

Philippine

<http://primer.ph>

primer

マニラ発・快適生活推進フリーペーパー【プライマー】



毎月25日発行



vol.11

ココロ
染まる

プレミアム・リポートアイランド
フィリピン

特集

St.Valentine's Day



Eco-products International Fair 2009

第5回 エコプロダクツ国際展

Sustainable Production, Sustainable Consumption, Sustainable Future

2009/3/19 Thu 20 Fri 21 Sat 22 Sun

Venue SMX Convention Center, Manila, Philippines フィリピン・マニラ [SMXコンベンションセンター]

► For more details, please check here! / より詳しい情報は、こちらからどうぞ!

<http://www.epif09.org>

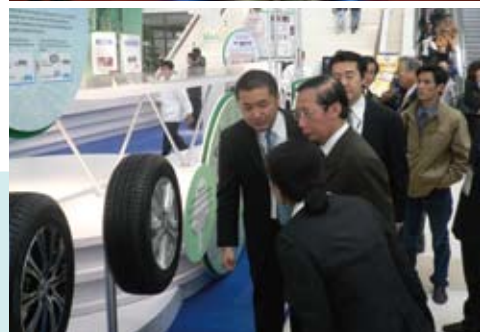
第5回エコプロダクツ国際展

アジア最大級の国際環境展示会・国際環境会議をマニラで開催！

会 期：2009年3月19日(木)～22日(日)

会 場：マニラ・SMXコンベンションセンター

詳しい情報は▶▶▶ <http://www.epif09.org>



皆様のご来場を
お待ちしております！

出展対象

最先端の環境技術から製品・設備・システム・サービスまで、
「環境」のすべてが一堂に集結

エコプロダクツ

- エネルギー
- 家電
- 事務機器 情報通信機器
- 文具 事務用品
- 自動車 運輸
- 輸送用機器・部品
- 産業機械
- 住宅 住宅設備
- 建設機械・建築・建材
- エコマテリアル
- 容器・包装

流通 物流

- 衣料 日用品
- 食品 飲料
- エコレジャー
- オーガニック
- 環境への取り組み
- CSR(社会的責任)
- 環境コミュニケーション
- 環境教育
- 自然保全・再生
- 地域支援
- 技術解説

エコサービス

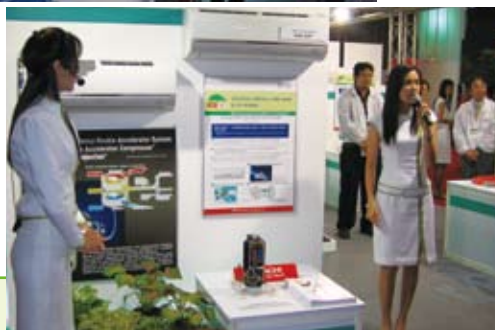
- 金融・環境基金
- 排出量関連・CDM関連
- リース・レンタル
- 回収事業・中古販売
- エコ支援システム
- ESCO 汚染防止
- アセスメント
- コンサルティング
- マーケティング
- エコツーリズム

環境技術・ビジネス

- エネルギー
- 太陽光発電
- 風力発電
- 地熱発電
- 高効率エネルギー
- 省エネ技術

再資源化

- 食品廃棄物
- 堆肥・飼料化
- 廃棄物関連
- 自動車リサイクル
- 水・下水処理
- プラスチック
- バイオマス
- 大気汚染対策
- 研究・開発機関
- 大学 自治体、
- 業界団体、NPO-NGO



● 出展申込受付について

出展申込受付は終了しましたが、スペースに若干数空きがございますので延長受付を致します。出展をご希望される場合は下記の運営事務局（株式会社ファースト）までご連絡下さい。

● 協賛・共同イベントを募集中！

当国際展では協賛、共同イベント・展示企画等を募集しています。参加をご希望される場合は、お気軽に下記の運営事務局（株式会社ファースト）までお問合せ下さい。



主 催

国際機関 APO（アジア生産性機構）
フィリピン生産性本部（DAP）
フィリピン産業界環境支援組織（PBE）

お問合せ先

「第5回エコプロダクツ国際展」運営事務局
株式会社ファースト マーケティング協力6部
TEL:03-3545-9811 担当：元井・数原・アキノ
E-mail:epif@the-first.co.jp

国際機関 APG（アジア生産性機構）工業部
TEL:03-5226-3925 担当：宮川・後藤・中川
E-mail:epif@apo-tokyo.org

アクセス

・MRT3号線「タフト・アベニュー駅」・LRT1号線「エドサ駅」からバス・ジブニー・タクシーで約5分
・マニラ（ニノイ・アキノ）国際空港からタクシーで約20分
※交通状況によります

SMX CONVENTION CENTER

SMX コンベンションセンター

Seashell Drive, Mall of Asia Complex, Pasay City, Metro Manila, Philippines
TEL: +63-2-556-8888 FAX: +63-2-556-2970
E-mail: info@smxconventioncenter.com
<http://www.smxconventioncenter.com>



地球にやさしい

I-MERGE ONLINE,INC. オリジナル 省エネエコロジー PC 「I-ECO」 発売！



~~PHP39,980~~

PHP29,980 (レンタル可)

特徴

- 1 電気料金が少ない
- 2 小型の CPU パッケージ
- 3 CO2 排出量が少なく環境にやさしい



I-MERGEONLINE,INC は、インテル最小のプロセッサ・インテル® Atom™ 搭載の自社オリジナル PC 「I-ECO」を開発しました。従来 PC より消費電力が大幅に少なく、コスト削減に繋がります。また、CO2 排出量も低減でき、環境に配慮した省エネタイプの PC です。小型で軽く、横置き・縦置きどちらでも可能。設置場所を選ばず、スペースを確保できます。効率的に資源を活用する「I-ECO」。ぜひお問合せください。

I-ECO スペック

CPU	Intel atom 230 1.6 Ghz
メモリー	DDR2-667Mhz 2GB
HDD	160GB SATA 2.5 インチ
OS	Windows XP Professional
DVD	オプション
LAN	10/100 Mbps
オーディオ	有り
サイズ	185mm x 70 mm x 300mm (2.0kg)

問合せ先

I-MERGE ONLINE,INC.

7480 Bagtikan St. cor Sacred Heart Extension,
San Antonio Village, Makati City

TEL : (02)899-5995

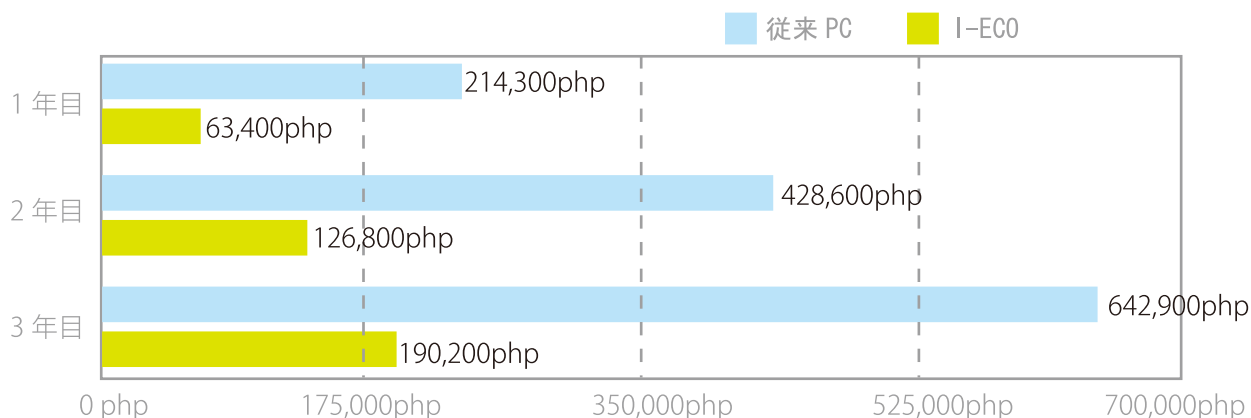
Email : iij-sales@imergeonline.co.jp

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。



電気料金の節約から CO2 排出量低減、 設置スペースまで、有効活用できる「I-ECO」PC。

3 年間使用した場合の電気料金の比較 ※100 台使用時



約 66%の電気料金削減

→3 年間で 452,700php (約 1,131,750 円) の
コスト削減が可能です！

1 年あたりの CO2 排出量

従来 PC 約 11.1 トン

▶▶▶ I-ECO 約 3.3 トン

使いやすい

日本の文具が手軽に入手できます！

日本ではおなじみのキングジムやプラスなど
文具用品の輸入・販売を始めました。
ペン、ノートからファイル、マーカー、シャープ替芯
まで、オフィスに必要な文具を多数取り扱っております。
また、日本の標準価格と同価格で提供しているため
大変お値打ちです。
ご注文いただければ、アイマージから事務所まで
直送致します。



スーパードッチファイル
(A4 判)



シャープペンシル
シャ楽



ダブルクリップ



修正テープ MONO YX6



ホッチキス



カラーインデックス



スタンプ台
(赤)

全商品
100 点以上！



ご請求・その他お問合せは下記 TEL 番号、
又は、下記 HP アドレスまでお問合せください。

02-899-5924 (直通)

<http://www.imergeonline.com/imergeshop/>



法人向け レンタカーサービス

日系企業様にうれしいお知らせ エコで省エネ!



エコレンタカーで年間の経費を大幅に削減!

今や世界はエコノミカルでエコロジカルな時代。

原油の高騰や地球温暖化が深刻化している中、

燃費がよくて環境にやさしい燃料のニーズが世界規模で高まっています。

そんな時代にぴったりなのがLPG。

弊社では、エコノミカル(経済的)でエコロジカル(環境に優しい)なLPG自動車のレンタルサービスを法人様を対象にご提供しています。

その他、メーカーや車種を各種取り揃えております [Triangle Phils. Travel & Transport Corp.](#)

エコレンタカーのお問合せはプライマーでも受付けております。

TEL:(02)895-6297 E-Mail:ecocar@primer.ph

LPG(液化石油ガス)自動車 レンタルサービス

燃費がいいから財布にやさしい!

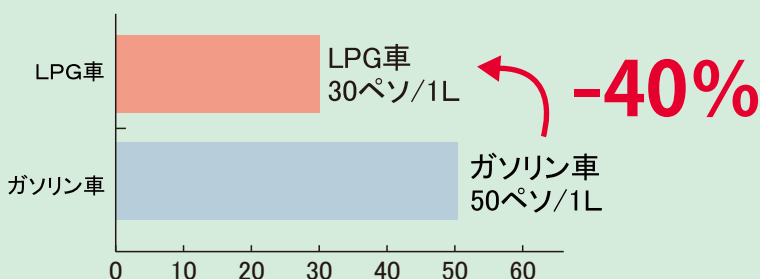
低公害だから地球にやさしい!

運転手付きだから人にやさしい!

燃費がいいって、本当?

LPGは1リットルで約8キロ走行可能。価格は1リットル約30ペソです。一方、現在のガソリンの価格は約50ペソ。燃費の差を考慮しても燃料コストを40%削減することができます。例えばマニラ-ラグナ州カランバ間が往復で約110キロとすると、LPGの消費量は約14リットルとなり、燃料コストは約420ペソ。一方、ガソリンでは約700ペソかかることになります。

【1Lあたりの価格(単位:フィリピンペソ)】



注: 上記の計算は2008年10月現在のガソリン価格とガスの価格を基に計算しており、今後価格が変動する可能性があります

補給場所に困らない?

LPGスタンドはマニラ、マカティ、パサイ等に数箇所ありますので、毎日給油すれば問題ありません。また、走行途中でガスがなくなった場合でも、スイッチ一つでガソリンに切り替えて走行可能です。

(参考) マカティ市内のLPGガス補給スタンド

★Petronスタンド

Buendia-Makati Ave.

★Manila AutoGasスタンド

Kamagong St.

★NAIADSSスタンド

Buendia Ave. とBatangas St.の角

★Totalスタンド

Kamagong St.

08	Feature	特集 St.Valentine's Day
15	Leisure	最上級のワインをーBodegas Hidalgo La Gitana その2 Wine at its best - Bodegas Hidalgo La Gitana Part 2
16	Relax	発見！プチリゾート in Laguna-Rockpoint Discover Petit Resort in Laguna - Rockpoint
18	Coupon	使える！お得なクーポン！ Coupons Galore
19	Column	フィリピン食彩紀行 Philippine Food Trip
20	Column	子育てコラム のびのび会 河野貴和子さん Raising Kids by Ms. Kiwako Kono of Nobi-Nobi-Kai
21	Column	TM流フィリピンBEAUTY笑説 Our Beauty Tips
22	Report	手術直後の突撃インタビュー AMERICAN EYE CENTER Interview Right After LASIK Surgery
25	Diving	Vistamar Beach Resort & Hotel
	Column	ボラカイ島通信 YURINさん Boracay News - Ms. YURIN
26	Diving	憧れのシンデレラダイビング！ サンビームマリンスポーツ Dive Like a Princess - Sunbeam Marine Sports
27	Culture	フィリピン最新アートシーン 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 Mr. Ben Suzuki, Japan Foundation Manila Office Director
28	Trip	バギオ フラワーフェスティバル 北ルソン日本人会(JANL) Baguio - The Flower Festival
	Project Development	みんなの快適フィリピン生活！ 独立行政法人 国際協力機構(JICA) Comfortable Philippine Life for Everyone - Japan International Cooperation Agency (JICA)
29	Kids	オイスカ日記 幼稚園の運動会 オイスカマニラ日本語幼稚園 Oisca Diary - Sports Festival at Kindergarten
	Club	子供たちに与える最高の贅沢！ 「マニラ語り手たちの会」 The Most Luxurious Time That We Can Give to Our Children - Story Teller's Club
30	Voice	みんなの声(番外編) Boses ng Masa Special
		連載 マンガで覚える！ タガログ語教室 Comic - Tagalog Lesson
31	Work	フィリピンで輝く日本人 マニラ学習塾 塾長 石川誠司さん Japanese in the Philippines Mr. Seiji Ishikawa of Manila Gakushu Juku
32	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
34	Memo	困った時の連絡先(フィリピン国内用) Emergency Contacts within the Philippines

primer

プライマーVol.11 目次

Philippine Primer Vol.11

Table of Contents



今月の表紙：ドラムのビートに合わせて踊る、『シヌログ・フェスティバル・クイーン』 (Cover Photo of the Month : Dancing the beat of the Drums 'Sinulog Festival Queen')

撮影：グレッグ カンパニャさん (Photo by: Mr. Greg L. Campaña)

シヌログは、年に1回、1月にフィリピンのセブ島で行われるフェスティバルで、同市の守護神であるサント・ニーニョ（子供の頃のイエス）を称えるためのものです。この祭りの目玉は、全国から集まったフィリピン人グループの色鮮やかなコスチューム、グループ同士のエキサイティングな踊りの競い合い、そしてうっとりするほど素晴らしい各自のパフォーマンスです。「シヌログはみんなの夢なんだ。特に僕のような写真家たちのね。ちなみに表紙の女の子(マニラ族のミシェル・オンビンさん)は、2008年に行われたシヌログ・フェスティバルの、クイーン候補の一人。写真家の立場から言えば、シヌログ・フェスティバルに参加することはとても楽しくて勉強になる。君たちも、エキサイティングなパレードや、ドラムのビートに合わせて踊るパフォーマンスたちのアクションを観ていて、これほど太陽の熱気を肌で感じたことはないって、きっと思うよ。2009年のシヌログ・フェスティバルに向けて、撮影機材の準備は万全だ。」(グレッグさんより)

グレッグさんのflickrフォトストリーム (www.flickr.com/photos/campsg-photography/)を通して、フィリピンのライフスタイルを覗いてみよう！

Sinulog is an annual festival held every January in Cebu City, Philippines. It is held in honor of Santo Niño (the child Jesus) who is the patron saint of the city. The festival is highlighted by bright costumes, entertaining competitions and exhilarating performances by Filipinos from all over the country.

