マニラ発ライフスタイルフリーペーパー[プライマー]

primer

www.primer.ph

2018 MAY 05

Vol. 122　毎月25日発行



マニラの美味しいコリアンレストラン

近場でバケーション 魅力たっぷりプエルトガレラ

レストラン・ビューティー・ビジネスに関する情報満載

ゴルフコラム・ビジネスインタビュー・経済ニュースなども好評連載中

0
無料 / FREE

Metrobank
Japan Desk



メトロバンクのサプライチェーン・ファイナンス
機会を逃さない 機動的ファイナンス

運転資金は企業経営の血液であり、その最適化が重要な事は言うまでもありません。
メトロバンクが提供するサプライチェーン・ファイナンスは、購買者、供給者 双方の運転資金を最適化する革新的サービスです。

メトロバンクは三井住友銀行と共同で、クボタ・フィリピンの農機販売に関わるサプライチェーン・ファイナンス組成に成功しました。
このファイナンスにより農機購入を果たしたフィリピンの農家は、収穫量を増やし、生活水準を向上する事ができました。

こうした実績もあって、アジア・バンカー誌は 2017年度ランキングで、フィリピンで最も優れたトレード・ファイナンス・バンクにメトロバンクを選出しています。

サプライチェーンファイナンスに関する詳細は、メトロバンクのウェブサイトをご覧いただくか、マカティー本店 または 東京支店の担当マネージャーにお問い合わせ下さい。
御社ビジネスにどの様にお役に立てるか、メトロバンクとお話ししましょう。

20 YEARS Metrobank TOKYO

THE ASIAN BANKER STRONGEST BANKS 2016 by balance sheet

THE ASIAN BANKER Best Trade Finance Bank in The Philippines
TRANSACTION BANKING AWARDS 2017

Metrobank, Tokyo +81 3 5281 7252 • Metrobank, Osaka +81 6 7711 1315 • Metrobank JapanDesk, Makati +632 857 5371

フィリピン最大手
商業銀行

BDO

BDOジャパンデスクのご案内
～お母さんの銀行活用法～

もうすぐ母の日。いつも忙しいお母さん方も、
BDOのサービスで有意義に過ごしませんか。A美さんの活用法をご紹介します。

BDOクレジットカード、デビットカード利用による特典が確認できる**アプリ**

ママ友とのランチは忙しい日々の楽しみの一つ。日にちが決まったので、**BDO Deal Finder**でBDOカードの特典が利用できるレストランをチェック！地図上に特典のあるお店が表示されるので、見つけるのも簡単です。

～～～

ペイコードによる送金（自分の口座番号と携帯電話番号/メールアドレスを紐付けできる）

楽しいランチはあっという間。特典を有効利用するために、全額A美さんのカードで支払いました。割り勘した金額はそれぞれスマートフォンからお振込み。口座番号の代わりに**携帯電話番号で受け取れる**ように設定済みなので、口座番号をわざわざお友達に伝える必要もありません。

～～～

オンラインバンキングとほぼ同じ機能を持つ**アプリ**

下の子どものお迎えに何とか間に合ったと思ったら、今度はお兄ちゃんの方から携帯のロードがなくなりそう…というSOS。そんなときにも**モバイルバンキング**からその場でリロード。これで部活の後のお迎えも安心です。



お取り扱い業務
ご預金、ご融資、外国為替、信託、退職金基金、社内ATM設置、投資、株式購入、インターネットバンキング、振込、クレジットカード、オートローン、ホームローン、保険、リース、その他

BDO Japan Desk お問い合わせ先
カスタマーサービス: help-japanese@bdo.com.ph/ セールス・マーケティング: info-japanese@bdo.com.ph
https://www.bdo.com.ph/jp
日本語対応：+63(2)663-4001 営業時間：平日8：30 ～18：00

*日本語のお問い合わせを伺いまして担当部門にご紹介します。

Panasonic

工場、倉庫から店舗・学校・公共施設まで

省スペースでたっぷり発電。



HIT® Photovoltaic Module

"HIT" is a registered trademark of Panasonic Group.

エネルギー資源が乏しく、電気代の高いフィリピンでは、
エネルギーの有効活用は重要な課題。
パナソニックの太陽電池モジュール"HIT"は
無尽蔵の太陽光エネルギーをムダなく活かします。

他の商品一覧

V-Hotel SERIES



V-Hotel マルチギャングプレート 18端末まで接続可能

選べるカラー



ブラック、グレー、ホワイトカラーから選べます

ホテル名印字オプション



Panasonicブランド印字からホテル名へ変更可能

品質と安全性



強度の高いフルメタルフレームを採用



Panasonic LED

Lighting the way to a better world

安全

- 過電流保護
- 広電圧範囲
- 優れた耐火性

快適

- 眩しすぎない柔らかい光
- 均一した明るさ

長寿命

- 安定した発光
- 優れた放熱性

Panasonic Manufacturing Philippines Corporation
For Commercial and Residential use please contact us:
yosuke.tanaka@ph.panasonic.com(担当者：田中) | 02-886-6291 to 94 | www.panasonic.net/ecosolutions/solar/

Canon
Delighting You Always



キヤノンの名刺には“顔”があります。

私たちキヤノンは、常にお客様のビジネスパートナーでありたいと考えています。
名刺に写真を入れることで、まずは顔を覚えていただき、そして身近に、
親しく感じていただくという願いをこめています。
製品を販売することは私たちの目的ではありません。
納品後も最大限ご満足いただけるよう、きめ細やかなアフターサービスを提供し、
末永くお付き合いいただける関係性を築いていくことが、
私たちキヤノンの目指す "Delighting You Always"です。
どんなことでも“川口”までご連絡下さい。



Business Can Be Simple

canon.com.ph　canonphils

Canon Marketing (Philippines), Inc. 7/F Commerce and Industry Plaza, Campus Ave. corner Park Ave. McKinley Hill, Fort Bonifacio Taguig City, Metro Manila, Philippines, 1634
Call: (632) 884-9090　Customer Care hotline: (632) 884-9000　Email: customer_assistance@canon.com.ph　Visit: www.canon.com.ph

マミー塾

自ら学ぶ力を育みながら、弱点克服・目標達成のために一人ひとりに寄りそった指導を行います。



高校進学対策・小4・5・6学習指導

第一志望校 合格率 100%

個別指導 集団指導

一人ひとりの要望にあわせて選べる 生徒に寄りそった学習塾

卒塾生全員志望校合格 おめでとうございます!

※お名前のアルファベット順に記載

県内No. 1		県内トップクラス	
Aさん	栃木県立宇都宮高校	Mさん	島根県立出雲高校
県内No. 1		超難関校	
Nさん	愛知県立旭丘高校		私立滝高校
県内トップクラス		人気の早稲田系属校	
Oさん	新潟県立国際情報高校	Sさん	早稲田渋谷シンガポール校

など

マミー塾5つの安心

1 わたしだけの学び方

個別と集団授業を一人ひとりにあわせて実施するから安心！

2 最新の入試情報による進路指導

日本にいるスタッフと大手教育情報会社との連携で適切な情報による進路が見つかるから安心！

3 小論文入試対策

近年、帰国生入試でも重要視されはじめている小論文対策は、元受け入れ側の中高一貫の教員が指導するので安心！

4 全国模擬試験

日本での高校入試に向けて難関校受験用と公立高校進学用の指導が選べるので、安心！

5 5教科対応

理社はひとりひとりにあわせ、個別と自学自習の組み合わせで授業を進めます。できるようになるまで教えるので安心！

高校進学対策（中学生対象）

集団指導・個別指導のダブル指導で、授業の先取りから苦手な分野の克服までしっかりフォローします。個別指導プランには、「基礎・基本」、「理・社集中」、「弱点克服」、「難関私立ハイレベル演習」があり、一人ひとりの要望にあわせて選ぶことができます。

＜集団授業 時間割＞　全学年定員１０名　※マニラ日本人学校の生徒を対象とした時間割です。

中　1	月・木	16：50 ～ 19：40
中　2	火・金	16：50 ～ 19：40
中　3	月・木	16：50 ～ 19：40

＜個別授業 時間割＞

中　1	火・水・金	16：50 ～ 19：40
中　2	火・水・金	16：50 ～ 19：40
中　3	火・水・金	16：50 ～ 19：40

小学生学習指導

基礎固めをしっかり行う個別指導です。個別指導プランには、「基礎・基本」、「教科書準拠」、「学力アップ」があります。近い将来の受験に向けて、自分で学習する習慣を身につけるように促します。

＜個別授業 時間割＞　※マニラ日本人学校の生徒を対象とした時間割です。

小　学　生	月・火・水・木・金	14：50 ～ 15：40 15：50 ～ 16：40

入塾までのながれ

お問い合わせください。
↓
個別相談会
↓
要望に応じたプランを決める
↓
申し込み・お支払い
↓
指導スタート

個別相談随時受付中

お問い合わせ

マミー・インターナショナルマニラ校
マミー塾担当　小野 誠　山本 元気
鈴木 香絵

(02)-807-2199 / 2178

manila_info@mommy-int.co.jp

卒塾生からメッセージ　私にもできた! 君にもできる!

Aさん

中３でマミー塾に入り週３の授業で、テスト前は土日も利用し勉強の体力をつけることができたと思います。塾に入ってお互いに志望校は違うけれど切磋琢磨もできました。
後輩へのアドバイスとしては中２までに英検など資格は取っておいたほうが良い。志望校の過去問は中３になる前に一度見ておく。公立の受験では内申点も大事だと思うので日頃から勉強はしておきましょう。

Mさん

後輩の皆さんへ　MJSから受験をする以上、みんなの志望校がバラバラで早く決まる人もいれば、３月まで戦わなきゃいけない人もいます。だから「自分だけが」って思うかもしれません。でも、受験は団体戦！受けるところはバラバラでも自分の未来に向かって全力で戦っているのは皆一緒です！辛い時こそ仲間の姿を思い出してください！いつかきっとみんなで笑える日が来ます！

Oさん

僕は苦手科目を今まで全く勉強しておらず、好きな科目しか勉強していませんでした。マミー塾に入ってからは先生方が優しく、とても親しみやすいうえに僕たちが分かるまで丁寧に勉強を教えて下さりました。そのお陰で質の良い勉強ができ、入る前よりも偏差値を１０以上アップさせることができました。
これから受験生の皆さんは苦手科目で苦しむかもしれませんが、自分に自信をもって勉強を頑張ってください。

※印刷の関係上、一部抜粋しております。

マミー・インターナショナル マニラ校
G/F Avecshares Center 1132 University Parkway North Fort Bonifacio Global City 1634 Taguig
HP：http://phil.mommy-int.co.jp/ Eメール：manila_info@mommy-int.co.jp マミー インターナショナル

幼稚園 / 日本語教室 / マミー塾 / 英検対策授業

TEL (02) 807-2199 / 2178





primer

May/Mayo 2018 05

Contents

Special Feature

こんなにある！ マニラの美味しいコリアンレストラン …6

トラベル特集

近場でバケーション　魅力たっぷり　プエルトガレラ…36





28 フィリピンで親睦を深めよう！ 日本人コミュニティリスト
33 プロ直伝！ 今晩のおかず まめ知識付
今回の食材：長ネギ　Onion Leek
42 国際線　主要航路時刻表
44 上達への近道！ ゴルフレッスン誌ALBAがお届けする極上テクニック
46 Let's enjoy フィリピンゴルフ！
初心者でもわかりやすいフィリピンのゴルフ場ご紹介します
60 フィリピン ビジネス烈伝 第59回
Quipper Country Manager　直鳥さん
62 フィリピン経済NEWS
あなたの知りたいフィリピンの経済情報や役立つ情報をお届け致します。
74 フィリピン生活お役立ち！ プレスクール・習い事リスト
76 フィリピン生活お役立ち！ 趣味・余暇活動リスト
83 MAP マニラ首都圏・鉄道&バス路線図・マカティ・BGC・オルティガス・マラテ・パサイ・アラバン・ケソン市
92 Hot topics　話題のお店や最新情報をチェック！
93 国際結婚ファミリーコミックエッセイ　うちのフィリピンママ　前田ムサシ

■困った時の連絡先（フィリピン国内用）

●大使館・邦人関係機関

在フィリピン日本国大使館	02-551-5710
領事部直通（日本語）	02-834-7508
マニラ日本人会	02-810-7909
フィリピン日本人商工会議所	02-892-3233
マニラ日本人学校	02-840-1424～27
フィリピン退職庁	02-848-1412
邦人援護ホットライン（24時間対応）	02-551-5786

●病院

マニラ日本人会診療所（マカティ）	02-818-0880
東京ヘルスリンク（マカティ）	02-819-2010
東京ヘルスリンク（アラバン）	02-772-2678
セントルークス・メディカルセンター（グローバルシティ）	02-789-7700
セントルークス・メディカルセンター（ケソン）	02-723-0101
神戸クリニック（アラバン）	02-842-5405
メディカル・シティ（パシッグ）	02-988-1000
アジアン・ホスピタル・アンド・メディカルセンター（モンテルンパ）	02-771-9000
マカティ・メディカルセンター（マカティ）	02-888-8999
セブ・ドクターズ・ユニバーシティ・ホスピタル	032-255-5555
チョンワホスピタル（セブ）	032-255-8000
ダバオ・ドクターズ・ホスピタル（ダバオ）	082-221-2101
ジャパン・ヘルプデスク（24時間体制で医師や医療機関を紹介）	02-817-1289

●空港

ニノイ・アキノ国際空港（NAIA）	02-877-1109

●航空会社

全日空	02-553-8000
日本航空	02-403-2486
フィリピン航空	02-818-0111
デルタ航空	02-841-8800
セブパシフィック航空	02-702-0888

Feature of The Issue

STREET: Korean cuisine is very popular among Filipinos. If you're craving for some affordable and authentic Korean cuisine, the best places to go are the restaurants scattered around the red light district in Poblacion, Makati and the vicinity of Ortigas Centre. This month, we're uncovering the best Korean restaurants in Manila.

TRAVEL: Once touted as the successor to Boracay, Puerto Galera has found its own identity in dive sites and adrenalin-pumping activities. The town feels more like a cross between the party-oriented island Boracay and the serenity of Palawan's secluded beaches. Join us as we explore some of Puerto Galera's best restaurants and resorts so that you can start planning your summer getaway.




発行・編集・制作
Publishing / Editing / Production
Primer Media社
広告問合せ　sales@primer.ph

PrimerMedia社
Unit 807, Greenbelt Mansion Building, 106 Perea St.,
Legaspi Village, Makati City
Tel : 02-836-8381　Fax : 02-808-2163
E-mail : information@primer.ph
URL : http://primer.ph

無断転載・複写・引用を禁じます

primer 5月号 Vol.122

（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）

Philippine primer The Expats' Guide to the Philippine Lifestyle
Philipine primerの英語版は毎月10日発行！

本誌掲載記事、広告等は弊社内で精査の上掲載しておりますが、記事及び広告内の商品、サービス、その他掲載内容への責任は弊社では負いかねます。また、広告主および寄稿著者へのクレーム等が発生した場合には、弊社からは広告主および寄稿著者へのクレーム内容の通達のみを行い、それ以上の対応は出来かねますことも合わせてご了承下さい。

Contact Us: Primer Media Inc.,
Tel: +63-2-836-8381
Telefax: +63-2-808-2163
http://primer.ph
Facebook: Philippine Primer
E-mail: information@primer.ph/sales@primer.ph
Unit 807, Greenbelt Mansion Building, 106 Perea Street,
Legaspi Village, Makati City, Philippines

こんなにある！
マニラの美味しいコリアンレストラン

フィリピンでも韓国料理は大人気！お手頃で美味しい韓国料理を求めるなら、マカティのブルゴス周辺やオルティガスセンター周辺に集まっている韓国レストランがおすすめですが、モールの中や高級ホテルにも美味しい韓国レストランがあります。



Kaya

MAP F-3

P P

カヤ

韓国料理レストランで外せないのは、1993年創業のこちらの老舗。お客さんの3割は日本人。平日はビジネスマン、週末になるとゴルフ帰りのお客さんも多い。個室が6室あり、最大80人までの団体もOK。日本人がよく注文するメニューはユッケ（写真②）、焼肉、石焼ビビンバ、チャプチェ、パジョン、冷麺など。また、お店のおすすめはサンチュといただくチョッパル（写真④）、鉄板でこんがり炒めた風味たっぷりの甘辛いタレがクセになるナクチボックム（写真③）など。マカティのクリークサイドやポディウムなど、全部で6店舗構える。

information

62 Jupiter St., Bel-Air, Makati
☎02-895-0404／02-899-0640
営11時30分～14時30分、17時30分～22時30分
kayarest









①モダンな韓国風のインテリア
②ユッケ　Yook Hoe（P450）
③ナクチボックム　Nakji Bokum（P450）
④チョッパル　Jokbal（P900）

San Sung

MAP F-2

P P

サン・スン

ブルゴスに構える営業5年ほどの韓国レストラン。韓国人夫婦が経営する。焼肉は鉄板で焼くスタイルで韓国から取り寄せた鉄板を使い、強火でジュウジュウ焼く。使用するお肉は上質なローカルポークや輸入ビーフで、程よい厚さにカットされている。2皿注文するとスープとパムチムが無料でついてくる。バンチャンは8～9種ほどで、お代わり無料。個室が2室あるので、会食にも使える。無料Wifiが使えるのも嬉しい。

information

5059 San Marcos st. cor. P. Burgos St., Poblacion, Makati
☎02- 890-7070
営10時～24時









①濃厚で甘辛いソースが美味しいSpicy Squid（P400）
②Samgyupsal（P300）
③鉄板で焼くスタイル
④50人収容のお店。個室が2室ある

客単価：P 1コ：P300以下　P 2コ：P300～800　P 3コ：P800~1,500　P 4コ：P1,500～2,000　P 5コ：P2,000以上

Bornga

MAP C-2

ボンガ

ソウルに本店があり、フランチャイズでアジアに80店舗以上を持つ、韓国人も一押しの料理店。すべての焼き肉メニューに、7〜9種類の新鮮なローカル野菜のサンチュが付いてくる。このボリュームと種類のサンチュは他にはなく、ジューシーなお肉を包んで色々な味を楽しむことができる。ビジネスでも、家族連れでも外さない韓国料理店。

information

2/F Alphaland Makati Place, 7232 Ayala Ave. ext. cor. Malugay St., Makati
☎0905-318-8282
営月〜日曜 11時〜14時30分、17時〜22時 BorngaMakati

①新鮮ローカルサンチュとWoo Samgyupは大満足の一品(P450)
②広々としてゆったりとした店内





Bulgogi Brothers

MAP D-5

ブルゴギ・ブラザース

グリーンベルトやリゾートワールドなど5ヶ所に支店を持つ韓国発祥のレストランチェーン。2011年にマニラで海外初支店をオープン。伝統的な韓国料理の他、多彩なおかずがぎっしり詰まったドシラク（弁当）、しゃぶしゃぶなども提供し、豊富な種類のメニューを誇る。焼肉では、ステーキのような厚切りのRibeye Steak（10oz ／ P1,195／12oz ／ P1,395）や薄切りビーフをハート形にしたUnyang Style Bulgogi (P595)がおすすめ。

information

3/F Greenbelt 5, Ayala Center, Makati
☎02-621-5289 / 02-621-6216
営11時〜21時
www.bulgogibrothers.com.ph

①Bulgogi Brothers Special (P1,495)
②Bulgogi Bibimbap (P452)





1. **Dona Dona Korean Restaurant**
1/F Millenium Plaza Hotel, Brgy. Poblacion, Makati Ave., Makati
☎02-896-3662 営10時〜23時

2. **Sittixian Korean Restaurant**
5378 Gen Luna St., Brgy. Poblacion, Makati
☎02-897-7274 営8時30分〜翌2時

3. **Min Sok**
5655 Don Pedro Jacobo St., Brgy. Poblacion, Makati
☎02-895-9586 営10時30分〜22時30分

4. **Top Dish Korean Restaurant**
4890 Durban St., cor. Burgos St., Poblacion, Makati
☎02-758-1122 営16時〜翌3時

5. **Ma San Garden Korean Restaurant**
29 Polaris St., Bel-Air, Makati
☎02-896-9395/02-896-5094 営10時30分〜22時30分

6. **Dongji Barbecue**
5343 Gen. Luna St. cor. Makati Ave., Poblacion, Makati
☎0995-107-8010 営10時〜翌4時

7. **Man Sun Korean Cuisine**
LCG Bldg., P Burgos, Poblacion, Makati
☎02-899-0619 営9時〜翌5時

8. **Hwang Tot Goal**
Insular Bldg., P Burgos St. cor. Gen Luna St., Poblacion, Makati
☎0905-281-4022 営10時〜翌4時

9. **Joong Kook Zip**
5650 Don Pedro St., Poblacion, Makati
☎02-509-5551 営10時〜24時

10. **Joe Snack Grill**
6244 Don Pedro St., Poblacion, Makati
☎02-896-9961 営11時〜14時

11. **Gentleman Korean**
5354 Gen Luna St., Poblacion, Makati
☎02-550-2872 営15時〜翌6時

12. **Bada Seafood**
4799 Gen Luna St., Poblacion, Makati
☎02-899-4388 営16時〜翌2時

13. **K-Bob Korean BBQ Cup Food**
Executive Bldg Center Inc. Sen Gil Puyat Ave. cor Makati Ave., Makati
☎0995-908-2790 営8時〜22時

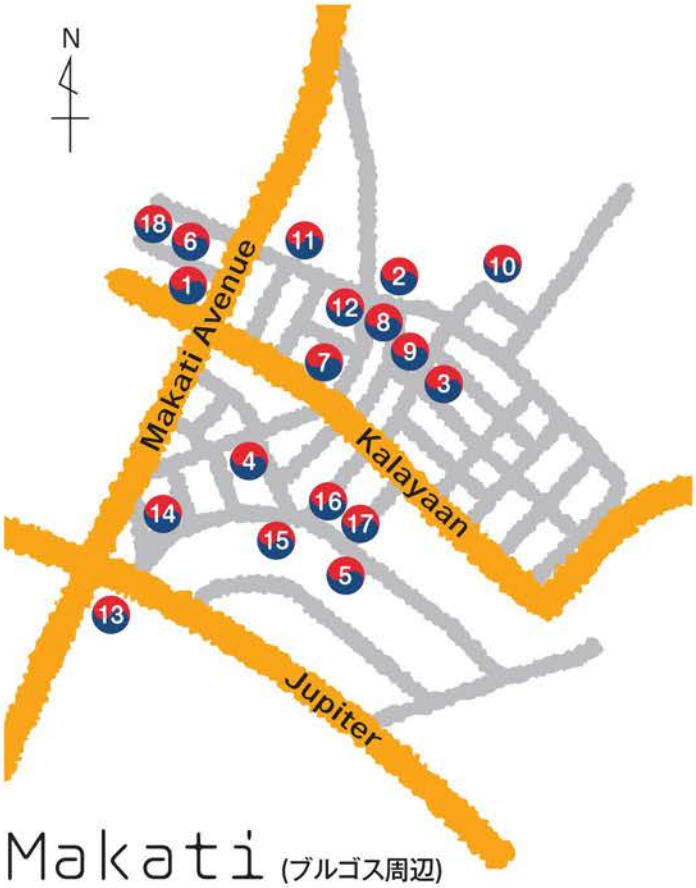
14. **Donu Pork & Beef**
78 Polaris St., Bel-Air, Makati
☎02-897-6878 営24時間

15. **Myeong Dong**
37 Polaris St., Bel-Air, Makati
☎確認 営9時〜翌2時

16. **Big Mama**
Azotea De Bel-Air, 5786 Polaris, Makati
☎02-750-0048 営9時〜翌4時30分

17. **Yukino Hana**
5786 Polaris St., Makati
☎02-555-1547 営17時〜翌4時

18. **Captain Hwang**
Gen Luna St., A. Venue Mall, Poblacion, Makati
☎02-403-9140 営11時〜翌2時



Makati (ブルゴス周辺)

Danji

MAP E-2
P P

ダンジ

営業4年目、ジュピター通りに構える。オーナーは、フィリピンに12年在住している韓国人。リーズナブルな価格で大勢でシェア可能な料理がとても人気。毎晩日本人客が多く、日本語表記のメニューも用意されている。日本から取り寄せた和牛を使っており、2〜4人前のビーフの盛り合わせ（写真②）では3種類楽しむことができる。その他の人気料理は7種類の具が入ったビビンバYachae Bibimbap（P300）、パジョンHaemul Pajeon（P370）そしてBajilag Minali Kongnamulgug（写真③）など。






information

114A Jupiter St. Makati
☎0917-856-6292　営10時〜翌3時
2014makati

①Pork Platter（P1,050）
②Beef Platter（P2,350）
③栄養たっぷり！あさり出汁の豆もやしスープBajilag Minali Kongnamulgug（P300）
④アットホームな店内

Dongwon Garden

MAP F-2
P P

ドンウォン・ガーデン

日本人の間でも人気の高い韓国料理店。人気メニューはやはり焼肉だが、韓国チヂミ（P350）や石焼ビビンバ（写真②）などの料理もはずれがない。焼肉のシメには冷麺（写真①）がおすすめ。14〜24人収容の個室が3室あり、宴会やミーティングなどにぴったり。また、肉屋も併設されており、店頭に並ぶ新鮮なUSビーフや国内産ポークは、レストランで使用されているものと同じ上質なお肉。




information

53 Polaris St., cor. Jupiter St., Makati
☎02-898-3558/0917-522-9012
営24時間　休なし

①ひんやりと美味しい冷麺　Mul Naengmyun（P350）
②定番！石焼ビビンバ Yue Hoi Dolsot Bibim Bab（P450）

Jumong

MAP G-2
P P

ジュウモン・レストラン

韓国人オーナーが切り盛りする同店では、USビーフを秘伝のタレに漬け込んだYangnyum Galbi（P500）や、濃厚な味わいの牛煮込み「Beef Short Ribs Stew」（P300）といった肉料理から、韓国家庭料理の定番、春雨と野菜を炒めた「チャプチェ」から、ご飯の上にナムルを乗せた「ビビンバ」まで様々なメニューが揃う。韓国人をはじめ、あらゆる国籍の人々の心をわしづかみにする味をぜひ堪能してみては。




information

5650 Don Pedro St., Brgy. Poblacion, Makati
☎02-478-7077/0916-442-3000
営10時〜24時

①焼肉からチゲから冷麺まで、豊富な種類の韓国料理を堪能できる
②シンプルでアットホームなお店

Seoul Galbi

MAP A-2
P P

ソウル・ガルビ

マカティに2店舗構える韓国料理レストラン。ブルゴス近くの1号店は日本人や韓国人も含め外国人客が多い人気店。2号店はサンアントニオビレッジに構える。オーナーは韓国人。上質な輸入牛を使用した焼肉が人気メニュー。お肉は2日間じっくり漬けているため、柔らかく味もしっかり染み込んでいる。韓国レストランでは欠かせないバンチャンも美味しく、キンパブなどのサイドメニューも充実している。






information

8846 Sampaloc cor. Estrella St., San Antonio Village, Makati
☎02-824-0393　営11時〜翌2時
SeoulGalbiRestaurant

①Samgyeopsal（P290）とYangyeom Galbi（P720）
②Yuke（P450〜600）
③Gimbap/Teokboki（P280）
④サンアントニオビレッジにある2号店

客単価：P 1コ: P300 以下　P 2コ: P300 〜 800　P 3コ: P800~1,500　P 4コ: P1,500 〜 2,000　P 5コ: P2,000 以上

1 Jang Ga Nae

MAP O-5

ジャン・ガ・ネイ

韓国から移住したファミリーが地元シェフに料理を教え、自家製キムチを漬け込み、秘伝の味を提供する。人気メニューはお肉がトロトロになるまで煮込まれたBeef Rib Stew（P380）や、Mixed Rice on Stone Bowl（P300）。個室は最大28人まで着席可能で、宴会も可能。オルティガス内は宅配も行っている。





information

8137 Plaza, Escriva st., San Antonio, Ortigas, Pasig
☎02-633-6960
営11時～22時
Jang-Ga-Nae

①ココナッツの炭火で焼く韓国焼肉Grilled Beef Belly（P390）
②ランチタイムから賑わう店内。

2 Ye Dang

MAP O-4

イェ・ダン

前身はマカティで20年以上前に開店したという老舗韓国料理店。韓国人オーナーによる本格料理とリーズナブルな値段が地元フィリピン人にも大評判で、固定客が多いのもうなずける。La Galbiは店いちおしの上カルビ。柔らかい骨付き肉がお酒やご飯にぴったり。





information

#88 Meralco Ave.,Ortigas Center,Pasig
☎02-636-1461
営11時～14時30分、17時～22時30分
休なし

①La Galbi（200g／P550）
②Japchae（P350）

Masil Charcoal Grill

MAP外

マシル・チャーコール・グリル

1991年、一家が経営する小さなお店としてオープンしたが、今では毎年発行されるグルメガイドブック「eat out now!」の2015年版に掲載される程の名店に。メニューは韓国人の女性シェフが考案し、多くの食材は韓国から輸入したものを使用している。





information

100 Oranbo Drive, Brgy. Oranbo, Pasig City
☎02-631-2173/02-634-2010
営月～日曜 11時30分～15時／17時～23時
MasilOrtigas

①フルコースメニュー内のひとつ、Bossam（アラカルトP1,100）とDenjang Jige（アラカルトP300）
② 広々とした店内。貸切も可能

3 Matgalne Korean Restaurant

MAP O-4

マトガルネ・コリアン・レストラン

お手頃価格で韓国焼肉食べ放題を楽しめる。Pork、Unlimited Pork & Beef（一人前P449）からチョイス。ビュッフェ（一人前P350）、さまざまなアラカルトメニューも用意。身長3フィート以下のお子さんは無料というサービスも。





information

2/F Millenium Place Bldg., Meralco Ave. Oritigas, Pasig
☎02-632-9714
営11時30分 ～14時30分、17時30分 ～21時30分
Ortigasmatgalne

①Unlimited Pork（P349）
②アットホームな店内



4 Sopoong Food House
Unit 108 1/F Grand Emerald Tower, cor. F. Ortigas Jr.Road, Emerald Ave. Ortigas, Pasig city
☎02-696-2148/ 0916-338-7774 営月～土曜 8時～24時 休日曜

5 Hoolala Korean Chicken House
Amber Square Bldg., 7 Escriva Dr. Ortigas Centre, Pasig
☎02-638-6465／0926-660-8000 営10時～翌2時



6 Wang Debak
Amber Square Bldg., 7 Escriva Dr. Ortigas Centre, Pasig
☎02-635-0054 営10時～22時

7 Mandu House
Amber Square Bldg., 7 Escriva Dr. Ortigas Centre, Pasig
☎02-633-0953／02-587-7832／0917-858-8611／0917-841-4632 営10時～22時

8 Seoul Restaurant
8137 Escriva Drive Ortigas, San Antonio, Pasig
☎02-637-8282 営10時～24時



9 Salang Restaurant
Garnet Rd., Pasig
☎02-234-0715 営24時間

10 Danji
Grand Emerald Tower, Garnet Rd., Pasig
☎0917-611-8765 営10時～21時

11 Song Do Restaurant
Ortigas El Pueblo Complex, Julia Vargas Ave. , Ortigas Center, Pasig
☎02-636-3626 営10時～22時

外 Lee Hak Unlimited BBQ Restaurant
United and Brixton, Kapitolio Pasig
☎02-584-3279 営11時30分～15時、17時～22時 leehak88

Soga Miga

MAP AE-2
P P P

ソガ・ミガ

アラバンMolitoの韓国料理レストランと言えば、今年で営業10年目になるSoga Miga。クオリティーの高い食材を使って本場韓国の味をそのまま届けており、韓国人だけでなく日本人やその他外国人のお客さんも多い。個室が17室あり、最大40人まで対応可能のため日本企業の団体が利用することも多い。日本人に人気なのは、何と言っても焼肉。こぼれた肉汁で炎が吹き上がるのを防ぐ特別なグリルを韓国から取り寄せている。使用するお肉は、上質で新鮮な和牛やUSビーフのみ。6月からはアラバンのFestival Mallに移転予定。

information

Alabang Molito Commercial Complex, Alabang, Muntinlupa
☎02-807-3008/0917-807-3008
営月～土曜 11時～23時／日曜 11時～22時
sogamiga






①Budae Jjigae（大P1,300／中P900）
②Wagyu Shortrib
③Dolsot Bibimbap（P350）
④営業10年目になるお店

A-won

MAP AF-2
P P

アーウォン

韓国人のオムニ（お母さん）が手掛ける韓国料理店。焼肉に使うビーフはもちろん、炭火にもこだわりお肉に良い風味を与えるダバオ産のココナッツ炭のみを使用。味付けには、こちらで一般的なヨウ素添加塩は避け、韓国製の天然海水塩を使用している。飲料水も9段階のフィルターでろ過したお水を用意するなど、お客様が口にするもの全てのクオリティーにこだわる。メニューはお母さんが作る韓国の家庭料理が中心。もちろん、上質なUSビーフを使った焼肉メニューも見逃せない。

information

2/F The Commercenter Alabang, Commerce Ave, Filinvest City, Muntinlupa
☎02-519-5183/0917-852-9955
営10時～23時






①牛カルビ焼き(P750)
②サムギョプサル(P300)
③ ビビンバ(P350)
④広い店内は排煙設備もばっちり

Jin Joo

MAP外
P P

ジン・ジュー

2017年にオープンした韓国レストラン。フィリピン人に合わせて若干味を調整しているものの、正統な韓国料理を提供している。インスタグラマーを意識した店内は若者向けのカジュアルでポップなデザインだが、排煙設備などはしっかり完備。ここで是非試してほしいのは、Cheese Deung Galbi（写真①）。仕切りのある鉄板にリブ、チーズ、ライス、キムチなどの食材が詰められており、店員が火にかけてチーズを溶かしリブの周りにぐるぐる巻きつけてくれる。アツアツのうちに食べるのがおすすめ。残ったチーズはライスやキムチと混ぜ合わせて、キムチチーズライスの出来上がり。もう一つのいちおしメニューは8種のフレーバーのサムギョプサル(写真③)。SMオーラに支店があり、ボディウムとモール・オブ・アジアにもオープン予定。

information

Eastwood Citywalk 1, Libis, Quezon City
☎02-727-8750／0915-209-1888
営11時～24時(LO:11時30分)






①Cheese Deung Galbi（P950）
②リブにとろけるチーズをぐるぐると
③8種 類のサムギョプサルを楽しめるJin Joo's 8 Flavours（P1,560）
④インスタ映えするデザイン

Yukdaejang

MAP K-3
P P

ユックダエジャン

韓国にあるレストランのフランチャイズ。看板料理のひとつであるユッケジャンを筆頭に、スープ麺や肉料理、鍋料理、カルビ餃子などの料理を揃える。韓国人オーナーが料理のクオリティーをしっかりチェックしており、BGCに住む韓国人客もよく訪れる。カジュアルなインテリアだが、6人収容の個室を2部屋備えており会食にも利用できる。ベストセラーはYukgaejang Noodle（P400）や少し甘めの味付けで麺が入っていないOriginal Yukgaejang（写真①）など。また、マイルドな醤油ベースのタレでいただく茹で豚Premium Pork Belly in Soy Sauce（写真②）もいちおし。BGC内であれば全メニューデリバリーが可能。

information

1/F Park Triangle, 3245 11th Ave. cor Rizal Drive, BGC, Taguig
☎0917-142-5858/02-368-1269
営月～土曜 10時30分～22時／日曜 10時～21時
YukdaejangBGC





①Original Yukgaejang（P400）
②Premium Pork Belly in Soy Sauce（P1,000）
③木目調のカジュアルで明るい店内

客単価： P 1コ: P300 以下 P 2コ: P300～800 P 3コ: P800~1,500 P 4コ: P1,500～2,000 P 5コ: P2,000 以上

Yoree

MAP J-4 ₱₱₱

ヨリー

本場韓国と同じクオリティーの料理を提供したい一心で、韓国人オーナーが2014年にオープンした本格的なコリアンレストラン。フィリピンに味を合わせることは一切せず、韓国人コンサルタントの監修の元で常に高いクオリティーをキープしている。定番のサムギョプサル(P398)は砂糖を使わずにナシと玉ねぎで甘みを出しており、48時間じっくり漬けている。ビーフは程よく脂ののったUSDA認定の上質なものだけを選りすぐっている。焼肉の他には韓国冷麺もひそかな人気メニュー。

information

1-6 Forum 7th Ave cor Federation Drive Bonifacio Global City
☎02-357-0796/0929-466-0032
営11時30分～22時30分
YoreeKoreanBBQ






①Nakji Bolkeum（P398）
②Bibim Naengmyeon（P298）
③Kkotsal（P848）
④インテリアはモダンでスタイリッシュ

O Kitchen

MAP Y-3 ₱₱₱

オー・キッチン

シティ・オブ・ドリームズのオープンから営業しているレストラン。韓国料理店だが、お寿司や天ぷらなどの和食も少しメニューに並ぶ。石鍋で作る料理が特に人気で、厨房にある大きなグリルで熱した石鍋の料理をアツアツのまま運んでくる。人気メニューは甘い漬けダレが美味しいLA Galbi（写真②）。新鮮なサンチュに巻いていただくと美味しい。また、石焼きと言えば外せないのがDolsot Bibimbap（写真③）。そしてぐつぐつと沸騰した状態で運ばれてくるBeef Rib Soup（写真①）はコクのあるスープに柔らかいビーフが絶品。生きたラプラプを水槽に常備しており、これで作る刺身も大人気。

information

2/F City of Dreams, Aseana, Paranaque
☎02-958-4679
営10時～翌3時
www.cityofdreamsmanila.com






①Beef Rib Soup（P900）
②LA Galbi（P1,750）
③Dolsot Bibimbap（P700）
④カジノ利用客の要望に合わせて午前3時まで営業している

Sibyullee

MAP P-5 ₱₱

シブユーリー

BGCのSariwonやグリーンベルトのSoban K-Town Grillの韓国人オーナーが手掛けるレストラン。観葉植物と明るいウッドを取り入れたインテリアは、まるでカフェのよう。おすすめは、今大人気のチーズタッカルビ。とろーりチーズを絡めていただく甘辛いタレの柔らかいビーフは絶品。単品でも注文可能だが、ビビンバ、サムギョプサル、パジョン、トルネードポテト、ビーフ200g、サムギョプサル200g、スープ、そしておかわり自由のバンチャンが全てセットになったGalbi Cheese BBQ Set for 4(写真①)も4人でシェア可能でとてもお得。2人前、4人前のセットが他にも用意されているので、会食などにおすすめ。

information

1/F Ayala Malls the 3oth, 1605 30 Meralco Ave., San Antonio, Pasig
☎02-958-6988/0927-896-3887
営11時～21時
Sibyullee






①これ全部セットでP2,400！Galbi Cheese BBQ Set for 4
②チーズがふつふつして来たら食べ頃。とろけるチーズに具を絡めていただこう
③サムギョプサルなどもセットに含まれている
④カフェのようなかわいいインテリアは女子だけの会食にも◎

Kiwa Korean Grill

MAP W-4 ₱₱₱

キワ・コリアン・グリル

ソレアに構える高級韓国焼き肉レストラン。15年の経歴を持つ韓国人料理長と、韓国カルチャーセンター主催のGlobal Taste of Koreaで2016年度のグランドチャンピオンに輝いたフィリピン人副料理長が料理を手掛ける。おすすめはDolsot Bibimbap（写真①）。また、焼肉はSaeng Jin Galbi（150g／P1,500）、Saengdeungsim（150g／P1,400）、Yangnyeom Galbi（220g／P1,200）。メニューに載っていないものでもリクエスト可能。

information

Solaire Resort & Casino, 1 Aseana Ave., Entertainment City, Tambo, Parañaque
☎02-883-8962
営10時30分～24時
www.solaireresort.com
Kiwasolaire






①Dolsot Bibimbap（P800）
②Chili Shrimp（P1,200）
③上質なお肉を使った焼肉メニューはマストトライ
④プライバシーがあるように配慮されたテーブルの間隔

Namoo House

MAP K-1 P P P

ナムー・ハウス

韓国発祥の焼肉屋。地元ではMaple Tree Houseの名で知られ、2005年にソウルに本店をオープン。モダンなインテリアで知られる本店のデザインを再現し、仕切りで使われているカバノキの幹はわざわざ韓国から輸送するというこだわりよう。お肉には日本産の黒豚やUSDA（米国農務省）から最上級品質と格付けされた熟成Primeビーフを使用。厨房には韓国人シェフが常駐し、味の質を厳しくチェックしている。





information

1/F Uptown Parade, 38th cor. 9th Ave., Bonifacio Global City, Taguig
☎02-946-3733
営日～火曜 11時～14時、18時～翌1時／水～土曜 11時～翌2時
namoohouseph

①Aged USDA Prime Striploin（150g/P895、300g/P1,600、600g/P3,000）
②インテリアは本店のデザインを再現

Sariwon Korean BBQ

MAP J-3 P P

サリウォン・コリアン・バーベキュー

韓国に本店を構え創業80年を超える老舗コリアン・レストラン。メニューはどれも本国で培った伝統をしっかりと受け継いだ上品な味付け。フィリピン1号店として2012年4月にオープン後、近隣に住む韓国人たちがさっそく常連になったとか。牛肉は米国産を中心に使用。目の前のグリルで焼かれる上質なカルビ（写真①）は、口当たりが柔らかく舌の上でとろけるような味わい。焼肉だけでなくプルコギ（P545）やチャプチェ、石焼ビビンバ（P380）といった定番韓国料理も見逃せない。





information

7th Ave. cor. 29 St., Bonifacio High Street Central,Taguig
☎02-621-3205 営11時～23時
Sariwon Philippines

①ガルビ（P880）
②美しい絵画が飾られた上品な店内

Gen Korean BBQ

MAP W-3 P P

ジェン・コリアン・バーベキュー

ロサンゼルス発祥の韓国焼き肉食べ放題レストランチェーン。SMモール・オブ・アジアにマニラのフラグシップ店をオープン。ランチは一人P789で25種類、ディナーは一人P898で35種類のお肉から好きなだけ注文できる。焼肉はポークやビーフの他に、チキン、シーフード、モツなども提供。更に、ワインに漬けたRed Wine Samgyubsalなどのオリジナルメニューも楽しめる。





information

Bldg J, Unit 1-16, SM By the Bay, Seaside Blvd, Mall of Asia Complex, Pasay
☎02-541-2767/0917-621-8249
営11時～23時
GenKBBQPH

①焼肉の食べ放題を楽しもう
②500人収容の広いお店

Soban K-Town Grill

MAP AE-2 P P

ソバン・ケイタウン・グリル

SariwonやSibyulleeと同じ韓国人オーナーが手掛けるカジュアルなレストラン。伝統的な韓国料理に加え、韓国タコスやブリトー、キムチポテトフライと言ったフュージョン料理を提供する。いちおしはお店の看板メニュー、6-Flavor Samgyupsal Set（写真②）。3～4人向けのセットで、6種類の味付けのサムギョプサル、ご飯、スープ、バンチャンがついてくる。アラバン、マカティ、ケソン市の3か所に支店を構える。





information

1/F ATC Corporate Center, Alabang, Muntinlupa
02-772-2287／0956-135-6077
営月～金曜 11時～21時／土・日曜 10時～21時 Soban.KTown

①6-Flavor Samgyupsal Set（P1,420）
②Classic BBQ Combo Set（P2,000）

Makchang

MAP T-2 P P

マクチャン

エルミタのロビンソンの向かい側にあるレストラン。'03年から営業しており、地元でよく知られた老舗のひとつ。工業系のハードなインテリアのカジュアルなお店で、店員もとてもフレンドリー、気兼ねなく騒いで食べられるようなお店。朝の5時まで営業してるのも嬉しい。メニューは焼肉がメインで、他にはチゲやラーメン、ネンミョンが数種類ずつのシンプルなライナップ。ソジュやビールもある。お肉は少し甘めの味付け。





information

1535-1551 Adriatico St., Ermita, Manila
☎02-521-9540／02-394-8612
営11時～翌5時
www.makchang.net

