

Philippine

<http://primer.ph>

primer

マニラ発・快適生活推進フリーペーパー「プライマー」

0
ペソ

Free

毎月25日発行



恋せよ、

大人ダイニングの ススメ

コメディの女王 アイアイ登場
おでかけのススメ 週末1泊旅行へでかけよう!



5

May vol.14

©STAR STUDIO

Wow MANILA Sakay Na! Hop on Hop off Sightseeing Tours

Wowマニラ Sakay Na! Hop on Hop offサービスで 快適な観光ツアーを！

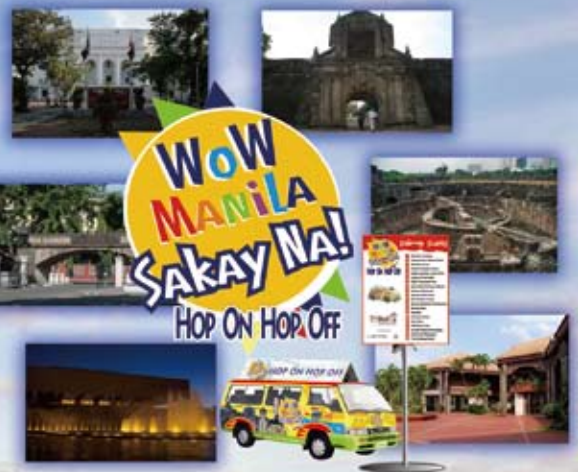
シンガポールの「SIA Hop-On Bus」や、ヨーロッパの2階建てバスを使った「Hop-on Hop-offシステム」のようなサービスをフィリピンでも、ということでスタートしたWowマニラ。首都圏内の主要なホテル、モールおよびその他の商業 地区合わせて20箇所に設置された停留所を、専用のバンが2時間おきに巡回しています。午前9時から午後6時まで、火曜日から日曜日まで運行しています。

観光ガイドを兼ねた運転手さんが、イントラムロス、リサール公園、チャイナタウンといった様々な観光名所に連れて行ってくれます。また、免税店やSMモール・オフ・アジアといったショッピングセンターの近くにも停留所を設けていますので、お気軽にお買い物ができます。

搭乗券のお値段は大人が700ペソ、子供と老年寄りが600ペソ。購入した日は一日中どこでも乗り降り自由ですので、観光に夢中物に目いっぱい楽しめます。ご利用の際は、バンが到着する5分前には指定の停留所でお待ちになっていることをオススメします。

専用の案内物。マニラ首都圏内の観光名所の写真をちりばめたカラフルな冊子を持っているのが特徴。一方、運転手さんは地元のマニラ市民。山岳地域に住むイプガオ族、手紙はミランダオ地方に住むイスラム教徒のユヌス・ムハムマドが活躍してくれま。頼もしくてすでにユニークなフィリピン文化に触れることができます。

搭乗券は専用バンの運転手さん、SMモール・オフ・アジアの南ウィングにあるWowマニラのキオスク、旅行代理店およびお泊りのホテルのコンシェルジュにてお問い合わせいただけます。



「この新しいサービスは、フィリピンを訪れた皆さんが快適に街中を観光することができるようにするために始めました。フィリピンでの滞在が皆さんにとって非常に有意義なものになるよう、Wow Manila Sakay Na!システムをぜひ活用ください。」

ジョセフ・ドゥラノ
フィリピン観光省長官

806-A Richmond Plaza, San Miguel Ave cor. Lourdes Drive, Ortigas Center, Pasig City Telephone: (632) 631-3260 ; (632) 631-1045 Email: wowmanilahoponhopoff@yahoo.com Website: www.wowmanilahoponhopoff.com



Calming The Whole Nation

300/hour

아시아 마사지

世界中を癒します

24 HOUR MASSAGE HOME SERVICE & SPA

支店：マカティ 758-2589 • 728-5263 • 0917-8827426
 マラテバサイ 536-6894 • 528-4686 • 0917-8172748
 オルティガスバシグ 535-0756 • 692-2432 • 0909-4333786
 ティモグ/ケソン市 631-9703 • 0929-4333786
 クバオ/カティパナン/ディリマン 666-6591 • 844-2373 • 0928-5548392
 フォート・ボンファシオ/タギグ 728-2985 • 0915-8476117 • 0928-5548392
 ビナンド 485-9546 グリーンヒルズ 408-8494
 マリキナ/アンティポロ 943-8720 • 796-3791 • 0906-6413644
 ラスピニャス 873-2553 • 0920-4364367 カロオカン 408-8456 • 0917-8915513
 ダグupan 0917-8014352 セブ (032) 416-5900 • 0917-7233303
 アニラオ/バタンガス (043) 410-0503 • 0920-4129224 • 0927-8246203
 カビテ (046) 686-0087 • (02) 487-9547 • 0908-2531771 • 0916-2540030
 バギオ (074) 619-1277 • 0916-2514211 • 0920-4129224

当店はマッサージサービスのみ提供しており、それ以外のサービスは固くお断りします!!

セラピストより領収書をお求めください。内国輸入局(BIR)回覧番号RR7-2005/4-11-05
 本社:UG 24 Cityland Pasong Tamo Tower 2210 Don Chino Rocas Ave., Makati City Philippines
 マラテ・マッサージハウス:577 Julio Nakpil St., cor. Bocobo St., Malate, Manila
フィリピンマッサージ協会会員



フランチャイズ会員募集!!!

仕事を御探してですか? 729-2580 (人事課)までお電話ください

website: <http://www.asianmassageph.com>

www.ilovekb.com






フィリピン保健省食品薬品局(BFAD)認定商品 キューソク・ビハク

KYUSOKU BIHAKU

グルタチオン、N-アセチルシステイン(NAC)配合
 美容サプリメント+ビタミンCローズヒップ

ホットライン:
 635-6932 / 496-4321
 0917-8014352
 配達お問合せ先:
 0917-8005836

GLUTANACカプセル30粒+ROSEHIPSカプセル30粒
 のセットがたったの **750ペソ!**
 今なら1セットのお値段で2セット買える!

全国の大手薬局で
 お買い求めいただけます

mercury drug
 BAKASIGUARD CAMOT AY LAGUNA BAGI

04 恋せよ、 大人ダイニングのススメ

今宵は大切な人を誘って食事しに行きませんか？

- 04 Aubergine・Le Souffle・SPIRAL・瞬TOKI
- 05 オシャレにダイニング —奥様変身ビフォーアフター@Sei—
- 06 マニラで働く女性の推薦店 —ADB・JICA・日本国大使館—
- 07 女子会はここで決まり！
Thai at Silk・Gourmand・Cirkulo・Kaya・築地
- 08 地域別デートプラン
グリーンベルト・オルティガス・Mall of Asia
- 10 Primer特選ダイニング
Terry's・Lemuria・Martinis・Melo's

11 What's New Happy Cream Puff 生シュークリームがマカティやってきた！

19 Holiday

週末1泊旅行へでかけよう！
スービック・タガタイ・アニラオ



22 フィリピン芸能情報 コメディの女王 アイアイ・デ・ラサラスの魅力



©STAR STUDIO



Regular

- 16 WORLD通信
イタリア トレント
日本 —プロ野球選手の妻編—
- 17 フィリピンが生んだ悲劇の天才
ホセ・リサール 第4回

20 Report Saltの活動から見るフィリピンの貧困支援 私達ができることは？

21 フィリピン最新アートシーン

Column

- 11 子育てコラム
- 17 JICAリポート
(「フィリピン食彩紀行」は今号お休みします)

18 新MAP

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

Editor's Note

今号は取材のために夜に出る機会が多くありました。マニラは危険だと日本の友人達から言われていたので、夜の外出も今まで控えていました。しかし場所を選べば、安心して出掛けられるものだと実感しました。誌面で取り上げることができたのはほんの一握り。まだまだ女性が楽しめる夜プランはありそうです。海外にいるという危機感を持ちつつも、マニラの夜を女性ももっと楽しめるというですね。(CANA)

我が家には、仔犬が4匹いる。母親のお腹からボコボコ生まれてきた時はぶち感動した。見えない眼でお乳を探り当て、口いっぱい頬張っている姿に生命の力強さを感じた。今では眼も開きよたよたと歩き回っている。今を懸命に生きようとしている彼らの一挙一動がとても微笑ましい。抱き上げるとふわふわして、思わず頬擦りしてしまう。仔犬って本当にかわいいよね。このまま大きくなればいいのに…。(KEN)

出かけるときの足は、もっぱらジープニーの私。先日、運賃が7.5ペソから7ペソへ下がったことを知らずにジープニーで7.5ペソ支払ったら、運転手さんがきっちり0.5ペソ、笑顔で返してくれました。酷暑の中あんなガタガタの(失礼)ジープニーを一日中運転するのはさぞ大変だろうに、0.5ペソもごまかさないうまいフィリピン人。だから私は、フィリピンが大好きなのです。(ま、人にもよるんですけどね。笑)(Yukkey)

毎日暑いですね。マニラは1年のなかで最も灼熱の時期。こんな時はなんだか気分も滅入ってしまいます。取材とかこつてくたに女同士で飲み、思わず昔話や恋話をして、笑って泣いて…。この無防備なぶっちゃけムードが女子会の魅力ね。最高に楽しい夜で、最高に爽やかな気分でした。さらにマニラはワインバー・レストランが多いとも知りました。パートナーとワインデートして開拓してみようと思う今日この頃。(Mie)

編集長 Editor in Chief
砂川元克 Motokatsu Sunagawa
編集ディレクター Editorial Directors
Mie CANA
エディター Editors
Ken Yukkey
デザイナー Designers
柳田寛之 Hiroyuki Yanagida (willsnow-dfl)
中西晴江 Harue Nakanishi
ビジネスディレクター Business Director
菅原敏彦 Toshihiko Sugawara
広告・企画 Advertising & Sales Planners
Nao Dan Guimam
広告問合せ sales@primer.ph
iMarketing Japan, Inc.
7480 Bagtikan St. corner Sacred Heart Extn.,
San Antonio Village, Makati City
Tel:02-899-5995 loc.111 / 895-6297 Fax:02-890-7320
E-mail: information@primer.ph
URL: http://primer.ph
印刷・製本
TOKIWA I.K. PRINTING CORP.
無断転載・複写・引用を禁じます

primer 5月号 Vol.14

(掲載内容は取材時に基づいたもので予告なく変更になる場合があります)

Aubergine オーベルジュヌ

洗練されたフレンチに 舌鼓を打つ



左: Thinly sliced home smoked wagyu beef top
blade and crispy fried prawn Scallop praline P630
下: Aubergine surfand turf P1,650



2008年BEST FRENCH IN PHILIPPINESなど、数々の賞を受賞しているだけあって、料理も盛り付けも素晴らしい一言。おススメは「Aubergine surf and turf」。5cmの厚さのデンダーロインステーキ、その上にはトロ〜りとろけるフォアグラ、脇にはプリプリの食感がたまらないロブスターがドーン! 大きいので夫婦で仲良く分けっこできますよ。約1年前にオープンしたオーベルジュヌ、じつは料理学校も経営していて、厨房スタッフの半数以上はそこで料理を学ぶシェフの卵です。

子供用ハイチェアもオーダー中とのこと。お子様連れにも優しいフレンチレストランです。

Menu (料金: VAT込・サービス料10%別)

- ビジネスランチ P1,150 / 3コース P1,250 / 4コース
- シェフズスペシャル P980 ~ ※ベジタリアンメニューもあり

Aubergine M-N-2

32nd and 5th Building, 5th Avenue cor., 32nd Street, Fort Bonifacio, Taguig City

☎ 02-856-9888

🕒 12:00~14:00(ランチ) 18:00~22:00(ディナー) 毎日営業(夜は予約することをおすすめ)

Le Souffle ル・スフレ

シャンパーニュで乾杯、 デザートはスフレ!



上: Seared Sea Bass サフランソースとシーバスの塩加減が絶妙
左: Smoke Salmon Roasted Salad 海老がプリプリで野菜が新鮮なサラダ

ボニファシオのザ・フォートにある「Le Souffle」は、お洒落な欧米人客でにぎわっているフレンチレストラン。

特にここはワイン類が充実しています。ドイツ・フランス・チリ・南アフリカのワイン等、グラス200ペソ〜注文できるのも嬉しい。特にシャンパーニュの美味しさは常連客の間では有名な話。ドイツ人シェフの作る料理の数々はワインによく合うものが多く、つついほる酔い気分に…。またデザートは「スフレ」は必須。甘すぎずトロリとした食感は幸せ気分させてくれます。食事の後はもう1杯、カウンターバーでワインの飲みなおしはいかが?

Menu (料金: VAT・サービス料10%別)

- Smoke Salmon Roasted Salad P495
- Chocolate Dark or White Souffle P350
- Seared Sea Bass P995

Le Souffle M-N-3

Unit B The Fort Bonifacio Global City, Taguig City ☎ 02-887-5108, 02-887-5109

www.lesouffle.com.ph

🕒 11:00~24:00 毎日営業

恋せよ、 大人ダイニング のススメ

たまには「今夜は外で食事しようか」と誘ってみませんか?
気軽に行ける居酒屋さんから高級レストランにワインバー、
マニラには夜ダイニングを楽しむ場所がたくさんあります。

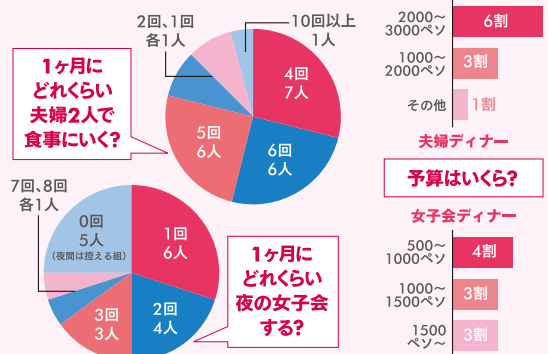
妻としてのご褒美?

それとも気分を変えて夫とデートする?

女友達同士で食べて飲んで喋っての女子会がいい?

