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

2019 FEBRUARY 02

Vol. 131　毎月25日発行

SCHOOL

Preschool
Int'l School
Private School

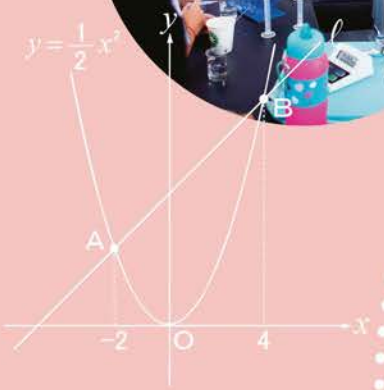
$\frac{2a+3b}{7} + a - 2b$

WOW!

GOTCHA!



$y = \frac{1}{2}x^2$









マニラの学校 保存版

THINK ABOUT YOUR KID'S FUTURE

この子にぴったりな学校はどこ？ 学校特集2019

美しき歴史都市 ビガン イロコス・スル / トラベル特集

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

Leopalace21 Serviced Office Manila 2号店オープン!

日系最大
コワーキングスペース
レンタルオフィス

GRAND OPEN



好条件！

コワーキングスペース

- ☑ 1ヶ月P5,000～(24時間)利用可能!
  1日P500
  1日のご利用からも可能。
  オープニング記念!
  入会金1ヶ月を無料!!
- ☑ 24時間365日エアコン稼働
- ☑ 高速インターネット
- ☑ コーヒー、ウォーターサーバー利用
- ☑ 鍵付きロッカー利用可能

レンタルオフィス

- ☑ 個室利用　24時間365日
- ☑ 1名から36名様用の
  お部屋を49部屋ご用意
- ☑ バリエーション豊かなお部屋が
  1ヶ月～利用可能
- ☑ アヤラアベニュー沿いの
  便利な立地









1号店



Tower 6789 Makati



各店49部屋
ご用意しております!

NEW 2号店



Insular Life Building Makati

レオパレス21 フィリピン
23F TOWER 6789, 6789 Ayala Avenue,
Makati City Metro Manila, Philippines

☎ 0915-278-5090
日本語でお気軽にお問い合わせください(担当:馬波*マナミ/田中) 0956-039-5577

HP: www.leopalace21ph.com
E-mail: info@leopalace21.com
FB: leopalace21philippines

BDO
We find ways®



参加費
無料

2019年は「BDO プロから学ぶフィリピン銀行セミナー」で学んでみませんか。
3テーマ全てご受講いただいた方には修了証を進呈いたします。

	銀行基礎知識	投資・運用	送金・両替
シリーズ1	2月20日	3月20日	4月24日
シリーズ2	5月15日	6月19日	7月17日
シリーズ3	8月28日	9月18日	10月16日

場所：BDO マカティ本店　　日にち：毎月の第三水曜日
時間：12時～　※各回とも、50分前後のセミナーの後、個別相談会を実施します。

こんな方にオススメ

✓フィリピンで何か新しいことを、出来れば日本語で学びたい。
✓金融知識を付けたいけれど、何から始めていいか良く分からない。
✓自分のお金のことについても気軽に相談してみたい。

Happy Valentine's Day



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
+63(2)663-4001 • help-japanese@bdo.com.ph
https://www.bdo.com.ph/jp/home • 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。

Canon
Delighting You Always



キヤノンならインプットからアウトプットまで、すべてが揃う。すべてが繋がる。







Canon
Delighting You Always

川口　了子 (Ryoko Kawaguchi)
日系担当



電話番号：(+63) 916-762-6024
メールアドレス：ryoko_kawaguchi@canon.com.ph
住所： 7th Floor and Ground Floor,
Commerce and Industry Plaza (CIP) Bldg,
Campus Avenue corner Park Avenue,
McKinley Hill, Brgy. Pinagsama,
Fort Bonifacio, Taguig City 1634

お問い合わせは川口までご連絡ください

JAPAN AIRLINES

New Start

MANILA
TOKYO
HANEDA

2019年2月1日より

まもなく羽田へ就航

oneworld member

Check! 羽田線就航記念
2大マイルキャンペーン

マイルバック　**ダブルマイル**

各キャンペーンの詳細はWEBでご紹介！ぜひご覧ください

	便名	運航日	出発時刻	到着時刻
マニラ・東京	JL746	毎日	09:50	15:00 (成田着)
	JL742	毎日	14:35	19:45 (成田着)
	JL078	**毎日**	**23:50**	**04:55 (羽田着)** (翌日)
東京・マニラ	**JL077**	**毎日**	**00:05 (羽田発)**	**03:55**
	JL741	毎日	09:20 (成田発)	13:25
	JL745	毎日	18:10 (成田発)	22:15

☑ 羽田へ到着、そして羽田から出発

お仕事を終えて、ひと息ついて空港へ。有効的に時間を活用。

☑ 国内線のお乗り継ぎが楽々、スムーズに

羽田から国内34空港へ。羽田空港でのJALグループ国内線へのお乗り継ぎは70分で可能。

☑ 毎日３便運航。フレキシブルにフライトを選択

成田便と合わせ朝/昼/晩のフライトで、ご予定を立てやすく便利に。

ご予約はお早めに！

日本語サポートデスク
+632-403-2486

PH JAL　検索

www.ph.jal.com

JAL
明日の空へ、日本の翼



この度、パリミキは第2号店をリニューアルした"The Podium"の2階にオープン致しました。
このお店は、19世紀後半から20世紀初頭の"Belle Époque"と呼ばれる古き良き時代のパリをコンセプトとし、優雅なひとときにお客様をお誘いします。







「見える喜び」のため、お客様のご要望に細やかにお応え致します。
日本人スタッフも常駐しておりますので、お困りのことがございましたら、どうぞお気軽にお立ち寄りくださいませ。
スタッフ一同、心よりお待ち申し上げます。

問い合わせは下記までお願い致します。
Podium店長: 上野
メールアドレス: podium@parismiki.ph
住所: Level 2, The Podium, 12 ADB Ave, Ortigas Center, Mandaluyong
電話番号: (02) 243-7745
営業時間帯: 月-木 11:00～22:00, 金-日 10:00～22:00



parismikiph www.parismiki.ph





primer

February/Pebrero 2019 02

Contents

Special Feature

この子にピッタリな学校はどこ？ **学校特集 2019**…06

トラベル特集

美しき歴史都市 **ビガン　イロコス・スル**…38





29　フィリピン生活お役立ち！ 趣味・余暇活動リスト

36　プロ直伝！ 今晩のおかず　まめ知識付
今回の食材：豚スペアリブ（Pork Spareribs）

46　国際線　主要航路時刻表

48　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

53　フィリピン生活お役立ち！ プレスクール&習い事リスト

63　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

70　フィリピン　ビジネス烈伝　第66回
日本政府観光局（JNTO）マニラ事務所所長　藤内大輔さん

72　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。

83　フィリピン・ビジネスパーソンインタビュー グローバル版　第13回
Cropital／最高経営責任者・創設者　Ruel Amparoさん

91　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

100 Hot topics　話題のお店や最新情報をチェック！

Feature of The Issue

STREET – Expats have a lot of adjustment to deal with when settling into a new city, even more so for families with children. One of the main challenges for expat families is finding a suitable school for their kids in a new city that may have a different school system from their home country. For expat parents who are still brooding over which international school to choose, we feature some of the best schools in Metro Manila that every parent, expat and local alike, can entrust the education and development of their children.

TRAVEL – Ilocos Sur lives on a chapter of the Philippine history by housing two of UNESCO's heritage sites—Vigan City and Baroque Church of Santa Maria. The province, located in the Ilocos Region, with Ilocos Norte to the north, Baguio to the southeast, and La Union to the south, presents a story of the Spanish colonization in the Philippines and its remaining Hispanic towns in the country. Experience and explore the country's rich culture as Philippine Primer takes you on a tour around the province of Ilocos Sur!




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

■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
（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
（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

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 2月号 Vol.131

（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。

この子にぴったりな学校はどこ？
学校特集2019



フィリピンの主な学校は6月に新学期開始！！！ジャパニーズスクール、インターナショナルスクール、ローカルプライベートスクール、ホームスクールなどの選択肢の中で、わが子にどんな教育を受けさせたいか？で悩んでおいでの皆さんにお届けする今回の特集は、学校選びのポイント、実際にフィリピンで学校に通った生徒さんたちの体験談と合わせ、プライマーが総力を挙げてお届けします！！！



ここがpoint 学校選び!!

お子様の学校選びの時にでぜひ考えたい、調べたいポイントと注意点をまとめてみました。

まず確認！

家庭の事情、家族の希望

❶お子様の現在の年齢
❷比での滞在年数
❸帰国時のお子様の年齢
❹海外への再渡航の可能性
❺帰国後の編入状況
❻現在の第一言語
❼習得したい英語レベル
❽習得したい日本語レベル
❾親の英語レベル
❿芸術、スポーツ等の活動状況

次に確認！

学校の状況、現状

⓫学費
⓬学校の規模、1クラスの人数
⓭教師の国籍
⓮スクールバスの有無
⓯学校の規模、1クラスの人数
⓰宗教の授業、ミサの時間
⓱国際的学習プログラムの有無

❶〜❸は、ジャパニーズスクール以外を選択する場合に重要。日本に戻る時点で低学年であれば、帰国後に周囲に追いつくのは比較的容易のため、インターナショナルスクール、プライベートスクールを選びよい経験の場とするのも選択肢の一つだ。しかし高学年以降だと周囲に追いつくために若干の苦労を覚悟したい。また❹その後の渡航の可能性 ❺日本に戻った時の編入状況、たとえばインターナショナルスクールに入る環境があれば今からその環境になじんでいくのも一手。事前に帰国後の状況も考慮したい。

現在の語学習得状況❻を加味した上で、❼❽のお子様に身につけてほしい語学力レベルを考えたい。これはバランスも含めて学校を選ぶ前に明確にしておきたい重要な要素だ。日本の公立学校より一歩進んだ英語力を身につけてほしいのであれば、ジャパニーズスクールでもネイティブローカルの講師による英語授業があるし、それ以上のレベルを希望すればインターナショナルスクール、プライベートスクールを視野に。ローカルプライベートスクールは、インターナショナルスクールと比較し、学費も低額で遜色ない英語力が得られる。

重要なのが❾親の英語レベル。家庭と学校の先生や教師との円滑なコミュニケーションは、子供の教育にとって不可欠。自身でなくても、親しいママ友などの代理環境があるかどうかでインターナショナル、プライベートスクールが選択肢となるかどうかの境目となるだろう。

❿学業以外に芸能、スポーツ活動に勤しみたいお子様の場合、ホームスクールという選択肢がある。ただ日本ではまだ認可されていない教育方法なので注意したい。

次に確認！学校の状況、現状

⓫〜⓯は、webなどで調査が可能。注目する学校の情報は事前に調べておきたい。また例えばミッション系の学校では、⓯⓰宗教学やミサの授業に長い時間をを割いたり、独自の歴史観を持った授業がある場合もある。またグローバル化が進む昨今、ぜひ知っておきたいのが⓱国際標準の教育プログラム。学校の取り組みも外せない項目だ。



知っておきたい国際的な英語資格

※学校に学習プログラムがあるか調べよう!!

◆IB（International Baccalaureate）
国際バカロレア資格（IB Diploma）は、本部・ジュネーブの教育団体が提供する16〜19歳の生徒対象の2年間のディプロマコース。世界的に評価される世界共通のアカデミック資格として知られて、日本を含む世界125カ国以上の大学が入学資格として認可。

◆Cambridge International Advanced Subsidiary Levels.
(AS ,A Levels)
英国・ケンブリッジ大学（Cambridge ESOL：University of Cambridge English for Speakers of Other Languages）が実施するプログラム。通常、高等学校の最後の2年で受験する科目別の資格試験。130カ国以上で実施、生涯にわたる世界標準の英語力の証明となる。

◆IGCSE（International General Certificate of Secondary Education）
インターナショナル・スクールの生徒を対象とした、英国の義務教育終了資格試験。

卒業生・現役学生の胸のウチ

フィリピンの学校に在学中、もしくは卒業した皆さんにその胸の内を聞いてみました。

質問：①学校選びの経過は？ ②語学はどう学んだの？
③大変だったこと・よかったこと ④将来の夢は？

※語学評価は本人の絶対評価



S.I.さん（16歳）

◆経歴：日本の小学校卒業➡来比、MJS中学部入学、卒業➡インターナショナルスクール入学、在籍中。
◆語学：日本語５／英語3.5／タガログ語１
◆両親ともに日本人

①親の転勤で来比し、中学校1年でMJSへ編入。卒業後にインターナショナルスクールを選択。2019年夏に日本へ帰国予定。
②英語はMJS入学後に開始。初めは英語で話せないもどかしさを覚えたが、MJSは英検準2級、2級が当たり前で、卒業時にはある程度の英語力になった。ただインターナショナルスクールは、スラングも含め語彙力、表現力が桁違い。苦戦しつつ今も勉強中。
③MJSは個性豊かで優しさがギューっと詰まった学校。1クラスで絆は強いが、ライバルもいてお互いに切磋琢磨できる環境で先生も多感な中学生という時期ひとりひとりに寄り添ってくれた。日常生活がキラキラしていて最高の中学時代だった。インターナショナルスクールでは、考え方、文化、言語の違いの中で毎日が新鮮。感情を内に込めがちな日本人には驚くこともあるが、日本の学校とは違う楽しさがある気がする。フィリピンの方の心の温かさが好き。毎日を楽しみ笑顔を絶やさない。
④教師になりたい。MJSは私に夢を与えてくれた場所。その特別な場所に私自身が先生となって足を踏み入れたいと思う。



M.N.くん（16歳）

◆経歴：インターナショナルプレスクール➡マニラ日本人学校➡インターナショナルスクール➡インターナショナルスクール在籍中
◆語学：日本語５／英語４／タガログ0
◆両親ともに日本人

①フィリピン生まれ。日本人の両親の、きちんとした日本語をしゃべってほしいとの願いからMJS（マニラ日本人学校）に入学。12歳・グレード7の時に英語習得を目的にインターナショナルスクールへ転校、現在在学中。
②日本語は家庭で、英語は学校と英語塾で習得。
③MJSは部活も日本並みに本格的で、結構鍛えられた。また他のローカルスクールに比べて授業の進行が少し早いため、転校しても比較的楽に授業に溶け込めた。インターナショナルスクールはいろんな国の人が周りにいて、それが当たり前。日本人だとなぜか親近感を持ってくれるようだ。
④今、Cambridge InternationalのASレベルというプログラムを勉強中。帰国子女枠に入るので、卒業後は日本の大学に入って日本で仕事をしてみたい。



K.I.くん(22歳)

◆経歴：10歳（小4）まで日本の小学校➡お父様の赴任に伴い来比、マニラ日本人学校（MJS）へ編入➡中Ⅰ～高校卒までローカルプライベートスクール➡フィリピンの大学でIT就学中
◆語学：日本語５／英語４／タガログ語1
◆両親共に日本人

①来比までは英語との接点はほとんどなかった。転校先のMJSで小学校卒業。中学に進む際に、英語を習得する選択肢の一つとして両親にローカルプライベートスクールを勧められ、自身で決定。そこで4年過ごした後もフィリピンに残りITに興味を持ち国際的な教育を目指す現在の大学を選択、在籍中。
②英語は中学に入る時に家庭教師につき猛勉強。ローカルスクールでは1年間は外国人クラスに所属。中2の時には全科目の成績が上位になるくらいの英語力になった。
③MJSは、英語は学校の勉強だけでは足りないが、先生との距離が近く、人間関係も、学校施設もよい。英語以外は進行が速い。ローカルスクールは先生も生徒も非常にオープン。ただ一般的な日本人は、馴染むのに時間がかかるかもしれない。クラブや趣味を通して友人ができるとよいと思う。いろいろな国の人と過ごすのが日常的な環境で、日本とは違った人間関係の築き方を学べる。この経験を今後、生かしていきたいと思っている。



K.S.さん(17歳)

◆経歴：2歳で来比。ローカルプライベートスクール➡ホームスクール➡インターナショナルスクール（在籍中）
◆語学：英語５／日本語４／タガログ語４
◆両親ともに日本人

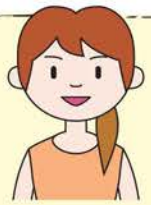
①母親の希望で自由を重んじるローカルプライベートスクールへ。バレエと体操、フィギュアスケートに重点を置いていた期間はホームスクールに通学。 その後、勉強のためにインターナショナルスクールへ転校、在籍中。
② 英 語 は子 供 のころから 親しみ堪能。現在はIB（国際バカロレア）実践中。子どもの頃は大人になってから日本語を話せなくてよいと思っていたが、日本にいる親類とまともに会話ができず、高校生進学後に日本語習得を決心した。タガログ語は読み書きともに日常会話レ ベル。
③日本人なのに日本語が話せない、自分のアイデンティティがどこにあるか悩んだ時期もあった。しかし「アイデンティティを決めなくてもよい」と割り切ってから、むしろ国籍を超えた様々な人々と交わることが楽しくなった。多くの刺激をもらっているのは、インターナショナルスクールに行ったからだと思う。この経験をこれからの進路にも生かしていきたい。



Y.F.くん(26歳)

◆経歴：小２まで日本の公立小学校➡ローカルプライベートスクールに編入➡フィリピンの大学（IT）➡大学院（在籍中）
◆語学：タガログ５／英語５／日本語４
◆父日本人、母フィリピン人

①小学生の頃に来比。マラボン市に住むことになり周囲に日本人学校がなく選択の余地なくローカルスクールに入学。
②ローカルスクールは英語、タガログ語での授業。それまで両方とも接点なく1年生に編入した。学校の授業のあと、先生が家庭教師をしてくれたが、4年生くらいでようやく追いついたイメージ。友達との遊びも見よう見まねでやっていたと思う。転機はハイスクール2年の時、学級委員に推薦されて活動する中でようやくローカルのみんなと仲間意識が持てるようになり溶け込んだ行った気がする。日本語は日本にいる父と毎週末会話して憶えた。今は日本語より英語、タガログ語の方が得意。
③給食がない（笑）。また小学生からプログラミングの授業があり、ITには幼少の頃から親しむ環境がある。特徴的なのは、学校により異なると思うが、高校でCATと呼ばれる実践的な軍事教育がある点だ。あとフィリピンはよほどのことが限り他者を排除しない。寛容でオープンなところは大きな強味だと思う。
④ローカルスクールは、最初は語学ができなかったので大変な部分もあったが、フィリピンの人とタガログ語で意見を交換できるのも当時の体験があってこそ。将来は、日本とフィリ ピンの懸け橋になる仕事がしたい。



A.Y.さん(25歳)

◆経歴：小学校2年まで比のローカルプライベートスクール➡日本の小中高大を卒業➡日本で1年半就労➡1年前に来比、日系の印刷系企業で就労中
◆語学：日本語５／タガログ語５／英語３
◆父日本人、母フィリピン人

①フィリピン生まれ。日本人の父親の転勤で日本に移住し、近隣の小中高とも公立学校に通学、大学は日本の私立大学へ。卒業後1年半販売の仕事をしていたが、生活を大きく変えたいと考え、タガログ語のスキルを生かし再来比。
②母がフィリピン人で、タガログ語は子供の頃から家庭で。夏休みは日本で過ごしたので日本語は聞くことはできた。が、普通に会話できるようになったのは中1の頃から。英語は大学で学んだ。
③今思うと小学校の時は友達と"つるむ"ことがなかったと思う。「どうして私は他の子と違うのか」と悩んだことも。中高とバレーボール部で活動し徐々に友達が増えた。転機は高校時代。同じくフィリピン人のハーフの子がフィリピン人としてのプライドを持って生きていることに感化され、前向きになった。
④これまでの環境がなかったら、フィリピンでタガログ語で会話して働くこともなかった。フィリピン人は明るく陽気なところが良さ。今の会社でマネジメントを学んで次に生かしたい。



T.A.くん(23歳)

◆経歴：日本の公立小学校、中学校、高校へ（群馬）➡フィリピンの私立大学入学（IT,マネジメント系） 12月に卒業➡日本に帰国し、就活中。
◆語学：日本語５／英語2／タガログ語０
◆両親ともに日本人

①大学選択の時、父親が転勤でフィリピンへ行くことになり、人と違ったことをしたい！と考えフィリピンの大学進学を決意。周囲の猛反対にあったが「自己責任でいいなら勝手に」と両親の承諾を得て来比。時代に即応したマネジメント、ITを学ぶ私立の安全で比較的厳格な大学を選択。
②それまで英語は授業のみ。来比後半年間語学学校に通学。大学では全ての授業を録音、何度も聞きノートも学校用家用と２つ作り勉強。勉強した高校時代に比べても圧倒的な勉強量で取り組んだ。力がついたと感じたのは2年目から。今は勉強すればするほど、英語の奥深さを実感している。
③フィリピン人はアバウトなところもあるが、みなフレンドリー。多国籍の人と知り合えた。環境は日本と違うがあとは自分次第、自分がモチベーションを持ち続けられるような事(学部、雰囲気、清潔感、立地)何でもいいので見つけるのがオススメ！
④いったん日本で就活するが海外でに出て就労もしたい。



K.Y.くん(28歳)

◆経歴：日本生まれ、小中は日本で卒業、高校で来比、ローカルスクールへ編入し、大学も比で卒業。日本で就職し、転勤で再度来比。転職し比で結婚。
◆語学：日本語５／英語３／タガログ語Ⅰ
◆父日本人、母フィリピン人

①高校進学の時期に人生を変えるきっかけとして母の祖国のフィリピンに行こうと決意。母は驚きはしたが、ホームステイ先を探してくれて、来比。1学年繰り下げてローカルスクールに入学。
②授業はすべて英語、タガログ語だが、両方とも初心者。一年目は、周囲はやさしかったが、二年目には「そんなのもできないの?」といった雰囲気に。ストレスからか16kg体重が減少。時には言葉で表せないもどかしさで、壁や机を蹴飛ばすなどしたことも。その時、フィリピン人の担任の先生や学校長の先生が親身に、時間をかけて接してくれた。今も本当に感謝している。大学に入って、語学力がほぼ追い付き、年齢も、国籍も様々な人に会って学校生活と比での生活を楽しめるようになった。
③海外の学校では、非常に良い経験ができる。その反面、生活に慣れるまで、寄り添う人がそばにいることが大切だと思う。
④日本は僕の故郷だが、あのまま日本にいたら、様々な国の人と交流しながら働くこともなかった。ここで得た友人、知人を大切にこの地で生活したい。

Preschools
プレスクール



Primerウェブサイトでプレスクールをチェック！
（QRコードをスマホでスキャンしますとページが開きます）

オイスカマニラ日本語幼稚園
Oisca Manila Japanese Kindergarten　MAP F-3

東京に本部を置く国際NGO「オイスカ・インターナショナル」を母体としており、日本のカリキュラムに沿って日本語で保育を受けられるのが特徴。日本人としてのアイデンティティを持った児童の育成を目的に、四季折々のイベントやアクティビティも豊富に取り揃えている。また、外部の先生を招いた英語クラスも週に一度開催されており、英語に触れる機会にも配慮されている。園庭には遊具が完備され、園児たちは発育に必要なからだ作りを行いながら、のびのびと自由遊びをすることができるのも魅力の ひとつだ。






●住所／No. 69 Paseo de Roxas St., Urdaneta Vill., Makati●電話／02-894-3114、02-812-0565●ウェブサイト／www.oisca-youchien.com●フェイスブック／無●年間授業料／年長・年中・年少 USD4,800、未年少 USD 6,000（諸経費含まず）●対象年齢／未年少 ～2歳、年少 3～4歳、年中 4～5歳、年長 5～6歳●保育・授業時間／8時30分～14時50分●日本人の入学条件／なし●児童数／約80名●体験入学／有（無料で半日体験可）●外遊び／有●課外クラス／菜園活動など●スクールバス／有●制服／無（指定の帽子、通学かばん、体操服有）●施設設備／多目的ホール●昼食／園内、屋外遊具施設●途中編入／可