Greg says: "Sinulog is everyone's dreams especially for photographers like me. The photo of the girl on the cover is one of the candidates for the Sinulog Festival Queen 2008 (Ms. Michelle Ombing- from Tribu Manulugbong). From a photographer's point of view, joining the Sinulog Festival is very fun and inspiring.. You will never feel the heat of the sun while you are watching the exciting parade and the performers' actions and dancing to the beat of the drums. Now that January 2009 is coming, my gears are all prepared for the upcoming Sinulog Festival."

Visit Greg's flickr photostream at www.flickr.com/photos/campsg-photography/ to see more wonderful images of the Filipino lifestyle!

Bizu Patisserie

ビズ パティスリー

Bizuからのキスで愛する人のハートをゲット!



パリの本格的なペストリーをフィリピンに伝えるお店「Bizu」。その名前は「キス」という意味のフランス語から来ています。甘〜いキスのようにおいしくて繊細で、クオリティーの高い一品を愛するひとに。

左: Chocolate Truffles (4個入り Bizu Truffle box: P255、4個入り Jewelled box: P365)
手作りのベルギーチョコレート。20種類の中からチョイスできます。
右: Amour (ミニサイズ: P195、フルサイズ: P675)
クリームブリュレをヴァローナオレンジチョコムースにはさんだ、愛情たっぷりのケーキ。



Chunky Bars of Chocolate (P175) フルーツとナッツがたっぷり入ったグルメチョコ。ダーク、ミルク、ホワイトの3種類があります。



Chocolate Macarons de Paris (8個入り: P265)
アーモンドビッツとクリームガナーシュで作られた、フランスを代表するキュートなデザート。



Nirvana (ミニサイズ: P185 フルサイズ: P765) チョコレートケーキの上にキャラメルチョコレートムースとピスタチオクリームを乗せ、手作りチョコソースでコーティングした逸品。

Bizu Patisserie マカティ店 MC4

G/L Greenbelt 2, Ayala Center, Makati City

☎ 02-757-2498, 02-757-4749

🕒 日曜〜木曜 7:00〜23:00

金曜 7:00〜1:00 土曜 7:00〜0:00

売店 MC4

3/L Glorietta 4, Ayala Center, Makati City

☎ 02-757-2086

グリーンヒルズ・ショッピングセンターのPromenadeとアラバン・タウンセンターでもお買い求めいただけます!

Primer読者サービス

有効期限: 2009年1月25日〜2月24日

Bizu Patisserieで一度に1000ペソ以上のお買い物をすると、Macaron de Parisを2個無料で進呈いたします! 領収書をご提示ください。

特集

St. Valentine's Day

日頃は恥ずかしくていえない気持ちも、1年に1度の特別な日だからこそ伝えられるはず。Primer一押しのお店を使って大切な人との絆を深めてみませんか?

Max Brenner

マックスブレナー

イスラエル生まれのチョコレートバー

ロンドンやニューヨークの高級スーパーマーケットやデパートで売り始めるやいなや、その美味しさで人気を呼び、イスラエルに10店舗、ロンドン、ニューヨーク等、世界5カ国にショップを構えるチョコレート専門店。



- ① Maragnan Choco Aphrodisiac (P198)
Aphrodisiac (媚薬) の名のとおり、2人をセクシーな気分させてくれる正真正銘、大人のチョコレートアルコールドリンクです。
- ② Strawberry Cheesecake (Slice: P188, Whole: P1,500)
フィラデルフィアクリームチーズを50%以上使用しているという、濃厚なチーズケーキ。注文の際に「こっそり」お願いすれば、ストロベリーソースで名前やメッセージを書いてくれるそう。
- ③ Max Favorites (各P190)
ローストコナッツが入ったミルクチョコレートの「Be My Valentine」と、コニャック入りダークチョコレートトリュフの「True Commitment」。裏面にはメッセージを書けるようになってます。
- ④ Pan Truffle (P490)
一番の売れ筋という、正統派チョコレート。
- ⑤ Cubes (Orange) (P390)
オレンジの風味が爽やか。

- ⑥ Cubes (Espresso) (P390)
甘いのが苦手な彼におすすめ。
- ⑦ Addiction (P350)
キャラメルビッツ入りのミルクチョコレートです。
- ⑧ Theo (P320)
ジャワ産コーヒー豆をシナモン入りのホワイトチョコレートでコーティングした、ユニークなチョコレート。

Max Brenner MC4

Ground Floor, Greenbelt 3, Ayala Center, Makati City

☎ 02-728-8801, 02-728-8810

🕒 月曜〜木曜 11:00〜0:00

金曜〜土曜 11:00〜1:00 日曜 8:00〜0:00

🕒 なし

TriNoma店

4th Level TriNoma Mall, Diliman Quezon City

☎ 02-901-8183〜8184

🕒 月曜〜金曜 10:00〜23:00 土曜・日曜 10:00〜0:00



Primer読者サービス

有効期限: 2009年1月25日〜3月24日

Primerを持参、会計前にPrimerを提示されたお客様にチュロス1本サービス!

※全商品の中から1つ以上の商品をお買い上げのお客様

※複数でお越しの場合にも、お一人様一冊Primerを持参下さい。



Carla Amorim アクセサリー

繊細で優雅なデザインが定評のカーラのアクセサリ。豊富なデザインで世代を超えて愛されています。



ESTÉE LAUDER パフューム Beautiful

発売以来根強い人気のBeautifulシリーズ。パウダー・ローション等のトータルセットでセクシーな女性になろう。



LeSportsac バッグ

シックなデザインのレスポ。丈夫なので小さなお子様がいる方にもGood、スポーツフリースにもGoodなオールマイティな軽量バッグ。

Rustan's Selection For Women



Vacu Vin クリスタルワインサーバー

いつものワインボトルもこのサーバーでおしゃれに演出。バレンタインデーの特別な夜に華を添えます。



Longchamp バッグ

日本でも最近また注目されているロンシャン。定番のナイロンバッグではなく、ミニポーチ付きのエレガントなバッグ。

Rustan'sお薦めのバレンタインプレゼント

フィリピンを代表する高級デパート Rustan's、きっととおきのプレゼントが見つかるはずですよ



Giorgio Fedon ブリーフケース

鮮やかな色が目を惹くブリーフケース。収納力、使いやすさもバツグンです。



Vacu Vin ワインテンドー

ビールサーバーではなく、おしゃれなワインサーバー。友人を招いてのパーティで盛り上がっちゃおう。



Moleskin クラシックコレクション

ミーティングの席で注目度UP間違い無しのモールスキンのラグジュアリーなノート。

Rustan's Selection For Men



ミニチュア Models USA Riva Aquaram

遊び心をくすぐる、モーターボートのミニチュアモデル。



Giorgio Fedon 1919 desk set

出来る男のデスクセット。これでデスクも整理整頓できます。

※在庫が限られております。売り切れの際はご了承ください。価格はブランドによって異なりますので、お店にてお問い合わせください。

Rustan's Makati 店 MC4

Ayala Center Ayala Ave. Makati City

☎ 02-813-3739

🕒 10:00~21:00 📶 なし

Restaurant CiCou

レストラン シースー

待望のフレンチレストランがオープン! Primer読者にウエルカムドリンクサービス

昨年11月にオープンした「CiCou (シースー)」は、早くも在マニラのフランス人が通う本格的なフランス料理が味わえるレストランです。オーナーシェフのCyrille Soenen氏が作る料理の数々が人気の秘密。

バレンタイン期間2月13～15日の3日間は特別メニューが期間限定で登場。ぜひ、大切な人と素敵な食事を楽しんでみてくださいね。



- ① Lamb (Australia) (P890)
真っ白な皿に映えるハーブで包んだ肉料理。赤ワインがよく合う(ディナー用)。
② Tuna Belly (P450)
さっぱりした口当たりの魚料理。女性に好まれるデコレーションもうれしい。
③ Mango (P210)
マンゴーのいろんな味わい方を一皿で楽しめるっておきデザート。
ランチセットもあります。
2 Dishes P550
3 Dishes P750
※上記料金にはVATが含まれています。サービス料10%込。



Cyrille氏の料理を食いたいと集まるお客さんが多いという人気シェフ。9年のパリ在住経験もあり、レストランも切り盛りする奥様Annaさんはシェフのよきパートナー。「フランスのカップルは毎日がバレンタインみたいなものよ。ラブラブなの」と奥様。



Primer読者サービス

有効期限：2009年1月25日～2月25日

Primerを持参、ご注文時にご提示されたお客様全員へウエルカムドリンク(食前酒)をサービス

Restaurant CiCou MC4

Hotel Celeste GF, 2 San Lorenzo Drive corner A. Arnaiz Avenue, Makati 1223

(グリーンベルト南東側の交差点 Pasay通り沿い)

☎ 02-889-6728(予約), 02-889-6733

🕒 12:00～14:00(ランチ) 18:00～22:00(ディナー)

🍷 なし

使用可能カード：VISA MASTER BPI

E-mail: restaurant_cicou@yahoo.com

Duo Steakhouse & Wine Bar

デュオ ステーキハウス&ワインバー

フィリピンをうならせる絶品の数々

2年前のオープン以来、セレンドラに集まるフィリピンの美食家たちを魅了し続けているDuo Steakhouse & Wine Bar。「肉料理が人気メニューだけど、うちにはベジタリアンメニューや魚を使ったメニューも豊富にあるんだ」と、オーナーのKevin Prasadさん。最高の味とサービスを提供してくれます。



- ① Steak and Duck Foie Gras (P750)
ポートワインでフランベされた肉厚のUSビーフステーキの上にフランス産のフォアグラがのった、最高級一品。
② Grilled Canadian Gindara (P780)
その名の通り、「金鱈(ぎんだら)」のグリル。たっぷり油脂のついたミディアムレアの身は、ふわふわとしたソフトな食感。
③ Apple, Cranberry and US Angus Beef Salad (Small P445 / Large P730)
シャキシャキの野菜にりんごやグレープの酸味が爽やかなサラダ。あっさりとしたフレンチドレッシングに、USビーフの旨味が引き立ちます。
ランチセットもあります。
EXECUTIVE LUNCH P695
※上記料金にはVATが含まれています。サービス料(10%)が別途かかります。



「バレンタインは彼女を素敵なお客さんに連れて行く予定だよ。でも自分の店は嫌だな。だってスタッフの皆が見守る中で愛を語るなんて恥ずかしいだろ?」と笑うKevin(中央)さん。この3名がDuoの最高の味とサービスを支えています。

Primer読者サービス

有効期限：2009年2月24日

Primerを持参、ご注文時にご提示されたお客様のお会計合計金額が5,000ペソ以上の場合、10%オフ(但し、プロモメニュー等を除いた通常価格メニュー限定)

Duo Steakhouse & Wine Bar

Serendra Piazza, McKinley Parkway, Fort

Bonifacio Global City, Taguig City

Telefax: 02-909-5210

🕒 11:00～0:00 🍷 なし

URL: www.duo.com.ph

CAV wine shop - cafe

CAV ワインショップ - カフェ

最高のワインと最高の料理

繊細なイメージのインテリアを持つ、モダンなヨーロッパ・レストランです。ワインの種類も豊富。CAVでの夜は、お二人のバレンタインデーを思い出深いものとしてくれることでしょう。



Primer読者サービス

有効期限：2009年1月25日～2月24日

Primerを持参、ご注文の前にご提示頂いたお客様は、ランチを20%オフ(11:00～15:00の時間帯のみ)



- ① Soft Shell Crab Tempura on Mango Pimiento Salad ソフトシェルクラブ(蟹)天ぷら入りマンゴーピーマンサラダ(P290)
- ② Duck Confit & Portobello Ravioli with Foie Gras Foam ダック・コンフィ&フォアグラのフーム入りポートベリオ・ラヴィオリ(P490)
- ③ Meuniere of Orange Roughy Fillet with Champagne Sauce, Pea Puree & Coconut Rice オレンジ・ラッフィーのムニエル。シャンパン・ソース、えんどう豆のピューレおよびココナッツライス付き(P490)
- ④ Green Pea Soup with Salmon Pastrami and Parmesan Ice Cream グリーンピーススープとサーモン・パストラミ&パルメサン・アイスクリーム(P290)
- ⑤ Banana & white Chocolate Brulee in Orange Caramel Syrup オレンジキャラメルシロップをたっぷりかけた、バナナとホワイトチョコレートのブリュレ(P290)

※上記料金にはVATが含まれています。サービス料(10%)が別途かかります。



CAV wine shop - cafe

Ground Floor "The Spa Bldg" Lot 5, Quadrant 8 City Center Fort Bonifacio Global City, Taguig City

☎ 02-856-1798

🕒 11:00～2:00 🍷 なし

URL : www.cavwine.com

St. Valentine's Day

PEPATO cibo di M

ペパート・チボ・チ・エム

ユニークな新感覚イタリアン

PEPATOとは、イタリア語で「コショウを使った」、「刺激的な」という意味。その名の通り、出てくる料理は意表を突いたユニークなものばかり。本場のイタリア料理にフィリピンテイストを盛り込んだ、新感覚のイタリアンレストランです。