今夜はどんなふうに大人ダイニングを楽しみましょうか。

マニラ在住者に聞きました Primerサポーター26名(女性20名・男性6名)回答より 2009年3月時点



マニラ湾の絶景を 眺めながらのビュッフェ



SPIRAL スパイラル



左: 店内吹き抜けロビー ロビーは吹き抜けになっており、開放感が広がる
上: ビュッフェ外観 広々としたbuffetコーナーでインターナショナルな料理の数々をチョイス

マニラNo.1を誇るビュッフェの品数、そしてフィリピン最長といわれるビュッフェカウンター。まるでマニラ湾を独り占めしているかのように海沿いに悠々とそびえるソフィテルプラザホテル内にある「スパイラル」は、一度は行ってみたい憧れのレストランです。目の前でグリルしてくれるラムチョップやステーキに、食欲は留まることを知らず、パティシエが作るデザートは目移りするばかり。中でもチョコレートフォンデュはホワイト&ミルクチョコがあって、それはもう別腹へ…。ここから眺める夕日が最高にキレイ。ぜひ予約することをおすすめします。

Menu ビュッフェ (料金: VAT・サービス料10%・パサイシティ税0.825%別)

- 朝食 P918
- ランチ P1,388 (月~土) P1,888 (日)
- ディナー P1,588 (日~木) P1,788 (金・土) ※子供7歳~12歳50% 6歳以下無料

SPIRAL (Sofitel Philippines Plaza) M-F-4

CCP Complex, Roxas Boulevard, Pasay City ☎ 02-551-5555

🕒 6:30~10:30(朝食) 11:30~14:30(ランチ) 18:00~22:30(ディナー) 毎日営業

重厚感のある 上級の和食屋がオープン



瞬 TOKI トキ

左: おまかせKAISEKI~米川シェフスペシャル P1,500 アンコウ、煮ごり、お刺身等の前菜も美しい
下: 3種刺身のカルパッチョ "TOKI"スタイル P370 新鮮なお刺身をさっぱりいただく



去年12月にオープンした「瞬」は、ボニファシオにありそうでなかった本格的な和食屋。おススメは日本から直輸入の和牛を使った料理の数々。さすが和牛は上質で驚きのとろけ具合、口いっぱいに幸せが広がります。自家製ポン酢やウニ入りタルタルソースもいろいろ、シンプルに塩でいただくのも贅沢。シェフの米川さんは中華料理と日本料理の経験をもち、酒の肴にぴったりな小皿料理にも手が込んでいます。焼酎はつねに15種類以上の豊富な品揃え。お洒落でちょっと粋な「和食屋」として夫婦で通いたくなる店です。

Menu (料金: VAT込・サービス料10%別)

- TOKI鉄板焼きスペシャル"WAGYU"コース P1,900
- TOKI"OMAKASE"KAISEKI 米川シェフスペシャル P1,500
- 3種刺身のカルパッチョ "TOKI"スタイル P370

瞬 TOKI M-N-2

32nd and 5th building, 5th Avenue cor., 32nd Street, Fort Bonifacio, Taguig City

☎ 02-856-7295, 0917-843-5035 E-mail: tokifoodhaus@pims.ph

🕒 11:30~14:00(ランチ) 18:00~23:00(ディナー) 水曜日定休

奥様変身 ビフォーアフター @Sei

せっかく夫と食事へいくのなら、いつもと違った“妻”を演出してみませんか？ パツと自分を美しく変貌させるには、髪型をアレンジするのが効果的。では「Sei」で“キレイな奥さん”へ変身してみましょう。



Before



After



奥様モデル あさこさん
在マニラ歴6ヶ月、2児の母
「主人は私の服装などチェックは厳しいほう。髪型の変化にもすぐ気づくタイプです。ガラリと変身させてください」

髪型：ショート 髪質：硬め
全体的に太めのロットでカールし、ふわりとした優しい印象の“愛くるしいマダム”制作中。



ふんわりと波打つ感じが優雅でかつ清楚な印象をも与える。ウェーブ一つに動きがあるのも躍動感があってよし。

あさこさんの感想

「ボリュームがあるヘアアレンジで、これを自分でやろうとするときつうまくできずに大変…。ずっとロングだったのを思いマニラへ来てパツリ切ったばかりだから、本当にアレンジでこんなにも雰囲気変わるのね！
この黒のワンピースは主人が選んでくれたモノ。子供が生まれて以来、ランチしか2人で行っていないけど、夫婦でディナーへもでかけてみたい気分になってきました」

Sei ヘアスタイリスト 安田涼子さんの アドバイス

あさこさんの顔立ち、きれいな系クール。黒系のダークカラーの髪色がよく似合っています。ちょうど今くらいがいいですね。また、ショートスタイルの人はワンピースががかつこよく着こなせると思います。ただし、ショートヘアーの人でもアレンジ次第でかわいくも着こなせるので、今回はシャープな黒ワンピースにふんわり女性らしさが加わるヘアアレンジに仕上げました。

涼子さん伝授 自分でできる簡単アレンジ

常夏の国フィリピンにいと、つい髪型を意識するよりも暑くて束ねてしまう人が多いです。自分でできるオシャレなアレンジ法を教わります。今回はサイドをすっきりし、上品で、さらに小顔に見えるアレンジです。ショート～ロングヘアーでもできます。



頭の後ろトップ周辺にクルクルと小分けにネジッてピンで留めてベースを作ります。



ベースに向かって同サイドから小分けにネジッながら沿って留める。



ベースの上に蓋をかぶせるようにふわりと髪を覆って、整えたら完成



Sei B-4

日本人スタイリスト2名が常駐。
フィリピンのセレブリティも多数訪れる、セブ御用達のヘアサロンです。

Menu

- Hair Styling-set..... P2,000
(シャンプーなし)..... P1,500
- Make-up..... P2,500

6F Republic Glass Building 196 Salcedo Street
Legaspi Village, Makati City ☎ 02-812-0943
☎ 9:00～19:00 (最終受付カット18:00) (月～土)
日曜日定休

奥様のファッションチェック — 私たち、こんな格好で夜ダイニングにでかけます—



ちょびり和風テイストがきいたワンピースを選び、ヒールを履いてフレンチへ。外国にいと逆こんな和柄が周囲からも好評です。
(マカティ在住 30代)



ZARAで購入した着心地のいいワンピース、庶民的なレストランから高級店まで対応可能なのでワンピースは大活躍です。
(ケソン在住 20代)



ZARAで購入した着心地のいいいつものジーパンだけドトップスをチュニックとかにして少しオシャレにします。アクセサリとかバッグにもポイントを置きます。
(ボニファシオ在住 30代)



グリーンヒルズで購入した淡水パール。各150ペソと安いです。正装にも使えるから便利。
(ケソン在住 20代)



スパイスがきくアクセサリは必須です。バングルはなかでも大活躍。
(フォート在住 30代)



夫との特別ディナーには結婚する時にもらったこのアンティークブローチを。あの頃を思い出すかのように喜んでもらえます。
(ロックウェル在住 40代)



出張の多い彼からの贈り物、スワロフスキー。デートの時にはこれマストです。
(マカティ在住 20代)

その他の奥様の声

- ヒールの高いミュールを履く。
- ホテルの華やかな雰囲気になれないように、バッグやアクセサリなどキラキラ素材のものを選ぶ。
- 短パンはやめています。
- カジュアルだけど、アクセサリ等を使いさっぱりすぎないようにする。
- パンツスタイル。フォーマル過ぎず、カジュアル過ぎず。
- カジュアル過ぎるジーンズやビーチサンダルは避ける。
- ピアスかネックレスをワンポイントとして着ける。お化粧は普段より気持ちは濃い目に。
(ボニファシオ・マカティ・ケソン在住 20～40代主婦)

コールマッサージ
Call Massage
HOME SERVICE

ご予約
お問合せ **安心の日本語でOK!**
マカティ⇒ご自宅・ホテル・ご指定の場所に伺います。
現在のところマカティ・エリア近郊に限らせて頂きます。

Makati

250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。
クリームは日本語
で即応します。

692-0807
092-3239-3048
092-1500-0374

営業時間PM1:00～AM3:00 (ご予約受付は随時)

**Energetic Healing
Massage Services**

エナジェティック・ヒーリング・マッサージサービス
思う存分リラックスしたい方に。
至福の心地よさをお届けします

ホテル・ホーム出張マッサージサービス
スベシャルヒーリングサービス
アロマセラピー 500ペソ
ランプ・バーガー使用
ストレス、痛、不眠症、無息、疲労、鬱
(うつ)などにお悩みの方に最適です。
マッサージサービスが充実の
250ペソ!

指圧、スエディッシュ、リフレクソロジー、
出産前のマッサージ、深層組織マッサージ、
タイと指圧のコンビネーション、スエ
ディッシュと指圧のコンビネーション
ボディキュア & マニキュアがたったの 250ペソ!
ボディキュア & マニキュア & フットスパがたったの 450ペソ!

TEL: (0905) 352-2455 (日本語で対応いたします)
02-474-2872, (0926) 674-9730
営業時間: 1:00 PM ~ 1:00 AM 毎日営業
E-Mail: energetichealingmassage@yahoo.com
※マカティ市外の場合は、サービス時間を最低2時間とさせていただきます。※マッサージ以外のサービスは硬くお断りしております。

Sei

Hair Salon

カット (ladies) P1,500 ~ (gents) P1,000
パーマ & カラー P1,800 ~

予約制 日本人スタッフ常駐 カード可
(安田)

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 Glass Building
196 Salcedo Street
Legaspi Village, Makati City
M B-4

男性禁制！女だけが集まる「女子会」のススメ

世間の男性(旦那さま含む)の目を気にせず思いっきり喋り、笑い、飲み、友情を深める女子会。日本では20～40代の女性の間で大ブームという話。主婦だって、たまには家事や育児のことを忘れてパーとしたい時はあるもの。そんなアナタにマニラで女子会、おススメします。



—女子会の達人— マニラで働く独身女性の推薦店

ADB (アジア開発銀行) 多国籍の独身女性同士で集まります

Katre ㊦ ㊦ ㊦ ㊦
(カトレ)

ケソンは隠れた美味しい店がたくさんあるので休日に気が向いたら出かけます。ちょっとした展覧会の帰りに寄るのにもいい店。地中海をテーマにしたお洒落な隠れ家的な店で、女性同士にもいいし、デートにもいい雰囲気のレストランですよ。

03 Dr.Lazcano St. Quezon
☎ 02-374-6650, 02-373-4705
㊦ 11:00 ~ 22:00 月曜日定休

Serendipity Lounge ㊦ K-5
(セレンディピティラウンジ)

これまた職場の斜め前のディスカバリースイートの22階にある眺めのいいバーレストランですが、疲れた時とかにカクテルを飲んでジャズ演奏を聴きながら、職場を見下ろしてぼやき混じりに飲むのって気分がスカーとして、気分リセット。

22F Discovery Suites 25 ADB Ave.,
Ortigas Center
☎ 02-635-2222
㊦ 11:00 ~ 23:00



Terry's BISTRO ㊦ J-5
(テリーズ)

まさに職場のお隣のビルにあるスペイン料理店。同僚からもワインも美味しいと聞いていて、ランチにもいいし、仕事が終わってすぐに行ける立地なので助かっています(P.10に特集記事あり)。

The Podium Lower Ground 18
ADB Ave., Ortigas Center
☎ 02-636-3513
㊦ 10:00 ~ 22:30

ADB・S子の女子会論

アジア開発銀行の職員は国籍が様々です。日本人は約100名。日本人独身女性の人数は限られるので、女子で集まったり遊んだりするのは、国籍を越えた女子会！
普段はちょっと忙しくて夕食の時間を合わせて行くのも難しいから、連休にはセブ、ボラカイに気の合う女友達で行く「女子旅」も実行中。ちょっと前、日本で流行した「お一人様」は、もうちょっと人生を悟ってから、って思ってます。



在フィリピン日本国大使館 リーズナブルが基本

蘇州点心 ㊦ G-2
(そしゅうてんしん)

マニラ通りにある24時間オープンな点心の店。小籠包も美味しいし、量も多いし、ワイワイ気ままに食事できる店です。同僚だけじゃなく、仕事で出会った人を連れていってもみんな喜ぶ小料理店です。

837 A.Mabini St., corner Araullo St.,
Malate
☎ 02-525-1375
㊦ 24時間

Italianni's ㊦ O-3
(イタリアニス)

ここもマニラ市内にはいくつかあるイタリアンですが、なんといっても夜遅くまでオープンしているのがポイント高し。値段もそう高くないのに、お客さんはフィリピンセブ風の人も多くて雰囲気も悪くありません。日本人奥様にもこのレストランのファンは多いんじゃないでしょうか？

1E14 Bonifacio Hight Street, 5th Ave.,
Fort Bonifacio Global City, Taguig
☎ 02-856-4094
㊦ 11:00 ~ 24:00
12:00 ~ 翌日1:00(金・土)

Cibo ㊦ C-4
(チボ)

マニラ市内にはいくつか支店があるイタリアンの店。そこそこ安く女子ウケしそうなデザインの店内、お財布にも優しい値段とお味。気張らずに集まれる店だと思います。

2F Glorietta 4, Ayala Center, Makati
☎ 02-729-2426
㊦ 10:00 ~ 22:00



Hot pot Ping Yang ㊦ G-2
(ホットポット)

マニラで女子会ってピンとこないかもしれませんが、この界隈には美味しい店が多くあります。ここは海鮮火鍋が美味しい台湾料理の店。お試しあれ。

556 Julio St., corner Adriatico, Malate
☎ 02-525-7191
㊦ 11:00 ~ 14:30(ランチ) 17:30 ~ 22:30(ディナー)

日本国大使館・Y子の女子会論

高級レストランはいくらでもあるけど、マニラには安くて美味しい店もたくさんあります。まあサーブミスも値段相応のこともあります。安くて美味しいお店を見つけるのが楽しいですね。

JICA (国際協力機構)

JICA女子会は高級店から地元店まで様々な企画で実施中

FELIX ㊦ C-3
(フェリックス)

思いっきり働いた後にワインと世界各国の料理をちょっとづつ。創作ヌーベル・キュイジーヌで1日を終える幸福感。深夜まで開いているのは嬉しいですね。私のおススメは、ワサビ味のマグロサラダ「Gensan」とスタイリッシュな盛り付けの抹茶味のリゾット！

Green Belt5 GF
(Banana Republicの外側づたい隣)
☎ 02-729-9062
㊦ 11:00 ~ 24:00

Manna Garden ㊦ D-1 (L-2)
(マンナガーデン)

キムチといい、サービスの前菜も充実し、チゲも美味しいし、韓国料理は美容の強い見方！一時期「スンドゥブ・チゲ」にハマって食べ比べをしたことがあるのですが、中でもここチゲは、結構イケてると思います。しかも安い！韓国料理といえば、日本人会の近く「ARA」もいいですよ。

5658 Don Pedro St., Bgy.
Poblacion, Makati
☎ 02-897-6799
㊦ 10:00 ~ 22:00



JICA・K子の女子会論

ハードな仕事の合間をぬって、月1回の頻度で開催しているJICA女子会。といっても職員が多いので、同じ任務についている女子が約10名集まる感じです。参加女子は独身に限りません。毎回、高級店からローカルレストランまでテーマを変えて実施中。ハマっている料理の食べ比べ歩きとか、アカスリと韓国料理が一緒になったレストランとか、働く女子にありがたいタイプのレストランの開拓にもぬかりはありません。やっぱり美味しいものを食べてストレス解消もしなきゃいけませんもんね！