ウィズこども園
Childcare Center Whiz　MAP K-1

2019年4月、BGCにオープン予定のウィズこども園は、運動・スポーツ・体験プログラムを通して、こどもが自信を培い、相手を思いやるコミュニケーション力を高め、そして”あきらめない心”を育むことを目的とした幼児教育施設。こどもたちは、毎朝、運動プログラムから始まり、脳が活性化した後、様々なプログラムを体験できる。こどもたち一人ひとりがもつ、特別な力を開花させることができるように真剣にサポート。



●住所／Grand Central Park, BGC, Taguig City●電話／近日公開●ウェブサイト／近日公開●フェイスブック／近日公開●年間授業料／約39万PHP（税込・外部施設利用料と教材費込）●対象年齢／2019年4月1日時点で3歳～5歳●保育・授業時間／9時～15時 ※延長保育有●日本人の入学条件／申請書の提出、面談、健康診断書の提出●児童数／約45名●体験入学／無●外遊び／有●課外クラス／外部施設でのサッカー・運動や屋外での体験授業●スクールバス／有●制服／有●施設設備／多目的ホール●昼食／お弁当、お菓子を各自持参●途中編入／可

Cambridge Child Development Centre
ケンブリッジ・チャイルド・デベロップメント・センター　MAP D-3

シンガポールに本部があり、東南アジアを中心に展開する。日本人の多く住むマカティ、フォートボニファシオ、アラバンなど、フィリピン国内にも十数ヶ所のブランチを持つ人気の幼稚園。いずれも便利な市街地にあり、送迎をするには好都合。園内外でのイベントも盛んに行われており、その様子はホームページやFacebook で随時確認することができる。通常のクラスは半日だけだが、マカティ園舎では午後のプログラムも用意されている。





●住所／2/F Cambridge Centre Bldg., 108 Tordesillas St., Salcedo Vill., Makati●電話／02-844-8633、02-844-8392●ウェブサイト／cambridge.com.ph●フェイスブック／CambridgePhilippines●年間授業料／非公開●対象年齢／10ヶ月～6歳●保育・授業時間／学年によって9時～10時、8時～10時、10時30分～12時30分、8時30分～11時30分、12時30分～15時30分●日本人の入学条件／戸籍抄本もしくはパスポート、ワクチン接種証明書の提示●児童数／80～100名●体験入学／学年によって1日か3日間の体験入学有●外遊び／無●課外クラス／コンサート、野外授業など●スクールバス／無●制服／有●施設設備／屋内遊具●昼食／おやつが提供される（アレルギー・食事制限等の理由による持参可能）●途中編入／可

Happy Hearts @ Rockwell Club
ハッピーハーツプレスクール@ロックウェル　MAP G-1

ロックウェルの会員専用高級クラブ「Rockwell Club」内に構えるプレスクールだが、非会員も通うことができる。コンドミニアムの中にあるため、セキュリティーは万全。日本人の多さが特徴で、現在は全児童の約1/3を占める。児童のほとんどが外国人であるため、さまざまな国の行事や祝日に対応しており、子ども 異国の文化に触れさせたいという人におすすめ。学校に通う保護者が、料理やダンスなどを教える教室も定期的に開催される。






●住所／23 Amorsolo Drive, Rockwell Center, Makati ／1/F, One Rockwell West Tower, Rockwell Center, Makati（教室が2ヶ所ある）●電話／02- 216-7500／0917-811-3731●ウェブサイト／www.happyhearts.ph●フェイスブック／無●年間授業料／ハーフデイ P290,000、ホールデイ P360,000（諸経費含まず）●対象年齢／1歳半～6歳●保育・授業時間／ハーフデイ8時～11時、11時～14時　ホールデイ8時～14時●日本人の入学条件／無●児童数／25名●体験入学／3日間の体験入学有●外遊び／有●課外クラス／有●スクールバス／無●制服／無●施設設備／屋外遊具施設●昼食／各自お弁当を持参●途中編入／可

Fun-D-Mentals Preschool

MAP D-3

サルセドビレッジの閑静な住宅街にある幼稚園。 日本人からの人気が高く、生徒の８割を日本人が占める。英語教育を通して子どもたちの自主・自立性 を形成していくことを目的としており、生徒ががのびのびと生活できる環境を提供している。生徒の興味 や個性に合わせて行われる料理や絵画制作のアク ティビティも充実。入園時期や期間などに対して非 常に柔軟に対応していることに加え、整った安全面 や子どもたちの園内の様子を詳しく報告するレポー トは保護者からも好評価だ。






●住所／G/F Salcedo Mansion 109 Tordesillas St., Salcedo Village, Makati●電話／02-818-9764 / 0922-807-4983●ウェブサイト／fundamentalspreschool.weebly.com●フェイスブック／Fun-D-Mentals Preschool●年間授業料／午前クラス P146,840～P168,680、午後クラス P133,280～P168,680 (諸経費含まず)●対象年齢／1歳半～6歳●保育・授業時間、午前クラス 8時30分～11時30分、午後クラス 13時～15時30分●日本人の入学条件／無●児童数／約40名●体験入学／有●外遊び／有●課外クラス／有●スクールバス／無●制服／無●施設設備／プレイルーム(すべり台・ボールプール)など●昼食／各自持参●途中編入／可

マミー・インターナショナル マニラ校

Mommy International

MAP L-1

BGC、マニラ日本人学校の向かいにて運営している、2～6歳児までの幼稚園。開園2年が経ち、現在約50名程の園児を迎えている。当園では、海外にいるからこそ日本語、日本文化を重視。毎日の読み聞かせをはじめとし、日本の幼稚園や保育園で行っているプログラムやイベントを取り入れており、日本語でのコミュニケーションを大切にし、母国語で自分の気持ちを相手に伝えることができるよう心掛けている。英語のプログラムもあるが、楽しむ、慣れ親しむことを重視している。その他にも、運動やダンスなどのプログラムを取り入れている。






●住所／G/F Avecshares Center 1132 University Parkway North Fort Bonifacio Global City 1634 Taguig City●電話／02-807-2199、02-807-2178●ウェブサイト／mommy-int-manila.jp●フェイスブック／無●年間授業料／P264,000～P384,000 (入園料、教材費含む)●対象年齢、2歳～6歳●保育・授業時間／9時から12時、または9時から15時●日本人の入学条件／無　※4月1日現在の年齢によりクラス分け●児童数／約50名●体験入学／有●外遊び／有●課外クラス／無●スクールバス／有●制服／有●施設設備／無●昼食／お弁当、お菓子を各自持参●途中編入／可

Toddlers Unlimited

トドラーズ・アンリミテッド

MAP AG-3

1995年開校。アラバンのFestival Mall内に構えるフィリピン教育省認定の幼稚園。幼児教育全国協会の基準に沿った教育を提供。1歳クラスでは、おおむね園児一人に対し先生が一人という割合になっており、年齢が上がるほど先生の割合が少なくなる。先生とスタッフは医学の訓練を受けており、クラスに一人は応急処置の認定書を持った先生を配置している。混雑したモールの中というロケーション上、セキュリティーが気になる人にはモールの開店時間前の午前8時クラスがおすすめ。また、平日は忙しく送迎が難しいという家庭のために、1時間半の土曜日クラスも提供している。





●住所／3F Festival Supermall, Filinvest Corp. City, Alabang, Muntinlupa●電話／02-8504064、917-898-2557●ウェブサイト／toddlersunlimited.com●フェイスブック／ToddlersUnlimited●年間授業料／P80,000～P145,000 (諸経費含まず)●対象年齢／6ヶ月～5歳●保育・授業時間／年齢によって、8時～11時／8時～11時30分／10時30分～13時／1時30分～16時など●日本人の入学条件／無●児童数／約100名●体験入学／有●外遊び／無●課外クラス／無●スクールバス／無●制服／無●施設設備／無●昼食／お弁当を各自持参●途中編入／可

9th Avenue School

ナインス・アベニュー・スクール

MAP K-3

フォートボニファシオの9thアベニュー沿いにある幼稚園。「Liberal Education and America's Promise (LEAP)」のプログラムをベースに、さまざまなテーマに沿ったディスカッションやプレゼンテーションなどのカリキュラムを用意し、園児の積極性や自立心を伸ばすことを目的としている。ミーティングルームや滑り台をはじめとした プレイグラウンドも室内に完備。定期的にシェフを招いて開催されるクッキングアクティビティなど、「見る・触る」といった体験を通して学ぶ「スペシャルクラス」やスクール入学前の園児を対象とした「リーディングクラス」も充実。






●住所／Mezzanine Level, Active Fun Bldg., 9th ave. cor. 28th st., Fort Bonifacio, Taguig●電話／02-856-1478、0917-801-7529●ウェブサイト／www.9thavenueschool.com●フェイスブック／9thAvenueSchool●年間授業料／P124,000 (諸経費含まず)●対象年齢／2歳～5歳●保育・授業時間／2歳クラス 9時～11時30分／3歳クラス 9時～12時／4歳クラス 8時45分～11時45分／5歳クラス 8時30分～11時30分●日本人の入学条件／無●児童数／45名●体験入学／有●外遊び／無●課外クラス／リーディングクラス、アート・サイエンスのスペシャルクラスなど●スクールバス／無●制服／無●施設設備／室内にプレイグラウンド●昼食／各自持参●途中編入／可

Creative Play Corner

クリエイティブ・プレイ・コーナー　MAP I-3

1986年開校の歴史ある幼稚園。ブルゴスサークルという立地から、日本人やエキスパット層にも人気。授業が始まるまでの自由時間や、外遊びの時間など子どもたちがのびのびと過ごせる時間の他、読み書き、算数、図工などもしっかり学ぶことができる。課外授業は算数・理科、読み書き、ダンスの3クラスを提供。年間行事もまた楽しみのひとつだ。






●住所／2/F Forbes Town Center, Burgos Circle, Bonifacio Global City, Taguig●電話／02-403-3387、0917-844-1118●ウェブサイト／www.creativeplaycorner.com●フェイスブック／無●年間授業料／非公開●対象年齢、1歳6ヶ月～6歳6ヶ月●保育・授業時間／8時30分～11時、8時30分～11時40分、8時30分～12時、8時30分～14時30分●日本人の入学条件／無●児童数／約100名●体験入学／有●外遊び／有●課外クラス／有●スクールバス／無●制服／無●施設設備／遊具施設●昼食／各自持参まる●途中編入／可

Gymboree Preschool

ジンボリー・プレスクール　MAP G-1

米カリフォルニア発祥のこちらは、創立36年の歴史誇るプレスクールで、36ヶ国700ヶ所に展開しているグロー バルブランド。フィリピンではSMメガモール、ロックウェル・クラブ、マニラ・ポロ・クラブを含め15ヶ所に校舎を持つ。通常の授業に加え、美術、音楽、スポーツなど特定の分野にフォーカスしたクラスも実施。会員制度も用意しており、年会費P2,000で子どもオリンピックやクリスマスパーティなどの会員限定イベントへの参加、各種クーポンなど、さまざまな特典を楽しむことが出来る。






●住所／ The Rockwell Club, Amorsolo Building Rockwell Center, Makati●電話／02- 798-1718●ウェブサイト／ www.gymboree-ph.com●フェイスブック／ Gymboree●授業料／週1クラス (P4080／1週間) 週2クラス (P7500／1週間) (諸経費含まず) ●対象年齢／2～4歳●保育・授業時間／9時～17時●日本人の入学条件／無●児童数／各支店約100～300名●体験入学／有●外遊び／無●課外クラス／音楽、アート、スポーツなど●スクールバス／無●制服／無●施設設備／室内にプレイグラウンド●昼食／各自持参●途中編入／可

St. Michael's Playhouse

セント・ミカエルズ・プレイハウス　MAP G-2

知性だけでなく、身体や精神面の成長も目指すシュタイナー教育カリキュラムを採用する。ウッドの家具やおもちゃ、手編みのぬいぐるみなどが飾られたアットホームな雰囲気が特徴。こちらでは先生は「Tita（おばちゃん）」と呼ばれ、悪いことをしたら叱るのではなく、良いことをした時に褒めることで、子どもをやさしく指導する。毎週月曜日の10時～12時には、9ヶ月～2歳半の子ども向けに親子で参加する「Parent Child Program」を実施。






●住所／6241 Palma cor Mañalac Sts., Poblacion, Makati●電話／093-925-0848●ウェブサイト／ stmichaelplayhouse.com●フェイスブック／ stmichaelplayhouse.makati●年間授業料／非公開●対象年齢／3～5歳●保育・授業時間／ハーフデイ 8時30分～12時、フルデイ 8時30分～16時30分●日本人の入学条件／無●児童数／16名●体験入学／有●外遊び／無●課外クラス／サマープログラム、遠足など●スクールバス／無●制服／無(なるべくキャラクターやロゴの少ない服推奨) ●施設設備／屋内外に遊具、屋外に砂場●昼食／給食●途中編入／可

Edith Learning Center International Preschool

エディス・ラーニング・センター・インターナショナル・プレスクール　MAP AE-1

韓国人経営の幼稚園。1歳児から入園が可能で、朝9時から15時まで預かってもらえる。長期休暇も他のスクールと比べて少ないので、家でお子さんが退屈する事もない。スクールバスや給食があるのも親にとっては嬉しいポイント。給食や行事などの写真をFacebookに投稿しているので、園生活をチェックすることもできる。午前中は勉強中心、午後はスポーツなどのアクティビティ中心のプログラムとなっており、午前中で終わることもできるが、多くの子どもたちは午後のプログラムも受けている。






●住所／ Unit 101-102 Kennedy Center Prime St. Madrigal Business Park 2 Ayala Alabang Muntinlupa City●電話／02-823-3129、02-904-3498、0916-790-7890、0921-345-2719●ウェブサイト／ edithpreschool.com●フェイスブック／ edithlearningcenter●授業料／非公開●対象年齢／1～6歳半●保育・授業時間／9時～12時・9時～15時●日本人の入学条件／無●児童数／約20名●体験入学／有●外遊び／無●課外クラス／テコンドー、バレエ、ヨガなど●スクールバス／有●制服／無●施設設備／屋内遊戯施設●昼食／給食もしくは各自持参●途中編入／可

International Schools
学校

Primerウェブサイトてスクールをチェック！
（QRコードをスマホてスキャンしますとページが開きます）

在フィリピン日本国大使館附属マニラ日本人学校

Manila Japanese School Attached to the Embassy of Japan　MAP L-2

フィリピンの高級地区であるフォートボニファシオに位置する小・中の一貫校。4ヘクタールの広々とした綺麗な校舎で、電子黒板など最新の設備を有し、日本国内と同等の教育環境を提供。日本へ帰国した時にも十分対応できるように、学習環境や指導の充実に努めている。本校の特色として、英語教育に力を入れており、小1からはじまる「英会話」の授業は6段階のグレードに分かれ、小6までは週2時間実施し、中学生では通常の英語の授業の他に週1時間実施。一方、24時間の警備体制のもとで、年間を通して行われる水泳の授業・委員会・クラブ活動等をはじめ、社会科見学や、バギオ、セブへの修学旅行など「実際に体験して学ぶ」機会が多くあるのも魅力のひとつ。さらに大きな行事として、大運動会、MJSフェスティバル、水泳大会なども。地元の小中学校との交流活動もあり日本文化の伝達、フィリピン文化の理解など、国際理解教育にも力を入れている。

●住所／University Park, Bonifacio Global City, Taguig●電話／02-840-1424 to 27●ウェブサイト／mjs.org.ph●フェイスブック／無●年間授業料／小 P168,000、中 P171,600（入学金・諸経費含まず）●対象年齢／6歳～15歳●授業時間／7時30分～14時15分か15時15分●スクールバス／無●制服／無●日本人の入学条件／日本国籍を有していること、日本国籍を有する保護者と同居していること●学校年度／1学期(4月～7月)／2学期 (9月～12月)／3学期 (1月～3月)　●障がい児の受け入れ／不可●ウェイティング制度／無●体験入学／無●課外クラス／保護者が運営するクラブ活動など●児童数／400～450名●施設設備／プール、体育館、美術・音楽・技術・理科・図書室など、WIFI完備●昼食／お弁当を各自持参●途中編入／可






International School Manila

インターナショナル・スクール・マニラ　MAP L-2

日本人に人気のインターナショナルスクール。世界70ヶ国以上から生徒が集まり、多彩な交友関係を築ける。先生の顔ぶれも国際色豊かで、せっかくなら日本と違った教育を受けさせたいという方には◎。また世界のインターナショナルスクールを対象としたテストでも平均以上の結果を残しており、学力の面でも申し分なし。PTA活動も活発なため、親子で国際交流がしたいという人には魅力的な学校だろう。 大変人気があるため、入学までに時間がかかる場合もある。

●住所／University Parkway, Fort Bonifacio Global City, Taguig ●電話／02-840-8400●ウェブサイト／www.ismanila.org●フェイスブック／internationalschoolmanilaph●年間授業料／$7,600+P244,000～$15,550+P500,000（諸経費含まず）●対象年齢／3～18歳●授業時間／7時30分～14時15分（水曜のみ8時30分～14時15分）●スクールバス／有●制服／有●日本人の入学条件／ビザの提示（観光ビザは不可）●学校年度／1学期（8月～10月）2学期(10月～12月) 3学期(1月～3月) 4学期 (3月～6月) ●障がい児の受け入れ／可●ウェイティング制度／有●体験入学／有●課外クラス／遠足やスポーツ●児童数／2,200名(日本人7%)●施設設備／劇場、メディアセンター(図書館+パソコン)、競技用プール、小プール、ダイビング用プール、運動場、冷房付き体育館、ダンススタジオ、テニスコートなど●昼食／給食●途中編入／可






Brent International School Manila

ブレント・インターナショナル・スクール・マニラ　MAP外

100年以上の歴史を持つインターナショナルスクールで、約40ヶ国の児童と10ヶ国の教師が集まる。現在の校舎は1984年に開校したが、管理の行き届いた設備や施設は清潔さが保たれており、各教室にMacBookやiPadなど最新のデバイスも完備。日本人の間では知名度が高く高等部から入学させるケースが多いが、高い英語力が要求されるため、遅くても小学校5年生から入学させて英語力を身につけさせることが望ましい。UN Dayや International Food Festivalなど、国際色豊かな行事も行われる。

●住所／Brentville Subdivision, Barangay Mamplasan, Biñan, Laguna●電話／02-511-4330●ウェブサイト／brent.edu.ph●フェイスブック／無●年間授業料／$3,376+P154,664～$9,120+P418,900（諸経費含まず）●対象年齢／3～18歳●授業時間／8時～14時35分●スクールバス／有●制服／有●日本人の入学条件／パスポートとビザの提示（児童と父・母のどちらか1名)●学校年度／1学期(8月～12月) 2学期(1月～5月)●障がい児の受け入れ／可●ウェイティング制度／有●体験入学／無●課外クラス／スポーツ、パソコン、ボードゲーム、その他多数のクラブ●児童数／1,040名 (日本人3%) ●施設設備／体育館、テニスコート、プール、メディアセンター、パソコン室、理科室、音楽室、劇場、クリニック、カフェテリア、チャペル●昼食／カフェテリア●途中編入／可






British School Manila

ブリティッシュ・スクール・マニラ　MAP L-2

1976年に創設され、イギリス本国の教育制度に基づいた英国ナショナルカリキュラムを採用している元祖ブリティッシュ系インターナショナルスクール。教育水準が高く、卒業生の多くはは世界中の一流大学に入学している。現在、世界44ヶ国の学生が在籍。すべての講師は高い水準の訓練を受けているので、児童一人ひとりが質の高い授業を受けることが出来る。コミュニティー意識が強く、ホリスティック教育を重んじ、国際性のある生徒を育てている。Visual Performing Arts Buildingを筆頭に、芸術・音楽・演劇関連の施設が充実しているのも魅力の一つ。






●住所／36th St., University Park, Bonifacio Global City, 1634 Taguig●電話／02-860-4800●ウェブサイト／ www.britishschoolmanila.org●フェイスブック／ BritishSchoolManila●年間授業料／ GBP2,400+P228,600～ GBP6,270+P594,465（諸経費含まず）●対象年齢／3歳～18歳●授業時間／月～水・金曜 7時40分～14時30分、木曜 8時10分～14時30分●スクールバス／有●制服／有●日本人の入学条件／健康診断書、過去2年の成績表、パスポート、ビザ等の提出●学校年度／1学期 (8月～12月) 2学期 (1月～4月) 3学期 (4月～6月) ●障がい児の受け入れ／中度障がい児の受け入れ可●ウェイティング制度／有●体験入学／6年生まで有●課外クラス／英語話者でない学生のためのESLプログラムなど●児童数／950名●施設設備／科学実験室、ドラマ教室、IBルーム、ラーニングセンター●昼食／食堂●途中編入／可

Nord Anglia International School Manila

ノード・アングリア・インターナショナル・スクール・マニラ　MAP X-3

英国ナショナルカリキュラムを使用し、英国の学校と同じ教育水準で学ぶことができる。現在、日本をはじめ27ヶ国の児童が通っており、英語を母国語をしない児童に向けた「ESL (English as a Second Language)プログラム」なども充実。食事面では、アレルギーのある児童やベジタリアンに対応した給食 を用意。特にアレルギー性食品の取り扱いに厳しく、教室にナッツ類を持ち込むことが禁止されている。






●住所／ Bradco Ave., Aseana Business Park, Parañaque●電話／02-519-5799●ウェブサイト／ www.nordangliaeducation.com/our-schools/philippines/manila/international● フェイスブック／ NAISManila●年間授業料／ P272,620～990,521（諸経費含まず）●対象年齢／2～16歳●授業時間／7時30分～14時30分●スクールバス／有●制服／有有●日本人の入学条件／戸籍抄本、推薦状 (英訳したもの) ●学校年度／1学期 (8月～12月) 2学期 (1月～4月) 3学期 (4月～6月) ●障がい児の受け入れ／有●ウェイティング制度／有●体験入学／有●課外クラス／水泳、スポーツ、美術など●児童数／約400名●施設設備／電子黒板、人工芝サッカー場、IT環境、体育館、舞台、プール、MacBook・iPad●昼食／給食(おやつは持参可能)●途中編入／可

German European School

ジャーマン・ヨーロピアン・スクール　MAP外

授業内容がドイツ語で行われるGerman Sectionと英語で行われるInternational Sectionに分かれる。途中でセクションを乗り換えることも可能（カリキュラムの違いにより、1、6、8年生での乗り換え推奨）。マニラで最もヨーロッパ国籍の多い学校の一つであり、グローバルな環境の中で学ぶことができる。フランス人学校のLycée Français de Manilleと校舎を共有するため、両校合わせて700名以上、50国籍の児童が集まる。






※写真は公式Facebookから

●住所／75 Swaziland Street Better Living Subdivision 1711 Paranaque City, Philippines●電話／+63 2-776-1000●ウェブサイト／ www.gesm.org●フェイスブック／ GermanEuropeanSchoolManila●年間授業料／非公開●対象年齢／3～18歳●授業時間／ €1,820+P166,000～ €5,070+P460,000●スクールバス／有●制服／無●日本人の入学条件／パスポート、ビザ、ACRの提示●学校年度／1学期(8月～11月) 2学期(11月～3月) 3学期(3月～6月)●障がい児の受け入れ／無●ウェイティング制度／有●体験入学／1週間の体験入学有●課外クラス／模擬国連、スポーツ、バンド、ロボット工学●児童数／340名●施設設備／理科室、図書室、オーディトリアム、プールなど●昼食／カフェテリア●途中編入／可