Chilean Seabass La Sorpresa(P800)

その風格と食べ応えは、魚のステーキと呼ぶにふさわしい。ふりふりした食感がたまりません。



- ① Papardelle, Onion Cream, Red Eggs(P350)
パスタにまろやかホワイトソースがたっぷり。ソルトエッグの塩味がホワイトソースの旨味を際立てます。
 - ② Simply Grilled(P395)
エンジェルウィングと呼ばれるジャンボハマグリ。塩味が程よく効いていて美味。
 - ③ Gelato Sampler(P395)
喉が熱くなるチリアイスや、変り種のビールアイスも!
 - ④ Sorbeto Sampler(P395)
濃厚な食事の後は、爽やかな味のレモンバジルのシャーベットでリフレッシュ。
- ※上記料金にはVATが含まれています。サービス料(10%)が別途かかります。

Primer読者サービス

有効期限：2009年1月25日～2月24日

Primerを持参、ご注文の前にご提示頂いたお客様には、アイスクリームまたはシャーベットをサービス。お好きなフレーバーをお選び頂けます。

PEPATO cibo di M MC4

Greenbelt 2, Ayala Center, Makati City

☎ 02-757-2636

🕒 平日 11:00～14:30(ランチ) 18:00～0:00(ディナー)

土日 11:00～14:30(ランチ) 18:00～1:00(ディナー)

🍷 なし

E-mail : pepato_cibodim@yahoo.com



Chi「氣」スパ

EDSA Shangri-La HotelのCHI「氣」スパにはジャグジー付きカップルルームがあり、贅沢な空間でロマンチックムード満点。ヒマラヤの楽園をイメージして造られた癒しの空間で贅沢なひと時を過ごしてみませんか？

スパ専用客室をリザーブしてCHI「氣」スパの世界を思い切り堪能するのもお勧めです。



Chi「氣」スパ

1 Garden Way, Ortigas Center, Mandaluyong City 1650 Metro Manila

☎ 02-634-7303

🕒 10:00～21:00 📞 なし

URL : www.shangri-la.com/spa (英語)

E-mail : chi.edsa@shangri-la.com

都会のリゾート

EDSA Shangri-La Hotel

paparazzi イタリアン

EDSA Shangri-La Hotel 2階のイタリアンレストラン「パパラッチ」。新鮮な食材を使ったお料理はどれも食通をうならせるものばかり。モダンなインテリアで雰囲気もバッチリです。



paparazzi イタリアン

🕒 月曜～金曜 11:30～14:30(ランチ) 18:30～20:30(ディナー)

土曜 18:30～20:30(ディナー)

日曜 11:30～14:30(ランチブッフェ) 18:30～22:00(ディナー)

📞 土曜ランチ

ホテルで過ごすとおきのバレンタイン

マンダリンオリエンタルホテル マニラ

Tivoli

最高級のおもてなしで
最高のバレンタインデーを！



マニラで唯一本場ヨーロッパ料理を食べられるレストラン。ワインの種類がとても豊富なので、お料理に合わせてお好みのワインをセレクト。ロマンティックなバレンタインデーを彩るのにふさわしいレストランです。

Tivoli マンダリンオリエンタルホテル マニラ 📍D2

Paseo de Roxas cor. Makati Avenue, Makati city

☎ 02-750-8888(代表) 内線2431～2433

🕒 11:30～14:30(ランチ) 18:30～22:30(ディナー)

📞 土曜・日曜のランチ

ドレスコード：スマートカジュアル 要予約

ダイヤモンドホテル フィリピン

Le Bellevue

Le Bellevueで
ムードいっぱいの
ひと時を！



日本のみならず各国のVIPが好んで訪れるレストラン。マニラ湾の夕日を目の前に窓際のカップルシートでプロポーズをすると、100%成功するという言い伝えがあるくらいカップルには大人気。このスペシャルシートでムード満点なひと時をどうぞ。

Le Bellevue ダイヤモンドホテル フィリピン 📍G2

Roxas Boulevard cor. Dr. J. Quintos Street, Metro Manila

☎ 02-528-3000

🕒 日～金曜 11:00～14:00(ランチ) 17:00～22:00(ディナー)

土曜 17:00～22:00(ディナー)

📞 土曜ランチ



愛の季節—フィリピンのバレンタイン・デー

フィリピンでは、よくバレンタイン・デーを「Araw ng mga Puso (アーラウ・ナン・マガ・プーソ)」と呼びます。直訳すると「ハートの日」。この季節には恋人や夫・妻だけでなく、家族や仲のよい友達に対しても、愛情を表現します。

フィリピン人はとにかく楽しいことが大好きで愛情表現が豊か。カップルは、たいてい素敵なレストランでお食事をしながら二人だけの時間を過ごし、女性にはボーイフレンドやご主人から花束が贈られます。そしてフィリピンではこの日、昔からの風習として男性が女性の前で「Harana (ハラナータガログ語で『セレナーデ』という意味)」を奏でながら甘いラブソングを歌います。

フィリピン人男性(28歳)と 日本人女性(25歳)カップルの場合

私にとってフィリピン人男性の魅力とは、なんといってもロマンチックさ。毎年バレンタインには「I love you」の意味を込めて3本のバラと、手書きのお手紙をくれます。こんなことを照れずにやってのけるフィリピン人、本当素敵です。

日本人男性(26歳・独身)の場合

フィリピンに単身赴任して間もないころのバレンタインデー。いつものように出社したら、社内でも男性社員に人気のある女性社員たちのデスクの上に、花束が山積みになって置かれていた。日本ではよく男性が女の子に貰ったチョコの数を競い合うが、ここでは女性が男の子から貰った花束の数を競い合うのかな～。



写真提供：banana-Q
URL: <http://bananaq.exblog.jp/>

日本人男性(37歳)と フィリピン人女性(35歳)ご夫婦の場合

私の妻はフィリピン人ですが、毎年バレンタインデーには妻からバレンタインカードを貰います。内容は愛の言葉がいっぱい。私はというと、お返しに花束を買ったり、しゃれたレストランに連れて行ったりしています。

家族で過ごすバレンタインデー

日本人男性(40歳)と 日本人女性(37歳)、女兒(3歳)の場合

我が家はフィリピンに来て以来、バレンタインと言えば美味しい食事をしてからカップルルームのあるマッサージカスパでくつろぐと言うのが定番。カップルルームだと、子供も遊んでいられるし眠くなれば寝られるので安心。マッサージやスパだとお互い心身共に癒されるのでお勧めです。

St. Valentine's Day

ホテルの花屋でとっておきのブーケを

Flowers by Mandarin Oriental, Manila

@マンダリンオリエンタル マニラ

フィリピンではほとんどの男性がバレンタインには女性へお花を贈る習慣があることはもうご存知ですね。

女性としては、折角お花をもらうのならいつもとは違ったスペシャルアレンジメントのお花が欲しい!!ということで、男性の方必見! いつもは照れくさくても特別なブーケと共に素直に愛情表現してみても?

Flowers by Mandarin Oriental, Manila MD2

Paseo de Roxas cor. Makati Avenue,
Makati City

☎ 02-750-8888(代表)

🕒 8:00~20:00

お花のアレンジはその場で15分くらいでしてくれます。万が一特別なお花をご希望の際には24時間前迄にご予約を!

(但し、時期により入手困難な品種がありますのでご了承ください)

マニラ首都圏内はP700で配達を承ります。



Imported Calla Lily
P1500 nett



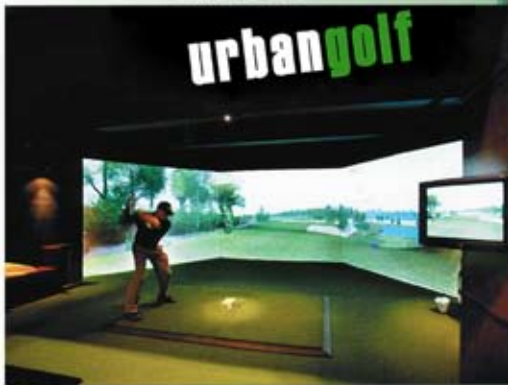
Stargazer
P3500 nett



Dozen Roses
Bouquet : P1200 nett
Basket : P1500 nett

golf+technology+fun

urbangolf 屋内ゴルフラウンジで、
世界最先端をいくゴルフシミュレーターを
ご堪能ください。



www.urbangolfmakati.com

予約ホットライン: 0908-3785831 営業時間: 月曜日~金曜日 11:00AM~0:00AM 土曜日&日曜日 8:00AM~1:00AM



世界40カ国以上のコースをプレイ可能
打ちっぱなし機能あり
コーチ付きのゴルフレッスンあり
カメラ映像によるスイング分析機能あり
バー&レストランあり
キャロウェイ社製のゴルフ用具を使用
最先端技術を駆使したゴルフシミュレーター3台を装備



- ・個人貸切可
- ・企業貸切可
- ・自社製品の発表会場に
- ・パーティー会場に



Level Up Business Suites

Ayala通りのビル最上階に高級小型Officetele!

机、椅子と電話付きなので入居即日から稼働
一人事務所・サテライトオフィスにも最適

賃料には、家具、電話付で、共同キッチン、ファックス、スキャナー、コピー、プリンター、
空調、電気、水道代そしてなんとインターネットもPlug and Play!さらには共同の
受付、秘書、清掃サービスが全て含まれています。

部屋面積	10~23㎡。最大1室4名まで	期 間	最短2ヶ月、最長5年
賃貸部屋数	10室	賃 料	月額 P39,000~

6780 Ayala Ave., Makati City
前面改装中。2009年1月完成予定のイメージ図

Level-Up Business Suites
Averon Holding Corporation

■連絡先 Lynne Bas
■Email lynne@val-capital.com
*1営業日以内にご連絡申し上げます。

■日本連絡先 松島
■Email hiro@val-capital.com

KOKUYO

快適なオフィス空間のご提案



新谷です。
i-Mergeフィリピンを
よろしくお願いします!
私もサポート
してまいります

i-Mergeコクヨ
担当の今泉です。
お問合わせ
お待ちしております!



<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 Sacred Heart Extension, San Antonio Village, Makati City
TEL: 02-899-5995 販売担当 今泉佑太 Email: y-imaizumi@imergeonline.co.jp

最上級のワインを-Bodegas Hidalgo La Gitana

スペイン産の味わい深いワインを楽しもう！

By Missy V. Balagtas

その2

1792年にスペインのサンルーカル デ バラメダ村で開業して以来、実に200年以上にもわたって最高のシェリーワインとブランデーを世に送り出してきたBodegas Hidalgo La Gitana。ラ・リオハ州に新しくワイン醸造所Bodegas Marques de Arvizuを構え、世界中の人々をうならせるすばらしいワインを現在も変わらず造り続けています。

それでは、前号に引き続き、フィリピンで味わうことのできるBodegas Hidalgo La Gitanaのワインをご紹介します！



マンサニーリャ・ラ・ヒターラ (約450ペソ)

数ある名酒の中でも、最も名高い銘柄の一つとしてその名が知られるManzanilla La Gitanaは、2005年と2006年に国際的に有名なワイン大会でBest Manzanilla or Fino賞を受賞。口当たりはとても優しくて滑らか。かすかに感じる塩気が喉をくすぐります。シーフード、燻製や塩漬の珍味、白身の肉などによく合います。



ファビュロソ・ブランデー (約370ペソ)

ヘレス産の正統派ソレラ・ブランデーであるこの酒はクオリティーが高く、それでいて値段はお手ごろ。くるみとバニラの甘い香りを持つファビュロソ・ブランデーの口当たりはとても温かくて繊細。マニラ首都圏にあるほとんどのワインショップで手に入ります。



ヒダルゴ200ブランデー (約2,000ペソ)

このソレラ・スペシャルリザーブ・ブランデーは、店主であるHidalgo家が代々守り続けている秘蔵の酒。本数が非常に限られており、Bodegas Hidalgoの200周年記念式典で1本が空けられました。非常にバランスの良く取れた味で口当たりも滑らか。爽やかな後味を持つ一品です。



アルヴィザ・クリアンザ 2004 (約550ペソ)

Bodegas Hidalgo La Gitanaが経営する、Bodegas Marques de Arvizuの赤ワイン。テンプラニーリョ、グラシアノー、そしてガルナッチャの3つのグレイプをブレンドして造られたこのテーブルワインは、赤身肉、チーズやパスタを使った料理のお供に最適。



Bodegas Hidalgo La Gitana

上記のワインは以下のお店でもお楽しみいただけます

Sinbad's Food Station (G-9 Valero Plaza, San Agustin St. or Valero St., Salcedo Village, Makati City)

Gaudi Restaurant (Serendra, Bonifacio High Street Bonifacio Global City, Taguig City & Ayala Center, Greenbelt 3, Makati City)

Hard Rock Café Makati (Levels 3 & 4, Glorietta 3, Ayala Center, Makati City)

WELCOME TO THE FUTURE

WELCOME TO

CENTURYCITY

with a sensational shopping, dining and entertainment complex, state-of-the-art office buildings and the most luxurious residential skyscrapers, it will redefine our understanding of urban living.

買い物、食事そしてエンターテインメントがひとつの場所で楽しめる複合施設、時代の最先端を行くオフィスそして最も贅沢な眺望と住まいを。センチュリーシティはこれまでの都会生活の常識を覆す新しいライフスタイルを提供します。

THE KNIGHTSBRIDGE RESIDENCES

SMART - SEXY - AVAILABLE

スマートでセクシー。機能性と居住性を兼ね備えたコンドミニアム

お問い合わせは、マイケル・マーティン(担当)まで。

For further queries, please contact MICHAEL MARTIN at Mobile: +63-920-867-3041 | Phone: +632-793-5630 | Email: miclelem@hotmail.com | Website: www.century-phil.com

CENTURYCITY

AN AFFILIATE OF

CENTURY

CENTURY CITY IS LOCATED IN KALAYAAN AVE., 2 BLOCKS AWAY FROM MANDARIN HOTEL, AND NEAR FIRST CLASS SUBDIVISIONS SUCH AS URBANETA AND BEL AIR VILLAGE.