夜の女子会はここを気をつけよう！

- お金**
- 必要以上の現金は持たない。
 - 高額紙幣は財布ではなくポケットに入れる。
- 夜道**
- 一人にならないようにする。
 - 車道と反対側の肩にバッグを掛け、常に手を添える。
 - 暗い道は歩かず、大通りを選ぶ。
- 服装**
- 高価そうなものは身に着けない。
 - 薄着はしない。
- (マカティ・ボンファシオ・ケソン在住女性の声)

では、お帰りはお気をつけて！

New Hatchin
生鮮食品が自慢の日本食材店

今月の大売出し品！

WATON 栄養価の高い良質なオーガニックポークステーキ 100g **80P**

鈴鹿たまご 生で召喚される新鮮な卵で！ L6個入り **187P**

さばみそ漬 DHA・EPA豊富 又、お酢がたっぷり！ 100g **68P**

ミニあんぱん お子様のおやつにピッタリ！ 3個入り **50P**

※価格は事前の予告なく変更になる場合があります。※品切れの場合はご了承ください

マカティ店 ㊦ A-1 8:00~19:00 毎日営業
Tel: 02-897-7207, 02-890-5038, 02-890-1649 Fax: 02-897-7209

マニラ店 ㊦ A-1 8:00~22:00 毎日営業
Tel: 02-400-9478 Fax: 02-400-9478

カルティエマル店 ㊦ A-1 7:00~17:00(月~土) 7:00~14:00(日)
Tel: 02-833-8905, 02-834-1384 Fax: 02-834-1384

Melo's

和牛ステーキロイン (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. Esquerro St., Quezon City TEL: (02) 924-9194

※毎月4名様のグループでご来店いただいたお客様には、合計請求額の20%を割引致します。(ランチタイムのみ) ※当日の食のロスやゴミおよびサービスとは別項にてご用意いただけない場合がございます。

キッズすし始めました！

焼きそばすし エビまヨすし ポロチカラすし 鶏肉焼きすし
コロックスすし カニまヨすし ハーベトすし ママヨすし
キャーシューすし レッフルハガー ウィンナーすし

ハンバーグ、コロックス、ウィンナー... キッズが喜ぶユニークなネタが勢ぞろい！

キッズすしのアイデア募集は終了いたしました。多数のご応募ありがとうございました。次号の発表をお楽しみに！

和 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。

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

Thai at Silk タイ アット シルク

本場タイ仕込みのタイ料理店



左: 左ヨリミエン・カム、クン・サローン、パッタイ
右: Phanaeng Neur Yang (パネン・ヌア・ヤーン)
P435 ビーフがやわらかい辛すぎないカレー

タイ料理のファンに一押しのお店がここ「Thai at Silk」。この女性シェフはタイで修行を積み、その時の師匠はタイの王室料理のシェフを務めた人物だとか。「Mieng Kham」は、生姜やライムや玉ねぎなどをベテルの葉に乗せ、タイ直送の特製ダレをかけて食べるタイ王室料理の1つで、マニラではここ에서만味わえないそうです。タイ料理は豊富なスパイスがきいていますが、辛さの指定OK。また「Phad Thai」(タイ風焼きそば)は、アヒルの卵で網目状に包まれていて、見た目にもまるで芸術品のような料理はまさに女性好み。奥様会などにも喜ばれそうな静かでセンスのいいレストランです。

Menu (料金: VAT込・サービス料10%別)

- Mieng Kham (ミエン・カム)..... P230
- 生姜やライムや玉ねぎなどをベテルの葉に乗せる前菜
- Phad Thai (パッタイ)..... P400
- アヒルの卵の玉子焼きで包まれているタイ風焼きそば
- Kung Sarong (クン・サローン)..... P450
- 卵の殻が巻かれたエビフライ

Thai at Silk M-N-2

Unit 1C12 G/F Serendra Piazza, Fort Bonifacio, Taguig City

☎ 02-856-0386~87, 0917-822-9818

E-mail: thaitsilk@yahoo.com.ph

☎ 11:30~15:00(ランチ) 18:00~24:00(ディナー) 毎日営業

正統派フレンチのフォアグラは絶品

Je Suis Gourmand グルマン



上: 牛の骨髄とクルトンの前菜 おしゃれな前菜が目を惹かせてくれる
中: フォアグラ これを目当てに来店するゲストもいるくらい人気
右: ラム肉料理 ボリュームあるメインディッシュ



ボニファシオの一角にあるフレンチレストラン「グルマン」で人気があるのは世界三大珍味の1つ「フォアグラ」。口に入れると舌で溶けてしまうような極上の味は、日本人奥様の間で評判になっているほどです。また、ガチョウ肉を使ったメインディッシュも絶品で、同じガチョウから取れた脂肪で煮てありあっさりした味で、ローストした肉の柔らかさに驚きます。腕をふるうフランス人シェフは、フランスの伝統的料理にこだわっていて、日本や世界各地のホテルでフランス料理のプレゼンテーションを行うほどの腕利きです。店内にはフランス音楽が流れ、美味しいワインと合う料理を心ゆくまで楽しめます。

Menu (料金: VAT込・サービス料10%別)

- Homemade Duck Foie Gras Terrine with Salad and Toast. P640
- 看板メニューでもあるフォアグラ
- Mesclun Salad Topped With Bone Marrow on Croutons Red Wine Vinegar Vinaigrette & Fried Garlic..... P380
- 赤ワインベネガーで煮た牛の骨髄とクルトンの前菜
- Braised Lamb Shank Provencal Served with Potato Mushroom Puree..... P590
- プロヴァンス地方のラム肉料理

Gourmand M-N-3

G/F Net One Center, 26th St. corner 3rd Ave., Bonifacio

Global City, Taguig City ☎ 02-815-8801

☎ 11:00 ~ 22:00 日曜定休

Tsukiji 築地 つきじ

秘伝のタレに漬けた銀ダラの照り焼きは逸品



左: ギンダラ照り焼き P880 自身はやわらかい口の中ですとろけるほど。板前さん一押しの一品。
上: 刺身盛り合わせ (並) P1,980 新鮮な魚を使っているのが一口食べて実感できる。「並」と思えないくらい豪華さ。

Menu (料金: VAT込・サービス料10%別)

- ギンダラ照り焼き..... P880
- 刺身盛り合わせ (並) P1,980
- 和牛 (近江牛) サーロインステーキ..... P3,500

築地 M-C-4

900 A. Arnaiz Ave. (Pasay Road) corner Paseo de Roxas, Makati City

☎ 02-843-4285, 02-812-2913

☎ 11:30~14:30 (ランチ) 17:30~22:00 (ディナー) 毎日営業

マカティ市の中心地、パサイロードに開店して今年で19年目を迎える本格日本料理店「築地」。週に3回、日本から新鮮な食材を直輸入しており、フィリピンにいながら日本の四季の料理が味わえるという、日本の味に忠実なお店です。中でも銀ダラの照り焼きは、味も香りも食感も文句なしの逸品。身のやわらかさは、秘伝のタレに2日間漬けた後に焼き上げると、料理人のこだわりの成せる業。また、日本から直輸入の特選近江牛サーロインステーキもオススメです。平日の日替わりランチセットや週末のスペシャルメニューもお見逃しなく!

Kaya カヤ

人気の韓国料理店で
気ままに焼肉

上: 料理集合 常に熱々 & 作り立ての料理が並びます

右: 石焼ビビンバは、店員さんに頼めば上手に混ぜてもらえます。その際、辛さを伝えるのを忘れずに!



ジュビターストリート沿いにある韓国料理店「Kaya」。在住韓国人のみならず、外国人にもファンが多いマニラで6店舗を展開する人気レストランです。韓国風モダンなインテリアの店内も、お洒落な焼肉の気分に合わせてくれます。テーブルでジュージュー焼くのもいいし、2Fにある個室で友人達と気ままに食事を楽しむのもいいですね。

焼肉とキムチの種類の豊富さには定評があり、また様々な薬味で調節して自分好みにアレンジする楽しさも女性には人気です。前菜もたくさん出てくる上におかわり自由なのでガッツリ食べたい人におススメ!

Menu (料金: 料金: VAT込・サービス料別)

- DOLSOT BIBIMBAP (石焼ビビンバ)..... P310
- BULGOGI (ブルゴギ)..... P290
- PAJEON (チヂミ)..... P260

Kaya M-D-2

62 Jupiter Street Bel-Air Village, Makati City

☎ 02-895-0404, 02-899-0640

☎ 11:30~14:30(ランチ) 17:30~22:30(ディナー) 毎日営業

人気のイカ墨
パエリアを堪能

Cirkulo シルクロ



上: PAELLA NEGRA P645
イカ墨の旨みによってマイルドな味に仕上がっている。
下: SLOW ROASTED U.S. BEEF BELLY P795 牛肩バラ肉のロースト。カラシが利いた Horseradish Sauce につけてもおいしい。



グリーンベルトから近い場所にあるスペイン料理店「シルクロ」。白とマルーンを基調とした店内では、軽快なスペイン・ミュージックをBGMにロマンチックなディナーが楽しめます。

オーナーシェフの J. Gamboa氏は、1962年からレストランを営んでいる家庭に生まれ、「キッチンの中で育った」フィリピンでも屈指のシェフの一人。そんなシェフの料理は独創性に富み、日本人客に人気のイカ墨パエリアをはじめ、豚肉をカリカリに揚げ辛味が食欲をそその「Cabeza de Cerdo」、バナナパイとアイスクリームのコンビが絶妙な「Bolsillo de Platanos」など、メニューも豊富です。

Menu (料金: VAT込・サービス料10%別)

- PAELLA NEGRA..... P645
- SLOW ROASTED U.S. BEEF BELLY..... P795
- CABEZA DE CERDO..... P325
- BOLSILLO DE PLATANOS..... P225

Cirkulo Restaurant M-C-4

900 A. Arnaiz Ave. (Pasay Road) corner Paseo de Roxas,

Makati City ☎ 02-810-8735, 02-810-2763 www.elcirkulo.com

☎ 月~金 11:30~14:30(ランチ) 17:30~22:30(ディナー)

土 17:30~23:00(ディナーのみ) 日曜定休

Primerオススメ! ディナーデートプラン



一人で食べるより二人で食べる方が断然おいしい夕食。
でも、そんなダイニングタイムの前後も思いっきり楽しみたい。
これからの暑い季節&雨季にピッタリの巨大モールで遊んで買い物して食べて…
のとおき屋内デートをご紹介します。
夫婦やカップルで楽しめる地域別デートプランをPrimerから提案します。

ターゲット
地域はここ

1・グリーンベルト

マカティの中心に広がる洗練されたショッピングエリア。
5つのモールで形成されていて流行の先端をいくショップが集まっている。

2・Mall of Asia

フィリピン最大のショッピングモールで1日じゃ遊びきれない規模。
映画館、ミュージアム、ボーリング場などアミューズメントも充実。

3・Mega Mall

ビジネスとショッピングの街、オルティガスに長く横たわるモール。
ここにくれば何でも揃う店舗の充実さ、駅や近隣のモールへのアクセスもいい。

2 シアターで映画をみる

グリーンベルト3の映画館は人があまりなくてオススメ。

3rd Floor Greenbelt3 AYALA CENTER
☎02-729-7777 (シアタースケジュール問い合わせ)
🕒11:30~23:00 (チケット販売)



3 ダイニング



グリーンベルト5にある「Zuni」(ズニ)。
お料理は美味しく、ワインがお手頃価格なので2人でよく行きます。

Zuni
Ground Level, Greenbelt 5, Ayala Center,
Legaspi Village, Makati
☎02-467-3931, 02-757-0361, 02-757-0362
🕒11:00~翌日1:00 毎日営業

Menu

- Caesar Salad.....P210
- French Onion Soup.....P240
- Panko Style St.Peter's Fish Fillet
Stuffed with Ham and MozzarellaP530
- Chicken and Prawns RisottoP310

1 待ち合わせ

グリーンベルト3の噴水前広場で待ち合わせ



夕方になると待ち合わせの人でいっぱい!

Date Plan : Case 1

@Greenbelt

高級ショッピングエリアが
ダンスフロアになる夜



【こんなカップル】

商社勤務の日本人男性と
販売員として10年以上のキャリアをもつ
日本人カップル。

番外編

平日の夜デートの時は、ご飯を食べた後ゆっくりコーヒーを飲んで帰ります。



Cafe breton(カフェ プレトン)
Greenbelt 3, Ground Level Ayala Center Makati
☎02-757-4125, 02-757-4124, 02-809-6805
🕒9:00~0:30(月~木) 9:00~翌日2:00(金・土)
8:00~23:30(日)

Menu

- カフェラテ P85
- カモミールティー P85

5 南国キューバの雰囲気たっぷり

週末の夜が特に最高! ダンスフロアはないけれど、サルサのリズムでみんな自由に踊りだします。
ヘミングウェイが愛したという「Mohito(モヒート)」というボワイトラムにミントの葉を入れたカクテルが美味しいですね。

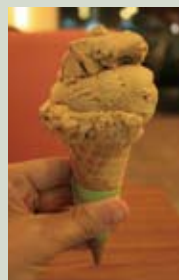


Café HAVANA
1/F Greenbelt 3,
☎02-757-4370
🕒11:00 ~ 翌日3:00
毎日営業

Menu

- La RevolutionP345
- 海老、ガーリック、チーズ、パジルのピザ
- Chechar's SaladP225
- シーザーサラダ

4 デザートは歩きながらジェラートを



Coffee ST.はノンシュガーなので、食べ終わった後も後味、すっきり。他、マンゴ、ティラミス、ストロベリーなど10種類以上揃います。

GWLATONE
Level2 Greenbelt3
1スクープ P100
2スクープ P190



CRUISING CAFE Bar & Restaurant

822 Tesoros Bldg.
2nd Floor GS Antonio,
Arnaiz Avenue, Makati City
(パサイロード 龍ラーメンの2F)
Tel:02-339-3886
営業時間:11:00 ~ 翌 5:00
(日曜定休) パーティ予約・貸切可



ランチタイム
11:00 ~
18:00

ランチメニュー一覧

(サラダ、スープ、アイスクリーム、ドリンク付)

- ・カツサンド(和豚使用) P240
- ・キャベツ入りペペロンチーノ P250
- ・とろとろオムライスセット P260
- ・ロコモコ丼セット P280
- ・スモークサーモンサンドウィッチ P230
- ・ハンバーグカレーセット P300
- ・挽肉カレーリアセット P280
- ・B.L.T サンドウィッチ P210

全31セットメニュー ご用意しております
(価格は VAT・サービス料込です。)



2 アイススケート

天上から時々雪も降るという
巨大スケートリンク



ice skating Main Mall 1F
10:00~12:00 / P300
12:01~22:00 / P380
(レンタル靴送)