Reedley International School

リードリー・インターナショナル・スクール　MAP外

オルティガスにあるこちらは、WASC（米国西部地域私立学校大学協会）認定の学校。最大の特徴は「SCP（Small Classroom Program)」と称して、各クラスの児童数を最大15名に留めていること。クラスを少人数にすることで、大人数のクラスだと緊張してしまう児童もストレスを感じることなく授業に集中できる。また、教師が生徒一人一人に対応しやすいという利点もある。いじめ対策に力を入れ、毎年「アンチいじめキャンペーン」を実施している。



● 住 所 ／ J. Cruz St. Barangay Ugong, Pasig● 電 話 ／02-925-9472● ウ ェ ブ サ イ ト ／ reedleyschool.edu.ph●フェイスブック／ reedleyphilippines●年間授業料／非公開●対象年齢／Pre-K, Kindergarden, Grades 1-6, Junior High School and Senior High School.●授業時間／●スクールバス／有●制服／有●日本人の入学条件／パ スポート、ビザ、SSP（特別就学許可証）など●学校年度／1学期 (6月～8月) ／2学期 (9月～11月) ／3学期 (12月～3月) ●障がい児の受け入れ／有(軽度の学習障害なら受け入れ可) ●ウェイティング制度／無●体験入学／無●課外クラス／無料学習コンサルタント、放課後授業●児童数／非公開●施設設備／カフェテリア、図書室、パソコン室、理科室など●昼食／カフェテリアもしくは各自持参●途中編入／可(9月末まで)

Southville International School and Collages

サウスビル・インターナショナル・スクール・アンド・カレッジ　MAP外

1990年開校、高級住宅街BFホームズ内部に位置するプライベートスクール。生徒の30％が外国籍という国際色豊かな環境を提供し、国際バカロレア（IB）などのプログラムを取り入れている。






●住所／1281 Luxembourg Street corner Tropical Avenue, BF International, Las Piñas City, Metro Manila●電話／02-825-63-74 local 100、0917-853-2450●ウェブサイト／www.southville.edu.ph●フェイスブック／sisc.monarchs●年間授業料／$ 3,000～$3, 700（諸経費含まず）●対象年齢／3～18歳●授業時間／Preschool 8時30分～12時30分、Grade School 8時15分～15時、High School 7時30分～16時30分●スクールバス／有（ラスピニャス、パラニャーケ、モンテンルパ方面）●制服／有●日本人の入学条件／パスポート、SSP（特別就労許可証）●学校年度／1学期（7月～10月）2学期（10月～2月）3学期（2月～5月）●障がい児の受け入れ／無●ウェイティング制度／無●体験入学／有●課外クラス／バレエ、バスケットボール、サッカー、バレーボール、空手など●児童数／非公開●施設設備／IB教室、ジム、ミニ劇場、サッカー場、ダンススタジオ●昼食／カフェテリアもしくは各自持参●途中編入／可

Singapore School Manila

シンガポール・スクール・マニラ　MAP外

3歳（Nursery）から15歳（Secondary 4）まではシンガポールのカリキュラム、それ以降は国際バカロレアのプログラムを取り入れたインターナショナルスクール。Secondary 2までは学校以外の生活を重視するため、宿題なしのポリシーを掲げる。クラークとセブにも校舎を持つ。



※写真は公式Facebookから

●住所／Lots 1 and 40 East St. East District Aseana City, Paranaque●電話／02-500-4672、02-966-9315、02-225-4899、0917-536-3920、0917-802-5352●ウェブサイト／www.singaporeschoolmanila.com.ph●フェイスブック／singaporeschool●年間授業料／非公開●対象年齢／3～18歳●授業時間／Preschool 8時～11時20分、12時40分～16時、Primaryと Secondary 8時～15時、8時～16時●スクールバス／有●制服／有（金曜日除く）●日本人の入学条件／無●学校年度／1学期（8月～11月）2学期（11月～3月）3学期（3月～6月）●障がい児の受け入れ／有（程度による）●ウェイティング制度／有●体験入学／1週間の体験入学有●課外クラス／音楽、演劇、テコンドー、サッカーなど●児童数／550名●施設設備／バスケットボールコート、サッカー場、劇場●昼食／売店もしくは各自持参●途中編入／可（海外の学校から転校した場合のみ

MIT International School

MIT・インターナショナル・スクール　MAP AD-1

一クラスの人数を抑えているため、生徒一人ひとりに目が行き届いていることがメリット。数学、理科、英語の授業に注力し、これらの科目にフォーカスした補習授業やTOEFL・IELTS合格に向けた課外授業も行っている。



※写真は公式Facebookから

●住所／Alabang-Zapote Rd. cor Don Manolo Blvd.●電話／02-809-1616●ウェブサイト／www.mitis.edu.ph●フェイスブック／MITISPH●年間授業料／P121,000～P229,162（諸経費含まず）●対象年齢／3～17歳●授業時間／8時～15時●スクールバス／有●制服／有●日本人の入学条件／戸籍抄本、児童、両親（もしくは保護者）のパスポート、推薦状●学校年度／1学期（8月～10月）2学期（10月～1月）3学期（1月～3月）4学期（3月～5月）●障がい児の受け入れ／無●ウェイティング制度／有●体験入学／有●課外クラス／英語、中国語、ドイツ語の言語クラス、英語、数学、理科の補習授業、TOEFL・IELTS対策など●児童数／約100名●施設設備／研究室、各教室にテレビ●昼食／カフェテリア●途中編入／可

The Beacon Academy

ザ・ビーコン・アカデミー　MAP外

2009年開校。スイスの国際バカロレア（IBO）公認の学校であり、主に大学受験に特化したIBカリキュラムを提供する。４年制の学校で、対象年齢は14～18歳。



●住所／Cecilia Araneta Parkway Biñan, Laguna●電話／02-425-1326●ウェブサイト／www.beaconacademy.ph●フェイスブック／beaconacademyph●年間授業料／非公開●対象年齢／14～18歳●授業時間／8時～15時●スクールバス／有●制服／有●日本人の入学条件／SSP（特別就学許可証）、推薦状など●学校年度／1学期（8月～12月）2学期（1月～5月）●障がい児の受け入れ／有（程度による）●ウェイティング制度／無●体験入学／無●課外クラス／コーラス、模擬国連、World Scholar's Cup、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、フリスビー、サッカー、チェス、陸上、水泳、ダンス●児童数／約120名●施設設備／実験室、オーディトリアム、サッカー場、オリンピック級プール、バスケットボールコート、アートギャラリー●昼食／カフェテリア●途中編入／可

Canadian American School

カナディアン・アメリカン・スクール　MAP D-4

BGCとマカティの2か所にあり、合わせて28国籍の児童が通う。プレスクールから授業で英語や日本語も含め7ヶ国語に触れ、高学年でも言語学習が行われる。障がいを持つ子どもに向けたセラピーや補習授業にも力を入れている。



●住所／2/F Salustiana D. Ty Tower, 104 Paseo de Roxas, Legaspi Village, Makati●電話／02-463-1669●ウェブサイト／www.canamschool.org●フェイスブック／CanAmSchoolManila●年間授業料／USD 5,900～USD13,600（諸経費含まず）●対象年齢／1歳～18歳●授業時間／8時開始／終了時間 Preschool 11時、Kindergarten 12時30分●スクールバス／有●制服／有●日本人の入学条件／パスポート、ビザ、推薦状などの提出。英語検定試験を受験●学校年度／1学期（9月～12月）2学期（1月～3月）3学期（4月～6月）●障がい児の受け入れ／有●ウェイティング制度／無●体験入学／有●課外クラス／スポーツ、サマースクールなど●児童数／非公開●施設設備／プール、運動場など●昼食／給食または各自お弁当持参●途中編入／可

Domuschola International School

ドムスコーラ・インターナショナル・スクール　MAP外

2000年に創立した「Second Mom Child Care 幼稚園」の小学部として、2006年にオープン。「Domuschola」とは、ラテン語の「家庭」と「学校」という２つの意味を合わせた造語で、家庭と学校の連携を密にしていくという強い思いが込められている。「国際バカロレア」の認可を受けた「国際プライマリーイヤーズプログラム（PYP）」と第2教育プログラムとして「Cambridge Secondary Curriculum」を使用している。視覚芸術やIT、サイエンスなどに触れる機会を多く持つことで、次世代の柔軟な発想の育成に力を入れている。






●住所／#13 J. Cruz Street, Barangay Ugong Pasig City●電話／02-635-2002、02-6359743、0927-651-5669●ウェブサイト／www.domuschola.edu.ph●フェイスブック／domuscholaschool●年間授業料／P130,501～P333,570（諸経費含まず）●対象年齢／3～18歳●授業時間／7時30分～15時30分●スクールバス／有●制服／有●日本人の入学条件／パスポート、ACR／ICRカード、SSP（就学許可証）など●学校年度／1学期（8月～11月）、2学期（12月～2 月）、3学期（2月～5月）●障がい児の受け入れ／有●ウェイティング制度／無●体験入学／無●課外クラス／クラブ活動など●児童数／約250名●施設設備／バスケットボールコート、音楽室、屋内 遊具、演劇室、コンピュータルーム、図書室など●昼食／カフェテリアもしくは各自持参●途中編入／可

Local Private and Public Schools
学校

Primerウェブサイトてスクールをチェック！
(QRコードをスマホてスキャンしますとページが開きます)

Colegio San Agustin
コレヒオ・サン・アグスティン

MAP外

1969年に創立。マカティの高級住宅街の中に立地し、幼稚園から高等部までの一貫教育を提供する。外国人の比率は11%で、フィリピンのプラ イベートスクールの中でも高い。校舎内にある2階建てのスポーツ施設には、バスケットボールコート、複数の体育館、テニスコート、運動 場、競技用プール、カフェテリアなどを併設。3人の元フィリピン代表オリンピック選手がクラブ活動などのコーチを務める。






●住所／Palm Ave., cor. Carissa St., Dasmariñas Village, Makati●電話／02-843-9998/02-844-2002/02-844-3723●ウェブサイト／www.csa-binan.edu.ph (ラグナ校) ●フェイスブック／csamakatiofficial●年間授業料／P112,000から (諸経費含まず) ●対象年齢／5歳半～18歳●授業時間／月～水曜 7時25分～14時40分／火～金曜 12時15分～15時50分 (1～2年生)／7時30分～14時50分 (3年生以上) ●スクールバス／有●制服／有●日本人の入学条件／パスポート、就学許可●学校年度／1学期(6月～8月) 2学期(9月～10月) 3学期(11月～12) 4学期(1月～3月)●障がい児の受け入れ／有●ウェイティング制度／無●体験入学／無●課外クラス／遠足、クラブ活動など●児童数／非公開●施設設備／バスケットボールコート、テニスコート、プール、運動場などを含めたスポーツ施設、劇場、カフェテリアなど●昼食／カフェテリア●途中編入／可

Ateneo de Manila University
アテネオ・デ・マニラ・ユニバーシティ

MAP外

1859年に創立したAteneo de Manila大学は、良家の子どもが通う名門校で、小・中学部と高等部が付属。同じキャンパス内に小学部から大学部があり、大学部以外は男子校となっている。ケソン市に立地し、緑の多い100ヘクタールの広いキャンパスが特徴。モットーは「To be Persons for Others（他人のための人になる)」。2014年からは、幼稚園から高等学校までを義務教育とする「K12」カリキュラムに移行した。教師は毎年、大学院教育課程や人格養成プログラムを通して訓練をしている。






●住所／Katipunan Ave., Loyola Heights, Quezon City●電話／02-426-6001 local 7101, 7102, 7103●ウェブサイト／www.ateneo.edu●フェイスブック／ateneodemanila●年間授業料／非公開●対象年齢／3～18歳●授業時間／プレスクール 7時30分～12時、1年生～7時15分～14時30分、7時15分～15時●スクールバス／有●制服／有●日本人の入学条件／パスポート、ACR(Alien Certificate of Registration)、英語と基礎レベルのタガログ語を理解できること●学校年度／1学期 (6月～8月)、2学期(9月～10月)、3学期(11月～12)、4学期 (1月～3月)●障がい児の受け入れ／無●ウェイティング制度／無●体験入学／無●課外クラス／遠足、クラブ活動、家族イベント、カトリック礼拝式など●児童数／約3,000名●施設設備／劇場、講堂、屋内校庭、プール、図書室、メディアセンター、コンピュータ室●昼食／カフェテリア●途中編入／無

La Salle Greenhills
ラ・サール・グリーンヒルズ

MAP外

1959年創立のこちらは、フィリピン名門大学のひとつ であるDe La Salle大学付属の学校で、同系列学校の中で唯一の男子校でもある。小学部から高等部までの一貫教育が可能で、大学とは別の校舎を構える。カトリック校だが、異なる宗教の児童も受け入れている。授業は主に英語で行われるので、インターナショナルスクールよりも低料金で英語力を身につけさせたいという人におすすめ。ただし、フィリピン人以外の児童は「Special Filipino プログラム」でタガログ語を学ぶ必要がある。






●住所／Ortigas Ave., Mandaluyong●電話／02-721-0296●ウェブサイト／www.lsgh.edu.ph●フェイスブック／LSGH1959●年間授業料／非公開●対象年齢／4～18歳●授業時間／7時～15時30分●スクールバス／有●制服／有●日本人の入学条件／ACR(Alien Certificate of Registration)、パスポートなど●学校年度／1学期 (6月～8 月)、2学期 (9月～10月)、3学期 (11月～12月)、4 学期 (1月～3月) ●障がい児の受け入れ／有●ウェイティング制度／無●体験入学／無●課外クラス／毎週金曜にスポーツ、算数、メディア、写真撮影など、さまざまなクラブ 活動が行われる●児童数／3,000～3,200名●施設設備／体育館、テニスコート、プール、パソコン室、チャペル、カフェテリア、家庭科室など●昼食／お弁当を各自持参、もしくはカフェテリア●途中編入／可 (1学期中のみ可能)

UP Integrated School
ユーピー・インテグレーテッド・スクール

MAP外

名門大学University of the Philippines付属のパブリックスクール。入学はKindergarten（5歳）もしくは7年生（13歳）からとなっており、途中編入は交換学生など特別なケースを除いて基本受け付けていない。また、生徒の60%はUP大学部職員の子どもでなくてはならないという決まりもある。一方でエスカレーター式となっており、6年生から7年生へは無試験で進学できるようになっている。他校の生徒に向けた7年生の入学試験は、6年生から進学する児童数が定員に満たない場合のみ実施され、更に、受験するには前の学校の成績が上位でなければならないため、ハードルが高め。






●住所／A.Ma.Regidor cor. Quirino Avenue,Diliman, Quezon City●電話／02-929-7797●ウェブサイト／http://www.upis.upd.edu.ph/●フェイスブック／OfficialUPIS●年間授業料／P31,500 (諸経費含まず) ●対象年齢／3～18歳●授業時間／9時～11時、8時30分～12時30分、8時30分～15時20分●スクールバス／有●制服／有●日本人の入学条件／ビザ、パスポートなど●学校年度／1学期(8月～10月) 2学期(10月～12月) 3学期(1月～3月) 4学期(3月～5月)●障がい児の受け入れ／無●ウェイティング制度／有●体験入学／無●課外クラス／各種スポーツ、科学研究など●児童数／約1,500名●施設設備／スポーツ関連施設、研究室、オーディトリアム●昼食／カフェテリアもしくは各自持参●途中編入／可

Montessori de Manila

モンテソーリ・デ・マニラ　MAP外

ラス・ピニャスの高級住宅街、BF ホームズ内にある創立26年のプライベートスクール。モンテソーリ教育法に基づき、子どもの五感を刺激し、暗記ではなく経験によって学ばせる「感覚教育」を取り入れている。また、子どもの自発性を重視し、子どもの好奇心を触発する自由度の高い環境を提供。National Achievement Test（フィリピンで6〜10年生の児童を対象に行われる学力テスト）で、ラス・ピニャス内の学校のうちベスト10に入る高学力を誇る。






●住所／Las Piñas 73 Pablo Roman St., BF Homes Executive Village, Las Piñas●電話／02-805-9863●ウェブサイト／www.montessoridemanila.edu.ph●フェイスブック／montessoridemanila●年間授業料／P78,005〜P101,870（諸経費含まず）●対象年齢／3歳〜16歳●授業時間／確認●スクールバス／有●制服／有●日本人の入学条件／ACR（Alien Certificate of Registration）、就学許可、子ども、保護者のパスポートなど●学校年度／1学期(6〜8月)、2学期(9〜10月)、3 学期(11〜12月)、4学期 (1月〜3月) ●障がい児の受け入れ／無●ウェイティング制度／無●体験入学／無 ●課外クラス／運動会、遠足、栄養週間、読書週間、キャンプなど●児童数／約500名●施設設備／図書室、コンピューター室など●昼食／給食●途中編入／可(10月の第1週まで可能)

Maria Montessori Foundation

マリア・モンテソーリ・ファウンデーション　MAP外

アラバンの高級住宅街あり、主に地元の子どもが通うこちらのプライベート スクールでは、モンテソーリ教育法に基づいて授業が行われる。クラスは「マルチエイジ・グルーピング」と呼ばれる手法で分けられ、年齢の異なる児童が同じクラスで学ぶ。緑の多い校舎が 特徴で、教室は広々とした造りで窓もたくさんあり、自然光を多く取り入れた開放的な空間になっている。広い庭や運動場、プールなどの施設も充実。 保護者以外の人が子どもを迎えに来る際は、保護者からの事前連絡や当人の身分証明書の提示を必要とするなど、セキュリティー対策が充実しているのも嬉しい。






●住所／Caimito Drive, Ayala Alabang Village●電話／02-842-4409●ウェブサイト／www.mmfi.edu.ph●フェイスブック／MariaMontessoriManila●年間授業料／Php 160000●対象年齢／3〜18歳●授業時間／3歳 7時30分〜10時30分・9時〜12時、4歳 7時30分〜12時、5歳 7時30分〜13時30分、6〜9歳 7時30分〜15時10分、9〜12歳 7時30分〜15時30分●スクールバス／有●制服／無 ●日本人の入学条件／ACR (Alien Certificate of Registration)、パスポートなど●学校年度／1学期 (6〜8月)／2学期 (8〜10月)／3 学期 (11〜1月)／4学期 (1〜3月) ●障がい児の受け入れ／無●ウェイティング制度／有●体験入学／有●課外クラス／ピアノ、声楽、スポーツなど●児童数／約200名●施設設備／音楽室、図書室、ジム、運動場、プール、美術室、食堂●昼食／給食●途中編入／可(各学期開始時に編入可能)

Acacia Waldorf School

アケイシア・ウォルドルフ・スクール　MAP外

シュタイナー教育のカリキュラム を採用したこちらの学校。小規模な 保育園からはじまり、設立当初は児童の自宅で運営を行っていたが、生徒からの寄付金などで徐々に拡大。教師は毎年行われるATT（Asian Teacher Training）に参加し、オランダのシュタイナー講師による訓練を 受けている。マニラから遠いのが難点だが、こちらに通う日本人の保護者からは「自然の多い校舎と学校のコミュニティーが気に入っている」と好評。




●住所／Hacienda Sta. Elena Sta. Elena City, Sta. Rosa, Laguna● 電 話 ／0917-554-0435、0998-980-8185●ウェブサイト／acaciawaldorfschool.com●フェイスブック／AcaciaWaldorf●年間授業料／P47,520〜166,320（諸経費含まず）●対象年齢／1〜18歳●授業時間／8時30分〜12時45分●スクールバス／無●制服／無●日本人の入学条件／パスポート、ビザなどの提示●学校年度／1学期(6〜8月)／2学期(9〜10月)／3 学期(11〜12月)／4学期(1月〜3月)●障がい児の受け入れ／有●ウェイティング制度／無●体験入学／有●課外クラス／遠足●児童数／非公開●施設設備／屋外遊具、体育館、砂場●昼食／給食もしくは各自持参●途中編入／可

Caritas Don Bosco School

カリタス・ドン・ボスコ・スクール　MAP外



カリタス修道女会が1994年に設立。ドン・ボスコの教育理念である「I Love, therefore, I serve.」をモットーに、奉仕する心を養う。日本にある姉妹校と積極的に交流の機会を持ち、毎年ホストファミリーやイングリッシュキャンプを通して、異文化交流の中でコミュニケーション能力の向上も図っている。ロボット工学など、少しめずらしい課外授業も。

●住所／Laguna Blvd., Laguna Technopark, Brgy. Biñan, Biñan City, Laguna 4024●電話／049-541-2954●ウェブサイト／caritasdonbosco.weebly.com●フェイスブック／CaritasDonBoscoSchool●年間授業料／P68,000〜P87,000（諸経費含まず）●対象年齢／3〜17歳●授業時間／始業時間7時、終了時間 12時30分(1，2年生) 15時45分(3年生以上)●スクールバス／有●制服／有●日本人の入学条件／ACR(Alien Certificate of Residence)とパスポート・ビザ(コピー可)の提示●学校年度／1学期(6月〜8月) 2学期(9月〜10月) 3学期(11〜12月) 4学期(1月〜3月)●障がい児の受け入れ／有●ウェイティング制度／無●体験入学／無●課外クラス／ロボット工業、スポーツなど●児童数／1,400〜1,500名●施設設備／ロボット工学室、パソコン室、体育館、運動場、チャペルなど●昼食／お弁当(1〜3年生)、カフェテリア(4年生以上)●途中編入／可(1学期中のみ可能)

選択肢としてのホームスクーリング

ホームスクーリングって？

学校に通学するのではなく、家庭に拠点を置いて学習する教育方法のひとつ。

ホームスクーリングを選択する理由は様々で、「家が学校から遠い」「宗教的・思想的な理由で学校の学習内容は適当でない」「健康面等に問題がある」などがあげられ、その他にも芸能活動やスポーツ活動を積極的に行っている子どものライフスタイルなどにあわせて選択する家庭も多い。

ホームスクーリングでは、教科書などを使い保護者が教師役をつとめる、もしくはインターネットでの在宅受講をするのが一般的だが、フィリピンではアメリカのカリキュラムを選択し、ホームスクーリングセンターに通うことも可能だ。

Bright Young Minds　ブライト・ヤング・マインズ

アラバンタウンセンターの近くにあるホームスクーリング センター。授業時間を自由に調整できることが最大の利点で、スポーツなど課外活動に時間を充てたい人が利用することが多い。また、苦手な科目を克服するまで取り組めたり、興味のある科目にもっと時間をかけたり、自分のペースにあったフレキシブルな学習プランを立てられるのも魅力的。フィリピン国内やアメリカの指定された学校と提携をしているため、児童はその学校に在籍しながら、授業はこちらのホームスクーリングで受けることができる。自宅でホームスクリーングを行っている保護者に教 材を薦めたり、学習プランを作ったりと、依頼すればホームサポートのサービスも行ってくれる。




●住所／Unit 304, 3rd floor Venture Building Prime Street, Cupang, Muntinlupa●電話／02-774-3747●ウェブサイト／bymindsph.wordpress.com●フェイスブック／byminds.muntinlupa●年間授業料／P40,000（諸経費含まず）●対象年齢／8〜15歳●授業時間／8時〜14時●スクールバス／無●制服／無●日本人の入学条件／戸籍抄本●学校年度／6月〜3月●障がい児の受け入れ／有●ウェイティング制度／無●体験入学／無●課外クラス／遠足など●児童数／約30名●施設設備／パソコン完備●昼食／お弁当を各自持参●途中編入／可