所在地: マカティ市カラヤン・アベニュー(マンドリンホテルや、ウルダネタビル、ベルエアービルといった高級住宅地の近く)

THE KNIGHTSBRIDGE RESIDENCES - AUTHORIZED TO SELL BY HLUR 8 ENCPO-08-04-012 | THE GRAMERCY RESIDENCES - AUTHORIZED TO SELL BY HLUR 8 TS NO. 18775



Rockpoint Hot Spring Hotel & Spa in Pansol, Calamba City

日本人の癒しの定番といえば温泉。ラグナ州のパンソールにある Rockpoint では宿泊施設内にすべて温泉のバスタブを完備しております。もちろん外には温水プールもあり、子どもから大人まで家族みんなで憩いのひと時を過ごせることでしょう。遊び疲れた後は併設されたスパ施設 Kalipayan でとことん体をほぐしてもらいましょう。都会のマニラから離れて、パンソールのプチリゾートで心も体も癒してみては。

宿泊プラン

- ★Executive Room (2名)
Php2975 (2pm ~ 12nn)
- ★Family Room (4名) Php2600 (同上)

119 Alamat Road, Maria Makiling Hot Springs Village
Pansol, Calamba City, Laguna

☎ (049)545-1372 Manila Direct (02)520-8824



Rockpoint Hotel, Spa & Conference Center in San Pablo City

ラグナ州のサンパブロ市にある Rockpoint。10種類の多様なミーティングスペースを確保したホテル。都心部マニラからも車で2時間圏内の隠れたリゾートです。結婚式からサークルの会合、ミーティングなど用途に応じてタイプ別に10部屋を提供しています。お得なセミナーパッケージプランも用意しており、Php540～(ファミリールームタイプ、最少6名より)で食事付きで最大8時間まで利用可能です。

Km. 91 Maharlika Highway, San Antonio Dos, San Pablo City, Laguna

☎ (042)652-2007 Manila Direct (02)250-8321



SAISAKI

THE AUTHENTIC JAPANESE RESTAURANT AND SUSHI BAR

日本人料理長がお届けする、
食の芸術の数々。

当店では、作りたての本場の日本料理を
ビュッフェ形式でお届けしています。

寿司カウンターとビュッフェコーナーでは、
様々な種類の料理を用意しております。

お好きな料理を存分にご堪能ください！

食べ切りビュッフェ料金
(お一人様)

P445.00
毎週月曜日～木曜日 ランチタイム

P545.00
毎週金曜日～日曜日 ランチタイム
毎週月曜日～日曜日 ディナータイム

SM Megamall
(632) 633-1758

Edsa
(632) 705-1807

Glorietta 3
(632) 892-8898

West Avenue
(632) 413-6359 to 60

Padre Faura
(632) 528-1723 to 24

サービス料は含まれておりません 食べ残しがないようお願い致します 他のお客様と回して食べることはお控えください 身長が122センチ未満のお子様については、お一人様P250ペソです 料金には付加価値税(VAT)が含まれます

www.kamayansaisakidads.com

健康の基本はお水から

命の水 還元水

by Mt. FUJI KANGEN WATER MEGUMI

フィリピンでの生活で一番心配なことの一つに、「水」の問題をあげる人は少なくないでしょう。
日本のように水道水を直接飲むことはできないし、近所のウォーターデリバリーを利用しているけど、
あれって本当に身体に良いのかしら・・・？
そんな不安を抱えている皆様にぜひご紹介したいのが、この「還元水」。

還元水
とは？

簡単に説明すると、

還元水とは「**活性水素**がたくさん入った水」のこと。

活性水素は酸化したものを元に戻す（＝還元）力を持ち、
それが体内の**活性酸素**（身体を錆びさせるいわば毒物！）と結びついて、
身体に溜まった悪いものを体外に排出してくれるのです。

還元水を毎日飲み続けることで**体内の毒素が排出**され、

血液サラサラ、お肌ツルツル！

のような様々な効果が期待できます。

健康に
いいんだね！

美容
にもいい
のね！

飲んで
みたい！

今お家で飲んでいるお水、本当に安心・安全ですか？



KANGEN WATER では、還元水のデリバリーサービスを承っています。
サイズは全部で5種類。毎日飲むお水だから、安心・安全のお水をこだわって選んで欲しい。活性水素が逃げにくい専用のプラスチックボトルに入れて、ご希望の時間帯にご自宅までお届けいたします。
サイズと価格：500ML (P25)、1L (P35)、1GAL (P70)、1.5GAL (P98)、5GAL (P200)
配達可能地域：Makati, Manila, Pasay, Mandaluyong, Paranaque, Pasig, San Juan, Pateros, (Quezon city, Muntinlupa：一部の地域を除く)



厚生労働省認可の医療機器！自宅で簡単に還元水を作れます

健康の水
(還元水)

飲用水またはお料理用。
お米をふっくら美味しく炊き上げます。

安心の水
(浄水)

残留塩素や臭気・サビを除去した水。
薬の服用や赤ちゃんのミルク作りに最適。

美容の水
(酸性水)

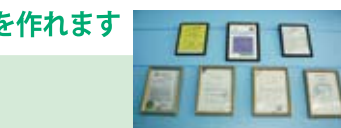
弱酸性の健康なお肌をつくる美容水。
洗顔に最適です。(飲用不可)

衛生の水
(強酸性水)

食中毒を防ぐほどの優れた除菌効果が期待できる。食材、食器、調理器具の洗浄・除菌に最適です。(飲用不可)

環境の水
(強還元水)

洗剤のような強力な洗浄効果がある。
家中のお掃除や洗濯に大活躍の水。(飲用不可)



SANAS KS-50 EX

還元水・強酸性水連続生成器
TYH-303

管理医療機器製造販売承認番号 219AGBZX00141A02

他にも4種類の連続生成器がございます。
(全て厚生労働省認可の医療機器)

製品についての詳しい情報はこれから
www.kangenwatermegumi.com (英語)

デリバリー・機器についての詳細は下記まで。
お気軽にお問い合わせ下さい！

MAEDA AND NIMROD INT'L TRADING CORP.

9304 Kamagong St. corner Dungon St.
San Antonio Village, Makati City

定休日：日・祝・祭日
営業時間：9:00 ~ 19:00

CALL: (02) 896-3382
(日本語で対応いたします)

P18にお得なクーポンも
あります！
どうぞご利用下さい



●購入後のアフターケアも充実！安心してお任せください。

使える！ お得なクーポン！

本誌をお持ちいただき、
ご来店時にご提示ください。

■マークの見方

- レストラン
- ショッピング
- ビューティー
- 旅行
- 学校

有効期限：2009年2月24日まで
Valid until February 24, 2009

歌舞伎座

2/24
まで有効

女性にこそ行ってほしい！豊富なメニューが嬉しいマテの本格日本料理 & 居酒屋「歌舞伎座」。オーナー自らが毎朝市場で仕入れる新鮮な食材を取り揃えて、皆様のご来店お待ちしております！



※写真はイメージです

Price List

- ・カリフォルニア巻き (半分) P280
- ・海鮮サラダ P320
- ・カルビ陶板焼き P400

歌舞伎座

M G2
1632 M. Adriatico St., Malate, Manila City
☎ (02) 400-3625
🕒 11:00～15:00 (ランチ)
17:00～0:00 (ディナー) ⑤ なし

Primerを持参された方

**アイス
クリームを
サービス**

Mt. FUJI KANGEN WATER MEGUMI

2/24
まで有効

活性水素が体内の
毒素を排出！-還元水

まずは違いを実感してほしいから・・・
「プライマークーポンを見た」とお電話いただいた方には、5GAL (P200)の還元水を1つ無料でご自宅まで配送いたします。

※配達可能地域に限ります (P17参照)



※お受け取りの際に必ず本誌をお見せ下さい。

MAEDA AND NIMROD
INT'L TRADING CORP. M A1
9304 Kamagong St. corner Dungon St.
San Antonio Village, Makati City

☎ (02) 896-3382 (日本語で対応いたします)

🕒 9:00 ~ 19:00
⑤ 日・祝・祭日

「Primerを見た」とお電話いただいた方

**5GAL
1つ
無料
配送**

Melo's

2/24
まで有効

1987年にフィリピンに初めてアンガスビーフを紹介した、アンガスビーフのパイオニア Melo'sが、最高級の純和牛ステーキをお届けします。ご家族やお友達と、柔らかくてジューシーなステーキをお楽しみください。

Melo's Wagyu Ribeye

Primerを持参された方
**和牛ステーキ
4人前で、
和牛リブアイ
8オンス
(227グラム)
をサービス！**

Melo's

22 Jupiter Street, Bel-Air Village, Makati City
☎ (02) 899-2456
58 Sgt. Esquerro St. Quezon City
☎ (02) 924-9194
41 Precinct, Westgate Alabang, Muntinlupa City, Metro Manila
☎ (02) 771-2288
🕒 ランチ: 11:00～14:30 ディナー: 17:00～22:30 ⑤ なし
※バレンタイン・デー (2月14日) にはご使用いただけません。

母屋 (OMOYA)

2/24
まで有効

大阪で修行を積んだというオーナー。裏メニューのお好み焼きは激ウマです！



Price List

- ・生ビール P40
- ・サンミゲルライト P50

母屋(OMOYA)

Brock3 Unit 21-B Aguilar Avenue
Las Pinas City
☎ (02) 494-3030
🕒 11:00 ~ 14:00, 18:00 ~ 23:00
⑤ なし

Primerを持参された方

**生ビール
1杯
無料！**

J's 007

2/24
まで有効

『007は癒しの番号』

ジェームス・ボンドの世界で仲間と語り合う、くつろぎの場。プライマー読者限定特別プロモ実施中！



本クーポンをご提示の方は

●月曜日～金曜日は、
すべてのカクテル20%OFF！

●土曜日は
全品10%OFF！

Primerを持参された方

**月～金曜日は、
カクテル
20%OFF
土曜日は全品
10%OFF**

J's 007 Café Bar

M B3
9G Gallery Bldg., Amoroso St., Brgy.
San Lorenzo, Makati City
🕒 16:00 ~ 翌3:00
⑤ 日曜日

Pepper Lunch

2/24
まで有効

食欲シゲキ度120%！

世界中で愛されるステーキレストラン 熱々の鉄板にのせられたお肉や野菜を自分で調理できることが最大の特徴。自分好みの焼き加減で楽しむことが出来ます。

各種ウナギコンボメニューの中からいずれかのオーダーで、黒蜜アイスクリームを1つサービス！



Primerを持参された方
**ウナギコンボ
メニューで、
黒蜜アイス
クリームを
サービス！**

Pepper Lunch

Lot-RS 041, Power Plant Mall Rockwell Center, Makati City
☎ (02) 895-6185
🕒 金～土曜 11:00～22:00 日～木曜 11:00～21:00
⑤ なし

Shangri-La Plaza Mall 店でもご利用いただけます

立花 (パサイロード店)

2/24
まで有効

パサイロード沿いの隠れ人気店の居酒屋、立花。おすすめはちゃんぽん。晩酌セットで宴を楽しんだ後のシメに最適！



刺身定食



晩酌セット

Primerを持参された方、
晩酌セットがたったのP150に！！

Price List

- ・刺身定食 P330
- ・うどんセット P245
- ・ちゃんぽん P200

立花(パサイロード店)

M C4
1006 Cedar Executive Bldg. Arnaiz Ave.,
Makati City
☎ (02) 468-0129
🕒 18:00～翌1:00 ⑤ なし

Primerを持参された方

**晩酌
セットが
P150**

クーポン広告の お申し込み受付中！

クーポン広告の掲載をご希望の方は

下記までご連絡ください。

詳細のご説明をさせていただきます。

iMarketing Japan, Inc.

☎ (02) 895-6297 (02) 899-5995 loc.111

担当: 菅原

✉ sales@primer.ph

http://primer.ph

完全寮制 マンツーマン英語学校

広大な敷地・快適な気候・万全なセキュリティ

MMBS

あなただけの先生、
あなただけのカリキュラム

所在地: MMBS Rio Madera Tibag, Tarlac City

MAN TO MAN BOARDING SCHOOL

■お問合わせは下記まで

MMBS日本事務所 株式会社 ファンクレ (FunCre, 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
フィリピンオフィス iMarketing Japan, Inc. 7480 Bagtikan St. San Antonio Village, Makati City Phone: +63-2-895-6297 HP: http://primer.ph/ E-mail: sales@primer.ph

フィリピン食彩紀行 原田瑠美さん

連載第8回 フィリピンのお茶

ダイエット効果があって、便秘にも効くということで一時日本でも話題になった「バナバ茶」。フィリピンでは、昔から糖尿病の民間薬として使われています。「バナバ茶」のみならず、フィリピンには民間療法として飲まれている



ハーバル・ティーがいくつかあります。たとえば、SALABAT(サラバット)。ジンジャーティーです。クリスマス前の早朝ミサの後にいただくPUTO BUMBONG(プトボンボン)や、BIBINGKA(ビピンカ)といったお菓子にはつきものです。喉によいことから、歌手には欠かせない飲み物だとか。

それからPITO-PITO(ピトピト)。PITO(ピト)とはタガログ語で「数字の7」のこと。つまり7種類の薬草からなるハーバル・ティーです。あるPITO-PITOのパッケージの成分表によれば、7種類の薬草にはバナバが含まれています。あとの6種類というと、グアバ、マンゴ、アニスシード、パندان(pandan)とこのあたりまでは何とかわかりますが、残りのアラガオ(alagao=クマツツラ科)、ツボクサ(gotu kola)と耳慣れないもの。マニラのQUIAPO(キアポ)教会付近には、様々な薬草を売る屋台が並びます。中には信じがたい効果を持つものまで。乾燥した薬草そのものを煎じて飲むのがベストなのでしょうけれど、スーパーマーケットの棚にはティーバッグ入りのものが多数並んでいます。まずはそちらからトライしてみるのもいいかもしれません。



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

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。

Branches at:

MAKATI 7602 Sacred Heart St., Cor. Metropolitan Ave., San Antonio Village Makati City
Tel:(02)897-7207/(02)890-5038/(02)890-1649 Fax:(02)897-7209
Mon-Sun 8AM-7PM

MABINI 2118 A Mabini St., Malate Manila
Tel:(02)400-9478 Fax:(02)400-9478
Mon-Sun 8AM-10PM

CARTIMAR Unit 6 Cartimar Plaza Leverize St., Cartimar Passay City
Tel:(02)833-8905/(02)834-1384 Fax:(02)834-1384
Mon-Sat 7AM-5PM Sun 7AM-2PM
E-mail hatchin1@pldtel.net

和

Japanese Restaurant

Japanese Restaurant
「和」は、何時でも
お客様にゆったり・
まったりとした
“安らぎの場”を
共有して頂ける事を
心掛けております。

JULIA VARGAS ST.

