Inc., Bgy. Don Jose Sta. Rosa Techno Park, Laguna	(049)541-1635	テリヤキドラゴン	1555 M.Adriatico St. Cor. Pedro Gil, Ermita Manila	(02)525-3238
umu(Dusit Thani Manila)	G/F Dusit Thani Manila Ayala Center, EDSA cor. Pasay Road, Makati City	(02)867-3333	東京マーケット	57 Connecticut St., Northeast Greenhills, San Juan City	(02)722-4263
うらしま Angelista	76 President Ave., Teoville Subd., BF Homes, Paranaque City Unit G-114 Ave. Events Mall Antel Lifestyle City 7829 Makati Ave., Makati City	(02)820-9895 (02)710-4433	コンビニストア	3001 Roxas Blvd., Pasay City	(02)523-7011
OSCA Manila Japanese Kindergarten, Inc.	69 Paseo de Roxas St., Urdaneta Village, Makati City	(02)894-3114	Traders Hotel	LGF Palm Tower C, St. Paul Rd., San Antonio Village, Makati City	(02)896-1990
Ocean-Blue Element Int'l. Trading Inc.	G/F Trident Tower Bldg., 312 Sen. Gil Puyat Ave., Makati City	(02)844-3030	とんかつ屋	Suite 1710 Medical Plaza Makati Bldg., Amorsolo cor. Dela Rosa St., Legaspi Village, Makati City	(02)751-8101
Oriental Pearl Resort Overseas Courier Service Co., Ltd.	010 Sto. Nino, Puerto Galera, Oriental Mindoro c/o Republic Courier Service Inc. First Cityland Cond. Bldg., Rada St., Legaspi Village, Makati City	(0926)691-0883 (02)817-8282	Navales Dental	2F Montivar Building, 34 Jupiter Street corner Planet Street, Bel-Air, Makati City	(02)897-5630
歌舞伎座	1632 M.Adriatico St., Malate, Manila City	(02)400-4147	日刊マニラ新聞	Ninoy Aquino International Airport (NAIA)	
北リソソ日本人会	Sato Kokusai Learning Centre Inc. Patria De Baguio Rm.203, Session Rd., Baguio City	(074)424-0288	カルチャーセンター	2F 6788 Ayala Avenue, Oledan Square, Makati City	(02)886-6879
Kuretake	R-1Level Powerplant Mall Lopez Drive, Rockwell Center, JP Rizal Makati City	(02)898-0509	日本航空(JAL)	22F Trident Tower, 312 Sen Gil Puyat Avenue, Salcedo Village, Makati City	(02)892-3233
神戸クリニック	Unit 2068 & 2069 B.2, 2nd Level, Festival Supermall, Alabang, Muntinlupa City	(02)842-5405	独立行政法人	44F Philamlife Tower, 8767 Paseo de Roxas, Makati City	(02)892-4376
珈琲ハウス tokyo café (MOA)	G/F South Wing Side, Main Mall Bldg., (In front of SM dept store) SM Mall of Asia	(02)556-0517	日本貿易振興機構(ジェトロ)	U-148 G/F Mile Long Bldg., Amorsolo St., Legaspi Village, Makati City	(02)996-4255
珈琲ハウス tokyo café (SM North Edsa)	2F The Block SM North Edsa 216 A-216 B	(02)441-0346	日本料理 秋田屋	Unit 6 Cartimar Plaza, Leveriza St., Cartimar, Pasay City	(02)833-8905
小林歯科医院	Unit 408, Maga Centre, Paseo de Magallanes, Magallanes Village, Makati City	(02)854-3800	New Hatchin (カルティマル)	7602 Sacred Heart St., cor. Metropolitan Ave., San Antonio Village, Makati City	(02)890-1649
THE GAMBAN	144 Jupiter cor. Orbit Sts., Bel-Air, Makati City	(02)896-5445	New Hatchin (マカティ)	2119 A. Mabini St., Malate, Manila	(02)400-9478
Surf Side	White Beach Angol Boracay Island, Malay Aklan Magdalo Hi-Way, Putol, Kawit, Cavite	(036)288-5006 (046)434-9067	New Hatchin (マビニ)	Century Plaza Ground Floor-D, Perera St., legazpi Village, Makati City	(02)830-3245
ささ浜	8101 Pearl Plaza Building, Pearl Drive Street, Barangay San Antonio, Ortigas Center, Pasig City	(02)636-1991	Pacific Blue Dive Center & Resort	2168 Pasong Tamo, MCPO 5006, Makati City	(02)759-6388