他にもある 学校・プレスクール

学校名	対象年齢	所在地	電話番号	ウェブサイト	フェイスブック
MGC New Life Christian Academy MGC・ニュー・ライフ・クリスチャン・アカデミー	2歳10ヶ月～16歳	Lot 2, Block 18 University Parkway Fort Bonifacio Global City, Taguig	02-816-4233	mgcnewlife.ph	mgcnewlife
Everest Acedemy Manila エベレスト・アカデミー・マニラ	3～18歳	38th Drive North, Bonifacio Global City, Taguig	02-882-4981／02-882-5019	everestmanila.com	everestmanila
Summit School サミット・スクール	1～6歳	38th Drive North cor. University Parkway, Bonifacio Global City	0917-673-678／02-881-9032	summitschoolph.com	summitschoolbgc
The International Montessori School @ Treston ザ・インターナショナル・モンテソーリ・スクール@トレストン	2歳6ヶ月～12歳	4/F Treston International College Bldg., University Parkway District, 32nd St., Cor. C-5 Road, Global City, 1634 Taguig	02-986-5517／0917-897-1984	www.montessoriphil.ph	なし
Learning Jungle Philippines ラーニング・ジャングル・フィリピンズ	8ヶ月～5歳	F112-F113 Forbeswood Heights Forbes Town Center, Rizal Drive Bonifacio Global City, Taguig	0915-2773／0917-813-3395／0920-922-7010	www.learningjungle.com	LearningJungleBGC
Korean International School コリアン・インターナショナル・スクール	6～18歳	6A Upper McKinley Road McKinley Hills Town Center, Fort Bonifacio, Taguig	02-403-3495／02-403-3498／02-403-3499／02-403-3502	www.kisp.ph	koreaninternationalschoolphilippines
Chinese International School チャイニーズ・インターナショナル・スクール	3～18歳	Upper McKinley Road, McKinley Hill, Fort Bonifacio, Taguig	02-798-0011	www.cismanila.org	ILoveCISM
Appleseed Montessori アップルシード・モンテソーリ	2～5歳	1/F, 20th Drive Corporate Center McKinley Business Park Bonifacio Global City, Taguig	02-832-8033／0915-797-5787／0916-377-3895	appleseedmontessori.com.ph	なし
Eton International School イートン・インターナショナル・スクール	6ヶ月～14歳	1839 Dr. Vasquez St., Malate, Manila	02-522-1003／02-526-2994 to 95／02-536-1511	eton.edu.ph	etoninternationalschool

Activities/Classes list
習い事リスト

Primerウェブサイトで習い事をチェック！
（QRコードをスマホでスキャンしますとページが開きます）

カテゴリ	対象年齢	使用言語	名前	所在地・主な活動場所	連絡先	ウェブサイト	フェイスブック
英語学校	3歳～（親子留学）	英語	English Breakthrough	New Capitol Estates 1, Quezon City	02-881-5455 0947-994-6607	english-breakthrough.com	EnglishBreakthrough
	13歳～	英語	PJ Link Language Center	Ricogen Building, 112 Aguirre, Legazpi Village, Makati	02-832-5735 0917-813-0693	pjlink-manila.com	pjlink.marketing
	6歳～（親子留学）	英語	Wexcel Language Academy	Unit M-D, Burgundy West Bay Tower, 820 Vito Cruz, Manila	02-313-5443	wexcel-ph.com	wexcel.ph
	5歳～（親子留学）	英語	Dela Cruz English Club	22A Chatham House, V.A. Rufino St. Salcedo Village, Makati City Philippines 1227	02-550-1376 02-215-7802	www.teszara-english.com	なし
	5歳～	英語	StepForward	Unit 2108 The Trade & Financial Tower, 7th Ave. cor. 32nd St., BGC, Taguig	0920-696-4099 0927-391-1246	stepforward-learning.com	なし
	9歳～（親子留学）	英語	Grandline	#205 N. Garcia Cor. Constellation Streets, Bel-Air, Makati City (0.58 mi) Makati	02-817-4594 02-845-4263 02-4193（日本語対応）	grandline.asia	grandline.philippines
日本語学校	7歳～	日本語	江副日本語学校 江副日本語教師養成学校	Unit No.1/2, 3/F, University Mall 2507 Taft Avenue, Malate, Manila	02-562-7797 0917-160-2630 0939-939-6674	www.e-naka-ma.com	ejliofficial
塾	3歳～	日本語	Genius Academy Tutorial Center	U/G F1 HOTEL, 32nd Street, Bonifacio Global City, Taguig	02-869-5911		geniusacademy1021
	6歳～	英語	Topia	Soho Unit 102, Avida Citiflex Tower, 7th Ave. cor. Lane T, Bonifacio Global City, Taguig	0917-843-1852 02-368-6717	topiabgc.blogspot.com	agnes8302
	2歳～	日本語	マミー塾	1/F Avecshares Center 1132 University Parkway North Fort Bonifacio Global City	02-807-2199／2178	mommy-int-manila.jp	なし
	全年齢	英語	Kumon	Unit 2 Bellagio II, 2/F Forbes Town Center, Taguig	02-885-0226	ph.kumonglobal.com	kumonphilippinesofficial
	0～8歳	英語	メガ・ブルーバード・インターナショナル	2/F Marina Way, Mall of Asia Complex, S Mansion at Conrad Manila, Pasay	02-817-1827 0999-101-5443	www.megabluebird.co.jp	mbbinternational
そろばん	3～15歳	英語	CMA Mental Arithmetic	Main: G/F East of Galleria Bldg. Topaz Road, Ortigas Center	02-584-9670	www.cma.ph	CMAFranchising
アイススケート	5歳～	英語	SM Ice Skating Rink (Megamall)	5/F, Mega Fashion Hall, SM Megamall, Mandaluyong	02-631-5670	smskatingrink.com	SMMegamallSkating
	4歳	英語	Xrink Philippines	Okada Manila Crystal Corridor, Atlantic Drive, Paranaque	0920-963-4329	なし	Xrink Philippinesと検索
水泳	6ヶ月～	英語	Aqualogic Swim	Makati Shangri-la、EDSA Shangri-La、他	02-703-6386 0917-858-2782	aqualogicswimco.com	aqualogicswim
サッカー	4～12歳	日本語	湘南ベルマーレサッカースクールマニラ校	BGC Turf, Fort Bonifacio, Taguig他	bellmare.fukyu@gmail.com		なし
野球	4歳～	英語	ILLAM (International Little League Association of Manila)	Colegio San Agustin, Dasmarinas Village, Makati	illam.manila@gmail.com	www.illam.org	illambaseballsoftball
バスケットボール	3～18歳	英語	The Best Center	34 Scout Lozano Street, Quezon City	02-411-6260 02-372-3066	www.milo.com.ph/events/best-center	wexcel.ph
空手	4歳～	英語	Kyokushin Philippines	#36 S. Beloso st Brgy Salapan San Juan	02-727-2727	www.kyokushin.com.ph	kyokushinkaratePhilippines
		日本語	極真空手道連盟 極真館フィリピン支部	2/F Makati Cinema Square, Chino Roces, Makati	0916-246-6912	なし	Kyokushinkanph
合気道	4歳～	英語	不動心 合気道 道場	1022 Arnaiz Avenue	02-843-4410 0927-733-8307		
剣道	3歳～	英語・日本語	Iga Kendo Club	Dasma Village Gym Dasmarinas Vill., Makati	0905-458-4492	www.igakendoclub.com	IGAKendoClub
フェンシング	6歳～	英語	Ezkrima	San Jose Village Clubhouse, along Alabang-Zapote Road, Muntinlupa	ezkrima@gmail.com		ezkrima
バレエ	4歳～	英語	ACTS Manila	2/F, Molito Bldg., Madrigal Avenue corner Alabang-Zapote Road, Muntinlupa	917-625-3675	www.actsmanila.com	ACTSMANILA
ヨガ	6歳～	英語・日本語	JPY Japanese YOGA	#12i Fort Palm Spring Condominium, 30th cor 1st Ave., Fort Bonifacio, Taguig	0995-435-5526	なし	jpyjapaneseyoga
ヒップホップダンス	4歳～15歳	日本語	Create Dance Studio	Chino Roces Ave., Legazpi Village, Makati	createdancejp@gmail.com		createdancestudio
バレエ・タップダンス・ヒップホップダンスなど	2歳～	英語	Steps Dance Studio	8465 Kalayaan Ave., Brgy. Poblacion, Makati	02-917-532-7360 0917-898-1419	stepsdancestudio.ph	Steps Dance Studioと検索
絵画・ダンス・楽器・歌唱	4歳～	英語	Jollijam Arts Center	Three Salcedo Place Bldg., 123 Tordesillas St., Salcedo	02-935-5559	www.jollijamartscenter.com	https://www.facebook.com/jollijam/
音楽	5歳～	英語	YAMAHA Yupangco Music Education	2/F, Yupangco Bldg., 339 Gil J. Puyat Ave., Makati	02-899-9595 Loc. 371 or 361 02-897-2342	yupangcomusicacademy.com	https://www.facebook.com/yupangcomusicacademy/
料理	3～19歳	英語	Tiny Kitchen	31 Scout Tobias, Quezon City	0917-539-3940	www.tinykitchen.com.ph	Tiny Kitchenと検索



こどもは、みんなそれぞれが特別な才能を持って生まれた神童(Whiz Kids)です。
運動・スポーツ・体験プログラムを通して、こどもたちの才能を開花させることが、わたしたちの使命です。

ウィズこども園

Childcare Center Whiz

Grand Central Park, Bonifacio Global Cityにオープン

幼児運動が未来をひらく

運動・スポーツが脳の成長を刺激

毎朝、運動・スポーツのプログラムからはじまります。体を動かすことで脳が活性化し、体験・学習プログラムを集中して楽しむことができます。

幼児期こそ運動プログラム

運動能力が最も成長する時期は、プレゴールデンエイジ(3歳～8歳)です。体系化されたプログラムで効率的に運動能力の基礎づくりをサポートします。

あきらめない心を育む

様々なスポーツを通して、あきらめない心を育みます。私たちは、こどもが自ら挑戦したいと思える環境を整えることに尽力します。それがあきらめない心を培うことにつながるのです。

環境を考慮した運動・スポーツ

マニラでのびのびと運動する環境は限られています。運動・スポーツの専門家が安全性を配慮しながら、こどもたちがのびのびと体を動かせるプログラムを行います。

◆オープン予定日
2019年4月22日

◆開園時間
平日 9:00 ～ 15:00
※祝日は、フィリピンのカレンダー通りとなります。
※春休み・夏休み・冬休みがあります。

◆募集園児 定員45名
3歳児 (2015.4.2生～2016.4.1生) 15名
4歳児 (2014.4.2生～2015.4.1生) 15名
5歳児 (2013.4.2生～2014.4.1生) 15名

◆送迎サービス
BGC内とマカティ市内の一部

詳細な情報は、随時ホームページで公開いたします。 https://whizkids.jp/

DINING • SHOPPING
Unique EXPERIENCE
TRAVEL • WELLNESS

JCBカードを使って、いつもと違
フィリピン以外で発行されたJCB

レストラン

やなぎ YANAGI JAPANESE CUISINE
30% OFF
on buffet and 20% OFF on Ala Carte

博多 一幸舎 HAKATA IKKOUSHA GLOBAL STANDARD
20% OFF
on total bill

吉虎 東京 KICHITORA
20% OFF
on total bill

OMAKASE JAPANESE CUISINE
15% OFF
on total bill

Si 激Ya
15% OFF
on total bill

spectrum
15% OFF
on Spectrum buffet
(except Sunday brunch)

Mirèio
15% OFF
on Ala Carte
(except Sunday brunch)

WOODEN HORSE STEAK HOUSE
10% OFF
(for a maximum of 5 pax)

Tapella Tapas Bar & Restaurant
10% OFF
on total bill

Saboten 新しい和食 さぼてん
10% OFF
on total bill

CHOTTO MATTE
10% OFF
on total bill

IZAKAYA SENSU
10% OFF
on total bill

最終激安らしい ばり馬 BARI-UMA
10% OFF
on total bill

Hatsu Hana-Tei はつはな亭
10% OFF
Dinner time only

IKOMAI TOCHI DESSERT
10% OFF
for a minimum spend of P1,000

RICH Royal Indian Curry House
10% OFF
on total bill

Katsu JAPANESE GRILL
10% OFF
for a minimum
spend of P1,000

ZAO VIETNAMESE BISTRO
10% OFF
for a minimum
spend of P1,000

PASTO
10% OFF
for a minimum
spend of P1,000

立山 Tateyama
10% OFF
for a minimum
spend of P1,000

ANYTHING GOES AT Burgoo AMERICAN BAR & RESTAURANT
10% OFF
on total bill

GUMBO
10% OFF
on total bill

7107 CULTURE + CUISINE
10% OFF
or FREE Sisig Nachos for
a minimum spend of P1,000

TXANTON
Free One Order of Salmorejo
and Tocino del Ciejo for a
minimum spend of P1,000

BUTAMARU
FREE GYOSA APPETIZER
for a minimum
spend of P700

Alba Restaurante Español Since 1952
FREE ONE ORDER OF ALBONDIGAS DE CHORIZO
for a minimum
spend of P2,000

Alchemy food + potions
Free Margarita Pizza for a
minimum spend
of P2,000

YOSHINOYA
FREE TEMPURA BASKET or PORK TONKATSU
for a minimum
spend of P1,000

Like us on Facebook
JCBPhilippines

詳しくはこちらのサイトで
www.ph.jcb

うおトクなExperienceをあなたに!

カードでもご優待が受けられます。

トラベル

I'M HOTEL
15% OFF
on select room categories

antidote
20% OFF
for a minimum spend of P3,000

Mermaid
20% OFF
for a minimum spend of P1,200

THE COMMON GOOD FOOD PLAYGROUND
20% OFF
on dinner buffet & 10% OFF for a minimum spend of P1,000

ACACIA HOTEL MANILA
20% OFF
on best available room rates

acaci
20% OFF
on total bill

the Lobby at Acacia
20% OFF
on total bill

ビューティー&ヘルス

Dermstrata 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 CARING BEYOND BEAUTY
50% OFF
on Warts Removal
20% OFF
on Celthera Face of 5 Sessions
3+1 Free
on Oxygen Ceuticals-Caviar Protein Facial
3+1 Free
on Oxygen Ceuticals-Intensilite Facial

REGENT Spa
15% OFF
on Massage Services

Island Spa
15% OFF
on Massage Services

Japanese Body Therapy KA·RA·DA カラダファクトリー
10% OFF
on services

junca
15% OFF
on services for a minimum spend of P1,000

yoga+
P799
2 Weeks Unlimited Package
P1,999
1 Month Unlimited Package

360° Fitness Club
20% OFF
on 3, 6, 12, and 18-month membership

RAISING THE BAR CROSSFIT 1229 MAKATI PHILIPPINES
15% OFF
on published rates of 1 or 3 mos. Bootcamp or Crossfit membership

ショップ

INGLOT
15% OFF
for a minimum spend of 2 items

NATURALIZER
10% OFF
on a regular - priced items

Florsheim SHOE COMPANY
10% OFF
on a regular - priced items

Columbia
10% OFF
on a regular - priced items

Promo valid until July 31, 2019
Per DTI-FTEB Permit No. 14297, Series of 2018.
Terms and conditions apply.

すでにJCBカードを
お持ちですか?
お申し込みはこちらまで!

BDO



BDO Japan Helpdesk: +632-663-4001

RCBC Bankard



RCBC Customer Care: +632-888-1-888



老舗の味をマニラで
新メニュー30品増加！

UNAKICHI

(02) 728-2072
予約用電話番号:0956-251-1683

11:30 am – 2:00 pm　6:00 pm – 11:00 pm(ラストオーダー10:30 pm)
G/F Makati Cinema Square, Amorsolo St., Makati City

居酒屋 星まつり HOSHIMATSURI Japanese Restaurant





当店いちおしの 博多とり皮は、
3日間かけてじっくり脂を落とした逸品。
パリパリに焼き上 げた香ばしさは格別。

02-893-3294　営業時間：11時～14時、16時～24時
住所：UNIT 4 MEZZANINE, CREEKSIDE MALL, AMORSOLO STREET, COR. V.A. RUFINO ST., LEGASPI VILLAGE, MAKATI　HOSHI MATSURI

こちらもどうぞ
もつ鍋 P610



満福ステーキハウス
マカティシネマスクエア地下2F

この度マカティシネマスクエアの地下2階にステーキハウスとして新しくオープンしました。アンガスビーフと和牛ステーキを専門に取り扱い、お手頃な価格で、お肉本来の味を楽しんでいただけます。豚と和牛の精肉販売も行っています。和牛メニューも揃えておりますので、是非お店にお越しください。





満福 MANPUKU STEAKHOUSE

☎ 02-552-9084
営業時間 10:00-23:00

Lower Ground Floor, Makati Cinema Square, Chino Roces Ave., Makati City（地下2階 Super 8と同フロア）



Japanese Restaurant 花菜串 Hanagushi
Sushi Sashimi Yakitori Tempura Kushikatsu



飲み放題付き居酒屋コースA（2名様以上）焼酎・日本酒・生ビール含む 1500 P

飲み放題付き居酒屋コースB（2名様以上）焼酎・日本酒・生ビール含む 赤鶏・地酒等も含む 2000 P

日本産地鶏のタタキ　本日のお寿司
小鉢　サラダ　焼き鳥盛り合わせ　豚カルビ
天婦羅　焼ラーメン デザート
※内容が変わることもございます。
Aコース焼酎、日本酒も飲み放題　Bコースなら赤鶏島や地酒も含む



幻の日本酒鍋島 2500P







富乃宝山 720ml 入荷しました





Japanese Restaurant Hanagushi 花菜串
☎ 02-744-1966
営業時間が長くなりました!
ランチ後でも
ゆっくりしていただけます
Ground floor, the beacon Don Chino Roxes, Avenue corner, Arnaiz Avenue, Makati city 1223 Philippines
営業時間：午前11時～翌深夜1時（月～日）
駐車場はスタッフにお尋ねください。許可取得済みの喫煙部屋も有ります



The Beaconの
正面入口の外側を
右手に進んでいただくと
お店になります。
（セブンイレブンの並び）



北海道焼肉 Now OPEN In Makati

HOKKAIDO MEAT AND NOODLES

厳選高級品の和牛から、ホタテ、エビ、カニなどの
新鮮な海鮮を取り揃えております。





一押しは、タラバガニ。美味しいのだけ選び抜きました。
すべての海鮮は北海道から急速冷凍をさせ直輸入をしています。

HOKKAIDO MEAT&NOODLES 北海道焼肉

☎ 0966-966-6926
G-A 2153 Chino Roces Avenue, Makati City
営業時間：17:00～23:00（ラストオーダー22:00）駐車場あり



大好評を頂いたもつ鍋ちゃんこが期間限定で復活です

辛口味噌スープ
具沢山

もつ鍋ちゃんこ

今ならもつ鍋ちゃんこも食べ放題
お一人様p1,500以上のコースのみ



- 本コースは、６名様からお受けいたします。ご利用のお客様は全員同じコースでお願いいたします。
- ちゃんこ鍋は『関取ちゃんこ』『味噌ちゃんこ』『キムチちゃんこ』『カレーちゃんこ』いずれも食べ放題です。お好きなものを好きなだけお召し上がり下さい。
- 本コースは前日までの予約制です。また、人数の変更も前日までの受付となりますのでご注意下さい。

好評につき宴会コース継続続行！

全コース２時間飲み放題・サービス料込み

レギュラーコース お一人様 p1,200
ちゃんこ鍋食べ放題＋
小鉢、つまみ大皿盛り、刺身盛り合わせ、サラダ、煮物、串焼き盛、うどん、フルーツ
※飲み放題の焼酎は『いいちこ』

充実の大関コース お一人様 p1,500
ちゃんこ鍋食べ放題＋
小鉢、つまみ大皿盛り、刺身盛り合わせ、サラダ、煮物、揚げ物、焼き物、うどん、フルーツ
※飲み放題の焼酎は『いいちこ』と『黒霧島』

大満足横綱コース お一人様 p1,800
ちゃんこ鍋食べ放題＋
小鉢、つまみ大皿盛り、刺身盛り合わせ、サラダ、魚料理、肉料理、焼き物、牛タン、うどん、フルーツ
※飲み放題の焼酎は『いいちこ』と『黒霧島』

飲み放題の飲み物 生ビール、瓶ビール（日本産除く）、日本酒（銘柄指定不可）、焼酎、各種ジュース、ソフトドリンク、ウーロン茶

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

マカティ本店
☎ 02-816-7608 / 894-3876
Little Tokyo, Chino Roces Ave., Makati City
営業時間：11時半～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：11時半～14時半／17時～22時半
定休：無休　座席数：110席　個室：あり

お酒のメに
喫煙ルームあります
合鴨つけそば P480
営業時間17:00～23：30 (LO 23:00) 日曜定休
鴨料理・和食
琴乃
お問合せ・ご予約は
02-211-5775/0917-170-7790
0918-945-6246/0921-215-0862
マカティ・クリークサイド
中2階

IKOMAI & TOCHI DESSERT
Breakfast & Brunch
Mon - Sat | 7am - 10am
G/F ACI Bldg, 147 H.V. Dela Costa St, 1227, Salcedo, Makati
(0917) 709-4809 / (02) 816-4588

XO46 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XO46ヘリテージ・ビストロでお楽しみください。
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。
ご予約はお電話にて
2ND FLR. S' MAISON CONRAD MANILA MALL OF ASIA COMPLEX BRANCH
805.3850
Find us on Facebook @ XO 46 Bistro Filipino
Follow us on Twitter @ XO46herritageB
xo46_heritage_bistro
CAPITOL COMMONS BRANCH 532.1652
SALCEDO VILLAGE MAKATI BRANCH 553.6635
CENTURY CITY MALL BRANCH 556.8143
SM AURA BRANCH 553.6566

KOMORO弁当 宅配始めました!
500ペソ以上からご注文承ります。
(02)985-8240 / 0917-587-0809
照り焼きチキン弁当
唐揚げ弁当
鯖幕の内弁当
お値段はP99から
KOMORO JAPANESE DINING
ご注文受付時間：7:30am - 4pm
配達地区：マカティ、BGC
早朝＆地区外配達をご希望の方も是非ご相談下さい。
当日のご注文は9時までお受付しております。
気になるメニューはこちらから
www.facebook.com/komoro.bento
P500のご注文で配達無料
ピップアップ：Unit 1A, Benrosi V Makati, 9746 Kamagong St., San Antonio Village, Makati City

CIRKULO
RESTAURANT
日本語メニューもございます。
お気軽にお越しください。
あけましておめでとうございます。
CIRKULO特製コチニリョアサドで新年『亥』の年をお祝いしましょう!
お好みのタパス、パエリアそしてサングリアと共にカリカリの皮と肉汁たっぷりの子豚のローストをご用意してお待ちしております。
(12人～16人様用、1日前までにお電話ください。)
Chef J. Gamboa
Dining Room
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

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：シンプルでエレガント、居心地の良い空間のインテリア
左下：レッツグリル
右上：横浜セット(P1,450)
右下：ビビン麺(P350)

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



広告を見たお客様は
唐揚げ無料!
P500以上のお食事で唐揚げ一人前を無料サービス!!注文時に「プライマーを見た」とお申し付けください。





2019年亥の年
新年のお祝いと美味しい料理をJasmineで

チャイニーズニューイヤーに向け皆様のご多幸をお祈りし
シェフWong Kam Onが特別料理をご用意しております。

ご予約とお問い合わせは、+63 2 811 6888 内線 3338

2018年Jasmineは、Philippine Tatlerにてトップレストランの一つに選ばれました。

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 C-5

ご贈答や家呑み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

LONDON DRY GIN

ジュニパーの香りを中心に、フローラル系の香りとスパイシーだが体がほぐれるようなカルダモンの味わいも感じられます。オレンジとグレープフルーツのフレッシュな柑橘系の味わいと、コリアンダーの生姜のようなスパイシーな風味が補完しあいます