EDSA

S.M Mega Mall

A.D.B

ST.FRANCIS ST.

SAN MIGUEL CO.

SAN MIGUEL AVE.

サンミゲルビル
本社前、オルティ
ガスセンターの
中心にあります

ニューヨークで
大人気の
ディッシュも
再現!!

和

EL PUEBLO
REAL DE MANILA

EL PUEBLO REAL DE MANILA, JULIA VARGAS ST., COR.
SAN MIGUEL AVE., ORTIGAS CENTER, PASIG CITY
TEL : (02)635-4546, (02)632-1736



和牛テンドーロイン
(グレード8)

週末は家族と一緒にMelo'sで楽しくお食事。
やわらかくてジューシーな和牛ステーキ・・・
今度の週末が待ち遠しい!

Westgate Filinvest Alabang TEL:(02)771-3945
#22 Jupiter St., Makati City TEL:(02)899-9403
#58 Sgt. Esguerra St., Quezon City TEL:(02)924-9194



CRUISING CAFE Bar & Restaurant

822 Tesoros Bldg.
2nd floor GS Antonio
Arnaiz Avenue, Makati City
(バサイロード 龍ラーメンの2F)
Tel:(02)339-3886

営業時間

7:00a.m.~0:00a.m. (日曜定休)
パーティ予約・貸切も可



朝7時からモーニング営業実施中

■ブレイクファースト(7:00~11:00) P120
(コーヒー、サラダ、トースト、スクランブルエッグ、ベーコン)
各種ランチもございます(11:00~14:00) ~P350



子育て コラム

絵本の選び方

のびのび会 河野 貴和子
在住：年、四歳・二歳の二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。

生まれたときから異文化で育ち、様々な言語の中で生活
をしている2人の息子。英語ができるようになってほしい
と思うが、やっぱり母国語が一番大事と思う私。だから日
本へ一時帰国した際は、マニラではなかなか手にはいらい
ない日本語の絵本を買いに書店へ行くのがお決まりコース。

しかし親の私がほしい本と息子のほしい本は違う。4歳
になる息子は「○○レンジャー」や「○○キング」などア
ニメ系の本をほしが。ちょっと迷うけど、最終的にはご
購入。なぜって息子は自分が興味のある本は、一生懸命に
読もうとするから、言葉の勉強になるのだ。

でも同時に「ストーリーのある」絵本も探す。たとえば、
「きょうのおべんとうなんだろな（福音館書店）」や「だ
いじょうぶだいじょうぶ（講談社）」など。

私の絵本選びの基準は、きれいな日本語が使われている
こと。絵が温かいこと。ストーリーが素直なこと。

でも最も大事な絵本選びのポイント

「お母さんである私が読んでいて楽しくなる絵本」。

と思っている。

なぜなら読み聞かせをする私が、読んでいて面白い絵本
なら、その気持ち子どもにも自然と伝わって親子ともに
素敵な時間が持てると思うから。それに好きな絵本なら何
回でも読めるしね。

いつか子ども達が大きくなった時「お母さん、この本よ
く読んでくれたよね」と記憶に残るような本をこれからも
探そうと思う。

しかし絵本の買いすぎには注意！絵本は意外と重いの
で、飛行機のチェックイン時、荷物の重量オーバーに引ッ
掛ることがありますよ。（経験談）。本は重いので、送った
ほうがベストですね！

●●●●● 料金メニュー ●●●●●

- ・ヘアカット P1,000 (男性)
P1,200 (女性)
- ・パーマ P1,800
- ・ストレートパーマ P4,000+
- ・カラー P1,300+
- ・ネイルアート P500

営業時間 9:00am ~ 7:00pm

第1,3週目は日曜日定休（月曜日オープン）

第2,4週目は月曜日定休（日曜日オープン）

住所：Unit 102-C G/F Cattleya
Condominium 235 Salcedo Street,
Legaspi Village, Makati City

予約電話：02-812-6055

<http://www.boy-hair.com>

予約の際にプライマーを見たと言った方に限り
カット+カラー又は
カット+パーマを
オーダーした方
10%オフ
土・日
限定
有効期限：2009年2月28日

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。



本券を
お持ち頂
いた方は

10%割引
いたします

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, Legaspi 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

Beauty Column

vol.4

TM 流フィリピン BEAUTY 笑説 脱毛編

1年中、半そで、素足のここフィリピン、読者の皆さんはむだ毛のお手入れをどうされていますか？

お顔ばかりいじっている場合ではありません。実はさりげなく見られているわき毛君（Underarm）とあし毛君（Leg）。いくらお化粧ばっちりでも、むだ毛があったらそこで美人失格です！

日本人のほとんどは安くて簡単なシェーバー派が多いよう・・・ま、確かに気が向けばジョリジョリするだけだから、即効解決で便利ですが、AFTER SHAVE の仕上がりがイマイチきれいでない上、翌日には生えてきちゃうというのが問題。そこで回りのフィリピン人マダムに聞いた所、皆WAX派。これぞ、PINOYマダムの常識だそうです。実はわたしも以前はシェーバー派。でも今は 100%WAX 派に転身。

では今回はよくある質問にお答えする形で魅惑のワックスをご紹介します。

Q WAX（ワックス）ってどういうことなの？

A まず石鹸みたいな塊の WAX を温めて、蜂蜜状に溶かしたものをへらで直接ヘアがかぶる程度に塗り、乾いたところでヘアの生えている逆方向から一気にペリッ！とはがし取る。一瞬の早業です。

Q 痛い？

A 量が多かったり、剃った後だと、毛が太くなっているのが痛い！でもなれてくると全然平気になっちゃいます。ずっと続けると生えてくる毛も細く、めだたなくなるし、地肌もきれいになっちゃいます。何事も最初は我慢、我慢。

Q いくら？どこで？

A だいたい Underarm で php450、Full Leg php700、Half Leg php500。どこの美容院にもあります。

Q どのくらいの長さになったら Wax time？

A 最低 1.5 センチくらいないと、WAX 液に毛がからまらず、剥ぎ取れない。でもそれより長くても大丈夫。お店で適当な長さに切ってくれます。あまり神経質になることはありません。

Q 男性も OK？

A OK。ひげ、他はないですね。

Q Underarm、leg のほかの部位もある？

A あります。眉毛、うで毛、ご希望なところはどこでもやってくれます。なかでも究極はブラジリアン、フレンチという名の代物・・・これは bikini line のお手入れ方法。別にブラジル人、フランス人御用達でもなんでもありません。ご想像にお任せします。気になる方は後学心のため、お店の人に聞いてください。でも大声は厳禁。にたあ〜と笑われますよ。

TM 流倅術：ドラッグストアで市販の WAX (php300) を買ってきて、自宅でケアも good。Underarm なら気心知れたお友達同士でワックスパーティもよいのでは？ただし、ワックスの適温を間違えたら、やけどしちゃいます。よくよく温度をチェックしてから皮膚に塗ってくださいね。わたしは何度やけどしたことか・・・その辛い経験があって、今は達人の域。我が家のメイドちゃんにやってもらって、倅約しています。では皆さん、お肌つるつるになって、自信を持ってバンザイしましょう。

著者：TM

プロフィール：フィリピン在住 20 年。関西出身。未だ、年相応という言葉がなんとなく納得がいかないミセス。日々、国籍、年齢を問わず、気が合う仲間と笑えるフィリピンライフをばく進中。

コールマッサージ
Call Massage
HOME SERVICE

ご予約
お問合せ
マカティ → ご自宅・ホテル・ご指定の場所に伺います。
Makati

マニラ 1 のリーズナブル・プライス！
200 ペソ！ 60分セット
(セットごと延長可)
マッサージ・スタッフは日本クオリティで特訓！

女性でも安心。
クレームは日本語
で即応します。
692-08-07
092-3239-3048
092-1500-0374
営業時間 PM1:00~AM3:00 (ご予約受付は随時)

KOBE CLINIC

内科、外科、眼科・耳鼻咽喉科、
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。
ダイアライザー等、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: (632) 842-5405 / 842-6138
Fax: (632) 772-1855
e-mail: toshikobclinic@yahoo.co.jp (日本語)
URL: www.kobclinicphil.com
From 10AM to 8PM 年中無休

Sei
Hair Salon

スタッフ一同心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
(夜泊)

営業時間 9am ~ 7pm (最終受付 カット 6pm)
定休日 日曜日 Tel: (02) 812-0943
6F Republic Plaza Building
196 Solcedo Street,
Legaspi Village, Makati City

岩盤浴
GANBAN

144 Jupiter cor. Orbit Streets Bel-Air, Makati City
☎ 896-5445 or 896-5402

基本料金
岩盤浴+酸素バー
P500(90分)健康茶付き

その他マッサージ付きコース
フェイシャル泥パック
(クチャパック) あり

VIPルーム3部屋
計23床設備
駐車場完備

N GARCIA
THE GANBAN
ORBIT
JUPITER
144 Jupiter cor. Orbit Streets
Bel-Air, Makati City
GIL PUYAT

**15%
DISCOUNT**
(基本料金より)

こちらのクーポンをお持ちの方15%オフ

岩盤浴
GANBAN



手術直後の突撃インタビュー 電話1本から1週間で視力を回復!

AMERICAN EYE CENTER



アメリカン・アイセンターは、フィリピンで初めて視力矯正のためのレーザー手術（レーシック）を導入した眼科施設の一つとして知られる、アジアでも五本の指に入るトップクラスのアイセンターです。また、手術件数の多さでは世界でも7位にランクされており、2007年末の時点で25,000件を超える数の手術を行っています。

同センターのジャック・アロヨ院長によると、今までは60年代かそれ以上の年代の患者が大半を占めていましたが、最近では若い年代の人たちもレーザー手術を受けに来院するようになったとのこと。

同センターでは糖尿病性網膜症、加齢黄斑変性緑内障、神経眼科、角膜外部疾患などの治療サービスも行っていますが、依然レーザー手術がセンター全体の業務の60%を占めているそうです。

ジャック・アロヨ先生

資格（概要）

1988年～現在

Associated Eye Specialists Manila, Philippines
眼科医／パートナー

1995年～現在

The American Eye Center Mandaluyong city,
Philippines 屈折矯正角膜手術

レーシック体験記：Oさん（マカティ市在住）

レーシックの話は体験した同僚から聞いていました。10月19日にフィリピンに赴任してからゴルフを同時に始め、自分の打った球が全く見えなことに困惑していました。なんとかしたいと思っていたところ、タイミング良くプライマーの体験記事を見ました。

早速AEC日本語ホットラインに電話をして、次の土曜日（11月22日）に適性検査、水曜日に手術と電話1本から約1週間で問題を解決しました。

30数年間体の一部だった眼鏡と決別しました。まだ術後2日で視界は完全ではありませんが、眼鏡のない世界が新鮮に感じられて今後が楽しみです。

適性検査には通訳の方が立ち会ってくれるので英語が全くダメな私でも安心してスムーズに受けることが出来ました。検査が終わったところで「手術を受けることが可能ですがどうしますか？」と聞かれましたが、若干の不安はあっても自然と「お願いします」と言っていました。

手術当日、再度検査を入念に行い、いくつかの点眼を受けます。その後会計で支払いを済ませてから、手術室に向かいました。手術室はガラス張りですさらに目のアップが映るモニターが待合室から見え、とてもリアルで手順が良く解り安心半分、不安半分という精神状態でした。同じ時間帯に手術する人が5人いて順番に手際よく淡々と手術が行われました。

手術台に横になると瞼を開きテープで止め治具を目の周りにセット。まず角膜の切除をし、その

後レーザーが照射され再び角膜に戻して終了となります。事前にモニターで手順を見ているので手術中何が行われているか良く分かり、神秘的で緊張のひとつときでした。レーザー照射の際は時間と共に赤い光の焦点があってくるように感じました。手術は両目で合計10分以内だったと思います。

術後は15分ほど目を閉じて安静にします。その後恐る恐る目を開けた瞬間、霞がかかっている感じですが物の輪郭がはっきり見えました。一瞬にしてこれまでの不安が全て消え去り、何か充実感を得ることができました。

午後4時頃に手術をして10時頃までは麻酔のため目が開き難い状態でしたが、その後はTVを普通に見ることが出来ました。ただこの時点では近くは見にくい状態でした。次の日からは時間が経つにつれて、霞の減少と焦点の合う範囲が増えていくように感じました。

術後2日目、明るい光が膨張するような感じはありますが、霞はほぼ消えて近くもだんだんと見えつつあり、仕事もほぼ支障なく来ています。眼鏡がなくなって見るもの全てが一周りサイズアップしたように感じ、また顔を動かさなくても斜め後ろが普通に見えるのが新鮮です。医師の話では手術は上手く行き数週間で状態は落ち着くということなので、今後の裸眼生活の快適度に期待で一杯です。

中学の頃から続いていたメガネ生活に終止符をつけたのは、マカティ市在住のOさん。フィリピンに赴任されてわずか1ヶ月で視力を取り戻しました。

レーシック
手術前

右目0.01 → 術後 1.0

左目0.01 → 術後 1.0



AMERICAN EYE CENTER

Level 5, Shangri-la Plaza Mall EDSA
corner Shaw Blvd, Ortigas Center,
Mandaluyong City 1500 Philippines

☎ (02) 636-0762

URL <http://www.eyecenter.com.ph>

日本語でのご予約：AECホットライン

☎ (0928) 298-3091

応募は簡単!!詳しくはWEBで

<http://www.premium-philippines.com>

ハローキティの フォトコンテスト大作戦

フィリピンの旅で出会った感動のシーンを
写真に撮ってご応募ください。撮影のテーマは7つ。
あなたのベストショットをお待ちしております。
入賞者には、素敵な賞品をプレゼント!



© 1976, 2009 SANRIO CO., LTD. ©

撮影テーマ

1 街

異国情緒漂う町並み
「イントラムロス」



2 ビーチ

白砂のビーチリゾート
「ホワイトビーチ」



3 人物

心かよう現地の人との
「ふれあい」



4 祭り

熱気あふれる
「フェスティバル」



5 食

食の宝庫、フィリピンの
「料理」



6 自然

珠玉のリゾートならではの
「自然美」



7 海

珊瑚礁の海が美しい
「ダイビング」



応募の方法は簡単です!