Sango!(オルティガス)	G/F Creek Side Mall Amorsolo St. corner Legaspi Village Makati City	(02)830-0391	はつはな亭	Lower Ground Floor, Food Court, SM Southmall, Las Pinas City	(02)801-5721
Sango!(マカティ)	Phase III, Filinvest, South Supermarket, Alabang Padi Dive Center S-6387 Sitio Looc, Brgy. Bagalangit, Mabini, Batangas	(02)666-1604 (0920)903-8055	Happy Cream Puff	G/F Pasda Mansion 77 Timog cor. Panay Ave., Quezon City	(02)373-0648
Sango!(アラパン)	Unit 102-C G/F Cattleya Condominium 235 Salcedo St., Legaspi Village, Makati City	(02)812-6055	富士マート(ケソン)	2F WalterMart, Makati, Chino Roses Ave., Cor. Arnaiz Ave., Makati City	(02)894-3812
サンビーム マリンスポーツ	2F Liberty Plaza H.V. De La Costa cor. Valero St., Salcedo Village, Makati City	(02)884-2148	富士マート(マカティ)	1725 M. Adriatico St., Malate, Manila	(02)525-4270
株式会社	Ayala Avenue corner Makati Avenue Makati City	(02)813-8888	富士マート(マラテ)	1712 Roxas Blvd., Pasay City	(02)523-4147
J-HAIR	1701 M.Adriatico St., Malate, Manila City	(02)522-2516	フルス	3F Dusit Hotel Nikko, Ayala Center, Makati City	(02)893-0291
Japonica	Greenhills Shopping Center, Connecticut St., San Juan City	(02)723-9496	フレンドシップツアーズ	Emelia Bldg., Batangas St., Makati City	(02)813-4321
Shangri-La Hotel Manila	Greenbelt 2, Ayala Center, Esperanza St., Makati City	(02)757-3678	Basic Exxence	G/F TAT Bldg., 64 Jupiter St., Bel-Air, Makati City	(02)899-4582
叙城苑マニラ焼肉	6F Republic Glass Bldg., 196 Salcedo St., Legaspi Village, Makati City	(02)812-0943	BEST TRAVEL	Lot-RS 041, Power Plant Mall Rockwell Center, Makati City	(02)717-0884
杉(グリーンヒルズ)	Fernando cor. Pasong Tamo Sts., Makati City	(02)894-3855	Pepper Lunch	2168 Don Chino Roses St.(fromerly Pasong Tamo St.), Makati City	(02)759-6271
(マカティ)	CCP Complex, Roxas Blvd., Pasay City, Manila	(02)551-5555	Herald Suites	2-H, 2/F 8101 Pearl Plaza Bld., Pearl Drive, Ortigas Center, Pasig City	(02)637-6593
Sei	Roxas Blvd., cor. J. Quintos Jr. St., Ermita, Manila	(02)528-3000	本陣	Mandarin Oriental, Manila	(02)750-8888
瀬里奈	2F Makati Palace Hotel P. Burgos cor. Caceres Sts., Bel-Air, Makati City	(02)895-7702	Mori Mori	Makati Avenue, Makati City	(02)809-3960
Sofitel Philippine Plaza Hotel	Manor Bldg., 1006 Pasay Road, Makati City	(02)844-0553	Mont Albo	Casa Susana Bldg., Alabang Commercial Center, Madrigal Ave., Muntinlupa City	(02)728-4449
Diamond Hotel	Unit 229-231 Entertainment Mall, SM Mall of Asia Business Park	(02)556-0360	やきとり一番	Oriental Gardens, Pasong Tamo cor. Sen. Gil Puyat (Buendia), Makati City	(02)994-1873
たちばな(ブルゴス)			山崎	888 GATEWAY PLAZA 2126 A.Mabini St., Malate, Manila	(02)893-2163
たちばな(パサイ)			Universal Holidays, Inc.	2277 Fernando St., cor. Pasong Tamo, Makati City	(02)893-8468
Tanabe(MOA)			らーめん一番館(マカティ)	Mezzanine Floor, Dusit Thani Manila, Ayala Center, 1223 Makati City	
			らーめん一番館(マビニ)	No.7838 Makati Avenue Cor. Valdez St., Makati City	(02)899-0693
			龍	2101 A. Mabini St. Malate, Manila	(02)524-4779
				Unit 1-2 Upper G/F Tesoro Bldg., 822 A. Arnaiz Ave., San Lorenzo Village, Makati City	(02)856-4588