P1,300



+632 804-5028
G/F Republic Glass Building196 Salcedo Street
Legaspi Village Makati City

chiho.watanabe@estatewine.com.ph • www.estatewine.com.ph

Valentine's Dayに合う
素敵なケーキをご用意しました



ストロベリーショートケーキ



チーズケーキフラワーデコレーション

BÉBÉ ROUGE
PATISSERIE

ケーキの他、各種バレンタイン用の
チョコレートやお菓子も豊富に揃えております。
価格に関しましてはお店までお問い合わせください。

0917-851-9636
02-833-2826

7602 Sacred Heart St,
Corner Metropolitan Ave,
San antonio village

8:00-19:00

PatisserieBebeRouge

Heart 2 HEART
Tapella

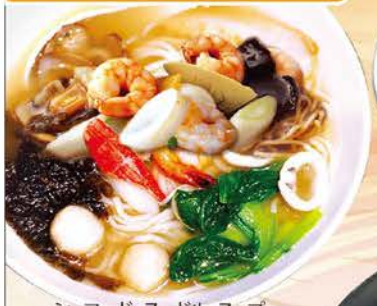
ラバケーキ
2名様分
無料進呈



バレンタインオファーメニューよりのご注文が必要です。

バレンタイン月の2月、Tapellaでお待ちしております。
G/F Greenbelt 5, Makati City
お問い合わせとご予約: 0917 712 4546 / (02) 757 2710-11

MAP マカティ E-2



シーフード・ヌードル・スープ



担々・ヌードル・スープ



スパイシー・ビーフ・ヌードル・スープ

梅小林館
Mey Lin
BISTRO

G/F Jupiter Place Building
136-138 Jupiter Street Bel-Air Makati
Tel. 899-6688, 899-8999

自慢の手延べ麺と本格中華の数々をお楽しみ下さい。



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/

バレンタインの食事はロマンチックに

ヤカールでお食事を

ヨーロッパ料理は全て私どもにお任せください

7431 Yakal St., San Antonio Village, Makati City







Carpaccio
RISTORANTE ITALIANO

867-3164 • 553-9643
893-1573
Carpaccio.Ristorante
www.carpaccio.com.ph

I'm Angus
STEAK HOUSE

892-5852 • 275-5938
893-1573
Steakhouse.ImAngus
www.i-am-angus.com.ph

Chesa Bianca
SWISS RESTAURANT

815-1359 • 892-7524
893-1573
Chesa.Bianca
www.chesabianca.com.ph

SÄNTIS Delicatessen
サンティス デリカテッセン www.santis-deli.com

お土産や贈り物、パーティなど、どんな時にでも
上質のワインと厳選した最高のチーズをどうぞ。

最強濃厚らーめん
ばり馬
BARI-UMA

セレンドラ店営業中

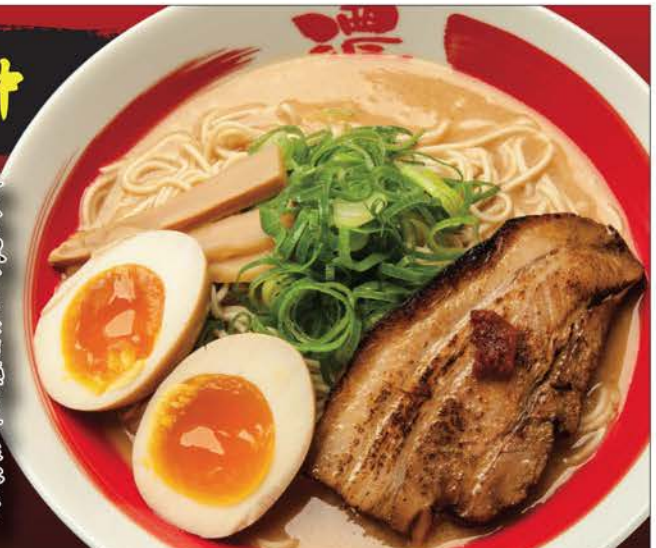
サイドメニューで焼鳥もあります！



焼鳥コンボ
5串 P230

焼鳥
2串 P99

豚骨鶏ガラ数種類の香味野菜
こだわり全て大鍋に詰め込み
じっくり煮込んだスープ
素材のうまみがぎっしり詰まった
自慢の濃厚スープです。
芳醇な香りと共に
最後の一滴までご堪能ください。



☎ 09063360930
Ground Flr. Serendra, Bonifacio High Street,
Bonifacio Global City, Taguig City
Business hour 11:00 - 22:00

Visit us at
BGC SERENDRA

LA MÈRE POULARD
1888

世界から賞賛を受ける
カジュアルフレンチダイニングが
遂に Manila に



二人の時間を大切にしたいディナーデート、みんなで集まり、にぎやかに家族で囲むランチやディナー、その他各種パーティにと-ここフィリピンが誇るホスピタリティ、そしてフランスノルマンディー地方にあるモン・サン＝ミシェル本店で振る舞われている料理と同じカジュアルフレンチダイニングとが一つとなり、お客様をおもてなしいたしております。



ムール貝のマリネ



クレープ・ノルマンディ



フォアグラとトリュフのリゾット
とふっくらオムレツ



ホタテ、サーモン、タラのココット



カモのコンフィ

現地から取り寄せた食材を使い、プレートにもこだわり、そして本店と全く変わらない昔より守り抜いてきたフレンチの味をどうぞご賞味ください。



テーブルをご用意して
貴方をお待ちしております。

こちらの広告の写真を撮影してLA MEREフェイスブックページから送ってください。送っていただいた方には、次回ご来店時に素敵なプレゼントを進呈。メッセージを送る際、私たちのフェイスブックページとインスタグラムに"ライク"もお願いします。

Upper Ground Floor, SM Aura BGC. 営業時間：10am to 10pm. ご予約、お問い合わせ先：+63917-5800137 • (02)838-1238

MAP BCG I-3



宮崎牛 MIYAZAKI GYU

最上級和牛の宮崎牛を使用した 高級和牛レストラン

近年、注目を浴びている宮崎牛。実は、「宮崎牛」と名乗ることができるのは厳しい基準をクリアした、選りすぐりの牛肉だけであることをご存知でしょうか。

宮崎牛の特徴は、なんといっても肉質と霜降りの良さ。滑らかな舌触りのお肉をぜひお召し上がりください。

02-829-6167 / 0917-168-6673

Podium Level, One McKinley Place, 26th St., cor. 4th Ave., BGC, Taguig

営業時間：11:00 - 15:00 / 18:00 - 23:00
定休日：月曜日

福 FUKUDAYA Japanese Dining

本格日本料理店FUKUDAYA 土曜・日曜 午前7時～午前10時

『日本の朝ごはん』始めました。

福田屋は、日本より直送の食材を使用し、
伝統的なものから現代まで広がる多彩な日本料理をご満足いただける本物の味で提供いたしております。

Fukudaya Philippines
@fukudaya.ph

Unit7 The Plaza, Arya Residences, Mckinley Parkway cor. 8th Ave., Bonifacio Global City, Taguig
(Lunch) 11 a.m. – 3 p.m. / (Dinner) 6 p.m. – 11 p.m.; Monday to Sunday

ご予約とお問い合わせは、0927-264-0171 / 0998-805-6859



MAP マカティ G-3

冷えたビールとよく合う
本場大阪餃子

Chao Chao Gyoza Bar

チャオ チャオ ギョーザ バー

チャオチャオ餃子は野菜がたっぷりの大阪梅田生まれの餃子です。マニラでは12種の餃子を大阪と変わらず手包みでご提供しております。チャオチャオ餃子、生姜餃子、エビ餃子、鶏チーズ餃子など大阪と変わらぬ餃子をご賞味ください。お持ち帰り、出前も、お気軽にお問い合わせ下さい。

●プライマー読者特典●
期間 2/1 ～ 2/30
お料理とお飲物をご注文頂くとチャオチャオ餃子1皿 サービス!
【ハッピーアワープロモ】14:00 ～ 20:00
ドラフトビール1杯をご注文頂くとビール１杯
（サッポロ or サンミゲル）サービス!
*プロモは10%のサービスチャージが加算されます

One McKinley Place 4th Ave., cor. 26th St.,
BGC, Taguig City
電話番号: 0908-3903358
営:火～金 11:00～2:00、土～月 11:00～23:00









左上：ホウレン草餃子 P88
左下：鶏チーズ餃子 P88
右上：肉揚げ餃子 P88
右下：ハッピーアワープロモ実施中!

MAP BGC I-3

カジュアルな空間で味わえる本格ヨーロピアン料理を

L'entrecôte Bistro and Upper Room

レントレコート・ビストロ アンド アッパールーム

フランス語でサーロインステーキを意味するL'Entrecote。その名の通り看板メニューはステーキ。スイス、フランスをはじめとする欧州料理を、スイス人オーナーシェフが自ら独創的にアレンジする。また、使用する素材にこだわり、新鮮な材料のみを使用しているのも特徴。常にお客様に正直でありたい、と熱い思いを持つスイス人のオーナーシェフ。ステーキには正式認定されたアンガスビーフのみを使用し、中でもボリューム満点のトマホーク・リブ・ステーキは一押しだ。

Unit A Bellagio, Forbes Road, Forbes Town Center, Bonifacio Global City, Taguig
☎02-856-4858
E-mail: info@lentrecotemanila.com 営日～木曜 7時～23時／金・土曜 7時～翌1時 休なし
http：//www.lentrecotemanila.com
/lentrecotebistroMNL

SINCE 1978 CERTIFIED ANGUS BEEF® BRAND

最高品質のUSアンガスビーフをご堪能あれ



様々なメニューをご用意しております



長らくお待たせいたしました

Rockwell店 オープンしました

食材の旨味を日々追求「日本の味」にこだわっています。

シェフが選び抜いた最上級の和牛、日本にも輸出される良質な鰻の他、日本から直送される新鮮な野菜をふんだんに使用しております。
バリエーション豊富な一品料理の他、会食向きに各種コース料理等、お客様の用途に合わせてご利用くださいませ。
皆様のご来店を心よりお待ちしております。

Ground Level Power Plant Mall Rockwell Drive corner Estrella Street	電話番号 0917-863-0051(G)	営業時間(予定) 11am to 3pm (Lunch) / 5:30pm to 11pm (Dinner)
Ore Central Building, 9th Avenue, Cor, Lane Q, Fort Bonifacio, Taguig City	電話番号 02-813-0051 0917-795-0051(G) 0998-539-0051(S)	営業時間 11am to 2pm (Lunch) / 5:30pm to 11pm (Dinner L.O 10:30pm)

鉄板 大河内 ～大阪 満月～

Teppan Okochi -by Mangetsu Osaka-

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) 向山 ☎0917-718-1874 e1006209@gmail.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
- マニラ弦楽合奏同好会 ☎0918-493-3138 (安藤)
- 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

※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。







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/

一皿に込める 技と驚き。 epilogue

デギスタシオン コースメニュー ₱2,800 計6品


Wagyu MB5


Norway


Caprese


Crispy AMADAI

デギスタシオン コースメニュー ₱3,500 計8品

- Caprese / トマトのトリオと モッツァレラ カプレーゼ仕立て
- Egg / キングクラブと半熟卵 メープルクリーム ブリオッシュ添え
- Norway / 自家製スモークサーモンマリネ 柚子クリーム
- Crispy AMADAI / 甘鯛のソテー モリンガリゾット ヴェルモット風味の浅蜊のフォーム
- French Foie Gras / フレンチフォアグラのソテー茄子のコンポートとバルサミコビネガー
- Jack's Creek MB7 / オーストラリア和牛グリエ グリーンペッパーソース
- Banana Tart / バナナタルト バニラアイス添え
- Coffee or Tea / 珈琲又は紅茶

コースメニューは要予約 皆様のお電話をおまちしております ☎ 02-816-7088

プライマー見たという読者様に、
3名様以上ご来店のお客様 ワイン1本
2名様までご来店のお客様 グラスワイン1杯

Present プレゼント

実施期間 2019年 1/25(金) ▼ 2019年 2/24(日)

他にも様々なメニューをご用意しております

アラカルトメニュー A la carte Menu





目野宏之 料理長

レストランひらまつ博多をはじめ東京のオーベルジュ・ド・リル、ボールボキューズなどのフレンチミシュランレストランの料理長・副料理長を歴任。

営業時間 10:00-22:00
※営業時間の変更等はコンラッドマニラに準拠します

S Maison, Conrad Manila, Seaside Boulevard Cor., Coral Way, Pasay City

☎ 02-816-7088

contact@epilogue.ph

Premium Coupon プレミアムクーポン

2名様までご来店のお客様 グラスワイン1杯
3名様以上ご来店のお客様 ワイン1本

プレゼント Present

2019年 1/25(金) ▼ 2019年 2/24(日) まで

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

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 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

日本食レストラン

ときわ食堂

高品質な食材を使用し低価格で美味しい料理を提供しております





パラニャーケとアラバン周辺でお弁当の配達を行っておりますので、お昼までにお届け希望の方は当日朝10時までにご連絡ください。

パラニャーケで唯一の日本食材店

日本食材店 よろずや

日常品や業務用食材なども多数揃えております。



食材もお弁当と一緒に配達可能。お気軽にお声がけください。

ときわ食堂 (02) 995 0264
よろず屋 (02) 475 4085

営業時間：11:30～22:00（木曜定休）
370, Romana Bldg, G/F, EL Grande Ave.,BF Home, Paranaque City

MAP アラバン AG-3

ジューシーな旨みたっぷり！炭火で極上韓国式焼肉

The Taste of Korea
SogaMiga ソガミガ

ソガミガ

Festival Mallへ移転しました！新しくなった店舗へ、是非お越しください！

おかげさまで、当店はアラバンのモリトで10年間経営を続けることができました。お客様の日頃のご愛顧に感謝いたします。この度、当店は新しい所在地へと移転し、更に美味しい料理と良いサービスを提供致します。新店舗では、モダンなインテリア、便利で快適な駐車場、お祝い事やビジネスミーティングなどでご利用できるVIPルームを18部屋備えております。

当店では、これまでお客様に召し上がっていただいていたものと同じ上質な食材や美味しい料理を提供し続けます。ソクチョコダリ冷麺を追加致しました。オーダーがあってから丁寧に手延べする麺と熟成させたスケトウダラを使った韓国で今人気の冷麺をぜひお召し上がり下さい。

＊ソガ・ミガ　ランチプロモメニュー＊

平日10時半～15時に、ランチプロモを実施しています。以下の6つのセットからお選びいただけます。
（このプロモでは、サービス料やルームチャージの支払いは必要ありません。）

Aセット　P1,420
Beef Shortplate・Wine pork Belly・他2品

Bセット　P1,450
Beef ShortPlate・Marinated Pork Steak・他2品

Cセット　P1,700
Marinated Pork Steak・Marinated LA Short Ribs・他2品

Dセット　P1,800
Beef Shortplate・Marinated LA Shortribs・他2品

Eセット　P2,300
Wagyu BeefBelly・Wagyu Topblade・他2品

Fセット　P2,800
Wagyu Hanging Tender・Wagyu OutsideSkirt・他2品





















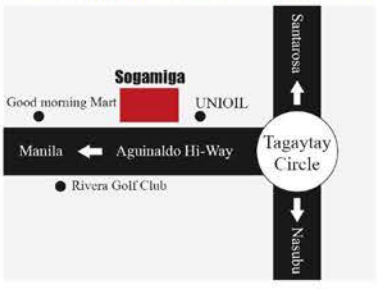
アラバン店

U/G, Flr Water Garden, Festival Mall Expansion, Filinvest City, Alabang Muntinlupa (across Asian Hospital)
☎Landline (02) 403-8853
Globe 0917-807-3008 / Smart 0920-105-7757
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



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。

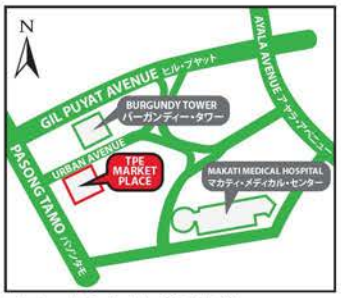
8種類あり、その中でもベストセラーは、Beef Teriyaki (P195) お弁当の中身はおかずが5品目はいっています。甘めの香ばしい醤油で味付けされており、食べ応えも満点。お弁当はマカティシティのみデリバリー可能。20個以上のご注文にて無料でデリバリーいたします。デリバリーのご予約は、3～5日前までにお電話にてご連絡ください。

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



日本でおなじみのアイテムが揃う



マカティメディカルから徒歩すぐ!

Serving You Best. 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



マカティアベニューの神戸屋では、
日本の食材を幅広く取り揃えています。

お取り扱い商品

日本の調味料・麺類・魚介類
冷凍肉類・野菜・酒・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。



02-807-1107

G/F 1 Juno Cor. Makati Avenue, Bel-Air, Makati City
営業時間
10時～22時（月～日）



日本へお届け!!

マンゴー&パパイヤ



株式会社 ダイヤモンドスター
http://www.diamondstar.co.jp/ @takuhaimango
千葉県山武郡芝山町香山新田字矢志ヶ谷 50 番地
TEL：+81-479-85-5900（平日 8 時～4 時）
FAX：+81-479-85-5901（24 時間受付）
E-mail：takuhaimango@yahoo.com
（担当：石井／加藤／ ANTOINETTE QUINO GALLARDE）

ご購入・お問い合わせ窓口はコチラ!!

★現地お問い合わせ先★
Diamond Star Agro Products, Inc.
Bldg. 2 SUNYU COMPOUND, MDC Road, Veterans Center, Western Bicutan, Taguig City 1604
TEL：838-4684 FAX：839-2822 Cell. 0917-527-5191（担当：柴田）
電話は平日 9 時 -5 時、FAX は 24 時間受付しております。

マンゴー 5kg／2.5kg…¥9,180／¥5,940
パパイヤ 5kg／2.5kg…¥6,804／¥4,860
マンゴー 8 個 & パパイヤ 3 個セット…¥7,344
※各商品季節によりお値段が変動いたします。産地状況により、販売不可の場合がございます。

HOTEI JAPANESE PREMIUM INC.

Hoteiの取り扱うバラエティ豊かなウィスキーの中で、貴方の口に合うものが見つけてください。日本の市場でも希少な銘柄も取り扱っております。

信
ウィスキー
梅酒
P950
500ml



こちらも販売中

あかし RED ブレンド..... P1,000/500ml
あかし 杜氏 ブレンド..... P3,000/700ml
あかし Blue ブレンド..... P2,500/700ml
あかし ホワイトオーク ブレンド..... P1,500/500ml

小売り・卸売り 連絡先

0917-723-9126

www.liquor.ph Akashi Philippines

SHARAKU FOOD, INC.

ラーメンの材料調達は
SHARAKUへ





100%日本品質

- ☑ 日本の本格麺
- ☑ 餃子の皮
- ☑ 本格ラーメンスープ

02-541-9877
0905-415-0056

Stall # 111 Cartimar Shopping Center, Pasay City

Sharaku FOOD INC sharakufood@gmail.com

韓国BBQレストラン用 厨房機器販売

by MK kitchen
Your One-stop Kitchen Solution





#4 E. Rodriguez Jr. Ave., C5 Road, Brgy. Bagong ilog, Pasig City
Tel #: (02) 661 1931 / (02) 661 1932, Fax #: (02) 571 1158, Mobile #: 0917 554 5072/ 0925 880 4346
mkkitchenpasig@yahoo.com.ph, mkphil.com



フィリピンから至高の贈り物

CWSA DOUBLE GOLD CHINA WINE & SPIRITS AWARDS

MONDE SELECTION SINCE 1961 2018 GOLD AWARD
MONDE SELECTION SINCE 1961 2017 GOLD AWARD
MONDE SELECTION SINCE 1961 2015 GOLD AWARD

各賞受賞 *Coconut Liquor*

100%職人の技により造り出されたココナッツ蒸留酒

750ml アルコール度45% 販売価格1本80USD

販売場所：以下の各空港内・店舗内免税店にてご購入できます。
NAIA Terminals 1, 2, 3 and Fiestamall
International Airports of Cebu, Davao, Iloilo, Aklan and Clark.

SM Kultura Filipino Stores, Rustan's, Wine Depot, Tesoros, Metro Gaisano
Makati Supermart Alabang, Unimart, Royal Duty Free and DFS Subic.

www.lakan.com.ph

プロ直伝! 今晩のおかず まめ知識付

The Simple Japanese Food

今回の食材●豚スペアリブ(Pork Spareribs)

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



甘辛だれにチーズがベストマッチ!

スペアリブのバーベキューチーズ

Grilled Pork Spareribs with BBQ sauce and cheese toppings



Point!
炊飯器や鍋で調理する前に、一度鍋などで湯通しをしてください。そうすることで豚の臭みが消えやすくなります。ソースと和えるときはフライパンで少し強めの火で、焦げ目がつくように焼いていきましょう。香ばしさがプラスされ、より一層美味しく召し上がれます。チーズはたっぷりかけて。

●材料(2人前)

豚スペアリブ……800g	生姜スライス……10g
モツァレラチーズ……50g(トッピング用)	料理酒……100ml
ミックスベジタブル……50g(付け合わせ用)	酢……20ml
下茹で用材料	**BBQソース材料**
水……1L	トマトケチャップ……80g
にんにく……1個	とんかつソース……40g
青ネギ……10g	ハチミツ……40g
	醤油……20g
	酢……20g

●作り方(調理時間2時間)

❶スペアリブを軽く湯通しする。
❷下茹で用の材料を炊飯器へ入れ、スイッチオン。(鍋で作る場合は約一時間半茹でる)
❸テフロンパンにBBQソースの材料を入れ、温める。
❹火が通り、柔らかくなった❷を❸に入れ、中火にし、絡めながら表面を焼き付けるように調理する。
❺ほんのり焦げ目がついたら完成。皿に盛り付け、温めたチーズをかける。

●INGREDIENTS (good for 2pax)

Pork Spareribs……800g	10g, Cooking Sake 100ml,
Mozzarella cheese……50g (for toppings)	Vinegar 20ml
Mix Vegetables……(for side dishes)	**B for BBQ sauce**
A for boiling	Tomato ketchap 80g,
Water 1L, Garlic 1pcs, Green onion 10g, sliced ginger	Bulldog Tonkatsu sauce 40g, Honey 40g, Soy sauce 20g, Vinegar 20g

●Procedure (Cooking time: 120min)

❶Under boil Pork for just minutes
❷Put all ingredientsA in Rice cook. Then push "start cook"
❸(Boil for 1.5H if you cook by cooking pan)
❹Mix and heat B in tefron pan.
❺When Pork became tender, transfer to 3. Mix and pan grill.
❻After they were grilled, finish cooking. Decorate on the plate with melted Mozzarella and side dishes.

フィリピン食材 まめ知識



日本とフィリピンのお肉屋さんの違い。肉の種類や品質は言うまでもありませんが、一番違う点は塊肉で売られているという点でしょうか。骨付きや皮つき、時には足や頭などの部位がまるっと売り場に置かれていると、慣れていない方はびっくりしてしまうかもしれません。逆に、私達が普段使い慣れている豚や牛の薄切り肉はあまり見かけません。ベーコンスライスと書かれているものが一番近いですが、それも若干厚切りだったり皮つきだったり、調理に一手間がかかってしまいます。日本食材店や韓国食材店では薄切り肉を冷凍でパックしてあるものがよく売られているので便利です。今回使うスペアリブは現地の肉屋でよく売られている部位の一つです。豚肉はフィリピンでは安価に手に入るので、料理にどんどん活用してみてください。注意する点はやはり品質でしょうか。原始的ではありますが、購入時に肉の臭いを嗅いで品質を確かめるのが一番確実かもしれません。ローカルで賑わっているスーパー(マカティではCash&Carry等)や良質な輸入肉が売られているスーパー(BGCではS&R等)で購入すると安全です。今回はそんなスペアリブを使って食べ応えのある一品をご紹介します!

日本食レストラン経営者様必見!