自分でサイズ確認して靴を借りる。ロッカーもあって安心。



フィリピンに約10店舗あるマレーシア発のブランド。一足1000ペソ以下で、履きやすくて重宝する靴多し。
VNC Main Mall 1F



フィリピン各地の伝統工芸品を集めた[Kultura]
2人の写真を飾る写真立て、アグセサリー、キャンドルなどを一緒にチェック！
Kultural Main Mall 2F

3 ショップクルーズ

買い物の主導権は
もちろん女性にあり！



1 待ち合わせ

メインモール入口にあるスターバックス



ここでラテを飲みながら、繰り出す前にプランを練るのもいいね。

Date Plan : Case 2

@ SM Mall of Asia

巨大モールを遊びつくす
ショップクルーズデート



【こんなカップル】

建築系の会社に勤めるフィリピン男性。
フィリピン在住2年目の20代日本人女性。

4 海沿いを散歩

海からの風が心地良い。週末は人が多くバンドやイベントもあり賑やか。
平日の夜、木曜日あたりになると適度な人でのんびり海沿いを楽しめますよ。



MOAの海沿いに広がるSAN MIGUEL by the BAYを散策して潮風を浴びてみる

6 フロリダ発のバーダイニングでカクテルを

アメリカな風を感じちゃおう。

- Menu
- CLEARWATER PUNCH DAIQUIRI P220
 - X-MAS LIGHT LEMONADE P280
 - STEAMED SHRIMP 1/2lb P375

HOOTERS of the Philippines
San Miguel By The Bay
☎ 02-556-4948 www.hootersphilippines.com



カクテルは約15種類。海沿いだからって理由でプリアリの海老をオーダー。パッション系カクテルで乾杯！明日も仕事がんばるぞ〜。



- Menu
- Chicken Kebab P175
 - Adobong Puso Rice P145
 - SAN MIGUEL LIGHT P41

5 オープンテラスでビール！

フィリピン人で賑わうレストランを発見。もうお腹ペコペコ、夕食はここで決定。



体を動かしたし、ビール最高にうまい！おつまみ感覚でチキンケバブをオーダー。
GERRY'S GRILL Entertainment Mall 1F
10:00~24:00(月~金)
7:00~24:00(土・日)

2 ボーリング

夜まで営業しているボーリング。
学生多し。



Closing timeは金曜日と土曜日24:00。他の曜日は23:00。キレイなレーンで、しかも格安でゲームができるので最高！
BOWLING CENTER
Lower Ground, Mall A
10:00~16:59/P70、
17:00~closing/P85(月~金)
opening ~ closing/P85(土・日・祝)
shoe rental/P30

3 ショッピング

かわいい雑貨を求めて
ぶらぶら！



全てのアイテムが
Made in the Philippines

へんてこなグッズが多数揃っている!! 日本のヴィレッジヴァンガードに少し近い雰囲気。欧米からの輸入雑貨がほとんど。
HUMOR POST Upper Ground, Mall A



ボーチのカラーバリエーション等が豊富。かわいいクマのストラップ(P200)を発見。他にも化粧ポーチ(P170)などもあってわくわくする！
egg Upper Ground, Mall A

1 待ち合わせ

MRTオルティガス駅の近くPowerbooks



広い店内には休憩スペースあり、待っている間にお気に入りの一冊を探せます。店内にカフェ「NERO」もある。
Upper Ground, Mall A

Date Plan : Case 3

@ SM Megamall & Edsa Shangri-La Plaza

平日の夕方に気軽にでかけよう
モールデート



【こんなカップル】

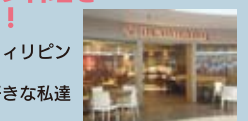
IT系の会社に勤める20代フィリピン男性。
交換留学でマニラの大学で勉強中の20代日本人女性。

4 フィリピン料理を楽しもう！

美味しいと評判のフィリピン料理店へGO。フィリピン料理が好きな私達にはたまらない！



Sisig



隣にある中華レストランとの提携で中華料理も食べられる。安くて美味しい、更に満足の量ですぐにお腹がいっぱいになります。



Bicol express with egg

6 締めはシャングリラプラザのおしゃれなバーで！

アウトサイドで静かに飲むのもよし！
にぎやかな店内で飲むのもよし！



2人とも甘いカクテルを注文。店内は広々としていて若者がわいわい楽しんでいます。なんと夜の3時まで営業しています(朝は4時から)！
Watering Hole
Shangri-La Plaza G/F Carpark BLDG, Mandaluyong City
☎ 02-634-0312, 634-0288 www.wateringhole.com.ph

- Menu
- Sex on the beach P140
 - Screw Driver P130
 - Mai Tai P145
 - House pizza P175

その後、
シャングリラプラザへ
移動！

5 Mallの中をぶらぶら

巨大モールの中にはアイスリンク！



食後の運動にMallの中をぶらぶらしていると、スケートリンクを発見。練習している人達を上から眺めるのも面白い。1階ではブラジリアン柔術の公開練習が行われていた。ここは色々なイベントをしているので面白い。

MANNANG Upper Ground
001 B1 Lower Ground Floor, SM
Megamall, Edsa, Mandaluyong City
☎ 02-631-1858
🕒 10:00~21:00

- Menu
- Mannang's fried rice P180
 - Sisig P165
 - Beef goto lugaw P130
 - Bicol express with egg P100



①



②

①ダイニングエリアとオープンキッチンが同居した開放的な空間
②客席を囲むように100種類以上のワインが並び店内

2000年、マカティに開店した「Terry Selection」は、スペインを始め世界各国の厳選した食材を集めたセレクトショップ。たちまち評判を呼び人気店に。その3年後にはレストランがオープンしました。オーナーの「JC」ことJuan Carlos de Terry氏はアンダルシア出身で、その地方の100以上もの家庭料理レシピから選ばれた料理をレストランで味わうことができます。

「Terry's Bistro」の料理は、JC氏自らの手による、まさに芸術的ともいえるような趣向を凝らしたもののや、盛り付けのものも多いです。それはまるで、ワインと料理と食事の時間を楽しむた

めに演出されているかのよう。またここは、お気に入りのワインが見つかるダイニングとしても有名。客席の周辺はズラリとワイン棚に囲まれていて、常に100種類以上が用意されています。

スペイン本場の味と美味なワインの組み合わせ。一度味わえば、必ずリピートしたくなるレストランです。



マカティの1号店入口に掲げられたスペインスタイルの看板

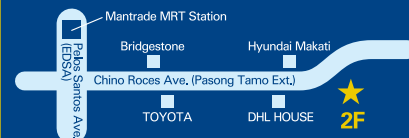


種類豊富なワインとピッタリのスペイン料理が並ぶ

Menu (料金: VAT込・サービス料10%別)

- CHORIZO ON PIGGY BACK P.260
可愛い豚の器でポーポーあぶる豪快チョリソー
- MANCHEGO DUMPLINGS 4pcs P.320
サクサク衣の中はチーズが入っていてワインに合う
- GAMBAS AL AJILLO P.380
ガーリック風味のオリーブオイルとエビ

Terry's BISTRO マカティ店
Unit 2, Bldg.B, Karrivin Plaza, 2316 Pasong Tamo Ext.
Makati City ☎ 02-844-1816
E-mail gourmet@terryselection.com
🕒 10:00~22:30 (レストラン) 9:30~20:00 (ショップ)
毎日営業



オルティガス店 ☎ J-5
Lower Ground, The Podium,
18 ADB Ave., Ortigas Center,
Mandaluyong City

サルセド店 ☎ C-2
GF One Lafayette Square,
132 L.P. Leviste cor.
Sedeno Sts., Makati City



Terry's BISTRO オススメワイン3種

左より、
Marques de Caceres GAUDIUM 2002 P.2,925
Marques de Caceres 2005 P.2,195
Marques de Caceres GRAN RESERVA 2001 P.1,625



③



⑤

「007」の世界を再現した大人の空間

Martinis マルティニス



①ガンプラス②サルビカオ
ガンプラスはエビチリのような料理エビのプリプリ感がいい

マンドリンオリエンタルホテル1Fにある「Martinis」。店名にもなっているマティーニは約30種類。女性に人気の「ライチマティーニ」や男性人気の「ドライマティーニ」など、ここにはマティーニが約30種類揃っています。カクテルとも相性のいいチーズプレートに添えられるクラッカーはイタリア人シェフの手作りです。ゲストはフィリピンのハイクラスや西洋人が多く、日本人はごくわずか。静かにジャズの生演奏を聴きながら、大人の時間を過ごすバーです。

Martinis ☎ C-1
Mandarin Oriental Manila 1F Makati Ave. cor.
Paseo de Roxas, Makati City ☎ 02-750-8888
🕒 11:00~翌日3:00(月~金) 18:00~翌日3:00(土)
6:00~24:00(日)

極上のアンガスビーフを召し上げ

Melo's メロス



①WAGYU Rib Eye
P180/oz
②WAGYU with Foie
Gras (8oz) P3,590

フェスティバルモールとアラバンタウンセンターの間に位置するウエストゲート内にある「Melo's」アラバン店。お店の一押しが和牛(オーストラリアで飼育したビーフ)です。ここでは認証を受けた品質の確かなものだけを使用しているこだわり。またお肉にはグレード1~12があって、12は脂身が多くマグロでいうと大トロ。Melo'sではステーキに最も適している4~8のグレードを用意して、ゲストそれぞれの好みにあわせて肉料理として味わえるレストランです。

Melo's ☎ 枠外
41Precinct, Westgate Center Alabang, Muntinlupa City
(Filinvest高速の出口から約2分)
☎ 02-771-3945, 02-771-2288
🕒 11:00~14:30(ランチ) 17:30~22:30(ディナー) 毎日営業

静かな隠れ家でワインと食事を愉しむ

Lemuria レムリア



①グリーンヒルズに程近い住宅街の中にある小さなレストラン
②Mrs. Schroeder (ドイツ人オーナーの夫人)一押しドイツの白ワイン
③マッシュルーム&アスパラソルト

3年前にオープンした「Lemuria」はワイン通の人々の間では知られる料理店。それもそのはず、静かな住宅街にある瀟洒な一軒家レストランの地下にはワイナリーが併設されていて、世界各国の厳選されたワインが眠っているのです。もしワインに精通していなくても大丈夫。その日の推奨ワインの赤・白それぞれ3種をテイスティングできるなど、料理とワインを満喫できるアシストしてくれます。わずか8席というロマンティックな空間をワインとともに大切な人と過ごしてくださいね。

Lemuria ☎ H-1
5 Julieta Circle, Horseshoe Village, Quezon City
☎ 02-724-5211, 02-722-2185 www.brumms.com.ph
🕒 11:00~14:00(ランチ) 18:00~22:00(ディナー LO)
月曜日定休

子どもと習い事

長男が3歳を過ぎたあたりから、私は息子の習い事を探し始めました。マニラでは子どもの遊び場が少なく、スクールが終わった後の時間を持て余したりするのです。また息子の通うスクールには園庭がなく、体を動かす機会が非常に少ないと感じていたため運動系の習い事を探し始めました。

日本でも最近では、小さい頃から習い事に通わせている親が多いと雑誌で読んだり、話で聞いたりします。人気は「英会話教室」だとか。日本では幼稚園、保育園という園庭のあるところがほとんどですから、習い事が勉強系になるのかもしれない。

現在、我が家は習い事放浪の時期を終え、「体操教室」と「スイミング」の2つの習い事をしています。ちなみにマニラで人気のある習い事といえば他に「サッカー」「空手」「公文」「ピアノ」「バトン」「バレエ」などでしょうか。「スイミング」は王道のように、多くの子ども達に通っているのを聞きます。

さて、我が家は駐在家庭なので、いつか日本に戻る日がきます。そしていつの日かまた他の海外に赴任する機会も多分あるでしょう。住む場所や仲良くなるお友達も今後、いろいろと変化していくことが予想されます。それでも変わらずに続けていける「何か」があると、息子自身に大きな安心感と自信がつくのではないかと考えています。習い事を始めたのはそんな理由もあったりします。

ところでフィリピンはダンス大国らしいので、欲を言えば息子にダンスも習わせてみたいですね。そして私も習ってみたいです。親子でレッスンできるダンス教室など知っている方がいたら是非教えてください！

文：のびのび会 河野貴和子
マニラ在住3年。長男はタイで出産、4歳と2歳の2児の母。

のびのび会：

フィリピンで育児する母親のサークル、定期的にプレイグループ開催の他、育児情報冊子など発行。

- ・改訂版「プレスクールインフォメーション」P50 2009年3月発行
- ・「マニラでの医療体験談」P50 2009年1月発行
- ・「フィリピン子連れ旅行（国内）」P50 2007年12月発行
- ・「子連れでレストラン in Manila」P50 2008年8月発行
- ・「マニラ遊び場情報」P50 2007年11月発行

ブログできました・・・ <http://ameblo.jp/nobinobi-manila/>
問合せ E-mail: roadstar0803@yahoo.co.jp

生シュークリームがマカティにやってきた！
Happy Cream Puff
マカティ店オープン

甘くとりける生クリームがたっぷり入ったシュークリーム。フィリピンではめったにお目にかかれない“みんな大好きな洋菓子”代表選手です。2006年にアラバンに登場して以来、フィリピンっ子にジワジワと人気を得たシュークリーム屋さん

「Happy Cream Puff」の待望の2号店がマカティにオープンしました。

在マニラ日本人奥様の間では知人ぞ知る“シュークリーム専門店”が日本人会から歩いて数分の場所に開店。日本で食べていたようなサクサク生地と生クリームの組み合わせの大きめサイズシュークリーム「生シュー」が奥様から圧倒的な人気を集めているそう。その生シューは、ウベやマンゴやイチゴ（限定品）など9種類、小さな一口サイズの「プチシュー」は15種類も揃っていて選ぶ楽しさもあります。

さらに嬉しいのが、買ったその場で食べられるちょっとしたスペースがあること。オーナーの山岸さんの夢である“シュークリームカフェ”に一歩近づくようなスタイルを演出しています。シュークリームは、店内の奥で毎日スタッフ達が焼いていて、まさに出来立ての美味しさ。家に持ち帰るまで食べるのを我慢できない人はここで頬張ってしまう、というわけ。

子供たちにも好評の「プチシュー」は20ペソ〜とお手頃価格。ボックスでまとめ買いするとお得になるので、3時のおやつや土産にもオススメです。

フィリピン人ママに不動の人気「プチシュー」シリーズラージボックス14個入り P250



300ペソから無料配達を承ります。(マカティ限定地域のみの)