①手前からWoo-Samgyub（P350）、Pork Galbi（P350）、Beef Galbi（P690）
②黒基調のモダンな工業系インテリア

Go Kizip

MAP S-2 P P

ゴー・キジップ

2012年にオープンしたマラテで人気の韓国レストラン。テレビ番組でも取り上げられ、韓国の人気コメディアンが訪れたこともある。ランチ（10時～17時）はP599で、ディナー(17時～22時)はP699で焼肉やしゃぶしゃぶ、その他韓国料理の食べ放題を楽しむことができる。2017年にリノベーションし、キャラクターをテーマにしたカラオケつきの豪華なVIPルームを21室オープンした。





information

1776 M.Adriatico st., Malate, Manila
☎0915-137-1767 / 02-354-6659
営24時間
Gokizip

①ランチP599 、ディナー P699の食べ放題がお得！
②2、3階にはキャラクターテーマのVIPルームがある

客単価： P 1コ: P300 以下 P 2コ: P300～800 P 3コ: P800~1,500 P 4コ: P1,500～2,000 P 5コ: P2,000 以上

Red Table

MAP外 P

レッド・テーブル

マカティのRCBCに本店を持つカジュアルな韓国料理レストラン。客単価200ペソ程で食べられるリーズナブルなメニューはスープとキムチもセットになっており、ランチにぴったり。味付けは韓国人オーナーがしっかりチェックしているので美味しい。ビビンバ、プルコギ、チゲ、キンパブ、ラミョン、マンドゥ、サラダと、豊富な種類も嬉しい。また、海苔をパリパリに保つ包装フィルムを使用したおにぎり(Bulgogi Samgak、Tuna Samgak P65)もおすすめ。

information

4/F SM Manila Conception cor. Arroceros & San Marcelino, Ermita
☎02-523-8403
㊡10時～21時









①BBQ Samgyupsal（シングルP180、ダブルP350）ライスもついてボリューム大満足
②パリパリ、ジューシーな餃子が美味しいBibim Mandu II（P198）
③野菜たっぷりBulgogi Salad（P165）。3種類のドレッシングを選べる
④カジュアルな店内

Malate

Café Chosun 【MAP：T-2】
Ramona Apartment, 1555 Pedro Gil St Cor. Adriatico, Ermita
☎02-256-3641 ㊡11時～翌6時



Premier The Samgyupsal 【MAP：S-2】
1720 Mabini St., Malate
☎0997-279-4820 ㊡24時間



Korean Palace Restaurant 【MAP：S-2】
1799 M, Adriatico St, Malate
☎02-521-6695 ㊡12時～24時

Korean Village 【MAP：S-2】
☎02-524-4958 ㊡11時30分～14時30分、17時30分、22時30分

Maru Korean Restaurant 【MAP：S-2】
1833 Bocobo St., Corner Nakpil St., Malate
☎02-397-8832
㊡12時～24時（LO：23時30分）



Jeonju 【MAP：T-2】
565/567 Gen. Malvar St, Malate
☎02-832-4238 ㊡24時間



Yukdaejang 【MAP：S-2】
Remedios Circle, Malate
☎02-518-0857 ㊡24時間

Jonglo 【MAP：S-2】
1734 Jeorge Bocobo, Malate
☎02-525-7430 ㊡24時間



Sinsun Seolnongtang 【MAP：S-2】
1845 Maria Orosa St., Malate
☎02-310-8282 ㊡10時～翌7時

Puradak Chicken 【MAP：S-2】
1741 Bocobo St., Malate
☎02-663-0577/0956-704-9864/0947-848-3329
㊡10時～24時
PURADAKCHICKENMALATE



Makchang（2号店） 【MAP：S-2】
1782 M. Adriatico St., Malate
☎02-354-6294/0905-316-9443 ㊡24時間



Shabuyaki 【MAP：S-2】
607 Remedios St., Brgy. 698, Zone 076, Malate
☎02-554-9414/0905-557-2222 ㊡10時～23時

KPZ Restaurant 【MAP：S-2】
612 Remedios St., Malate
☎02-354-5396/02-697-7281/0917-576-0627 ㊡11時～翌2時

TongKeunSo 【MAP：S-2】
590 2/F Remedios Circle, Malate
☎02-806-2295/0917-739-4771 ㊡11時～翌7時

Galmegi 【MAP：S-2】
590 1/F Remedios Circle, Malate
☎02-806-2295/0917-739-4771 ㊡11時～翌7時

Big Bang Bar Café! 【MAP：S-2】
590 3/F Remedios Circle, Malate
☎02-806-2295/0917-739-4771 ㊡17時～翌7時

Daeseoyang Seafood Restaurant 【MAP：S-2】
560 Remedios St., Malate
☎02-501-8176 ㊡15時～翌6時

Wang Jok Bal 【MAP：T-2】
571 Malvar St., Malate
☎0926-665-9886 ㊡24時間



House Foods

もっと身近に！ハウスのカレー IN フィリピン



＼手軽に買えるようになりました／

SMマーケット、ロビンソン、ルスタンス、ウォルターマート、メトロスーパーマーケット、ランドマーク、ピュアゴールド、ランダーズなど、各スーパーマーケットでお買い求めできます！

簡単アレンジ！カレーレシピ by HOUSE FOODS

第5回 **チキンココナッツカレー**

＼今回のカレーはこれ！／
バーモントカレー 中辛





材料（1 人分）

- ●Vermont Curry Med Hot　25g
- ●水　150g
- ●鶏骨付きもも肉（ぶつ切り）　50g
- ●りんご　皮付き、乱切り（30g）
- ●じゃがいも　40g
- ●ココナッツミルク　10g
- ●牛乳　10g
- ●塩　少々
- ●トマトピューレ　5g
- ●プレーンヨーグルト（無糖）　5g
- ●砂糖　1g
- ●ウスターソース　3g
- ●バター　4g
- ●ライス　250g

作り方

①鍋にバターを溶かし、塩少々をふった鶏肉を入れて炒める。

②ヨーグルトと牛乳を混ぜ、なめらかにしたものと水を加えて煮込む。

③ジャワフレークを加えて良く溶かす。

④りんごとじゃがいもををソテーして鍋に加える。

⑤２０分ほど煮込み、トマトピューレ、砂糖、ウスターソースを加える。

⑥味がなじみ、鶏肉に火が通ったらココナッツミルクを加える。

⑦皿にライスを盛り、⑥のカレーをかけ、ヨーグルトを具材にかける。

ワンポイントアドバイス

＊骨付き肉の旨味が良く出ていてこくがある。
皮付きのリンゴが入っていて程良い酸味と甘みがある。
＊ココナッツミルクとヨーグルトのトッピングでまろやかで食べやすいカレーになっている。

マニラで手に入るハウス製品は全部で 17 品　オススメはこちらの 7 品です！

バーモントカレー　甘口 / 中辛 / 辛口

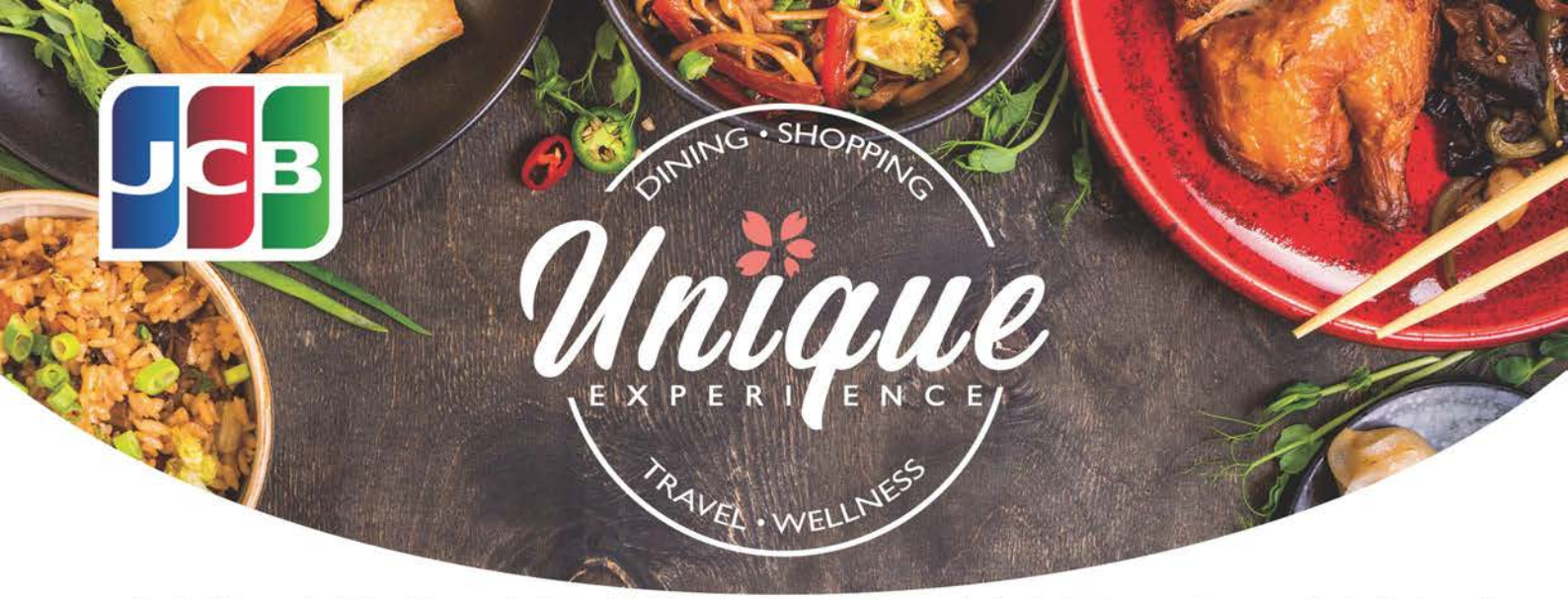


ジャワカレー　中辛 / 辛口



こくまろカレー　中辛 / 辛口





お食事に、お買い物に、お気に入りのお店で、JCBのおトクなExperienceをあなたに！

フィリピン以外で発行されたJCBカードでもご優待が受けられます。是非ご利用ください。

DINING

吉虎 KICHITORA	motorino PIZZERIA NAPOLETANA	LA CABRERA	NIKKEI	Pepper Lunch	The Old Spaghetti House	torch
15% OFF	15% OFF	15% OFF	15% OFF	15% OFF	10% OFF	10% OFF
The Shrimp Shack	Wooden Horse Steak House	RICE & DOUGH	SINGLE ORIGIN	Burgoo	GUMBO	Tapella
10% OFF	10% OFF	10% OFF	10% OFF	10% OFF	10% OFF	10% OFF

Saboten 新宿さぼてん
FREE AGEDASHI TOFU
for a minimum spend of P800

Alba Restaurante Español Since 1952
FREE ONE ORDER OF ALBONDIGAS DE CHORIZO
for a minimum spend of P1,500

BUILD YOUR OWN PROJECT PIE PIZZA • PASTA • SALAD
FREE DESSERT PIE
for a minimum spend of P800

YOSHINOYA
FREE BEEF RAMEN
for a minimum spend of P800

WELLNESS

The Wings Transit Lounge YOUR UPLIFTING TRAVEL EXPERIENCE
15% OFF
On all spa services

Mandy Spa
15% OFF
On all spa services

yoga+
P799
2 Weeks Unlimited Package
P3,399
1 Month Unlimited Package

Derma strata SKIN CLINIC & SPA
40% OFF
On warts removal
20% OFF
For every session of Diamond Peel
30% OFF
On Diamond Peel (min. of 3 Sessions)

Bioessence skin • slimming • spa
50% OFF
On warts removal
20% OFF
On Celthera Face of 5 Sessions
3+1 (worth P6,000)
on Oxygen Ceuticals=Caviar Protein Facial
3+1 (worth P5,000)
on Oxygen Ceuticals-Intensilite Facial

freshaire salon
10% OFF
On L'Oreal Majirel Hair Color

ideal vision CENTER
10% OFF
On all regular frames and sunglasses

KA-RA-DA カラダファクトリー
10% OFF

TRAVEL

Jpark Island Resort & Waterpark . Cebu
30% discount
on best available room rates
10% discount
on food and beverages
at The Abalone, Ching Hai, Olive, Coral Seaside, Maru, Aqua Pool and Island Bars, JLounge and Havana By the Sea

BLUEWATER resorts
maribago • sumilon • panglao
30% discount
on best available room rates
3+1 offer on Day Tour Package
3+1 on Theme Buffet Dinner
1+1 on Amuma Spa Hilot Lamang Massage

COSTABELLA TROPICAL BEACH HOTEL
20% discount
on best available room rates
10% discount
on food and beverages at La Marina and Brisa

Radisson BLU CEBU
Fixed rate of **P6,000 nett** on Superior Room: Double Occupancy with Buffet Breakfast for two (2).
15% discount
at Feria Restaurant on regular/premium buffet rates
10% discount
on ala carte food or beverage orders at the Lobby Bar ,Dilmah t-Bar, Pool Bar, Urban Table and SUSHI*SAKE*

他にもお得な情報がたくさん、詳細はWEBへ！

Like us on Facebook
JCBPhilippines



お手元のペソが貯まっては
いませんか?
是非お申込みください!

BDO RCBC Bankard

BDO: +63(2) 663-4001
RCBC Bankard: +63(2)888-1888

Per DTI-FTEB Permit No. 10397 . Series of 2017. Terms and Conditions apply.

MAP マカティ　B-4

本格的な和食を肴に
多種多様な日本酒や焼酎を

琴乃

Kotono

クリークサイド2階にお店を構える居酒屋、琴乃。定番の合鴨のたたきや人気のつけ麺、せいろ蒸しなど本格的な和食を提供。合鴨の料理はクセがなく、旨味ともに上品なものばかり。看板メニュー以外にも、お酒の肴の一品料理がP100～という低価格で豊富に揃っているため、リーズナブルにも楽しめる。日本人店主がいつも新鮮な食材を揃えており、もっと多くのお客様に美味しい日本食を食べてもらいたいため、お手頃な価格の料理も増やしている。また、個室も用意されているので、これからのシーズン忘年会や新年会にもオススメだ。

Mezzanine, Creekside Amorsolo street cor. V.A Rufino St.,Legaspi Village Makati Cityi
☎02-2639337　Cel. 0937-3751009
㊡17時～23時ラストオーダー（月～土）
Email: kotono.japresto@gmail.com
Kotono Japanese Restaurant









左上：合鴨つけ麺（P480）
左下：合鴨のたたき（P380）
右上：カリカリ鳥皮ポン酢（P160）
右下：お店を2階に移動しました

MAP マカティ　D-5



CIRKULO
RESTAURANT

1995年の開店以来、シェフのJ. Gamboa率いるクルーたちが選んだ最高品質の食材だけを使い、マニラで一番のタパス、パエリア、サングリアを提供してきました。人気メニューはえびのアヒージョ、セビリア風牛タン煮込みのほかに、看板料理の豚の丸焼き、じっくり長時間ローストしたUSビーフのローストビーフ、山の幸をふんだんにつかったパエリア・デ・モンターニャ、シシグなど。その他も数多くのメニューを、ぜひCirkuloで味わってみてください。日本語メニューもございますのでお気軽にご来店ください。


Chef J. Gamboa

02-810-8735 • 02-810-2763
Ground Floor MilkyWay Building
900 Arnaiz Ave., corner
Paseo de Roxas, Makati City 1200
chefjgamboa@elcirkulo.com
www.elcirkulo.com


Dining Room

プライマーRestaurant

お腹も心も満たす
幸せなお食事のひとときをあなたに



有名店から隠れた名店まで最新情報を続々お届け!
今日の食事に迷ったらぜひチェック!!

プライマー　食べる

http://primer.ph/eat/

MAP マカティ D-4



MAP マカティ D-4

1人でもふらりと立ち寄れる落ち着いた雰囲気のワインバー

Monopole Wine Bar

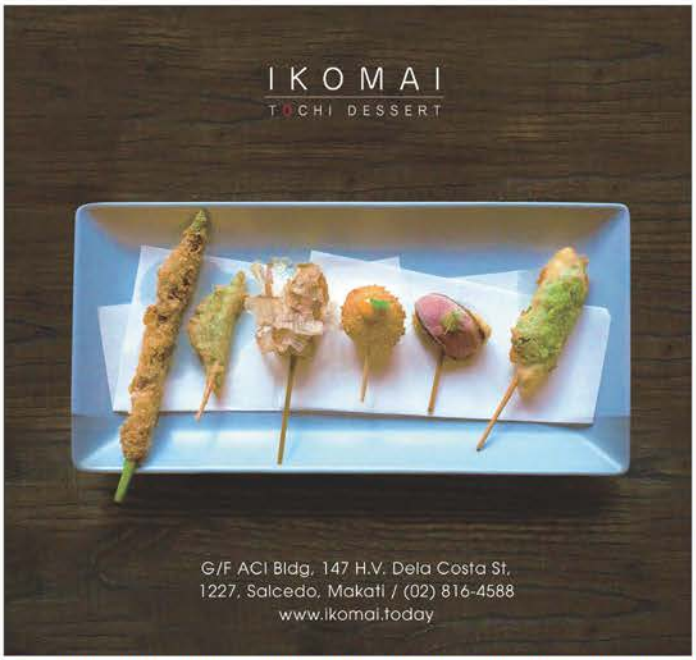
モノポールワインバー

ここ、モノポールワインバーでは、300種ものワインの飲み比べをお楽しみいただけます。おつまみに、チーズやコールドカット、ドライフルーツやナッツの盛り合わせもご用意しております。スパグノール・コル・デル・ドライ（P2500）、アヤラ・ローズ・シャンパン（P5000）、テレ・デ・ベルテュ・ブラン・デ・ブラン・シャンパン（P4750）などの各国から厳選したワインをお楽しみください。場所は、マカティのセントラルビジネス地区。お仕事帰りにお気軽にお立ち寄りください。

G/F Greenbelt Excelsior Building C. Palanca, Legaspi Village, Makati ☎(02)893-9477/ 0919-910-0403 営17時~24時(月~土)
@monopolewinebar
WEB: www.monopole.com.ph


チーズの盛り合わせ(P1400)


常時300種類以上の豊富なワインを





MAP マカティ E-2



MAP マカティ B-5



MAP マカティ G-3

居心地の良いくつろぎの空間で
極上のお肉をレッツ・グリル!

横浜ミートキッチン

Yokohama Meat Kitchen

ジュピターストリートにお店を構え、フィリピンのセレブたちも多く通っている横浜発本格焼肉店。至高の味を求めた食通に選ばれた店で、本物のコストパフォーマンスを楽しむことが出来る。お勧めは、日本産の海鮮を揃えています。毎月新メニューを出し、高級店ならではの肉の新しい食し方を提供し続けています。店内は温かい和モダンを基調とし、ゆったりとした座席が特徴。新鮮な肉を扱っているのはもちろんのこと、普段味わえない高級貴重部位を使った創作料理がこのお店の魅力。

●プライマー読者特典●
お食事された全てのお客様に
コーヒー1杯無料で提供!

16 Jupiter cor, Antares St., Bel-Air, Makati
☎02-831-6546／0916-377-3655(Globe)
営11時30分～14時30分／17時～23時　休なし






左上：レッツ・グリル！
左下：和牛極上カルビ(P1,390)
右上：シンプルでエレガント、居心地の良い空間のインテリア
右下：シーフードセット



uniquease (yu-nik-ka-se)

自然食レストラン

「ユニカセ」





UNIQUEASE Corporation（ユニカセ）
営11:00AM～8:00PM　休火曜日
Landline Phone: +63(0)2-519-6406（English, Tagalog &日本語）
Cell Phone: +63(0)927-791-5516（English &日本語）
Address: Unit C, #1036, Hormiga cor Teresa St., Brgy. Valenzuela, Makati City, Metro Manila（駐車スペースあり）
個室あり（10名様程要予約）
URL http://www.uniquease.net/　UNIQUEASE.Restaurant

KAMAMESHI TOWN
HONTEN

Greenhills Shopping Center,
San Juan City
(クリスピークリームの隣)

Tel. No.: (02) 570-3364 / (02) 570-3242
Mobile No.: +63 916.4955103
Email: kamameshitown@gmail.com





花滿樓
JASMINE

飲茶食べ放題

1人P988　毎日11:30～14時30まで

料金には、サービス料が含まれています。

お問合せ、ご予約は＋63 2 811 6888までご連絡ください。
内線番号：3338（担当：Toni Lou Manalo）

ジャスミンは、フィリピンのライフスタイル誌Philippine Tatlerの2018年度人気レストランに選ばれています。

NEW WORLD
MAKATI HOTEL

tel: +632 811 6888　WeChat: NewWorldHotels　Esperanza Street corner Makati Avenue, Ayala Center, Makati City, 1228 Philippines　newworldhotels.com

MAP マカティ D-4

日本人専門家が常駐した唯一の珈琲店 珈琲豆は注文後にローストするので新鮮

フレッシュロースター珈琲問屋

FRESH ROASTER COFFEE TONYA

マカティ北にあるマカティ市役所から直ぐ近くにある珈琲専門店、フレッシュロースター珈琲問屋。日本スペシャルティーコーヒー協会認定の資格を持つ日本人が常駐し、その人に合ったコーヒーをご紹介してくれます。お店の最大の特徴は、世界各国から集めた約50銘柄の珈琲生豆と、日本製の焙煎機を利用したオンデマンド形式の注文方法。焙煎度合いまでその場で指定できるので、あなたのお好みのコーヒーもきっとみつかるはず。専門器具も豊富に取り揃えています。WEBからも注文可能となります。

1331 Angono Street, Makati, 1208 Metro Manila ☎02-750-6200
㊡10時～19時(月～土) ㊡日曜
WEB: www.coffeetonyaph.com
Coffee Tonya



生豆から焙煎するので新鮮!



日本人常駐。日本製の焙煎機を使用

MAP マカティ C-5

贈答にピッタリのワインが勢揃い

Estate Wine

Exclusive Partner to
BERRY BROS & RUDD
3, ST. JAMES'S STREET, LONDON
WINE & SPIRIT MERCHANTS



ベリーズ・リザーヴ・ロゼ
Berrys' Own Selection Reserve Rose
P800

【テースティングノート】
近年、世界的ブームとなっているロゼワイン。贅沢な製法で造られるフルーティーでスパイシーな複雑味溢れる逸品。よく冷やしてお楽しみ下さい。

+632 804-5029
G/F Republic Glass Building196 Salcedo Street Legaspi Village Makati City
chiho.watanabe@estatewine.com.ph • www.estatewine.com.ph

「プライマーを見た(Primer Promo)と言えば」**10%OFF**。

MAP マカティ B-4

居酒屋星まつり
HOSHIMATSURI

当店自慢の美味しい焼き鳥、もつ鍋、とんこつラーメン、ちゃんぽん、お好み焼きをご賞味ください!



☎02-893-3294
HOSHI MATSURI
住所: MEZZANINE, CREEKSIDE MALL, AMORSOLO STREET, COR. V.A. RUFINO ST., LEGASPI VILLAGE, MAKATI
営業時間: 11時～14時、16時～24時

YOSHINOYA

WE DELIVER
288
2888



SM MANILA SM MALL OF ASIA SM MEGAMALL SM NORTH EDSA SM FAIRVIEW SM SOUTHMALL
SM CITY CEBU ROBINSONS CYBERGATE CEBU VALERO MAKATI GLORIETTA FAIRVIEW TERRACES
yoshinoya.com.ph

地域最安値に挑戦中!

食べ呑み放題プラン P880~

[お料理7品、ビール、サワー、ソフトドリンク各種]

剣心 KENSHIN
JAPANESE IZAKAYA RESTAURANT

◇マカティ・ビーコン店
営業時間 : 11am - 3am
Beacon Makati G/F, A.Arnaiz Ave.

◇マカティ・リニア店
営業時間 : 11am - 3am
The Linear Makati G/F, Yakal st.

◇ラスピニャス店
営業時間 : 11am - 11PM
Vistamall Las Pinas G/F CV Starr Ave.

お問い合わせ・ご予約 091-7551-4605
大駐車場完備

"Kenshin Japanese Restaurant" Google mapで検索!
Find us on Facebook kenshin.ph



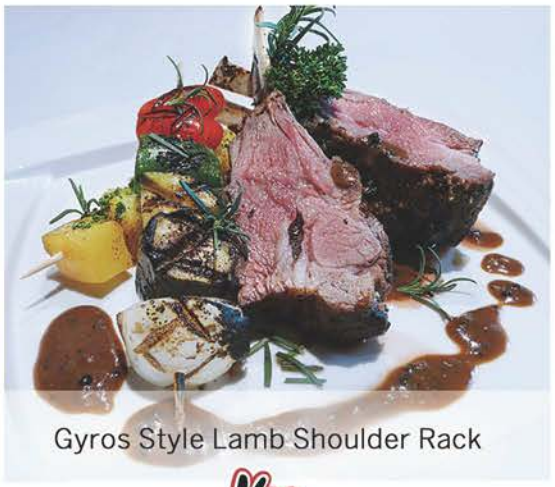
DINING AT YAKAL

ヨーロッパ各国料理を一度に楽しめます！

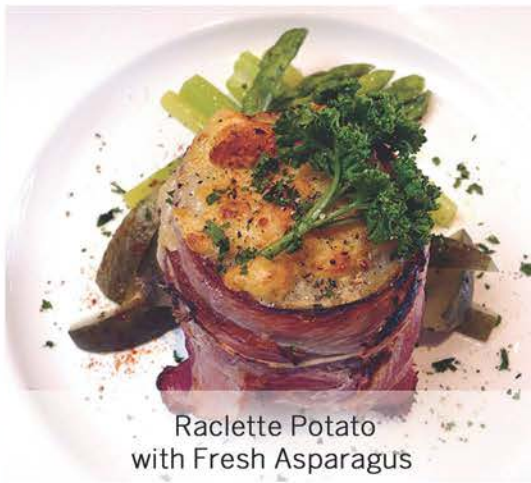
日常をスペシャルに



Filetto di Pesce
con Pomodori Finocchio



Gyros Style Lamb Shoulder Rack



Raclette Potato
with Fresh Asparagus

Carpaccio
RISTORANTE ITALIANO

Tel: 867-3164 / 553-9643/553-9636
Mobile No: 0956-1354202
Facebook: Carpaccio.Ristorante

I'm Angus
STEAK HOUSE

Tel: 892-5852 / 275-5938
Mobile No: 0956-1354213
Facebook: Steakhouse.ImAngus

Chesa Bianca
SWISS RESTAURANT

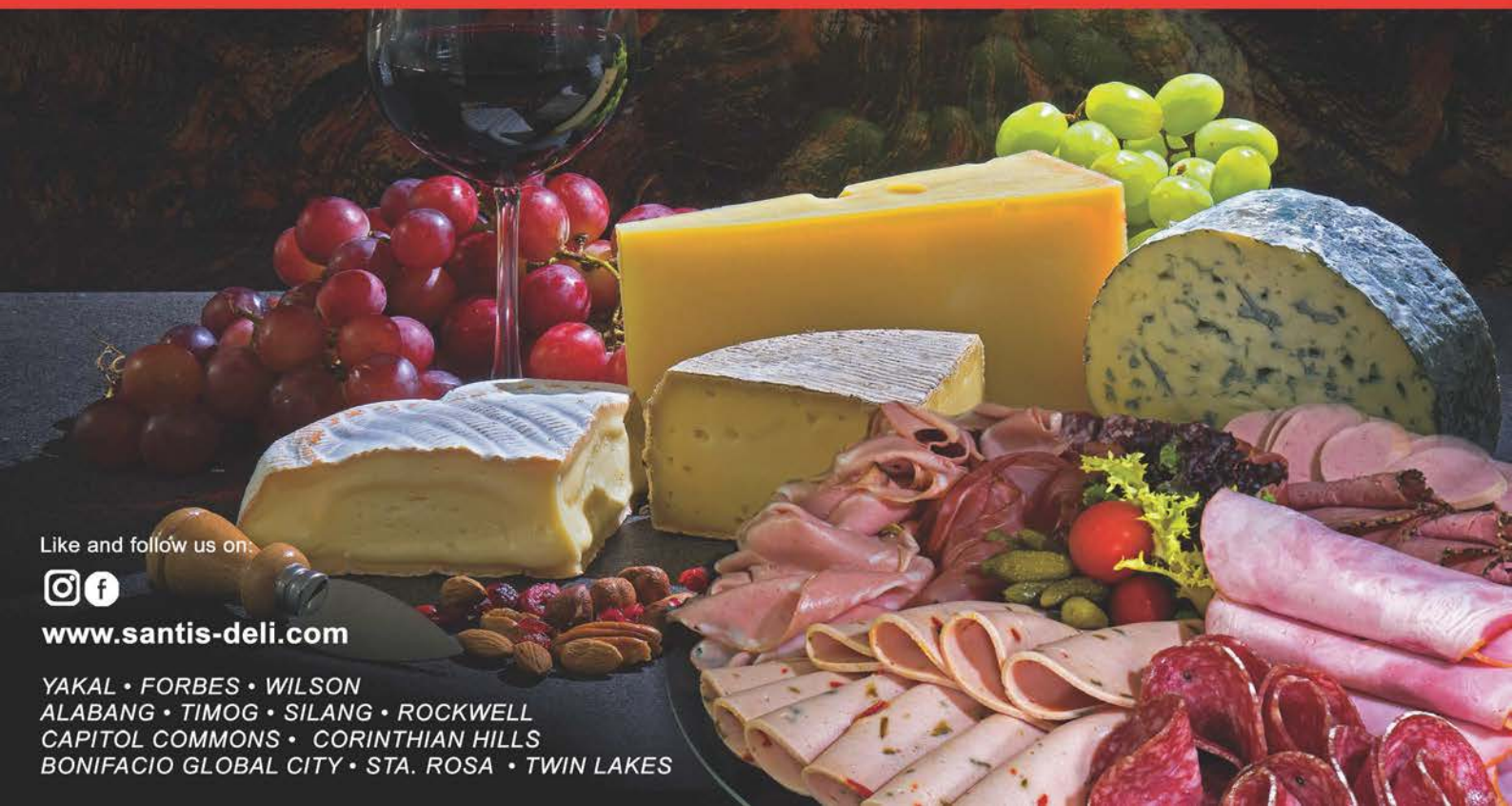
Tel: 815-1359 / 892-7524
Mobile No: 0956-1354212
Facebook: Chesa.Bianca

7431 Yakal St., San Antonio Village, Makati City

*Lunch menu varies every week

ヨーロッパのソーセージ、ハム、
その他の肉料理をぜひお試しください

SÄNTIS Delicatessen



Like and follow us on:

www.santis-deli.com

YAKAL • FORBES • WILSON
ALABANG • TIMOG • SILANG • ROCKWELL
CAPITOL COMMONS • CORINTHIAN HILLS
BONIFACIO GLOBAL CITY • STA. ROSA • TWIN LAKES





相撲茶や関取
Japanese Restaurant SEKITORI
http://www.sekitori.asia

マカティ本店
☎ 02-425-9030 / 894-3876
Little Tokyo, Chino Roces Ave., Makati City
営業時間：12時～14時半／17時～24時
定休：無休　座席数：130席　個室：あり

オルティガス店
☎ 02-881-7985 / 535-0812
Hanston Square Building, 17 San Miguel Ave,
営業時間：12時～14時半／17時～23時
定休：無休　座席数：110席　個室：あり

MAP パサイ　Y-3

人気イタリアンの本格トスカーナ料理を堪能

PREGO

プレゴ

マニラ屈指の高級レジャー施設、シティ・オブ・ドリーム内にあるイタリアンレストランで、優雅なお食事はいかがですか。洗練された、それでいてどこか心落ち着く雰囲気の中で、昔ながらの窯で焼いたピザや手作りパスタなど本格的なトスカーナ料理がお楽しみ頂けます。メニューは、カジノを利用する人が気軽に立ち寄り、サッと食事できる料理を中心に提供。中でもオススメは、ブッラータチーズとプチトマトをトッピングしたピザ。ヒレステーキも人気メニューの1つ。

●プライマー読者特典●

ご利用代金より10%OFF!

・P1500以上ご利用の方に限ります。
・その他のプロモや割引クーポンとは併用できません。
・店内ご利用の方のみご利用いただけます。

UG/F, City of Dreams Manila, Aseana Ave. cor. Roxas Blvd., Entertainment City, Paranaque ☎02-893-4155/02-887-0479
営月～日曜11時～23時(LO:22時45分)　WEB: www.prego.ph









左上：牛肉ヒレステーキ
左下：魚のクルード(マリネサラダ)
右上：ブッラータチーズとバキーノトマトのピザ
右下：シックで優雅な雰囲気の店内

MAP BGC

日本人の間でもよく知られているイタリアンレストラン

L'Opera

ル・オペラ

フィリピンのグルメや日本人の間でもよく知られたBGCのイタリアンレストラン。20年ほどの歴史を持つこちらを手掛けるのは、シェフ、ソムリエ、料理の教師と多分野で活躍するイタリア人シェフのPaolo Nesi氏。イタリアから仕入れた最高級の食材を使い、トスカーナ地方の料理を主軸に伝統のイタリアンをお届けする。また、オーナー自らが選んだワインのセレクションにも期待できる。おすすめはステーキとフォアグラにトリュフソースをかけた贅沢なFilleto di manzo con fegato d'oca in salsa tartufata con spinaci e asparagi（写真）など。

The Fort Entertainment Complex 26th cor. 7th Ave., BGC, Taguig
☎02-889-3963
営11時～14時30分、18時30分～22時30分
WEB: www.loperaristorante.com
loperamanila









左上：Filleto di manzo con fegato d'oca tartufata con spinaci e asparagi（P2,150）
左下：Rotolini di branzino con zucchine（P1,600）
右上：Tubetti alla matriciana in cestino di parmigiano (P570)
右下：高級感のある店内

やきとり一番グループ
鳥一
TORI●ICHI
YAKITORI & BAR

本格備長炭で焼いた、
厳選された様々な種類の焼き鳥はいかがですか。
他にも私たちが自信を持っておすすめする
刺身、寿司、ラーメン、揚げ物、焼き魚もお楽しみください。

Torilchi Philippines　ToriichiPH





TORI-ICHI YAKITORI & BAR
BONIFACIO GLOBAL CITY
SOON TO OPEN
Net Quad Bldg., 31st St. cor. 4th Ave., Bonifacio Global City, Taguig City,
(02) 834-5481 / 0917 876-2397

TORI-ICHI YAKITORI & BAR
30TH AYALA
2nd Floor, 30th Ayala Mall,
Meralco Ave., Cor St. Paul., Pasig City
(02) 753-9708 / 0917 655-7265
Business hours:
SUN-THU 11AM-10PM, FRI-SAT 11AM-11PM

TORI-ICHI YAKITORI & BAR
MALL OF ASIA
North Wing, Entertainment Mall,
SM Mall of Asia, Mall of Asia Complex
Pasay City 1300
(02) 807-6896 / 0917 545-8289
Business hours: EVERYDAY 10AM-11PM

TORI-ICHI YAKITORI & BAR
FESTIVAL MALL
Lower ground floor, Water Garden
Festival supermall Alabang, Muntinlupa city
(02) 810-2572 / 0917 545-3245
Business hours: MON-SUN 10AM-10PM

MAP BGC I-3

l'entrecôte
FORBES TOWN CENTER UNIT A BELLAGIO 2
BURGOS CIRCLE, BONIFACIO GLOBAL CITY
(+632) 8564858

絶品BROCHETTE(串焼き料理)を
スコッチウイスキーで漬けた
アンガスビーフサーロインステーキ
340グラム
P3330
2〜3人用

ご一緒に、田舎で採れたトマト、ホウレンソウ、地中海風スパゲティ、マッシュルーム、チーズリゾット、トリュフ塩のポテトフライ、ハウスサラダ(ウォールナッツとお好きなドレッシングでどうぞ)

LA BROCHETTE FLAMBÉE
絶品のBROCHETTE
(串焼き料理)と
炎の演出をお楽しみください

Visit us at BGC SERENDRA
From 10:00-23:00
最強濃厚らーめん
ばり馬
BARI-UMA
Tel : 632 3769677

MAP BGC K-3

鉄板
大河内
〜大阪 満月〜
Teppan Okochi
-by Mangetsu Osaka-
Ore Central Building,
9th Avenue, Cor, Lane Q,
Fort Bonifacio, Taguig City
Contact number:
02-813-0051
0917-795-0051
0998-539-0051
Operating Time: 11am to 2pm(Lunch)
5pm to 12am(Dinner 11:30LO)

日本からの新鮮食材を使用した『本日のおすすめメニュー』をご用意しております。
また各種コース料理や一品料理も数多くご用意しておりますので接待、家族、お一人様と、様々な用途でお使い頂けます。
日本人スタッフも常駐しておりますので、お気軽にお問い合わせ下さいませ。
皆様のお越しをお待ち申し上げております。

プライマーRestaurant
お腹も心も満たす
幸せなお食事のひとときをあなたに
有名店から隠れた名店まで最新情報を続々お届け!
今日の食事に迷ったらぜひチェック!!
プライマー 食べる
http://primer.ph/eat/

MAP BGC J-4

「日本人シェフ」によるケータリングサービス
本格握り寿司カウンター、
刺身の船盛、巻き寿司、承ります

福 FUKUDAYA Catering
日本人シェフによる本格握り寿司カウンター、
刺身の船盛、巻きずしのセットの値段です。
10人前からご予約を承っております。
2週間前までにご予約下さい。
以下の値段は、タギッグ市とマカティエリアのみの値段です。
その他のエリアは、値段が異なりますので、お問合せ下さい。

握り寿司
まぐろ、サーモン、サバ(60貫)
まぐろ、サーモン、サバ(60貫)
プラス料金P2500でまぐろ、サーモン、白身、さば(80貫)に変更可能
プラス料金P7500でマグロ、サーモン、白身、サバ、ローストビーフ(100貫)に変更可能

刺身の船盛 8種
まぐろ、サーモン、鯛、いか、さば、うに、あじ、さんま

巻物 48貫
スパイシーサーモンロール、カリフォルニアロール、太巻き

P35,000(10人前)

お問合せ・ご予約はお電話にて承ります。
0927-264-0171 / 0998-805-6859
Unit7 The Plaza, Arya Residences, Mckinley Parkway cor. 8th Ave., Bonifacio Global City, Taguig
ランチ:11時〜15時 ディナー:18時〜23時 (月〜日)
Fukudaya Philippines @fukudaya.ph

sentro
1771

モダンフィリピン料理が味わえるレストラン

グリーンベルト5
リニューアルオープン

Level 1, Ayala Center, Makati City, 7573941



コーンビーフシニガン

Branches: Capitol Commons, Meralco Ave., corner Shaw Blvd., Pasig City, 941-8277
Uptown Mall Bonifacio, 36th Street corner 9th Avenue, 792-9133

SENTRO1771 #SENTRO1771 sentro1771.com

MAP アラバン AD-2

Buona Vita
RISTORANTE ITALIANO

Unit 10 Cluster 3 @ Molito Lifestyle Bldg.,
Madrigal Bus. Park,
Alabang Zapote Rd., Muntinlupa City

Contact us at:
+02 519 3863 / +63 917 591 1169
buonavita.molito.jmcl@gmail.com

イタリア ミラノ出身のDavide Lombardiシェフは、イタリアとフランス パリの人気レストランで働いていた経験もあります。女優 ジェニファー・ロペスや元アメリカ大統領 ビルクリントンも味わった本格イタリアンをぜひお楽しみください。

40人まで宿泊可能な多目的ルームのご用意もございます。

XO 46
HERITAGE BISTRO

フィリピン料理を味わおう

伝統的なフィリピン料理をXO4ヘリテージ・ビストロで。
Xo46では、文化や伝統を継承し、昔ながらのフィリピン料理を提供しています。
Xo46でフィリピンをより身近に感じてください。

ご予約はお電話ください
2ND FLR. S' MAISON CONRAD MANILA
MALL OF ASIA COMPLEX BRANCH
805.3850

Find us on Facebook @ XO 46 Bistro Filipino
xo46_heritage_bistro
Follow us on Twitter @ XO46heritageB

CAPITOL COMMONS BRANCH 532.1652
SALCEDO VILLAGE MAKATI BRANCH 553.6635
CENTURY CITY MALL BRANCH 556.8143
SM AURA BRANCH 553.6566

MAP アラバン AF-2

Si 激 Ya
SIGEKIYA
RAMEN • TSUKEMEN

スパイシーなラーメンがお好きですか？ あなたのお好みの辛さのラーメンをご注文下さい。
この街一番のスパイシーなラーメンとつけ麺をぜひお試しください！
辛さは調節OK！ 辛くないラーメンもございます！

P360

02-805-0400 11AM TO 10PM
GROUND FLOOR, COMMERCENTER, 1780
COMMERCE CORNER FILINVEST AVENUE,
FILINVEST CITY, MUNTINLUPA CITY

2ND LEVEL, SOUTHWOODS MALL
SOUTHWOODS AVE., BIÑAN, LAGUNA

豚 BUTAMARU

G-16 ORTIGAS TECHNOPOINT ONE, ORTIGAS HOME DEPOT
DONA JULIA VARGAS AVE., BRGY. UGONG, PASIG CITY
@butamaruortigas (02) 6359246

CE-405 WESTGATE CENTER, FILINVEST CORPORATE CENTER,
COMMERCE AVE. COR FILINVEST AVE., MUNTINLUPA CITY
@butamaruph (02) 8874255

www.butamaruramen.com

食材は日本産！ 本物の日本の味が食べられる！

BFの本格的焼肉店

肉 NIKUMARU
Japanese Restaurant
豊富に揃う日本食料理

旨い！ 安い！

パラニャーケ市 BF ホーム内にある日本食料理、肉丸レストラン。焼肉をメインに当店自慢の本格的な焼肉のタレでお召し上がり頂く和牛や海鮮焼きは絶品です。また寿司、刺身、天婦羅和定食、一品料理等も豊富に取り揃えて皆様のお越しをお待ち申し上げています。日本からの物にこだわり、ふんだんな日本食材を利用していますのでこちらも十分にご堪能いただけると思います。

近江牛カルビ

お座敷（約14名収容）

寿司もあります！

上寿司盛り合わせ

他にも 定食、天ぷら、刺身や日本食材まで！豊富な品揃え！

205 Aguirre Ave, BF Homes Paranaque
City 1720 Metro Manila
営業時間：日～木曜日 11:30-23:00 /
金・土曜日 11:30-24:00 / 定休日：火曜日



TEL：02-771-1169 http://www.nikumaruph.com

MAP アラバン

ジューシーな旨みたっぷり！
炭火で極上韓国式焼肉

SOGA MIGA ソガ・ミガ

オーナーは1990年からフィリピンに住んでおり、韓国スタイルを求める在フィリピン韓国人の希望に応えるため、また地元のフィリピン人に韓国料理を広めたいという思いから現在とは異なる場所で、本店を1997年にオープンした。

全テーブルに換気用ホースがついているので煙の臭いが気にならない。使用している牛肉は高級品で、すべてアメリカ産か日本産をそろえている。タレに漬け込んだジューシーなお肉を炭火で焼く。炭火で焼くことで肉のうまみが逃げないとのこと。表面はよく焼けているが、中身はジューシーでうまみたっぷり。もちろん焼き肉以外のメニューも充実しており、一番人気は韓国料理の定番ビビンバだ。たっぷりトッピングが乗っていて、ごはんにも味がしみこんでいる。底の少しこげた部分がいちばん美味しい。また、このお店には餃子もあり、揚げ餃子と蒸し焼き餃子の２種類がある。材料はどちらも同じ。他にも石焼ビビンバ(P350)、和牛カルビ(P1,100)、ヘルシーホットストーンライス(P350)、プデチゲ(P900-1,300)、きのこのプルコギチョンゴル(P1,000/Mサイズ)(P1,400/Lサイズ)、ミスジ(P1,000～P1,400)、海鮮カイノミ(P1,000～P1,400) など。

Soga Migaには4~16人用の個室が全17室ある。個室をつなげて最大40名のグループも受け入れ可能。モダンなインテリアで気軽なランチにも接待ディナーにもバッチリ。においを気にする事なく楽しめるSoga Migaでぜひ韓国料理を楽しんで。


きのこのプルコギチョンゴル（小：P1,000 大：P1,400）


ミスジ（P1,000～P1,400）


プデチゲ（小：P900 大：P1,300）


ヘルシーホットストーンライス (P350)


カイノミ（P1,000～P1,400）


和牛カルビ（P1,000～P1,400）


石焼ビビンバ（P350）







アラバン店

Alabang Molito Commercial Complex,
Alabang, Muntinlupa
☎02-807-3008／0917-807-3008
営月～土曜　11時～23時
　日曜　11時～22時
休なし
sogamiga



タガイタイ店

#48 Km Aguinaldo Hi-way Lalaan
1 Silang Cavite(Beside Unioil)
※Rivera Golf Clubから5キロ
☎0917-719-5784
営11時～21時
休なし
sogamiga



WOODEN HORSE STEAKHOUSE

ウッデン・ホース・ステーキハウス



BEST STEAK IN TOWN!