STEP 1

テーマに合わせて写真を撮る。

7つのテーマの中から好きなものを選び、そのテーマに合わせて写真を撮ります。それぞれのテーマに、撮影のワンポイントがあるから参考にしてみてください!

STEP 2

テーマを選び
ご自宅のパソコンで応募。

ご自宅のパソコンから、「ハローキティのフォトコンテスト大作戦」特設サイトにアクセス。応募方法に従って作品をエントリーください。
※お一人様、何点でもご応募できます。

STEP 3

審査済みの写真は、
すべてweb上にアップされます。

審査済みの作品は、全てホームページにアップされます。いつアップされるか楽しみ。こまめにホームページをチェックしてみてください。
詳しくはwebを見てね。
<http://www.premium-philippines.com>

STEP 4

入賞者には商品をプレゼント!
また、応募者はWEBで紹介!します。

優秀作品の応募者には、ステキな賞品をプレゼント。
入賞者の発表は、特設サイトで紹介します。

プレゼント賞品はこちら!

ボラカイの旅

シャングリ・ラ・リゾート & スパ ボラカイ
ペア宿泊券(3泊分)+航空券(フィリピン航空) 1組様

マニラの旅

エドサ・シャングリ・ラ・マニラ
ペア宿泊券(3泊分)+航空券(フィリピン航空) 1組様

ハローキティのフィリピンオリジナルぬいぐるみ 20名様

オリジナルフォトフレーム 200名様

その他、デジタルカメラなどステキな賞品をプレゼントいたします。応募ください!!

ゴルフ会員権のレンタル 及び売買は当社まで！



- カンルーバン
- リヴィエラ
- サンタエレーナ
- オーチャード

その他多数取り扱っております

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>

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

ー日本語でお気軽にお問い合わせください。ー

《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)

☎(02)817-4617

セブ支店 ☎(032)340-2128 ☎(032)340-2127

E-Mail予約 hp@discoverytour.ph

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



BEST TRAVEL
INBOUND, OUTBOUND, TICKETING & OTHER SERVICES

30年のキャリアを持つ
フィリピンに精通した
日本人スタッフが
マニラ・セブ共に常駐。
何なりとお申し付け
下さいませ。

フィリピンのは
何でもお任せを！



www.besttravel.com.ph

bestmnl@besttravel.com.ph

【営業時間】午前8時～午後8時
土曜午後5時まで/日曜休日

マニラ 古賀、大西、高本、レネ、ダニー
G/F, THE SPA, 50 Jupiter Street, Bel-Air, Makati City
Tels. 899-4582 to 85 Fax. 899-4586

セブ カズ子、ロベリン
Rm. 112 KRC Bldg., Subangdaku Mandaue City, Cebu
Tel. 032-345-2901 Fax. 032-345-2890

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いただきます。



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 +63-2-819-2051 共通 +63-2-810-2636, 840-2373・2374・3752

FAX +63-2-819-2052・0097

E-Mail: corpsales@universalholidays.com

JALPAK



www.universalholidays.com

**ボラカイパッケージ
各種取り扱っております。**

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 手配いたします。
+63-2-815-3048 まで

お泊りは、安心の日系ホテル(日本人スタッフ常駐)

ボラカイ サーフサイドリゾート&スパ



E-Mail: mail@boracaysurfside.com website: www.boracaysurfside.com
ボラカイ事務所 TEL: 036-288-5006/5049 Fax: 036-288-3635

各種オプションツアーや楽しい企画を
いっぱいご用意しています！



フレンドシップツアー
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>

Vistamar Beach Resort & Hotel

海の世界をのぞいてみよう



壮大な海の世界に思わずため息



1泊2泊ダイブ(宿泊・食事込み)

USD 160



ダイビングライセンスの取得プログラムとダイビングのツアー

**スペシャルプロモ:3日間のコース！
オープンウォーターダイバー認定コース
USD 550**

2泊3日の宿泊費、食費及び講習料、ダイビング施設使用料、ダイビング実習費、空港からの送迎込み

とびっきりのバカンスを過ごそう！ お楽しみはまだまだこれから！

Vistamar Beach Resort & Hotel は、バタンガス州アニラオで最大のリゾート地。フィリピンでも屈指のダイビングスポットです。2ヘクタールの広大な敷地には客室92室、プール、ビリヤードホール、レストラン、スパ、屋外スポーツ施設、そしてフィリピン唯一の貝博物館があります。

自然豊かな海で極上のバカンスを！

スキューバーダイビング・ツアー/コース、フィッシング、ジェットスキー、クルージングなどのマリンスポーツが楽しめます。1日中遊んだ後は、リゾート内のスカイデッキから美しい夕日を眺めながらロマンティックなディナーはいかがですか？

ゆったりとした部屋からアニラオの絶景を眺めながらリラックス

USD 100 (1泊食事付)
※ダイビング代を除く



San Jose, Anilao, Mabini Batangas Philippines Email: vistamar@pltdsl.net
Call us at : (02)821-8332 / (02)823-8269 / (02)823-8265 (英語)

■ パーソナルダイブツアーも承ります。詳しくは (02) 899-2833



ウミウシ:
かなりの種類がみられます。この写真のものは、図鑑には載っていません。載っていないものも見られます。



ゴールドスベックジョーフィッシュ: ダイバーに人気。いつもは穴の中に入っていますが、餌をとるときには真っ白な体をみせて飛び出できます。



ハナヒゲウツボ: 穴の中から顔をだしていますが、まれに泳ぐことも。1m以上の長さがあります。



ピンクスクワットロブスター: 名前にはロブスターとついているのですが、実はエビの仲間になります。綺麗なピンクが特徴です。



ボラカイ島のダイビングショップ、Island Staffへのご予約、お問い合わせは islandstaff@primer.ph まで。

■ プライマーを見たとおっしゃっていただいた方にはプレゼントを進呈!



トガリモエビ属の一種: かなりのレアもので、この種の色は本にも載っていません。

ボラカイ島通信



ボラカイのダイビングショップ“アイランドスタッフ”のYURINさんが、毎号お届けするボラカイ島情報。日本ではまだまだあまり知られていない楽園リゾート、ボラカイ島をご紹介します。

ボラカイでのメインといえば、ダイビング。

ボラカイのお天気は大きく2つにわけて、乾季 12月～5月、雨季 6月～11月とされています。

乾季は25～27℃、雨季は30℃とかなり水温が変わります。

12月頃から水温が下がり、雨季には姿を見せなかった生物、特に“大物”と呼ばれる大型の魚が姿を現してくれます。

イソマグロの群れや、ロウニンアジ等。

今年は、マダラトビエイ、マンタがよく見かけられました。

必ず、というわけではありませんが。

お天気次第では、1日かけてデイトリップへ行くこともできます。

これからの時期は、ガイドをしている自分自身が、

何が出るか楽しみになってきます。

プロフィール

YUKO SAKANAKA (ニックネームはYURIN)
ボラカイ島に初めて来たのが9年前。そして住み着いてしまいました。ボラカイ島に住んで7年が過ぎました。ボラカイ島でダイビングインストラクターになり現在、ダイブショップアイランドスタッフを運営しています。
好きな物 マグロのお刺身、鶏肉、ワイン
嫌いな物 二日酔い(かなりつらい)、くらげ(死ぬほど痛い……)

憧れのシンデレラダイビング♪

プライマー × サンビームの特別コラボレーション!

プライマー女性読者限定のお姫様体験ダイビングプランがついに実現!



誰も一度は体験してみたいと思う海の中の世界。でもいざやってみるとなると女性の皆さんは不安も多かったりもしますよね。そんな女性のために、プライマー読者限定の素敵なお姫様プランが、サンビームマリンスポーツとのコラボで登場しました!

朝6時半マニラを出発し、送迎バン①に揺られること3時間。アニラオのサンビームマリンスポーツに到着。丁寧なオリエンテーション②を受けると、すぐ前の浅瀬で海洋実習を行います。そしてボートに乗ってポイントまで移動し、インストラクターの指導③のもと、いよいよダイビング開始。ひとりずつガイドさんがついてくれるので安心して潜れます。最初は怖がっていた二人でしたが、優しいガイドさんたちにエスコートされ、色とりどりの海の世界を楽しむことができました♪

アフターダイブのランチは元日本食レストランの料理人による美味しい日本食④⑤。お茶とコーヒーが飲み放題で冷えた体を優しく癒してくれます。ランチの後はデザート⑥のサービス☆ 何がサーブされるかはお楽しみに♪ 梅酒や薬膳酒⑦などもあり、健康志向のオーナーさんが、自ら仕込んだこだわりの手作り酒、安心してたしなむことができるので、女性にも人気だそうです。因みに、薬膳酒は一杯無料で飲めちゃいます。

美味しい日本食とデザート後はマッサージ⑧。海からあがって疲れた体にオイルマッサージはまさに天国。これで次の日の筋肉痛の心配もありませんね♪ そして最後にサンビームマリンスポーツ限定Tシャツのプレゼント☆

帰りの車の中では二人とも熟睡。親切なスタッフのみなさん、元日本食レストランの料理人による美味しいランチとデザート、優しいオイルマッサージ、そしてマニラまでの送迎。女性のみなさん、この素敵なお姫様プランで初ダイブを体験してみたいはいかが?



REPORT

体験者の感想は…

まゆみさん

私は今回初めてダイビングに挑戦しましたが、日本人スタッフによる事前講習、フィリピン人スタッフの海の中でのサポートのおかげで安心して楽しむことができました。最後には30分ほど海に潜って、海中の世界を満喫できました。

ダイビングの後にはおいしい日本食とデザートを食べ、さらに波の音を聞きながらのオイルマッサージ。とことん女性のことを考えたうれしいプランです。最高に贅沢で楽しい1日でした。



よーこさん

一生のうち一度は体験してみたかったダイビングを今回初めて体験させていただき、最初は緊張しまくりました。しかしインストラクターのお兄さんも従業員のみなさんも優しく、安心してすごく楽しく潜ることができました。ダイビングで冷えた体にマッサージ、おいしいご飯、そして、ケーキのサービスが私たち女の子にはとっても嬉しかったです! 機会があればまた潜ってみたいです☆



お姫様体験ダイビングプラン—3名様からご利用可能

お一人様の価格: こんなについてたったの \$150

●料金に含まれるもの

マニラ⇄アニラオ送迎 体験ダイビング/2本 機材フルセット
ランチ・デザート オイルマッサージ
オリジナルTシャツ・プレゼント

その他のコース

ファンダイブ アニラオエリア

ボートダイブ: \$30 ビーチダイブ: \$20
ナイトボートダイブ: \$45 ナイトビーチダイブ: \$40

ライセンス取得

オープンウォーター: \$330

その他、各ライセンスコース、料金など、気軽にお問い合わせ下さい。

予約に関する問い合わせは、sunbeam@primer.ph まで。

サンビームマリンスポーツ

Sitio Looc Barangay Bagalangit Mabini, Batangas, Philippines



フィリピン最新アートシーン 国際交流基金マニラ日本文化センター 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。

バギオ特集

標高 1500 メートルの山中にあるバギオは、イフガオやカリナなど山地文化の香る“山の首都”でもある。独特な雰囲気のある街には多くの芸術家も活動していて、アート・コミュニティを作っている。

VOCAS (Victor Oteyza Community Art Space) フィリピンで最もクレイジーな空間

2005 年にオープンした新しいアートスペース。バギオの目抜き通りセッション・ロードの中腹に建つ雑居ビルの5階にある。広いスペース内には、北ルソンの伝統家屋や中世東欧風の民家、黒沢映画に影響されたという水車、巨大なインスタレーションや彫刻などの個性的なアートがあふれ、テラスからはバギオ市が一望できるといって、とてもクレイジーな空間。地元アーティストの作品を常時展示していて、パフォーマンスや映画の上映等イベントも多い。

この魔何不思議空間のオーナーは、かつて世界中の実験映画界を席捲し、今も鬼才と慕われているキドラット・タヒミック。彼の出世作「悪夢の香り」は1977年ベルリン国際映画祭批評家賞を受賞、日本でも公開されて話題となった。寝るとき以外は常にカメラを離さないという徹底ぶり、撮影したフィルムは膨大。81年から日常生活の撮影を始め、86年より「僕は怒れる黄色」のタイトルで上映されて“終わりのないドキュメンタリー”と呼ばれている。知り合いになれば彼のフィルムが見られるかもしれない。

VOCAS (Victor Oteyza Community Art Space)
La Azotea Bldg., Upper Session Rd., Baguio City
Tel: +63-74-442-6678/-74-442-2723
Fax: +63-74-442-4379



キドラット・タヒミック

Film



内部



アギナルドの作品



VOCASから見たバギオ市内

Art



Tam-Awan Village

Tam-Awan Village コルディレラ文化の香りに包まれた アーティスト・コミュニティ

1997年に設立されたバギオ市郊外の山中にあるエコ・ビレッジ。5000平米の敷地に伝統的なコルディレラ様式のヒュッテが点在し、ギャラリーやカフェがある。今でも周辺地方から多くのアーティストが集まり、美術品や工芸品の展覧会、アートやエコ関連の様々なワークショップ、伝統的パフォーマンスを行っている。レオナルド・アギナルドなど、ここから活動の場を広げて成功した作家もいる。伝統的ヒュッテに宿泊すればコルディレラ文化を体験することもできる。

Tam-Awan Village
366-C Pinsao Proper, 2600 Baguio City
Tel: +63-74-446-2949/442-5551 Fax: +63-74-442-5553
<http://www.tamawanvillage.com/>

今月のジャパンファウンデーション 今年のアジア漫画展はバギオ、マニラのSMモール・ツアー！

今回で第11回を迎える『アジア漫画展』。テーマは「アジアの若者文化」で、10カ国・10人・計75点の原画が展示される。フィリピンからは『フィリピン・スター』紙などで人気のリンドン・グレゴリオ。SMバギオを皮切りに、メガモール、モール・オブ・アジアといったSM系の巨大ショッピングセンターを巡回。ショッピングがてらぜひお出かけください。

SMバギオ：2009年2月2日～15日
SMメガモール（マンダレーヨ市）：2009年2月18日～27日
SMモール・オブ・アジア（パサイ市）：2009年2月28日～3月15日
詳しくはウェブサイトで。 <http://www.jfmo.org.ph/>



こうま・さう「夢中になりすぎて」



JAPAN FOUNDATION

The Japan Foundation, Manila
12th Floor, Pacific Star Building,
Sen. Gil. J. Puyat Ave. Ext., cor.
Makati Ave., Metro Manila
☎ (02) 811-6155 ~ 58
E-Mail bsuzuki@jfmo.org.ph