Happy Cream Puff (ハッピークリームパフ)
THE ZONE 7224 Malugay Street corner Buendia Ave., Bel-Air, Makati City (ゴルフ練習場すぐ横) M C-2
営業時間：10:00 ~ 21:00 毎日営業
TEL：02-707-1263
URL：www.happycreampuff.com



日本人ママに人気の「生シュー」シリーズマンゴ生シュー P95、ウベ生シュー P85、ストロベリー生シュー（限定品）P105、生シュー P75



オーナーの山岸さんご夫妻。奥様はシュークリーム作りと職人の指導もこなしている



お店の奥では生地からクリームからすべて職人仕込み店内はシューを焼くいい香りに包まれている



スタッフの手によって作られるシュークリームが人気

富士マート
FUJI MART

地域に長く愛されている老舗食料店

日本米取扱い、
日本酒品揃え豊富



Japanese Grocery

本店 No.1725 M. Adriatico St. Malate, Manila
☎ (02)525-4270/522-0503 ☎ fax (02)523-1186
営業時間 9:00am~9:00pm 日曜・祭日も営業

ケソン店 Pasde Mansion 1F, No.77 Timog Ave, Cor Panay Ave., Quezon City. ☎ (02)373-0648/410-0083 営業時間 9:00am~9:00pm 日曜・祭日も営業
マカティ店 2nd Level, Walter Mart-Makati, Chino Rocas Ave., Cor. Arnaiz Ave., Makati City 1230 ☎ (02)894-3812 営業時間 10:00am~9:00pm 日曜・祭日も営業
セブ店 Space No.2 Yusing Bldg Brav. Pajo, Lapu-Lapu City, Cebu ☎ (032)340-2260 ☎ fax (032)340-2200 営業時間 9:00am~6:00pm 日曜・祭日も営業
ダバオ店 Door #4 Damosa Complex Mamay Road, Lanang, Davao City ☎ (082)235-8563 営業時間 9:00am~6:00pm 日曜・祭日も営業

OCSで海外生活を快適に

雑誌・日経・朝日・読売国際版の定期購読。
(日経P3,600、朝日P3,300、読売P2,980)
通信教育、書籍・DVDのお取り寄せ。
企業向け、国内・国際ドアツードア宅配サービス

Tel:894-0341, 817-8282
Fax:817-2891
日本語専用 携帯 0922-833-6652
email: info@ocsmnl.com.ph (英語)
akatayama@ocsmnl.com.ph (日本語)

OCS OVERSEAS COURIER SERVICE

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



絞りたての牛乳はいかが？
自然のおいしさをあなたに!!!
La Ciel の牛乳とヨーグルトは
NO 防腐剤,
NO 添加剤,
NO 超高温殺菌(UHT)
均質化&低温殺菌で品質をキープ!

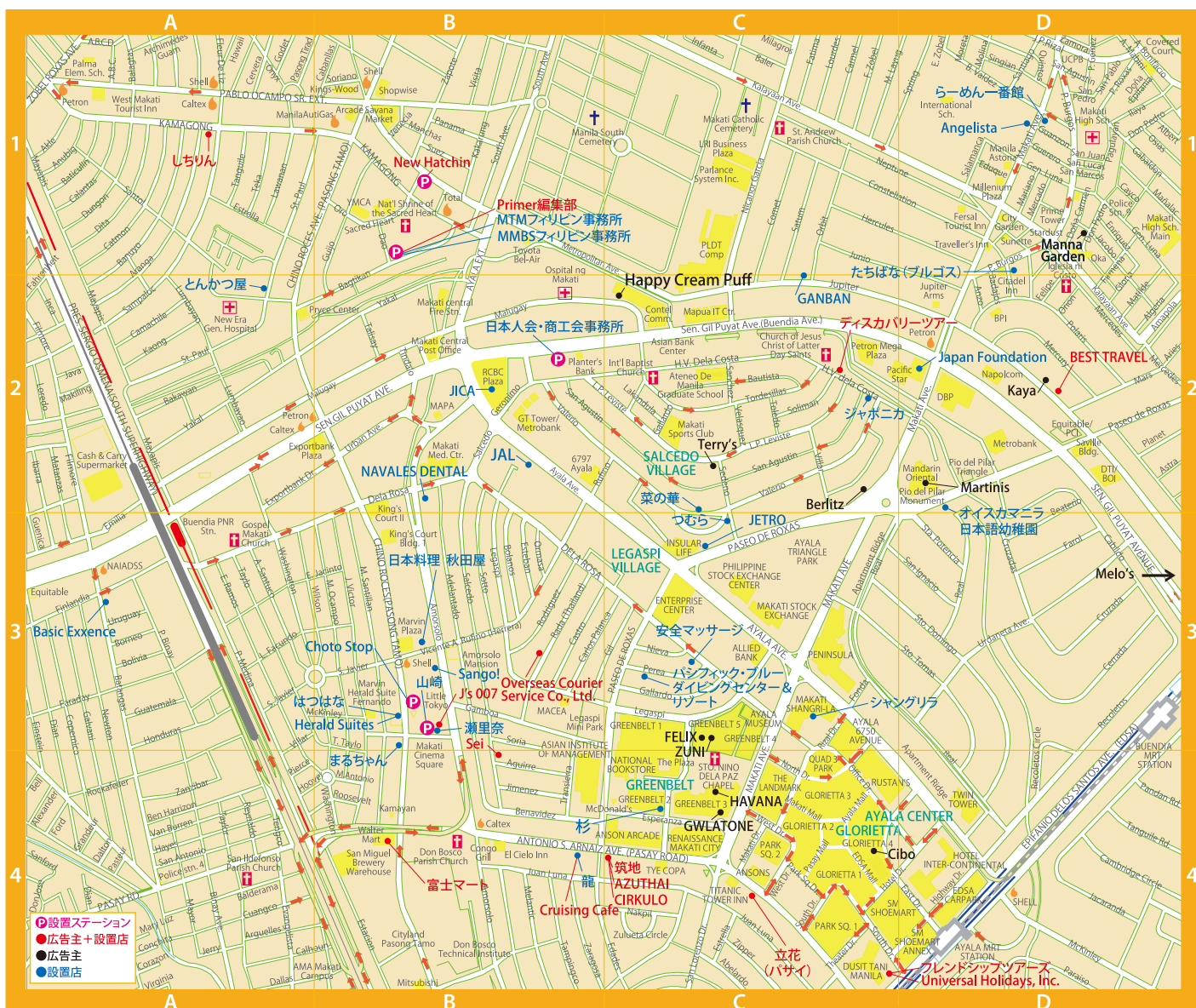
牛乳: (70ペソ) 500ml
ヨーグルト: (120ペソ) 500ml
いちご、ブルーベリー、マンゴ、ハイナッブル、プレーン (甘味料あり/なし)

ご自宅まで無料で配達いたします
TEL: 02-634-2120 携帯: 0927-628-9278
ボトル2本から配達いたします

保存版 マカティマップ

Primer 設置ステーション P

いち早く最新号をゲットしたいアナタ。設置ステーションに、たくさんの部数を置くことにしました！
NEW HATCHIN マカティ店、山崎 マカティ店、日本人会、チョットストップ、
アイマージ マカティ





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
あります! (フリーダイヤル)

・ファミリー: 定員8名
ミツビシアドベンチャー



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

・TOYOTA: 定員8名
イノバ



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

・TOYOTA: 定員14名
ハイエース



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

・RVクラス: 定員6名
フォードE150



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

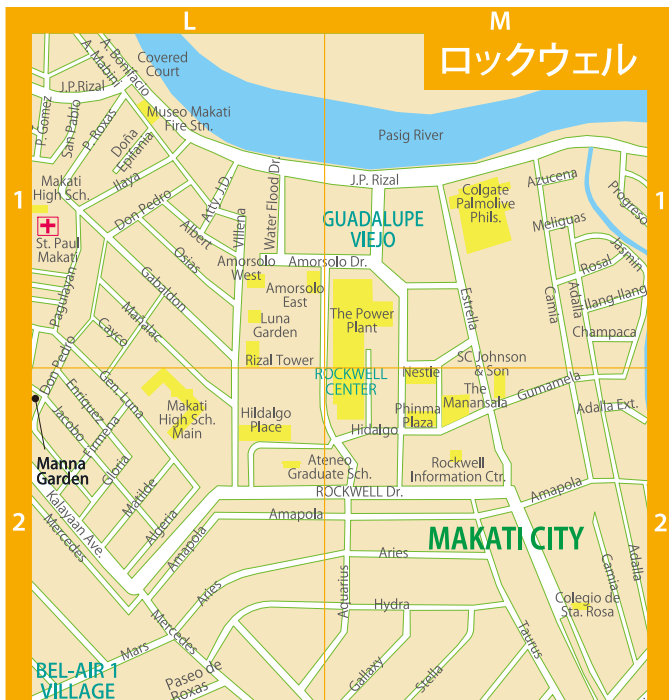
Call Now!

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。

M G-2

保存版 ロックウェル・フォートボニファシオ



在フィリピン日本国大使館からのお知らせ

在外選挙登録はお済みですか？

まだお済みでない方は、次回国政選挙に備えて早めに登録申請ください。

＜お知らせ＞2006年の公職選挙法の改正により、衆議院・参議院の比例代表選出議員選挙に加えて、衆議院小選挙区選出議員選挙、参議院選挙区選出議員選挙と、それらの補欠選挙及び再選挙にも海外から投票できるようになりました。また、海外居住期間が3ヶ月未満の方でも登録申請ができるようになりましたので、在留届を提出する際などに一緒に登録申請できます。

海外から投票するためには、あらかじめ当館(含むセブとダバオの各出張駐在官事務所)において「登録申請」し、「在外選挙人証」を取得する必要があります。登録手続きには概ね2ヶ月程度を要しますので、次回の国政選挙に備え、早めに登録の申請手続きをして下さい。

同居家族(日本国籍)による代理申請も可能です。(下記在外選挙担当までお問い合わせください。)

＜登録資格＞

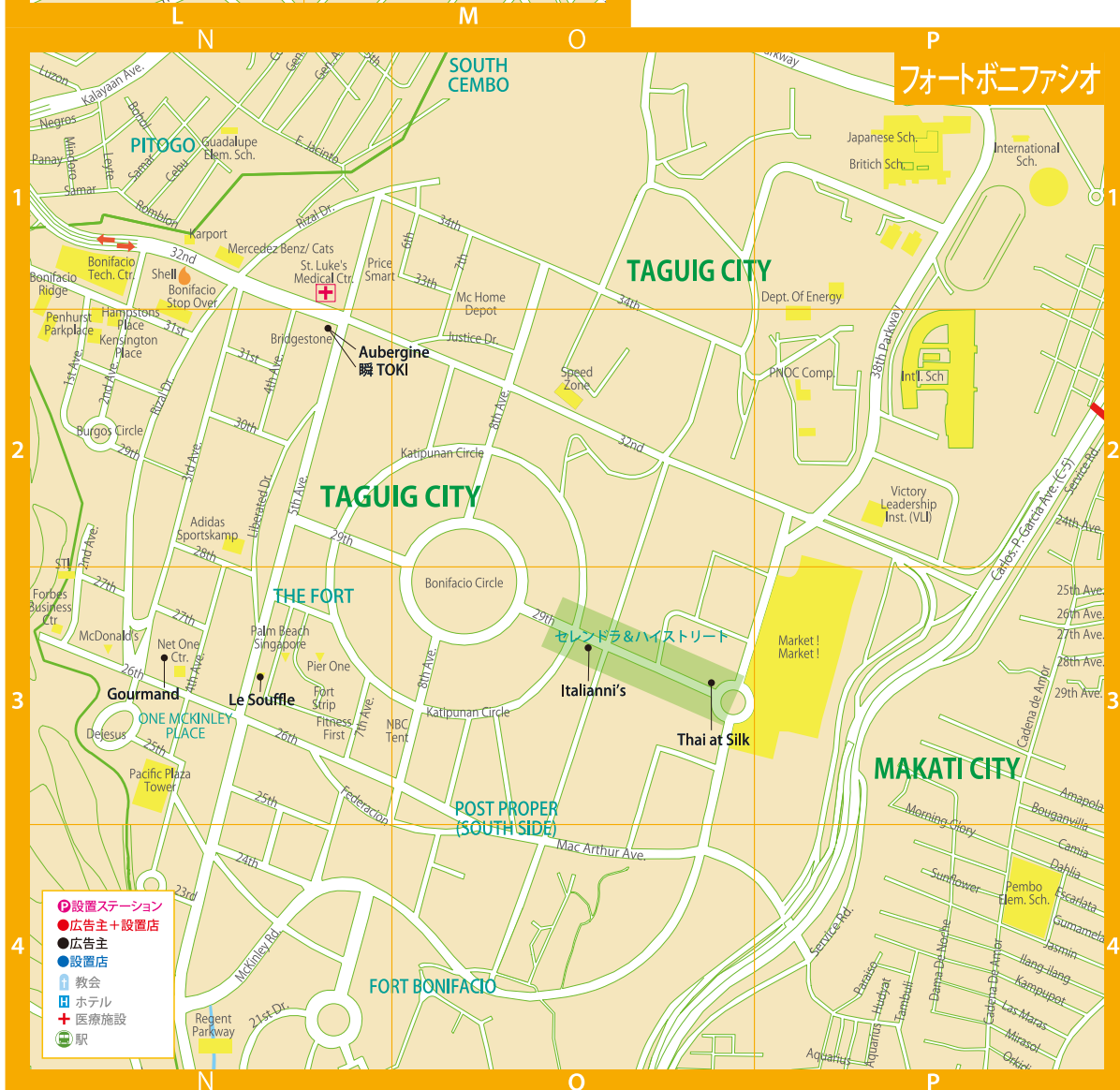
○日本国籍 ○20歳以上 ○フィリピン国内にお住まいの方

＜登録申請に必要な書類＞

○日本国旅券(旅券が提示できない場合は、日本国又はフィリピン国の政府や地方公共団体が交付した顔写真付きの身分証明書(運転免許証、外国人登録証等))なお、在外選挙人証を所持されている方で、日本に一時帰国された際転入届を提出し、住民票を作成した方は(直ぐに転入届を提出したとしても)、在外選挙人名簿から抹消されますので、再度当館に登録申請していただく必要があります。また、住所・氏名などが変わった方は変更手続きが、在外選挙人証を紛失された方は、再交付の申請が必要です。(変更手続きと再交付申請については、郵送にて手続き出来ます。)

詳細は、当館HPをご覧ください。 http://www.ph.emb-japan.go.jp/index_japanese_version.htm

在フィリピン日本国大使館・在マニラ日本国総領事館 領事班 在外選挙担当 M F-6
電話: 02-551-5710 (内線 1413) FAX: 02-551-5785 Eメール: ryoji@japanembassy.ph
住所: 2627 Roxas Boulevard, Pasay City, Metro Manila, 1300