ウェスタンをテーマにしたステーキハウス。サイパンで長年ステーキハウスを営んできたに日本人オーナーシェフの田部井氏の料理が日本人、フィリピン人問わず大人気。看板料理のリブアイステーキはUSDA認定グレードAのアンガスビーフを使用。リーズナブルかつ美味しいステーキを食べたい人におすすめ。

659-7522
0927-460-2495

Mon-Thu 11:00-14:00/18:00-22:00
Fri 11:00-14:00/17:00-22:00
Sat-Sun 11:00-15:00/17:00-22:00

wh_steakhouse@yahoo.com
woodenhorsebeststeakintown
Molito Commercial Complex Madrigal Business park, Ayala Alabang, Muntinlupa City

Angus beef at its best

MAP マラテ T-2



飛騨牛サーロインステーキ（200g）


赤身に脂肪がきれいに入った霜降り肉

飛騨牛入荷しました！
レストラン 楽RAKU

- 店内は広々25席で、ゆったりくつろげるソファもあります
- 深夜も営業、翌朝5時まで
- パンパシフィックホテル2階



刺身の盛り合わせ



飛騨牛ステーキ丼（100g）

各セットメニューには選べる小鉢付き
日本の生卵、納豆、海苔も揃えています



「プライマーを見た」と言えば全10%OFF！
（有効期限：2018年5月末まで）

(02)-319-5029 5:00 PM - 5:00 AM
ADRIATICO SQUARE 2ND FLR., GEN. MALVAR ST. MALATE MANILA (PAN PACIFIC HOTEL 2F)

フィリピンで親睦を深めよう！ 日本人コミュニティーリスト

同窓会

- 関西学院同窓会マニラ支部弦月会　関西学院大学 ☎0998-964-7370（河田）
- 拓殖大学学友会フィリピン支部　拓殖大学 ☎0917-856-1705（峠崎）
- 東京外語会マニラ支部　東京外国語大学 ☎0917-373-2243（中原）
- フィリピン不老会　名古屋大学 ☎0917-854-3504（鈴木）
- マニラクローバー会　同志社大学・同志社女子大学 ☎0918-916-1439（小川）
- マニラ紫紺会　明治大学 ☎0927-791-5516（中村）・0917-598-3836（金光）
- マニラ稲門会　早稲田大学　hishikawa@pgasompo.com（石川）
- マニラ三田会　慶応義塾大学 ☎0917-834-8920（山田）
- マニラ桜友会　学習院大学／女子大学／高等科／他 ☎ouyukai.manila@gmail.com（後藤）
- 立命館大学マニラ校友会　立命館大学/立命館アジア太平洋大学 ☎0917-877-3733（渡邊）
- フィリピン待兼会　大阪大学 ☎0920-970-5964（高村）
- マニラ白門会　中央大学 ☎0998-967-6687（高橋）
- ソフィア会　上智大学 ☎0917-887-1396（重田）
- マニラ九大OB会　九州大学 ✉nishimoto-k@intl.taisei.co.jp（西本）
- 獨協大学フィリピン支部　獨協大学 ☎0917-825-4611（長谷川）
- マニラ顕桜会　日本大学 ☎0998-841-2450（町田）
- フィリピン濃青会　京都大学 ☎0917-882-3413（増田）
- マニラ立教会　立教大学 ☎0917-545-3259（山本）
- マニラ若葉会　筑波大学附属駒場高等学校附 ✉kkohmi@gmail.com（大見）
- 咲耶会マニラ支部　旧大阪外国語大学・大阪大学外国語学部 ✉tsukiyotenmatay@gmail.com（テンマタイ）

日本人会リスト

- マニラ日本人会 ☎(63-2)810-7909
- 北ルソン日本人会 ☎074-442-4708
- フィリピン沖縄県人会 ☎(63-2)421-6147
- マニラ静岡県人会 ☎0918-889-6744
- マニラ長崎の会 ✉tabata_m.ph@jtbap.com（田端）
- マニラ岐阜県人会 ☎0998-963-0692（川野）
- 信濃の國の会 ☎0906-315-8448（下平）
- 大阪府民会 ✉osakafumin.ph@gmail.com
- 茨城県人会 ☎0915-356-2929 ✉matsumoto.teruyoshi_j01@joyobank.co.jp（松本）
- マニラ福岡県人会 ☎0917-805-6672（藤本）

その他

- マニラ昇竜会　中日ドラゴンズ ☎0920-467-5621（石井）
- マニラ日本人会診療所 ☎(63-2)818-0880
- Little Japan（フィリピン人と交流しています）◎www.meetup.com/Little-Japan-in-Manila/
- フィリピン日本人ビジネス協同組合 ◎http://jbaph.com

その他にも、日本人コミュニティ情報がございましたら、ぜひプライマー編集部（information@primer.ph）までお知らせください。

確かな品質と味。
韓国の母がつくる
本格韓国料理

A-WON 아원

韓国焼肉 海鮮料理



さしが入った美しい「牛ハラミ」(P1,050)



フィリピンでは珍しい鰻もいただける「ウナギ焼き」 (P900)



日本人にも人気の「ユッケ」 (P600/S, P800/L)



ラプラプのお刺身 (P2,200/kg)



落ち着く快適な店内

A-WONでは、韓国人のオムニ（お母さん）が手作りにこだわった本場の韓国料理を味わえます。無料のキムチや付け合わせは種類が豊富で、オムニが毎日厨房の先頭に立って伝統の味を守っています。当店の自慢は、ココナッツ炭を使用した本格韓国焼肉と、注文を受けてから水槽より取り出して捌く新鮮なウナギやラプラプ等の海鮮料理です。その他の料理も素材と味にこだわった本格派。本場韓国料理の味を心ゆくまでお楽しみください。

韓国料理 MENU

アンチャンサル (牛ハラミ)P950
サムギョプサル (豚バラ)P300
ジェンオ（ウナギ焼き）P900
キムチチゲ P300
テンジャンチゲ（味噌チゲ）P300
スンドゥブチゲ（豆腐チゲ）P300
カルビタン（カルビスープ）P300
ブデチゲ（肉・野菜・麺入り鍋）小 P650 大 P900
プルコギ P400
チェユクポックム（ピリ辛豚肉炒め）P350
ビビンバ P350
フェドバ（海鮮丼）P400
チャプチェ P300
ヘムルパジョン（海鮮とねぎのチヂミ）P400
トッポギ（ピリ辛もしくは宮中トッポギ）P300
ネンミョン（冷麺）P250
ユッケ P500 and more

●プライマー読者特典●
焼肉メニューの注文でスチームエッグ（韓国式茶碗蒸し）とテンジャンチゲを無料でサービス! ※1テーブル各1皿のみ
有効期限:2018年5月末まで
※アラバン店のみのサービスになります。

マカパガル店 MAP 알라방



アラバン店 MAP 알라방



マカパガル店
NO.8Hobbies of Asia,Macapagal Blvd.,Pasay
☎02-833-0421/02-556-1297/0917-892-8282
営10時～23時

アラバン店
2F Commercenter, Commerce Ave. cor Filinvest Ave.
Alabang, Muntinlupa ☎02-519-5183/0917-852-9955
営10時～23時

NEW BOMBAY ROYALE
PHILIPPINES BIGGEST INDIAN RESTAURANT

絶品インド料理を
お召し上がりください


チキン・ティッカ・マサラ


タンドリー・チキン



(632) 810-1101
Ground Floor, Venice Grand Canal Mall, McKinley Hill, Taguig City
パーティーや誕生日などにもご使用いただけます

Café del Mar

ベネチアンスタイルの店内で、ローカルコーヒーと地中海料理をお楽しみいただけます。ご友人やご家族と楽しむのにぴったりな魚介パエリアと看板メニューのピザをぜひお召し上がりください。



(632) 810-1066
Ground Floor, Venice Grand Canal Mall, McKinley Hill, Taguig City





フェスティバルモール2Fにオープンしました!

博多一幸舎
HAKATA IKKOUSHA
GLOBAL STANDARD
MANILA

元祖泡系　博多豚骨ラーメン専門店
をご堪能ください
Try the authentic taste of tonkotsu ramen from Japan.







営業時間：11時～21時半（L.O 21時）
日曜日は朝10時から営業中！

アメリカ、ブラジル、
台湾、シンガポール
など世界に展開中！

ikkoushamanila
ikkoushamanila.com

Upper Ground Floor, Water Garden, Festival Mall, Filinvest City, Alabang









カスタマイズされたキッチン器具や設備など
設置のご相談
レストランやコーヒーショップのスタートアップニーズに
必要な全てのもの がここに
全ての商品に対してプロフェッショナルが
アフターサービス にも対応

MK kitchen
厨房器具なら全てお任せ

E-MAIL: mkkitchenpasig@yahoo.com.ph
TEL #: 02) 661-1931~2 | CEL #: 0917-554-5072
ADDRESS: #4 E. Rodriguez Jr. Ave., C5, Bagong Ilog, Pasig
WEBSITE: www.mkphil.com

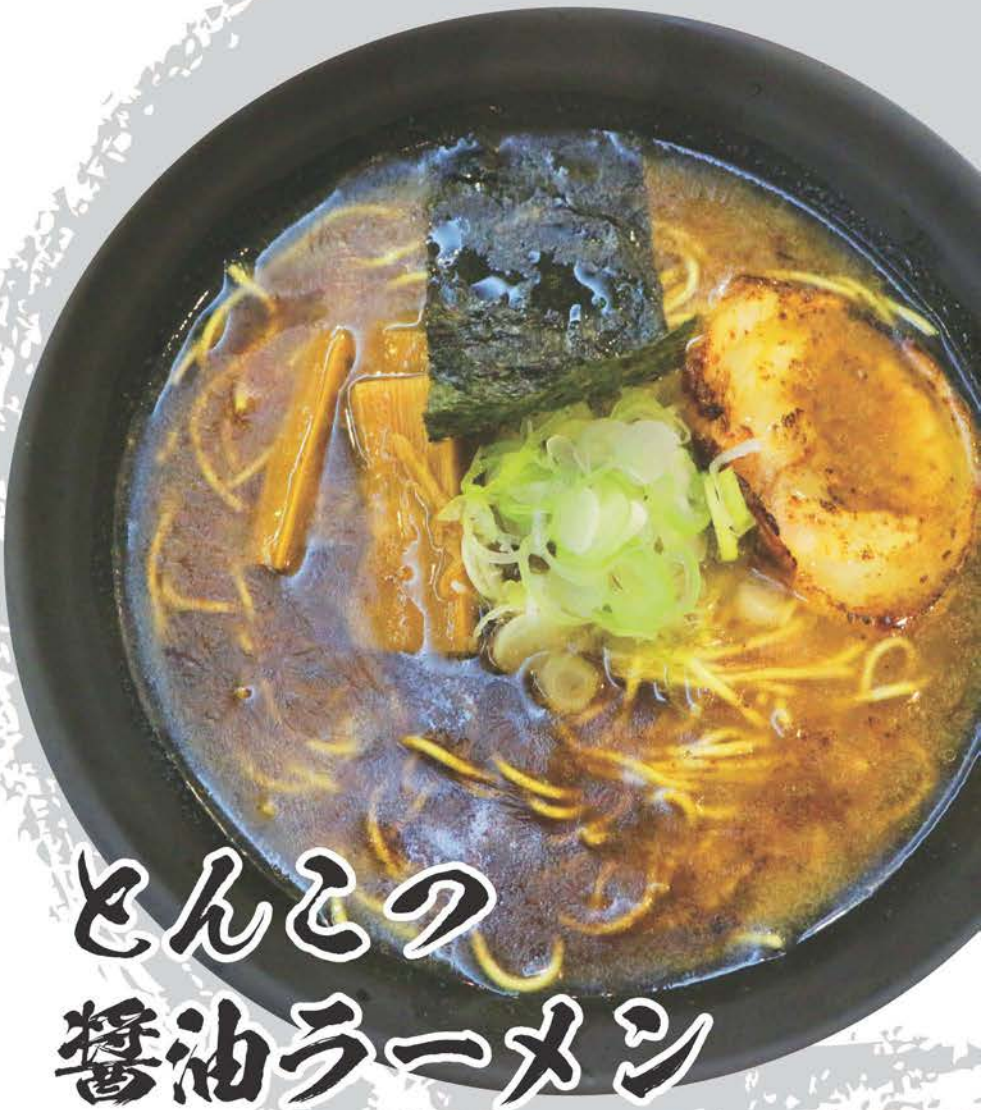


らーめん 島田

RAMEN SHIMADA

NOW OPEN!

行列が出来る某ラーメン店が
味、品質を監修。
250ペソからのリーズナブルな
ラーメンを取り揃えておりますので、皆さまのご来店をお待ちしております。



とんこつ醤油ラーメン

P250



担々麺 Tantan men **P290**



夜泣きラーメン
Yonaki Ramen **P400**



とんこつしおラーメン
Tonkotsu Sio Ramen **P250**



餃子 Gyoza **P140**
おつまみセット Otsumami set **P150**



(0956) 041-7181 (Globe) **(0926) 613-1281** (Smart)

Kalakhang Maynila, Pasay City Pasay Default 8006 Epifanio Delos Santos Ave
EDSA Extention Pasay, Pasay City（店前に駐車場有）

営業時間：11時～翌 5時 http://ramen-shimada.business.site





MAP マカティ B-4

なんでも揃う! あなたの街のグロサリー

Teppen

日本・韓国総合食品 てっぺん

リトル東京から徒歩3分。緑の看板が目を引く日本・韓国グローサリーがあるのをご存知ですか? 韓国食材はもちろん、日本製の調味料やお菓子、フレッシュ野菜も手頃な価格で提供してあり、フィリピン国内では珍しくラーメンスープも販売しています。

お店隣りの日本食レストラン“樹海JYUKAI”にも注目です!

刺身定食や握り寿司、天麩羅など定番の日本食がリーズナブルな価格で味わえます。

Unit C, G/F Marvin Plaza Bldg., 2153 Don Chino Roces Ave. cor.Rufino., Makati ☎02-6664925/0917-5146814 FAX: 02-553-4673
営月～金曜 7時30分～22時 土・日曜 8時～20時
休なし E-mail: jap.kor.grocery@gmail.com
teppen.japkor.grocery



広々とした清潔な店内



緑の看板を目印に探そう

MAP マカティ B-3

穴場発見! お馴染みのシャンプー類はここで揃う!

TPE

台湾グロッサリー ティー・ピー・イー

マカティメディカルから徒歩2分、日本人に嬉しい商品がばっちり揃う、台湾グロッサリーがあります。豊富に揃ったコスメコーナーにはTSUBAKI、MA CHERIEと言った日本人にはお馴染みの商品がずらり。それに加えてお弁当も販売しており、こちらも大人気です。

8種類あり、その中でもベストセラーは、Beef Teriyaki (P195) お弁当の中身はおかずが5品目はいっています。甘めの香ばしい醤油で味付けされており、食べ応えも満点。お弁当はマカティシティのみデリバリー可能。20個以上のご注文にて無料でデリバリーいたします。デリバリーのご予約は、3～5日前までにお電話にてご連絡ください。

G/F Jaka Center 2111 Chino Roces Ave., Makati ☎02-551-7522 営9時～23時 休なし

TPE Market Place 台北超市



大人気のお弁当は8種類から選べる



マカティメディカルから徒歩すぐ!

New Hatchin 日本食材専門店

Japanese Grocery

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。

Cake Sushi Vegetable Seafood Delica Meat

Always Fresh!

●マカティ店 ☎ 02-897-7207、02-890-1649
7602 Sacred Heart Street Corner Metropolitan Avenue, San Antonio Village, Makati 営8:00～19:00 休毎日営業
●マビニ店 ☎ 02-400-9478
2119 A. Mabini St. Malate, Manila
営10:00～21:00 休毎日営業
●カルティマール店 ☎ 02-833-8905、02-834-1384
Unit 6 Cartimar Plaza, Leveriza Street, Pasay City
営7:00～17:00 (月～土)、7:00～14:00(日)
sales@newhatchin.com



MAP マカティ F-2

KOBEYA

JAPANESE FOOD MART

日本の食材を幅広く取り揃える「神戸屋」が、マカティアベニューに新規OPEN!

営業時間: 午前10時～午後10時 (月～日曜)





お取り扱い商品

調味料・麺・魚介類
スナック・アイスクリーム
清涼飲料・菓子類
野菜・焼酎・ウイスキー

アジア、イタリアの調味料も取り扱っております。

モールや公共交通機関へのアクセス良好な無料駐車スペースあり

807-1107 G/F 1 Juno Cor. Makati Avenue, Bel-Air Makati City

McAsia Foodtrade Corporation

TOTAL JAPANESE COOKING SOLUTION

弊社はフィリピンに構える、日本の食品、キッチン用品、料理器具、業務用厨房を取り扱う卸売会社です。メトロマニラにあるレストラン、ホテル、配膳業社、食料品店などへの卸売を展開しております。フィリピン国内ではビサヤ、ミンダナオ両地方までの配送を受け付けています。醤油、わさび、マヨネーズ、小麦粉などの基本的な調味料に加え、日本製の高品質なキッチンウェアやダイニングウェアも取り扱っております。乾燥食品、缶詰など日本のレストランには欠かせない商品が揃っています。日本酒も種類豊富に取り揃えておりますので、ご希望の銘柄がございましたらお問い合わせください。



Trunkline No. 02-251-3625 / 02-231-1026
Fax No. 02-415-4431 Telephone Nos. 02-411-2911
158 Apo St, Sta. Mesa Heights, Quezon City, NCR
E-mail: customercare@mcasiafoodtrade.ph /sales1@mcasiafoodtrade.ph / sales2@mcasiafoodtrade.ph

いつでも好きな時に過去のコラムをご覧ください

気になるコラムを見逃した方は、プライマーWEBサイトまで



- 今晩のおかず
- ビジネス烈伝
- フィリピンで働く人図鑑 And more!

WEBでしか読めない特別な記事バージョンもあるので要必見です!!



プロ直伝! 今晩のおかず まめ知識付

The Simple Japanese Food

今回の食材●長ネギ Onion leek

Chef TAKASHI

日本食レストランのシェフとして活躍する傍ら、コンサルタントとして様々なプロジェクトに参加。料理学校にて和食の講師も務め、フィリピン人に日本食の美味しさだけでなく、作る楽しさなども伝えている。レシピのご質問などはこちらからどうぞ

More inquiries
info@simplejapanesefood.com



さっぱりホッコリ

ねぎと鮪のみぞれ小鍋

Negima Mizore Nabe
Tuna and Leeks Hotpot grated radish on top.

●材料

長ネギ	40g	大根おろし	20g
鮪	80g	おろし生姜	1pnch
豆腐	30g	出汁	180ml
油揚げ	1枚	醤油	20ml
乾燥わかめ	1つまみ	みりん	20ml

●作り方(調理時間約20分)

❶材料を適当な大きさに切る
❷鍋に材料を入れ、出汁をはり、しょうゆ、みりんも入れる。
❸加熱していくとアクがでてくるので丁寧に取り除く。
❹アクがだいたい取れたら、生姜おろしを入れる。
❺材料に火が入ったら完成。大根おろしをのせていただく。



Point!
鮪やネギからアクが出てくるので、丁寧に取り除いてください。鮪は火を入れすぎると身が固くなりやすいので、弱火ー中火で火加減を調節してください。新鮮な鮪が手に入らない場合や、魚が苦手な方は鶏肉などで代用してもおいしくいただけます。大根をたっぷりのせて、サッパリと。暑いサマーシーズンを乗り越えましょう。

●INGREDIENTS

Onion leek	40g	Grated Radish	20g
Fresh Tuna	80g	Grated Ginger	1pnch
Tofu	30g	Dashi water	180ml
Abura age	1pcs	Soy sauce	20ml
Dried wakame seaweed	1pnch	Mirin	20ml

●Procedure (Cooking time: 20min)

❶Cut ingredients by bite size.
❷Put them into Hotpot, put also Dashi water, soy sauce and Mirin.
❸During heat, it has scum. Take them all gentry.
❹After finish to take off scum, Put grated ginger.
❺Put grated Radish, then serve.

フィリピン食材
まめ知識



薬味としてシャキシャキの食感を楽しんだり、鍋などの煮込み料理で甘みを楽しんだり、私たち日本人にとって長ネギはとても身近な野菜の一つです。

長ネギには体を温める効果や疲労回復にも効果があることから、健康に役立つ野菜としても重宝されてきました。風邪をひいたときは長ネギを首に巻くと喉の痛みや咳が治まると言われた方もいらっしゃるのではないでしょうか。

ネギには大きく分けて根元の白い部分を食べる「根深ねぎ」と、緑の部分を食べる「葉ねぎ」があります。

根深ねぎは土から生えてきた部分に土を寄せ、日に当たらないようにすることで白い部分が長くなるように育てられるようです。フィリピンではこの作業を怠っているのか、はたまた緑の部分が好きだからなのかはわかりませんが、緑の部分が多い長ネギをよく見かけます。また、年中暑い気候だからなのか、芯が細く、日本のようにしっかりしたネギを見かけることがありません。それでも味は長ネギそのもの。値段も安く手に入るので、フィリピンの長ネギを使って料理を楽しみましょう。




フィリピン
でも
ポカリ、
のまなきゃ。
注文は日本語でも対応可能です！ 送料無料（メトロマニラ、アラバン）
330ml x
24 本
₱ 720
350ml x
24 本
₱ 720
500ml x
24 本
₱ 912
900ml x
12 本
₱ 816
2 L x
6 本
₱ 810
+632-657-2510（アナウンス後、3 を押してください。）
www.
http://pocarisweat.com.ph/order/j/



整備済の中古厨房機器販売

☑ 安心の日本ブランド（主なメーカ：星崎・マルゼン・タニコーなど）

☑ 充実のアフターサービス、48時間以内に対応



マニラで飲食店を始める・展開する・改装するお客様に
コンサルティングや設計など、内装のご提案も致します。





TSP Merchandise

249 Roosevelt Ave., Brgy. San Antonio,SFDM,Quezon City



Tel: 02-373-4205 日本語対応可

SUZUKI MASAKUNI (02)373 4205 / 090-6259-0046
shiromalph@yahoo.co.jp

他店舗詳細はこちら

CSP Trading
91 Maria Clara St., Brgy. Sto. Domingo, Quezon City /
Tel#02-521-0893



MSS Kitchenwares
386 Edsa, Caloocan City /
Tel#02-282-7624



日本の店舗 詳細はこちら　株式会社シロマル 千葉県白井市富白1141-20 TEL:047-491-7079 担当者 藤本

フィリピン生活お役立ち！ レストランリスト

マカティ

ARAYA RAMEN & SUSHI BAR ●
☎ 02-888-4422/0925-720-6342
Dela Rosa Parking1, Dela Rosa Access Rd.1, Dela Rosa Street, Legazpi Village, Makati city

Azuthai □
☎ 02-817-6252 / 02-212-1212
Ground Floor, Milkyway Building, 900 A. Arnaiz Avenue Corner Paseo De Roxas, San Lorenzo, Makati City

Boulangerie 22 □
☎ 02-801-6597
Ground Floor, One Legazpi Park, Rodriguez Street, Legaspi Village, Makati City

Camp ●
☎ 現在のところ連絡先なし
Ayala Avenue, Ayala Triangle, Makati, 1226 Metro Manila

Coffee Tonya Inc. □
☎ 02-750-6200
7431 Yakal St., San Antonio Vill., Makati City

Carpaccio 🇮🇹
☎ 02-553-9636/02-867-3164
7431 Yakal St., San Antonio Vill., Makati City

CAVE WERDENBERG WINE BAR □
☎ 02-892-0128
7431 Yakal Street, San Antonio Village, Makati City

Chesa Bianca □
☎ 02-815-1359/02-892-7524
7431 Yakal Street San Antonio Village, Makati City

Estate Wine □
☎ 02-804-5028
Ground Floor, Republic Glass Building, 1229, 196 Salcedo, Legazpi Village, Makati, Metro Manila

Hanagushi ●
☎ 02-800-0704
G/F unit 6,The Beacon,Don Chino Roces Ave. cor Arnaiz Ave.

Hoshi Matsuri ●
☎ 02-893-3294
Creekside Mall, Amorsolo St. cor. V.A. Rufino St., Legaspi Vill., Makati City

IKOMAI ●
☎ 02-816-4588 / 0999-887-0297
ACI Group Bldg., 147 HV Dela Costa, Salcedo Village, Makati City

I'm Angus Steak House ■
☎ 02-892-5852 / 893-7286-7431
Yakal St. San Antonio Village, Makati City

Isaribi ●
☎ 02-801-1770
Creekside Mall, Amorsolo Street, Legaspi Village, Makati City

JASMINE 🇨🇳
☎ 02-811-6888/内線3888
Esperanza Street corner Makati Avenue, Ayala Center, Makati City 1228

KENSHIN ●
☎ 0949-883-1200/0917-551-4605
The Linear Makati G/F Yakal st, cor. Mayapis st. 1226 MAKATI

La Cabrera □
☎ 02-246-9069
yala Business Center, 6750 Ayala Avenue, Glorietta Complex

La Grotta Cucina Italiana 🇮🇹
☎ 02-894-1320 / 02-817-3306
Ground Floor, Angelus Plaza Building, 104 V.A. Rufino Street, Legaspi Village, Makati City

Mey Lin Bistro 🇨🇳
☎ 02-899-8999
GF, Jupiter Place, 134/138 Jupiter, Makati, 1209

Milky Way Cafe □
☎ 843-4124 \ 843-7124
2nd Floor, Milkyway Building 900 Arnai z Avenue (Pasay Road) corner Paseo De Roxas, Makati City

Monopole □
☎ 02-893-9477
Ground Floor, Greenbelt Excelsior Building, Carlos Palanca Street, Legaspi Village

Motorino 🇮🇹
☎ 02-754-8018
2nd Level, Greenbelt 3 , Ayala Center Makati City

Nikkei ●
☎ 02-246-9069
Unit GO3, Frabelle Business Center, 111 Rada Street, Legaspi Village

Saboten ●
☎ 02-625-0909
Ground Floor, Glorietta 5, Ayala Center, Glorietta Complex, Makati City

Sekitori ●
☎ 02-425-9030 / 894-3876
Little Tokyo, 2277 Chino Roces Avenue, Legaspi Village, Makati City

Sentro 1771 🇵🇭
☎ 02-757-3941, 3938 / 0917-866-0449
2F Greenbelt 3, Ayala Center, Makati City

Single Origin □
☎ 02-246-9069
Ground Floor, Edades Garden, Amorsolo Corner Rockwell Drive, Rockwell

Tapella 🇪🇸
☎ 02-757-2710
Level 1, Greenbelt 5, Ayala Center, Greenbelt

Unakichi ●
☎ 02-728-2072
G/F Makati Cinema Square,Amorsolo St., Makati

Yokohama Meat Kitchen ●
☎ 02-831-6546/0916-377-3677
16 Jupiter St. cor. Antares St., Bel-Air, Makati

Yoshinoya ●
☎ 625-3662
2/F Glorietta 1 ayala center makati

BGC

Fukudaya ●
☎ 02-800-3563
Arya Residences Tower 1, Mckinley Parkway Bonifacio Global City, Taguig

l'entrecôte Corner Bistro 🇫🇷
☎ 02-856-4858
Burgos Circle at Forbes Town Center Unit A Bellagio 2 Bonifacio Global City,Taguig

L'Opera 🇮🇹
☎ 02-889-3963
The Fort Strip 26th St Street Cor 5th Ave Bonifacio Taguig

Musashi ●
☎ 0922-295-0297
2nd Floor, Forum South Global building, cor. 7th Ave & Federation Drive Bonifacio South District BGC Taguig City

Sentro 1771 🇵🇭
☎ 02-792-9133
Upper Ground Floor, Uptown Bonifacio, BGC, Taguig City

Single Origin □
☎ 02-246-9069
Ground Floor, Edades Garden, Amorsolo Corner Rockwell Drive, Rockwell

Teppan Okochi ●
Ore Central Building, 9th Avenue, Cor, Lane Q, Fort Bonifacio, Taguig City

Tori Ichi ●
☎ 02-834-5481
Net Quad, 4th Avenue Corner 30th Street, Bonifacio Global City, Taguig City

Yoree 🇰🇷
☎ 02-866-0432
The Forum, 7th Avenue Corner Federacion Drive, Bonifacio Global City

その他

A-Won Restaurant 🇰🇷
☎ 02-519-5183
2/F Commercenter Commerce Ave. Filinvest, Alabang, Muntinlupa
☎ 02-556-1297/833-0421/0917-892-8282
#8 Hobbies of Asia, Macapagal Ave, Pasay City

BUTAMARU ●
☎ 02-887-4255
CE405 Westgate Center, Commerce Avenue cor. Filinvest Avenue, Alabang

Café Del Mar □
☎ 02-810-1066
GroundFloor, Venice Grand Canal Mall, McKinley Hill, Taguig City

IKKOUSHA RAMEN ●
Upper Ground Fl. Festival Mall, Alabang

Kitsho ●
☎ 02-708-4888
Hotel Jen Manila, 3001 Roxas Boulevard, Buendia, Pasay City

New Bombay Royale □
☎ 02-810-1101
GroundFloor, Venice Grand Canal Mall, McKinley Hill, Taguig City

NIKUMARU ●
☎ 02-771-1169
1720, 205 Aguirre Ave, Parañaque, 1720 Metro Manila

Prego Ristorante & Bar 🇮🇹
☎ 02-246-9069
Upper Ground Level, City of Dreams Manila, Roxas Boulevard, Parañaque

Ramen Shimada ●
☎ 0956-041-7181, 0926-613-1281
1300 Kalakhang Maynila, Pasay City default 8006 Epifanio Delos Santos Avenue Extension St.

Rossini Rostorante/Buona Vita 🇮🇹
☎ 02-519-3868/0917-591-1169
Unit 19 Cluster 3 @ Molito Lifestyle Bldg., Madrigal Bus. Park, Alabang Zapote Rd., Muntinlupacity

Sigekiya Ramen ●
☎ 02-805-0400
Ground Floor, Commercenter, 1780 Commerce Corner Filinvest Avenue, Filinvest City, Muntinlupa City

Soga Miga 🇰🇷
☎ 02-807-3008/0917-807-3008
Alabang Molito Commercial Complex, Alabang, Muntinlupa

WOODEN HORSE STEAK HOUSE □
☎ 02-659-7522
Molito Commercial Complex, G/F Unit 2&3, Madrigal Ave. corner Alabang Zapote Rd. Muntinlupa

XO46 🇵🇭
☎ 02-805-3850
Level 2, S Maison, Conrad Manila, Seaside Boulevard Corner Coral Way, Mall of Asia Complex (MOA), Pasay City

グロッサリー（日本食材店）他

Diamond Star
☎ 02-839-2822/838-4684 担当:湯川
Bldg 2 SUNYU compound, Veterans Center Taguig, Metro Manila

Darumaya
☎ 02-831-8382/347-5125
Cartimar Complex, Cartimar Rd, Pasay, 1300 Metro Manila

Kobeya
☎ 02-807-1107
G/F 1 Juno Cor. Makati Avenue,Bel-Air Makati City

Mc Asia Foodtrade
☎ 02-411-2911 / 02-251-3625
158 Apo St, Sta. Mesa Heights, Quezon City, NCR

MK Kitchen
☎ 02-661-1931 / 02-661-1932
No. 4 E. Rodriguez Jr. Ave., C5, Bagong Ilog, Pasig City, Metro Manila

New Hatchin
☎ 02-897-7207/02-890-1649
Lower Ground Floor, C3 Bonifacio High Street Central, Bonifacio Global City, Taguig

Santis Delicatessen
☎ 02-478-6931
7602 Sacred Heart Street Corner Metropolitan Avenue, San Antonio Village, Makati

Otsuka Solar (Pocari Sweat)
☎ 02-844-9266
No.7 & No. 9 Brixton Street 1603 Brgy. Kopitolyo Pasig city

Teppen
☎ 02-553-7968
Unit C, G/F Marvin Plaza Bldg.,2153 Don Chino Roces Ave,. cor,. Rufino Makati

TPE
☎ 02-551-7522
G/F Jaka Center 2111 Chino Roces Ave.,Makati City

TSP Merchandise
☎ 02-373-4205
249 Roosevelt Ave., Brgy. San Antonio,SFDM,Quezon City

Chinese - 🇨🇳　Filipino - 🇵🇭　French - 🇫🇷　Italian - 🇮🇹　Japanese - ●　Korean - 🇰🇷　Spanish - 🇪🇸　Mix - ■　Others - □

近場でバケーション 魅力たっぷり

Puerto Galera

プエルトガレラ

入り組んだ入り江が美しい海岸。第二のボラカイ島と称され、街が栄えているのは海岸沿いだ。また、有名なホワイトビーチでは、遠出せずとも、憧れのパウダー状の白い砂浜を体験できる。



メトロ・マニラから車をおよそ2時間弱ほど走らせれば、バタンガス港から旅客フェリー、あるいは車両ごと移動できるロールオン・オフ・フェリーが出ている。行き先はサバン埠頭、ムエル埠頭、バラテロ埠頭、ホワイト・ビーチの4箇所あるが、中でもよく利用されるのはサバンとホワイト・ビーチだ。お目当てのリゾートに応じて降りるべき港を確認しておこう。

リピーターも多いプエルトガレラの魅力

フェスティバルや豊富なアクティビティを楽しんで

外国人リピーターも多い
人気フェスティバル

Malasimbo Music & Arts Festival

マラシンボ・ミュージック・アンド・アート・フェスティバル



日本人アーティストも参加(写真①)/自然と音楽の融合が面白い(写真②)/南国らしいフェスティバル(写真③)





毎年3月になると開かれるフェスティバル。伝統芸能からコンテンポラリーアートまで幅広く楽しめるこのイベントは8年前より毎年開催されており、レゲエやEDMファンのリピーターも多い。マラシンボの自然に囲まれた演芸場には、代表的なサイレント・ディスコをはじめとする多種多様なジャンルのブースが点在する。チケットは通常10月に発売開始される。

Malasimbo Music & Arts Festival

ゴルフもおすすめ!
プエルトガレラ

Ponderosa Golf Club

ポンデローサ・ゴルフ・クラブ



ホール1(写真①)/ホール7(写真②)/ホール9(写真③)





大自然の中でのゴルフが楽しめるここポンデローサ・ゴルフ・クラブ。コースは「パー3・9ホール」で、ベテランゴルファーもやりがいのあるコースを提供。また、ティーショットする場所が2カ所ずつあり、同じ場所から2度打たずして、フルコース(18ホール)回ることが出来る。プエルトガレラの街から20分の場所にあり、一般のゴルフクラブ以上のコースを提供している。また、ジップライン、キャノピー・ウォーク(森の中のつり橋を渡る)などもある。

Ponderosa Green Mountain, Brgy. San Isidro, Puerto Galera ☎ 0917-5062280 / 0917-8556844
8時~19時
www.puertogaleragolf.com/index.html

ジャングルを通り抜けていく
秘境ツアーを体験！

PPP 3

Water Buffalo jungle tour
水牛と行くジャングルツアー

プエルトガレラには人気の滝が4つあるが、中でも最も奥まった場所にあるツクランの滝へ行くためには、車やジプニーではなく、水牛に乗っていく。途中、ジャングルを抜けるツアーだ。滝に着いたら、礁湖、急流、ピクニック広場があなたを迎えてくれる。

Tukuran Falls, Puerto Galera, Oriental Mindoro　画像出典：Badladz Resorts



空の旅で最高の思い出を！

壮大なプエルトガレラの景色を楽しんで

PPPP

Parasailing
パラセイリング

1人P1500から15分間空の旅を楽しめるアクティビティ。プエルトガレラにはパラセイリングが楽しめるスポットがたくさん。サバンやホワイトビーチにつくと予約できるところがたくさんあるが、ホテルから予約することをおすすめ。

画像出典：puerto Galera Tourism


宿泊先に訪問可能日を確認してみて

伝統工芸と出会う旅

4

Iraya Mangyan Village
イラヤ・マンギャン村

イラヤ・マンギャン族はプエルト・ガレラのマラシンボ山の麓に居を構えるマンギャン族のひとつ。彼らはアヤラ基金からサポートを受けながらニト細工を担っている。画像出典：Ayala Foundation

Mt. Malasimbo, Brgy. Talipanana, Puerto Galera


自然の中で家族と楽しんで

家族で楽しみたいスリル満点アクティビティ

PP 5

Paintball and Go-Karts
ペイントボールとゴーカート

ペイントボールは自然・人工芝ともに用意され、最初に100発分のペイント弾が支給され、追加の100発分はP450で購入可能。また、10分間でスリル満点のゴーカートもおすすめ。　画像出典：Extreme Sports Philippines

Holy Child School, Sto Nino, Puerto Galera　☎ 0917-552-7114
㊡月～金：9時～18時 / 土～日：8時～18時　www.extremesportsphilippines.com　Eメール：info@extremesportsphilippines.com


スリル満点な飛行体験

プエルトガレラならではの爽やかな空の旅を！

PP 6

Zip Line
ジップライン

こちらのジップライン、長さは650メートルで、ポンデローサとグリーン・マウンテンを結ぶ。所要時間は数分だが、爽やかな乗り心地だ。プエルトガレラでの良い思い出となること間違いなし。

画像出典：Ponderosa Golf

Ponderosa, Puerto Galera
☎ 0917-506-2280　PuertoGaleraZipline

家族で泊まりたいとっておきリゾート

波の音を聞きながらのんびり過ごして

大自然とビーチを独り占め
人気の高級リゾート

PPPPP H1

Infiniti Resort and spa

インフィニティ・リゾート・アンド・スパ

インフィニティ・リゾート・アンド・スパは2013年5月にプエルト・ガレラにオープンした高級リゾート。質の高いサービス、守られたプライバシー、プールやスパをはじめとする充実したアメニティが人気でサバン・ビーチ（Sabang Beach）では最もくつろげるリゾートだと評判だ。目の前にはビーチ、背後にはミンダナオの大自然が広がる絶景に加え、有名なダイビングスポットからも数分、ダイビングやシュノーケルを思う存分楽しめる絶好のロケーションだ。宿泊客はプエルト・ガレラのムリエ港（muelle）かホワイトビーチ港からお迎えサービスがあるので安心。また、Mangyan Village へのツアーとリゾート内のレストラン「The Brae」での朝食が無料。

Talipanan, Aninuan, Puerto Galera, Oriental Mindoro
☎ 0917-792-6353 / 0919-993-3449　CHECK IN: 14時　CHECK OUT: 12時
http://www.infinityresort.com.ph/　infinityresortandspa


夜は家族でジャグジーで過ごすのも◎


プレミア・スイートルームのダイニング


ビラはまるで高級住宅のような造り

人里離れた
高級アイランドリゾート

PPPPP H2

Friday's Puerto Galera

フライデーズ・プエルトガレラ

フライデーズ・ボラカイの姉妹リゾートであるフライデーズ・プエルトガレラは、ムリエ湾沖のBoquete島と呼ばれる専用の島に建つ。ボラカイのあるアクラン州まで行かずとも、ここプエルトガレラで高級リゾートアイランド気分を味わうことが出来る。オープンしてまだ日が浅く、リゾートは現在も部分開業中だが、見通しはすでに良好。設備の整った部屋が32室、 全てオーシャンビュー。リゾートには、PADI認定のダイブ施設があるので、ここに来ればダイビングも楽しめる。環境に優しいことも手伝って、プエルトガレラで今一番ホットなリゾートと言えるだろう。

画像出典：Webサイトより

Boquete Island, Puerto Galera　☎ 02-810-2101
CHECK IN: 14時　CHECK OUT: 12時
www.fridayspuertogalera.com　fridayspuertogalera


ムリエ湾は、ユネスコのサポート機関から「世界で最も美しい湾のひとつ」と認定


すべての部屋で、ふき、竹、マドガイを使用


ホテル内はモダンなつくり

ゆったりのんびり
過ごしたい人に

PPP H3

Sunset at Aninuan Beach Resort

サンセット・アット・アニヌアン・ビーチ・リゾート

西フィリピン海に面したプエルト・ガレラの隠れ家リゾート、Sunset at Aninuan。そこから眺めるサンセットは絶景。11年営業を続ける、あたたかい雰囲気の宿泊リゾート。サバングのリゾートとは異なり、ミンドロ島の地元の人たちのホスピタリティとあたたかさを感じることができるだろう。デラックスダブルからハネムーンスイート、戸建てのヴィラまで部屋は40室。宿泊ゲスト専用の施設なので、滞在中は人の出入りの少ない中ゆったりと過ごせる。プライベートリゾートではないものの、アクティブに遊ぶより心穏やかに過ごしたい人々のためのリゾートだ。日帰りツアーは提供していないが、Aninuanの滝は地元の村からすぐ。自然の美しさを楽しめる。

SUNSET at Aninuan Beach Resort, Barangay Aninuan, Puerto Galera
☎ 920-931- 8924 / 917-495- 7945　CHECK IN: 14時　CHECK OUT: 12時
SUNSET AT ANINUAN BEACH RESORT　www.aninuanbeach.com


宿泊ゲストのみが出入り可能な静かなリゾート


どこまでも続く青い海


Superior Family Room

 ホテルのプライスレンジ：P ～P2,000　PP P2,000～P4,000　PPP P4,000～P7,000　PPPP P7,000～P10,000　PPPPP P10,000～

日本人経営リゾート
自分の家のようにくつろいで
PP H4

Orient Pearl Resort

オリエント・パール・リゾート



とっておきのおもてなしを(写真①)/ゆったりくつろいで(写真②)/快適な客室(写真③)





リーズナブルでありながら、良質なサービスを提供する注目リゾート。心掛けているのは、「おもてなし」。ムリエ・ベイに近く、日中はダイビングが楽しめ、日没後も活気にあふれる場所。部屋数は全9室とアットホーム。経営者は日本人なので、英語がすこし苦手という方も安心。このリゾートでは、ツアーなど、プエルトガレラで必要なことを手配してくれるコンシェルジェがいる。至れり尽くせりな快適リゾートへぜひ足を運んでみて。

101 National Highway, Brgy. Sto.Nino, Puerto Galera
CHECK IN: 14時 CHECK OUT: 12時 ☎ 043-287-3620/ 0926-691-0883 orientpearl.web.fc2.com
Orient-Pearl-Resort-1724294728473547/

南国の雰囲気たっぷり
ヴィラタイプのリゾート
PPPP H5

Lalaguna Villas

ララグーナ・ヴィラ



夜はプールへ(写真①)/ペントハウスはバスタブがついている(写真②)/Premium Suite(写真③)





ミンダナオの大自然を背後に青い海が広がるサバンビーチに位置するLalaguna Villasはヴィラタイプのリゾート。12の客室はカップルや家族連れなどどんなシチュエーションにもぴったり。全てのヴィラはオーシャンビューでWi-Fi、自動ロックドアなど設備も充実。お勧めのヴィラはペントハウス。2つの寝室、大きなキッチンに家庭用冷蔵庫とオーブンを備えたこの客室は、100㎡の広々としたテラスが特徴。テラスで海を眺めながらバーベキューが楽しめる。

Small Lalaguna Beach, Sabang, Puerto Galera
☎ 0917-570-3415 CHECK IN: 14時 CHECK OUT: 12時 lalagunavillas.com.ph
lalagunavillas

お腹がすいたら
美味しいステーキを
PP H6

Papa Fred's Beach Resort

パパ・フレッド・ビーチ・リゾート



屋上テラスで優雅な時間を(写真①)/無料Wifiも完備(写真②)/VIPシービューのジャグジー写真③)





Papa Fred's Steakhouseの開業から3年後の2014年。ビーチ客のおなかを満たすだけでなく、更なるサービスを提供するために、Papa Fred's Beach Resortが誕生した。以来、リーズナブルな価格でサービスを提供している。部屋数は全部で１２室。部屋の種類には、スタンダード、デラックス、デラックス・スタジオ、VIPビーチ、VIPシー・ビューがある。屋上テラス、プール、ラウンジチェアがあり、賑わうビーチから離れて静かに日光浴を楽しみたい人に理想的な環境だ。

Sabang Bay Walk, 5203 Puerto Galera
CHECK IN: 12時 CHECK OUT: 14時 ☎ 0915-147-7354
(24時間予約サービス) www.papafredsbeachresort.com
Papa-Freds-Beach-Resort-903788882970311

2017年オープンの新しいリゾート
快適な滞在を約束
PPP H7

Edgewater Dive and Spa

エッジウォーター・ダイブ・アンド・スパ



美しい景色を独り占め(写真①)/朝目覚めたら目の前に広がる大自然(写真②)/スパで自分へのご褒美も(写真③)





2017年に開業した新しいリゾート。賑やかなサバン地区から距離を置き、近くにはダイビングスポットがある。ダイビング店がリゾート内にあり、良質なダイビング用品とプエルトガレラの優秀なインストラクターも。また、マングローブ湾に位置し、美しい夕日が見られることでも知られている。リゾートのマネージャーは、流暢な日本語を話せるため安心。ダイビングコースは日本語でも行っている。

Kabilang Gulod, Puerto Galera
☎ 945-269-9229 CHECK IN: 14時 CHECK OUT: 12時 www.edgewaterresort.co
EdgewaterDiveSpaResort and

他にもあります！おすすめリゾート LIST OF RESORTS IN PUERTO GALERA

Marco Vincent Dive Resort PPP

Address: White Beach, Puerto Galera ☎ 02-734-3312 / 0920-951-0128 www.marcovincent.com
marcovincenthotelresort

Out of the Blue Resort PPP

Address: Small Lalaguna Beach, Puerto Galera ☎043-287-3357/0920-948-9400 outoftheblue.com.ph
ootbresort

Verde View Villas PPP

Address: Sinandigan, Puerto Galera ☎ 1-800-1-110-2512 www.verdeviewvillas.com
VerdeViewVillas

The Manor at Puerto Galera PPPP

Address: Yacht Club Road, Western Nautical Highway, Puerto Galera ☎0949-768-1504 / 0926 937-7908
themanorpuertogalera.com ManorPG

フィリピン在住ヨーロピアンもわざわざ訪れるほど

ホテルから一歩出る価値アリ◎なレストラン

海を眺めながら新鮮な
料理が頂けるレストラン

PPPPP 1

Resto Veranda

レスト・ベランダ

ビーチの上に建つレスト・ベランダ。海を間近に見下ろしながら新鮮なお食事が楽しめる。スイス人のシェフはベテランで、ヨーロッパ、中東、アジア(特に日本)で仕事をした経験がある。レスト・ベランダでは、ヨーロッパ料理、中東料理、アジア料理、アメリカ料理と幅広い料理を提供し、特に、サシミサラダ(P410)、ベランダ　ブランカ(P480)が人気メニュー。ホワイトビーチの中でも静かな場所に位置しているので、落ち着いた雰囲気の中、料理を楽しむことが出来るのも魅力の一つ。

不足、1/3用の文字数に?