McAsia
Foodtrade Corporation

McAsiaでは食料品、台所用品、産業用調理器具、業務用厨房を提供しているフィリピンの主要な卸売会社の一つです。メトロマニラのレストラン、ホテル、ケータリング、食料品店に製品を卸しています。

・基本的な調味料
(醤油、粉わさび、料理酒、小麦粉、マヨネーズ)
・日本の台所用品



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: sales1@mcasiafoodtrade.ph / sales2@mcasiafoodtrade.ph

primer
プライマーの最新情報をお届け!!
プライマーstaffが自信も持って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!!
プライマー ブログ
FOLLOW | LIKE US ON facebook
like us on facebook
www.facebook.com/PhilippinePrimer
www.facebook.com/Primer.ph



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

美しき歴史都市

Vigan

ビガン

ビガン情報が満載！
WEBもチェック！

歴史の街・ビガン。丸石の敷かれた道、はるか昔の田舎屋敷や博物館、そして馬車、プラザ、陶器の窯元や手織り機の工房、さらにはスペイン統治時代の豊かな文化を体現した古風なホテルなどを見ることができる。ユネスコの世界遺産、ビガンに行ってみよう！



・自家用車であれば、マニラからビガンまでは North Luzon Expressway、Subic–Clark–Tarlac Expressway、Tarlac - Pangasinan - La Union Expresswayをおりて、イロコスする州内のCandon、Sta MariaやNavaracanを通過し約7時間の旅となる。

・マニラには、ビガン直通のバスターミナルもある。ケソンのクバオ・バスターミナルとパサイのマニラFarinas トランジットだ。バスを使う利点は、デラックスやファーストクラスを選べば、Wi-fiやテレビ、トイレの備わったバスで10時間に及ぶ旅の間ものんびりできることだ。

・より早く到着したい方は飛行機を選ぶとよいが、マニラからイロコススルまでの直行便はないので要注意。ニノイ・アキノ国際空港から北イロコス州のラオアグ国際空港行きの飛行機に乗る必要がある。約1時間のフライトとなる。空港からは、タクシーがPartasバスターミナルのあるラオアグ市に連れて行ってくれる。歴史的観光スポットの多いビガンに1時間30分で向かうことができる。

趣にあふれるビガンのホテルで、最高の時を過ごそう

おすすめのホテルをご紹介

ビガンの歴史、
文化をみごとにまとめ上げたホテル

PPPPP H1

Hotel Luna

ホテル ルナ



ホテルにいながらいにしえのビガンを満喫できる



Executive Suite (P15,000／一泊)



エグゼクティブスイートの広々としたバスルーム

1883年にDon Jose Florentinoが愛娘のDoña Carmen Florentinoのために建てた、フィリピンの伝統テキスタイルと、洗練されたスペインのデザインが融合したハイクラスな博物館スタイルのホテル。こだわりのイロカノダイニングと博物館の両方を楽しむことができる。サンタマリア教会(Sta. Maria Church)、ティラード峠の戦い(Tirad Pass)、ナメクリソロゴ(Calle Crisologo)、馬車(Kalesa)、マリアクララ(Maria Clara)、セントポール大聖堂(St. Paul Cathedral)などRene Robles氏による様々な壁画を観覧できる。フィリピンを代表するアーティストJuan Luna, Fernando Amorsoloやフィリピン現代アートの親と言われるBenedicto Cabreraなどの芸術家の作品も展示。また、ビガンの歴史も壁画で見ることができる。ホテルも備品、装飾品などがバラエティーに富んでいる。Queen Standard Room がP 6,726から。

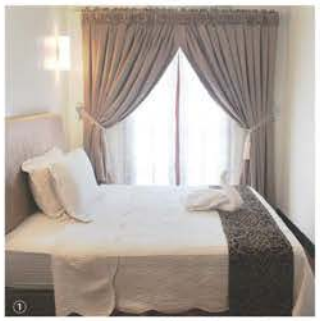
V. De Los Reyes cor. Gen. Luna St., Vigan City, Ilocos Sur
☎ 02-584-4945 / 02-373-3333 (Manila Line); 077-632-2222 / 0917-564-0727
HotelLuna hotelluna.ph

ワンダーシティー・ビガン
探索のあとの癒しの場

PPP H2

West Loch Park Hotel

ウエストロックパークホテル



Superior Room (P3,700/一泊)(写真①)/ホテル内にレストランも(写真②)/白を基調にし、街の景観になじんだ建物(写真③)





手頃な価格でお一人様にもご家族連れにも上品なサービスを提供するホテルとして注目を集めるのがウエストロックパークホテルだ。2013年にHoliday Enterprises Lumber and Hardwareが設立。白い壁と木を基調に、ビガンの街の景観にピッタリな雰囲気が人気だ。非常に開放的な空間で、様々な用途に対応可能。ベッド、テレビ、ソファ、お風呂付き。Standard guest room がP3,190から。Superior guest room (P3,700) では、壮大なビガンの景色を一望できる。ビガンの遺跡探索のあとに最適、癒しのホテルだ。

General Luna St., Vigan City, Ilocos Sur
☎077-604-9032 / 0977-815-1237 / 0925-630-8836
westlochparkhotel.net
West Loch Park Vigan

古き良きイロカノの
面影残るホテル

PPP H3

Ciudad Fernandina Hotel

シュダッドフェルナンディアホテル



さほど大きくないが昔ながらの面影のこるホテル(写真①)/Honeymoon Suite (P6,995/一泊)(写真②)/ホテル内にあるSt. Martha's Cafe (写真③)





フィリピン史に詳しい人なら一度は聞いたことのあるのが、シュダッドフェルナンディアホテルだ。名称は街の昔の呼び名にちなんで名づけられ、1758年に建設。当時は2軒しかないセメント作りの大階段が特徴のホテルだったが、改修工事を経てもその大階段は残され新しいデザインと融合して絶妙の風合いを見せている。スタッフによるイロカノ風のおもてなしも人気。お一人ならStandard Room (P2,795)、ビジネスにはクラッシックな雰囲気のExecutive Suite(P6,995)がオススメ。

#26 Mabini St., cor. Plaridel St., Vigan City, Ilocos Sur
☎ 0995-991-9972 / 077-722-3765
ciudadfernandinavigan.com.ph
Ciudad Fernandina Hotel

スペイン統治時代の様子が
色濃く残るホテル

PPPP H4

Hotel Felicidad

ホテルフェリシダッド



Maestro Suiteは (P7,500/一泊)(写真①)/ホテルメインロビー(写真②)/通りからすぐにあるエントランス(写真③)





ホテルフェリシダッドは、スペイン統治時代の様子が色濃く残る、当時の文化を感じることができるホテルだ。ビガン市のほぼ中央に位置し、プラザサルセド、ビガン大聖堂、プラザブルゴスなど歴史的な建造物へのアクセス良好なのも魅力。元は先祖代々継承された民家として1918年に建てられ、改修工事とリフォームを経て、2011年には21部屋をもつホテルへと変化を遂げた。現在も当時から続くイロカノ風のおもてなしを経験することができる。P3,000から。

#9 V. Delos Reyes cor. Florentino St., Vigan City, Ilocos Sur ☎ 077-722-0008 / 0917-856-8309 / 0939-925-2402 / 0932-891-2468
hotelfelicidadvigan.com Hotel Felicidad Vigan

映画の撮影の舞台に。
かの有名俳優も宿泊

PPP H5

Villa Angela Heritage House

ヴィラアンジェラヘリテッジハウス



映画の舞台にも使われたメインルーム(写真①)/Cuarto del Señor (P2,900/一泊(写真②)/古き良き時代の面影たっぷりのエントランス(写真③)





映画「Rizal sa Dapitan」(1997)などの舞台にも使用され「Born on the Fourth of July」(1989)ではかのトム・クルーズが自分用に選んだ家具も置かれているホテル・ヴィラアンジェラヘリテッジハウス。1859年に同自治体の知事Agapito B. Florendoによって建築された。建物も調度品も古き良きビガンの面影が残る人気のホテルだ。2階のダイニングルームではヴェルソーザ家の貯蔵品が展示され他の宿泊客と食事をとることが可能。4名家族に最適なCuarto de las HijasはP3,200。朝食付き。

#26 Quirino Boulevard, Vigan City, Ilocos Sur
☎ 077-722-2914 / 0919-315-6122 (Vigan City); 02-425-6473 / 0917-631-4024 (Manila)
villaangelavigan.com Villa Angela Heritage House

VIGAN ビガン マップ MAP



Organic Pinakbet Set (P300)

イロカノ料理とのんびりとしたファームを体験 PP 1

Pinakbet Farm
ピナクビット ファーム

Caoayanの地元農家や漁師支援を目的とした政府経営の観光施設。レストランは、野菜畑と養魚池に囲まれて、シンプルでのんびりとした農場（Farm）生活を体験できる。イロカノ料理の材料となる野菜のほぼ総てが敷地内の広大な農場で栽培される。

Nansuagao, Caoayan, Ilocos Sur
☎ 0927-581-1188 Pinakbet Farm

この地域の代表的な料理のあれこれを味わおう（Set Dは一人P265）

フィリピンの正しい食事スタイル体験 PP 2

Ihawan sa Caoayan
イワハン・サ・カオアヤン

トライシクルの運転手の屋台として開始し、新しい建物となった今もフィリピンの正しい食事スタイル、手で取って食べるkamayanを提供する。Ihawanのブードルファイト（手づかみで食べる軍隊式食事法）は4セット。ライスとアイスティーはお代わり可。

Don Quirolgico, Caoayan, Ilocos Sur
☎ 0917-744-5544 Ihawan Sa caoayan

個性派ぞろいでつい1枚！

T-Shirts Tシャツ

お土産物として定番のTシャツも歴史の街ビガンモノはカラフルでアートを感じさせる

※プライベートジェットのみ利用可の飛行場

ZOOM IN

ZOOM OUT

いにしえに想いを馳せてビガンの街を散策


無料で織物体験もできる

カラフルな洗練されたアベル織工房 FREE 1

Rowilda's Loomweaving
ロウィルダス・ルームウィービング

ビガンのショップの織小物は、この手織り工場でほぼ作製される。25人の手織り職人が織るのは伝統工芸・アベル織り。強度に優れカラフル、様々な製品に加工されお土産に最適だ。手織り体験は無料。製品はP140からP680で購入可。

Camanggaan Brgy, Vigan City ☎ 077-722-6734 / 0917-367-3911
rowildasloomweaving.com



Let"s go ZOO!!

鉄板とされる観光名所の一つ P 2

Baluarte Resort and MiniZoo
バルアルテズー リゾート アンド ミニ ズー

小さいが幅広い年代の方が楽しめる動物園。元イロコスの政治家Luis Chavit Singson氏がオーナーで、国内外の動物が集まる聖地と呼ばれる。約80haの敷地は電気自動車で回遊可能。ホワイトライオン、オパードや爬虫類など多くの動物を間近でみることができる。

Quirino Boulevard, Tamag, Vigan City, Ilocos Sur
☎ 077-722-7186


陶芸職人さんの技を見学！

伝統工芸の街で陶芸体験 FREE 3

Ruby's Pottery
ルビーズ・ポッテリー

ビガンの代表的な伝統工芸の一つburnay jarsの唯一の窯元。工房に一歩入ればはさまざまな陶器のつぼに目を奪われる。オーナーはナショナルフォークアーティストのFidel Antiporda Go氏。無料見学、陶器作り体験もできる。（無料、ただし職人への寄付あり）

Brgy. Pagburnayan, Vigan City, Ilocos Sur

歴史的建造物と
光と音のイルミネーションが楽しめる

FREE 4

Plaza Salcedo

プラザ サルセド

毎晩夜の7時、地元の人も観光客も揃ってプラザサルセド名物・光と音のイルミネーションを見るために中央の噴水へ足を運ぶ。スペイン人の探検家、フアン・デ・サルセド(Juan de Salcedo)にちなんで名づけられたここは、ビガンの観光スポットの拠点だ。建築当時、1970年代のビガンは乱戦も多く、貯水槽として建設された。またフィリピン革命時の女性初のリーダーGabriela Silangが1973年に絞死刑にされた場所。また17世紀に北部ルソンを納めていたフアン・デ・サルセドのモニュメントもある。噴水の光と音のイルミネーションは19時から30分ごとに開始。また世界遺産、ビガン大聖堂の撮影スポットとしても有名。広場は入場無料、ビガンにいったらぜひ訪れたいスポットだ。

Quezon Ave., cor. Burgos St., Vigan City, Ilocos Sur
☎ 074-424-0931(内線:47・50-53)/02-584-4911/02-584-4892
TheMANORCampJohnHay www.campjohnhayhotels.ph



噴水のダンス



ビガン大聖堂



ビガン大聖堂の西の鐘楼

歴史好きもうならせる
所蔵の数々

FREE 5

Ilocos Regional Museum Complex

イロコス リージョナル
ミュージアム コンプレックス



元大統領のElpidio Quirinoの記念品集めた展示(写真①)/地元のワインも展示(写真②)/フィリピン国立博物館Ilocos Complexの建物(写真③)





歴史や文化が好きな方にも大満足の博物館が、博物館が集合したイロコスミュージアムリージョナルコンプレックスだ。ナショナルミュージアム所有で入場料無料。フィリピン史における重要人物2人、植民地支配からの脱却に貢献した祭司Padre Jose Burgosとフィリピン6代目大統領Elpidio Quirinoの所縁や、Padre Jose Burgosの家でもあったブルゴスミュージアムには、ビガンの芸術品も多数。Basiと呼ばれるイロコスのアルコール飲料の展示品も。いにしえに思いをはせる展示物がいっぱいだ。

Burgos, Vigan City, Ilocos Sur
National Museum of the Philippines
nationalmuseum.gov.ph

ビガンで最も上品な
石造りの家

P 6

Syquia Mansion Museum

シキアマンションミュージアム



Elpidio Quirino前大統領の娘、Victoria Syquia-Quirinoの肖像(写真①)/シキア大邸宅内の居住エリア(写真②)/ここでQuirino政権の内閣会議が開かれた(写真③)





ビガンで最も上品な石造りの家といえば、このシキアマンションミュージアムだろう。1830年、キリノ元大統領結婚時に結納としてシキア家に収めた。装飾はフィリピンとスペインの文化を混合させたデザイン。azoteaと呼ばれる開放的なバルコニー、リビングや訪問客を見る覗き穴、カピス貝の窓、四柱式のベッド、アンティークや絵画、世界各国の家具など、まるで植民地時代の様子をみるようだ。キリノ元大統領の肖像画やJuan LunaによるSpolariumのレプリカも見ることができる。

Quirino Boulevard, Vigan City, Ilocos Sur

SOUVENIRS iN ViGAN



カラフル編み込みの布製品

Handwoven items

手織物

昔ながらの道具で作られた伝統的な手織物はビガンの代表的なお土産物。特にRowilda's Loom weavingは人気。



どのお店でも取扱う人気の土産

Basi wine バシワイン

イロコス地方のお酒でサトウキビを発行させて土壺で6-12か月、薄赤色になるまで寝かせたワイン。甘さと少しの苦み特徴。



イロコスで最も有名なソーセージ

Vigan Longaniza

ビガンロンガニーサ

Calle Crisologo沿いで特によく売っており、ニンニクと塩の風味があふれ出るピリ辛のソーセージ。

お土産物探しに
外せない!

S 1

Lucy's Antique Shop

ルーシーズアンティークショップ



ビガンシティ沿い・ルーシーのアンティークショップ街(写真①)/聖人などの彫刻もアンティークショップで購入可能(写真②)/他の木彫りはアンティークショップの外も買うことができる(写真③)





アンティークが好きな人はCalle Crisologo沿いのDon Renato Peñaの一階にあるルーシーズアンティークショップをおススメしたい。宗教感の溢れる彫刻や絵画、家具から木のディスプレイに骨董まで、実に様々な商品がおかれている。実はこのお店、ビガンで最も大きく古いお土産屋さんでもある。ネイティブの伝統品や家財など、大きな4つの扉が目印のエントランスからブティックのスペースまで所狭しと並んでいる。価格はP50〜P1,000と非常にリーズナブル。

#14 Crisologo St, Heritage Village,
Vigan City, Ilocos Sur
☎ 0917-568-0051

趣あふれるレストランでビガン料理に舌づつみ

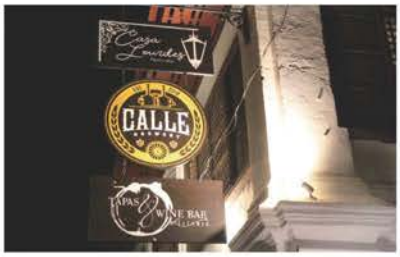
ビール醸造所をもつ旧邸宅を改装した
人気レストラン

PPPP 3

Casa Lourdes
カーサ・ローデス

クリソロゴ通りから徒歩数分のCasa Lourdes。1875年に建てられた風情ある2階建てのこの旧邸宅は、現在ではレストランに改装、多くの人々が訪れる。木製の大きな両開きの扉を開けると、1階には自家製ビールと燻製肉や新鮮な魚介類が楽しめる「Calle Brewery」がある。白く塗られた壁と当時のレンガがマッチした店内にはバーカウンター、木製のテーブルやベンチが並ぶ。店内奥のビール醸造所から直接運ばれてくる醸造ビールはもちろん、燻製肉や新鮮な魚介料理、地元イロカノ料理も人気だ。二階はお洒落なレストラン「Tapas and Wine Bar by Titania」。常時20か国、60種類以上の豊富な種類のワインを貯蔵し、ワインのピッタリのタパスも絶品。世界遺産ビガンを訪れたらぜひ立ち寄りたい。

Casa Lourdes, #11 Calle Encarnacion Vigan City, Ilocos Sur
☎077-604-5223 / 0917-713-1694 ㊡11:00~23:00
Calle Brewery



夜に映える、カーサルルドの看板


Calle Breweryのクラフトビール醸造タンク


お好きなワインをチョイス

お好きなワインとイカロス料理コースを堪能 PPPPP

Tapas & Wine Bar by Titania
タパス&ワインバー・バイ・ティターニャ

ケソンシティにあったTapas and Wine Bar by Titaniaが、Casa Lourdesの2階に移転。昔ながらの古民家風ホテルの食堂として人気だ。豊富なワインコレクションがあり、12種類の料理が楽しめるイロカノ料理コースを提供する(1,800ペソ/人・1週間前に予約が必要)。

地元限定、
自家製クラフトビールを味わう PPPPP 4

Calle Brewery
カーレ・ブルワリー


②


③

CasaLourdesにあるCalle Breweryは新鮮なシーフードやバーベキュー、イロカノ料理はもちろん、自家製のクラフトビールが楽しめるレストランだ。クラフトビール店「Joe's Brew」と共同開発したビールは全部で5種類。はちみつの甘味とほんのりとした苦味が特徴のSalakot ni Diego (P180)、強い苦味にフルーティーな後味のCanyon ni Panday (P180)などフィリピンの英雄たちの名を持つ個性豊かなビールは、スモークした肉と魚介のセットShrimp Set Fiesta Mix (P1,200)や2種のお肉の盛り合せTwo Meat Plate Combo (P460)などの相性ピッタリだ。

Casa Lourdes, #11 Calle Encarnacion, Vigan City, Ilocos Sur ㊡11:00~23:00
☎0917-713-1694 / 077-604-5223
Calle Brewery



①
素敵な夜に乾杯！(写真①)/Shrimp Set Fiesta Mix (P1,200)(写真②)/Two Meat Plate Combo (P460)(写真③)

みんなでワイワイ、
イロカノ料理を楽しもう！ PP 5

Comedor
コメドール


②


③

ホテルLuna内、スペイン語の食堂・Comedorの名を持つイロカノ料理レストラン。前菜、オムレツ、スープ、サラダ、サンドイッチ、パスタ、麺類、野菜・肉・魚料理、デザート、またステーキに至るまで様々なイロカノ料理を堪能できる。お値段も手頃でボリュームも抜群。おススメは、季節の新鮮な魚にレモン・アイオリソースとケイパーを添えフランスパンを乗せたVigan Angulas (P250)、スペインの伝統的オムレツTorta De Gambas (P275)、Luna Bagnet (P425)など。みんなでシェアして味わおう。

V. De Los Reyes cor. Gen. Luna St., Vigan City, Ilocos Sur ㊡ランチ10時~,ディナー18時~22時
☎0977-827-1277
hotelluna.com Hotel Luna


①
Luna Bagnet (P425)(写真①)/Vigan Angulas (P250) (写真②) /Comedorのダイニングエリア(写真③)

MUST TRY SIGNATURE ILOCANO DISHES


Photo : Kuboville

地元が誇りとする料理

Pinakbet ピナクベット

おそらくイロカノの人々が最も誇りを持っているのがこの料理。ナス、押しつぶした豆、アンパラヤと呼ばれるゴーヤ、アンチョビや魚醤でソテーにしたオクラなど様々な野菜が入っている。ピザタイプもあり、一風変わった食べ方も挑戦できる。


Photo : UNO Grille

独特のソースが食欲をそそる

Bagnet バグネット

別名、チチャロンと呼ばれている豚バラ肉を揚げたこちらのイロカノ料理。トマトと熟成させた魚醤と玉ねぎを合わせたソースと一緒にいただくのが人気の食べ方。こちらもどのレストランで出される有名なメニュー。ぜひ試してみよう。


Photo : Kuboville

ベジタリアンにもおススメ

Poqui Poqui ポキ・ポキ

イロカノの食事はPoqui-Poquiなしでは語れない。炒めたナス、トマト、ニンニクとたまごをつぶしてクリーミーにしたお肉を使わない料理だ。ビガンのすべてのレストランのすべてのテーブルで出されるといっても過言ではない程人気のメニュー。レストランによって異なる味付けを楽しむもよし。


Photo : Irene's Vigan Empanada

イロカノならではの軽食

Empanada エンパナーダ

Empanadaは小さく折りたたんだピザのような料理。米粉の生地で包まれており、アナトーの種からオレンジ色に着色されたイロカノの軽食だ。パパイヤ、リョクトウ、タマゴとイロカノのロンガニーサが餡として入っている。Calle Crisologoではよく見かけるメニューで、特にアイリーンズエンパナーダは有名。

リピータもいっぱい！エンパナーダが人気の家庭的なレストラン

Irene's Vigan Empanada

アイリーンズ・ビガン・エンパナーダ



人気のエンパナーダはIreneさんの家に代々伝わるレシピを再現(写真①)/Special Vigan Longganisa Empanada (P40)(写真②)/家庭的な温かみのある店内(写真③)





イロコス地方の旅で押さえておきたいのが、地元の名物エンパナーダ。通りの屋台などで売られるスナックだ。そんなエンパナーダがビガン一美味しいと評判なのが、サルセド通りにある「Irene's Vigan Empanada」だ。2004年にIrene Santosさんが家族に代々伝わるエンパナーダのレシピでオープンして以来、大評判。ビガン産のロンガリーサをていねいに挽き卵と合わせたタネを皮で包みこんがり揚げたエンパナーダを求めビガンに訪れるリピーターも多いとか。定番のSpecial Pork Longganisa EmpanadaはP40。

11 Calle Salcedo, Vigan City, Ilocos Sur
営 9:00～20:00
☎ 077-674-0279 / 0916-358-2243
Irene's Empanada Main

地元の人が足しげく通う隠れ家的レストラン

Hidden Garden Lilong and Lilang

ヒドゥン ガーデン



鮮やかな装飾のエントランスはこの地域の祭り・パリオ・フェスタの雰囲気。(写真①)/ネイティブハロハロ(P120)(写真②)/ウコイ(P70)(写真③)





ビガンの中心街からトライシクで10分ほどのHidden Gardenは2002年にオープン。当時は、南イロコス料理を提供する、小さな飲食店だったが、すぐに近隣の市長・町長も友人と訪れる人気店に。定番のフィリピン料理のほかに、エビにハーブで風味付けしたオムレツ風のウコイ(P70)。すりつぶしたグリーンパパイヤと緑豆、にんじんとヴィガン名物のロンガニーザを、米粉でできたタコスの皮のようなものに詰め込んだエンパナーダ(60ペソ)も人気。

Brgy. Bulala, Vigan City, Ilocos Sur 営 月～金 6時～19時、土日 6時～20時 ☎ 0906-332-8309/ 0928-965-9190 hiddengardenvigan.com
Hidden Garden Vigan -Lilong & Lilang Restaurant