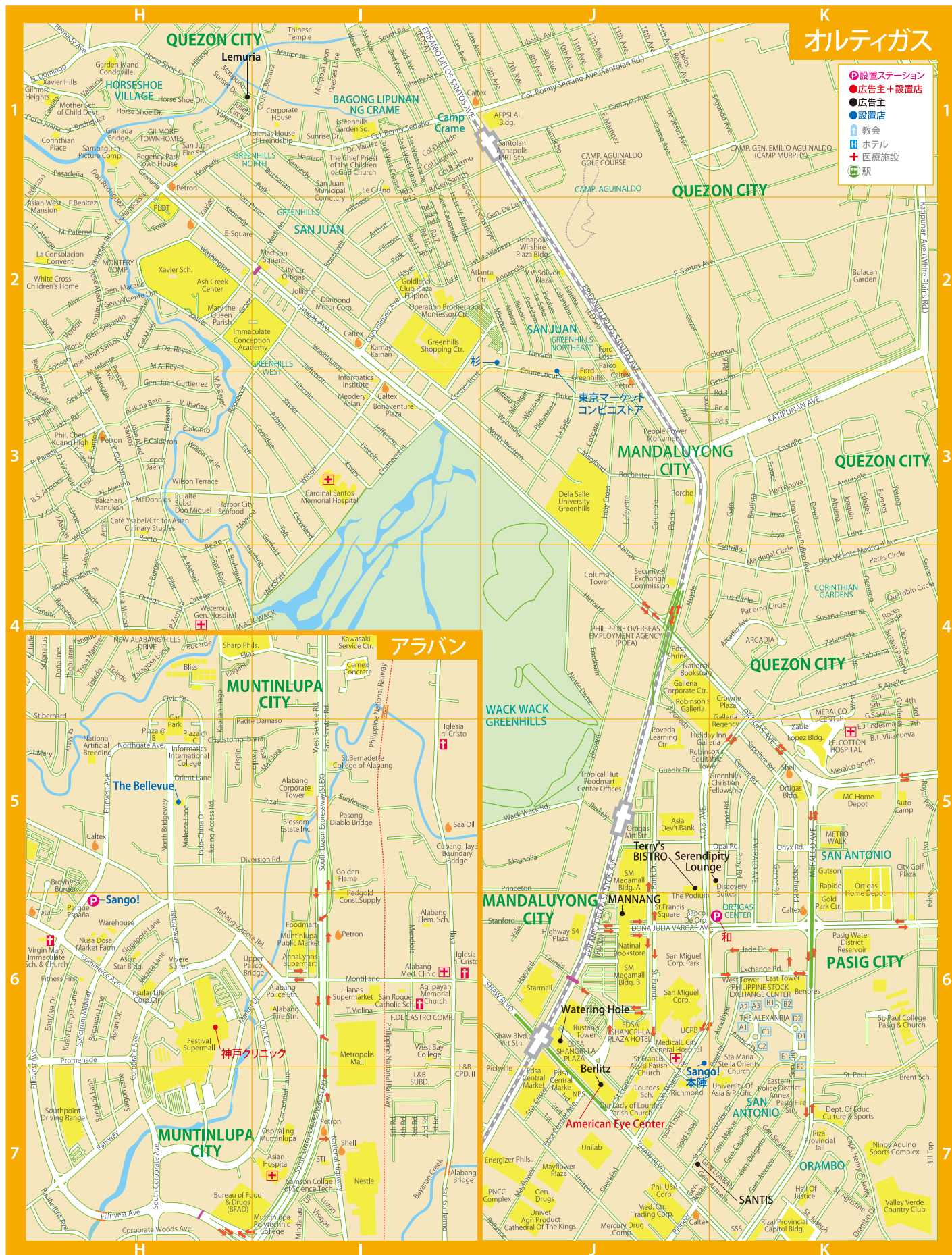
想い出も
恥も書き捨て
あの旅路

プライマーでは、あなたがフィリピン国内を旅行したときに撮った写真、思い出、エピソードなどを募集中！
あなたのあんな旅、こんな旅の思い出をプライマーに載せませんか？

E-Mail: information@primer.ph

Tel: 02-895-6297

詳しくは
コチラまで...
www.primer.ph



領地
TSUKIJI

Tel. 843-4285
812-2913



3/F, 900 A. Arnaiz Avenue (Pasay Road) cor.
Paseo de Roxas, Makati City
11:30~14:30/17:30~22:00 定休日なし



G/F, 900 A. Arnaiz Avenue
(Pasay Road) cor. Paseo
de Roxas, Makati City
Tel. 810-8735
810-2763
www.elcirkulo.com
11:00~14:30
17:00~22:30
月曜~金曜(土曜はディ
ナータイムのみ(23:00まで))
日曜定休 日本語メニューあり

azuthai
G/F Milky Way Building
900 A. Arnaiz Avenue corner
Paseo de Roxas, Makati City
Tel. 817-6252, 813-0671
11:30~14:30/17:30~22:00
日曜定休 日本語メニューあり



保存版 バイエリアマップ



■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
＜携帯TEXTで配信申し込み＞)
(The Philippine Star)・・・2922 (※1)
(Philippine Daily 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異なりますので、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

日本⇄フィリピンのSMSが安い!
たった1,500円で30日間
日本からのSMS送り放題
フィリピン側での受信無料、返信1通1ペソ
<http://www.parasayo.jp/>
パラサヨテキスト 検索

Discovery Tour, Inc. IATA PTAA
www.discoverytour.ph
国内・海外航空券の手配から旅行全般までお任せください!
マニラ G/F Unit 301 Sagittarius Building,
H.V. Dala Costa Street, Salcedo Village,
Makati City
Tel. 02-812-3328, 02-818-7716
セブ支店 Tel. 032-817-4617

Primer 設置ステーション

いち早く最新号をゲットしたいアナタ。
設置ステーションに、
たくさんの部数を置くことにしました!
Tokyo Café Mall of Asia 店



野球選手の家族

東北楽天ゴールデンイーグルスは2005年にパ・リーグに所属したチーム。夫こと、背番号51投手・川岸強は、当時はセ・リーグ中日ドラゴンズ所属で、楽天には2007年から在籍。私は中日の本拠地である名古屋の放送

局で報道キャスターを務めていた頃、夫と知り合いました。巷では「派手な肩書き」と思われがちな職業同士ですが、スポーツ番組も担当していたこともあり「職場恋愛」のようなものでした。結婚を決めたのは、川岸が中日から自由契約（事実上のクビ宣告）を受けた日。新しい人生をともに歩もうと思ったからです。その矢先、楽天のテストに合格。2008年に私もフリーアナウンサーに転身し仙台へ、その年の9月には長女も誕生しました。

何の縁もない仙台でしたが、寂しさはありませんでした。本拠地の球場にはファミリールームがあって、選手の家族が団



楽できるんですよ。寂しさや子育ての苦労を分かち合う奥様同士は仲良しで

す。私は新米ママなので、先輩ママの存在は心強いです。野球選手は1年のうち半分は遠征試合やキャンプで不在ですから。子供と離れる時間が一般家庭より長いので、子供のためなら何だってしたいパパが多いようです。毎日テレビ電話をしているパパもいますし、試合が終わるのも練習が終わるのも一緒なので、奥様が集まっていると一斉に電話が鳴り出します！テレビ電話だと手ぶらモードなので音声が丸聞こえ。どこのパパも試合からは想像がつかないような甘い声で子供に語りかけているから微笑ましい限りです。うちはその中でもトップクラスの娘溺愛パパ...

心の健康も試合結果につながるから、明るい家庭作りも妻の大切な仕事。家庭生活や、現在産休中の仕事復帰の時期も考えつつ、新米主婦がんばります。 次回はリトミックの先生



高山 香織 (たかやま かおり)
1980年生まれ。大学卒業後、名古屋テレビ(テレビ朝日系列)入社。報道キャスター、バラエティ番組の司会など担当する。

2006年東北楽天ゴールデンイーグルスの川岸強投手と結婚。2008年名古屋テレビを退社しフリーアナウンサーへ。現在、仙台を拠点に去年9月に生まれた長女の育児をしながら活動中。日々の生活をつづったブログ「甘い香り」更新中 <http://www.cafeblo.com/kaorikaori/>

食べ物と生き物

イタリアへ来て2年もたたないころ、私の体重は12kg増えた。原因を探ると、食べ物しかない。イタリアといえば食の王国。その中でも何が一番太る原因かといえば、おそらく炭水化物だろう。食事が始まる前に主食であるパンを、ワインやオリーブと一緒にバクバク食べる。そしてプリモ・ピアットであるパスタが山のようには供される。パスタをおかず代わりにして、パンを食べ続ける。次に、肉か魚、そしてサラダと温野菜が供される。これもパンのおかずにして食べる。そして、デザートはしばしばチーズということもある。



“La bocca no l'e stracca, se no sa davacca”(ラ・ボッカ・ノ・レ・ストラッカ・セ・ノ・サ・ダ・ヴァッカ)「牛の味がなければ口が満たされない」(“boccaボッカ”、『口』と“vaccaヴァッカ”、『牛』が韻を踏んでいる)などと、トレント方言の慣用句となえつつ、ワインを飲みながらさらにチーズを食べ続ける…。そしてケーキとコーヒー。さらに昼寝。何せ昼休みが3時間もある。太らないわけがない。でも、なぜかイタリア人に太っている人はそんなに多くない。太ったのは日本



人の私だけ。

私の猫ルイは、生粋の地場種。ヨーロッパ種のトラ猫だ。このルイは、魚が食べられない。一度、無理に食べさせたら、下痢をしてしまった。海のないアルプス地帯のトレントで、先祖代々、きつと魚など食べてこなかったのだろう。好きな食べ物は蝶々。きつと高原で先祖代々、蝶々を食べてきたのだろう。他の好物は、スペック(地元産の燻製ハム)とヨーグルト。そして私が驚いたのが、彼の大好物はゴルゴンゾーラ・チーズだということ。あの青かびに満ちた、匂いの強烈なゴルゴンゾーラを喜んで食べる。食の嗜好も遺伝するのだろうか。

今回は南アフリカから



今谷美芳 (いまたに みよし)

1973年生まれ。同志社大学大学院卒業後、ドイツ系教育機関勤務。2001年ミュンヘン大学留学、2004年イタリア人弁護士と結婚。幼少の頃から夢だったバロック音楽の世界に飛び込み、2008年イタリア国立音楽院チェンバロ科を首席で卒業。現在は地元を中心にソロ・室内楽でコンサート活動を展開しながら修士課程にてさらなる研鑽。

Italia Trent



トレント Trent

北イタリア、アルプス山脈の麓の町。ミラノの北東約150kmに位置する。



BERLITZ 外国語を習おう!

もう、海外でオドオドしない。旅行者のための外国語習得プログラム

発音のポイント 挨拶と自己紹介 文化の勉強 予約のしかた

その他、旅行する上で必要な学習項目を用意しております。

¥1,700.00 for 6 hours

(授業料、登録料、プリント、12%付加価値税込み)

言語:
英語、フランス語、スペイン語、ドイツ語、イタリア語、ポルトガル語、チェコ語、オランダ語、ハンガリー語、ノルウェー語、日本語、中国語(マンダリン)、タガログ語

その他にも、以下の学習プログラムを提供しております。

個人・団体言語習得コース
ビジネスのための中国語(マンダリン)、ベルリッツキッズレッスン、オランダ語の基礎1、
コールセンタートレーニング文化の勉強、IELTS/TOEIC/TOEFLレビュー
語学力の検定/翻訳/通訳サービス

Makati Ofc: Rm 209 Peninsula Court Bldg., Paseo de Roxas
02-817-9319 / 02-813-2231 M C-2
Mandaluyong Ofc: BERLITZ Educare Learning Center, 5th Flr., Shangri-La Plaza Mall
02-638-9116 M J-7

その他のサービス

ベルリッツ英語習得コース
5,500ペソ/6人のグループレッスン
7,700ペソ/4人のグループレッスン
ビジネスのための中国語(マンダリン)
8,000ペソ/30時間

**入学する
なら今!**

ヒトとヒトをつなぐ・・・



メトロマニラを南北に走るEDSA通り。マカティに近いEDSA-Pasay-Ayalaの立体交差の入り口で「マカティへようこそ！日本政府開発援助プロジェクト」と書かれた看板をご覧になったことはありませんか？見たことはあるけれど一体何のことなのかよくわからない、という方も多いのではないのでしょうか。

実はあの看板、2000年に日本の協力で「メトロマニラ立体交差施設建設事業」というプロジェクトが実施されたときにかけられたもの。できあがった立体交差はマカティ周辺の渋滞の解消と環境の改善に役立ってきました。

日本はこれまでもマニラをはじめ、フィリピン全国のいろいろな道路の整備に協力してきました。



7000以上の島々からなるフィリピンのこと、もちろん道路だけでなく、空や海を含めた交通の便を良くするための協力も行われています。

さらに最近では、新しい道路の建設だけでなく「今ある道路を、いかにできるだけ長くよい状態に保っていくか」という視点からの協力も始まっています。

たくさんのヒトとヒト、モノとモノをつなぐ道路。フィリピンがもっともっと元気な国になるための協力が、今日この国のどこかで進められています。



写真・文：独立行政法人 国際協力機構（JICA）
40th Floor, Yuchengco Tower, RCB Plaza,
Ayala Avenue, Makati City M B-1
URL : www.jica.go.jp/philippine



ホセ・リサル (1861-1896)

の人生 連載 4 回目

フィリピンが生んだ悲劇の天才

これまでのあらすじ

フィリピンの独立に尽力し、当時の宗主国であったスペインの官憲に捕らえられ、35歳という若さで散っていった「フィリピン独立の父」ホセ・リサル博士。医師であり、画家であり、語学堪能…稀代の天才でありながら母国のために命を捧げる運命に。処刑場へ向かう彼は、ふと自分の人生を振り返ってみるのだった…

弾圧

当然ながら私のこうした活動はスペイン人支配者たちの怒りを買ひ、私は彼らから要注意人物としてマークされるようになった。やがて私だけでなく、私の家族や私と接触した人々全てが嫌がらせを受け、いわれない罪をかぶせられるなど、私に対する弾圧は日に日に激しさを増していった。

そして…、私が姉のルシアと香港からフィリピンに戻ってきた際、姉の荷物の中に修道士と敵対する内容のパンフレットが入っていたと言いがかりをつけられ、ついに私は逮捕されてしまった。1892年7月6日～15日までイントラムロスのサンチャゴ要塞に押し込まれた。

その後、ミンダナオ島のダピタンに追放された私は、ここでダムを作り、町の人たちに農業や漁業を教え始めた。また病院や学校の経営も手掛け、学校で生徒達に英語とスペイン語と美術を教えた。私自身も相変