Letter From Baguio

バギオ フラワーフェスティバル 花の香りに包まれる高原都市

Written by 北ルソン日本人会(JANL) ささき

高校生からバギオに単独留学、バギオでラーメン屋を営む奥さんに頭が上らない。

高原都市バギオのお祭り!それは毎年2月の最終週末に行われる「フラワーフェスティバル」である。現地の言葉でPANAG BENGALと呼ばれ北ルソン最大のお祭りである。花の栽培に適した気候に恵まれたバギオならではのお祭りで、「花」をテーマに市の目抜き通りで幾つものグループがダンスパレードを繰り広げる。フィリピン士官学校の楽隊や、地元山岳少数民族の民族音楽や舞踊などが見ものである。

お祭りはダンスパレード、花で飾られた山車のパレード、歩行者天国でのイベントの大きく3つに分かれている。初日のダンスパレードでは



寒冷な避暑地バギオも人々の熱気で暑くなるほどである。翌日には山車のパレードがあり、企業、個人、学校等が協力し合い作成した思い思いの作品が街中をねり歩く。

色とりどりの花のパレードは目を楽しませてくれるだけでなく、パレード通過後でも花の香りが漂い街中を包むその感覚は、騒がしいマニラでの生活から人々の心を開放し癒してくれるのである。

2日間のパレードの翌日から一週間は目抜き通りが歩行者天国になり出店が並ぶ。北ルソン日本人会も茶店を出すのだが、時期もちょうど良いことから今回は雛人形を飾り「ひな祭り@フラワーフェスティバル」と洒落込み、人々の日本文化への興味を引くことになるであろう。

特に2009年はバギオ市誕生100周年ということで100年祭にふさわしい記念イベントとなる予定。一見の価値あるお祭りとなるであろう。宿泊の穴場はセッション通り沿いにあるホテル。部屋からパレードを見ることが出来る。日程は2月28日がダンスパレード、3月1日が山車パレード、その翌日から一週間はSession In Bloom



と呼ばれ、バギオの有名店などの出店が軒を連ねる。(2008年11月情報)。

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。

みんなの快適フィリピン生活 こんなところに日本の協力



食文化、という言葉があるように食というものは国によって性格が様々であり、またその往来は非常に活発です。ここマニラにおいても元来のフィリピン料理は元より、植民地時代の影響を受けたスペイン料理がフィリピン料理の一つとして軒を並べています。中華、フレンチ、韓国料理、日本食など、その顔の広さには誰しもが唖然とするを得ないでしょう。そ



の一方で、簡単な往来を許さない食材もあります。

皆さんは牛乳と聞いたらどういった印象を受けるでしょうか。スーパーでは常温の棚に並んだ添加物入りのミルクをよく見かけます。日本でよく飲まれているような生乳は、日本と同等かそれ以上に高いのが相場で、それだけ希少価値が高いのです。2007年度のフィリピンにおける生乳の生産量は6,000t程度。日本は8,000,000t超と聞いていただければご想像いただけるでしょうか。

このような現状の中、日本は生乳の増産に向けて協力を実施しています。機材の供与を始め、日本の酪農技術を伝えるため、各地で日本人が活動を行っています。「将来必ずその需要が伸びてくる」マニラから南へ約120kmのケソン州にある酪農組合で働く青年海外協力隊員はそ



う予想しています。その活動成果は顕著で、生乳の生産量は過去最大を更新しています。地道な活動が身を結び、国産の生乳が店頭によく並ぶ日も遠くないかもしれません。

もちろんその道は容易ではないでしょう。しかしもし街中で新鮮な牛乳を目にした時は、日本とフィリピンのこういったつながりにも思いを巡らせてみてほしいと思います。

独立行政法人 国際協力機構(JICA)

40th Floor, Yuchengco Tower, RCBC Plaza,
Ayala Avenue, Makati City

URL <http://www.jica.go.jp/philippine>

オイスカ日記

オイスカマニラ日本語幼稚園

オイスカマニラ日本語幼稚園 ☎1

69 Paseo de Roxas St.,
Urdaneta Village, Makati City
☎ (02)894-3114 Telefax (02)892-4152
E-mail oiscamanila@aol.com

幼稚園の運動会

日本では秋に行なう運動会ですが、ここフィリピンでは雨季と乾季の関係で、雨の少ない2月に行なっています。時々園外保育で遊びに行く、幼稚園裏にあるウルダネタ・ビレッジの公園で行います。乾季の暑い時期の為に比較的涼しい午前中に行いますが、それでもやはり暑く、更に熱い声援に包まれ、盛り上がっています。



運動会の会場を盛り上げる為の入場門や万国旗は、子ども達の手作りです。



かけっこやダンス、リレーの他に、未就園児や小学生が参加できる競技もあり、参加者全員で楽しめます。



オイスカ幼稚園では週一回、体育の時間を設けるなど、日頃から子ども達の健康な身体作りに力を入れています。年長さんは、縄跳びや組体操など、これまでの成果の発表の場でもあります。

親子競技は、普段忙しいおうちの人と一緒に楽しむ、触れ合いの場でもあります。

マニラ語り手たちの会

子供たちに与える最高の贅沢! 朗読ではない、口承を実践!

お話を聞いてくれる子どもたちと語り手を募集中!

フィリピン在住日本人の間で作られている、様々なサークルや同好会があるのはご存知でしょうか?

今回ブライマーがおじゃましてきたのは「マニラ語り手たちの会」。この会は子どもたちにお話を語る会で、1987年から活動している由緒ある会です。活動日は毎月一回、場所はマカティ市内の個人宅を会場として定期的に開催されています。

この会の趣旨には二つの目的があります。

一つは、成長してから、子ども時代に聞いたたくさんの話から得られる知恵やユーモア、希

望によって、人生を豊かに生きていけるようにすること。

もう一つは、どこにいてもどこに住んでいても、お話を聞くことによって子どもたちの頭の中なるべくたくさんの楽しい経験、体験をさせること。

部屋を暗くしてろうそくが灯ると、そこはお話の世界。語り手たちは、本を読み聞かせる時とは違った深みを持って自分の中に取り込んだお話を、自分の声と抑揚で、子どもたちの目を見ながら語っていきます。

そこは現実から一瞬切り離された空間であり、

ろうそくの灯によって膨らむ想像力と期待感で、どんな子どももお話の世界にぐいぐいと引き込まれていきます。

参加していたお母さんや子どもたちもみんな耳を傾けて、語り手たちの話に聞き入ります。最後はとても充実した様子でした。

Information

現在「語り手たちの会」では、お話を聞いてくれる子ども達と同時に、子どもたちに夢や希望を与えてくれる語り手を募集しています。

「語り手たちの会」に関しての詳しいお問い合わせは、下記連絡先まで。

ブライマーを見たとお伝えいただければ、荻野さん(代表)と荻原さんが詳細をご案内してくれます。

荻野さん携帯 0917-914-0083

荻原さん携帯 0917-893-0240

うちのクラブ、サークルを紹介してほしいという方は、information@primer.ph まで



みんなの声 (番外編) フィリピンプライマー 掲示板

大盛況中!

マカティで
ビジネス英会話が学べる学校を
探しています。

日本の一学生が
フィリピンで直接就職活動なんて
不可能でしょうか？

今、フィリピンだと
どちらの店が
マンガ多いんでしょうか？

最近引越しをしたのですが、
近くのKTVから
しょっちゅうカラオケの音が
すさまじく聞こえてきて
悩んでいます。

ダイビングはちょっと・・・と言う人にお勧めの
スノーケリングスポットで、
しかも日帰りできるところをご存じないでしょうか。

平日の午前中で、
マカティエリアかアラバンエリアで
ベリーダンスのレッスンが
受けられる所があれば教えてください。

折りたたみ自転車を買ってくださる方がいれば嬉しいです。

グロリエッタ界隈に良さそうな
Foot SPA の情報があれば
どなたか教えて頂けませんか？

女1人でバスに乗っても
大丈夫 (安全) なのでしょうか？

あなたも今すぐ掲示板を
チェック!

<http://primer.ph>



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)895-6297, (02)899-5995 local 111
担当: 菅原

✉sales@primer.ph
[http:// primer.ph](http://primer.ph)

2008 ESCO 便利カタログ 株式会社 アイデン スチールケース 05-220C 8A 新製品 05-220C 8A オートクワイ 040 4F	2008 アズワン株式会社 研究用総合機器 ピンセツト ピンセツト 清磁器
西田製作所 精密機械 各種工具 各種工具 各種工具	HOZAN ピンセツト 清磁器
KANETEC 各種ツール 各種ツール	東海産業 ルーペ (10倍) ルーペ (15倍)

Nicken Industrial Machines, Parts and Supply,
#4 Bayabas St. Bldg. 10, Lot 16, Mutual Homes,
Putatan, Muntinlupa City 9999, Philippines
Tel: (+632) 850-4291 Fax: (+632) 772-1686

仕入先: 高一工具株式会社、株式会社エスコ (大阪)

マンガで 覚える! タガログ語教室 連載 第10回

今週のタガログ語: Regalo (贈り物)

先生、ハッピーバレンタインで
ございます。はい、これ。

何か
くれるのか。
珍しいな。

日頃大変お世話になって
いるので、ささやかな
リガロ (贈り物)。
ヒロット
マッサージを
ご堪能くだ
さい。

ほほー。手製の
マッサージサービス
券か。ありがたい。
早速使わせて
もらおう。

では
こちらへ
どうぞ。

せんせえ~
もういいです
か~。
もう5時間も
やっていますが~。

時間制限
なんか
書いてない
ぞ。

TRANSPORT! COMMUNICATION SAGAWA

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!

国際宅配便
Sgx

引越サービス(Removal)

日本人スタッフによるきめ細
やかなサービスと、経験豊富な
スタッフが、お客様の新生活の第
一步をフルサポート致します。
まずは無料のお見積りを!!!

引越
Removal

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。

海上輸送
Sea 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!

航空輸送
Air Cargo

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。

物流倉庫(PEZA)
Logistics

<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 1708 PARANAQUE CITY, METRO MANILA, PHILIPPINES
担当: 今井(jmai@sagawa-global.com) / 大塚(m_oba@sagawa-global.com)



フィリピンで輝く日本人 マニラ学習塾 塾長(石川 誠司)さん 自分で考える力と、人を思いやる気持ちを育む (前編)

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。

石川 誠司 (いしかわ・せいじ)

1960年生まれ。

1983年に上智大学を卒業し、その年の8月からフィリピンに住み始める。その後、現在のマニラ学習塾を設立。

1985年にフィリピン人と結婚、現在子ども三人。1995年にパヤタス地区の子どもたちを対象とした教育活動KKKを創設。

マニラ学習塾 連絡先 TEL: (02) 817-5889 Mobile: 0915-112-5725 E-mail: seiji_manila@yahoo.co.jp



マニラ学習塾

石川さんがフィリピンの土を初めて踏んだのは、大学3年を終えた1982年の春。以来、フィリピンに興味を持ち、大学を卒業した1983年に本格的にフィリピンに住み始めた。その後、当時アルバイト講師として勤めていた塾を買って今の「マニラ学習塾」を創立。やがてフィリピン人女性と結婚し、3人の子宝を授かって今に至る。

日本で一般的に行われている、いわゆる『詰め込み教育』には反対だ、と石川さんは言う。

「日本の子供たちに対する俺の教育方針は、まず自分で考える力をつけさせること。生徒たちとは、学力と思考力をつけさせることを常に考慮しながら付き合っている。次に学力以外の人格形成。要するに人を大事にする気持ちだね。ちゃんと挨拶ができたり、人の話をちゃんと聞いたりできるようにすることがこれに含まれる。」

勉強というものは、自分と相手を良く知るための手段。学力と人格を両方ともバランスよく磨いてあげられなければ、それは教育とはいえない、というのが、「石川教育」の基本となる

考え方だ。

「もちろん、俺の考え方とは違う考え方を持っているお母さんや子供もいるが、無理強いはいしない。ただ、石川教育を一度でも体験してもらえば、その良さをきっとわかってもらえると思う。」

癌との戦いと教え子の死

言いたいことをいい、やりたいことをやる。常に楽観的でエネルギーが豊富な石川さんも、さすがに病には勝てなかった。一時期癌にかかり、相当苦しんだのだ。幸いなことに、治療のおかげで癌細胞は完全に消え、今はまた元気に教鞭を振っている。

「俺は幸運なことに癌を克服することができたが、20年前に癌で亡くなった教え子のことを思うと、今でも心が痛い。」

小学6年から中学3年までの4年間、石川さんの塾に通っていたその女の子は、とても石川さんになついていたそう。ところが日本に帰国後発癌し、それから2年間にわたる闘病生活の末、亡くなってしまった。

「あの時、俺は塾の授業を休むことができず、日本に帰ることができなかった。そのために結

局見舞いに行ってもやらなかったことを、今でもすごく後悔している。」と石川さんは過去のつらい思い出を語ってくれた。

次号へ続く！！



Berlitz レポート Vol.1

130 Years innovation Berlitz

「Which restaurant do you often go to?」

そんな会話から始まった英会話体験レッスン。マカティにあるベルリッツに行ってきました。レベルは1～10段階に分けられていて、日本人の多くはレベル3～4とか。ではレベル3とは？さあ、早速レッスンをスタート。

このレストランの場所尋ねから始まって、そこがどんな場所にあるのか、中はどんな様子かと、身近な題材から話を広げていきます。頭の中はすでによく行く郊外の日本食レストラン。そうやって、①語彙 ②尋ね方 ③応答の仕方と基本的な口語会話が身につけていきます。そして少なかった自分のボキャブラリーを先生がどんどん増やしてくれるのです。

何気ないフリートークのように聞こえる会話も、実はれっきとした授業の一部分。後でテキストを見ると、話していた会話のパターンや単語が掲載されています。そんな身近な場面がテキストには満載。レベルが上がるとシーンも増

えていきますが、同じ場面も出てきます。復習もしながら、前のレベルでは登場しなかった表現の仕方や、ボキャブラリーを増やしていくのです。

「ぬぬぬ、これが、ベルリッツの秘密か・・・！！」

1レッスン45分。今日からあなたもフィリピン留学。



Written by: M.Y かつてはバックパッカーとして一人旅をしていたほどの旅好き。今年10年ぶりにマニラに再来。得意のお琴片手に地元のおもしろい場所を開拓中の二児のママ。

BERLITZ LANGUAGE CENTER

Rm. 209 Peninsula Court Bldg., 8735 Paseo de Roxas corner Makati Ave., Makati City TEL: (02) 813-2231 / (02) 817-9319

BERLITZ @ edu-care 5th Floor, Shangri-La Plaza Mall EDSA corner Shaw Blvd. Mandaluyong City TEL: (02) 638-9116

保存版 マカティマップ



日本人経営の日本人のための
レンタカーです!