工夫したローカル、イタリアン、和食が楽しめるレストラン

Café Leona

カフェ レオーナ



カリカリにやいた生地が人気の人気のPinakbet Pizza(写真①)/Bagnet(写真②)/food counterには人気メニューが並ぶ(写真③)





オーナーでありイロカノで有名な詩人、レオーナ・フローレンティーノ像のすぐ横のカフェ。一風かわったフィリピーノ、和食、イタリアンを織り交ぜたメニューを提供する。和食では、刺身、寿司のほか、オススメは、Bagnet-Bacon Maki(P210)。Bagnetやカリカリの豚バラをベーコンと海苔で巻いた、香りのいい一品だ。イタリアンでは、直火で薄くカリカリに焼き上げた生地が特徴のPinakbet Pizza(P390)など。ペペロニや牛ひき肉の代わりにロンガニーサを使用、マニラとは違った味を試してみよう。

#1 Calle Crisologo, Vigan City, Ilocos Sur
営 10:00～24:00(月～日)
☎ 077-722-2212 / 0920-906-8144

「炭火焼料理」と「イロカノ料理」ならここ！

Uno Grille

ウノ・グリル



落ち着いた雰囲気の店内でエキゾチックなグリル料理をどうぞ。(写真①)/Ginisar ng Ipon (無料)(写真②)/Poque Balls (P170)(写真③)





スペイン・コロニアル建築が残る美しい石畳の通りCalle Crisologo から数ブロックの所にあるUno Grille。 定番のグリル料理、イロカノ料理を揃えるが、ここだけで提供するのが炭火焼き料理だ。人気メニューは、リスピー・バグネットCrispy Bagnet (P260)。 豚バラ肉の角切り唐揚げで、KBLディップにつけていただく。 地元料理のPoque-poque(茄子料理)には一工夫あり。Poque Balls (P170)はボール状に仕上げ、赤・黄色のカレーソースといただく。10月～2月限定のまエキゾチックなGinisar nga Iponもぜひ。

Bonifacio St., Vigan City, Ilocos Sur
営 10:00 ～23:00
☎ 0917-799-0121
Uno Grille

24時間営業、いつでもイロコス料理を楽しめるレストラン

Kuboville

クボヴィル



生ネギ、ニンジンなど野菜たっぷりのBagnet (P165)も人気だ(写真①)/Pinakbet (P155)(写真②)/明るくポップな店内(写真③)





Salcedo Streetにある、Kuboville。 24時間営業で、人気のイロカノ料理を提供する。茄子のオムレツ・Poqui-Poqui (P130)をソテー、グリルし、エシャロットとトマトを添えて。 グリルするため、少し焦げた味が濃厚でクリーミーなソースとよく合う。豚ばら肉の角切りを揚げたBagnet (P165)は通常、Bagnet はソースやお酢を添えて提供されるがKubovilleでは、この有名なビガン料理を、トマト、玉ねぎ、魚のペーストと共に提供。独特の塩味でBagnetを味わうことができる。Pinakbet (P155)は、野菜の塩辛蒸しも試したい。

Salcedo St., Vigan City, Ilocos Sur
営 月～日24時間営業
☎ 0977-052-3711

旅の思い出に！豪華なBBQ料理を味わう

Ricardo's

リカルドス



白い壁にオレンジのライトが印象的なRecardo'sは1階が連ストラン、2階はカフェ。食後のひと時を満喫しよう(写真①)/Ricardo's Platter (P1,155)(写真②)/Lemon Basil Shake(P95)(写真③)





豪快なバーベキュー料理が楽しめるアウトドア・ダイニングレストラン「Ihawan sa Caoayan」の姉妹店「Ricardo's」は南イロコスのカオアヤン(Caoayan Ilocos Sur)にある多国籍料理を提供している高級料理店です。2階にはコーヒーやスムージー、フラッペなど様々な種類のドリンクが楽しめる「Tasa Coffee Shop」があります。Ricardo'sのお勧めはイカ、ケバブ、鶏肉、ロンガニーサ、ムール貝の豪華な盛り合わせRicardo's Platter (P1,155)と新鮮な魚介を使ったSeafood Shish Kebab (P295)です。

Cauayan, Ilocos Sur
営 11時～22時
☎ 0966-733-9933
Ricardo's

歴史の物語にあふれる街

Ilocos Sur

イロコス スル

イロコススルの歴史はこの地のユネスコ世界遺産、ビガン、バロック教会とともに、今に生きている。北のイロコスノルテ、北東のアブラ、西の山岳地帯、南東のバギオ、南のラ・ウニオン、そして西の南シナ海に至るまで、スペイン統治時代の足跡や街並みが、この地を訪れる人々へ当時の物語を鮮明に思い描かせてくれるだろう。さあ！イロコススルの歴史を探索へ！

イロコススル
情報が満載！
WEBもチェック！

ギリシャサントリーニ島の
景観をイロコスで味わう

₱₱₱₱ H1

Vitalis Villas

ヴィタリスヴィラ



白に鮮やかなブルーが生えるロマンチックなエントランス(写真①)/Superior Room(写真②)/3ベッドルームヴィラからの外観(写真③)





知る人ぞ知るサンチャゴ洞窟沿いの素敵なヴィラ・Vitalis Villasは、エーゲ海の著名な観光地・ギリシャサントリーニ島を彷彿させる白と青で彩られた美しい景観で私たちを出迎えてくれる。フランス芸術家Macario Vitalisに由来して名付けられたこのホテルの最高のおもてなしの一つだ。全部屋から見渡せる壮大な光景と、BenCabなど有名な芸術家たちの作品が旅の醍醐味を与えてくれるだろう。マニラからクルマで数時間の好立地で異空間を味わってみよう。(₱9,500～／一泊)

Sabangan Bridge, Santiago, Ilocos Sur
☎ 077-604-6868/ 02-373-3333
vitalisvillas.ph/vitalis
Vitalis Villas

旅の疲れを最高の夕日で
癒してくれる

₱₱₱₱ H2

Vitalis White Sands

ヴィタリスホワイトサンズ



夕日を愛でながらディナー(写真①)/客室からのオージャンビューと客室(写真②)/プール(写真③)





ヴィタリスホワイトサンズは、南シナ海の澄んだブルーの海、沈む夕日など、様々な絶景が楽しめるイロコススルでは外せないホテルだ。全27部屋あり、白と青を基調としたギリシャ風のデザイン、好みでオーシャンビューがマウンテンビューを選択できる。Vida Verde Spaではマッサージ、ボディ、フェイシャルトリートメントがあり旅の疲れをいやしてくれる。Fisherman's Boat GrillやMacario Barで夕日を見ながらゆったりと優雅なひと時を過ごそう(₱6,500～)。

Sabangan Santiago, Ilocos Sur
☎ 0939-908-0373 / 0922-858-5858 / 0917-832-8050
www.vitalisresort.com

 ホテルのプライスレンジ: ₱ ～P2,000 ₱₱ P2,000～P4,000 ₱₱₱ P4,000～P7,000 ₱₱₱₱ P7,000～P10,000 ₱₱₱₱₱ P10,000～

ILOCOS SUR イロコス南 マップ MAP


Full Mountain AdventureはVia Ferrata, Tyrolean Traverse、それにZiplineが体験できる (P700)

冒険好きにはたまらない
アクティビティがいっぱい

PPP 1

NOAH Narvacan Outdoor Adventure Hub
ノア

南イロコスの大自然を堪能できるアクティビティー施設·Narvacan Outdoor Adventure Hub（通称：NOAH）。ヴィア・フェラータ（岩のぼり）の他、ホビーキャット・セーリング、カイトサーフィン、パラセーリングなど盛りだくさん。装具レンタルあり、ガイド在中。

NOAH, Sulvec Port Road, Narvacan, Ilocos Sur
☎ 0999-997-6624 Narvacan Outdoor Adventure Hub


サンタマリーナのPinsal falls

知る人ぞ知る神話の滝

P 2

Pinsal Falls ピンサルフォールス

サンタマリア市内から約9ｋｍ、Abra州でも特に神秘的と評されるピンサルフォールは大きな滝だ。滝の裏の大きなくぼみは、イロコス神話で巨人Angaloが最愛のAranを探したときにつけた足跡と言われている。イロコス版アダム・AngalとイブAranの神話に思いを馳せてみよう。

Brgy. Baballasioan, Pinsal Falls Road, Santa Maria, Ilocos Sur
入場料：無料 / ボート（川下り）：P20 / コテージ：P100-300


歴史の重みを感じる風情ある教会

この地の観光で必見の世界遺産

FREE 3

Santa Maria Church サンタマリア教会

サンタマリア教会は、ユネスコ世界遺産認定の植民地時代の面影残る教会。フィリピン4大バロック式教会の1つで"The Church of Our Lady of Assumption"（聖母の被昇天教会）とも呼ばれる。1769年にアグスチン会の修道士がナバナンのチャペルとして建築、横のベルタワーも見学したい。

Santa Maria - Burgos Rd, Santa Maria, Ilocos Sur
営 8時～18時


Honey Roasted Chicken Quarter (P150)

シティ中心にある
ジャパニーズ・アメリカンレストラン

P 1

Gin&Gravy
ジン・グレイビー

ブラック、ホワイトとグレー基調に、木製のディスプレイが引き立つジャパニーズ・アメリカンレストラン・Gin & Gravyは、ゆったりお洒落な人気店だ。Candonシティの中心に位置、フィリピン・スタイルのアメリカン・ステーキ・シズリング・プレート、日本食がおススメ。

GF, Stern Mall, San Nicolas, Candon City, Ilocos Sur
営 11時～23時 Gin & Gravy



Milktea and Frappes

人気のミルクティショップでほっと一息

P 2

Oh Six Oh Eight Cafe オー・シックス・オーエイト・カフェ

この人気のミルクティ・ショップは、Mang Cha-aのフランチャイズ店としてスタート。サンドイッチや豊富な種類のドリンクが自慢だ　オススメは定番のWintermelon Milk Tea with Pearls (P65)、フルーティな後味のBlueberry Milk Tea (P65)、Taro Pudding (P70)など。フィンガーフードもぜひ。

Cleofel Complex, National Highway, Brgy. San Jose, Candon City, Ilocos Sur
☎ 0956-072-2687 営 10時～19時 mccandon0608



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 JL 746 JL 742 DL 180 DL 296 PR 428 PR 432	0945 / 1500 0050 / 0610 0615 / 1135 1410 / 1930 0950 / 1500 1515 / 2025 0955 / 1530 0955 / 1530 0700 / 1215 1450 / 2010	毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 月・火・木・金・土・日 水 毎日 毎日
成田⇒マニラ Narita/Manila	NH 819 5J 5055 5J 5057 JL 741 JL 745 DL 181 DL 295 GK 041 PR 427 PR 431	1730 / 2130 1305 / 1720 2030 / 0100+1 0920 / 1325 1810 / 2215 1725 / 2135 1725 / 2135 1935 / 2350 1315 / 1730 0930 / 1350	毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 月・火・木・金・土・日 水 毎日 毎日 毎日
マニラ⇒羽田 Manila/Haneda	NH 870 PR 422 PR 424	1450 / 2000 0855 / 1400 1925 / 0040+1	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 3K 763	1425 / 1915 0715 / 1405 1505 / 2005 0655 / 1135	毎日 毎日 毎日 月・水・金・土・日
関空⇒マニラ Kansai/Manila	PR 407 PR 897 5J 827 3K 764	0955 / 1330 1505 / 2040 2055 / 0015+1 1320 / 1640	毎日 毎日 毎日 月・水・金・土・日
マニラ⇒名古屋 Manila/Nagoya	PR 438 5J 5038 GK 094	1405 / 1855 1520 / 2025 0010 / 0500	毎日 毎日 月・火・木・土
名古屋⇒マニラ Nagoya/Manila	PR 437 5J 5039 GK 095	0935 / 1300 2120 / 0050+1 1935 / 2305	毎日 毎日 月・水・金・日
マニラ⇒福岡 Manila/Fukuoka	PR 426 5J 922 5J 922 5J 922 5J 922	0945 / 1415 1255 / 1730 1305 / 1730 1525 / 2005 1425 / 1900	毎日 火 水 土 火・木・金・日
福岡⇒マニラ Fukuoka/Manila	PR 425 5J 923 5J 923 5J 923 5J 923	1515 / 1825 1835 / 2140 2005 / 2310 2110 / 2355 2005 / 2300	毎日 月・水 金 土 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	0740 / 1310 0800 / 1325 1500 / 2030	毎日 毎日 毎日
成田⇒セブ Narita/Cebu	5J 5063 PR 433 PR 435	1355 / 1830 1425 / 1900 0935 / 1400	毎日 毎日 毎日
クラーク⇒関空 Clark/Kansai	3K 777 3K 777	0700 / 1140 0710 / 1200	火・土 木
関空 ⇒クラーク Kansai/Clark	3K 778 3K 778	1240 / 1605 1255 / 1620	火・土 木
マニラ⇒香港 Manila/Hongkong	CX 932 CX 912 CX 906 CX 930 CX 918 CX 902 CX 934 PR 302 PR 300 PR 318 PR 306 PR 310 PR 312 5J 272 5J 110 5J 118 5J 114	0630 / 0845 0805 / 1035 1100 / 1330 1220 / 1510 1745 / 2020 1955 / 2220 2055 / 2315 0435 / 0650 0755 / 1015 1000 / 1220 1515 / 1740 1900 /2150 2110 / 2335 0600 / 0820 0710 / 0930 1535 / 1805 1815 / 2040	毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 水・木・土 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日
香港⇒マニラ Hongkong/Manila	CX 907 CX 901 CX 919 CX 903 CX 935 CX 913 CX 939 PR 303 PR 303 PR 313 PR 301 PR 319 PR 307 PR 311 5J 111 5J 273 5J 119 5J 155	0750 / 0955 0900 / 1110 1420 / 1635 1615 / 1845 1720 / 1935 2015 / 2235 2125 / 2345 0100 / 0315 0200 / 0415 0750 / 1005 1125 / 1345 1320 / 1525 1840 / 2105 2255 / 0055+1 1055 / 1325 0950 / 1155 1935 / 2155 2205 / 0020+1	毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 水・木 土 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日
セブ⇒香港 Cebu/Hongkong	CX 922 CX 926 5J 236 5J 240	1220 / 1515 2005 / 2250 1530 / 1830 0610 / 0855	火・水・木・土・日 毎日 月・水・金 毎日
香港⇒セブ Hongkong/Cebu	CX 921 CX 925 5J 237 5J 241	0825 / 1110 1605 / 1855 1930 / 2235 0945 / 1245	火・水・木・土・日 毎日 月・水・金 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，**GK**＝ジェットスター

※2018年12月19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 SQ 917 SQ 919 SQ 921 PR 511 PR 507 PR 501 PR 509 5J 813 5J 803 5J 805	0735 / 1120 1405 / 1750 1705 / 2050 1900 / 2245 0605 / 0930 1000 / 1350 1500 / 1900 1930 / 2320 0530 / 0920 2200 / 0205+1 1325 / 1725	毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日
シンガポール⇒マニラ Singapore/Manila	SQ 910 SQ 912 SQ 916 SQ 918 PR 510 PR 502 PR 508 PR 512 5J 804 5J 814 5J 806	0920 / 1300 1215 / 1555 1415 / 1755 1910 / 2250 0020 / 0355 1030 / 1420 1450 / 1855 2000 / 2355 0330 / 0710 1040 / 1430 1850 / 2225	毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日
マニラ⇒台北 Manila/Taipei	PR 890 PR 896 PR 894 PR 894 CI 702 CI 704 BR 262 BR 272 BR 278 5J 312 5J 310	0610 / 0840 0715 / 0925 1745 / 2000 1805 / 2015 1045 / 1255 1655 / 1905 0340 / 0600 1250 / 1500 1850 / 2110 0725 / 1000 2240 / 0100+1	月・木・日 毎日 日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日
台北⇒マニラ Taipei/Manila	PR 891 PR 895 PR 895 PR 897 CI 701 CI 703 BR 271 BR 277 BR 261 5J 311 5J 313	0940 / 1215 2100 / 2335 2115 / 2335 1835 / 2040 0735 / 0940 1330 / 1550 0910 / 1145 1530 / 1750 2030 / 2250 0205 / 0430 1045 / 1325	月・水・木・日 月・火・水・日 日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日
マニラ⇒バンコク Manila/Bangkok	TG 621 TG 625 PR 730 PR 736 PR 732 5J 929	1310 / 1545 2005 / 2220 0940 / 1210 1455 / 1745 1905 / 2140 0620 / 0855	毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日
バンコク⇒マニラ Bangkok/Manila	TG 620 TG 624 PR 731 PR 737 PR 733 5J 930	0745 / 1155 1450 / 1900 1350 / 1820 1850 / 2315 2245 / 0320+1 1025 / 1435	毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日

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 PR 535 5J 759	0920 / 1245 2100 / 0020+1 2035 / 2350	火・木・土 火・木・金・日 毎日
ジャカルタ⇒マニラ Jakarta/Manila	PR 536 PR 540 5J 760	0115 / 0620 1345 / 1915 0045 / 0555	月・水・金・土 火・木・土 毎日
マニラ⇒クアラルンプール Manila/Kualalumpur	MH 805 MH 807 MH 705 AK 583 AK 585 Z2 942 Z2 942 Z2 946 Z2 940 5J 501 PR 525 PR 527	0640 / 1035 1315 / 1710 1720 / 2115 1240 / 1640 0040 / 0435 0640 / 1035 0825 / 1220 0825 / 1220 1650 / 2050 2050 / 0045+1 0735 / 1120 1105 / 1450	毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 月・火・木・金・土・日 水 火・金・日 月・水・金・日 毎日 月・水・金・日 火・木・土
クアラルンプール⇒マニラ Kualalumpur/Manila	MH 806 MH 704 MH 804 AK 582 AK 584 Z2 943 Z2 943 Z2 947 Z2 941 5J 502 PR 528 PR 526	0830 / 1220 1245 / 1630 1735 / 2120 0825 / 1215 2020 / 0010+1 1100 / 1455 1315 / 1710 1300 / 1710 2115 / 0105+1 0135 / 0540 1540 / 1940 1210 / 1605	毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 月・火・木・金・土・日 水 火・金・日 月・水・金・日 毎日 火・木・土 月・水・金・日
マニラ⇒ソウル Manila/Seoul	KE 624 KE 622 KE 650 PR 466 PR 468 OZ 704 OZ 702 Z2 884 Z2 888 Z2 888 5J 188	2300 / 0400+1 1230 / 1720 0035 / 0530 0100 / 0550 1415 / 1925 2310 / 0430+1 1205 / 1640 0710 / 1210 1650 / 2150 1715 / 2215 1710 / 2220	毎日 毎日 月・火・木・土 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 火・木 土 毎日
ソウル⇒マニラ Seoul/Manila	KE 621 KE 623 KE 649 PR 467 PR 469 OZ 701 OZ 703 OZ 703 Z2 885 Z2 889 Z2 889 5J 187	0755 / 1100 1835 / 2145 2005 / 2325 0810 / 1115 2025 / 2330 0735 / 1035 1850 / 2200 1910 / 2200 1255 / 1600 2250 / 0210+1 2305 / 0225+1 0255 / 0610	毎日 毎日 月・水・金・日 毎日 毎日 毎日 火・水・木・土 月・金・日 毎日 火・木 土 毎日
マニラ⇒セブ Manila/Cebu	PR 2835 PR 1841 PR 1843 PR 1845 PR 1861 PR 2861 PR 2861 PR 1861 PR 1849 PR 2853 PR 2857 PR 2859 PR 1863 PR 2865	0355 / 0510 0415 / 0525 0525 / 0635 0635 / 0750 0735 / 0850 0735 / 0850 0825 / 0935 0825 / 0925 0850 / 1005 1225 / 1340 1500 / 1615 1620 / 1735 1830 / 1945 1900 / 2010	毎日 月・水・木・金・土・日 水・土 毎日 木 火 水・土 月・金・日 月・火・水・金・土・日 毎日 毎日 月・火・水・金・土・日 毎日 木
セブ⇒マニラ Cebu/Manila	PR 1836 PR 1842 PR 1842 PR 1842 PR 1842 PR 1846 PR 2862 PR 1862 PR 1862 PR 2862 PR 1862 PR 1850 PR 2854	0435 / 0550 0455 / 0610 0545 / 0655 0605 / 0720 0620 / 0735 0840 / 0955 0930 / 1045 0930 / 1045 1015 / 1115 1015 / 1115 1035 / 1150 1055 / 1210 1440 / 1555	毎日 金 月・水 日 木 毎日 火 木 金・日 水・土 月 毎日 月・水・金・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

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

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

その他(就労不可)・・・観光ビザ 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・・・研修生の日本国ビザ申請 / 親族の日本訪問査証 / 観光ビザ / 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



ドローに改造して ツアー初優勝

星野陸也

ほしの・りくや／96年生まれ。茨城県出身。ジュニア時代はフェードが持ち球だったが高校3年生のときにドローに変える。飛距離の出るドローがツアー初優勝につながった

体の回転で打てれば 質の高いドローになる

ドローは体の回転を止めて打つというイメージを持っている人が多いかも。でも、マキロイは体の回転を止めずにボールをつかまえてドローを打っています。そのほうが質の高いドローになるんです。ボクもお手本にしていますが、大事なのは体の正面でインパクトすること。ダウンで下半身と一緒に左肩も回すと、クラブが体の正面から外れて下から入ります。インパクトではフェースが開き、弱々しいコスリ球にしかなりません。

クラブを体の正面にキープするには、左肩を回さずに、右肩を前に出すイメージで回転させます。体の回転にクラブが遅れることなく、正面で打てるようになります。



星野は今年の全米オープンに出場して、マキロイのスイングを生で見てきた。マキロイは高速回転しながら右肩を前に出して球をつかまえドローを打つ

右肩を前に出すイメージで回転させると、左肩が早く開く動きが抑えられる。右腕が左腕に追いつくので、体の正面でインパクトできる

体の回転で打とうとして、左肩も一緒に左へ回してしまうのはNG。クラブが体の正面から外れて、寝た状態で下から入る。当然、フェースは開いて逆球が出る

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

2割引き!
2019年2月までに6ヶ月のご契約をいただいた新規のお客様

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



Vios 1.3E(A/T): Php3,000 (10時間)



Innova 2.8V(A/T) : Php4,300 (10時間)



Starex 2.5CVX(A/T) : Php5,000 (10時間)



GL-Grandia 3.0(M/T) : Php5,350 (10時間)

【ドライバー派遣も承ります】
・1日(10時間)Php1,400～ / 1ヶ月(週5日)Php20,000～

ABLE CAR SERVICES エイブル・カー・サービス
ablecarph@gmail.com (日本語対応可)
Tel: 02-505-8743 /02-919-0268・CP: 0917-311-3027 / 0917-300-2067
http://ableph.wixsite.com/able-car-services/car-rent
189f 28th Avenue East Rembo Makati City Philippines

逆球知らずの打ち方作り ドロー編 ②

コスり球のイヤ〜なイメージが消える

右肩を前に出して体の正面で打つ

高校3年生までフェードを打っていた星野陸也は持ち球をドローに変えた。
それが功を奏し、22歳になった今年、ツアー初優勝を遂げた。
「マキロイのように体の回転でドローを打ちたい」と語る。

ポイント ヘッドを遅らせるように上げると体の正面から外れない



バックスイングでも、クラブを体の正面にキープすることが大事。体の回転を先行して、ヘッドを引っ張るように遅らせて上げる。これならクラブが体の正面から外れない



テークバックでヘッドを先に上げるのはNG。これではクラブが体の正面から外れしまうので、体の回転でボールをつかまえることができなくなる

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

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



GET IT ON Google play　Download on the 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 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:02-809-7391/02-809-6334
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
ティモング通り、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 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。

LUCKYHOOK FISHING

フィリピンバスフィッシングツアー

2018年の実績　ルアーフィッシング









2019年もラッキーフックと釣りに行こう！

最新のタックル





対象魚





ボート



下記サイトにアクセスして詳細をご確認ください。お問い合わせお待ちしております。

クリスタル ウェーブ サービス
Crystalwave Services Ltd, Inc.