Barangay San Isidro, White Beach, Puerto Galera, Oriental Mindoro (White beachの西側) ㊡11時～22時
☎0927-961-0129 InternationalCuisineWhiteBeach



ああああああああああああ



あああああああああ



あああああああああ

サバンビーチで一番の
ピザを食べるなら

PPPPP 2

Bella Napoli Pizza Restaurant

ベラ・ナポリ・ピザ・レストラン

サバンビーチにあるイタリアンレストラン、ベラ・ナポリ。修行を積んだシェフたちが織り成すイタリア料理が地元民にも人気なレストラン。マルゲリータ、カプリチョーザ、シーフードなど定番のピザに加え、サラミ、ソーセージ、ベーコン、ハムがたっぷりとトッピングされた店のオリジナルピザ、ベラ・ナポリ(14インチ、P481)は一押しメニューだ。ぜひ頼んでみてほしい。また、毎日店で作る生パスタ(タリアテッレ)も絶品。訪れた誰もが、満足して帰ることができるおすすめレストラン。ぜひ足を運んでみて。

Center Street, Sabang Beach, Puerto Galera
☎091-5349-3615 bellanapolisabang
㊡11時～24時 www.bellanapolisabang.com



あああああああ



あああああああ

あああああああ

アンガスビーフを
頂くならここ

PPPPP 3

Papa Fred's Steakhouse

パパ・フレッド・ステーキハウス

2011年に開業したこのレストラン。オーナーの１人は、ドイツ人で腕利きの肉屋だ。彼は40年前フィリピンにやってきて、地元の人から、Papa Fredと呼ばれ親しまれている。これが店名になった。彼は、プエルトガレラに最高のステーキ、認定アンガスビーフを広めようと躍起になっていた。言うまでもなく、売れ筋は認定アンガスビーフのリブアイ、Tボーンステーキ、シャトーブリアンステーキ。どれも食べごたえがあり、ジューシーだ。

不足、1/3用の文字数に?

Sabang Bay Walk, 5203 Puerto Galera
㊡10時～22時半時 ☎043-387-3361/0917-328-5954
PapaFredsSteakhouse www.steakhouse-sabang.com



輝く砂浜に揺れる波を眺めて



ワインも各種揃える



CAB (Certified Angus Beef) Rib Eye Steak (P2,195)

海を眺めながら
アジアンフュージョンを愉しんで

₱₱₱ 4

The Verandah

ザ・ベランダ

Out of the Blue Resorts and Villasの3階部分に位置し、名前の通り全体がベランダのような店内。Australian Rib Eye on the bone(P1350)は、450gの重量感、柔らかいお肉とサルサソースの組み合わせに満足。Mango Strip(P360)は、チキンと野菜をココナッツでソテー下クリーミーな一品、添えられたマンゴーの甘さが全体と相まってよいバランスの一品だ。Seafood Ravioli(P450)は、ホワイトソースとラビオリ、綱のコンビネーションにウエスタンとアジアの融合が絶妙だ。デザートには、Turon with Calamansi and Pandan Cream(P195)。トロンは春巻き上にバナナを巻いてあげるフィリピンのシンプルなおやつ。そこにひと手間かけ、ジャックフルーツとバナナのクリーミーさが新食感なくせになる味。

Small La Laguna Beach, Puerto Galera (Out of the Blue Private Villasの向かい側) ㊡7時～22時 ☎0920-948-9400 Out-of-the-Blue-Private-Villas
www.outoftheblue.com.ph/restaurant



Australian Wagyu Steak with Herb Mashed Potato, Buttered Brocolli, Beans, and Green Pepercorn Sauce



Grilled Prawns with Pineapple and mango Salsa



解放感あふれる店内はくつろぎの空間

肉を愛するあなたに
おすすめしたい
ボリュームたっぷりなレストラン

₱₱₱ 5

Captain Gregg's

キャプテン・グレッグス



南国らしい雰囲気の店内(写真①)/ハンバーガー(P320:small)(写真②)/ステーキ(P600~P950)(写真③)





1983年に開業した、キャプテン・グレッグスでは、色々な料理をボリュームたっぷりで提供している。大きなバーガー、ステーキ、リブなどなど、食いしん坊には是非お勧めしたいレストランだ。キャプテン・グレッグスは大きなバーガーで有名。シェアするもよし、一人で味わうもよし。肉好きなら1.5KGのリブ、500gのステーキ(炭焼き)はマストトライ。料理が運ばれてくるまでは、ビール各種、店のオリジナルジンジュースなどを楽しもう。

Sabang Beach, Puerto Galera ㊡7時～21時
☎043-287-3070/0917-540-4570
www.captgreggs.com
Captn-Greggs-Dive-Resort-459335214180164

ヘルシー志向のあなたに
おすすめしたいレストラン

₱₱₱₱ 6

Toko's Bar & Restaurant

トコズ・バー&レストラン



ヘルシーなメニュー(写真①)/Stuffed Pork Tenderloin(写真②)/Black and White Chocolate Mousse(写真③)





新鮮でヘルシーな料理を提供するレストランとして知られているトコズ・バー&レストラン。シェフのMarlon Abaoさんは健康なライフスタイルに関心があり、メニューにもそれが反映されている。特にオススメしたいのが、ビーフ・テンダーロイン、ポーク・バーベキュー・リブ、ツナ・ステーキ。トコズでは、調理にココナッツオイルを使用しており、ビーガン、グルテンフリー料理にも対応している。

Atlantis Dive Resorts and Liveboards, Sabang Beach, Puerto Galera
㊡6時～21時 ☎0917-562-0294
www.atlantishotel.com/tokos AtlantisDiveResort

他にもあります！おすすめレストラン LIST OF RESTAURANTS IN PUERTO GALERA

Tamarind Restaurant ₱₱

Address: Sabang, Puerto Galera, 5203 ☎0919-861-4363 / 043-287-3085 ㊡8時～23時
Tamarind-Restaurant-163170923750971

The View Point Bar and Restaurant ₱₱₱

Address: Kabilang Gulod, Palangal, Puerto Galer
☎0916 624 1208 ㊡9時～21時

JD's Bar and Restaurant ₱₱₱

Address: Sabang, Puerto Galera
㊡6時～23時

Robby's Cafeteria and Wine Center ₱₱

Address: 5203, Bayan ng Puerto Galera, 5203 Silangang Mindoro ☎0916 624 1208 ㊡9時～21時
Robbys-Cafeteria-Wine-Center-347026125472109/

Casa Italia ₱₱₱

Address: Poblacion, Puerto Galera
㊡8時～20半時

Relax Thai ₱₱

Address: Sabang, Puerto Galera
㊡6時～23時

UHI
総合旅行代理店UHIでは、**国内外の航空券手配**はもちろんご出張・家族旅行・団体旅行・招待旅行・**ビザ取得代行など**旅行に関する手配全般を広く承っております。
お問い合わせ/ご依頼先は　電話 02-859-3858/11　メールcorpsales@universalholidays.com

フィリピン⇔日本及び近隣諸国

国際線 主要航路時刻表

発着地	便名	出発/到着時間	運航日
マニラ⇒成田 Manila/Narita	NH 820 GK 040 5J 5054 5J 5056 5J 5056 5J 5056 JL 746 JL 742 DL 180 PR 428 PR 428 PR 428 PR 432 PR 432	0945 / 1500 0050 / 0610 0540 / 1050 1400 / 1930 1410 / 1930 1425 / 1930 0950 / 1500 1435 / 1945 0950 / 1520 0650 / 1205 0700 / 1215 0715 / 1230 1440 / 2010 1450 / 2010	毎日 月・火・水・木・土・日 毎日 金 月・火・木・土・日 水 毎日 毎日 毎日 火 月・木・金・土・日 水 土 月・火・水・木・金・日
成田⇒マニラ Narita/Manila	NH 819 5J 5055 5J 5057 JL 741 JL 745 DL 181 GK041 PR 427 PR 427 PR 427 PR 431	1730 / 2130 1210 / 1625 2030 / 0100+1 0920 / 1325 1810 / 2215 1720 / 2140 1940 / 2350 1315 / 1730 1340 / 1755 1345 /1800 0930 / 1350	毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 月・火・水・金・土・日 月・木・金・土・日 火 水 毎日
マニラ⇒羽田 Manila/Haneda	NH 870 PR 422 PR 424	1450 / 2000 0855 / 1400 1840 / 2350	毎日 毎日 毎日
羽田⇒マニラ Haneda/Manila	NH 869 PR 423 PR 421	0935 / 1335 0210 / 0610 1520 / 1940	毎日 毎日 毎日
マニラ⇒関空 Manila/Kansai	PR 408 PR 896 5J 828 5J 828 3K 763	1425 / 1915 0715 / 1405 1500 / 2000 1505 / 2000 0655 / 1135	毎日 毎日 火・金 火・水・木・土・日 月・水・金・土・日
関空⇒マニラ Kansai/Manila	PR 407 PR 407 PR 897 PR 897 PR 897 5J 827 3K 764	0955 / 1330 1025 / 1400 1505 / 2100 1505 / 2110 1505 / 2115 2045 / 0015+1 1320 / 1640	月・水・木・金・土・日 火 金 月・火・水・木・土 日 毎日 月・木・金・土・日
マニラ⇒名古屋 Manila/Nagoya	PR 438 5J 5038	1405 / 1855 1520 / 2015	毎日 月・火・木・金・土・日
名古屋⇒マニラ Nagoya/Manila	PR 437 PR 437 5J 5039	0935 / 1300 0955 / 1320 2100 / 0030+1	月・火・水・木・金・土 日 月・火・木・金・土・日
マニラ⇒福岡 Manila/Fukuoka	PR 426 PR 426 5J 922	0920 / 1400 0945 / 1415 1425 / 1855	水・日 月・火・木・金・土 火・木・日
福岡⇒マニラ Fukuoka/Manila	PR 425 PR 425 5J 923	1515 / 1825 1540 / 1850 2000 / 2255	月・水・木・金・土・日 火 火・木・日

発着地	便名	出発/到着時間	運航日
セブ⇒成田 Cebu/Narita	5J 5062 PR 434 PR 436 JW 604 JW 604	0555 / 1120 0800 / 1325 1500 / 2030 1510 / 2055 1520 / 2055	火・木・土・日 毎日 毎日 月・火・日 火・水・木・金・土
成田⇒セブ Narita/Cebu	5J 5063 PR 433 PR 435 JW 601 JW 601	1205 / 1640 1425 / 1900 0935 / 1405 1000 / 1415 1000 / 1430	火・木・土・日 毎日 毎日 月・火・日 火・水・木・金・土
クラーク⇒関空 Clark/Kansai	3K 777	0700 / 1155	火・木・土
関空⇒クラーク Kansai/Clark	3K 778	1255 / 1615	火・木・土
マニラ⇒香港 Manila/Hongkong	CX 932 CX 912 CX 912 CX 912 CX 906 CX 930 CX 918 CX 902 CX 934 PR 300 PR 318 PR 318 PR 306 PR 306 PR 310 PR 312 5J 108 5J 110 5J 118 5J 114 5J 142	0630 / 0845 0830 / 1055 0830 / 1100 0830 / 1105 1100 / 1330 1220 / 1505 1745 / 2020 1955 / 2215 2055 / 2315 0755 / 1005 0945 / 1215 1000 / 1220 1430 / 1720 1440 / 1720 1900 / 2130 2120 / 2335 0530 / 0750 0700 / 0920 1545 / 1820 1710 / 2010 1815 / 2110	毎日 火・水・金・土・日 月 木 月・水・木・金・土 毎日 毎日 毎日 火・水・木・金・土・日 毎日 火・木・金 月・水・土・日 土 月・火・水・木・金・日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 月・火・水・木・土・日
香港⇒マニラ Hongkong/Manila	CX 907 CX 901 CX 919 CX 903 CX 935 CX 913 CX 905 PR 313 PR 301 PR 319 PR 307 PR 311 5J 109 5J 111 5J 119 5J 115 5J 143	0750 / 0955 0900 / 1110 1415 / 1635 1615 / 1845 1720 / 1935 2005 / 2220 2205 / 0010+1 0750 / 1000 1115 / 1330 1320 / 1520 1820 / 2040 2230 / 0030+1 0835 / 1050 1040 / 1255 1925 / 2140 2120 / 2340 2155 / 0020+1	月・水・木・金・土・日 毎日 毎日 毎日 火・水・木・金・土・日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 月・火・水・木・土・日
セブ⇒香港 Cebu/Hongkong	CX 922 CX 926 5J 240	1225 / 1520 2000 / 2245 0610 / 0855	火・水・木・土・日 毎日 毎日
香港⇒セブ Hongkong/Cebu	CX 921 CX 925 5J 241	0830 / 1115 1605 / 1850 0945 / 1245	火・水・木・土・日 毎日 毎日

《航空会社コード》**BA**＝ブリティッシュ）航空，**BR**＝エヴァ航空，**CI**＝中華航空，**CX**＝キャセイパシフィック航空，**JL**＝日本航空，**KL**＝**KLM**航空，**KU**＝クウェイト航空，**LH**＝ルフトハンザ航空，**MH**＝マレーシア航空，**MS**＝エジプト航空，**DL**＝デルタ航空，**PK**＝パキスタン航空，**PR**＝フィリピン航空，**SQ**＝シンガポール航空，**TG**＝タイ航空，**LX**＝スイス航空，**UO**＝香港エクスプレス航空，**5J**＝セブパシフィック航空，**NH**＝全日空，**3K**＝ジェットスターアジア，**JQ**＝ジェットスター，**JW**＝バニラエア

※2018年03月14日現在 出発・到着時間はそれぞれ出発国・到着国の現地時間。
＊上記太字部分は変更時刻・追加便です。
＊フライトスケジュールはしばしば変更されます。あらかじめご了承願います。

情報提供；**Universal Holidays, Inc.（UHI）**

MAP マカティ　E-6



発着地	便名	出発/到着時間	運航日
マニラ⇒シンガポール Manila/Singapore	SQ 915	0735 / 1120	毎日
	SQ 917	1405 / 1750	毎日
	SQ 919	1705 / 2050	毎日
	SQ 921	1900 / 2245	毎日
	PR 511	0605 / 0930	毎日
	PR 507	0945 / 1335	木
	PR 507	1000 / 1350	月・火・水・金・土・日
	PR 501	1500 / 1900	毎日
	PR 509	1930 / 2320	毎日
	5J 813	0525 / 0915	水・金・土・日
	5J 813	0530 / 0915	月・火・木
	5J 803	2320 / 0300+1	毎日
	5J 805	1325 / 1725	毎日
シンガポール⇒マニラ Singapore/Manila	SQ 910	0920 / 1300	毎日
	SQ 912	1215 / 1555	毎日
	SQ 916	1415 / 1755	毎日
	SQ 918	1910 / 2250	毎日
	PR 510	0020 / 0355	毎日
	PR 502	1030 / 1420	月・水・金・土・日
	PR 502	1050 / 1445	火・木
	PR 508	1450 / 1840	月・火・木・金・土・日
	PR 508	1455 / 1855	水
	PR 512	2000 / 2355	毎日
	5J 804	0400 / 0750	毎日
	5J 814	1035 / 1430	毎日
	5J 806	1850 / 2225	毎日
マニラ⇒台北 Manila/Taipei	PR 896	0715 / 0925	毎日
	PR 894	1745 / 2000	木
	PR 894	1755 / 2000	土
	PR 894	1815 / 2000	金
	PR 894	2020 / 2220	月
	CI 702	1045 / 1255	毎日
	CI 704	1655 / 1855	毎日
	BR 262	0340 / 0600	毎日
	BR 272	1250 / 1500	毎日
	BR 278	1850 / 2110	毎日
	5J 310	2340 / 0205+1	毎日
台北⇒マニラ Taipei/Manila	PR 895	0940 / 1200	火
	PR 895	0940 / 1205	日
	PR 895	0955 / 1230	木
	PR 895	1015 / 1245	月
	PR 897	1825 / 2100	金
	PR 897	1825 / 2110	月・火・水・木・土
	CI 701	0735 / 0940	毎日
	CI 703	1345 / 1550	毎日
	BR 271	0910 / 1145	毎日
	BR 277	1530 / 1750	毎日
	BR 261	2030 / 2350	毎日
	5J 311	0400 / 0625	月・火・水・木・土
	5J 311	0400 / 0630	日
	5 J311	0400 / 0640	金
マニラ⇒バンコク Manila/Bangkok	TG 621	1310 / 1525	毎日
	TG 625	2005 / 2220	水・金・土・日
	TG 625	2015 / 2230	月
	TG 625	2020 / 2235	木
	TG 625	2030 / 2245	火
	PR 730	0940 / 1210	毎日
	PR 736	1440 / 1745	水
	PR 736	1450 / 1745	土
	PR 736	1455 / 1745	月・火・木・金・日
	PR 732	1900 / 2140	火・木・金・日
	5J 929	0535 / 0805	毎日
バンコク⇒マニラ Bangkok/Manila	TG 620	0745 / 1155	毎日
	TG 624	1450 / 1900	水・金・土・日
	TG 624	1505 / 1915	月・火・木
	PR 731	1350 / 1820	毎日
	PR 737	1850 / 2315	毎日
	PR 733	2245 / 0320+1	火・木・金・日
	5J 930	0935 / 1420	毎日
	5J 930	0935 / 1355	月・火・木・土・日

発着地	便名	出発/到着時間	運航日
マニラ⇒ジャカルタ Manila/Jakarta	PR 539	0900 / 1245	木
	PR 539	0920 / 1245	火
	PR 539	0930 / 1245	土
	PR 535	2100 / 0020+1	火・木・金・日
	5J 759	2035 / 2355	毎日
ジャカルタ⇒マニラ Jakarta/Manila	PR 536	0115 / 0600	月・水・土
	PR 536	0115 / 0650	金
	PR 540	1345 / 1915	火・土
	PR 540	1345 / 1920	木
	5J 760	0045 / 0555	毎日
マニラ⇒クアラルンプール Manila/Kualalumpur	MH 805	0640 / 1035	毎日
	MH 807	1315 / 1705	毎日
	MH 705	1720 / 2115	毎日
	AK 583	1240 / 1640	毎日
	Z2 942	0645 / 1035	毎日
	Z2 940	1655 / 2050	毎日
	5J 501	2045 / 0045+1	毎日
クアラルンプール⇒マニラ Kualalumpur/Manila	MH 806	0835 / 1220	毎日
	MH 704	1245 / 1630	毎日
	MH 804	1735 / 2120	毎日
	AK 582	0820 / 1215	毎日
	Z2 943	1100 / 1455	毎日
	Z2 941	2115 / 0100+1	毎日
	5J 502	0130 / 0540	毎日
マニラ⇒ソウル Manila/Seoul	KE 624	2345 / 0420+1	毎日
	KE 622	1230 / 1720	毎日
	KE 650	0035 / 0525	月・木・土
	KE 8650	2210 / 0300+1	月
	PR 466	0015 / 0515	毎日
	PR 468	1415 / 1925	毎日
	OZ 704	0010 / 0455	毎日
	OZ 702	1225 / 1710	毎日
	Z2 884	0710 / 1210	毎日
	5J 188	1725 / 2240	毎日
ソウル⇒マニラ Seoul/Manila	KE 621	0755 / 1100	毎日
	KE 623	1855 / 2215	毎日
	KE 649	1735 / 2040	月
	PR 467	0810 / 1115	毎日
	PR 469	2025 / 2330	毎日
	OZ 701	0750 / 1055	毎日
	OZ 703	1920 / 2300	毎日
	Z2 885	1255 / 1615	毎日
	5J 187	0230 / 0550	毎日
マニラ⇒セブ Manila/Cebu	PR 2841	0400 / 0510	水
	PR 2835	0400 / 0515	月・火・木・金・土
	PR 2841	0415 / 0525	火
	PR 2841	0415 / 0530	金・日
	PR 2835	0435 / 0550	水
	PR 1843	0435 / 0550	土
	PR 1843	0600 / 0715	水
	PR 1841	0625 / 0735	木
	PR 2845	0625 / 0740	火・金
	PR 2845	0655 / 0805	月・水・土・日
	PR 1845	0655 / 0805	月・土・日
	PR 2845	0700 / 0815	木
セブ⇒マニラ Cebu/Manila	PR 1870	0050 / 0200	土
	PR 1836	0325 / 0425	金
	PR 1836	0325 / 0440	水
	PR 1836	0410 / 0525	月
	PR 2836	0445 / 0600	土
	PR 1836	0445 / 0600	木
	PR 1836	0505 / 0620	日
	PR 2842	0550 / 0700	水
	PR 1842	0600 / 0715	金
	PR 1836	0615 / 0730	火
	PR 2842	0640 / 0745	火
	PR 2842	0650 / 0755	日
	PR 1842	0815 / 0920	木
	PR 1846	0900 / 1010	土
	PR 1846	0925 / 1040	月
	PR 2846	1000 / 1115	水
	PR 2846	1005 / 1115	木
	PR 2846	1025 / 1140	日

マニラ⇔セブ便は他にもございます。詳細はUHIのWEBサイトwww.universalholidays.com または 電話02-859-3858/11まで



新感覚 インパクト前にフェースを閉じる!

『ダウンブロー』

このドリルでは、同時に右ワキを縮めて左ワキを伸ばすインパクト時の体の屈曲も体感できる。実際に空中の球を打たなくても、素振りで効果が得られる

トップを低くする感覚も分かります

POINT

右ワキをネジって振りかぶり

左ワキをネジって振り抜く

空中にあるボールを打とうすると、右腕が曲がって左腕が伸びる。これがバックスイングの腕の動き

上達への近道!

ゴルフレッスン誌ALBAがお届けする極上テクニック

MAP マカティ E-2



MUSIC 21 plaza FAMILY KTV ROOMS

ご家族・お友達同士で楽しめる日本式のカラオケボックス 日本語新曲続々入荷!!

デザインが全て違うお部屋をその日の気分で選べちゃう。
お部屋の大きさも2～30名様用まで。色々なシーンで使えます。
ビールバケット(6本入り)350P。フード100P～。
詳しくはWEBへ▶www.music21plaza.ph

●ルーム料金:84ペソ(1人/1時間)
お得なパーティーパッケージ:
3500ペソ
(詳細はWEBサイトにございます。)
[10人/3時間/食べ物、飲み物込み]
※上記、部屋代、税金、サービスチャージ込み

ミュージック21プラザ

マカティ店
2166 チノロセス通り(Pasong Tamo)
TEL:09974847215
PM3:00～AM5:00

バサイ店
エドサ通り、ヘリテージホテル近く
TEL:853-3625/852-1524
PM3:00～AN5:00

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

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

アラバン店
アラバン・サポテ通り、ダンハリ近く、スバル隣り
TEL: 478-1685 / 519-6096
PM12:00～AM5:00

MAP マカティ F-5

フィリピンで安心の査証(ビザ)申請をしませんか

Philippine Retirement Authority PHILIPPINES 1995

PRA SRRV (退職者ビサ永住権付き)推薦
結婚ビサ13A (永住権付き)

その他(就労不可)・・・観光ビサ 滞在30日を超える場合の延長手続き

以下フィリピン人対象・・・研修生の日本国ビサ申請 / 親族の日本訪問査証 / 観光ビサ / 再入国許可証延長など

新規はもちろん、更新もお手伝いいたします。

フレンドシップツアー&リゾートコーポレーション
(1974年創立)
フィリピン移民局 / フィリピン退職者庁 / 日本大使館公認
(632)840-1060
3階DUSIT THANI MANILA ホテル内 MAKATI CITY
http://www.pra.friendshipmanila.com/
http://www.friendshipmanila.com/tool/t_visa.html



空中にあるボールを打とうすると、右腕が曲がって左腕が伸びる。これがバックスイングの腕の動き

新感覚 ダウンブローを身につける

腕と体の動きを完全マスター

空中にあるボールを打ち抜く!が フェースを閉じる動きです

腕と体の動きを覚える超おすすめドリル

中西　ドローが打てるようになりました。最初は疑いましたが、信じてよかった(笑)。でも教わたことが多くて忘れそうです。

工藤　おすすめドリルがありますよ。空中のボールを打つイメージで素振りをするんです。

中西　最後までおかしなことを言いますね(笑)。どういう意味があるんですか?

工藤　まずはやってみてください。何か気付きませんか?

中西　あれ?　左腕を伸ばして右腕を引くバックスイングになりますね。それに、体の側面が伸縮するからダウンで肩をタテに回す動きも分かりやすいです。

工藤　地面のボールを打つと複雑に感じるかもしれませんが、このドリルだと理解しやすいですよね。インパクトで左ヒジが引ける、手首を柔らかく使えない人にも効果的な練習なんですよ。



空中にあるボールを打つイメージでスイングすると、正しい腕の使い方やスイングプレーンを覚えられる

このレッスンの続きは
電子版ALBAで
電子書籍なら
何時でもドコでも
スマートフォン・タブレットで
最新号フルページ版が読める



Google play　App Store

スマートデバイスからアクセス
▼
無料アプリをダウンロード
▼
最新号・バックナンバーを
いつでもお楽しみいただけます

※紙版の1週間遅れで発売、隔週発行
記事内容および著作権は(株)ALBAに帰属します。
©ALBA 2016 Printed in Japan

MAP マカティ　B-5

サラ Sarah レンタカー

誠実かつ丁寧な運転でご好評いただいている当社ドライバーが、みなさまの快適な移動をお手伝いします



●一日ご利用料金

メトロマニラ郊外
P3,300／12時間以内
※有料道路通行料・燃油代含まず・運転手食事代込み

メトロマニラ内
P3,100／12時間以内
※燃油代含まず・運転手食事代込み

メトロマニラ内
P4,300／12時間以内
※燃油代含まず・運転手食事代込み

Cell.0927-834-8380/0920-244-6229
0927-816-6080 Tel. 501-3985

レンタカー・ドライバーはお任せください



Toyota Innova 2.0G
・1日(10時間):Php3,850
(延長:Php200/時間)
・1ヶ月(週5日):Php57,000
(延長:Php200/時間)
定員6名
運転手付き・禁煙車



Toyota Hiace GL-Grandia 3.0
・1日(10時間):Php5,350
(延長:Php200/時間)
・1ヶ月(週5日):Php103,000
(延長:Php200/時間)
定員11名
運転手付き・禁煙車

【ドライバー派遣も承ります】
・1日(10時間)Php1,400~ (延長Php200/時間) ・1ヶ月(週5日)Php20,000~
*NCRエリアのみ対応可能です。*見積りは無料です!

ABLE CAR SERVICES エイブル・カー・サービス
ablecarph@gmail.com
Tel: 02-919-0268　CP: 0917-300-2067
189f 28th Avenue East Rembo Makati City Philippines (日本語対応可!)



Let's enjoyフィリピンゴルフ!

初心者でもわかりやすいフィリピンのゴルフ場をご紹介します



アップダウンの多いコースだがフェアウェイは広いコース(撮影者：大橋 直輝)



自己紹介 2013年7月にフィリピンに赴任し、約10年ぶりにゴルフ再デビュー。以来すっかりゴルフに夢中です。年中温暖で美しく開放的なフィリピンのゴルフコースの撮影も楽しみの一つです。

大橋 直輝



上り傾斜のきつい18番ホール。背後はクラブハウス



2番パー4。左右の林でフェアウェイが狭くなる難コース

Royal North Wood

前回に引き続きマニラより北に位置するコースとしてRoyal North Woodを紹介します。距離的にはパンパンガよりも近いのですが、NLEXを降りてからの一般道が狭く混み合うためアクセスが少々悪いです。しかし、アクセスの悪さを差し引いても行く価値のある非常に美しい景観を持ったコースです。たまたまかもしれませんが、これまで訪れたマニラより北側のコースは優れた景観のコースが多くコースのメンテナンスも良いです。南ルソンに比較してゴルフ人口の絶対数が少ないため芝生が傷みにくいのかもしれません。

コース

山中にあるためアップダウンの多いコースですが、フェアウェイはそれなりの広さが確保されており山岳コースのような狭さを感じるホールは少ないです。ただし左右の木々がそれなりの高さがあるためドッグレッグホールなどは打つ場所によってはフェアウェイをキープしてもグリーンを狙えなくなってしまうホールがあります。

また、フェアウェイ、グリーンの状態は良いですが、上り傾斜、下り傾斜からのショットが多くなるのでダフリ、トップに気を付けたいですね。

印象的なホール



パー4の2番ホールは面白いレイアウトです。セカンド地点に行くとグリーンへの花道が左右の木々で林道のように狭くなっています。まるで秘密のトンネルを抜けていくような感覚。ティーショットを曲げたり、林に近づきすぎてしまうとグリーンが狙えなくなってしまいます。こういった難ホールでパーが取れると嬉しいですね。

27ホール／パー72
プレイフィー／
◆平日：P2,700
◆休日：P3,000
住所: Coral na Bato, San Rafael, Bulacan, San Rafael, Bulacan
☎ 0917-542-1866（予約）
0917-542-1867（メンバー会員 / 支払いについて）
02-542 9150/ 02-542 9537

MAP マカティ C-4

KL SERVICED RESIDENCES





ライフスタイルを、スマートに

マニラでの滞在を最大限に活用するために一サービス付き宿泊施設、KL サービスド レジデンスをぜひご検討ください。

当宿泊施設は、洗練された快適な街、マカティのレガスピビレッジに位置しています。便利さを求める都会のゲストに申し分ないロケーションです。館内は実用的でセンス良いデザイン。スタッフ一同、お客様が満足いただけるよう努めてまいります。

マカティで理想的な場所一滞在プランを立てる際には**KL サービスド レジデンス**を是非ご検討ください。

117 Gamboa St., Legaspi Village, Makati City, 1229 Philippines
+ (632) 845 00 84 • reservations@kltower.ph
この物件は、HOSPITALITY INNOVATORS INC.により運営されています。





快適な空の旅をSKYJETで叶えて

短時間で夢のリゾート地へ

Boracay ボラカイ 35分　Busuanga ブスアンガ 35分
Basco バスコ 70分　Siargao シャルガオ 80分

機内での飲み物と軽食無料サービス

預け荷物10kgまで無料

足場も広々! 快適な座席

SkyJetAirlines.com　(02) 8759538

フィリピン生活お役立ち! トラベル&カルチャーリスト

トラベル

Friendship Tours (Travel Agency) / Makati
☎ 02-840-1060/894-1124
🏠 3F Dusit Thani Manila Ayala Center Makati City

HIS / BGC
☎ 02-822-4496
🏠 Shopping Arcade 2F,Serendra, Bonifacio High Street, Bonifacio Global City, Taguig City

JAL / Makati
☎ 02-403-2486
🏠 2nd Floor, 6788 Ayala Avenue, Oledan Square, Makati City

JTB / BGC
☎ 02-832-5626
🏠 Unit2, 18th Floor, RCBC Saving Bank Corporate Center, 24th and 25th street, Bonifacio Global City, Taguig City

KC Filipinas / Laguna
☎ 02-868-0267/0917-878-0559
🏠 Magsaysay Rd, San Antonio, San Pedro, 4023 Laguna

KL Tower / Makati
☎ 02-845-0084
🏠 117 Gamboa Street Legaspi village Makati

NetWorld Hotel / Pasay
☎ 632-536-7777
🏠 Roxas Boulevard corner Perla Street, Gil Puyat Ave.Pasay City, Philippines

UHI / Makati
☎ 02-859-3833/39
🏠 Mezzanine Floor,Dusit Thani Hotel Ayala Center, Makati City 1223

SKYJET / Paranaque
☎ 863-1333
🏠 Unit 08 Aseana One Tower, Bradco Ave.Paranaque City

スクール

Basic English Camp,Inc / Laguna
☎ 02-887-1863/0916-640-2206
🏠 53 Balagtas St., Chrysantemum Village, San Pedro City,Laguna

Create Dance Studio / Paranaque
☎ 0949-406-8071
🏠 3rd Floor, ALS Building, Aguirre Ave. BF Home, Paranaque City

English Breakthrough / Quezon
☎ 0947-994-6607/02-881-5455
🏠 Block 5, Lot 14, Gabriela Silang St. New Capital Estates-1, Commonwealth, Quezon City

Ezoe Language Center / Malate
☎ 0999-994-0244
🏠 3/F University Mall, Taft Avenue, Malate, Manila

Genius Academy / BGC
☎ 0949-473-4506(SMART)/ 0927-294-8953(GLOBE)
🏠 1607 Unit Cityland Herrera Tower, 98 Valero St. Salcedo Vill., Makati City

Genius Academy / BGC
☎ 0949-473-4506(SMART)/ 0927-294-8953(GLOBE)
🏠 UGF, Hotel,32nd St., Bonifacio, Global City, Taguig City

Grand Line / Makati
☎ 02-478-1959/0917-598-3836
🏠 1607 Unit Cityland Herrera Tower, 98 Valero St. Salcedo Vill., Makati City

Jelly Fish Education / Pasig
☎ 02-570-1290
🏠 902A East tower, Philippine Stock Exchange cener, exchange Road, ortigas Center, pasig city

PJ Link Language Center / Makati
☎ 02-832-5735
🏠 4F Ricogen Building, 112 Aguirre Street, Legazpi Village, Makati City

WEXCEL / Manila
☎ 02-313-5443
🏠 1902 Bargandy Westbay Tower, Vito Cruz St, Manila

その他

Friendship tours(VISA) / Makati
☎ 02-840-1060
🏠 3階DUSIT THANI MANILAホテル内 MAKATI CITY

Music21Plaza / Makati
☎ 890-5230/896-4261
🏠 106 Jupiter St., Bel-Air 2, Makati City

Sarah Condo & Rent A Car / Ortigas
☎ 0927-834-8380 / 0920-244-6229 / 0927-816-6080 / 501-3985

Philippine Retirement Authority / Makati
☎ 02-848-1412～16



KOREAN HAIR SALON
K HAIR
HAIR.SKIN CARE.EYEBROW TATTOOS.MASSAGE

케이 미용실 前 Rebonding Salon

K Hairはマカティに新しくできた ビューティーサロンです！

韓国の美容エキスパートによる韓国式の
ヘアスタイリング、眉毛タトゥー、
まつげエクステ、フェイシャル・ボディマッサージ
をぜひご利用ください。
K Hairでは全て韓国から取り寄せたものを
使用しています。



カット：男性**P700**～、女性**P800**～
カラー：**P2,000**～



日本語でお気軽にご連絡ください
Cel.0917-566-1118
Line ID: violet3755
Wechat ID: KoreanHair8907173
2nd Floor, 4726 Eduque st. Makati City

MAP BGC I-2

JAPANESE FACIAL SALON
M
TOKYO
FOR RECOMMENDATIONS ONLY

A value of a skin,
a value of a woman.



Japanese Hospitality.

Advanced Technology. *Flawless Results.*

11AM-9PM
26 FLOOR UNIT F FORT PALM SPRING BLDG. 30TH STREET CORNER 1ST AVENUE, BGC
info@mtokyomnl.com (02)8211389 manila.mtokyo mtokyo_mnl mtokyomnl.com

---

MAP マカティ D-5

表参道トップサロンが
マニラに初出店 !!

NORA
HAIR SALON

Truly Japanese Quality.
Look Good. Be You.



www.nora-style.ph /norasalonmanila norahairsalon.manila

日本人スタイリスト常駐
平日朝 9:00 より営業

Unit G3 BSA Tower 108 Legaspi St.,
Legaspi Village, Makati City

TEL:02-843-6065
GLOBE:0917-505-8895
SMART:0908-881-9249

営業時間
月－金 9:00 ～ 21:00
土 10:00 ～ 21:00
日・祝 10:00 ～ 20:00
※月曜日も営業を開始しました
※平日夜９時まで営業しています

MENU

ヘアカット	P２５０～
日本人スタイリスト	P９５０
ヘアカラー	P６００～
ヘッドスパ	P６００～
トリートメント	P１５００～
パーマ	P２０００～
ネイル	P５００～

※カット・カラーの場合、別途シャンプー代 P100 がかかります



Love your hair,
Love your life,
Love yourself

junca
Hair make / Hair revive / Body massage / Nail / Eyelash
(Medical Towers)

juncaのスタッフは、juncaのカリキュラムに
沿った育成を受けサービスを身につけておりますので、
どうぞご安心下さいませ。
more info @juncasalon
www.junca-beauty.com

junca salon
Treatment & Color Total Beauty Salon
58, Sgt. Esguerra Avenue,
Quezon City
02 287 1080
0915 747 7470 (Globe)
0921 723 5079 (Smart)
営業：11:00a.m. ~ 8:00p.m.
月曜定休

junca beauty label
Cityland Pasong Tamo Tower,
2210 Chino Roces Ave, Makati
02 810 3314
0956 912 3266 (Globe)
0928 908 4639 (Smart)
営業：11:00a.m. ~ 8:00p.m.
月曜定休

junca
HEALTH SPA AND SALON
122 Medical Towers Makati,
V.A. Rufino St., Makati
02 541 8146
0977 214 5850 (Globe)
0920 676 4718 (Smart)
営業：11:00a.m. ~ 8:00p.m. 月～木
1:00p.m. ~ 9:00p.m. 金・土

Hair and beauty life style salon
junca beauty label
A. Venue Mall,
7829 Makati Ave, Makati
02 621 3460
営業：11:00a.m. ~ 8:00p.m.
月曜定休

MAP フォートボニファシオ I-2

気になる小じわ、たるみ… 様々な肌トラブルには スキンケア ソリューションズのレーザー治療が効果的!

Skincare Solutions

スキンケア・ソリューションズ

スキンケア ソリューションズでは、皮膚科の医師テストを受けたサービスをお手頃価格でご利用いただけます。また、料金はお手頃ですが安心かつ効果的なサービスをご提供しています。例えば、当店の"ダイアモンドピール"は肌に挿入することなく、皮脂や汚れ、死細胞を皮膚の表面から取り除くため、施術後は明るい肌に生まれ変わります。料金はP500。中でも注目の"クリアリフト"は、レーザーを使った施術でお肌をリフトアップし、ハリを与え、しわやたるみを目立たなくしてくれます。



緑が基調の爽やかな外観が目印


皮膚科の医師チェック済みの機材を使用


施術後は明るい肌へ



プライマー編集部がボニファシオ店で実際に体験してきました!

ボニファシオ店
Unit 1-H Grand Hampton, Tower 1, 31st St. cor. 2nd Ave., Fort Bonifacio, Taguig
☎02-856-6960／0917-433-8172
SMモールオブアジア店
222 South Parking SM Mall of Asia, Pasay
☎02-556-7272／0917-598-0599
営10時～20時 休日曜
Skin Care Solutions JCB・VISA・MASTER・BDOカード使用可

≪プロモ実施中！≫ 3セッションのダイアモンドピールご利用で＋1回無料サービス！
＊1回で3セッション(P1,500)をご利用いただいた方に限ります。



自然由来の抗酸化サプリメント
糖尿病や糖尿病予備軍の方へ
カフェインフリージンジャーミントティー
カフェインフリーターメリックジンジャーティー

オンラインストアでのお買い物にご利用ください!
下記のプロモコードで、10%OFF!
▸PRIMERNQCP10
有効期限：2018年12月31日

いまお飲みのサプリメントはハーブですか? いまお飲みのお茶は全て自然由来のお茶でしょうか?
GUYAMAAX は自然由来の抗酸化作用のあるハーバルサプリメント。Delite Herbal Tea はフィリピンの伝統のお茶と同じように、リフレッシュ効果があり健康にも良いと言われています。

詳細は私たちのソーシャルメディアもご確認ください
詳細情報と商品のご注文は、私たちのウェブサイトで承っております
www.gonatural.com.ph

fb.com/togonatural twitter.com/gonattural instagram.com/gonattural お買い求めは→→→ mercury drug その他、全国の薬局でお買い求めいただけます

MAP BGC I-2

visiongym Philippines

EMS TRAINING
POWER DRIVEN TRAINING

電気による筋肉刺激トレーニング(EMS)
ユニークかつ機能的なトレーニングシステム。20のパルスパッチがついた最新のワイヤレスEMSパワースーツは低レベルのインパルス電圧により、筋肉が収縮するよう刺激を与えます。ワイヤレスのため自由な動きを実現し、身体全体の激しいトレーニングが可能です。ドイツ発の安全かつ効果的なトレーニングプログラムがフィリピンでできるようになったのはvisiongymが初めてです。

目標へより早く到達!
たった**20分**のEMSトレーニングで通常のトレーニングを4時間行ったのと同じだけの効果があります。資格を持ったトレーナーのサポートと共に**700カロリーものカロリーを消費**することができます。EMSトレーニングは18歳から80歳までの方が対象。効果的かつ刺激が少ないので安心してご利用いただけます。




あなたも先進的なEMSトレーニングを!

EMS VS 従来のエクササイズ

EMS	従来のエクササイズ
たった20分のトレーニング	3～4時間のトレーニング
関節への負荷がかかりにくい	関節への負荷がかかりやすい
姿勢を整え背中の痛みも軽減	神経痛やけがの恐れ
4回のセッションで目に見える効果を!	目に見える効果には15～20セッション必要
短いリカバリータイム	長いリカバリータイム

初回来店の方限定プロモ!
1セッション、たったのP 1,000

通常価格の ~50% OFF!