わらず知識欲のおもむくままに研究にいそしみ、標本の収集を行い、海外にいる知識人たちと意見の交換をするなど、久しぶりに平穏な日々を過ごしていた。（次号へ続く）



ホセの名前がついた生き物

ミンダナオ島の北サンボアンガ州のダピタンに追放されたホセは、そこにいた4年間で、様々な種類の生物や植物を収集しました。それらの標本をヨーロッパの博物館へ送付し、その謝礼には、科学の本や外科手術に必要な器具を受け取ったんだそう。

この間にホセは科学の世界に貢献する3つの新種の発見をしたんです。1つ目は、トビカゲの一種である「ドラコ・リザリ (Draco rizali)」、2つ目は、珍種のヒキガエル「ラコフォロス・リザリ (Rachophorus rizali)」、3つ目は、小さな甲虫の一種「アポゴニア・リザリ (Apogonia rizali)」それぞれ名称に、発見者であるホセの名前「rizali」が付けられているんですよ。

ダピタン Dapitan
西ミンダナオ島の
玄関口ディボログ
の北約15kmに位
置する。



構成・文：KEN
1969年生まれ、フィリピン在住歴30年。英語・タガログ語が堪能。翻訳者。趣味の漫画は、描くのも得意。

HISTORY

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。

有効期限：2009年5月24日まで Valid until May 24, 2009

J's 007

5/24
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 B-3
9G Gallery Bldg., Amoroso St., Brgy.
San Lorenzo, Makati City
☎ 16:00 ~ 翌3:00
☎ 日曜日

Melo's

5/24
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、アンガスビーフのバイオニア 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 M D-3外
22 Jupiter Street, Bel-Air Village, Makati City
☎ 02-899-2456
58 Sgt. Esguerra St., Quezon City
☎ 02-924-9194
41 Precinct, Westgate Alabang, Muntinlupa City
☎ 02-771-2288
☎ ランチ：11:00～14:30 デイナー：17:00～22:30 ☎ なし
※当クーポンは母の日(2009年5月10日)にはご使用になれません。

しちりん (Shichirin)

5/24
まで有効

オープンテラスで開放感も抜群。しちりんでは本格炭火焼肉が楽しめます。人気の食べ放題メニューは男性は599ペソ、女性は499ペソ。とんこつラーメンもおすすめの一品です。



本クーポンをご提示の女性のお客様、駐車場有！
お子様にはアイスクリームのサービス！

しちりん(Shichirin) M A-1
9752 Kamagong St. Brgy. San Antonio
Village, Makati City
☎ 02-899-1247
※お席のご予約は携帯へ 0929-267-7777
担当トヤマが承ります。
☎ 17:00～24:00
☎ なし

Primerを持参された方
とんこつラーメン
P250→P200
とんこつ(小)
ラーメン
P150→P120

Energetic Healing Massage Services

5/24
まで有効

エナジェティック・ヒーリング・マッサージサービス

ホテル・ホーム出張マッサージサービス

- アロマセラピーをご注文の方には10%OFF
- マッサージをご注文の方には、営業時間内であればいつでも1時間につき15分間追加サービスいたします。



Energetic Healing Massage Services
☎ 0905-352-2455 日本語で対応いたします
02-474-2872, 0926-674-9730
☎ 13:00 ~ 翌1:00
☎ なし

Primerを持参された方
アロマセラピー
10%OFF
マッサージ
1時間につき
15分間追加

**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**

ご入居からご退社まで
日本人スタッフによるサポートで安心です。



ゴルフ会員券のレンタル・売買
のご相談も承ります。

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



Since 1987

KANEJIN CORPORATION

Unit3-23B, Legaspi Tower 300 Roxas Blvd., City of Manila
Tel:(02)521-1151 to 53 Fax:(02)521-5861
http://www.kanejin.com

入学金10,000円、SSP(就学許可証) 12,000円
授業・寮 75,000円(4週)
一日7時間クラス、二人部屋、3食、
基本電気代掃除、洗濯、
インターネット、
ピックアップ込み
現地学校の日本語サポート

NEO.
INTERNATIONAL LANGUAGE SCHOOL
英語留学は16年の伝統を持つNEO
フィリピン移民局及び教育庁認可校
www.neoiloilo.com(日本語 HP)
Iloilo City, Iloilo
Tel:(033)329-0240

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。

フィリピンのご事は
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、工藤、大西、武津、レネ、ダニー
G/F, THE SPA, 50 Jupiter Street, Bel-Air, Makati City
Tels. 899-4582 to 85 Fax. 899-4586 ☎ D-2

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

日本人経営のリゾートで
心身ともにリラックス。
望み見る綺麗な島です。

大自然がそのまま残る
美しいビーチリゾート。
マリンスポーツも楽しめます。

シンキホール 2泊3日 P2,240～
スリガオ 2泊3日 P14,000～

enjoy 夏休み! まだまだあります! 一押しツアー!
マニラバイクーズ P1,520～
タガタイ タール湖ツアー P2,800～
アニラオお魚ウォッチングツアー P4,350～
プエルトガレラ 2泊3日ツアー P2,998～

フレンドシップツアー (ドゥタニマニラ3F M C-4)
営業時間:9:00～18:00(土曜:9:00～15:00)定休日:日曜・祝日
TEL:02-840-1060,894-1124(時間外:0928-506-8162)
www.friendshipmanila.com 日本語でどうぞ!
日本大使館認定 査証申請代理機関

お泊りは、安心の日系ホテル(日本人スタッフ駐在)
ボラカイ サーフサイドリゾート&スパ
目の前のビーチはもちろんホワイトサンド
全16部屋のほか、レストラン、ダイブショップとすべてがそろったビーチリゾート

ボラカイでの
お楽しみ

併設スパ Yasuragi
アンティーク調のコーヒーショップ nagisa で午後のひとときを...

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

UHI UNIVERSAL HOLIDAYS, INC.
航空券、国内・海外パッケージ、手配いたします。
フィリピン国内パッケージ (一例です)

■ボラカイリゾート2泊3日パッケージ

リゾート	お一人様の料金	
	ツイン	単泊
フライデイズ (デラックス) 2009年6/30まで	PHP 19,000	PHP 5,250
ワリン・ワリン (スーペリア) 2009年6/15まで	PHP 17,100	PHP 3,295
トゥーシーズンズ (スーペリア) 2009年6/15まで	PHP 15,800	PHP 3,100
ナミ (デラックスオーシャンビュー) 2009年5/31まで	PHP 15,400	PHP 4,135
アジャ (デラックス ヴィラ) 2009年5/31まで	PHP 14,400	PHP 3,608
シーウィンド (デラックス) 2009年6/15まで	PHP 14,200	PHP 3,050
パル・ツレイン (デラックス) 2009年5/31まで	PHP 13,700	PHP 2,209
3-5-7 ボラカイ(エグゼクティブ) 2009年12/31まで	PHP 12,500	PHP 1,782

■セブリゾート2泊3日パッケージ

リゾート	お一人様の料金	
	ツイン	単泊
(スーペリアオーシャンビュー) 2009年12/31まで	PHP 19,000	PHP 5,250
(デラックスシービュー) 2009年12/31まで	PHP 17,100	PHP 3,295
(プレミアムシービュー) 2009年12/31まで	PHP 15,800	PHP 3,100
(デラックスファミリールーム) 2009年12/31まで	PHP 15,400	PHP 4,135
(オーシャンクラブルーム) 2009年12/31まで	PHP 14,400	PHP 3,608
アレグレ (デラックス) 2009年12/22まで	PHP 14,200	PHP 3,050

■ボホールリゾート2泊3日パッケージ

リゾート	お一人様の料金	
	ツイン	単泊
フライデイズ (デラックス) 2009年6/30まで	PHP 19,000	PHP 5,250
ワリン・ワリン (スーペリア) 2009年6/15まで	PHP 17,100	PHP 3,295
トゥーシーズンズ (スーペリア) 2009年6/15まで	PHP 15,800	PHP 3,100
ナミ (デラックスオーシャンビュー) 2009年5/31まで	PHP 15,400	PHP 4,135
アジャ (デラックス ヴィラ) 2009年5/31まで	PHP 14,400	PHP 3,608

その他のリゾートも取り扱っております。お気軽にお問い合わせください

上記お一人様料金に含まれるもの: フィリピン航空(Xクラス)による往復航空券(定座数に限りがありますので、お取りできたお席によって上記金額との間に差額が発生することがございます)・2泊3日の宿泊(お部屋数に限りがあります)・空港・リゾート間の送迎・毎日の朝食
*上記リゾートのご予約には、フィリピン居住を証明する物が必要です。 *上記料金はピーク時には適用できませんのでご了承ください。

旅行のお問い合わせは、アルナイズ雅子/梅津/上村まで
営業時間: 平日 08:30～17:30 土曜 08:30～12:30 定休日 日曜・祝日
日本語専用TEL: +63-2-819-2051 共通TEL: 810-2636, 840-2373/2374/3752 FAX: +63-2-819-2052-0097
E-Mail: corpsales@universalholidays.com URL: www.universalholidays.com ☎ C-3
■日本行きビザ代理申請受付中 お問い合わせはビザ専用ダイヤル +63-2-815-3048

週末は1泊旅行へでかけよう！

マニラ近郊には海あり山あり楽しい場所がいっぱい。
さあ！こんどの週末は家族みんなでレッツゴー

スービック

マニラの北約 130 km に位置。
元アメリカ海軍基地があった町で
少し奥にいくと大自然が残っている

子供から大人まで楽しめるリゾート

スービックはジャングルもあればビーチもある。家族連れには嬉しいオールラウンドなリゾート。なかでも人気のあるスポットはここ！

水族館・オシャンアドベンチャー

屋内の水族館のほか、イルカやアシカのショー鑑賞、予約をすればイルカやシャチと一緒に泳ぐことができるアトラクションもある。



サファリ・スービック

専用バスに乗ってトラエリアに入り肉の塊を食べる姿を間近で見られたり、ワクワクのサファリパーク。

ジャングル散策

ジャングルの中では米軍特殊部隊の元訓練場でのサバイバル体験や、山岳民族アエタ族の暮らしにふれたトレッキングなどもできる。



おすすめ宿泊プラン

CAMAYAN Beach Resort (カマヤンビーチリゾート)

砂浜ビーチ沿いに 2005 年オープンしたリゾートホテル。すぐ隣はオーシャンアドベンチャーもあって、家族連れには最高のロケーション。

【宿泊料金】 デラックス部屋 5,500 ペソ 大人2名
+子供2名まで宿泊可(1泊1室、朝食大人2名分、VAT・サービス料込)

タガイタイ

マニラの南約 70 km に位置。世界最小のタール火山が近くにある町で、ホテルやレストランが充実している。

避暑地として人気がある高原の町

マニラから車で 2 時間弱で行くことができ、標高 700 m にあることから空気が涼しく感じる。タガイタイ周辺にはパイナップル畑が広がっていて別荘地やリゾートホテルも点在し、避暑地として人気を集めている。タール湖に浮かぶタール火山は、標高は約 300m。世界で最小の火山と言われている。タガイタイから湖畔へ下っていったタリサイの町から火山島へボートがでているので、名物の馬に乗って火山口まで行ってみるのも楽しい。



おすすめ宿泊プラン

Sonya's Garden (ソーニャズガーデン)

タガイタイから少し離れたカピテにある農園の中にある一軒家。花庭やオーガニック料理が人気がある隠れ家のような雰囲気、コーテージで静かな時間を過ごしたい方に最適。

【宿泊料金】 スタンダード部屋 3,300 ペソ
子供 (7 歳以下) 1,800 ペソ
大人2名+子供2名まで宿泊可
(1泊1名、朝食+昼食 or 夕食の2食分、VAT・サービス料込)

アニラオ

マニラの南約 130 km に位置。
ダイビングスポットとして知られていて、海岸線に沿ったリゾートホテルは眺めよし。

海をとことん楽しむプラン満載



ダイビングで海中の世界を楽しむのもいいし、いかだに乗って釣りも家族や友達同士で楽しめる。ジェットスキー、ウィンドサーフィン、カヤック等マリンスポーツも思いのままに。

のんびり派の方は、海の景色を眺められるリゾートホテルでゆっくり読書もいい。



おすすめ宿泊プラン

Eaglepoint Resort (イーグルポイントリゾート)

半島の最先端の海岸線に沿ってある絶好の眺めのリゾート。海に沈む夕日は溜息もの。ダイビングする人にももちろん、日常を忘れて、海の景色を満喫したい人にもおすすめ。

【宿泊料金】 シービューホテル部屋 4,750ペソ 大人2名+子供2名まで宿泊可(1泊1室、朝食大人2名分、VAT・サービス料込)

☆レンタカー (運転手付) は別途手配可能。

☆ホテル宿泊料金は曜日や時期によって変動します。

ディスカバリーツアー マニラオフィス M C-2

TEL : 02-812-3328 / 02-818-7716

営業時間 : 9:00 ~ 18:00 (平日) 9:00 ~ 12:00 (土)

GF Unit 301 Sagittarius Bldg., H.V.Dela Costa St. Salcedo Village, Makati City

URL : www.discoverytour.ph

E-mail : hp@discoverytour.ph

残されて、育まれ、愛され続けるアニラオの海

マニラから陸路で約3時間、バタンガス州アニラオ。
サンビーム・マリンスポーツは海と山に囲まれた自然の中で
手作り感溢れるダイビングリゾートを運営しています。

アニラオには40箇所以上のポイント群があり

初心者から上級者のダイバーまで、個人のレベルに合わせてダイビングを楽しむことができます。

世界中のダイバーが、その美しさに魅了されてしまうコーラル群そして、生物の豊富さは、アニラオ独自の環境と称されています。

壮大な地平線に沈む夕日、静かに打ち寄せる波の音

年間を通して、南国の暖かな気候と、海中環境に恵まれるアニラオ年中無休でファンダイビングや各ライセンスコースも開催しております。

ダイビング以外にも、マリンスポーツをアクティブに楽しみたい方には

ジェットスキー/ジェットボート/バナナボート/ウェイクボードなど

またお子様連れのご家族皆や仲間たちと楽しむなら

ホワイトビーチでスノーケリングやバーベキューを利用できる

アウティング・パックなどがお勧めです。

ご質問等ございましたら、お気軽にお問い合わせ下さい。

サンビーム・マリンスポーツ

Sitio Look, Brgy Bagalangit, Mabini, Batangas, Philippines.