# 保存版 マカティマップ<sup>®</sup>



## プライマー広告のお申し込み・お問合せ

広告掲載ご希望の方は下記までご連絡ください。  
詳しいご説明をさせていただきます。



iMarketing, Japan, Inc.  
☎ (02)899-5994, (02)899-5995  
担当:水島  
✉ sales@primer.ph  
http://www.primer.ph

各種オプショナルツアーや楽しい企画を  
いっぱい用意しています！

マニラ日帰り旅行・ダイビング  
ゴルフ etc...  
フィリピンでの旅行のことなら  
お任せください！

**フレンドシップツアーオフィス**

マカティ・ドゥシタニマニラ 3F

営業時間: 平日 9:00a.m. ~ 6:00p.m.  
(土曜: 9:00a.m. ~ 3:00p.m.) 定休日: 日曜・祝日  
TEL: 840-1060 / 894-1124 (時間外: 0928-506-8162)  
<http://www.friendshipmanila.com>

創業20年の実績  
賃貸コンドミニアム物件豊富  
賃貸オフィス・賃貸一戸建も取扱

ご入居からご退出まで  
日本人スタッフによるサポートで安心です。



Real Estate License  
No. 10212(R)  
SEC License #161-807

Since 1987

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

# 保存版 ベイエリアマップ



## ■困った時の連絡先(フィリピン国内用)

### 在フィリピン日本政府機関

在フィリピン日本国大使館	.....(02)551-5710
領事部直通(日本語)	.....(02)834-7508
邦人援護ホットライン(24時間)	.....(02)551-5786
日本人関係団体	
マニラ日本人会	.....(02)810-7909
マニラ日本人商工会議所	.....(02)892-3233
マニラ日本人学校	.....(02)840-1424 ~ 27

### 緊急(事件・火災・救急車)

日本の110番	.....117(※1)
---------	--------------

### 病院

マニラ日本人会診療所(マカティ)	.....(02)818-0880
マカティメディカルセンタ(マカティ)	.....(02)888-8999
アジアンホスピタル(アラバン)	.....(02)771-9000 ~ 2
神戸クリニック(アラバン)年中無休	.....(02)842-5405
東京ヘルスリンク(アラバン)	.....(02)772-2678
日本人専用電話番号(※2)	.....(0917)844-0026
セントルクスマディカルセンター(ケソン)	.....(02)723-0101 ~ 32
(国際デスク)	.....(02)726-3911

海外旅行傷害保険のクレームエージェント(24時間) ... (02)637-9260  
(医師&医療機関の紹介など)

### 空港

ニノイ・アキノ国際空港(NAIA)	.....(02)877-1109
-------------------	-------------------

### 航空会社

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

### フィリピン政府機関

フィリピン観光省	.....(02)524-1703
(観光案内・相談窓口)	.....(02)525-6114
入国管理局	.....(02)527-3260
関税局	.....(02)527-4512
国税局	.....(02)922-3393
フィリピン退職庁	.....(02)848-1412 ~ 17
(日本語デスク・ペイペー)	

### クレジットカード紛失・盗難

VISA CARD グローバルデスク(※3)	.....001-800-144-10015
MASTER CARD グローバルデスク(※3)	.....001-800-1-111-6061

### 電話番号案内(PLDT CALL)

187

### 知っていると便利(携帯ニュース速報<携帯TEXTで配信申し込み>)

The Philippines Star .....2922(※1)

The Inquirer .....2207(※1)

※1 日本からはかけられません。

※2 携帯電話の番号です。日本からかける場合は、日本でご契約の電話会社によっても違いますので、ご契約の電話会社にお問い合わせください。

※3 日本からそのままダイヤルしてください。

日本からの電話のかけ方 63(国番号)+2(ゼロをとった市外局番)+番号  
例 (02)123-XXXXの場合 63-2-123-XXXX

## ■編集室だより

みなさんこんにちは。いかがお過ごですか?

今月号では予てからリクエストをいただいていた編集部の面々をご紹介します!

とても個性的なメンバーが勢揃い。実はこんなメンバーでプライマーを編集してるんです。

今後ともこんな編集部含め、プライマーをよろしくお願いします♪

**Tossy♂** いつもクールな営業兼バイスプレジデント。

表情変えずにぼやく一言が意外に笑いのセンスあり!!