/visiongymph @visiongymphilippines
For franchising or other information contact us
0917 114 3888 / 0917 892 8555 / (632) 821 1400
or visit www.visiongym.ph



SINGAPORE MALAYSIA THAILAND **PHILIPPINES** AUSTRALIA HONGKONG TAIWAN CHINA SOUTH AFRICA JAPAN KOREA JORDAN

MAP マカティ B-3

日本と米国で習得した確かな腕
世界水準の歯科治療いたします

Navales Dental

ナバレス・デンタル

すべての年齢層に広範囲な歯科治療を提供するマルチ専門歯科医院。高度な訓練と歯科技術を受けたナバレス医師は、1995年に日本で歯科医学の学位を取得し、"Best Dental Clinician Award"を受賞している。彼女は、名古屋の愛知学院大学の医学部で学び、のちにロサンゼルスのカリフォルニア大学で美容歯科も学び米国とフィリピン共に歯科免許を取得している。生涯にわたって最高の歯科治療を提供することを心がける、ナバレス医師の世界水準の治療を当院で。お気軽にお問い合わせください。(日本語可)

Suite 1405 Medical Plaza, Makati Bldg., Amorsolo cor. Dela Rosa Sts., Legaspi Village, Makati City
☎02-751-8101 /02-817-4824/0917-559-8156
営9時～17時(予約制) 休火・日曜
www.navalesdental.com
E-mail: navalesdental@gmail.com



Mitsyrose U. Navales, D.D.M. ミッチー・ナヴァレス医師

ご家族にもっと笑顔と歓びを…

navalesdental
美容歯科・小児歯科

MAP マカティ

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

歯は口を変え 口は顔を変え
顔は表情を変え 表情は人生を創る!

当院は完全予約制です。
Strictly by appointment only.

医療サービス：
審美歯科
歯列矯正
口腔外科
補綴技工・
インプラント治療
根管治療
スポーツ歯科
小児歯科
予防歯科
一般歯科



Dr. Makoto Kobayashi　Dr. Marjorie Kobayashi　Dr. Atom Kobayashi (5th Placer Dental Licensure Exam)

Website: www.kobayashiclinicph.com
Email: kobayashiclinic.lab@gmail.com (日本語可)
Tel:852-3622 Mobile:0917-894-7005(日本語可)
営業時間:9:00～17:00 (日・祝日休診)

Prestige International 提携保険がご利用いただけます

MAP パサイ AB-2

ESTETICO MANILA
DENTAL CLINIC

"経験豊富な医師による、
痛みが少ない
歯科サービスを"

ぜひ一度、お口の検診にお越しください! 毎日の健康的な口元を維持するためには検診はとても大切です。



Before After Before After

Dr. Joseph Jagoring / 美容歯科医
(02) 851-2179 / (02) 887-5787 /
+63 917-818-4444
Unit 501 Oakridge Plaza, 1012 San Antonio St. Paseo de Magallanes, Makati
info@esteticomanila.com / www.esteticomanila.com

50% off!
レーザー
ホワイトニング
通常料金：P20,000
こちらのクーポンご持参で‥ P10,000

磁気式インプラント
通常料金：P20,000
サービス価格：P13,000



Joseph Jagoring
DMD

MAP マカティ H-2

ASIAN EYE
INSTITUTE

アジアン アイ インスチチュートは2001年にマカティ市のロックウエル設立、
国際認定を受けている世界一流の眼科クリニックです。
お子様からお年寄りまで各分野に置ける専門医が診療、治療を行なっております。



総合眼科クリニック
日本人スタッフもおりますのでお気軽にご相談ください。

診療案内
- 白内障、緑内障、糖尿病網膜症、黄斑変性症、ブドウ膜炎、斜視、角膜および外眼部疾患の治療およびケア
- 屈折矯正手術(レーシック&スープラコア)
- 眼形成手術
- 小児眼科および検眼
- 弱視および視力回復
- 眼鏡、コンタクトレンズサービス(オルソKレンズを含む)

(02) 898.2020 • 0918.898.2020
日本語によるお問い合わせ:ksozaeta@gmail.com; tomocinadelfino@yahoo.co.jp
Rockwell, Mall of Asia, Commercenter Alabang, Trinoma
asianeyeinstitute asianeyeinstitute www.asianeyeinstitute.com



日本人の私たちがサポートいたします

プライマー暮らしのガイド

フィリピンについての基本知識や情報が満載!
わからないことがあれば、「暮らしのガイド」を見てみてください
あなたのほしい情報の手助けになれば幸いです♪



フィリピン基礎知識 公的機関/団体



ニュース



天気予報



ニノイ・アキノ国際空港



フィリピン関連ブログ



フィリピン各種マップ



公共交通機関の使い方



マニラの学校

HPの左バナー、「暮らしのガイド」をチェック! http://primer.ph 検索

MAP マカティ C-4

ニキビやシミ、シワなどのお肌トラブルのケアを同時に!

WILSON&AYACHE CLINIC

ウィルソン・アンド・アヤシュ・クリニック

革新的な美白成分と言われる「ルミキシルペプチド(デカペプチド-12)」を配合した新たなルミキシル・プロインフュージョンをご紹介します。乾燥して古くなった角質を空気圧でピーリングしながら、油分や大気汚染その他の環境による汚れを毛穴から取り除き、同時にルミキシル・プロインフュージョンをお肌の奥深くまで浸透させます。表皮の古く固くなった細胞のピーリングによりルミキシルペプチドの浸透度を高め、メラニンの生成を抑えてシミ、ソバカスを防ぎます。お肌は瞬時に明るく、若々しいものに。施術後は、ダウンタイムも必要なくすぐに通常の活動にお戻り頂けます。

●プライマー読者特典●
プライマー持参で15%オフのP2,550（通常P3,000）で
ルミキシル・プロインフュージョンの施術を受けられます

Lower G/F Legaspi St. Corner C.Palanca St.,Legaspi Village, Makati. 1229
☎02-846-6725/0917-594-5766/0922-838-8534
営11時～20時 休月曜
Wilson&Ayasche Clinic JCB・使用可



ルミキシル・プロインフュージョン(シルクピール・ダーマルインフュージョン)
煌かしい肌がわずか30分で手に入ります!


プライベートルームでの施術はスペシャル感たっぷり

MAP マカティ

豊富なメニューと丁寧なケア! 日本語が話せるオーナー常駐!

Elite Nails

エリートネイル

マカティ市役所近くのこちらのサロン。シンプルでありながらエレガントな仕上がりのジェルネイルは、P490～とお手頃価格。人気の「ネイルとハンド&フットスパ」のパッケージプラン（P830～P1,000）は、ラベンダーなどのアロマの香りに包まれてプロの癒しを体感できます。スクラブメニュー以外は出張サービスに対応。マカティP100、ボニファシオ・グローバル・シティP200の追加料金で、ご自宅でも施術を受けることができます。また、オーナーは日本語対応可能です。

JP Rizal Ave., cor. F Zobel St., Brgy. Poblacion, Makati City ☎02-500-6312 / 0917-863-5649 / 0939-931-1687 営11時～22時 休なし http://www.elitenailsgroup.com
Elite Nails Hand, Foot and Body Spa


お手頃価格なジェルネイル


ダイアモンドピール(P990)



日本人のお客様も満足!



中国式鍼治療クリニックで様々な身体の痛みや不調を改善

Dr. Lee Chinese Acupuncture Clinic

ドクター・リー・チャイニーズ・アキュパンクチャー・クリニック

鍼治療とは、針を使ってツボを刺激することで気と血の流れを通常に戻し、臓器機能の回復させる治療法。そうすることで、身体の自然治癒力を高めることができる。11年間中国で伝統的な鍼治療を学んだLee In Soo医師は、筋肉痛から高血圧、不妊症といった高度な治療を必要とするものまで、あらゆる鍼治療を行っている。Lee医師は伝統的な鍼治療に加えて、韓国から取り寄せた電気鍼も使用し、痛みに対する治療と健康回復をさらに強化。また、漢方薬、美容/顔面鍼、お灸も行っている。

Stall 4 #58 Aguirre St. Dexcon Building, BF Homes, Parañaque
☎02-218-5250
営月～金曜10時～18時/土曜10時～15時
www.drleechineseacupuncture.com
Dr. Lee Chinese Acupuncture Clinic


韓国出身のLee In Soo医師



中国式鍼治療で不調を改善

美容皮膚科

当クリニックには皮膚科専門のドクターが在籍しております。
肌あれなどでお悩みの方はお気軽にご相談下さい。

フォトフェイシャル・レーザー脱毛・ボトックス・ピーリング
ニキビ治療・エレクトロポレーション・レーザーポレーション
ダーマシャイン・いぼ治療・ホクロ治療・シミ、しわ治療

医療用の高機能機器を取り揃えて 治療を行っています。





O.B.C OBATA BEAUTY CLINIC

◆ただいまオープニングキャンペーン継続中！！◆
レーザー脱毛P1,250、ピーリング顔P2,000～
ボトックスベーシックP2,000～
フォトフェイシャルパッケージP4,500～



ご予約は、お電話ください。
02-838-6800 (PLDT)
0947-508-8639 (SMART) / 0956-912-3844 (GLOBE)
Unit GF D1, CRESCENT PARK RESIDENCES 30TH ST, CORNER 2ND AVE, WEST BGC TAGUIG CITY 1634.

QR Codes
obatayushi
https://www.bgc-obc.com/

SHARP

Be Original.

JAPAN TECHNOLOGY

MAXIMIZE YOUR
COMFORT AND SAVINGS



部屋干しした時のニオイが気になる、部屋を閉め切った時にカビが心配…こんなことはありませんか？シャープの「J-Techプレミアムインバーターエアコン」は、プラズマクラスターイオンを搭載。イオンの力で浮遊菌やカビ菌、ウイルスを抑制、また脱臭効果や静電気を抑える効果もあるので、お部屋を快適に保つことができます。
また設定温度を14℃まで下げることができるので、これからの暑い時期にもおすすめです。インバーターで電気代も抑えられ、お財布にもカラダにもやさしいエアコンです。



AH-XP10UF 9-13 sq.m

AH-XP15UF 12-17 sq.m

- 14°C Temperature Setting
- 0.5°C Settings
- Lock-On Sensor
- Long Airflow
- Coanda Airflow System
- Eco Mode
- Self-Cleaning Function
- 12 Hour On/Off Timer
- 4 Way Auto Air Swing

J-TECH INVERTER

SHARP (PHILS.) CORPORATION
Km 23 West Service Road, South Superhighway, Alabang, Muntinlupa City
Tel. Nos.: (+632) 842-0525 to 29
Fax No.: (+632) 842-0530
Toll Free No.: 1-800-1-888-4952

www.facebook.com/SharpPhilippines
@sharp.ph
www.sharp.ph

誰かに決められた期限なんてない

BEST BUY WORLD PHILIPPINES
THE BEST PRICE IN TOWN!
ph.bestbuy-world.com

L. Buddies MASSAGE

美しいセラピストによる
至極のマッサージはいかがですか?
快適で心からリラックスできる
空間をご用意しております。
お電話お待ちしております。

Pasay & Malate
P600 / 2時間
(1人当たり)

Makati & Bonifacio
P600 / 2時間
(1人当たり)

24時間営業。
お気軽にお電話
ください。
0927-744-8900
LBuddiesMassage

24時間 マッサージ&ホーム出張サービス

ASIAN MASSAGE
アジアン・マッサージ Since 2005

P395 1時間のスウェディッシュ・マッサージ
ホットライン:09178075836

全国に35店舗を展開
フランチャイズのお申込みは : 09778363543

ASIAN MASSAGE
LIKE US ON FACEBOOK
www.asianmassageph.com

Model Massage

ボディーマッサージ
オイルマッサージ
ドライマッサージ
コンビネーションマッサージ
(上記3つのサービスの中から2つ選べます)

マカティ、マラテ、パサイ
2時間 P500~

マンダルヨン、パラニャーケ、オルティガス
2時間 P600~

年中無休
24
時間営業

SMART: 09296629302,
09998369999
GLOBE: 09156859385
LINE ID: WB01721

快適なご自宅で、
くつろぎのマッサージを

J&J
NEED MASSAGE
ホーム&ホテルサービス

サービス内容
• スウェディッシュ・マッサージ• 指圧・マッサージ
• フット・マッサージ• タイ・マッサージ
• ボディ・スクラブ• フット・スクラブ
• ベントーサ• イヤー・キャンドリング

P250/HOUR

エキスパートの男女テラピスト

メールまたは、お電話下さい。
LANDLINE: 02-583-31-01
GLOBE: 0995-992-0965
SMART: 0999-341-6068

P250 PER HOUR
OPEN 24/7
jnjneedmassage@gmail.com

プライマーの最新情報をお届け!!

プライマーstaffがオススメするグルメ情報!
◆フィリピンに新しくできた日本企業のレストラン
◆今話題のHOTなイベント情報

など情報が盛りだくさん!!

follow us

プライマー Facebook

PURPLE FIRE SPA

Puf [Puff] Purple Fire SPA Heal your pain, Heal your life

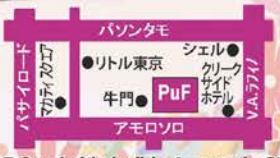
いらっしゃいませ！ 平日プロモ実施中

パープルファイヤースパです。お客様満足度100%を目指して、スキル向上、きめ細かいサービスに努めております。是非お試しください。

平日プロモ **350**ペソ/時間
土・日・休日 **450**ペソ/時間

定休日なし
営業時間：
午後１時～11時

出張プロモ 平日限り
近所のお得意様限定
ホームサービス
やっています。
400ペソ/時間（出張料金なし）



リトル東京近く
クリークサイド ビル（2F）。牛門さんの上の階です。エレベータをご利用下さい。
ご予約：土・日・休日はご予約が便利です
Smart ：0929-453-1513
Globe ：0995-534-3087

2F Creekside build, Amorsolo St. cor. V.A. Rufino St., Makati City

マカティ

日本式マッサージ・鍼の専門家！出張サービスいたします

指圧・はり・マッサージサービス

Shiatsu, Hari, Massage Service

日本で15年、フィリピンで20年の臨床経験を持つ元日本鍼灸師会講師が常駐し、漢方・鍼・つぼ理論に基いた確かな技術でひとりひとりに合った本物の日本式治療マッサージを提供しています。世界最高レベルの日本のマッサージを皆様にということで20年前にオープン。臨床経験35年の日本人有資格者の直接指導と監督のもとにサービスを提供しています。当初はマッサージ専門店としてオープンいたしましたが、お客様のご要望が大きく、鍼灸・漢方、家庭の健康管理法など、「総合漢方クリニック」として機能しております。

駐在、長期滞在で健康が気になる人は是非一度連絡を！

1688 Dian St., San Isidro Makati
☎0921-939-8358（日本語・小泉）鍼はこちらへ
営15時～24時（時間外はお電話ください）
休なし


丁寧な対応の元日本鍼灸師会講師、小泉さん


日本人の技術指導のもと、日本式マッサージで施術

Best Massage

サービス

2 時間 マッサージ
マカティ、BGC、オルティガス、マンダルーヨン、パラニャーケ、パサイ、マラテ …… P600

耳かきサービス …… P250

Now Hiring
Female Therapist

New Package Promo
実施中！ P800
・マッサージ 2 時間
・耳かき
・フットスクラブ



Globe:0906-053-1258 Smart:0919-804-5931
Kakaotalk: bestmassage8282
Line: bestmassage8282

アメージング・プリティ・マッサージ



24時間ホーム・ホテル出張マッサージサービス

ご利用可能地域：マカティ、マニラ、マラテ、パサイ、タギッグ

メニュー
フルボディマッサージ …… 2時間 P600
フルボディマッサージ&ボディスクラブ …… 2時間 P800
フルボディマッサージ&ベントーサ …… 2時間 P800
フルボディマッサージ&フットスクラブ …… 2時間 P999

お問合せ・ご予約
Landline：(02) 331-0251
Smart：0938-372-4953
Globe：0977-333-7377/0917-156-3367

プロモ 3時間 P1,500で すべてのメニューがお試しいただけます。



LB Chan massage

出張マッサージ・ホテルマッサージ
24時間365日営業
祝日も休まず営業！

サービスメニュー

スウェディッシュ・マッサージ	P300	キディ・マッサージ	P200 (30分)
指圧マッサージ	P300	マタニティ・マッサージ	P300
コンビネーション・マッサージ	P400	ボディ・スクラブ	P600
ディープ・ティッシュ・マッサージ	P300	ベントーサ	P600
ツイン・マッサージ	P600	マニキュア・ペディキュア	P400
タイ式マッサージ	P450	フット・スパ	P400
フット・リフレックス・マッサージ	P300		

スペシャル・プロモ！
P375（1時間30分）
月曜～金曜
10時～18時限定
マカティエリア限定
＊このプロモはホテルマッサージサービスには適用されません。

サービス対象エリア
マカティ、パサイ、タギッグ、マンダルヨン、マラテ、オルティガス、パシッグ、アラバン、メトロマニラ

サービスに関するお問い合わせ・ご予約はお気軽にお電話ください
GLOBE (0917) 62 12442　(02) 225-77-59
GLOBE (0927) 90 88515　(02) 225-27-52
SUN (0925) 61 06293
Like Us On Facebook
https://www.facebook.com/lbchanmassageservice

www.lbchanmassage.com

Smooth Flow

"Your Passport To Relaxation" Massage Service

出張マッサージ・ホテルマッサージ
24時間365日営業
全スタッフプロの女性
テラピスト！ハイクオリティな
マッサージで
おくつろぎください

サービスメニュー

スウェディッシュ・マッサージ	P250	キディ・マッサージ	P150 (30分)
指圧マッサージ	P250	マタニティ・マッサージ	P250
コンビネーション・マッサージ	P300	ボディ・スクラブ	P500
ディープ・ティッシュ・マッサージ	P250	ベントーサ	P500
ツイン・マッサージ	P500	マニキュア・ペディキュア	P300
タイ式マッサージ	P350	フット・スパ	P400
フット・リフレックス・マッサージ	P250		

P250（1時間）
マカティエリア限定

最低2時間からご利用いただけます
マカティエリア以外のホテルやご自宅につきましては料金が異なります。

サービス対象エリア
マカティ、パサイ、タギッグ、マンダルヨン、マラテ、オルティガス、パシッグ、アラバン、メトロマニラ

サービスに関するお問い合わせ・ご予約はお気軽にお電話ください
Globe: 09959869602
Sun: 09429617029
Tel: 02-956-1194

住所：EVANGELISTA MAKATI

待望のマニラ・グルメガイドが

4年ぶりに帰ってきた!



マニラの美味い店第1弾の発行から4年、マニラのレストラン・シーンはますます加速し、レストランの数、クオリティーともに充実してきました。
本書には伝統の老舗から気鋭の新店まで、全228店をエリアごとに網羅。
日常のランチやディナーに、ゲストのおもてなしに、はたまたロマンティックなデートに、様々なシチュエーションで“使える一冊”としてぜひお役立てください。

<設置場所>
メトロマニラ内の日本食材店、日本食レストラン、他
(山崎/ニューハッチン/関取/フレンドシップツアーなど)

Kindle端末やKindleアプリでご覧になれます。
内容は印刷版と同じです。
こちらからご購入下さい!→→→



フィリピンの生活情報をギュッと詰め込んだガイドブック発刊!



プライマーは、フィリピンで暮らしている方や新しくフィリピンに引っ越しされる方が、より便利で、より快適に生活していただくのに役立つ情報を1冊にまとめた「フィリピン ライフスタイルガイド 2018」を発刊しました。
以下のようなカテゴリーで、幅広く情報を集約しました。

レストラン　ショッピング　ビューティー　旅行
スポーツ　教育　医療　ビジネス　など

こちらのPDFデータが無料でダウンロードできるようになりました!メトロマニラ郊外にお住まいの方でも、PDFをダウンロードしてお楽しみいただけます。

フィリピンライフガイド2018のダウンロードはこちら!!→→→

フィリピン ライフスタイルガイド 2018

OPEN

Heavenly Rose Massage

24時間ホーム・ホテル出張マッサージ

無料サービス!

2時間のマッサージご利用でフットスクラブを無料サービス!



パサイ、マカティ、マラテ、マビニ
2時間/P500

フォートボニファシオ、タギッグ、
オルティガス、パシッグ
2時間/P600

固定電話：515-8515
グローブ：0927-4517-600 / 0915-620-2020　スマート：0908-3077-700



SISTAR MASSAGE

Pasay, Malate, Makati
2時間 P500～

Ortigas, BGC, Paranaque
2時間 P600～

年中無休
24
時間営業

KAKAOTALK ID: WB1947
Globe: 0915 650 5909 | 0977 374 5241
Smart: 0999 812 99 99



桜佳 Sakura Massage

"Look Good, Relax, Stay Healthy"

"Pamper yourself at your own place"

24時間、年中無休のホーム&ホテルマッサージ

=マカティ、マラテ、マニラ、マンダルヨン、オルティガス、パシッグ、パサイ、パラニャーケ、タギッグ、アラバン=

母の日プロモ

P250（1時間）
全てのお母さんへ

P300(1時間) フルボディマッサージ
P500(2時間) フルボディマッサージ

お客様へ
以前より当店の名・デザインを模した
悪質な偽マッサージ店がございます。
刑事事件に発展したケースもございます。
特にネットでのご予約の際は十分に
ご注意ください。ご利用の際は下記番号へ。

Globe: 0916-259-8945
Smart: 0920-656-6817
PLDT : 02-897-4890

全てのプロモはマカティ市内のみご利用いただけます Like us: www.facebook.com/SakuraMassage08



ハッピーエンディング
マッサージ

ボディーマッサージ
オイルマッサージ
ドライマッサージ
コンビネーションマッサージ
（上記3つのサービスの中から2つ選べます）

2時間～P500
マカティ、マラテ、パサイ

2時間～P600
マンダルヨン、パラニャーケ、オルティガス

Globe#
0915-072-4040 • 0927-775-6999
0906-456-5678

フィリピン生活お役立ち！　ビューティリスト

ビューティ

Asian Eye Institute / Makati
☎ 02-898-2020 / 2004（代表）/ 02-898-2003（日本語直通番号）
🏠 9th and 10th Floors, Phinma Plaza Rockwell Center, Makati City

Dr. Lee Acupuncture / Parañaque
☎ 02 218-5250
🏠 Stall 4 #58 Aguirre St. Dexcon Building, BF Homes, Parañaque

Cyscorpions / Makati
☎ 02-358-3517
🏠 Lower Ground MyTown New York Building 1244 General E. Jacinto St. cor. Capas St., Barangay Guadalupe Nuevo, Makati City

Elite Nails / Makati
☎ 02-500-6312 / 0917-863-5649 / 0939-931-1687
🏠 JP Rizal Ave., cor. F Zobel St., Brgy. Poblacion, Makati

Go Natturals / Quezon City
☎ 723-1828/410-1540
🏠 88 place 59 Betty Go Belmonte St. New Manila, Quezon city

Junca Salon / Makati
☎ 02-810-3314 / 日本語専用 Globe: 0917-948-5801 Smart: 0919-904-6288
🏠 UG-17 Cityland Pasong Tamo Tower, 2210 Chino Roces Ave

Kawisori / Makati
☎ 02-729-5448
🏠 2nd Floor, Matheus Building, Gen. Luna Street, Poblacion, Makati City

M Tokyo / BGC
🏠 26 Floor unit F Fort Palm Spring Bldg 30th Street Corner 1ST Avenue, BGC

Obata Beauty Esthe Salon / Makati
☎ 0947-508-8639(SMART)/ 0956-912-3844(GLOBE)
🏠 G3 G1F Sunvar Plaza BLDG. Amorsolo Street. Corner Arnaiz St

Otsuka Solar / Ortigas
☎ 02-844-9266
🏠 No.7&No9 Brixton Street 1603 Brgy. Kopitolyo Pasig City

OWNDAYS / Pasig
☎ 0917-701-6030
🏠 Level 1, Shop 132 Estancia Mall Meralco Avenue,Pasig City

Panasonic / Ortigas
☎ 02-635-2260 内線6214
🏠 Ortigas Avenue, Extension, Taytay, Rizal

SHARP / Alabang
☎ 02-807-8468 / 0908-860-3391
🏠 Km. 23 West Service Road, South Superhighway, Alabang, Muntinlupa City

Skincare Solutions / BGC
☎ 02-856-6960 / 0917-433-8172
🏠 Unit 1-H Grand Hamptons Tower 1, 31st St. corner 2nd Ave., Bonifacio Global City, Taguig City

Wilson & Ayache / Makati
☎ 02-846-6725
🏠 Lower G/F Legaspi Park View Bldg.,134 C. Palanca St.Legaspi Vill. Makati City

デンタル

Estetico Dental / Makati
☎ 02-851-2179 / 0917-818-4444
🏠 Unit 501 Oakridge Plaza, 1012 San Antonio St. Paseo de Magallanes, Makati

Fly Smile / Makati
☎ 0917-148 5659 or 02-541-2853
🏠 2/F, Uptown Parade (Above Denny's) 9th Ave. corner 36th St. BGC Taguig City

KOBAYASHI DENTAL / Makati
☎ 02-852-3622 / 02-854-3800
🏠 401 MAGA Centre, Paseo de Magallanes, Magallanes Village, Makati City

Smile Dental / Makati
☎ 02-751-8101/02-817-4824/0917-559-8156
🏠 Suite 1405 Medical Plaza Makati Bldg. Amorsolo corner Dela Rosa St. Legaspi Village, Makati City

ヘアサロン

Hair Salon Hide2A / Makati
☎ 779-8435 / 0908-299-1290 / 0927-228-7470
🏠 Ground Floor, B and P Building, 843 Arnaiz Avenue, Legaspi Village, Makati City

Khair Korean Salon / Makati
☎ 890-7173 / 0917-566-1118
🏠 2nd Floor, 4726 Eduque st., Makati City

Nora / Makati
☎ 843-6065
🏠 Unit G-3, BSA Tower, 108 Legazpi St., Makati City

Salon de Michel / Makati
☎ 02-621-3460
🏠 G/F Unit 114 The A.Venue 7829 Makati Ave, Makati City

SORA an Aveda Salon / BGC
☎ 02-573-7259 / 0977-482-8200 / 0929-709-5705
🏠 Ground Floor, Fort Pointe Bldg, The Fort Strip, 28th Street, BGC, Taguig City

ホーム出張マッサージ

Amazing Pretty Massage / Makati
☎ (02) 331-0251Sun Cellular: 938-372- 4953 Globe: 0977-333- 7377 /0917-156- 3367

Best Massage / Pasay
☎ 0906-053-1258 / 0919-804-5931

Cassandra Home massage & Spa / Pasay
☎ 02-543-1597

Central Massage / Pasay
☎ 0915-311-0927 / 0928-864-0811 / 02-568-1752

Happy Ending Massage / Makati
☎ 0927-868-3867/0915-650-5909

Heavenly Rose Massage / Makati
☎ 0915-620-2020

J&J Massage / Pasay
☎ 02-583-31-01 / 0915-100-7885 / 0999-341-6068

L. buddies Massage / Paranaque
☎ 0927-744-8900 / 0917-671-3407

Lb Chan Massage / Makati
☎ 0927-908-8515 / 0917-621-2442 / 02-225-7759 / 0925-610-6293

Model Massage / Makati
☎ 0929-662-9302 / 0999-836-9999 / 0915-685-9385 / 0915-685-9385

Reiki Spa / Manila
☎ 0947-375- 4042 / 0927-511- 3969 / 0995-327- 1958 / 0915-664- 0558

Sakura Massage / Makati
☎ 0920-656-6817

Silver Sky Spa / Makati
☎ 0916-325-7555

Sistar Massage / Makati
☎ 0915-650-5909 / 0977-374-5241 / 0999-812-9999

Smooth Massage / Makati
☎ 0995-9869-602 / 0942-9617-029 / 02-956-1194

Yumei Mise Massage / Makati
☎ 0917-796-8508 / 02-886-7144

マッサージ&スパ

Purple Fire Spa / Makati
☎ 0929-453-1513 / 0995-534-3087

Shiatsu Hari / Makati
☎ 02-843-4275
🏠 1688 Dian St., San Isidro Makati

その他

Hokenno-110BAN!!(WFC) / Makati
☎ 02-552-3688

MAP ケソン

プライマー読者様用1日留学プラン(1泊付)が誕生!
1日10時間マンツーマン授業3食1泊付きで5千ペソぽっきり!

English Breakthrough

イングリッシュ・ブレークスルー

マカティから約１時間、ケソン市にあるEBで英語力弱点の克服が可能。「発音矯正」「ビジネス英会話」「リスニング強化」等、個別ニーズに完全対応。夜11時までか、朝8時前に到着して8－19時で10時間集中受講。学長がスカイプで英語力を確認して事前学習プランと授業プランを策定。
2泊3日20時間（1万ペソ）も可能!余裕を持ってお申込みください。
（お支払い方法：銀行振込）

●プライマーおすすめ●
10時間ビジネススピーキング特訓(3食・1泊付)5,000ペソ
10時間発音矯正特訓(3食・1泊付)5,000ペソ
＊プライマー読者対象の上記プランに限り申込金(入学金)15,000円は不要。

Block5, Lot14, Gabriela Silang st., New Capitol Estates-1, Brgy. Batasan Hills, Quezon City
☎携帯：0947-994-6607　固定：02-881-5455
㊡7～23時　㊡なし　http://english-breakthrough.com/　EB in the Philippines


最高の仲間と素晴らしい思い出がEBで生まれます


教師と準備したプレゼンテーションで英語力が飛躍します

MAP マラテ　Q-3

3ヶ月間受講で30%OFFキャンペーン実施中!
マニラで英会話、1時間最安可能!

WEXCEL

ウェクセル

マニラで数少ない日本人経営の英語学校WEXCEL。マカティから車で約20分、デラサール大学近くに英会話教室を構える。初心者から上級者まで受講可能で、幅広いニーズに応えてくれる。人気の授業は、専門知識を交えたTEDを見ながら学ぶ英語授業。英語講師はプロ。夜間クラスはもちろん、土日も開校しており、講師を自宅に派遣して授業を受けることも可能。

●プライマー読者特典●
3ヶ月間受講で30%OFFキャンペーン実施中!
マニラで英会話、1時間最安可能!

M-D Burgundy Westbay Tower, 820,ocampo st, Malate, Manila　☎0917-596-9402　㊡10～21時　㊡なし
kojo@wexcel-ph.com
http://wexcel-ph.com


初心者から上級者まで対応


日本人が常駐なので安心

オンライン英会話レアジョブと提携
―― 無料体験受付中 ――
マカティでビジネス英会話



Grandlineでビジネス英会話

マカティで学べる英会話学校!
ビジネスの本拠地マカティで本格的な英会話が学べます!グランドラインの最も大きな特徴は、講師の質の高さです。どのレベルの英会話をご希望でも対応出来るシステムがとても評判。


SM JAZZから徒歩2分の立地



明るいスタッフが受付で対応

Grandlineが選ばれる理由



1 カリキュラムのカスタマイズ

カリキュラムは生徒様一人一人に合わせてカスタマイズすることが出来るので、初級から始めたい方も、上級から更なるステップアップを目指す方も今のレベルの少し上のカリキュラムで確実に成長を実感できます。ビジネスシーンにおいては、各業種に合わせたケーススタディ授業も受講可能ので、より実践で使える英語が学べます。



2 講師はビジネス英語のプロフェッショナル

大手日系企業や外資系企業の多くの日本人ビジネスパーソンの生徒の方への指導を通じて鍛えられた、経験豊富なプロフェッショナル講師がレッスンを行うので、本当に仕事に必要な英語が身につけられます。



3 柔軟な授業時間設定

レッスンは、ご希望の日時を前日までにご連絡をいただくことでご予約可能!直前でのオンライン受講への変更も可能なので、平日の仕事終わりでも自分の予定に合わせて授業を組むことができます。



長期割引プランございます

6ヶ月の受講で10%OFF
12ヶ月の受講で15%OFF

人事の方へ
法人向けプランもあります!
生徒様の入学時の英語レベルから受講後の成長過程を数字で出すことができます。

おかげさまで法人契約多数いただいております



マンツーマンのレッスンであり、カリキュラムもフレキシブルに要望に応えていただけ、レッスンもバックグラウンドやレベルに合わせてくれました。実践的かつ欠点を効果的に補えたため、短期間でも最大限の効果があったと感じました。(大手情報サービス業　男性50代)」

「先生方がみなさん協力的で、下手な英語でもためらいなく話せる環境を作ってくれました。各レッスンの中で話す話題もビジネスとの関連性が深いため、英語の学習と同時に自分のビジネスについても考えなおすきっかけにもなりました。(大手会計事務所　男性30代)

02-817-4594(英語:代表電話) / **02-845-4263**(英語) / **02-845-4193**(日本語)
205 N Garcia St Bel-air, Makati 1209 Metro Manila　https://goo.gl/maps/A6xSDf4WodF2
土日も開講しております!　営業:月～金 18時～21時　土・日 9時～12時、13時～17時
◎SSP認定　◎TESDA認定　駐車場(7台分)あり




お問合せ窓口:金光(常駐)

MAP ラグーナ

ラグーナからの仕事帰りに！
費用対効果の高い集中合宿も！

Basic English Camp

ベーシック　イングリッシュ　キャンプ

マニラからスカイウェイで３０～４０分。アラバンの南のサンペドロ市にある日本人経営の英語学校。ラグーナからの仕事帰りや、土日に集中的に効果の高いトレーニングが可能。マカティやBGCの自宅やカフェへの派遣サービスも可能。（2レッスン500ペソ・月謝別）気楽にレッスンが受けれて楽チンと大好評。集中して効果的にレベルアップをしたい方は週末合宿がオススメ。現在は有名企業の駐在員が日常会話やビジネス英語スキルアップに利用し、職場でスタッフとの会話がスムーズになったと評価されています。まずは日本人がしっかりとカウンセリングを行ってくれるので安心です。

●プライマー読者特典●
①派遣サービス　初回２レッスン無料
②週末合宿10レッスン 6000ペソ（初回2レッスン無料）



わかった時の快感・楽しさが実感できます



吉本の芸人さんも受講しています！

53 Balagtas St., Chrysantemum Village, San Pedro City, Laguna　☎02-887-1863、0956-879-7597
営7時～24時　休なし
http://www.english-bec.com/
@itonaokiline　E-mail:bec@english-bec.com

MAP マカティ　C-5

最安値の1時間400ペソ！
マカティで英会話・日本語スクール

PJ Link Language Center

ピージェイリンク　ランゲージセンター

コース内容は以下の通りです。

1.英語レッスン（マンツーマン、50分）
一般（スピーキング・アメリカンアクセント・ビジネス英語等）P400 / TOEIC P500 / オンライン P400
＊無料体験レッスンあり（予約制）
＊キッズクラスあり（お問合せ下さい）

2.家庭教師サービス
50分お一人様 P350（3名様以上）
＊詳細はお問い合わせください

3.日本語レッスン（マンツーマン、50分）
フィリピン人講師 P 600 / 日本人講師 P1200

●プライマー読者特典●
①初回特典 1時間無料レッスン
②8月よりSkypeでの授業が受講可能となりました！

4F Ricogen Building,112 Aguirre Street,Legazpi Village, Makati City ☎02-832-5735／0917-813-0693（要予約）
営月～金 9時～20時、土 9時～17時
休日曜　E-mail:pjlink.marketing@gmail.com



PJ Link講師・スタッフと受講者



英語講師と受講者





MAP マカティ　C-4

マミー・インターナショナルにて日本人のお子様を対象としたダンス教室を新規開講！

Create Dance School

クリエイト ダンススクール

新年度がはじまりました！人気の習い事「ダンス」に挑戦してみませんか？当スクールでは、楽しく体を動かすことをモットーとし、レッスンを通じてリズム感や基礎体力を養い、集中力や表現力、協調性なども合わせて身につけていきます。初心者でも素敵な振り付けを気持ちよく踊れるように丁寧に教えています。年に数回イベント等で多数出演する予定です。まずは、体験レッスン（500ペソ）を受けてお子さんにダンスの楽しさを感じてもらいましょう。

料金：入会金：1,500ペソ、１回ビジター1,000ペソ
月会費/月4回：3,000ペソ（日本人講師）
2,400ペソ（フィリピン人講師）
４回チケット：3,600ペソ、８回チケット：7,000ペソ

●プライマー読者特典●
初回特典 体験レッスン P500→無料





場所：マミー・インターナショナル・マニラ校、MAKATIのスタジオ
練習日：毎週月曜日・土曜日
対象年齢：未就学児３歳～５歳／小学１年生～小学６年生までのお子様
☎0927-576-5888 / 0919-999-8128
@createdancejp
E-mail: createdancejp@gmail.com



フィリピン ビジネス 烈伝
フィリピン・ビジネスパーソンインタビュー

フィリピンで活躍中のアノ人に直撃!
フィリピンにおけるビジネスの
「いろは」を語ってもらうコーナー

第59回

“誰にとっても合理的な新たな仕組みで比の教育に一石を投じる”



Quipper

Quipper
Country Manager
直鳥 裕樹 さん

授業動画を使って塾に行くよりも格段に安く学習できる方法が日本でも話題になっている。その仕組みをフィリピンの学校の授業にも取り入れているのがQuipper。私立校の他に、マカティ市などで公立校にも導入され始めている。宿題の準備や採点に追われることのないシステムを導入すれば教員の負担も大幅に軽減されるだろう。

●編集部：Quipper以前はどのようなお仕事をされていましたか?

大学卒業後、アンダーセンコンサルティング（現アクセンチュア）に2年半ほど勤務しました。その後は幾つかの会社を渡り歩いてきましたね。中でも2000年頃にアンダーセンのときの先輩たちと一緒にコンサル会社を設立し、Yahoo! BBの立ち上げに関わりました。'07年から'12年は独立して、JavaScriptフレームワークのライセンス販売をしていました。Quipperに入ったのは'14年からです。

●編集部：フィリピンにおけるQuipperのビジネスについて教えてください。

簡単に言いますと、フィリピン小中高の生徒・先生向けにオンラインの学習管理システムを作り、それを学校に対して提供しています。通常の教育現場では、先生が教科書を使って授業して、授業後に紙ベースの宿題を配布します。そして生徒は宿題をして、先生はそれを回収して採点して返す、という流れです。一方、Quipperの学習管理システムには充実した教育コンテンツが揃っています。特に宿題の配信、採点、個別の学習データ管理がオンラインで簡単にできます。宿題や授業に関するあらゆるプロセスをオンライン化したことで、先生の作業工数を劇的に削減することができます。実際にQuipperを一度利用した先生にとって、なくてはならない存在となっています。

●編集部：' 15年にリクルートマーケティングパートナーズに約48億円で買収されました。どのような経緯でしたか?

リクルートマーケティングパートナーズが'11年から受験サプリ（現スタディサプリ）で動画授業を始めていました。それを海外に広めたいというときに、Quipperの事業に興味を持ち、Quipperを傘下に置いて海外事業展開を強化したという流れになります。

●編集部：買収後、どのような変化がありましたか?

もともとQuipperはテクノロジーとB to Cマーケティングの会社で、営業力はそれほど高くはありませんでしたが、そこにリクルートの営業力が加わったのが大きな変化ですね。あとは潤沢な資金力を手に入れたおかげで、計画的に開発を進めていくことができるようになりました。

●編集部：フィリピンでQuipperはどのように成長してきましたか?

買収後の'15年9月からB to Bの学校向け有料サービスに特化して売り始めたのが大きなステップでしたね。それ以前は学校向け以外にも、B to Cの生徒向け無料サービスを提供していました。日本やインドネシア、メキシコなどのように受験が産業となっているエリアでは受験生向けのサービスが成立するのですが、フィリピンでは統一試験がなく、B to Cで攻めるのは難しかったですね。ですので、学校への営業に的を絞りました。結果、'16年は約10校と契約できました。生徒数では数百人です。そして昨年は約60校、生徒数20,000人以上を獲得できました。マカティ市やラスピニャス市、パラニャーケ市などにも予算をつけてもらい、公立校にも販売することができました。

●編集部：同業他社と比較しての強みは何ですか?

まずビデオコンテンツはQuipperだけが持つサービスです。そしてサービスの使い勝手が断然良いです。それからアフターサービスのサポートも充実しています。その他には、プラットフォームの安定性が高いです。

●編集部： フィリピンで今後どのような展開をされる予定ですか?

最終目標としては、フィリピンで全ての学校にQuipperを入れてもらって、フィリピンの学力向上に貢献したいと考えています。その第一ステップとして、全国共通テストあるいは学力試験を実現したいです。また、先生の数が生徒に対して少なく、地方にまで教育が行き届いていないのを改善したいですね。先生のレベルにもバラつきがあります。その他に、K-12のK（幼稚園）にもQuipperを広めたいですね。

●編集部：直鳥さんご自身の今後の展望や夢は?

フィリピンでランニングクラブを作ることです（笑）。ランニング仲間が欲しいですね。仕事面ではフィリピンの事業をしっかり黒字化したいです。個人的な夢としては宇宙に行ってみたいです。近い将来、お金を払えば宇宙に行けるようになると思います。

▶インタビュー全文は Primer WEB (http://primer.ph/column/category/genre/business/) に掲載しています。

●Quipper Country Manager
直鳥 裕樹 さん

1973年、佐賀県出身。フロリダ工科大学を経てスタンフォード大学へ。航空宇宙工学を専攻。卒業後、アンダーセンコンサルティングの東京オフィスに勤務。その後2000年に会社を設立しコンサルとしてYahoo! BBの立ち上げから関わる。' 14年にQuipperへ転職。趣味はマラソン。

▶座右の銘

キング牧師の言葉。「If you can' t fly then run, if you can' t run then walk, if you can' t walk then crawl, but whatever you do, you have to keep moving forward.」

SUN LOGISTICS TECHNOLOGY, INC.
SLTI LOGISTICS SERVICES, INC.
SUN LOGISTICS TECHNOLOGY, INC.

倉庫・物流のご相談はサンロジスティックへ

ご提供サービス (PEZA 向け , Non-PEZA 向け)



■貸倉庫、貸スペース、倉庫内作業
- Laguna 州、Batangas 州近郊
- LIIP 倉庫 (Biñan, Laguna) 空きスペースあり

■構内作業請負
■トラック輸送
■物流容器、物流パレット、台車製作

Sitio Aratan, Brgy. Pulong Sta. Cruz, Sta. Rosa City, Laguna
Tel: 049-541-2834 to 37 Fax: 049-541-2822
0918-963-0156 (山田) d.yamada@slsi.com.ph
0918-942-4351 (Edward) e.faraon@sunlogistics.com.ph

YAMATO LOGISTICS CO., LTD.

クロネコヤマトの海外引越

日本人スタッフがお手伝いいたします!

担当:中嶋 哲平(Teppei Nakajima)
携帯番号:0918 - 807 - 7091 (日本語対応)
E-mail:nakajima@yamatoph.com



お問合せ・お見積り・お下見は無料です。お気軽にご相談ください!

ヤマトロジスティクス株式会社 フィリピン代理店

ATE A.T.E. FREIGHT PHILS., INC.
TEL: 02-851-7565 • FAX: 02-851-0150

海外引越しのCROWN LINE GROUP

クラウンラインの引越しサービス

JIMA 日本海外引越協会
MyGlobal

クラウンライングループは1980年創業以来、日系企業皆様向けに海外赴任から帰国まで一貫したサービスを提供して参りました。お下見から作業立会まで、日本人スタッフによるきめ細やかな対応と長年の経験を生かした的確なアドバイスで、引越しのお手伝いをさせて頂く事をモットーとしてます。

Crown Line Philippines, Inc URL:http://crownline.jp/
住所:Unit 103 &104 JJM Building II, Ninoy Aquino Avenue Paranaque City 1700
:+63-999-436-6907(日本人担当:伊佐)
:+63-2-771-2613
E-Mail:isa@crownline.jp (日本人担当:伊佐)

OCSで海外生活を快適に

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

Tel : 894-0341(オフィス)
817-8282(カスタマ専用)
Fax : 817-2891
email : info@ocsmnl.com.ph(英語)

OCS ANA GROUP
G/F FCC Bldg.,
Rada St., Legaspi Village,
Makati City

http://www.ocs.co.jp/



日本のテレビをフィリピンで!