レンタカー車種・ご利用料金のご案内

価格とサービスに自信あり! もちろん! 運転手付!

トライアングル トラベル

☎ 02-5274362

☎ 09-273727874

日本語ダイヤルもありません!

・ファミリー： 定員8名 ミツビシアドベンチャー	・TOYOTA： 定員8名 イノバ	・TOYOTA： 定員14名 ハイエース	・RVクラス： 定員6名 フォードE150																																																												
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th>レンタル時間</th> <th>料金(ペソ)</th> <th>日本語通訳付</th> </tr> <tr> <td>6時間</td> <td>2,300</td> <td>±2,000</td> </tr> <tr> <td>12時間</td> <td>2,800</td> <td>±2,500</td> </tr> <tr> <td>24時間</td> <td>4,700</td> <td>±4,000</td> </tr> <tr> <td colspan="3" style="text-align: center;">超過料金 400ペソ/時</td> </tr> </table>	レンタル時間	料金(ペソ)	日本語通訳付	6時間	2,300	±2,000	12時間	2,800	±2,500	24時間	4,700	±4,000	超過料金 400ペソ/時			<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th>レンタル時間</th> <th>料金(ペソ)</th> <th>日本語通訳付</th> </tr> <tr> <td>6時間</td> <td>2,600</td> <td>±2,000</td> </tr> <tr> <td>12時間</td> <td>3,300</td> <td>±2,500</td> </tr> <tr> <td>24時間</td> <td>5,200</td> <td>±4,000</td> </tr> <tr> <td colspan="3" style="text-align: center;">超過料金 400ペソ/時</td> </tr> </table>	レンタル時間	料金(ペソ)	日本語通訳付	6時間	2,600	±2,000	12時間	3,300	±2,500	24時間	5,200	±4,000	超過料金 400ペソ/時			<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th>レンタル時間</th> <th>料金(ペソ)</th> <th>日本語通訳付</th> </tr> <tr> <td>6時間</td> <td>2,900</td> <td>±2,000</td> </tr> <tr> <td>12時間</td> <td>4,300</td> <td>±2,500</td> </tr> <tr> <td>24時間</td> <td>6,100</td> <td>±4,000</td> </tr> <tr> <td colspan="3" style="text-align: center;">超過料金 500ペソ/時</td> </tr> </table>	レンタル時間	料金(ペソ)	日本語通訳付	6時間	2,900	±2,000	12時間	4,300	±2,500	24時間	6,100	±4,000	超過料金 500ペソ/時			<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th>レンタル時間</th> <th>料金(ペソ)</th> <th>日本語通訳付</th> </tr> <tr> <td>6時間</td> <td>3,900</td> <td>±2,000</td> </tr> <tr> <td>12時間</td> <td>4,500</td> <td>±2,500</td> </tr> <tr> <td>24時間</td> <td>6,500</td> <td>±4,000</td> </tr> <tr> <td colspan="3" style="text-align: center;">超過料金 600ペソ/時</td> </tr> </table>	レンタル時間	料金(ペソ)	日本語通訳付	6時間	3,900	±2,000	12時間	4,500	±2,500	24時間	6,500	±4,000	超過料金 600ペソ/時		
レンタル時間	料金(ペソ)	日本語通訳付																																																													
6時間	2,300	±2,000																																																													
12時間	2,800	±2,500																																																													
24時間	4,700	±4,000																																																													
超過料金 400ペソ/時																																																															
レンタル時間	料金(ペソ)	日本語通訳付																																																													
6時間	2,600	±2,000																																																													
12時間	3,300	±2,500																																																													
24時間	5,200	±4,000																																																													
超過料金 400ペソ/時																																																															
レンタル時間	料金(ペソ)	日本語通訳付																																																													
6時間	2,900	±2,000																																																													
12時間	4,300	±2,500																																																													
24時間	6,100	±4,000																																																													
超過料金 500ペソ/時																																																															
レンタル時間	料金(ペソ)	日本語通訳付																																																													
6時間	3,900	±2,000																																																													
12時間	4,500	±2,500																																																													
24時間	6,500	±4,000																																																													
超過料金 600ペソ/時																																																															

Call Now!

当日予約も可!
受付 9:00~18:00

当社のレンタカーはすべて運転手付きの価格になっております。ガソリン代はお客様負担です。返車の際に、返却地最寄りのガソリンスタンドで給油し、ドライバーに領収書と引き換えに現金をお支払い下さい。

保存版 バイエリアマップ



primer

サポーター

ライター

募集中

フィリピンプライマーでは、より読者の皆様、在住者の皆様と一緒にフリーペーパーを企画・制作していきたいという発想の元、「ライター」「サポーター」を新たに募集いたします。

「記事を書いてみたい！」
「記事は書けないが取材体験はしてみたい！」
「アンケートくらいなら協力したい！」

などなど、個人のご希望に合わせてフレキシブルにご参加いただけます。
ぜひ、みんなでプライマーを作りませんか？

詳しくはウェブサイトで！
<http://primer.ph>



■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ー（マカティ）	(02) 888-8999
アジアンホスピタル（アラバン）	(02) 771-9000 ～ 2
神戸クリニック（アラバン）年中無休	(02) 842-5405
東京ヘルスリンク（アラバン）	(02) 772-2678
日本人専用電話番号	0917-844-0026（※2）
セントルクスメディカルセンター（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ツ（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・ペイビー）	

クレジットカード紛失・盗難

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

電話番号案内（PLDT CALL） 187

知っていると便利（携帯ニュース速報く 携帯TEXTで配信申し込みく）

（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 日本からもそのままダイヤルしてください。

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

広告主一覧 このたびは広告のご掲載をありがとうございました。
設置店一覧は近日中にWeb上にて公開予定です。 <http://primer.ph/freepaper.html>

正式社名	電話番号 / URL / 住所	地図 番号	広告掲載 ページ
Urbangolf	0908-378-5831 12 Jupiter St, Makati City		なし 14
I-MERGEONLINE INC.	(02)899-5994 7480 Bagtikan St., San Antonio Village, Makati City	B1	4.5
Averon Holding Corporation	6780 Ayala Avenue Makati City	C3	14
AMERICAN EYE CENTER	(02)636-0762 Level 5, Shangri-La Plaza Mall, EDSA corner Shaw Blvd, Ortigas Center, Mandaluyong City 1500		なし 22.36
MMBS日本事務所	(03)3476-6559 株式会社ファンクレ（FunCre.Co., Ltd.）〒150-0043渋谷区道玄坂1-15-3プリメーラ道玄坂413号		なし 18
MMBSフィリピンオフィス	(02)899-5995 I-MERGEONLINE INC. 7480 Bagtikan St., cor. Sacred Heart Ext., San Antonio Village, Makati City	B1	18
母屋	(02)494-3030 Brook3 Unit 21-B Aguilar Avenue Las Pinas City		なし 18
かね甚	(02)521-1151 3-23B Legaspi Towers 300 Roxas Blvd., cor. Vito Cruz, Malate, Manila	F3	24
歌舞伎座	(02)400-4147 1632 M. Adriatico St., Malate, Manila City	G2	18
GANBAN	(02)896-5445 144 Jupiter cor. Orbit Sts., Bel-Air, Makati City	C1	21
KIICHI TOOLS (SHANGHAI) CO.,LTD	+86-21-5108-9177 Room 1704,Sheng Gao International Building,No.137 Xian Xia Road, Shanghai,China, P.O.Box 200051		なし 30
CRUISING CAFE	(02)339-3886 822 Tesoros Bldg, 2nd floor GS Antonio, Arnaiz Avenue Makati City	B3	19
神戸クリニック	(02)842-5405 Unit 2068 & 2069 B.2, 2nd Level, Festival Supermall, Alabang, Muntinlupa City		なし 21
Call Massage Home Service	(02)692-0807, 092-3239-3048		なし 16
Saisaki	(02)892-8898 2nd Level, Glorietta 3 Ayala Center, Makati City	C2	16
Sagawa Express Philippines, Inc.	(02)822-9911 JUM Building-1, Kaingin Road, Multinational Village, 1708 Paranaque City		なし 30
J's 007 Cafe Bar	Unit 102-C G/F Cattleya Condominium 235 Salcedo St., Legaspi Village, Makati City	B2	18
J-HAIR	(02)812-0943 6F Republic Glass Bldg., 196 Salcedo St., Legaspi Village, Makati City	B2	21
Sei	(02)793-5630 21/F Pacific Star Bldg., Makati Ave. corner Buendia, Makati City	C1	15
Century Properties Group	+81-3-3545-9811 〒104-0061 東京都中央区銀座7-17-14 松岡銀七ビル5F		なし 2.3
立花（バサイロード）	(02)468-0129 1008 Cedar Executive Bldg, Arnaiz Ave., Makati City	C3	18
ディスカバリーツアー	(02)812-3328 G/F 301 Sagittarius Building, H.V. Dela Costa St., Salcedo Village, Makati City	C1	24
Triangle Phils. Travel & Transportation Corp.	(02)527-4362 G/F Casa Blanca Bldg, Salas cor. Adriatico Sts., Ermita, Manila	G2	32
和（ナゴミ）	(02)632-1736 El Pueblo Real de Manila Julia Vargas St. cor ADB Ave., Ortigas Center, Pasig City		なし 19
New Hatchin（マカティ）	(02)890-1649 7602 Sacred Heart St., cor. Metropolitan Ave., San Antonio Village, Makati City	B1	19
花 for the Skin	(02)892-9441 G4 Perla Mansion 117 Don C. Palanca St., Bgy. San Lorenzo, Legaspi Village, Makati City	B2	20
Philippine Department of Tourism (DOT)	(02)599-031 T.M. Kalaw Street, Rizal Park, Manila City	G1	23
Philippine Retirement Authority (PRA)	(02)848-1412, 0918-985-0049 29/F Citibank Tower, Paseo de Roxas, Makati City	C2	23
フレンドシップツアーズ	(02)893-0291 3F Dusit Hotel Nikko, Ayala Center, Makati City	C3	24
BEST TRAVEL	(02)899-4582 G/F TAT Bldg., 64 Jupiter St., Bel-Air, Makati City	D1	24
Pepper Lunch	(02)895-8185 Lot-RS 041, Power Plant Mall Rockwell Center, Makati City		なし 18
Berlitz Manila	(02)813-2231 2F Peninsula Court Bldg., Paseo de Roxas corner Makati Ave., Makati City	C1	31
Bodegas Hidalgo de Filipinas Corp.	(02)633-4291 1504 East Tower, Phil. Stock Exchange Centre Exchange Road, Ortigas Center, Pasig City 1605		なし 15
Surf Side Boracay Resort & Spa	(036)288-5006 White Beach Angol Boracay Island, Malay Aklan		なし 24
Maeda and Nimrod Int'l Trading Corp.	(02)896-3382 9304 Kamaong St, Corner Dungan St, San Antonio Village, Makati City	A1	17
Melo's	(02)899-2456 #22 Jupiter Street Bel-air, Makati City		なし 19
Universal Holidays, Inc.	(02)893-8468 Mezzanine Floor, Dusit Thani Manila, Ayala Center, 1223 Makati City	C3	24
Rockpoint Hotel, Spa & Conference Center	(02)520-8824 Km. 91 Maharlika highway, San Antonio Dos, San Pablo City, Laguna		なし 16

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 11 号

2009 Issue Vol.11

2009年1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

デザイン

柳田寛之（willsnow-dfl）

水田麗

Missy V. Balagtas

中西晴江

協力

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 Extn.

San Antonio Village, Makati City

Tel : (02)899-5995 local 111 Fax : (02)890-7320

E-mail : information@primer.ph

印刷・製本

東銀座印刷出版株式会社 東京都豊島区高田 3-5-20



「primer」ではフィリピンが好きな皆様に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。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、皆様からの旬な情報をお待ちしております。

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



Mabuhay!!!

(マブハイーようこそ!)

国民性豊かなフィリピン文化…

人懐っこくて親切な人々…

安い物価…

世界クラスの施設と一流の看護スタッフたち…

快適な生活…

SRRV (特別居住退職者ビザ) で、特別な住人になろう!

SRRVisa

Special Resident Retiree's Visa

簡単に取れる長期滞在ビザ

ひと味違う老後生活を!



PHILIPPINES

NOW

Asia's Retirement Destination

今、アジアで快適な余生を送るならここ!



Smile
at Life
in the Philippines



フィリピン退職庁(PRA)

PHILIPPINE RETIREMENT AUTHORITY

29/F Citibank Tower, Paseo de Roxas, Makati City 1220 Philippines

ご連絡はこちらまで(英語)

Hotline: +632.848.1412 +63918.985.0049 Fax Nos: +632.848.7106 +632.848.1418 Website: www.pra.gov.ph E-mail: inquiry@pra.gov.ph

Artemio Murakami
LASIK done July 11, 2003

EYES ON COURSE

勝利を分かち合った瞬間。

2008年度全米オープン予選で出場枠を獲得した、アルテミオ・ムラカミ選手。愛弟子が自分の歩んできた道を確実に辿っている。ベテランゴルファーのフランキー・ミノザ選手にとって、これ以上の喜びはないに違いない。ムラカミ選手とミノザ選手は、視力を強化することによって眼鏡に煩わされことなく自身の技の研磨に集中できるよう、両者とも過去にレーシック手術を受けている。

世界の舞台で活躍している一流のプロゴルファーたちにとっては、集中力が全て。American Eye Centerは、フィリピンでもトップクラスのゴルファーたちが自らのプレイにフォーカス(集中)できるよう、最高の医療技術を駆使したサポートを提供しています。

Frankie Miñoza
LASIK done Dec. 19, 2006

日本語でのご予約は AECホットライン
TEL 0928-298-3091

日本語の書類もご用意しております。
お気軽にお越しください



**AMERICAN
EYE CENTER**

Better vision for a better world

LEVEL 5 SHANGRI-LA PLAZA

Tel +63 2 6360762 • +63 917 LASER ME (52737 63)
www.eyecenter.com.ph • info@eyecenter.com.ph • Philhealth accredited