結構天然キャラ?!



**Ken♂** 生きた翻訳コンニャクでお馴染みのKen。最近はみんなの愛すべきいじられキャラとして定着。Primerでは作家魂を発揮。ヘビースモーカー。

**Haru♀** いい海があるとの噂を聞きつければ西へ東へどこへでも向かう年中真っ黒ダイバー姉さん! 普段の穏やかさから一転、海へ潜れば男前!



**Yukkey♀** フィリピンプライマースタッフ奮闘記担当。ブログファン急増中! 意外にもシャイで人見知りだが、編集部内では上司にもガンガンダメ出しをする新卒社員。



**Mishi♀** 日本語勉強中のフィリピン人スタッフMishi。J-pop大好き。ジャニーズのことなら特にお任せ! 嵐のコンサートに行くのがもっぱらの夢。



**Nao♀** ニコニコしながらサラッと毒舌をはく辛口女。爪に色を塗っていないと落ち着かない。プライマー編集部の、頼れるカリスマ主婦。

# primer

マニラ発・快適生活推進フリーペーパー

primer [プライマー] 第6号

2008 Issue Vol.6

2008年8月25日発行

本誌掲載の記事、写真、イラストなどの無断転載は固くお断りいたします。

編集・制作

iMarketing Japan, Inc. primer編集部

編集

水島奈央子

デザイン

柳田寛之(willsnow-dfl)

水田麗

Missy V. Balagtas

協力

のびのび会 河野貴和子

Tama

プライマーボランティアスタッフのみなさん

発行

iMarketing Japan, Inc.

7480 Bagtikan St. corner Sacred Heart Extr.

San Antonio Village, Makati City

☎ (02)899-5995 local. 111 Fax (02)890-7320

E-mail information@primer.ph

印刷・製作

東銀座印刷出版株式会社

東京都豊島区高田3-5-20

## 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、役立つ情報をトータルにお届けする情報誌・WEBサイトを目指しています。皆様からの旬な情報をお待ちしております。例:イベント情報・最新ショップ・体験談・求人情報・売ります・買います・投稿写真・期間限定プロモーションなど

☎ (02)895-6297 Fax (02)890-7320 E-mail sales@primer.ph



フィリピン政府観光省  
www.premium-philippines.com



ココロ染まる。



情緒豊かな、活気溢れるフィリピンの首都マニラ。  
人々が賑わうショッピングモール、彩り豊かな屋台の料理、  
トロピカルフルーツジュースの濃厚な味わい、  
16世紀ヨーロッパの格調高い文化の面影…。  
ようこそ、あなたを輝かすフィリピンへ。



# PHILIPPINES

プレミアム・リゾートアイランド フィリピン



## KOKUYO PRESENCE-panel system



### 配線すっきり !

- パネルの内側に効率的に配線し、通路や足元がスッキリ
- テーブルの形状やパネルの高さが思い通り選べる

新谷です。  
i-Mergeフィリピン  
をよろしく  
お願ひします！  
私もサポート  
してまーす

i-Mergeコクヨ  
担当の今泉です。  
お問合せ  
お待ちして  
います！



## KOKUYO CELLO-chair



### 座りやすくて 機能的 !



- 「背もたれロッキング」「座の高さ調整」「サークル肘」などの機能により、長時間座っていても疲れにくい。
- クッションは耐久性抜群。腰・背中のサポートが充実

## KOKUYO BWM-cabinet



### 収納効率抜群 !

- ファイルボックスやファイルが効率よく収納できるサイズ
- 積み重ねることができるので、レイアウト変更がしやすい



快適なオフィス空間のご提案

**KOKUYO**

<輸出元>

コクヨインターナショナルマレーシア株式会社

KOKUYO INTERNATIONAL (M) SDN.BHD.

Suite 23-04, 23rd Floor, Menara Tan & Tan, 207, Jalan Tun Razak, 50400 Kuala Lumpur, Malaysia

Tel:+60-3-2161-4060 FAX:+60-3-2161-6918 フィリピンコクヨ駐在員 新谷美佐緒

<販売元(正規代理店)>

i-MERGEONLINE,INC 7480 Bagtikan St. cor Daosan Antonio Village, Makati City TEL:(02)899-5995

販売担当 今泉佑太 Email y-imaizumi@imergeonline.co.jp