1週間の無料体験をお試しください。※設置費・保証金なし

ライブ放送45CH | 2週間追いかけ視聴 | カラオケ機能

1 NHK G東京総合
2 NHK E東京教育
3 日本テレビ系
4 TV朝日系
5 TBS系
6 Tokyo TV
7 フジTV
8 NHK BS 1
9 NHK BS premium
10 BS 日本テレビ
11 BS 朝日
12 BS TBS
13 BS JAPAN
14 BSフジ
15 スターチャンネル1
16 スターチャンネル2
17 スターチャンネル3
18 東映チャンネル
19 チャンネルNECO
20 MOVIE PLUS HD
21 日本映画専門 チャンネル
22 J SPORTS 1
23 J SPORTS 2
24 J SPORTS 3
25 J SPORTS 4
26 スカイA sports+
27 ゴルフ ネットワークHD
28 GAORA
29 日本テレビG+HD
30 BSスカパー
31 チャンネル銀河
32 MUSIC ON TV
33 ポップスチャンネル
34 時代劇専門チャンネルHD
35 ファミリー劇場HD
36 ホームドラマチャンネル
37 BS ANIMAX
38 KIDS STATION HD
39 日テレNEWS24
40 CNNJ
41 LaLa TV
42 将棋チャンネル
43 BS釣りビジョン
44 スーパー時代劇TV HD
45 AXN海外ドラマ
46 FOX

新サービス!
Androidスマホやタブレットでテレビ番組を視聴できます。

オススメ!
46CH 6ヶ月 7,000ペソ
46CH 1年 12,000ペソ

CHANNEL BOX
Tel. 0916-222-2499(日本語)/0999-345-2369(日本語)/0995-002-7000(英語)
CHBOXJP | chboxphil@gmail.com | Unit B 2nd Floor T. Square Building 317, El Grande Avenue, BF Homes, Paranaque.
代理店募集中

フィリピン経済NEWS

IsajiJournal.com by WCL Solutions

あなたの知りたいフィリピンの経済情報、旬なニュースなど、役立つ情報をお届け致します。

JICA　マニラ地下鉄1,045億円貸付契約締結 フィリピン初の地下鉄第1期事業（約25キロ、13駅）

国際協力機構（JICA）は、3月16日マニラにて、フィリピン政府との間で、「マニラ首都圏地下鉄事業（フェーズ1）（第一期）」を対象として1,045億3,000万円を限度とする円借款貸付契約（L/A）に調印した。

この事業は、マニラ首都圏において、北部ケソン市と南部パラニャケ市を結ぶ、フィリピンで初となる地下鉄（地下13駅、約25km）を整備することにより、増加する輸送需要への対応を図り、マニラ首都圏の深刻な交通渋滞の緩和に寄与するものである。

本件にかかる貸付資金は、①駅舎や駅間の地下トンネル、車両基地等に係る土木工事、②鉄道システム・車両の調達、③コンサルティングサービス（入札補助、施工監理、公共交通指向型開発（{TOD}支援等）等に充当される。TDOとは、Transit-Oriented Developmetの略であり、私的交通を抑制し、徒歩圏の公共交通の利用を促進するとともに、居住・商業等の複合用途の土地利用によるコンパクトな駅周辺地区の形成を促進するものである。

なお、本事業に対する円借款には本邦技術活用条件（STEP）が適用され、本事業の地下トンネル掘削、狭隘な部分での施工、信号システム、車両等に日本の技術が活用される予定である。STEPとは、Special Terms for Economic Partnershipの略。日本の優れた技術やノウハウを活用した途上国への技術移転を通じて、日本の「顔の見える援助」を促進するために創設された円借款の供与条件。主契約は日本タイド、下請けは一般アンタイド。なお、主契約については借入国との共同企業体（JV）を認めるが、本邦企業が当該JVのリーディング・パートナーとなることが必要。今回金利は、本体部分が年0.1%、コンサルティングサービス部分が同0.01%、償還期間は40年（据置期間12年）である。

今後の事業実施スケジュール（予定）

（1）事業の完成予定時期：2025年9月（供与開始時をもって事業完成）

（2）コンサルティング・サービス（施工監理等）にかかる招請状送付予定時期：2018年3月

（3）本体工事に係る国際競争入札による最初の調達パッケージの入札公示：

調達パッケージ名：部分開業区間土木工事パッケージ、予定時期：2018年3月（公示済）

東京23区と同程度、620km2のマニラ首都圏は、人口が1990年の792万人から2015年には約1.6倍の1,287万人に達し、人口増加・過密化が進行している。その一方で、首都圏内の高架鉄道3路線の総延長は50kmにとどまるなど、大量輸送手段としての鉄道の整備状況は遅れており、その結果、交通渋滞が深刻化している。交通渋滞による社会的損失は2017年で1日あたり35億ペソ（2018年2月レートで約74億円）に達すると試算されるなど、深刻な交通渋滞はフィリピンの国際競争力を低下させる要因となっている。

このような状況に対し、JICAは、2014年に「マニラ首都圏の持続的な発展に向けた運輸交通ロードマップ」（インフラロードマップ）の策定を支援した。同インフラロードマップでは、マニラ首都圏と南北の郊外都市との連結性を強化するため、2本の大規模公共交通網（南北軸）の整備が最優先課題とされている。本事業は、マニラ首都圏と郊外都市を結ぶ南北通勤鉄道と共に、南北軸のもう一方を構成するものである（18年3月16日の国際協力機構ニュースリリースより）。



経営幹部の女性比率、フィリピン47%で世界1位に 日本5%で最下位：太陽グラントソントン中堅企業調査

有力会計・監査グループである太陽グラントソントンは、3月5日、2017年「中堅企業経営者意識調査」『女性経営幹部』に関する世界35カ国調査結果を発表した。

この調査は、2017年11月～12月に実施されたもので、非上場企業を中心とする中堅企業(従業員数100人～750人)が対象となっている。グラントソントン加盟主要35カ国が実施する世界同時調査の一環でもある。

今回の調査において、世界35カ国の中堅企業経営者に、「自社の経営幹部の女性比率」について尋ねたところ、全調査対象国の平均は24%と前回調査よりわずかに低下、経営幹部における女性比率の平均が約4分の1であることが判明した。調査を開始した2004年(全対象国平均19%)に比較すると改善傾向にあるものの、そのペースは非常に緩やかなものとなっていることが明らかになった。

日本の中堅企業における「経営幹部の女性比率」は5%で、2004年の調査開始以来、最低レベル(2012年も同じく5%)、調査対象国中唯一の1桁の数字となった。また、2004年の調査開始以来の14年間、日本は全ての調査で最下位となった。世界の対象国全体の平均値を見ると、わずかながらでも改善傾向にある中で、日本の今回の結果は初回調査(2004年調査で8%)を下回る数値となっており、世界の潮流とは相反する現状が明らかになった。さらに経営幹部に一人も女性がいない中堅企業も日本が69%と最も多く、日本の調査対象企業の7割近くで女性経営幹部が不在であることが示された。

「経営幹部の女性比率」が今回最も高かったのは、フィリピンの47%(前回40%で3位)で女性が経営幹部の半数近くを占めることが分かった。以下、2位インドネシアの43%、3位タイの42%、4位ロシアの41%、5位リトアニアとエストニアの36%と続く。その他、主要国では中国が31%(前回調査31%)、米国が21% (同23%)、英国が22% (同19%)などなり、前回調査からの大きな変動はなかった。また地域別に見るとEUの平均は27%となり2017年の調査結果(26%)とほぼ変わらず、ASEANの平均では前回の調査結果の36%に対して今回は39%とわずかながら改善が見られた。

1月の財政収支、黒字が4.6倍の102億ペソに 税収増効果、プライマリー収支537億ペソの黒字

3月23日発表のフィリピン財務局速報値によると、2018年1月の財政収支は102億ペソの黒字となり、前年同月から黒字が4.6倍に拡大した。黒字急拡大は、税制改革による税収増効果と言える。

1月の歳入は前年同月比19%増の2,389億ペソ。内訳は、内国歳入庁(BIR)の収入が19%増の1,756億ペソ、関税局(BOC)は14%増の408億ペソ。非徴税機関である財務局(BTr)は1%増の81億ペソであった。一方、1月の歳出は15%増の2,287億ペソで、そのうち利払い額は3%増の435億ペソで、歳出全体の19%を占めた。

歳出から利払い費を除外して算出されるプライマリーバランス(基礎収支)に関しては、1月は537億ペソの黒字で前年同月(446億ペソの黒字)を20%上回った(18年3月23日のフィリピン財務省発表より)。

フィリピンの経済・金融・投資の最新ニュースを毎日発信!
独自情報がメルマガかサイトから簡単に入手できます。
定期購読や試読はmisaji@pldtdsl.netか情報サイトhttp://ph.isajijournal.com/まで

伊佐治稔 Minoru Isaji (日本証券アナリスト協会検定会員)

情報提供サービス・経営コンサルティング・アウトソーシングサービス会社WCL ソリューションズ・フィリピン・コーポレーションの最高経営責任者(CEO)兼代表取締役社長、及び現地有力証券会社ABキャピタル証券の特別顧問。フィリピン在住。日本証券アナリスト協会検定アナリストとして20年以上にわたって経済、株式等の調査活動に従事。フィリピン進出日系企業・個人を支援している。



国内配送、引越し、国際配送は全てお任せ

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

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

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

TRAN'SPORT! COMMUNICATION SAGAWA
佐川急便フィリピン
SAGAWA EXPRESS PHILIPPINES INC.

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。

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

Trunk Line: 02-822-9911 Japanese Line: 02-776-2627 Fax: 02-776-2582
BUSINESS HOUR Mon-Fri 8:00-18:30
SUITE 102, CTC BUILDING, 2232 ROXAS BOULEVARD, PASAY CITY METRO MANILA, PHILIPPINES 1300.
担当：今井(imai@sagawa-global.com)、鈴木(r_suzuki@sgh-global.com)、藤木(m_fujiki@sgh-global.com)

新車以上の輝きをお車に！
フィリピンで車の塗装トラブル解決します！

ガラスコーティング

●SPASHAN KAMIKAZE　P11,000 ～
光沢 ★★★　キズの付きにくさ ★★

●GF POWER COAT+ CRYSTAL　P10,000 ～
光沢 ★★　キズの付きにくさ ★★★



艶・輝き
傷から保護
お手入れ簡単

日本人技術者常駐
日本から機材 / 資材を取り寄せ

板金・塗装

●全塗装　SUV　P37,500 ～
●部分塗装　ドアパネル　P3,500 ～
　リアフェンダー　P4,000 ～
●板金　お問合せ下さい

艶が無い⚠ムラがある⚠色が違う
フィリピン塗装あるある解決します！



RENERGY SYSTEM INC.
09164353232(日本語対応：芝) / 09173098295(英語対応)
www.facebook.com/renergysysteminc
#19 Joe Borris St., Bagong Ilog, Pasig City

MAP マカティ　C-5

AAB
www.aab.co.jp 検索

イベント・展示会・開所式をサポート！



イベント(展示会、式典、鏡開き等)、PR、セールスプロモーション(モール販促、キャンペーン等)をサポートします。
日本人プロデューサーを中心に、日本と同じクオリティでサポートするノウハウを確立しています。
日系企業・行政イベント実績多数。広告、イベントをご検討中の方は、お気軽にお問い合わせください！

ご相談・お見積 ⇢ 企画・ご提案 ⇢ 制作・推進 ⇢ イベント実施

AAB Philippines Inc.
Unit 409 Cattleya Condominium 235 Salcedo St., Legaspi Village Makati City
Tel: 02 218 3535　Mail: info@aab.co.jp. marianne@aab.co.jp

AABグループ拠点
日本（東京・大阪）、ベトナム（ホーチミン・ハノイ・ダナン）、インドネシア（ジャカルタ）、シンガポール、ラオス、カンボジア

GENALYN レンタカー
ジェネリン

日本人在中！安心のサポートで
お客様の快適な移動をお手伝いします！



●ご利用料金●
P2000/4 時間レンタル
P2500/6 時間レンタル
P3000/12 時間レンタル
※燃料代・有料道路通行料含まず。
長期レンタル割引あり！

読者特典
レンタカーご利用の方は
ポケットWI-FI 無料 貸し出し中！
ご希望の方はお気軽にご連絡ください。(数に限りがあります)

0906-3463754 (皆越)
http://philippinesrentacar.net/
info@genalynrentcar.com



DIGI STAMPS デジはん

スタンプのことはデジスタンプにお任せください！

デジスタンプは、最大解像度2400dpiのデジタルラバースタンプです。

Digistampを選ぶ4つの理由
・たったの15分で作成完了・名前やサイン、番号などのキャプチャー可能
・ロゴや写真のキャプチャーも可能・豊富なデザインタイプ

店舗リスト
SM North Edsa QC・Festival Mall Alabang・Robinson's Manila
Waltermart Makati・SM Cebu・Robinson's Cebu・SM Megamall Cyberzone
メトロマニラ以外に6つの支店がございます。



お問合せ先
0998-959-4850・0917-314-0666
digistamps@yahoo.com・digistampsPH

オフィス家具ならおまかせください
KOKUYO
kokuyo-furniture.com

ENTRY



イスをはじめ、ワークステーション・
会議テーブル・ロッカー等を取り揃えております。
お気軽にご相談ください。



お問合せ
uedaayumi@info.com.ph
0915-700-3161 (Ms.上田)
sales@movaflex.com
02-633-7526 (Mr.Philip)

ショールーム
Movaflex Designs
128 Lopez Rizal Street, Brgy
Highway Hills, Mandakyyong City.

建物の塗装は関西ペイントにご相談ください！

ALESCO KANSAI PAINT


壁


床


屋根



KANSAI PAINT PHILIPPINES, INC. *Unit 8A South Luzon International Business Park, Brgy, Batino, Calamba, Laguna 4027.*

KANSAI PAINT WORLDWIDE • ***www.kansai.co.jp***(日本語)／***kansaipaint.com.ph***(英語) • *Tel/Fax : 63 2 519 4276*

電話番号: 0917-545-3259(担当:山本拓史／日本語)／0917-808-6834 (担当:Jeffrey ジェフリー／英語)

製品輸送コストと輸送品質向上をご提案いたします

■プラスチック物流資材の製造・販売　■オリジナル設計によるトレーの製造・販売　■プラスチック物流資材の製造・販売

収容率 200%に // 輸送コスト・作業工数ダウン



取扱い製品



MIRAI PHILIPPINES CORP.

電話 049-523-8865 || 携帯 0917-832-8167 (本永)

Unit 5 Starts Factory, Lot 3-D Greenfield Automotive Park, Sta. Rosa Laguna, Philippines 4026

RISE であなたのインターネットがぐっと速くなる

RISEはビジネス用インターネットサービスプロバイダーです
高品質なネットワーク&世界一流のサポート



SMEプラン 10,000PHP/月

小規模オフィスやバックアップにオススメ!

データ量無制限/速さは最大50Mbps(混雑時でも5Mpsまで保証致します)

その他アップロードもダウンロードも定速 Enterpriseプラン20/50/100Mbpsもございます。

CONTACT US NOW! 日本人スタッフがサポートいたします。

Mobile: **+63 995 614 8196** Web: **https://rise.ph/jp** Email: **sato.kotsuchi@rise.ph** (高土) 日本語＆English OK!

Offices in Manila and Cebu. RISEオフィスでいつでも高速インターネットをお試し頂けます。是非ご連絡ください。

MAKE THE BEST CHOICE
insurance110 ONE-TEN

保険のことならおまかせ

みなさまの海外生活を日本語でサポート　ファイナンシャルに特化したサービスも充実

医療保険
自動車保険
ゴルファー保険
火災保険
老後のための積み立て保険
親御さん必見 海外学資保険
ペソ建て運用保険

「FX道場」
毎週木曜日 開催中!
少人数でひとりひとりのペースに合わせたセミナーです。初心者の方でも気軽に参加して頂けます。お金について楽しく学んで、賢い人生を目指しませんか?

insurance 110 マニラ支店 (旧 hoken-no 110Ban!! マニラ支店)
Unit 206 One Corporate Plaza, 845 A. Arnaiz Ave.(Pasay Road) Legaspi Village, Makati City
☎02-552-3688　0917-572-6031(日本人対応)
FAX：02-812-6576　営業時間：9:00~19:00
manila@insurance110ph.com　http://www.hoken110intl.com/

いつでもお気軽にお電話、お立ち寄り下さい。日本語でご対応いたします。
BDOが入っている建物の2階 ※駐車場有り



Z.com

dotPH フィリピンのドメイン.ph が PHP1,849/1st year

Z.comならフィリピンで必要なホームページ作成の全てが揃います

Z.comでは選べるサーバー、ドメインの取得、SSLによるセキュリティ強化、さらに制作会社のご紹介と、お客様のニーズに合わせた豊富なサービスで、お客様のホームページ作成をお手伝いします。初めてのホームページから大規模なホームページの作成、運用までぜひZ.comにおまかせください。

ドメイン　サーバー　SSL　Web製作

Z.comはドメイン登録実績160,000件以上を誇るGMOインターネットグループのグローバルブランドです

レンタルサーバー		1サイトのお手軽利用に Personal プラン	初めてでも安心充実のスペック Business プラン	ほぼ無制限の充実環境 Professional プラン
初期費用		全プラン無料！		
月額	お得! 12ヶ月払い	59 ペソ/月	219 ペソ/月	439 ペソ/月
	お支払金額	708 ペソ	2,628 ペソ	5,268 ペソ
	定価 (2年目以降)	166 ペソ/月	383 ペソ/月	842 ペソ/月
	特徴	SSD容量 10 GB	SSD容量 100 GB	SSD容量 無制限
		メールアドレス 20 個	メールアドレス 200 個	メールアドレス 1,000 個
		データベース 5 個	データベース 15 個	データベース 無制限

<<<< Z.com Philippines サービスの詳細はこちら
https://hosting.z.com/ph/primer

日本語はもちろん、英語、タガログ語でのご案内も可能です。

ご質問ご相談はこちらからお問い合わせください
info.cloud.en@z.com　受付時間 平日 8:00-22:00 (土日祝を除く)

GMO-Z.com Philippines inc.
23rd Floor Zuellig Building Paseo de Roxas corner
Makati Ave., Makati City

おかげさまで22周年　すべての人にインターネット
GMO INTERNET

KDDI Philippines

IT・内装



オフィス写真：Mitsubishi Hitachi Power Systems様



IT

ネットワーク改善　セキュリティ対策
PC／サーバ／PABX導入　メンテナンス
クラウドサービス　社内システム

内装

設計／デザイン　各種申請代行
プロジェクトマネジメント　家具
施工工事（建築　電気　空調　衛生　弱電）

ワンストップ
サービス

日本語対応OK

スピード
対応





前列左から：TAKENAKA／風斗様　長田様
後列左から：KDDI／関　Van

VOICE

TAKENAKA CORPORATION PHILIPPINE CAD CENTER 様

TAKENAKA CORPORATIONは、2017年10月よりフィリピンCADセンターを開設しました。国内プロジェクトのBMモデル作成を行っております。

お客様の声

KDDIさんには2000年代から10年以上、フィリピン拠点のITをサポート頂いております。
昨年は新デザインセンター開設に伴い、本社の定めたセキュリティ対策や、オフィス引越し時のITインフラを一括でお願いし、本社や現地の通信キャリアとの調整等、弊社に常駐しているKDDIのローカルエンジニアはじめ、KDDI一丸となって尽力頂き、スケジュール通りに完了し、本日まで安定稼働しております。今後とも引き続きよろしくお願いいたします。（風斗様、長田様）

営業担当より

弊社ではTakenaka Corporation様フィリピン国内拠点の構内ネットワーク構築、運用、保守を担当させて頂いております。
本社様の示される厳しいセキュリティ要件を当地に反映させるだけでなく、ユーザー様の視点に沿った利便性を考慮した設計、構築を心がけております。風斗様、長田様の迅速な社内調整、意思決定にいつも感謝申し上げます。引き続き何卒よろしくお願いいたします。（担当：関）

"Changing your world"

KDDI Philippines Corporation
0917-832-7052 (松浦)／+63-2-887-2536
sales@kddi.ph　http://ph.kddi.com/
25th Floor Rufino Pacific Tower 6784 Ayala Ave. Makati City

MOMO-O, MATSUO & NAMBA

フィリピンで役立つ！

フィリピン法律あらかると

第40回『フィリピンでのIPOについて』

今月の事例

Q.我々は日本法人が１００％株主のフィリピン会社なのですが、フィリピンにおいて株式上場（IPO）を行うことは可能なのでしょうか？

<フィリピンのIPO>

事業が軌道に乗り、更なる資本が必要となった場合などにおいて、株式を上場して資金調達を行うことを検討するのは日本でもフィリピンでも共通のことと言えます。そこで、フィリピンにおいて株式上場を行うための手続や条件についてご説明したいと思います。

まず、フィリピンの株式市場ですが、メインボード（東証1部のようなものです）と中小企業向けのSMEボード（Small and Medium Enterprise Board）の2種類が存在します。いずれの市場に上場するかにより、基準や条件が異なります。

いずれの市場を選択するにせよ、フィリピンの株式市場に上場するためには、SECと証券取引所の両方から承認を得ることが必要となります。この承認を得るために満たすべき条件は多岐に及びますが、上場申請時に既に満たしておかなければならない条件の主なものを以下に示します。

（１）上場前の直近の事業年度において株主資本(stockholders' equity)がプラスであること

（２）事業の開始から3年が経過していること

（３）上場対象となる株式と同種の株式で引受済みの株式については全額が払込み済みであること

（４）直近の3事業年度におけるEBITDA（利払い前・税引き前・減価償却・その他償却前利益）の合計が5000万ペソ（SMEボードの場合は1500万ペソ）以上あること

（５）直近の3事業年度においてEBITDAが1000万ペソ以上あること（SMEボードの場合は直近の3事業年度のうち、直近の事業年度を含む2事業年度においてEBITDAがプラスであること）

（６）直近の3事業年度において実質的に同じ事業に従事していること

（７）授権資本金が5億ペソ以上あり、その25％以上が引受済みかつ払込み済みであること（SMEボードの場合は授権資本金が1億ペソ以上であること）

これらの条件を満たしたとしても、上場が承認されるためには様々な準備を行う必要がありますので、必要に応じて専門家を起用することが必要となります。

<バックドア・リスティング>

なお、フィリピンでは株式上場の手段の一つとしてバックドア・リスティング(Backdoor Listing)という方法もあります。これは既に上場しているものの、休眠状態となっている会社の支配権を獲得することにより、新規上場の手続を経ることなく、実質的には上場と同じ効力を発生させることを指し、合法な手続とされています。

結論

A.フィリピンでは、条件さえ満たせば資本構成に関係なくIPOを行うことは可能です。上場するためにはSECと証券取引所の承認が必要になります。


弁護士 上村 真一郎


弁護士 鳥養 雅夫

弊事務所は、下記のフィリピンの法律事務所と提携しており、フィリピン進出中の日本企業及び在留邦人の方々に日本語での法律面でのサポートを提供させていただいております。
取扱業務：会社設立、企業法務、倒産、労務問題、税務問題、一般民事、相続等

Quasha, Ancheta, Peña & Nolasco
Don Pablo Building, 114 Amorsolo Street, Makati City,
1229 Metro Manila, Philippines
電話：02-892-3011（代表）
02-892-3020（日本語対応）
FAX:02-817-6423
E-mail: japandesk@quasha-interlaw.com
URL: http://www.quasha-interlaw.com

桃尾・松尾・難波法律事務所
〒102-0083
東京都千代田区麹町４丁目１番地
麹町ダイヤモンドビル
電話:+81-3-3288-2080
FAX:+81-3-3288-2081
E-mail:uemura@mmn-law.gr.jp
torikai@mmn-law.gr.jp
URL: http://www.mmn-law.gr.jp/

安心安全の日本人対応



就労ビザ専門

9gビザ 1年間 7万5千ペソ

観光ビザ延長
メトロマニラ内 オフィスまで集配します!

メトロマニラ内配達
ICARD・ECC・ダウングレード
時間が無い場合、ご相談ください!

VALUEASIA Philippines Inc. 入管認可番号 A-210-2014
2/F Cocofed Building, 144 Amorsolo St., Legaspi Village Makati City
TEL. +63(917)869-6549 (西江) nishie@valueasia-ph.com

WEBサイトの制作・メールサーバー・ドメイン

WEB MAKATI

web-makati.com

UCHIDA

製造発売元
UCHIDA YOKO GLOBAL LIMITED (UGL)
E-mail: s-iwadate@uchidayoko.com 岩楯 伸司
robertchan@uchidayoko.com Robert Chan

TEL NO. +852-2877-3663 FAX NO. +852-2877-3132
日本語でお問い合わせください

フィリピン市場内田洋行正規総販売店
VALIANT

VALIANT ASIA PACIFIC CORPORATION
MAKATI SHOWROOM
Ground Floor Valderrama Building, 107 Esteban Street,
Legazpi Village, Makati City
E-mail: uchida@valiant.ph / clim@valiant.ph Ms. Charmaine Lim
Tel: (632)9906644 loc. 118 or 131/ Mobile: (63917)8006898 (英語のみ)

AJCHAIR



MAKATI SHOW ROOMに展示中



マカティにShow Roomをオープンしました。
お気軽にお越しください。

JPRIME TV BOX+Android TV

どの地域でも安定した視聴が可能 !! まずは・・・画質確認
ご自宅のテレビがスマートテレビに早変わり!!



関西放送追加!

Full HD 1080

地上 14ch
BS 13ch
CS 23ch
20ch ~ 50ch
4K 対応

日本のテレビ、ドラマ、カラオケ、
ゲーム、You Tube、ニュース、
その他ご利用できます。

7日間無料トライアル実施中!
まずは・・・
映像確認!

フィリピンで日本のテレビ視聴!

プラン	30日契約	1年契約
20ch (東京・関西地上波・BS)	₱2,000	₱22,800
50ch (東京・関西地上波・BS・CS)	₱2,400	₱25,000

※30日契約の場合別途 BOX 代 P3,000 掛かります。

★ J PRIME は安心の返金保証付
★ J PRIME は安全の 1 年間完全保証付
● 高画質1080P／720P対応機能付
● 6日間番組予定表(全チャンネル)
● タイムシフト14日間
● チャンネル選択が早い
● 生番組より過去の番組が簡単視聴

月額契約 OK!
安心・安全 30日以内 返金保証
日本人による安心のサービス

JPRIME RYOWA TRADING 日本人カスタマー対応。担当：保坂
globe : 0906-405-2556 smart : 0928-191-0958

SHARP

月額レンタル料
8,800
ペソから

docukit 全てはこれ1台!

ドキュメント管理はより革新的に



保存
管理
安全
検索
共有
復元

SCAN HERE
TO KNOW MORE

- 手ごろな価格で導入可能。
- 貴重な時間や資源を無駄にしない。
- 時間節約＋効率性、生産性 UP!
- ハードウェアとソフトウェアが 1 つに。操作簡単。

お気軽にお問い合わせください

02-522-1771
sales@ecopy.com.ph
eCopy CORPORATION
@eCopyCorp
eCopyCorporation
ecopy.com.ph

詳しくは、ショールームまでお越しください。
無料で docukit の実演、及び体験を行っております。

Makati:
5837 Sharp eCopy Bldg., Zobel Roxas St., Brgy. Palanan Makati City (02) 525-9911

Laguna:
9049 National Hi-way , Brgy. Turbina, Calamba Laguna 049- 545-9042 to 45

Cebu:
G/F MDC Bldg., NO. 520 Ariston Cortez Avenue, Ibabao Mandaue City (032) 346-3976

ITソリューションならAAISIにおまかせください

ITのお悩みをすべて解決！

細かい作業や煩わしいIT関係は
弊社へ丸投げください
低コストでご予算を抑えらえます！

- **・パソコン、ソフトの新規購入・交換**
  パソコン/ネットワーク機器
  セキュリティソフト/マイクロソフト製品
- **・サーバー・メンテナンス**
  メール/ストレージ/技術サポート/
  インターネット・LAN接続/ヘルプデスク
- **・業務システムソリューション**
  ERP総合管理システム
  人事給与システム
  文章管理システム
  ・在庫管理システム・社内承認システム
- **・オフィス内装デザイン**
  設計/デザイン/施工工事全般

サービスの流れ

1. お問い合わせ
電話・メール・FAXにて
お問い合わせください。

2　お打ち合わせ
貴社にてお伺いし現状の確認。
その他、各種ご希望・改善したい点などをヒアリング

3　ご提案
お見積書・IT環境改善のご提案をさせていただきます。ここまで料金は発生しません。

4　作業の実施
作業実施後、ご希望により保守・メンテナンスを承ります。

AAISI
Alsons/AWS Information Systems, Inc.

Alsons / AWS Information Systems. Inc.
4th Flr, Don Jacinto Bldg., 141 Salcedo St, Legaspi Village Makati City
☎+632-823-5689 日本人担当：堤　tomoaki.tsutsumi@awsys-i.com



TensoTV フィリピンで日本のテレビ

新登場　**永住者専用の特別パッケージあり！**
詳しくは、下記よりお問い合わせください。

地上DIGITAL　BS DIGITAL　110°CS DIGITAL　クラウド全録 TimeShift　最大48局

PHP 1500/月 から

ライブテレビ　WiFi対応　録画保存
週間番組追いかけ視聴　モバイル端末受信　日本AM・FMラジオ



初期費用不要！ プランの詳細お申し込みはコチラから ➡ http://hd.myslingtv.com/ph/

1週間無料体験！

BBMAX TECH INC
Unit2709 Cityland Pasong Tamo Tower,
2210 Don Chino Roces ave, Makati City.

安心！安定！安値！【日本人対応】
(02)833-8952　(02)729-8708
E-mail: ph@myslingtv.com　091-7675-0060　091-7675-0061

老後を安心して暮らしませんか　共同納骨堂のご案内



お通夜、ご葬儀、火葬から納骨のお手伝いまでお世話します。どうぞお気軽にご相談下さい。

先着155ユニット、運営、管理：財団法人やすらぎの里

1ユニットサイズ（縦27cmx横27cm、奥行60cm）
会員価格：1ユニット88,000ペソ（VAT、管理費を含む）
場所：マニラメモリアルパーク　スーカット、パラニヤケ市
墓地面積：36.6m2、納骨堂構造：総御影石造り

フィリピン退役庁（PRA）日本人倶楽部、在留邦人商友会。また在留邦人の方のご協力のもとこの度、在留日本人向け共同納骨堂を新設いたしました。契約者の方々（ご家族、ご親戚）であればどなたでも納骨できるお墓です。骨壺を納骨堂内の特定のスペースに収めていただく形態となります。
財団法人 やすらぎの里

お問い合わせ：025-834-7777
0998-842-2437（日本語対応）担当　高木
事務所所在地：Roxas Boulevard cor Sen, Gil Puyat Ave, Pasay City
提携葬儀社：セントピーター葬儀社グループ
本社所在地：Quezon Ave. Cor No.2 West 4th st. Quezon City

フィリピンでも選ばれています。

日本経済新聞

日経電子版Pro



アジアBIZ面 好評掲載中
（毎週火曜～土曜掲載）

PC、スマホ、タブレットで
最新情報をチェック！

国際版の定期購読で 日経電子版Proが無料！



月額ご購読料金 PHP3,600

日経電子版が 新しく生まれ変わりました。

NIKKEI BUSINESS DAILY 日経産業新聞
日経MJ
日経ヴェリタス
日経人事ウオッチ
日経会社情報 DIGITAL

①日経各専門紙（日経産業新聞、日経MJ、日経ヴェリタス）の記事も検索・閲覧可能。

②人事ウオッチ機能を搭載。主要企業約6,700社、約30万人の人事情報データベースをご利用可能。

③グループ機能、ギフト機能などの記事共有機能も充実。部署内での情報共有に。

月額ご購読料金 1ライセンス：HK$500
※1ライセンスにつき1名様のご利用となります。

日本経済新聞 国際版・日経電子版Proのお申込はこちら

①～③のお申し込み方法よりお選びください。

キャンペーンコード PHPR2018

① www.nikkeiasia.com
② FAX：852-2845-7768
③ E-mail：nikkei@nikkei.com.hk

※E-mailでお申し込みの場合は
下記をご明記ください。
名前／勤務先／電話番号／Emailアドレス／
配達先住所／購読開始希望日／
キャンペーンコード／希望特典

プレゼントキャンペーン実施中！

国際版、電子版Proの新規お申し込みで下記の特典をプレゼント！

下記A・Bよりいずれか1つお選びください。 ※6ヶ月以上のご購読が対象です。



A 月刊誌・日経Trendy
日経BP社発行
2カ月分



B 週刊誌・日経ビジネス
日経BP社発行
4週間分

NIKKEI
日経中国（香港）社 NIKKEI CHINA (HONG KONG) LTD.
LEVEL21, No.28, Hennessy Road, Wanchai, Hong Kong
TEL:852-2598-1771 FAX:852-2845-7768
E-mail:nikkei@nikkei.com.hk

お申込み・お問い合わせ
www.nikkeiasia.com

フィリピンの不動産賃貸情報

住みたい物件が見つかる!

フィリピン賃貸ポータルサイト

フィリピンには住みやすいコンドミニアムがいっぱい!日本人を対象とした最新のコンドミニアム情報をお届け致します。さあ、賃貸プライマーでフィリピンの新生活をはじめよう!!

45階の部屋から見える景色をお楽しみ頂けます。プール・ジム付きで運動不足解消もばっちりです!

物件名 The Columns Legaspi

賃料	25,000 PHP	住所	マカティ
		主な設備とサービス	
物件種別	コンドミニアム	有 有 有 有	
間取り・面積	1 + Bedroom		





家具家電付きの 1ベッドルームです。すぐ近くには高速入口、スーパー、大型モール、コンビニ、銀行、日本食レストラン、ファーストフード店など暮らしに便利な施設がたくさん揃っています。

物件名 Paseo Parkview

賃料	35,000 PHP	住所	タギッグ
		主な設備とサービス	
物件種別	コンドミニアム	有 有 有 有	
間取り・面積	1 + Bedroom		





物件名 Grand Midori

賃料	60,000 PHP	住所	マカティ
		主な設備とサービス	
物件種別	コンドミニアム	有 有 有 有	
間取り・面積	2 + Bedroom		





人気のロックウェルで新らしいコンドミニアムです。モールも目の前で買物便利!!お部屋もてれもお洒落になっています。ちょっとした書斎スペースもあります。

物件名 Edades Tower

賃料	86,000 PHP	住所	マカティ
		主な設備とサービス	
物件種別	コンドミニアム	有 有 有 有	
間取り・面積	1 + Bedroom		





物件名 Penhurst Parkplace Condominium

賃料	85,000 PHP	住所	マカティ
		主な設備とサービス	
物件種別	コンドミニアム	有 有 有 有	
間取り・面積	1 R (Studio type)		





物件名 Two Serendra

賃料	95,000 PHP	住所	タギッグ
		主な設備とサービス	
物件種別	コンドミニアム	有 有 有	
間取り・面積	2 + Bedroom		





SM AURA が目の前で買物便利です。共用設備が充実しています。

物件名 Red Oak

賃料	55,000 PHP	住所	タギッグ
		主な設備とサービス	
物件種別	事務所	有 有 有 有	
間取り・面積	1 + Bedroom		





高級コンドミニアム。エレベーターのセキュリティーで降りたら自分のお部屋だけです。バスタブがあります。よろしくお願いします。"

物件名 One Roxas Triangle

賃料	225,000 PHP	住所	マカティ
		主な設備とサービス	
物件種別	コンドミニアム	有 有 有 有	
間取り・面積	3 + Bedroom		





賃貸　プライマー　検索

家電 キッチン ジム 家具 駐車場 ペット

フィリピン唯一のポータルサイトで、幅広い物件情報を
随時更新・紹介中!詳しくは賃貸プライマーＷＥＢサイトまで!

http://chintai.primer.ph

日系企業ならではの
ジャパン品質

不動産売買から内装、賃貸管理、Airbnb運用までフルサポート



物件購入時のサポートに加え、物件完成後の引渡し、空室・賃貸管理、Airbnb運用代行から売却まで、物件購入後のアフターフォローサービスもワンストップで提供。

フォーランド「Airbnb」運用代行サービス
「Airbnb」を活用して高収益を狙う

高収益 高稼働率 マカティやボニファシオ・グローバルシティの物件では通常賃貸時よりも高い収益性を実現しています。

Airbnb運用開始の準備から運営に必要な一連の業務を代行

部屋のコーディネート / 写真撮影 / ハウスマニュアル作成(英語) / 物件ページの作成(英語) / 物件ページの管理(英語) / 問合せ対応(英語) / 予約管理
ページ上位表示対策 / トラブル対応(英語) / 鍵受渡・部屋説明(英語) / 清掃・洗濯・備品補充 / レビュー管理(英語) / 収支報告 / 収益送金

お部屋のコーディネート、写真撮影、問合せ対応、清掃、収益最適化など各専門スタッフが責任を持って対応します。

FORELAND REALTY NETWORK

http://asia.foreland-realty.com/
info@foreland-realty.com (02) 528 3119
23F Tower 6789,6789 Ayala Avenue,1227 Makati City,Manila

フィリピン生活お役立ち!
プレスクール＆習い事リスト

プレスクール

Alabang
- EDITH International preschool ☎02-823-3129
- Toddlers Unlimited (スケート、アイスホッケー) ☎02-850-4064

Alabang, Makati, Manila
- Cambridge ☎02-844-8392

BGC
- International School Manila ☎02-840-8488
- Summit School ☎02-881-9032
- The British School Manila ☎02-860-4800
- The Little Gym ☎02-815-1735
- マミー・インターナショナル マニラ校 ☎02-807-2199 / 02-807-2178

Makati
- Casa Montessori International ☎02-810-9722
- Fun-D-Mentals Preschool ☎02-818-9764
- Family Partners Learning Center (F.P.L.C) ☎02-812-6062
- オイスカマニラ日本語幼稚園 ☎02-894-3114 日本語可

Paranaque
- German European School Manila (パレエ) ☎02-776-1000

Rockwell
- Happy hearts Preschool ☎02-897-8310

語学

Salcedo
- 倉田チュートリアル(英語) ☎02-813-7202 キッズ歓迎 日本語可
- マニラ学習塾 英会話教室(石川先生) ☎0906-356-6378 / 0949-413-4760 日本語可 キッズ歓迎

Manila
- まにら新聞カルチャーセンター (タガログ語) ☎0928-262-3961 日本語可
- WEXCEL ☎02-313-5443(英会話)

Makati
- Alliance Francaise de Manila (フランス語) ☎02-895-7585
- Basic English Camp ☎02-887-1863/0956-879-7597 日本語可
- Grand Line ☎0916-275-2428 日本語可
- PJ Link Language Center (英語) ☎02-832-5735 日本語可

Pasig
- Domuschola International School ☎02-635-9743 / 0918-947-9002

Quezon
- English Breakthrough (英語) ☎02-881-5455 日本語可

Ortigas
- UNMEI 日本語センター ☎02-584-7811 / 0916-236-3426 日本語可

アート

Pasig
- My Masterpiece マイマスターピース ☎0915-432-7439 キッズ歓迎

Salcedo
- Jolli jam arts ジョリジャムアーツ ☎02-392-6220 キッズ歓迎

塾

Salcedo
- Jolli jam arts ジョリジャムアーツ ☎0906-356-6378 / 0949-413-4760 キッズ歓迎

※詳しい内容については、各サークルへお問い合わせください。

不動産に関することは すべてJNPへ!





▶不動産物件を売りたい方、または探したい方のお手伝い
▶不動産購入の無料相談実施中
▶店舗仲介も実施中

お気軽にご連絡ください。

JNP REAL ESTATE CORP.

Unit 2801 Cityland Pasong Tamo Tower Inc. Makati City Philippines
TEL: 02-752-1733/
0905-721-3443(Globe)/
0947-520-6160(Smart)
MAIL : jnp-real-estate@billionaire-club.jp

MAP マラテ Q-2

since 1987 甚 KANEJIN

K PROPERTY BUSINESS MANAGEMENT SOLUTION INC.

フィリピンでの物件探しをお考えの方々に
20年以上の不動産歴をもつ日本人スタッフが
皆様の安全で快適な滞在をサポートします！

賃貸・売買
新築物件、中古物件

マカティ、ボニファッシオ、
マニラ、アラバンのマンション、
一戸建て、事務所など
取り扱っております。
法人設立やビザ申請に関しても
ご対応しております



電話 02-521-1151 to 52
メール info@kanejin.com URL プライマーかね甚 と検索!
営業時間 平日 9時~17時／土曜 9時~12時
住所 3-23B, Legaspi Towers 300, Roxas Blvd. cor. Vito Cruz, Malate Manila

LEECHIU PROPERTY CONSULTANTS

EXPAND YOUR OPTIONS



- テナント対策
- BPO用地選定
- リース事業
- 投資販売
- リサーチ&コンサルタント

2/F MAKATI SHANGRI-LA ARCADE, AYALA AVENUE CORNER WEST STREET, MAKATI CITY

DAVID LEECHIU
PRESIDENT & CEO
0918.910.5158
david@leechiu.com

LYLAH LEDONIO
EXECUTIVE DIRECTOR
0917.674.1688
lylah.ledonio@leechiu.com

www.leechiu.com

MAP マカティ C-3

アジア進出、事業拡大、起業をお考えのみなさまへ
日系レンタルオフィス CROSSCOOP



即入居可



GT Tower23階
3~30名用個室



●高速インターネット
煩わしい手続きは一切必要なし
●コミュニティ
入居企業様同士による情報交換や相互協力体制を促進
●会社登記
入居企業様の会社登記手続き代行サービス
駐在員事務所、現地法人ともに登記可能です
●日本人スタッフ常駐
どんなことでも親身に相談にのります

INCUBATION OFFICE CROSS COOP
Where you meet Asia's entrepreneurs, Chances, and Success!