ANILAO RESORT : 0919-352-5568 MARIKINA OFFICE : 934-3140

問い合わせメール : info@anilao-sunbeam.com BLOG : http://ameblo.jp/anilao-sunbeam/

価格表 (一例)

ダイビング

ビーチダイビング	\$20/1ダイブ
ポートダイビング	\$30/1ダイブ
ナイトビーチダイビング	\$40/1ダイブ
ナイトポートダイビング	\$45/1ダイブ
体験ダイビング	\$75/2ダイブ
Jr. 体験ダイビング	\$55/2ダイブ
スクーバレビュー	\$60/復習コース

PADIライセンスコース

オープンウォーター	\$330/3日
アドヴァンス	\$260/2日
レスキュー&EFR	\$390/4日
ダイブマスター	\$720/7日

マリンスポーツ

ジェットスキー	\$30/30分
ジェットボート	\$100/60分
バナナボート	\$50/30分
ウェイクボード	\$60/60分

お部屋 *全16室/エアコン・温シャワー完備

スタンダードタイプ	\$50/日
デラックスタイプ	\$100/日

お食事/日本食

朝食	\$5	昼食	\$6	夕食	\$7
----	-----	----	-----	----	-----

送迎サービスも運行しております。





ドラえもん と 楽しくタガログ語レッスン!

巨匠、藤子・F・不二雄先生の不朽の名作「ドラえもん」がタガログ語版になって登場!

ドラえもんやのび太、しずかちゃんたちと一緒にタガログ語を勉強しよう!

ただいま1巻から10巻まで好評発売中!

DORAEMON (c) FUJIKO・F・FUJIO Production/Shogakukan Inc.

ドラえもんタガログ語版は、以下の場所でご購入いただけます。

- 山崎 (日本食料店) (マカティ市・Pasong Tamo 店)
- FILBAR (本屋) 全支店
- BOOKSALE (本屋) 全支店
- ブライマー編集部 (お問い合わせ: (02)895-6297)

販売価格: 5冊セットで P300 (税込)

タガログ語版出版元: LINE COMIC CENTER

※本漫画は、オンライン日本語出版社である、LINE COMIC CENTERより正式に出版権を得ています。

Salt の活動から見るフィリピンの貧困支援 私達ができることは?

ケソン市北部のパヤタス地区。もとは美しい溪谷が広がっていたというこの場所がゴミ投棄場として利用され始めたのは70年代初頭のこと。そして巨大なゴミ山が形成され、ゴミから自然発生する有毒ガスや悪臭が立ち込める中、ゴミを拾って換金することで生計を立てる人々が周囲に暮らすようになりました。パヤタスには、現在も1日1,600トン (5トトラック320台分) のゴミが投棄され続けています。

今回は、Saltの支援活動の1つである“女性の収入向上”という視点から、私達が、フィリピンの貧困家庭の人々に何ができるのかをレポートします。



Salt代表 小川恵美子さん(右)
1970年福井県生まれ。95年Saltを設立し、翌年から約6年半マニラに駐在。現在も日本・フィリピンを行き来しながら活動を続けている。

Salt (ソルト)
Salt (Salt Payatas Foundation Philippines, Inc.) は、パヤタスやカシグラハンのゴミ山周辺に暮らす人々への支援を行う NGO 団体
※カシグラハン(リサール州)パヤタスのゴミ崩落事故後に定住地として提供された貧困地区の1つ

Salt代表 小川恵美子さん インタビュー

支援活動のきっかけはスタディーツアー 子どもたちにチャンスを一奨学金制度の設立へ

Saltはフィリピンと日本に拠点を持ち、フィリピン15名、日本14名のスタッフとボランティアで構成され、支援活動を続けています。14年前にSalt創立のきっかけとなったのは、小川さんが別の団体が主催するパヤタスへのスタディーツアーに参加したことだったそうです。「実際にパヤタスを訪れ、ホーム・ステイしたことが始まりでした。そのNGOのお手伝いで、デイケアセンターで就学前の子どもたちに読み書きを教える中で、せっかくスタートラインに立った子どもたちが、経済的な理由で小学校に進学できないということを知り、就学のための奨学金制度を立ち上げることにしました。今も、これはSaltの支援活動の柱となっています」

パヤタスの現状とSaltの活動3本柱

Saltの活動として“教育支援”“スタディーツアー”“女性の収入向上支援”の3本柱があります。その中でも力を入れているのが“女性の収入向上”だそうです。「2000年にゴミ山崩落事故があって多くの人が犠牲になり、住む場所を失いました。国内外のNGO団体が支援に入ったの

ですが、緊急支援は一時集中して去って行きました。事故によってゴミ山が閉鎖され、生きる糧を失った上、他に行き場もなく残された人たちの深刻な状態を見聞きする中で、ごみ拾いの仕事に代わる継続性のある現金収入の道を確立することが重要課題であると思ったのです。」

パヤタスのお母さんの手工芸品 タオルやブックカバーを販売中

このかわいらしい動物やジブニーの刺繍。1針1針、パヤタスやカシグラハンに住む女性の手によって作られたものです。刺繍と製品の仕上げを現地で一貫して行い、作り手の女性には1枚約20ペソの収入があります。



パヤタスの女性 手工芸作中

5枚分=100ペソで家族(平均7人)の1日分の食費が確保できることになります。現在この手工芸に取り組んでいるのは20名で、ほぼ全員が子どもを持つお母さんです。

週に2〜3回、共同で作業を行うことで、集落の中での人付き合いも良好になり、家庭内では収入があることで尊敬される立場になり、生活に張りが出てきたという声が寄せられているとのこと。何よりも、不安定でなかなか未来を描けずにいたお母さん達の中に、将来の希望、向上心、自分たちに対する自信が見えてきたことが、嬉しい変化だそうです。

この手工芸品(タオルやブックカバーなど)は販売されていて、私達も購入することができます。ここから得られる利益の一部が、子どもたちの教育支援に還元されるサイクルを確立していきたい、という目標があるそうです。



手工芸品の購入 パヤタスの親子

タオル(小) 1枚 100ペソ
タオル(大) 1枚 120ペソ
ブックカバー(日本の文庫本サイズ) 180ペソ
ブックカバー(日本の新書サイズ) 200ペソ
高橋(サルセド) 0916-284-2968
堀井(ロックウェル) 0916-552-3291
渡辺(ロックウェル) 0917-403-3724

スタディーツアー 随時受付中

HPで参加条件と注意事項を確認し、メールかFAXで申込用紙を送付
HPアドレス: www.salt.or.tv 担当者: 富樫
TEL: 0916-508-1923 FAX: 02-631-9178
Email: contact@salt.or.tv

ソルトへの支援・参加

担当者: 大井
TEL: 0915-462-3250 FAXとEmailは同上



刺繍の工芸品

取材・文: Yukkey

フィリピン最新アートシーン

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マンス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。

新たなアート・スポットに変貌しつつあるクバオ周辺特集 — 続編 —

ART

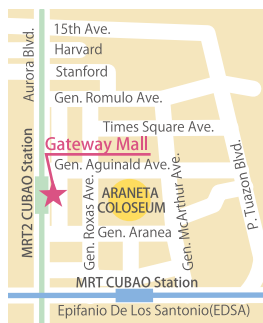


大学の町ケソンとビジネスの町マカティの間に位置するクバオ地区。その利便の良さから新たな注目スポットが次々と誕生している。高架鉄道 MRT のクバオ駅に隣接し、その心臓部であるゲートウェイ・モールの中に昨年 11 月にオープンしたシニング・カマリグ・ギャラリーは、この地域のアート発信拠点を狙う。

Sining Kamalig Art Gallery

4th Level, Gateway Mall, Araneta Center, Quezon City

WEB: <http://siningkamalig.multiply.com/>



知る人ぞ知る、現在活動する画廊の中でマニラで 3 番目に古いリオンゴレン・ギャラリー。1981 年にオープンして以来、一環して社会的テーマを追求してきた。フィリピンでは社会派リアリズムというジャンルの作品群の評価が国際的に高いが、ここはアンティパス・デロターボやエガイ・フェルナンデスなど、社会派リアリズムのシニア世代から若手実力派までを扱う。またミンダナオなど地方の作家を発掘し、若い頃から生活や教育の支援をして育てており、ここから活躍の場を広げたアーティストも多い。オーナーのノルマ・リオンゴレンさんからは、この国の闘う美術史の話をうかがうことができる。

Liongoren Gallery

111 New York/Stanford Str., Cubao, Quezon City
Tel: 02-439-3962 Fax: 02-912-4319



ノルマ・リオンゴレンさん



ダバオ出身のアーティスト、ダニエル・コキリアの作品



Music

オープンには 1992 年。ロックが全盛時代であった 70 年代の栄光の記憶をもとにしたレトロな雰囲気の店内は、毎夜人気バンドが出演し熱狂に包まれる。ロック以外にもフォーク、レゲエ、オルターナティブ、ワールド・ミュージックも。常連のバンドはパロキヤ・ニ・エドガー、ブラウンマン・リバイバル、カミカゼなど第一線で活躍する。バンド・ファン必見のライブハウス!

70s Bistro

46 Anonas St., Project 2, Quezon City

Tel: 02-434-3597 or 0921-6402491 WEB: <http://www.70sbistro.com/>

ジャパンファウンデーション・コーナー

今年の日比友好月間事業、一挙に予告!

2007 年から始まった 7 月の日比友好月間。今年も豊富なラインナップで日本紹介イベントが集中して行われる。

まずは 1990 年代半ば以降の現代美術の動向を伝える「日本の新世代アーティスト」展でオープニングの後、ハイライトは目下売り出し中のピアノリスト、青柳晋ら若手実力者が出演する J-CLASSIC コンサート。そしておなじみの日本映画祭では、『Always 三丁目の夕日』など新作上映とサイレント映画特集が続き、クロージンはフィリピン人によるアニメ・J ポップ・シンギング・コンペティション。他にも関連イベントが多数。乞うご期待です。

詳しくはウェブサイトで。 <http://www.jfmo.org.ph/>



J-CLASSIC コンサート

会場: フィリピン文化センター

■ F-3

日時: 7 月 14 日 (火)・15 日 (水)

青柳 晋 (あおやぎ すすむ)

商社マンだった父の赴任先・ニカラガ共和国のマナグア市生まれ。

その後米国で 5 歳よりピアノをはじめ、9 歳のときにフォートワース交響

楽団とオーケストラデビューを果たす。桐朋学園大学在学中の 19 歳の時にベルリン芸術大学に留学。1992 年ロン・ティボー

国際コンクールに入賞してからは、フランス、旧西・東ドイツ各地からアメリカに至るまで各地で演奏活動を展開。現在、

東京藝術大学准教授として後進の指導に当たりながら幅広く演奏活動を続けている。



JAPAN FOUNDATION

国際交流基金マニラ日本文化センター

The Japan Foundation, Manila

12th Floor, Pacific Star Building,

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

Makati Ave., Metro Manila ■ D-2

☎ 02-811-6155 ~ 58

E-Mail: bsuzuki@jfmo.org.ph

URL: www.jfmo.org.ph

写真・文: 国際交流基金マニラ日本文化センター 所長 鈴木 勉

Happy Cream Puff
SM south mallの人気店が
マカティにニューブランドをオープン!!
【10:00~21:00 毎日営業】

Strawberry Nama Choux (期間限定品) P105
W-Choux P65
Nama Choux P75

300ペソ〜
無料配達
承ります
(マカティ限定地
域のみ)

THE ZONE
7224 Malugay Street corner Buendia Ave., Bel-Air Makati City
Tel.02-707-1263
www.happycreampuff.com C-2

夏メニューに変わりました★
become the MENU IN THE SUMMER
定休日: 第2, 第4火曜日 Japanese cuisine **OMOYA**
Changing "Today's Specials"
goes to several place markets
and I select carefully
and we are inexpensive!
小料理 母屋

Block3 Unit 21-B J Aguilar Avenue, Las Pinas City Tel.02-494-3030

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

第2回 コメディの女王

Ai-Ai de las Alas

日本ではお笑いブームが続いていますが、
ここフィリピンにも有名なお笑いタレント
女性があります。通称「アイアイ」こと
Ai-Ai de las Alas (アイアイ デラ サラス)。
2006年からは「MAGGI MAGIC SARAP」
というフィリピン調味料CMの顔として
有名です。

アイアイには、前夫ミゲル・ペラ氏との間
に3人の子どもがいて、とにかく毎日忙し
い。「取材の前に息子の先生と会って話を
してきたし、その前には娘のドレスを買い
にモールに走ったわ」とママ業を精力的に
こなす。その一方、仕事のほうもバリバリ
とこなすまさに「ワーキングママ」。

2002年にはアラネタコロシアムで「コメ
ディコンサートクイーン」として20,000シート
をうめつくした。2004年には映画界スター
賞の「クイーンアンドベスト女優賞」を獲得。
「女性は家庭と仕事の間に完全なラインを
引くことはできないわ。だから私は両方を
手に入れ大事にしているの、コメディアン
と母親業ね」。

そんな彼女の姿勢が業界で信用度を高
め、フィリピン大手の調味料会社「MAGGI
MAGIC SARAP」の顔としてCMに大活躍中。

コメディアンにシンガーにそして女優
にと大忙しの日々の中でも大事なものを
見失わない芯の強さ。テレビでみるアイ
アイは口の大きなおばちゃんだわって
いう印象だったけど、本当はクールでかっ
ていいママだったのね！



【プロフィール】
1964年生まれ。コメディアン、
女優、TV司会者、シンガー。

©STAR STUDIO
ABS CBN Japan, Inc.
TEL:03-5414-2092

【アイアイに関する記録】 女性コメディアンとして人気者のアイアイは多くの記録数字を作っています。

- 年間テレビ出演数 17本
- フィルム総数 29本
- メジャーコンサート総数 13本
- レコーディングアルバム数 3枚

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 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!!!

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!

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。

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

オフィスでのストレス無し。 通勤時間 無し。 就職活動も要りません。 もっと笑顔を。

自分が自分のボスになったことを想像してみてください。
世界でトップを誇るイメージング技術がそのお手伝いをします。きっとあなたの未来像がはっきり見えてくるはず。
キヤノンが新しくご案内する『バンカブハヤン』パッケージは事業スタートに必要な事務機器を全て揃えています。
後は笑顔で行動に移すだけ。

クリックするだけで企業家への道がひらけます。
お問い合わせは www.businesscanbesimple.com



*Prices may vary depending on configurations of the machine.
Per DTI-NCR Permit No. 0820. Series of 2009.

Business **Can** be simple

DISTRIBUTED IN THE PHILIPPINES BY:

Canon Marketing Philippines, Inc. G/F Marvin Plaza Building 2153 Don Chino Roces Avenue, Makati City Customer hotline: 8849000 Fax: 8944174 Email: solutions@canon.com.ph Web: www.canon.com.ph
La Union Branch (072) 2424587 Pampanga Branch (045) 9616496 Legaspi Branch (052) 8202083 Cebu Branch (032) 2335735 Davao Branch (082) 2273820

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・お問合せは
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