CROSSCOOP MANILA
GT Tower International 23F
6813 Ayala Avenue (corner HV Dela Costa), 1227 Makati City, Philippines
Email:crc-ph@crosscoop.com Tel:+63-2-464-7100（担当：石井）



MAP マカティ C-4

エイブル

エイブルマニラ店

- お部屋をお探しの方
- お部屋をお貸ししたい方
- コンドミニアムの販売

お部屋・オフィスをお探しならお任せ下さい
日本国内800店舗　海外15店舗のネットワーク

☎63-2-551-1914 (高柳)　able-manila@kk-lead.co.jp
営業時間　平日9時～18時　※土曜日は事前にご連絡あればご案内できます。
8th Fl 111 Paseo de Roxas Bldg.111 Paseo de Roxas St, Legaspi Village Makati City,



MAP マカティ

DMCI HOMES
Feels real good to be home

フィリピン最大手建設会社 信頼と実績のDMCI HOMES

DMCI Homesは創業60年以上のフィリピン最大手の建築会社DMCIグループを母体とした、フィリピンを代表するコンドミニアム開発会社（ディベロッパー）です。
DMCIグループが建築会社として培ってきたノウハウは、住居だけでなく、有名ホテル、商業施設、高速道路スカイウェイやブルネイ王国の宮殿の建築を担うほどまでに世界的な評価を受けています。
DMCI Homesは不動産開発会社としてフィリピン国内最高位ライセンスAAAA（クアドラプルA）に国内で初めて認定され、海外での国際入札に対応出来るようになりました。

DMCI HOMESの強み

- 頭金なしで月々3万円から購入可能
- お問い合わせ、物件内覧、契約手続き全てを日本人スタッフが対応
- 賃貸管理部門が社内併設で安心
- 入居率が高いDMCI HOMESは資産運用・投資にも最適
- リタイアメントビザ取得のお手伝いもさせて頂きます

DMCI Homes
住所: 1321 Apolinario St. Brgy.Bangkal, Makati City, Philippines
Email: info@dmcihomes.jp
Web: www.dmcihomes.jp



プライマーにインタビュー
記事を掲載していただきました。
プライマー、DMCI、桐原
で検索してください

DMCI Homes特選物件

FAIRWAY TERRACES（フェアウェイテラセス）

場　　所：パサイ市
特　　徴：ビリヤモールゴルフコース隣
ニノイ・アキノ国際空港第3ターミナル、
リゾートワールドカジノ至近
完　　成：2019年2月
部屋タイプ：2ベッドルーム
最上階19階ペントハウス
広　　さ：56平米（バルコニー4平米含）
定　　価：5,992,000ペソ（1325万円）
現金一括割：5,473,200ペソ（1211万円）
※各種割引、支払方法有



マーケティングパートナー募集中。
詳細お問い合わせください。

フィリピン生活お役立ち! 趣味・余暇活動リスト

スポーツ

Alabang
▶Philippines Gymnastics and Athletics Academy ☎02-377-5461 キッズ歓迎

Alabang/Manila
▶SM Skating Rink (スケート、アイスホッケー) ☎02-800-0426 キッズ歓迎

Cavite
▶Two Wheelers (野球) ☎0929-894-3350 日本語可

Makati
▶極真空手道連盟 ☎0917-861-1022 / 0915-564-0063 日本語可
▶ELORDE BOXING GYM ☎02-710-2151
▶不動心 合気道 道場 ☎02-843-4410 / 0917-887-6373
▶MANILA HAPONS(ラグビー) ☎0998-985-2944(長田/Osada)日本語可
▶日本プロゴルフ協会中山プロ ゴルフスクール ☎0919-214-9777 日本語可
▶ACE STRIKES(男女バレーボール) ☎0917-899-5700(日本語可)(山内)
▶マニラ日本人会テニス同好会 ☎0920-914-4727 日本語可 日本人会
▶ZONE (バドミントン) ☎02-893-1600
▶マニラ熱血バトミントン部 ☎0905-497-7128
▶Perry Sovidal ballet (バレエ) ☎02-895-7812 / 0917-525-5370
▶THE BEST CENTER ザ・ベストセンター(総合) ☎02-372-3065 キッズ歓迎
▶The city club IGA(剣道) ☎0916-369-1218 日本語可
▶Makati 少林寺拳法マニラ支部(拳法) ☎0917-888-5249 日本語可
▶Makati The City Club IGA (剣道) ☎0916-369-1218 日本語可

Rockwell
▶Rockwell Club ロックウェルクラブ(総合) ☎02-450-2994 キッズ歓迎
▶Manila Bullets(男女バスケットボール) ☎0917-860-5194 日本語可

Taguig
▶Manila All Japan FC(サッカー) ☎0917-590-3342 日本語可
▶マニラブレッツ(バスケ) Jungo ☎09178605194 ✉yashima@it-tera.com

Ortigas
▶マニラ剣道クラブ ☎0917-825-9178 キッズ歓迎

Pasay
▶Agile Philippinesマニラバドミントンクラブ
Facebook:Agile Philippines - マニラバドミントンクラブ 日本語可

その他

Makati
▶マニラエクスプレス(日本ポップバンド) ☎0917-622-0898 日本語可
▶M Company (ポップ・ジャズダンス) ☎0917-622-0898 日本語可
▶マニラ日本人社交ダンス部 ☎0906-577-3925 、0917-622-0898
▶バレエ(ペリースタジオ) ☎0915-312-2980 日本語可
▶EUPHONY Music Center&Studio ユーフォニーミュージックセンター&スタジオ ☎02-844-5289 キッズ歓迎
▶YK Spa (ヒロット教室) ☎0906-508-0061 日本語可
▶Manila Glee Club(男性合唱団) ☎0908-306-0020 / 0999-882-1917 日本語可 日本人会
▶日本人会女声コーラス同好会 ラ・メール ☎0918-912-4606 日本語可 日本人会
▶Bicram Yoga ☎02-889-0126 / 0917-800-3512
▶日本人会コントラクトブリッジサークル ☎02-810-7909 メンバー募集 / 日本人会
▶Malubay Abacus / そろばん教室(渡邊先生)
☎0917-643-5023 / 0927-921-1349 日本語可 キッズ歓迎

Quezon
▶Tiny Kitchen タイニーキッチン ☎02-410-2279 ッズ歓迎

※詳しい内容については、各サークルへお問い合わせください。

Leopalace21 レンタルオフィス



ロケーション
ビジネス街マカティの中心地アヤラアベニューの一等地。

高速インターネット
インターネット回線は光回線 100MBPSを使用。
フィリピントップクラスの高速インターネット。

コワーキングスペース
1日からのご利用も可能。1日500ペソ。9時～18時まで利用可能。

新規進出支援
会社設立など進出にあたる手続きをサポート。

充実のプライベートオフィス
1名から20名様用のお部屋をご用意
バリエーション豊かなお部屋が1ヶ月から利用可能

レオパレス21 フィリピン
23F Tower6789, 6789
Ayala Avenue, Makati City
新着情報はフェイスブックからでもお届け!
leopalace21philippines
Tel: 0915-278-5090/0956-039-5577
日本語でお気軽にお問い合わせ下さい (担当:馬波(マナミ)、田中)
Homepage : leopalace21ph.com
Email : info@leopalace21ph.com
PEZA



新都心ボニファシオ・グローバル・シティで唯一の日系サービスオフィス
Marimo Serviced Office
サービスオフィス | シェアオフィス | 一日デスクプラン | レンタル会議室 | バーチャルオフィス【登記可能】



マリモサービスオフィス
Twenty Four Seven McKinley
*シンガポール大使館正面。1階にUnion Bankがあります。











marimo serviced office
営業時間／月～金 9:00～18:00
詳しくは、お電話・ホームページ・メールにて。日本語でお気軽にお問合せください。
TEL:+63(0)2-864-4100
http://www.marimo-realestate.com/
info@marimo-realestate.com
Marimo-realestate
住所 26F Twenty Four Seven McKinley, 24th Street, Corner 7th Avenue, Bonifacio Global City
PEZA PEZA認証ビル

プライマー企業配布を行っています!
※メトロマニラ内のみになります。

皆さまから嬉しいコメント続々届いています!

飲み会、歓送迎会の幹事を頼まれたとき、レストラン選びの参考にしています!

日本からお客様が来られた際に、地図ページをお渡しすると喜ばれます。

社内に1冊、閲覧用として保管しています。



申込み方法
下記を記入して
メールで送信!

件名: Office Delivery
本文: ①会社名(英語表記) ④TEL
②住所 ⑤担当者(英語表記)
③希望冊数(pcs)

申込み先アドレスはこちら!!
information@primer.ph

フィリピンで仕事探し求人情報

フィリピンで働きたい人必見!求人が見つかる!
フィリピンで求人数NO.1の求人サイト

フィリピンで働く事で、英語でのコミュニケーションスキルをアップさせたり、グローバルな雰囲気の中で仕事ができるのが大きな魅力です。フィリピンで働きたい人のための企業求人情報をご紹介しています。フィリピンで「キャリア」を作り、夢を実現させるチャンスを掴んでみませんか?

企業名 Sakura Japanese Language School Inc.

募集職種	日本人スタッフ	業種	日本語学校
勤務地	ラスピニャス	雇用形態	正社員
給与	月給45,000ペソ~55,000ペソ以上(能力に応ず)		
応募資格	心身ともに健康な日本人		
応募方法	下記にご連絡を下さい。		
TEL	携帯番号:63-917-805-6672 (質問がありましたら、メール・TELを下さい)		
担当者	藤本	メールアドレス	grandfuji06@yahoo.co.jp info@sakurajapaneseschool.com

企業名 Philippine Travel Factory, Inc.

募集職種	一般事務関連職	業種	観光業
勤務地	マニラ	雇用形態	正社員 (試用期間6ヶ月間)
給与	75,000~ペソ		
応募資格	以下の応募資格を満たした方 •心身共に健康な方 •PCの基本スキルがありインターネットを普段から使っている方 •長期で勤務可能な方 •35歳位までの方		
応募方法	下記メールアドレスに日本語・英語履歴書(顔写真付)をお送りください。 日本在住の方はSkype面接可能、書類選考通過者には、後日面接試験の詳細をご連絡させて頂きます。		
TEL			
担当者	鈴木	メールアドレス	manager@ptfmanila.com

企業名 Gulliver Integrated Outsourcing Inc.

募集職種	Eコマースサイト(現在20店舗運営中)のﾏｰｹﾃｨﾝｸﾞ業務	業種	WEBマーケティング
勤務地	マカティ	雇用形態	正社員 (本社正社員登用制度あり)
給与	経験・能力などを考慮の上、当社規定により決定いたします		
応募資格	ベンチャー精神を持ち、グローバルに活躍したい方。 入社後努力する気概のある方なら入社時の英語力は不問。		
応募方法	下記Eメールアドレスへ履歴書をお送りください。		
TEL			
担当者	採用担当者	メールアドレス	t.hirano@glv.ne.jp

企業名 Fujitsu Philippines Global Delivery Center

募集職種	ブリッジSE、プログラマー、システムエンジニア、ビジネスアナリスト、プロジェクトマネージャー、プロジェクトコーディネーター	業種	IT-BPO
勤務地	タギッグ・セブ	雇用形態	正社員
給与			
応募資格	・日本語スキルのあるプロフェッショナルを募集中 ・Javaもしくは.Netが分かる方(プログラマー)		
応募方法	ご興味のある方は履歴書をGDC.recruitment@ph.fujitsu.com に送信頂くか、もしくは月~金の午前8時から午後5時の間に Fujitsu Manila、Cebu オフィスまで訪問下さい。		
TEL	+632-793-7900 local 5672 / +63-926-638-4802 and +63-921-978-6375		
担当者	Mr. Christian Jeric Siena	メールアドレス	GDC.recruitment@ph.fujitsu.com

企業名 UNHOOP PHILIPPINES, INC

募集職種	日本人向けのカスタマーサポート・企画立案	業種	オンライン英会話
勤務地	マカティ (アヤラアベニュー沿い)	雇用形態	正社員 (6ヶ月間の試用期間有り)
給与	75,000ペソ~ ※試用期間中は上記より1,500ペソ少ない金額になります。		
応募資格	・20歳~35歳まで ・ある程度の日常英会話可能 ・会社の使命に共感できる方		
応募方法	履歴書(日本語)を下記Eメールアドレスへお送りください。		
TEL			
担当者	山本	メールアドレス	recruit@unhoop.com

企業名 Reli Tours & Travel Agency

募集職種	ビザ関連業務/カスタマー・サービス	業種	ビザ代理申請業務/ツアーコーディネート
勤務地	マニラ首都圏	雇用形態	勤務評定を前提に1年ごとの契約更新あり。
給与	額面50,000 - 55,000ペソ/月		
応募資格	•高卒以上 •忍耐強く、かつ学ぶ意欲があること。 •英語は特に必要としないが、できるならそれを評価に含める。 •1日に多数の人に応対することができ、かつ手続きに従って処理できること。 •基礎的なコンピュータの知識があること。		
応募方法	履歴書を連絡先およびrelitours@yahoo.comに送るか、 +63-2-867-3655か+63-917-811-5700に電話するか、直接 Dusitホテル事務所へ		
TEL	(+63)-2-894-1214 / (+63)-917-811-5700		
担当者	レナート・リリオ2世 Renato Lirio II	メールアドレス	dos_lirio@yahoo.com

企業名 JTB ASIA PACIFIC PHIL. CORP.

募集職種	旅行業	業種	内勤、斡旋、営業、添乗
勤務地	ボニファシオグローバルシティ	雇用形態	正社員(※試用期間あり)
給与	業界経験やキャリアを考慮し社内規定にて決定します。		
応募資格	•40歳までの方。 •旅行業経験お持ちの方、優遇。 •未経験の方大歓迎。 •今までのキャリアを活かし各部署で活躍中。		
応募方法	日本語と英語の履歴書(職務経歴書含む)を下記メールアドレスへご送付ください。 書類選考後、面接(日本にいらっしゃる方はスカイプ面接)のご連絡を致します。 ※履歴書などの個人情報書類は、選考後、当方で責任を持って処分させていただきます。 返却は出来兼ねますので、予めご了承ください。 【応募書類送付先】yamamoto_m.ph@jtbap.com 表題に『JTBフィリピン採用に応募　○○○○※お名前』を明記ください。		
TEL			
担当者	山本	メールアドレス	yamamoto_m.ph@jtbap.com

企業名 E-GUARDIAN PHILIPPINES INC

募集職種	カスタマーサポート	業種	サービス
勤務地	マカティ	雇用形態	正社員
給与	80,000ペソ~(試用期間70,000ペソ)		
応募資格	◆ビジネスレベルの英語力 ◆3年以上の社会人経験(新卒、第二新卒の方は要相談)		
応募方法	下記メールアドレスに日本語・履歴書をお送りください。 書類選考通過者には、後日面接日程の詳細をご連絡させて頂きます。		
TEL			
担当者	寺田	メールアドレス	dl-admin@e-guardian.ph

求人　プライマー　検索

フィリピンで求人数NO.1の求人サイトで、
幅広い求人情報を随時更新・紹介中!詳しくは求人プライマーＷＥＢサイトまで!
http://primer.ph/recruit/

ファイナンシャルアドバイザー募集中

QUESTOR CAPITAL

Questor Capitalでは、ファイナンシャルアドバイザー（マニラ）を現在募集中です。
パートタイム・フルタイム共に募集をしています。



・投資・銀行での運用サービス
・老後に向けたファイナンシャル設計
・生命保険・医療保険
・お子様の教育費積み立て

応募要件：英語で会話ができること・新しい出会いを楽しめる人
ファイナンシャルアドバイザーの経験は必須ではありませんが、
営業の経験がある方を優先いたします。

充実した研修サポートあり。
近日中に撮影した顔写真を添付した英文履歴書をcareers@questor-capital.comまでお送りください。

www.jp.questor-capital.com

人材紹介は全て

John Clementsにお任せください

フィリピン国内最大手の人材サービス企業John Clementsと
アジア最大規模の日系人材会社パーソルホールディングス（旧テンプホールディングス）が事業を提携

JC John Clements Your Partner for Life. | PERSOL PHILIPPINES





ーJohn Clements/PERSOL Philippinesの強みー

高品質のサービス保証　採用マーケット情報のご提供
人材採用の課題解決　国内外ネットワーク

採用人事をさらに増やし人材採用をサポートしております！

John Clements. Recruitment,Inc. PERSOL PHILIPPINES JAPAN DESK
（パーソルホールディングス【PERSOL】パートナー企業）
※パーソルホールディングス（旧社名：テンプホールディングス）は、JohnClements社と事業提携をしております。

電話　02-884-1169 / 02-884-1418 / 0917-621-5369（澤渡）日本語・英語対応可
携帯　0917-828-5134（田渕）
tabuchi@johnclements.com • sawatari@johnclements.com



田渕



澤渡

MAP マカティ D-3

SAGASS
サガスフィリピン●日系人材紹介会社
SAGASS Consulting

フィリピンでの
お仕事探しなら、
当社へ
ご相談下さい



Unit 2402, 24th/Floor, 139, Corporate Center
Valero Street, Salcedo Village, Makati City 1227
☎02-893-8815 日本人担当：田中／フィリピン人担当：Fri(Ms.)
E-mail: jph@sagass.com Web: www.sagass.com.ph

FUJITSU
shaping tommorrow with you

日本語スキルのあるプロフェッショナルを募集中

- ブリッジSE
- プログラマー
- システムエンジニア
- ビジネスアナリスト
- プロジェクトマネージャー
- プロジェクトコーディネーター

Apply Now!

+632 793 7900 FujitsuPGDC
GDC.recruitment@ph.fujitsu.com
11F Net Square Bldg. 3rd Ave. 28th St. Crescent Park West, BGC, Taguig City, 1634
12F Ayala Center Cebu Tower, Cebu Business Park, Brgy. Hipodromo, Cebu City, Cebu, 6000

MAP オルティガス O-5

PHIL CORP NOS
NOSPHIL Consultancy and Manpower Services Inc.



フィリピンで30年近い実績と経験から人材をサポート!

比国内向け派遣業務 (DOLE LICENSE No. NCR-PFO-78101-102616-151R.)
NOSPHIL CONSULTANCY AND MANPOWER SERVICES INC
●フィリピン国内の建設プロジェクト向け技術者、現場監督、アドミ要員、ワーカーの派遣
●女性オフィススタッフの派遣（経理・人事・総務・秘書・エンジニア等）…派遣社員ベース
Tel: +63-2-687-1978 Fax: +63-2-687-1979 URL: www.nosphil.com.ph

海外向け派遣業務 (POEA LICENSE No.124-LB-091014-R; DOLE PEA LICENSE NO.M-15-08-076)
PHILNOS CORPORATION
●海外の建設プロジェクト向け技術者、現場監督、アドミ要員、ワーカーの派遣

▶主な派遣先
【中 近 東】 カタール・サウジアラビア・オマーン・バーレーンドバイ・クエート・イラク・シリア
【アフリカ】 ナイジェリア・アルジェリア・ケニヤ
【東南アジア】 パキスタン・バングラディシュ・タイ・インドネシア・インド・シンガポール
ベトナム・ミャンマー・マレーシア・台湾・フィリッピン・日本
【そ の 他】 ロシア（サファリン）

海外向け派遣Tel: +63-2-638-9499/9498 Fax: +63-2-687-1979
URL: www.philnos.com.ph

フィリピン人の人材派遣専門会社
英語に堪能なフィリピン人スタッフの派遣は当社にお任せください

日本人担当：角田までご連絡ください。 E-mail：y.tsunoda@nosco.co.jp
3F OAC BUILDING, 27 SAN MIGUEL AVENUE, ORTIGAS CENTER, PASIG CITY

日本でフィリピン人を雇用されたい方は、私たちにご相談ください!
【実績】2017年は1,346名のフィリピン人技能実習生を送り出しました。





<日本で実習を行う比人技能実習生>

日本への技能実習生、エンジニアの人材派遣はお任せください。
政府機関のフィリピン海外雇用局(POEA)から認定されているフィリピン人人材派遣会社、プルデンシャル・エンプロイメント・エイジェンシー。

私たちが選ばれる理由は、日本側の協同組合や技能実習生たちと常に連絡を取り合って、全ての業務を迅速に対応するためです。

<私たちの特徴>
●誠実な事業運営および正確なコミュニケーションを行い、期日・約束を守ります
●6名の日本人スタッフがフィリピンに常駐し、迅速な書類作成の対応が可能です。
●きめ細かな事前日本語教育の実施します(4ヶ月間合宿研修)
●日本人教師が、10名在籍しています。

姉妹会社である、さくら日本語学校において、出国前の事前研修を4ヶ月間に渡り実施します。日本語、マナー、ルール、日本の文化、コミュニケーション等を厳しく合宿研修にて指導しています。
送り出し先の企業様からは、ご好評をいただいております。

PRUDENTIAL EMPLOYMENT AGENCY, INC.
TEL: 02-403-2823 / 871-1625
日本語対応可:0917-651-6076 (Globe)/
0998-588-6187 (Smart)

POEA License: POEA-066-LB-072414-R
E-mail:
info@prudentialemployment.com
住所:Units E, F & H, 2nd Floor, Miki Mari Building,
Sta. Cecilia Road, Talon 2, Las Pinas City. Metro Manila



J-K NETWORK
MANPOWER SERVICES

J-K NETWORK
RECRUITMENT SERVICES
AND CONSULTANCY, INC.

J-K Network Manpower Services.
J-K Network Recruitment Services
And Consultancy, Inc.

求職者の皆様へ ご希望に応じて色んなお仕事をご紹介できます!
企業の皆様へ 豊富なデーターベースからご希望の要件を満たす人材のご紹介が可能です!





外国人紹介部門のトップパートナーとして
フィリピン国内の多くの企業様から表彰されています。
名実ともにフィリピンの
トップベンダーとして活躍している
フィリピンを代表する人材紹介会社です。
(2017年4月末現在の**客先企業数約250社以上**)
今後も皆様に貢献して参ります!

●年中無休
●毎日8:30から23:00まで営業しています。
●弊社がご紹介できる人材

日本人、韓国人、中国人、タイ人、インドネシア人、ベトナム人等アジアの人材
ヨーロッパの人材、その他、世界中の人材が登録

●お仕事をお探しの方は下記までご連絡ください。
jkmanpower@jp-network-e.com
電話:02-932-0963
グローブ携帯:0936-973-4028
●人材をお探しの企業様は下記までご連絡ください。
jkhr@jp-network-e.com
電話:02-932-0963
グローブ携帯:0917-813-9678

Unit 3 IJKLM 3rd Floor Crissant Plaza Building No. 272 Commonwealth Avenue Old Balara, Quezon City, Philippines

☎02-932-0963 | jkmanpower.jp-network-e.com

MOBILE グローブ: 0916-493-1663 / 0936-973-4185 / 0936-973-4028 / 0936-973-4186
スマート: 0929-315-9901

(求職者用ページ)
日本語ページ:http://jkmanpower.jp-network-e.com/forApplicants_ja
中国語ページ:http://jkmanpower.jp-network-e.com/forApplicants_zh-CN
韓国語ページ:http://jkmanpower.jp-network-e.com/forApplicants_ko
英語ページ:http://jkmanpower.jp-network-e.com/

(求人企業用ページ)
日本語ページ:http://jkmanpower.jp-network-e.com/forClients_ja
中国語ページ:http://jkmanpower.jp-network-e.com/forClients_zh-CN
韓国語ページ:http://jkmanpower.jp-network-e.com/forClients_ko
英語ページ:http://jkmanpower.jp-network-e.com/forClients

MAP マカティ C-3



人材紹介は、REERACOEN!

【お問合せ先（企業様向け）】
Tel: 0906-493-2364
E-mail: info@reeracoen.com.ph

【お問合せ先（求職者様向け）】
Tel: 0927-273-9183
E-mail: info@reeracoen.com.ph

REERACOEN
REERACOENは
ネオキャリアグループです。

Tel: 02-893-7276（総合受付）
Web：http://reeracoen.asia/
Address：6th Floor, First Life Center, 174 Salcedo Street, Legaspi Village, Makati City, 1229, Philippines

フィリピン生活お役立ち！ ビジネスリスト

ビジネス

AAB Philippines Inc. / Makati
☎ 02-218-3535

ABLE CAR / Makati
☎ 02-919-0268/0917-712-7310

BBMAX / Makati
☎ 02-833-8952 / 02-729-8708

BDO / Makati
☎ 02-663-4001(日本語対応)

CHANNEL BOX / Parañaque
☎ 0916-222-2499/0999-345-2369

CROWN LINE / Parañaque
☎ 999-436-6907

Digistamp / Branch
☎ 0939-959-4850/0917-848-8332

Genalyn / Alabang
☎ 0906-3463-754

International Elevator & Equipment / Muntinlupa
☎ 02-552-3688

KANSAI PAINT / Laguna
☎ 0917-545-3259

KDDI Philippines Corporation / Makati
☎ 02-831-1365 / 02 831-1366

KOKUYO / Makati
☎ 0915-700-3161（日本語対応）/ 02-633-7526

MATSUO&NAMBA / Makati
☎ 02-892-3011/02-892-302（日本語対応）

Metrobank / Makati
☎ 02-8575-5319

Mirai / Laguna
☎ 049-523-8865

MK Sim Card / Alabang
☎ 0916-222-2499(日本語対応) /
0999-345-2369(日本語対応) /
0995-002-7000(英語対応)

Mr. Printer / Makati
☎ 02-893-3671

NAGASE / Makati
☎ 02-750-2933

NIKKEI / China
☎ 852-2598-1771（日経中国社）

Nippon Express / BGC
☎ 02-403-1106(日本語対応)

NVES / Laguna
☎ 0908-810-3210 / 0917-678-7379(日本語対応)

OCS / Makati
☎ 894-0341/817-8282

Orise / San Juan
☎ 02-750-8803

Panasonic Eco / Makati
☎ 02-886-6291 to 94

Renergy System / Ortigas
☎ 02-655-7912/02-949-4615

Rise / Makati
☎ 0995-614-8196

Ryowa Trading / Makati
☎ 0906-405-2556/02-400-6728

Sagawa / Manila
☎ 02-822-9911/02-776-2627（日本語対応）

Sta Ana Import Export Inc / Makati
☎ 02-843-1322/02-889-0049

Sun Logistic
☎ 0918-963-0156(日本語対応) /
0918-942-4351

SHARP E COPY / Makati
☎ 0916-236-4678/
02-525-9911 loc 104/105
521-8942 / 521-2574

Techbox internatonal.inc
☎ 0977-241-4630（日本語対応）

TPSC Philippines Corporation（東芝プラントシステム）
☎ 02-625-5834

Transtech
☎ 03-3522-8108（日本から）

UCHIDA / Singapore
☎ 852-2877-3663

VALUE ASIA / Makati
☎ 0917-817-6549（日本語対応）/ 02-511-0781

WEB MAKATI / Makati
☎ 02-576-2936

Yamato Logistic / Parañaque
☎ 02-851-7565

Yasuragino Sato / Pasay
☎ 025-834-7777 / 0998-842-2437（日本語対応）

不動産

ABLE / Makati
☎ 02-551-1914

Biz Cube / Ortigas
☎ 02-534-8462

CrossCoop / Makati
☎ 02-464-7100

DMCI HOMES / Makati
☎ 02-555-7700

JNP / Makati
☎ 02-752-1733/0977-676-7815

Foreland / Makati
☎ 02-528-3119

Kanejin / Makati
☎ 02-521-1151/52

Leechiu Property / Makati
☎ 02-888-8111

Leopalace21 / Makati
☎ 0915-278-5090/
0905-497-7128（日本語対応）

Marimo Real Estate Philippines Inc / BGC
☎ 02-864-4100

TT&V Consultancy Inc. / Makati
☎ 905-446-1672

リクルート

Fujitsu Phils. / Taguig
☎ 02-841-8488

J-K Manpower / Quezon
☎ 02-932-0963

John Clements Recruitment Inc. / Makati
☎ 0917-828-5134（田渕）日本語・英語対応可

NOSPHIL / Ortigas
☎ 02-687-1978

PRUDENTIAL EMPLOYMENT / Parañaque
☎ 02-403-2823/871-1625

Questor Capital / Kuala Lumpur
☎ 603-2301-0922

Reeracoen Recruitment Co., Ltd / Makati
☎ 02-893-7282

Sagass / Makati
☎ 02-893-8815

Tiger Resorts / Entertainment City
jobs.okadamanila.com



Philippines

Metro Manila

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



Intramuros / Roxas Boulevard

イントラムロス／ロハス・ブルバード

旅行者の目を楽しませる
スペイン情趣あふれる街並み

Malate

マラテ ▶Map ④

マニラ湾沿いに広がる地域で、
飲食店やホテルも多く
観光客に人気のスポット。



Pasay

パサイ ▶Map ⑤

ニノイ・アキノ国際空港があるこの街には、
通称MOAと呼ばれるアジア最大級の
大きさを誇るショッピングモールが有名。





Entertainment City

エンターテイメント・シティ

カジノを中心としたリゾート施設が立ち並ぶ。



Makati

マカティ ▶Map ①

高層ビルが立ち並ぶ
フィリピン随一の近代エリア。
買い物天国として有名！
洒落たカフェやレストランも多い。



Quezon City

ケソン・シティ ▶Map ⑦

元首都の面影を残す、
歴史とエンターテイメントの街

Eastwood

イーストウッド

音楽を楽しみながら
飲み明かすならココ！
近代的総合コミュニティー



Greenhills

グリーンヒルズ

掘り出し物をもとめる
地元客で連日大賑わい！
賢く使いたい
おすすめスポット





Ortigas

オルティガス ▶Map ③

マカティに次ぐビジネスセンター。
駅前のメガモールには
韓国・日本人留学生が集まる

Bonifacio Global City

ビージーシー ▶Map ②

欧米系の駐在員家族や
地元のハイエンドな方々を
ターゲットにした高級感溢れるエリア





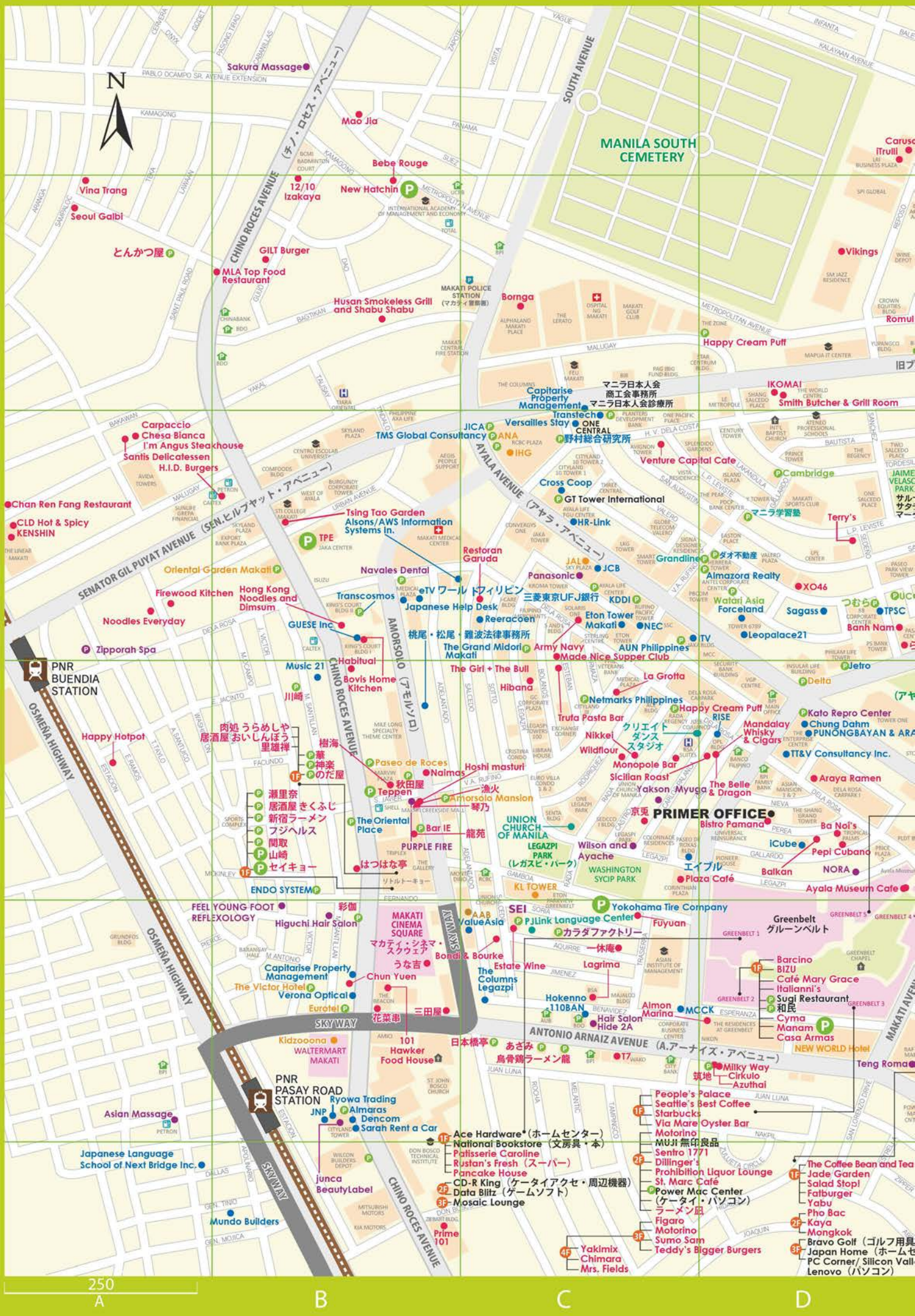
Alabang

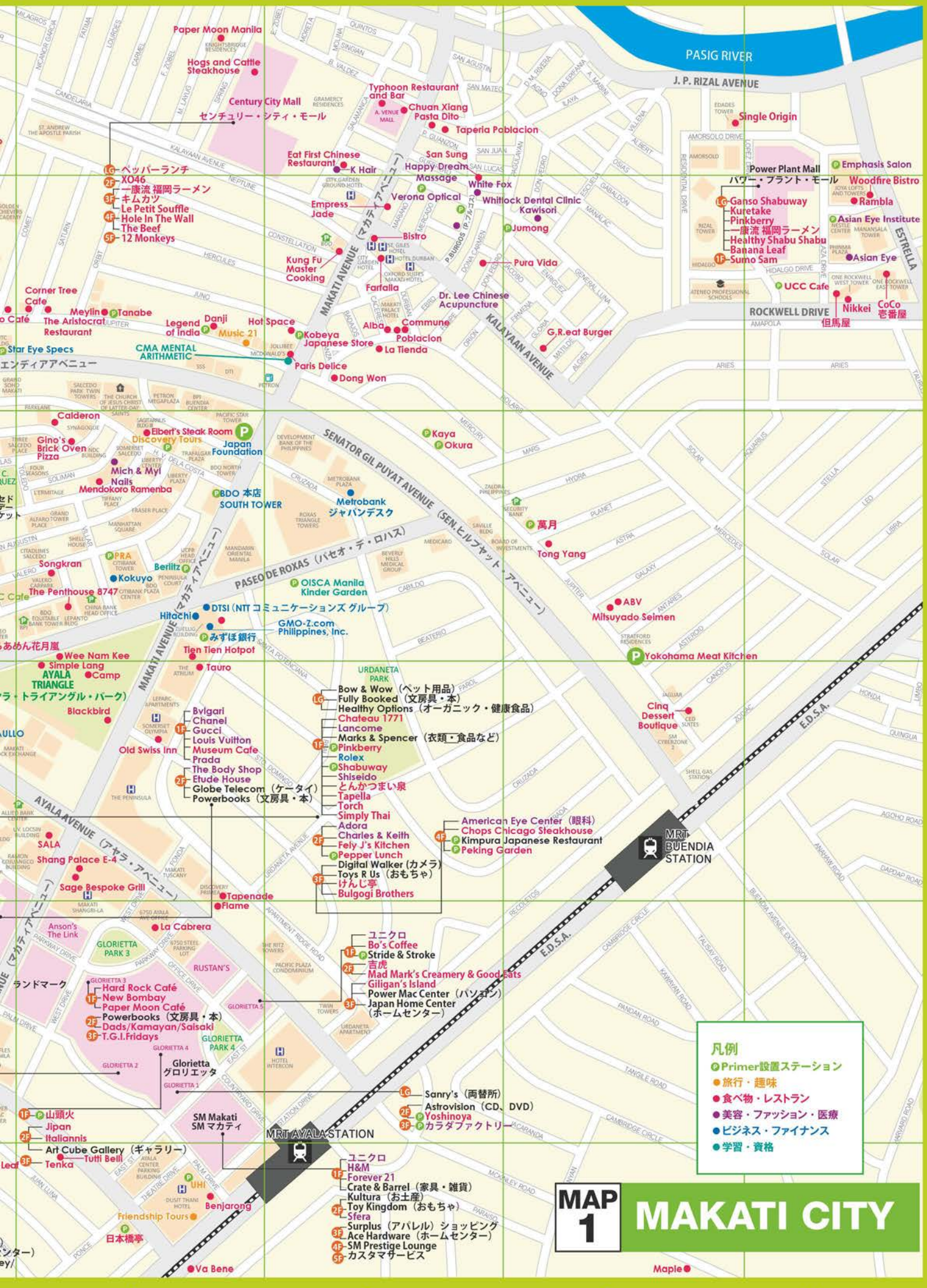
アラバン ▶Map ⑥

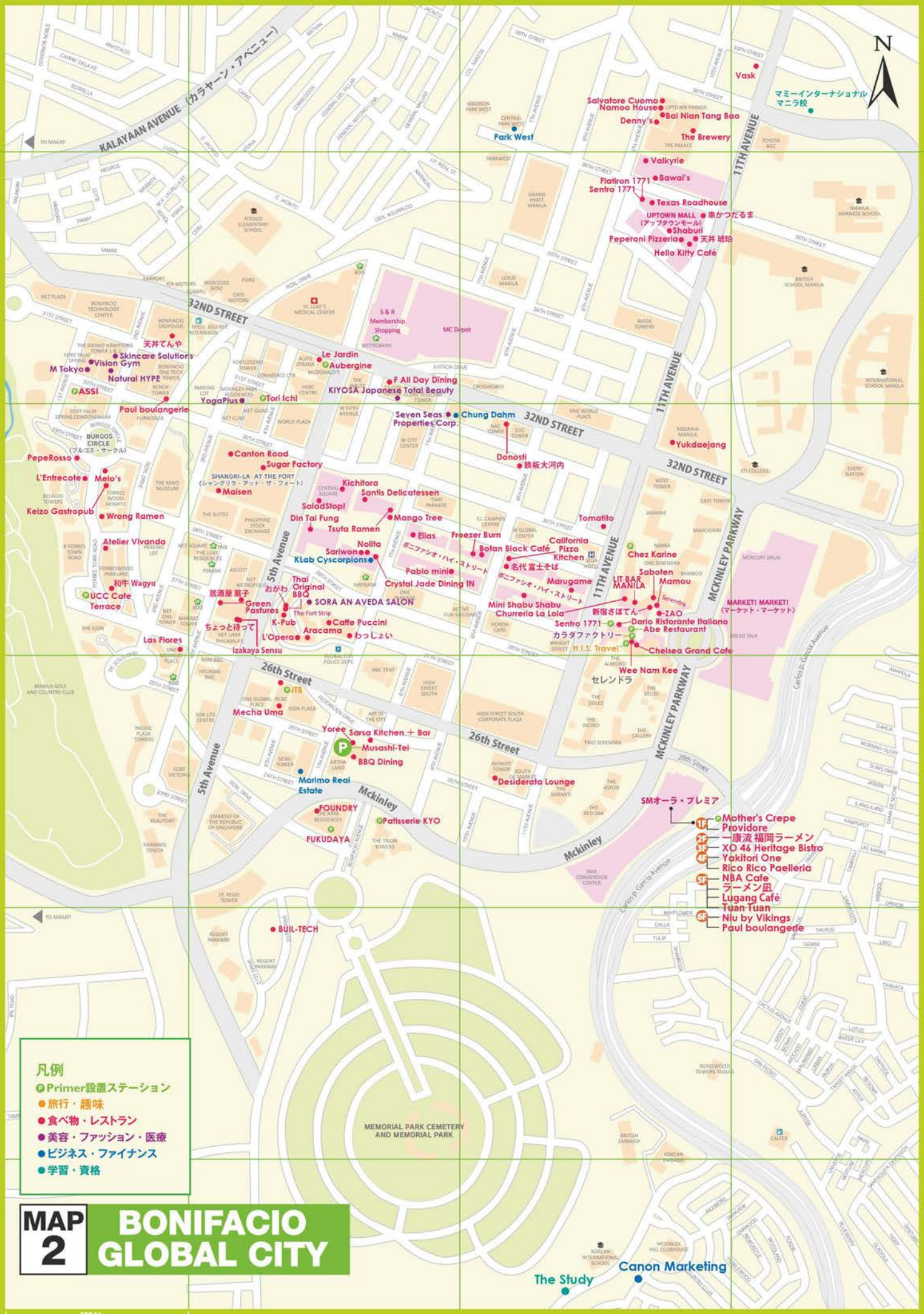
ゆったりとした時間が流れる
メトロマニラ西の高級ベットタウン



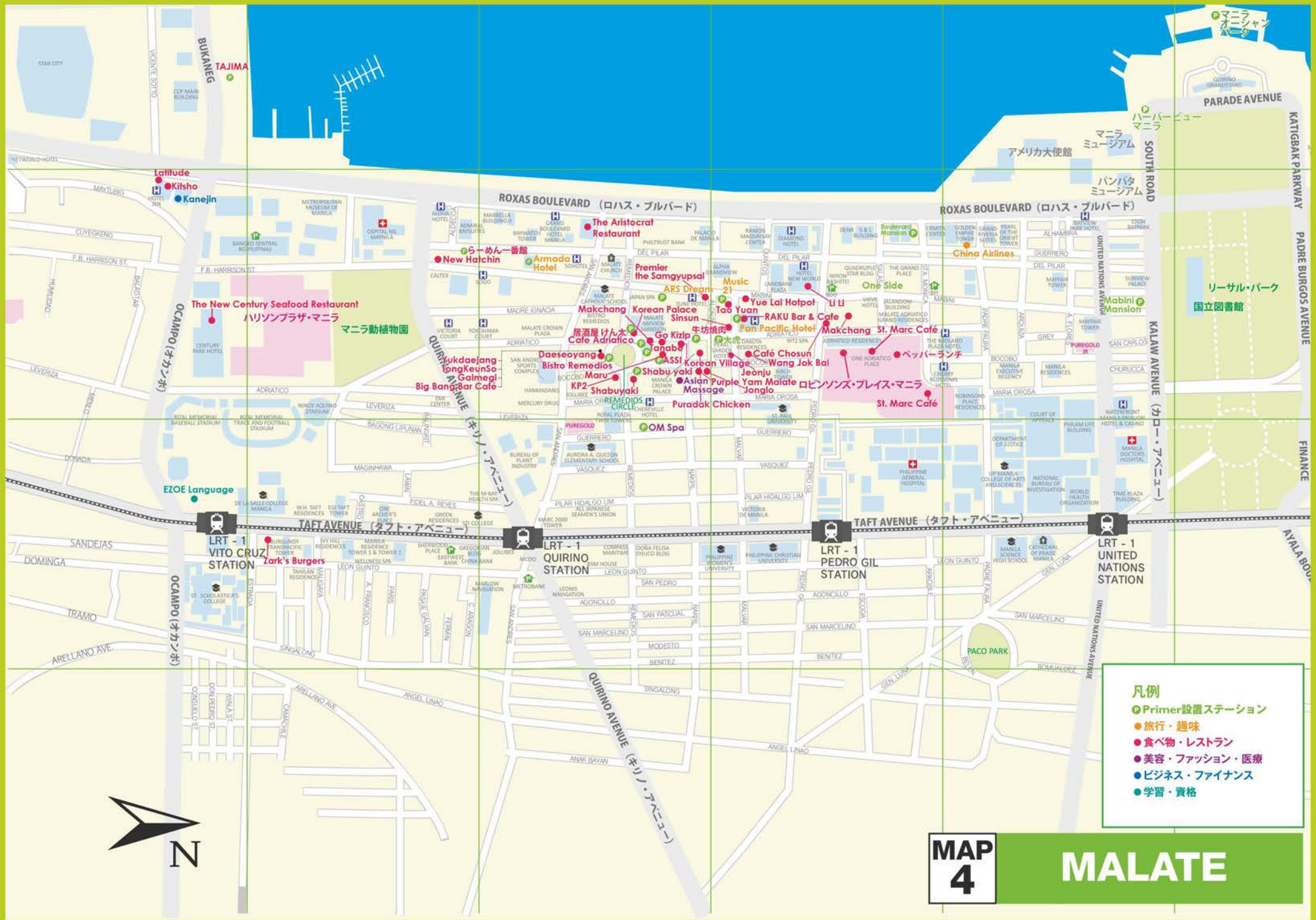
Caloocan City (North)
Navotas City
Valenzuela City
Quezon City
Malabon City
Caloocan City
Marikina City
Manila City
San Juan City
Pasig City
Mandaluyong City
Makati City
Pasay City
Pateros City
Taguig City
Parañaque City
Las Piñas City
Muntinlupa City

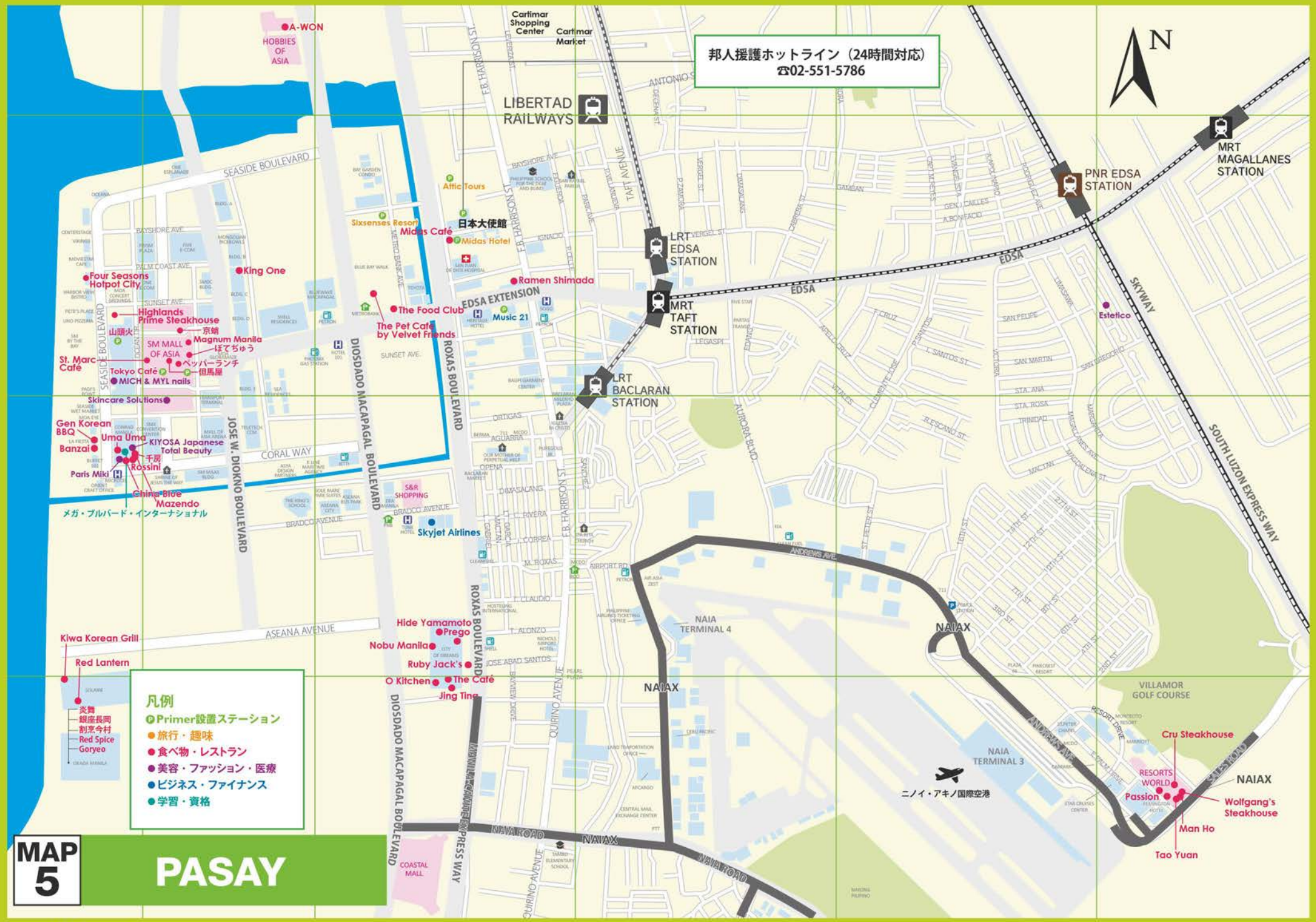

A
B
C
D
1
2
3
4
5
6
N
MANILA SOUTH CEMETERY
CHINO ROCES AVENUE (チノ・ロセス・アベニュー)
SOUTH AVENUE
AYALA AVENUE (アヤラ・アベニュー)
SENATOR GIL PUYAT AVENUE (SEN.ヒルプヤット・アベニュー)
OSMEÑA HIGHWAY
AMORSOLO (アモルソロ)
SKY WAY
ANTONIO ARNAIZ AVENUE (A.アーナイス・アベニュー)
MAKATI AVENUE
METROPOLITAN AVENUE
PABLO OCAMPO SR. AVENUE EXTENSION
PNR BUENDIA STATION
PNR PASAY ROAD STATION
MAKATI CINEMA SQUARE
マカティ・シネマ・スクウェア
PRIMER OFFICE
UNION CHURCH OF MANILA
LEGAZPI PARK (レガスピ・パーク)
KL TOWER
WASHINGTON SYCIP PARK
PURPLE FIRE
Sakura Massage
Mao Jia
Bebe Rouge
New Hatchin
12/10 Izakaya
Vina Trang
Seoul Galbi
とんかつ屋
GILT Burger
MLA Top Food Restaurant
Husan Smokeless Grill and Shabu Shabu
MAKATI POLICE STATION (マカティ警察署)
Borgna
Vikings
Happy Cream Puff
IKOMAI
Smith Butcher & Grill Room
Capitarise Property Management
マニラ日本人会 商工会事務所
マニラ日本人会診療所
Transtech
Versailles Stay
ONE CENTRAL
JICA
ANA
TMS Global Consultancy
IHG
野村総合研究所
Venture Capital Cafe
Cambridge
Carpaccio
Chesa Bianca
I'm Angus Steakhouse
Santis Delicatessen
H.I.D. Burgers
Chan Ren Fang Restaurant
CLD Hot & Spicy
KENSHIN
Cross Coop
GT Tower International
HR-Link
マニラ学習塾
Terry's
Tsing Tao Garden
Alsons/AWS Information Systems In.
TPE
Restoran Garuda
Oriental Garden Makati
Navales Dental
JAL
JCB
Panasonic
Grandline
Almazora Realty
XO46
Firewood Kitchen
Hong Kong Noodles and Dimsum
Noodles Everyday
Transcosmos
eTV ワールド フィリピン
Japanese Help Desk
三菱東京UFJ銀行
KDDI
Watari Asia
Forceland
Sagass
TPSC
Banh Nam
Leopalace21
GUESE Inc
桃尾・松尾・難波法律事務所
Eton Tower Makati
NEC
TV
Zipporah Spa
The Grand Midori Makati
Army Navy
AUN Philippines
Made Nice Supper Club
Habitual
Music 21
Bovis Home Kitchen
The Girl + The Bull
Hibana
La Grotta
Delta
Jetro
川崎
Netmarks Philippines
Happy Cream Puff
RISE
Kato Repro Center
Chung Dahm
PUNONGBAYAN & ARA
Truta Pasta Bar
クリエイト ダンス スタジオ
Mandalay Whisky & Cigars
TT&V Consultancy Inc.
Happy Hotpot
肉処 うらめしや
居酒屋おいしんぼう
里雄禅
樹海
華
神楽
のだ屋
Paseo de Roces
Naimas
Hoshi masuri
秋田屋
Teppen
漁火
Amorsolo Mansion
琴乃
Nikkei
Wildflour
Monopole Bar
Sicilian Roast
Yakson
Myuga
The Belle & Dragon
Araya Ramen
瀬里奈
居酒屋 きくふじ
新宿ラーメン
フジヘルス
間取
山崎
セイキョー
The Oriental Place
Bar IE
龍苑
京兎
Bistro Pamana
Ba Noi's
iCube
Pepi Cubano
NORA
Balkan
エイブル
Plaza Café
Ayala Museum Cafe
ENDO SYSTEM
リトルトーキョー
FEEL YOUNG FOOT REFLEXOLOGY
彩伽
Higuchi Hair Salon
SEI
Yokohama Tire Company
PJLink Language Center
カラダファクトリー
Fuyuan
Greenbelt グリーンベルト
AAB
ValueAsia
Bondi & Bourke
Estate Wine
The Columns Legazpi
休庵
Lagrima
Barcino
BIZU
Café Mary Grace
Italianni's
Sugi Restaurant
和民
Capitarise Property Management
The Victor Hotel
Verona Optical
Chun Yuen
うな吉
Eurotel
三田屋
花菜串
Hokenno
110BAN
Almon Marina
MCCK
Hair Salon Hide 2A
Cyma
Manam
Casa Armas
NEW WORLD Hotel
Kidzooona
WALTERMART MAKATI
101 Hawker Food House
日本橋亭
あざみ
烏骨鶏ラーメン龍
T7
Milky Way
Cirkulo
Azuthai
筑地
Teng Roma
Asian Massage
Ryowa Trading
JNP
Almaras
Dencom
Sarah Rent a Car
People's Palace
Seattle's Best Coffee
Starbucks
Via Mare Oyster Bar
Motorino
MUJI 無印良品
Sentro 1771
Dillinger's
Prohibition Liquor Lounge
St. Marc Café
Power Mac Center (ケータイ・パソコン)
ラーメン凪
Figaro
Motorino
Sumo Sam
Teddy's Bigger Burgers
Yakimix
Chimara
Mrs. Fields
Ace Hardware (ホームセンター)
National Bookstore (文房具・本)
Patisserie Caroline
Rustan's Fresh (スーパー)
Pancake House
CD-R King (ケータイアクセ・周辺機器)
Data Blitz (ゲームソフト)
Mosaic Lounge
Japanese Language School of Next Bridge Inc.
junca BeautyLabel
Mundo Builders
Prime 101
The Coffee Bean and Tea
Jade Garden
Salad Stop!
Fatburger
Yabu
Pho Bac
Kaya
Mongkok
Bravo Golf (ゴルフ用具)
Japan Home (ホーム)
PC Corner/ Silicon Vall
Lenovo (パソコン)
250

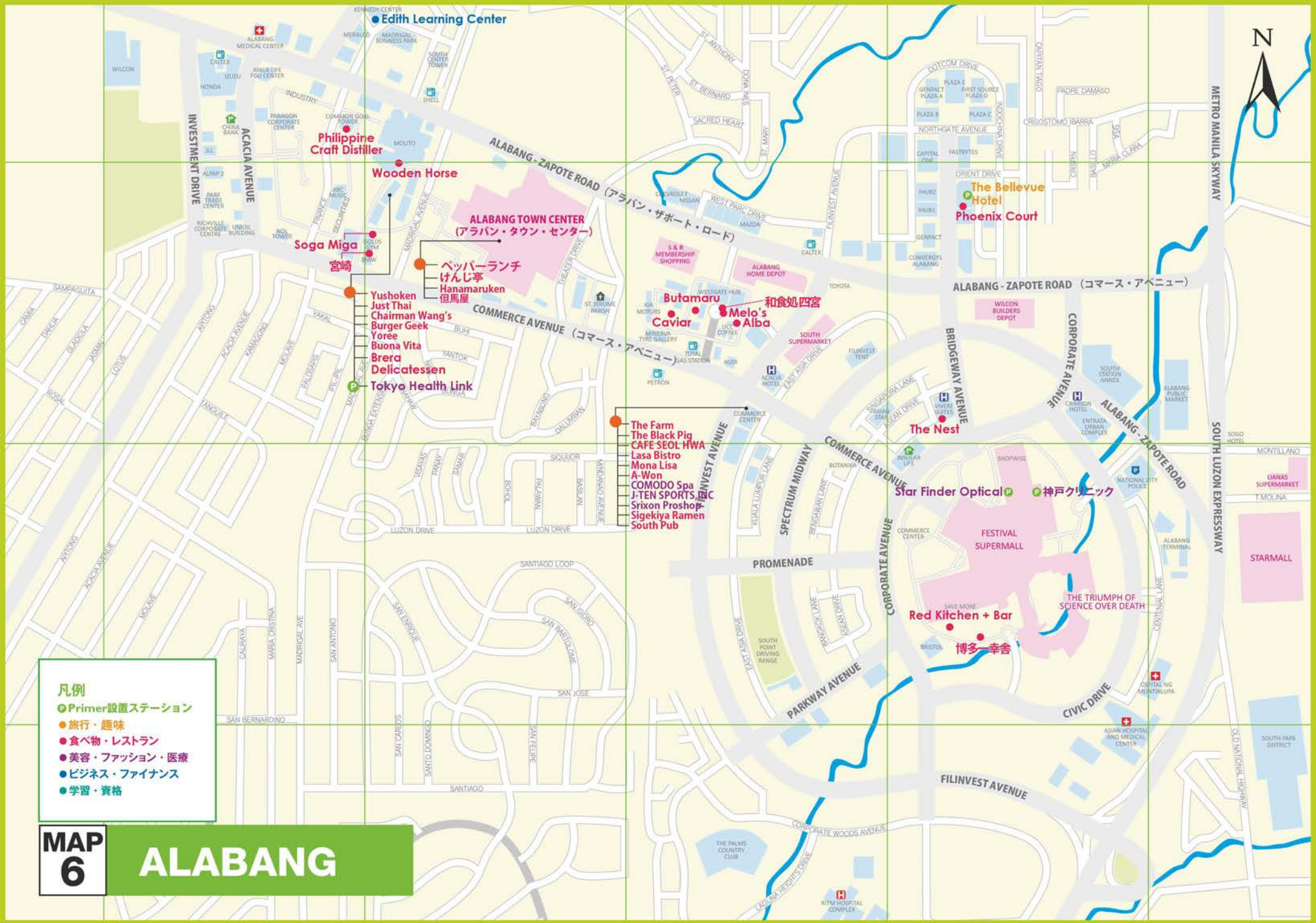

E F G H
1 2 3 4 5 6
PASIG RIVER
J. P. RIZAL AVENUE
MAKATI AVENUE (マカティ・アベニュー)
KALAYAAN AVENUE
SENATOR GIL PUYAT AVENUE (SEN. ヒルプヤット・アベニュー)
PASEO DE ROXAS (パセオ・デ・ロハス)
AYALA AVENUE (アヤラ・アベニュー)
ROCKWELL DRIVE
ESTRELLA
E.D.S.A.
Paper Moon Manila
Hogs and Cattle Steakhouse
Century City Mall センチュリー・シティ・モール
Typhoon Restaurant and Bar
Chuan Xiang
Pasta Dito
Taperia Poblacion
Single Origin
Eat First Chinese Restaurant
K Hair
San Sung
Happy Dream Massage
White Fox
Verona Optical
Empress Jade
Whitlock Dental Clinic
Kawisori
Jumong
Power Plant Mall パワー・プラント・モール
Emphasis Salon
Woodfire Bistro
Rambla
Ganso Shabuway
Kuretake
Pinkberry
一康流 福岡ラーメン
Healthy Shabu Shabu
Banana Leaf
Sumo Sam
Asian Eye Institute
Asian Eye
UCC Cafe
Nikkei 但馬屋
CoCo 壱番屋
Bistro
Kung Fu Master Cooking
Pura Vida
Farfalla
Dr. Lee Chinese Acupuncture
Corner Tree Cafe
Meylin
Tanabe
The Aristocrat Restaurant
Legend of India
Danji
Music 21
Hot Space
Kobeya Japanese Store
Alba
Commune
Poblacion
La Tienda
G.R.eat Burger
Star Eye Specs
CMA MENTAL ARITHMETIC
Paris Delice
Dong Won
Calderon
Elbert's Steak Room
Discovery Tours
Japan Foundation
Gino's Brick Oven Pizza
Mich & Myl Nails
Mendokoro Ramenba
Kaya
Okura
BDO 本店 SOUTH TOWER
Metrobank ジャパンデスク
萬月
Tong Yang
ABV
Mitsuyado Seimen
Yokohama Meat Kitchen
Songkran
PRA
Berlitz
Kokuyo
The Penthouse 8747
OISCA Manila Kinder Garden
DTSI (NTT コミュニケーションズ グループ)
Hitachi
GMO-Z.com Philippines, Inc.
みずほ銀行
Tien Tien Hotpot
Tauro
Wee Nam Kee
Simple Lang
Camp
AYALA TRIANGLE
Blackbird
URDANETA PARK
Bow & Wow（ペット用品）
Fully Booked（文房具・本）
Healthy Options（オーガニック・健康食品）
Chateau 1771
Lancome
Marks & Spencer（衣類・食品など）
Pinkberry
Rolex
Shabuway
Shiseido
とんかつまい泉
Tapella
Torch
Simply Thai
Adora
Charles & Keith
Fely J's Kitchen
Pepper Lunch
Digital Walker（カメラ）
Toys R Us（おもちゃ）
けんじ亭
Bulgogi Brothers
Bvlgari
Chanel
Gucci
Louis Vuitton
Museum Cafe
Prada
The Body Shop
Etude House
Globe Telecom（ケータイ）
Powerbooks（文房具・本）
Old Swiss Inn
American Eye Center（眼科）
Chops Chicago Steakhouse
Kimpura Japanese Restaurant
Peking Garden
Cinq Dessert Boutique
MRT BUENDIA STATION
SALA
Shang Palace E-4
Sage Bespoke Grill
Tapenade
Flame
La Cabrera
Anson's The Link
GLORIETTA PARK 3
RUSTAN'S
ユニクロ
Bo's Coffee
Stride & Stroke
吉虎
Mad Mark's Creamery & Good Eats
Giligan's Island
Power Mac Center（パソコン）
Japan Home Center（ホームセンター）
Hard Rock Café
New Bombay
Paper Moon Café
Powerbooks（文房具・本）
Dads/Kamayan/Saisaki
T.G.I.Fridays
GLORIETTA PARK 4
Glorietta グロリエッタ
Sanry's（両替所）
Astrovision（CD、DVD）
Yoshinoya
カラダファクトリー
山頭火
Jipan
Italiannis
Art Cube Gallery（ギャラリー）
Tutti Belli
Tenka
SM Makati SM マカティ
MRT AYALA STATION
ユニクロ
H&M
Forever 21
Crate & Barrel（家具・雑貨）
Kultura（お土産）
Toy Kingdom（おもちゃ）
Sfera
Surplus（アパレル）ショッピング
Ace Hardware（ホームセンター）
SM Prestige Lounge
カスタマサービス
UHI
Benjarong
Friendship Tours
日本橋亭
Va Bene
Maple
凡例
Primer設置ステーション
旅行・趣味
食べ物・レストラン
美容・ファッション・医療
ビジネス・ファイナンス
学習・資格
MAP 1
MAKATI CITY

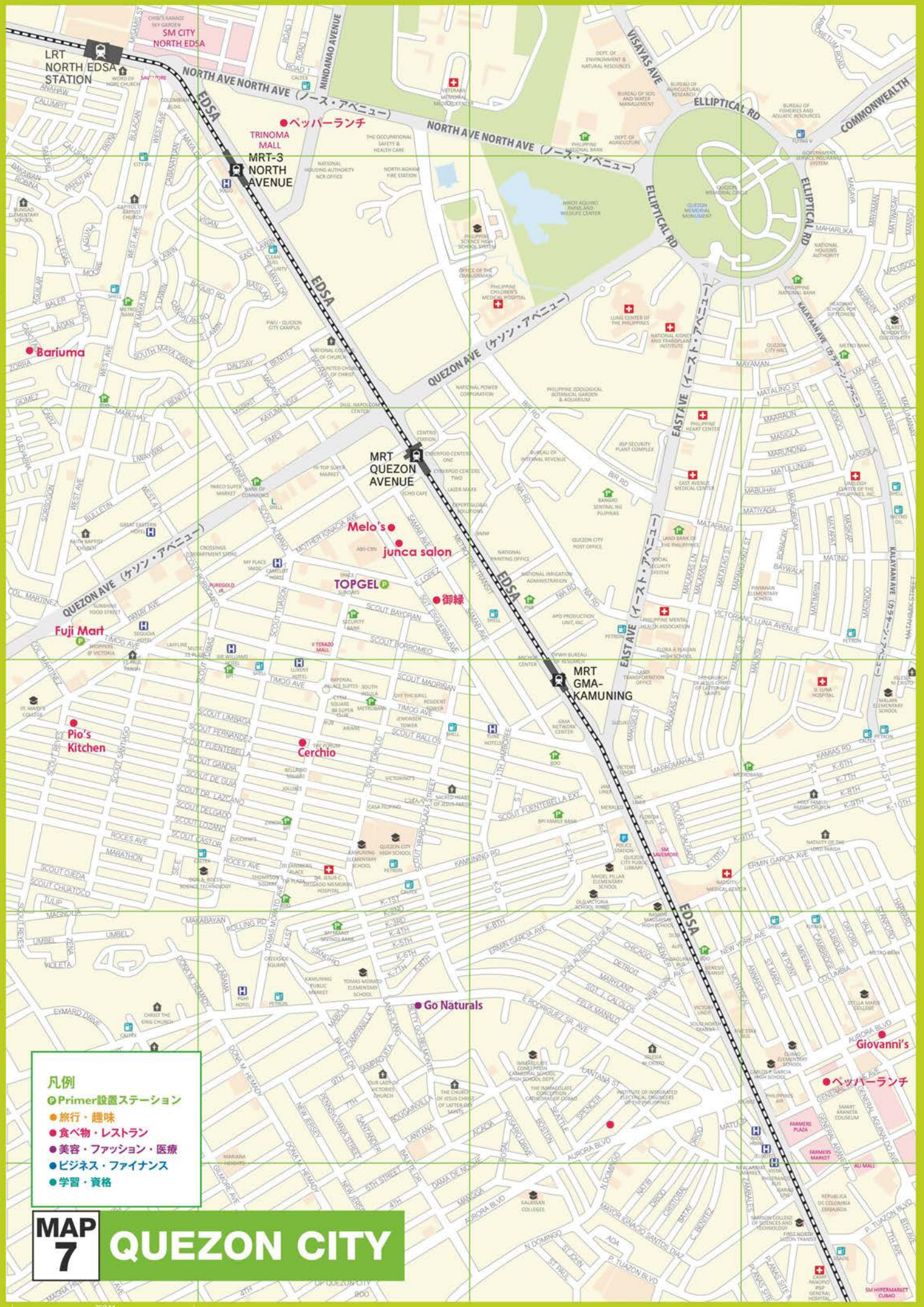

I
J
K
L
1
2
3
4
5
6
N
KALAYAAN AVENUE（カラヤーン・アベニュー）
TO MAKATI
32ND STREET
31ST STREET
30TH STREET
11TH AVENUE
9TH AVENUE
7TH AVENUE
5th Avenue
26th Street
Mckinley
MCKINLEY PARKWAY
Park West
Vask
マミーインターナショナル
マニラ校
Salvatore Cuomo
Namoo House
Bai Nian Tang Bao
Denny's
The Brewery
Valkyrie
Flatiron 1771
Sentro 1771
Bawal's
Texas Roadhouse
UPTOWN MALL（アップタウンモール）
串かつだるま
Shaburi
Peperoni Pizzeria
天丼 城珀
Hello Kitty Café
天丼てんや
Skincare Solutions
Vision Gym
M Tokyo
Natural HYPE
ASSI
YogaPlus
Tori Ichi
Paul boulangerie
Le Jardin
Aubergine
F All Day Dining
KIYOSA Japanese Total Beauty
S&R Membership Shopping
MC Depot
Seven Seas Properties Corp.
Chung Dahm
Donosti
鉄板大河内
Yukdaejang
PepeRosso
L'Entrecote
Melo's
Keizo Gastropub
Wrong Ramen
Canton Road
Sugar Factory
SHANGRI-LA AT THE FORT（シャングリラ・アット・ザ・フォート）
Maisen
Kichitora
Santis Delicatessen
SaladStop!
Din Tai Fung
Tsuta Ramen
Mango Tree
Elias
Freezer Burn
Nolita
Sariwon
KLab Cyscorpions
ポニファシオ・ハイ・ストリート
Pablo mini
Crystal Jade Dining IN
Botan Black Café
California Pizza Kitchen
名代 富士そば
Tomatito
Chez Karine
Saboten
Mamou
Marugame
LIT BAR MANILA
Mini Shabu Shabu
Churreria La Lola
新宿さぼてん
ZAO
Sentro 1771
Dario Ristorante Italiano
Abe Restaurant
カラダファクトリー
H.I.S. Travel
Chelsea Grand Cafe
Wee Nam Kee
セレンドラ
MARKET! MARKET!（マーケット・マーケット）
Atelier Vivanda
和牛 Wagyu
UCC Cafe Terrace
Las Flores
Thai Original BBQ
おかわ
居酒屋 夏子
Green Pastures
SORA AN AVEDA SALON
The Fort Strip
K-Pub
Caffe Puccini
Aracama
わっしょい
L'Opera
ちょっと待って
Izakaya Sensu
JTB
Mecha Uma
Yoree
Sarsa Kitchen + Bar
Musashi-Tei
BBQ Dining
Marimo Real Estate
FOUNDRY
Patisserie KYO
FUKUDAYA
Desiderata Lounge
SMオーラ・プレミア
Mother's Crepe
Providore
一康流 福岡ラーメン
XO 46 Heritage Bistro
Yakitori One
Rico Rico Paelleria
NBA Cafe
ラーメン凪
Lugang Café
Tuan Tuan
Niu by Vikings
Paul boulangerie
BUIL-TECH
MEMORIAL PARK CEMETERY AND MEMORIAL PARK
The Study
Canon Marketing
凡例
Primer設置ステーション
旅行・趣味
食べ物・レストラン
美容・ファッション・医療
ビジネス・ファイナンス
学習・資格
MAP 2
BONIFACIO GLOBAL CITY
250 M


MAP 3
ORTIGAS CENTER
PASIG CITY
凡例
Primer設置ステーション
旅行・趣味
食べ物・レストラン
美容・ファッション・医療
ビジネス・ファイナンス
学習・資格
Toast Box
かつ空
山頭火
Gloria Maris
Stride & Stroke
WAFU
Sugi
Choi Garden
Tokyo Konbini Store
Damaso Residencia
WHITE PLAINS AVENUE
ORTIGAS AVENUE (オルティガス・アベニュー)
E.D.S.A.
CORINTHIAN GARDENS PARK
WACK WACK GOLF COUNTRY CLUB
SM メガ・モール A
Ukokkei Japan
Komoro Soba
Pepper Lunch
Maisen
てんや
ATRIUM
吉虎
Yabu
Sambo Kojin
Mother's Crepe & Cafe
SM メガ・モール B
ユニクロ
MEGA FASHION HALL
Chelsea Kitchen
魯山人
一風堂
Tim Ho Wan
Linguini Fini
The Lost Bread
Yakitori One
Paul boulangerie
St. Marc Café
MRT ORTIGAS STATION
Kidzoona
Xin Tian Di
ROBINSONS GALLERIA
Seven Corners
Ortigas & Company
Mich & Myl nails
CMA MENTAL ARITHMETIC
Cazuela
Cucina
Paradise Dynasty
Makansutra
Hawkers
The Study
YogaPlus
22 Prime
M&S English Academy
Pasco
Lung Hin
Shitamachi
Nikkei
MATGALNE KOREAN RESTAURANT
Cafe 1771
DOÑA JULIA VARGAS AVENUE
KOREA HOME & BUILDING CENTER
Butamaru
Ye Dang
Jelly Fish Education
Biz Cube
Unmei Nihongo School
FASHION HALL
Yakitori One
Akira
Ikkoryu Fukuoka Ramen
MRT SHAW BLVD STATION
SHANGRILA PLAZA MALL (シャングリラ・プラザ・モール)
ペッパーランチ
キムガツ
Summer Palace
Paparazzi
Heat
NOSPHIL
Sibyullee
下町天丼秋光
Genki Sushi
Pho Hoa
JANG GA NAE
Galileo Enoteca Deli
Chops Chicago Steakhouse
Shabuway
Kentako
EDSA CENTRAL MALL
Asian Massage
関取
KOKUYO
Eien Power
Yumeimese
NGS&ARK Manila Lending Corp.
MERALCO AVENUE
SAN MIGUEL AVENUE
Sentro 1771
250 M


Q R S T U V
1 2 3 4
ROXAS BOULEVARD（ロハス・ブルバード）
TAFT AVENUE（タフト・アベニュー）
PARADE AVENUE
SOUTH ROAD
KATIGBAK PARKWAY
PADRE BURGOS AVENUE
KALAW AVENUE（カロー・アベニュー）
FINANCE
UNITED NATIONS AVENUE
QUIRINO AVENUE（キリノ・アベニュー）
OCAMPO（オカンポ）
BUKANEG
マニラ・オーシャン・パーク
ハーバービュー・マニラ
マニラ・ミュージアム
アメリカ大使館
バンバタ・ミュージアム
リーサル・パーク
国立図書館
China Airlines
Latitude
Kitsho
Kanejin
The New Century Seafood Restaurant
ハリソンプラザ・マニラ
マニラ動植物園
The Aristocrat Restaurant
らーめん一番館
New Hatchin
Armada Hotel
Premier the Samgyupsal
Music 21
One Side
Yue Lai Hotpot
Li Li
Makchang
Korean Palace
Sinsun
Tao Yuan
RAKU Bar & Cafe
Pan Pacific Hotel
St. Marc Café
Go Kizip
牛坊焼肉
Cafe Adriatico
Janabe
ASSI
Café Chosun
Wang Jok Bal
ベッパーランチ
Daeseoyang
Bistro Remedios
Maru
KP2
Shabuyaki
Shabu yaki
Korean Village
Asian Massage
Purple Yam Malate
Jeonju
Jonglo
ロビンソンズ・プレイス・マニラ
Puradak Chicken
OM Spa
Mabini Mansion
Sukdaejang
LongKeunSo
Galmegi
Big Bang Bar Café
EZOE Language
Zark's Burgers
LRT - 1 VITO CRUZ STATION
LRT - 1 QUIRINO STATION
LRT - 1 PEDRO GIL STATION
LRT - 1 UNITED NATIONS STATION
PACO PARK
凡例
Primer設置ステーション
旅行・趣味
食べ物・レストラン
美容・ファッション・医療
ビジネス・ファイナンス
学習・資格
N
200 M
MAP 4
MALATE


W X Y Z AA AB
1 2 3 4
邦人援護ホットライン（24時間対応）
☎02-551-5786
N
A-WON
HOBBIES OF ASIA
Cartimar Shopping Center
Cartimar Market
LIBERTAD RAILWAYS
SEASIDE BOULEVARD
BAYSHORE AVE
PALM COAST AVE
SUNSET AVE
Attic Tours
Sixsenses Resort
Midas Café
日本大使館
Midas Hotel
King One
Four Seasons Hotpot City
Highlands Prime Steakhouse
山頭火
京蛸
Magnum Manila
ほぐぢゅう
SM MALL OF ASIA
St. Marc Café
ペッパーランチ
但馬屋
Tokyo Café
MICH & MYL nails
Skincare Solutions
Ramen Shimada
The Food Club
The Pet Café by Velvet Friends
EDSA EXTENSION
Music 21
DIOSDADO MACAPAGAL BOULEVARD
ROXAS BOULEVARD
JOSE W. DIOKNO BOULEVARD
CORAL WAY
Gen Korean BBQ
Banzai
Uma Uma
KIYOSA Japanese Total Beauty
千房
Rossini
Paris Miki
China Blue
Mazendo
メガ・プルバード・インターナショナル
S&R SHOPPING
BRADCO AVENUE
Skyjet Airlines
ASEANA AVENUE
Kiwa Korean Grill
Red Lantern
炎舞
銀座長岡
割烹今村
Red Spice
Goryeo
凡例
Primer設置ステーション
旅行・趣味
食べ物・レストラン
美容・ファッション・医療
ビジネス・ファイナンス
学習・資格
MAP 5
PASAY
200 M
LRT EDSA STATION
MRT TAFT STATION
LRT BACLARAN STATION
TAFT AVENUE
EDSA
PNR EDSA STATION
MRT MAGALLANES STATION
SKYWAY
SOUTH LUZON EXPRESS WAY
Estetico
AURORA BLVD
F.B. HARRISON ST.
ROXAS BOULEVARD
DIMASALANG
AIRPORT RD
ANDREWS AVE.
NAIA TERMINAL 4
NAIA TERMINAL 3
NAIAX
ニノイ・アキノ国際空港
VILLAMOR GOLF COURSE
RESORT DRIVE
Cru Steakhouse
RESORTS WORLD
Passion
Wolfgang's Steakhouse
Man Ho
Tao Yuan
MANILA CAVITE EXPRESS WAY
NAIA ROAD
QUIRINO AVENUE
COASTAL MALL
Hide Yamamoto
Prego
Nobu Manila
Ruby Jack's
O Kitchen
The Café
Jing Ting


AC
AD
AE
AF
AG
AH
1
2
3
4
N
Edith Learning Center
Philippine Craft Distiller
Wooden Horse
Soga Miga
宮崎
Yushoken
Just Thai
Chairman Wang's
Burger Geek
Yoree
Buona Vita
Brera Delicatessen
Tokyo Health Link
ALABANG TOWN CENTER (アラバン・タウン・センター)
ペッパーランチ
けんじ亭
Hanamaruken
但馬屋
The Farm
The Black Pig
CAFE SEOL HWA
Lasa Bistro
Mona Lisa
A-Won
COMODO Spa
J-TEN SPORTS, INC
Srixon Proshop
Sigekiya Ramen
South Pub
Butamaru
Caviar
和食処四宮
Melo's Alba
The Bellevue Hotel
Phoenix Court
The Nest
Star Finder Optical
神戸クリニック
Red Kitchen + Bar
博多一幸舎
ALABANG - ZAPOTE ROAD (アラバン・ザポート・ロード)
ALABANG - ZAPOTE ROAD (コマース・アベニュー)
COMMERCE AVENUE (コマース・アベニュー)
INVESTMENT DRIVE
ACACIA AVENUE
BRIDGEWAY AVENUE
CORPORATE AVENUE
SPECTRUM MIDWAY
INVEST AVENUE
PROMENADE
PARKWAY AVENUE
FILINVEST AVENUE
CIVIC DRIVE
LUZON DRIVE
METRO MANILA SKYWAY
SOUTH LUZON EXPRESSWAY
FESTIVAL SUPERMALL
STARMALL
THE TRIUMPH OF SCIENCE OVER DEATH
凡例
Primer設置ステーション
旅行・趣味
食べ物・レストラン
美容・ファッション・医療
ビジネス・ファイナンス
学習・資格
MAP 6
ALABANG
200 M


AI
AJ
AK
AL
1
2
3
4
5
6
LRT NORTH EDSA STATION
SM CITY NORTH EDSA
NORTH AVE NORTH AVE（ノース・アベニュー）
EDSA
MINDANAO AVENUE
VISAYAS AVE
ELLIPTICAL RD
COMMONWEALTH
●ペッパーランチ
TRINOMA MALL
MRT-3 NORTH AVENUE
MAHARLIKA
●Bariuma
QUEZON AVE（ケソン・アベニュー）
EAST AVE（イースト・アベニュー）
KALAYAAN AVE（カラヤーン・アベニュー）
MRT QUEZON AVENUE
Melo's●
junca salon
TOPGEL
●御縁
Fuji Mart
MRT GMA-KAMUNING
Pio's Kitchen
Cerchio
Go Naturals
Giovanni's
●ペッパーランチ
凡例
Primer設置ステーション
●旅行・趣味
●食べ物・レストラン
●美容・ファッション・医療
●ビジネス・ファイナンス
●学習・資格
MAP 7
QUEZON CITY
250 M

HOT TOPICS in Manila

今、マニラで話題のトピックをお届け！

アンガスビーフと和牛ステーキを専門に取り扱う日本人経営のレストラン

満福ステーキハウス
Manpuku Steak House

元和牛のオーナーが手がけるお店“満福ステーキハウス”がマカティスクエアの地下2階にオープンした。お店のイチオシ、満福スペシャルは、400グラムのアンガスビーフステーキで、値段はP850。オススメの焼き加減はミディアムレア。肉の本来の味が楽しめるよう、味付けは塩コショウとこんがり焼かれたガーリックに特製のソースをかけて。必ず“満福”にしてくれる満福ステーキへぜひ足を運んでみて。

住所：Lower Ground Floor, Makati Cinema Square, Chino Roces Ave., Makati City（地下2階 Super 8と同フロア）
☎ 0928-482-3066　㊡ 10時～23時
Manpuku-Steak-House-1814390342187382


まんぷくスペシャル(P850)


日本人シェフがレストランのキッチンのリーダー

なんでも揃う！会員制大型スーパーがアラバンにもオープン

Landers Superstore Alabang West
ランダース・スーパーストアー・アラバン・ウエスト

会員制大型スーパーマーケットのランダース・スーパーストアが3月14日、アバランについにオープンした。ケソン市バリンタワック、マニラ市オーティス、セブに続く記念すべき4店舗目となる。地元から仕入れた生鮮食品はもちろんのこと、幅広い輸入食品や家電用品、家庭用品、家具など品ぞろえも豊富。また店内のカフェ「Landers Central」ではニューヨークスタイルの軽食やデザートを楽しむことができる。一般会員料金はP800。

住所：Daang Hari Road, Almanza Dos, Las Piñas City
☎ 0936-249-3529　㊡ 10時～22時
http://www.landers.ph/



品揃え豊富な店内


ARCOVIA店もまもなくオープン！

日本発人気メガネ店「JINS」がマニラにオープン予定！

JINS
ジンズ

日本の眼鏡業界を牽引している眼鏡ブランドの一つJINSがマニラにオープンする。JINSは品質と使いやすさを目指す眼鏡づくりが特徴の人気の眼鏡ブランド。人が心地よいと感じるかけ心地を研究しデザインされた洗練されたフレーム、オーダーから受け渡しまでわずか1時間というスピーディーな購入プロセスも人気の秘密。しかも低価格。ここフィリピンで新しいメガネが買えそうだ。

住所：SM Aura Premier, Taguig City（予定）



ここフィリピンでJINSへ



1200種ものコレクションから自分にぴったりのメガネを

IKEAがフィリピン初進出？！

IKEA
イケア

スウェーデン生まれの家具小売店IKEAがパサイ市SM Mall of Asiaの、SMX Convention CenterとSM MOA Arenaの間に、フィリピン第一号店を開く報道が流れている。まだIKEAからはまだ公式な声明は発表されていない。そんな中、Money-Go-RoundのVic Agustin氏によれば、IKEAはケソン市のSM Fairviewの隣に別の支店も計画しているとの噂も。フィリピンでIKEAのショッピングが楽しめるのを楽しみに公式発表を待とう。

詳細情報：未決定



ついに1号店オープンか



スタイリッシュなデザインが人気

今月の耳よりイベント情報

24K Magic World Tour
ライブ

日　時：2018年5月3日(木)
場　所：SM Mall of Asia Arena, Seaside Blvd., Pasay, Manila
チケット：https://smtickets.com/にて発売中

世界を魅了している歌手、ブルーノ・マーズのライブがマニラで開催。今回の来比は好評のアルバム「24K・マジック」と同タイトルの世界ツアーによるもの。これまでに「Nothin' On You」、「Billionaire」、「Grenade」など発表した楽曲はどれもヒットチャートを独占している。チケット価格は、それぞれVIP 1 スタンディング：P23,850、VIP 2 スタンディング：P18,550、LOWER BOX A：P12,720、LOWER BOX B：P8,480、UPPER BOX：P4,770、一般席：P2,650。益々勢いを増しているブルーノ・マーズのライブをぜひお見逃しなく。



Harry Styles Live in Manila
ライブ

日　時：2018年5月1日(火)
場　所：Mall of Asia Arena
チケット価格：P6,890、P5,830、P3,975、P2,650、P1,325
詳　細：www.smtickets.comをご確認ください。

イギリスの人気男性グループ「ワン・ダイレクション」のメンバー、ハリー・スタイルズのライブがフィリピンで開催される。ハリー・スタイルズは2016年に惜しまれつつもグループでの活動休止を発表し、翌年の2017年5月にソロとしてデビューアルバムを発表した。俳優としての活躍も順調で、ソロアルバム「Sign of the Times」を引っ提げての今回のツアーに益々期待が高まる。



うちのフィリピンママ

その6

前田ムサシ

①妻の日本語









②どっち？









③魚









商社の枠を超え、NAGASEオリジナルを付加したビジネスモデルを展開

従来の商社機能に加え、製造・加工機能と研究開発機能を融合

◆樹脂／化学品
合成樹脂、包装資材、各種化学品（塗料、溶剤等）

◆メディカル
検査機器、試薬販売

◆フード
食品添加剤（トレハ等）

NAGASE

12th floor, Salcedo Towers, 169 H.V. Dela Costa Street, Salcedo Village, Makati City, Philippines 1227
OFFICE HOURS : Monday to Friday 08:30 to 17:30

http://www.nagase.com.ph/ ☎ 02-750-2933 (GLOBE)
customer_service@nagase.com.ph

MITSUBISHI ELECTRIC
Changes for the Better

for a greener tomorrow eco Changes

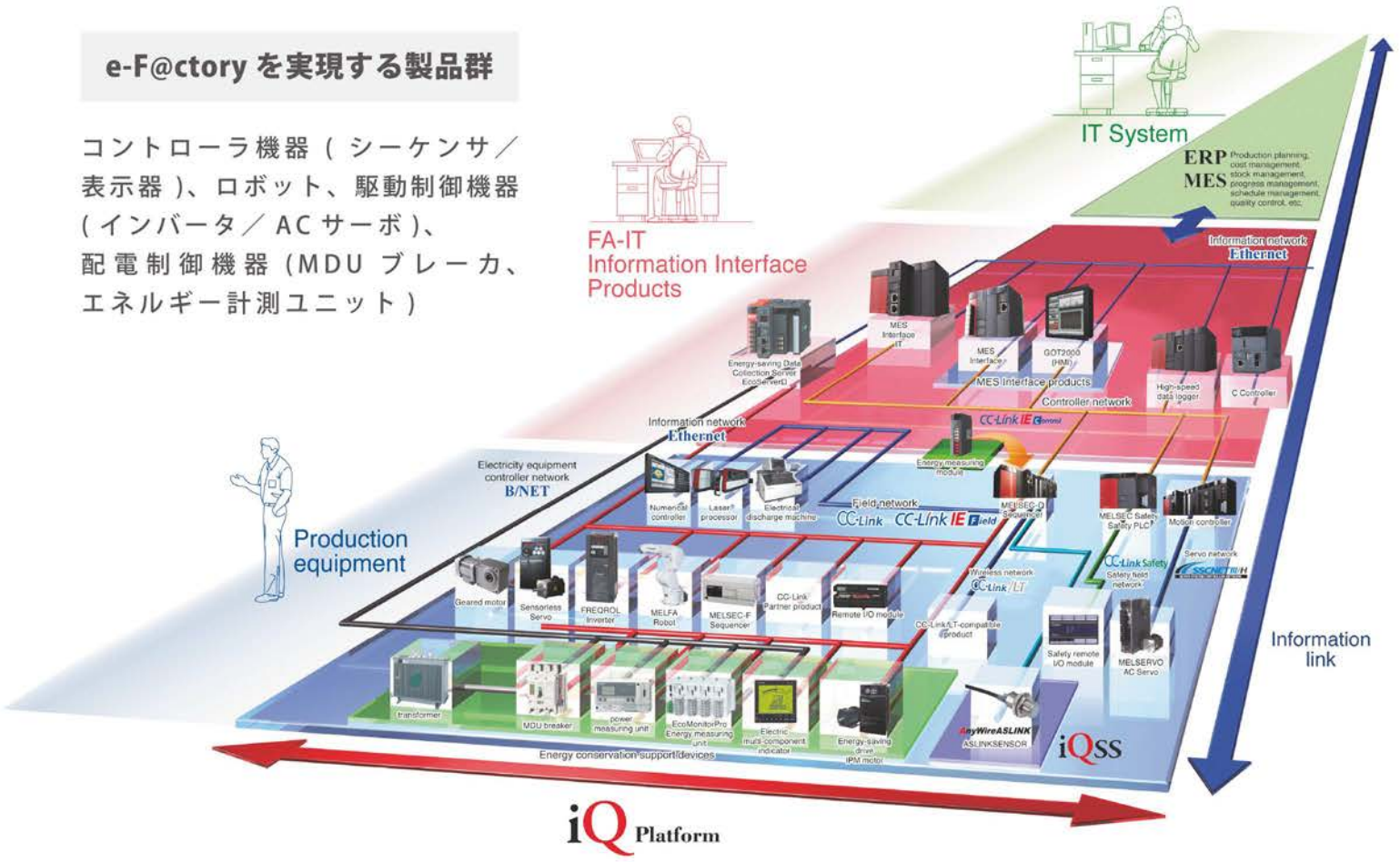
生産現場のNo.1ブランドへ。
三菱電機FAシステム。

e-F@ctory

お客様の工場の「見える化」により、その「課題」と「悩み」を解決します。

e-F@ctory を実現する製品群

コントローラ機器（シーケンサ／表示器）、ロボット、駆動制御機器（インバータ／ACサーボ）、配電制御機器（MDUブレーカ、エネルギー計測ユニット）



フィリピンで自動化や省エネ、教育トレーニングでお困りの方へ、IEE 日系顧客部は、この課題を解決致します。

+63-2-807-0420（代表）
<対応言語> 日本語/英語/タガログ語

Japanese Customer Support Department (日系顧客部)
細谷 寛則 h.hosoya@iee.com.ph
ERIKA R.SHIMAMURA ershimamura@iee.com.ph

A Group Company of
MITSUBISHI ELECTRIC
Changes for the Better

International Elevator & Equipment,Inc.
K m.23 West Service Road,South Superhighway,Cupang 1771 Muntinlupa City,Philippines

www.mitsubishielectric.co.jp/fa/（日本語）
www.mitsubishielectric.com/（英語）



フィリピン新生活応援キャンペーン！

期間：2018年4月25日～5月20日迄

日本のTV番組が見放題！J PRIMEのここがすごい！

日本のテレビを視聴されるならJPRIME TV BOXにお任せください。

7日間無料トライアル実施中！
まずは・・・
映像確認！

- 高画質・ハイビジョン1080P/720P変換対応
- 6日間先のテレビガイド付き（全チャンネル）
- タイムシフト14日間機能
- チャンネル選択がスムーズ→ストレスなし

Full HD 1080　20ch～50ch　BS DIGITAL 13ch　地上 DIGITAL 14ch　CS DIGITAL 23ch　4K対応

プラン	月契約OK(30日)	1年契約　通常価格→キャンペーン価格
A 20ch (東京・関西地上波・BS)	₱2,000	₱24,000→₱22,800
B 50ch (東京・関西地上波・BS・CS)	₱2,400	₱28,000→₱25,000

※30日契約の場合、初回のみBOX代金P5,000→P2,500(50% off)掛かります。



関西放送追加！

日本のテレビ、映画、海外ドラマ、You Tube、ゲーム、カラオケ、その他検索

分割支払いOK
安心・安全 30日以内返金保証
月額契約OK！
1年保証付
日本人による安心のサービス

JPRIME RYOWA TRADING お問い合わせは日本語で。
globe：0906-405-2556 smart：0928-191-0958