住所：Sea Breeze Verandas Building D P07
Anvaya Cove Golf Club Mabayo, Morong Bataan 2108

Webサイト http://luckyhookfishing.com/
Facebook https://www.facebook.com/luckyhookfishing/

担当者（マービン）：
+63-998-553-3835
marvluckyhook@gmail.com

日本語対応（青田）：
+63-998-967-5801

QRコードでアクセス

A Certified Securities and Exchange Commission Company Company Registration No. CS201419045
Company TIN. No. 008-873-678 Mayors Permit No.01406028 Certificate of Philippine Registry No.
06-0000901 Certificate of Classification by Ocean Registry No. ORS/04-82901/PR



MAKATI PALACE HOTEL
Your Royal Address
マカティパレスホテル

利便性の良いマカティの中心街に位置し
人がにぎわい活気溢れるビジネス街の中
Makati Palace Hotelは幅広いサービスで
お客様の様々な要望にお応えしております。

200室を超える客室は全てご満足いただける設備を整え
会合などのイベント用の階もございます。
ゆったりくつろげるレストランやスパもあり
マカティの街の鼓動を五感で感じられるホテルでございます。
繊細優美なインテリアに始まりフィリピンが誇るホスピタリティに至るまで
お客様の心と体を満たすサービスでお待ちしております。

T. +632 899 0344 | M. +63 999 991 3622 +63 917 580 8660
makatipalacehotel.com.ph
5011 P. Burgos, corner Caceres Street, Makati City, Metro Manila, Philippines

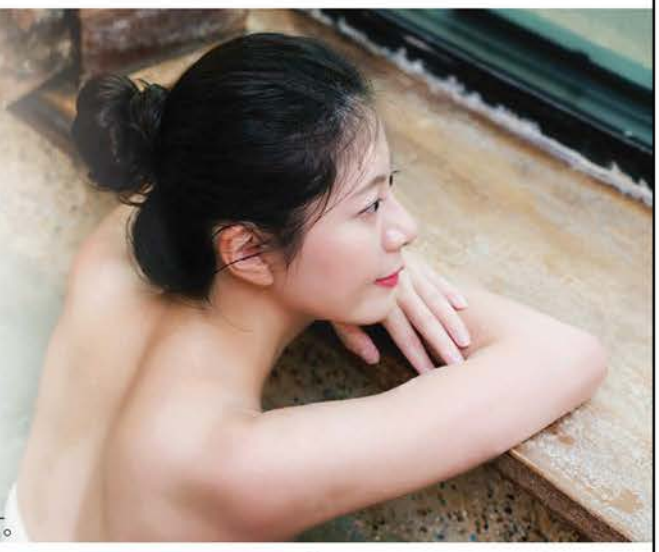
I'M ONSEN SPA

ASIASPA AWARDS 2018

tripadvisor RANKED #1

マカティの中心で
心も身体もリラックス

マニラ最大規模のスパで贅沢な時間を。
ゆったりと心ゆくまでお寛ぎください。



1 hour massage + buffet package

Php **1,950** より （マッサージ60分付）

温泉、サウナの後はリラクゼーションルームでゆっくりと。
美味しいお食事も召し上がれるお得なセットになっております。


本格日本形式温泉


リラクゼーション
ラウンジと無料健康茶


フィンランドサウナ


ディナービュッフェ


パーティや
グループ予約には
カラオケルームもご用意

グループ様、法人様からのご予約も承っております。

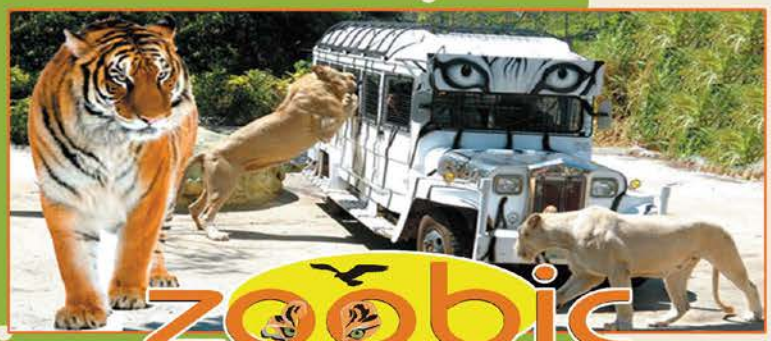
ご予約は
電話番号: (+632) 7557 877
メール: spareservations@imhotel.com

I'M Onsen Spa
Upper Ground Floor, I'M Hotel, Makati Avenue corner
Kalayaan Avenue, Makati City, Philippines 1210

www.imonsenspa.com
imonsenspa

Zoomanity Group

FIND YOUR HAPPYNEST!



SUBIC BAY



TAGAYTAY



CLARK, PAMPANGA



MENDEZ, CAVITE



LOBOC, BOHOL



NAGANO JAPAN

ネット予約で
30%割引GET!

CALL: (02)899-9824 TEXT:0927-5899696
EMAIL: zoomanityg@gmail.com
3F Yupangco Bldg., 339 Gil Puyat Ave., Makati City

BOOK YOUR TICKETS NOW AT.
www.zoomanitypayment.com

昨年に引き続き
今年も発刊決定!

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越される方が、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冊にまとめました。

近日「フィリピン ライフスタイルガイド2019」を発刊します。

以下のようなカテゴリーで、幅広く情報を集約!

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

＜主な配布場所＞
マカティ内の日本食材店、日本食レストラン

フィリピンライフスタイルガイド 2019
乞うご期待!

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
- Genius English Academy in BGC ☎02-869-59-11
- Summit School ☎02-881-9032
- The British School Manila ☎02-860-4800
- The Little Gym ☎02-815-1735
- Topia English Learning Center ☎(02) 368-6717 / 0917-843-1852
- マミー・インターナショナル マニラ校 ☎02-807-2199 / 02-807-2178
- ウィズこども園 https://whizkids.jp/

Makati
- Casa Montessori International ☎02-810-9722
- Fun-D-Mentals Preschool ☎02-818-9764
- Family Partners Learning Center (F.P.L.C) ☎02-550-1376
- TESZARA Inc. ☎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

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。

SHARP

Be Original.



SHARPプラズマクラスター 5ドア冷蔵庫
毎日使う冷蔵庫は「使い勝手のよさ」と「鮮度保持力」が決め手

食品や用途によって選べる4つのモード



クールダウンモード:
60℃のものまで入れられ作りたての料理をおいしいうちに冷却



解凍モード:
冷凍した食材をおいしさ逃がさず解凍



急冷モード:
飲み物も短時間で急冷蔵



急凍モード:
食材のおいしさや栄養分を封じ込め一気に冷凍

ActiFresh HYBRID

食品のみずみずしさ長持ち

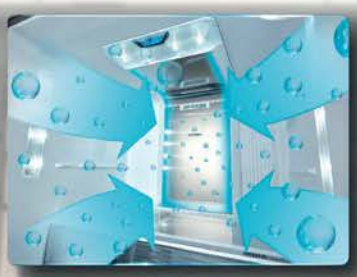
「ActiFresh Hybrid Cooling」機能で、食品に直接風を当てずに優しく冷やし、乾燥を抑えて鮮度を守ります。





従来の冷蔵庫では水分が減りすぐに乾燥

「ActiFresh Hybrid Cooling」機能で鮮度長持ち





SJ-FTF23AVP-WH (WHITE)

- J-Tech Inverter Technology
- Plasmacluster Ion Technology
- ActiFresh Hybrid Cooling Technology
- FREX Room
- Touch Control Panel
- 9-Way Flexible Shelf
- Auto Ice Maker

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
sharp.ph

ayumi
Japan Eyelash & Nail Art

日本品質
アイラッシュエクステ
&ネイルアート

Ayumi 5D アイラッシュエクステ
250〜300のラッシュを
一つの目に対し使い
日本より輸入した
濃い黒で柔らかいミンクの毛を使用

プロモコード
AYUMIPRIMERを伝えると
全サービス10%OFF

ayumi.ph

VISTA MALL PAMPANGA オープンしました



本店: BF Homes, Parañaque
支店: Ayumi BF Homes 2, Parañaque | Las Piñas | Sta. Rosa, Laguna | Southwoods | Taguig | Makati | Manila | Quezon City



日本の理容店オープン!
ヘアーカット 顔剃り
390ペソ ONLY

BARBERO de Japon



- 家族セット590ペソ
- ヘッドスパ、フェイスパック
- マカティメディカルから徒歩5分
- 日本のヘアー雑誌も置いています



Barbero de Japon
Oriental Garden Makati, G/F UNIT-N LOTUS, Chino Roces Ave, Makati
0936-923-3177
営業時間 9AM - 10PM

研究を重ね開発した
世界に通じる、
juncaの技術力



日本を始め
世界各国のミス代表が施術を
受けるためにjuncaへ訪れる

junca
Hairstyling / Hair revive / Body massage / Nails / Eyelashes (Medical Towers)
2017: Awards for Customer Service Excellence
Golden Global Annual Awards for Business Excellence / Best High End hair and Beauty Salon
2018: The Top Choice Trusted and Beauty Salon / World Class Philippine Company

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 BEAUTY LABEL
HAIR AND BEAUTY LIFE STYLE SALON
Unit103 7441 M. Santillan St. Corner Fernando St. Pio Del Pilar, Metro Manila, 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

junca BEAUTY LABEL
HAIR AND BEAUTY LIFE STYLE SALON
A. Venue Mall, 7829 Makati Ave, Makati
02 621 3460
営業:11:00a.m. ~ 8:00p.m.
月曜定休

MAP マカティ C-5

表参道トップサロンが
マニラに出店 !!

NORA
HAIR SALON
Beauty perfected by Tokyo's Finest

Live, Laugh, Love



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

SM City North EDSA 店
2.8 グランドオープン !!
現在ソフトオープン中
SM City North Edsa, Annex BF
GLOBE:0917-532-8801
SMART:0939-916-5895

Makati 店
Unit G3 BSA Tower 108 Legaspi St., Legaspi Village, Makati City
02-843-6065
GLOBE:0917-505-8895
SMART:0908-881-9249
日本人スタイリスト常駐
平日朝 9:00 より営業

営業時間
月 - 金 9:00 ~ 21:00 土 10:00 ~ 21:00
日・祝 10:00 ~ 20:00

MENU

ヘアカット	P250~
日本人スタイリスト	P950
ヘアカラー	P600~
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

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)



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

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

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

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)

ご利用可能な保険会社： PRESTIGE INTERNATIONAL 国民健康保険、社会保険 WellBe

THE SMILE BAR

Your teeth whitening partner



わずか20分で2→9トーンまで 歯を白くすることができます

- 専門ジェルと紫外線が出ないLEDプラズマライト使用だから安全
- P3,999～
- 痛みのない施術で安心
- 1回のご来店でカウンセリング～ホワイトニング施術まで完了

THE SMILE BARはフィリピン初の 歯のホワイトニング専門店です





2/F Uptown Parade, BGC, Taguig

(02) 541 2863
(0917) 148 5659

www.the-smile.bar.ph

Sunday-Thursday 10am-10pm
Friday-Saturday 10am-11pm

*告知なしに価格が変動する場合があります。

「プライマー見た」で
10%オフ!

*すべてのメニューにご使用いただけます。ギフトカードとの併用はできません。あらかじめご了承ください。



DS & ASSOCIATES DENTAL CLINIC
IMPLANT AND AESTHETIC CENTER

プロモ 新規来院の方へ

たった P1,500 で

診断+パノラミックレントゲン+クリーニング

◇診療時間
- 月～土　:10am～6pm

◇診察内容
- 美容歯科治療
- インプラント
- 小児歯科
- 歯冠（金冠）、ブリッジ、ラミネートベニア
- 矯正歯科
- ホワイトニング
- 義歯
- 根管治療

Unit 106 Soho Avida Towers Cityflex BGC, Taguig city
◇Tel : (02) 751- 5152
◇モバイル : 09178450076 / 09178035685
◇Eメール : dsa.dentalclinic@gmail.com
DS & Associates Dental Clinic　dsdentalbgc

Beauty

フィリピンでエステ、スパをお探しなら
フィリピンプライマー。
初めてのフィリピン旅行の方から在住者の方まで
役立つエステ、スパ情報満載！



プライマー　ビューティ
http://primer.ph/beautiful/

MAP マカティ　C-4

酸素の力と確かな技術で
白く潤いある肌を手に入れよう

WILSON&AYACHE CLINIC

ウィルソン・アンド・アヤシュ・クリニック

オーストラリアのエステ技術を基に指導され、確かな技術で定評のあるエステサロン。中でも「OxyOasisOxygenフェイシャル(P2,500)」は、スチームにたっぷりと含まれたオーガニックの酸素で細胞の一つ一つに潤いを与えていくので、肌がしっとりと柔らかくなるのをすぐに実感できます。また、毛穴の黒ずみを丁寧に取り除いてくれるため、肌はより白く美しく！　疲れや日焼けでくすんだ肌をもっちり美肌によみがえらせてみては？

●プライマー読者特典●
OxyOasisOxygen 20%OFF 有効期限：2019年2月末

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



おかげさまで８周年



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 BGC　I-2

JAPANESE FACIAL SALON

日本の技術とサービスをご体感ください



MENU

美白を手に入れるAnti-aging Treatment	7,500 PHP
毛穴のしつこい汚れにDeep-cleansing Treatment	6,500 PHP
髪より細い針で肌を生まれ変わらせるBBGLOW Treatment	3,500 PHP
顔のほうれい線やたるみにRF Treatment for Facial	2,000 PHP
全身でコラーゲンを浴びようCollagen Machine	4,500 PHP
持ちが良いEyelash	1,000 PHP
デートの前にNail Polish	1,000 PHP

M TOKYO
26F Unit F Fort Palm Spring Bldg., 30th St. Corner 1st Ave., BGC
MON~SUN 11:00~21:00　info@mtokyomnl.com　(02) 821-1389
0917-166-0977　mtokyoph　mtokyo_mnl　mtokyomnl.com

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・シミ、しわ治療
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

今月の Promo

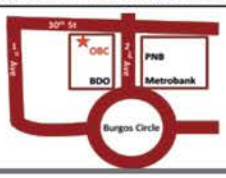
●レーザー脱毛 両ワキ P2500⇒P999!!
日焼けした肌でも安全に治療できるGentleYAGレーザーです。
●Luminous Facial Package P15000⇒P3000
フォトフェイシャルと、高浸透冷却マスクのセットです。
●Youthful Radiance Package P15000⇒P3000
レーザーポレーションと、高浸透冷却マスクのセットです。
●Micropeel(Black Peel)　P8000⇒P1500
低ダウンタイム、高効果のピーリングです。その他、なかなか日本では受けられない強力なピーリングもあります。ぜひ、お気軽にご相談ください。
ダーマシャイン(全顔)　P30000⇒P15000
いわゆる水光注射で、極細の針が付いたデバイスで、肌の浅い層にヒアルロン酸・ボツリヌス製剤を注入し、肌をみずみずしく輝かせる治療です

その他、注射・点滴メニューも豊富です。
↓↓初回導入ロットが無くなるまでの
スペシャルキャンペーンです。
プラセンタ注射 1本 P500
グルタチオン注射 1本 P500
グルタチオン点滴 2000P～

O.B.C OBATA BEAUTY CLINIC

医療用の高機能機器を取り揃えて治療を行っています。





ご予約は、お電話ください。
02-838-6800 (PLDT) 0947-508-8639 (SMART)
0956-912-3844 (GLOBE)
営業時間:月～金曜日 11:00～20:00、土曜日 10：00～19：00
Unit GF D1, CRESCENT PARK RESIDENCES 30TH ST, CORNER 2ND AVE, WEST BGC TAGUIG CITY 1634.

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

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年に設立、
国際認定を受けているマカティ市内、
ロックウエルにある総合眼科クリニックです。

総合眼科クリニック

各専門分野を持つ眼科医が
お子様からお年寄りの
ご相談、診察、治療を
行ってます。
又、日本人通訳も対応して
おりますのでお気軽に
お問い合わせください。

診療案内
- メガネ、コンタクト、斜視、弱視の相談、診察、処方箋
- ドレームレンズ（夜間コンタクト着用、視力回復治療）
- レーシック視力回復手術 （近眼、乱視、遠視、老眼）
- 白内障
- 緑内障
- 網膜症
- 角膜移植など



(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

Elite Nails

この週末Elite Nailsで貴方の望みを叶えませんか？

お手頃な値段でお探しなら、Elite Nailsへどうぞ。
マカティ市役所前、J.P.Rizal Ave沿いのLasala Building2階でお待ちいたしております。

Elite Nailsマカティ店では、マニキュア、ペディキュア、マッサージ、フェイシャルケア、体毛除去、美白、アイラッシュエクステなど、幅広いサービスをご用意しております。男性向けのネイルケアサービスもございます。ネイルアートのようなネイルサービスでは、豊富なカラーから自由にチョイスもでき、それを低価格でご提供しております。オーナーは日本語が話せますのお気軽にお越しください。

プライマー読者プロモ
ジェルネイルをP560、ダイアモンドピールをP790にて提供
また、以下のサービスも行っております。
スパパーティ、ホームサービス

JP Rizal Ave., cor. F Zobel St., Brgy. Poblacion, Makati City
02-500-6312 / 0917-863-5646 / 0939-931-1687
11 am- 10 pm
elitenailsgroup.com
Elite Nails Hand, Foot and Body Spa


ジェルネイル（P560）


ダイアモンドピール（P790）



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！

SCS SKIN CARE 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。

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。


施術後は明るい肌へ



ボニファシオ店
Unit 1-H Grand Hampton, Tower 1, 31st St. cor. 2nd Ave., Fort Bonifacio, Taguig City
☎02-856-6960/0917-433-8172
営業時間:10時～20時

SMモールオブアジア店
222 South Parking SM Mall of Asia, Pasay City
☎02-556-7272/0917-598-0599
営業時間:10時～21時

定休日:日曜
Skin Care Solutions | JCB・VISA・MASTER・BDOカード使用可



モリンガ、ターメリック、
苦瓜を使用

糖尿病の方におすすめの
ハーブサプリメント

健康に良い苦瓜ティー

スーパーフード "苦瓜" の効果をぜひお試しください
血糖値を下げたい方にはハーブサプリメント "Ampalaya Plus"
モリンガやターメリック、苦瓜のサプリを試してみたい方は、"Ampalaya Plus Junior"
健康のためにハーブティーをお探しの方は、"Delite Herbal Tea-Ampalaya Plus" を
ぜひお試しください。
私たちのソーシャルメディアもご確認ください

より詳しい商品情報は、ウェブサイトでご確認ください
www.gonatural.com.ph

fb.com/togonatural twitter.com/gonattural instagram.com/gonattural お買い求めは→→→ mercury drug その他の薬局でもお買い求めいただけます

Aramesh: Spa and Wellness



足を踏み入れるとそこはペルシャ。店内インテリアとお出しするお茶（チャイ）が貴方をペルシャへと誘います。フィリピンで唯一この雰囲気を体験できるAramesh Spa and Wellnessでは優雅で落ち着いた雰囲気の中施術を行っております。

サービス内容

マッサージ	スキンスパ	レーザー処置
• フルボディ • エクスプレス	• フェイシャル • スクラブ、ボディトリートメント • 手足のケア	• レーザームダ毛処理 • ニキビ処置 • その他お悩みをお聞かせください。

Aramesh
(02) 478 7738 / 0917 509 2010
Unit 601 6th flr. Heart Tower 108 Valero St., Salcedo Village, Makati City
10am to 12mn arameshwellness.com ArameshSpaMakati

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

Package コース
・マッサージ 2時間
・イヤーキャンドル
・フットスクラブ P800



Globe: 0906-053-1258, 0995-795-5248
Smart: 0919-804-5931, 0947-591-8174
Kakaotalk: bestmassage1818
Line: bestmassage81
Eメール: bestmassage795@gmail.com



Hannah Massage
ハンナ 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
2時間のマッサージご利用で
フットスクラブ無料サービス（10分）!

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

Shenti Massage



リラックスした時間を
お過ごしください

24時間営業
トレーニングを受けた
新しいセラピストが加わりました!

パサイ・マラテ・マカティ Php 500（2時間）
オルティガス・ボニファシオ・タッギグ Php 600（2時間）
マラテ・マカティ Php 300（1時間）

ご連絡先
Globe: 0966-798-2147 • Smart: 0999-495-3311
Landline: 02-587-4075
happytimemassage04



J&J
NEED MASSAGE
ホーム&ホテルサービス

快適なご自宅で、
くつろぎのマッサージを

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
Footspa-500, Maniped 300, Deep tissue-250
エキスパートの男女テラピスト

P250 PER HOUR
OPEN 24/7

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



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

Miss Mia Massage

ご家庭へ、ホテルへ
経験を積んだセラピストが伺い行う
気持ちも楽になる贅沢スパ



ご提供サービス
スウェディッシュ マッサージ・ タイマッサージ
1時間P300～／2時間P600～
アロマテラピー・ヴェントーサ・ホットストーントリートメント
1.5時間P600～

プロモ:
無料耳そうじ
マッサージ
2時間毎

0927-394-6203 | 0999-534-5304 | 0942-667-4037 www.missmiamassage.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

オレンジ マッサージ
ホーム&ホテルサービス



『プロとしてお客様に最適の施術をいたします。』

プロモ:
マッサージ
2時間P500

施術内容

スウェデッシュマッサージ P300/hr
指圧マッサージ P300/hr
コンビネーション P300/hr
脚マッサージ P300/hr
フットリフレックス P600/hr
ボディスクラブ P500/hr
タイマッサージ P300/hr

グローブ: 0967-513-8202 ・ スマート: 0938-847-3930
固定電話: 631-89-23 ・ 24時間営業

Queenie Massage

パサイ・マラテ	2時間の マッサージ	P600
マカティ・BGC	2時間の マッサージ	P600



24
時間営業

09675246201/09667688612 (Globe)
09998549282 (Smart) / 852-0590
queenmassage.queenmassage

0926-896-1704
QueenMassage002
queenmassage021
QueenMassage

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

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



"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、マンヨルダン、オルティガス、バッシグ、パサイ、パラニャーケ、タッギグ、アラバン=

カップル専用プロモ
おひとりP250で
1時間フルボディマッサージ

おひとりP300
通常マッサージ料金

全てのプロモはマカティエリア内のみで有効

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

Like us: www.facebook.com/SakuraMassage08



P300 (1時間)・ P450 (1.5時間) ・P500 (2時間)
クラシックスウェディッシュ・指圧・ディープティシュー・他



24時間マッサージ&ホーム出張サービス

PREMIUM
ASIAN MASSAGE
아시안 마사지



THE HERBALIST OF ASIA
OSPA HAUS マッサージオイル使用
~FDA承認済み高級マッサージオイル~

ホットライン:09178075836
フランチャイズのお申込みは : 09778363543
今ならフランチャイズ5年契約でP350,000
形態を店舗もしくはホームサービスよりお選びいただけます。
詳細はHPをご覧ください:www.asianmassageph.com/index.php?p=franchise

ASIAN MASSAGE LIKE US ON FACEBOOK
DOWNLOAD THE APP NOW! App Store Google Play
www.asianmassageph.com

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!!

プライマー　コラム　検索

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!

LB Chan massage

スペシャルプロモ!
P300 (1時間30分)
13時～22時(月～金)のみ
こちらのプロモはマカティエリアのみご使用になれます。
ホテルサービスにはご使用になれません。

2018年度Best Spa Service Provider受賞
主催:Golden Globe Award for Business excellence主催

2018年度 Top Choice Award for Excellence受賞
主催:Philippine Top Choice Award

スペシャル・パッケージ

高品質のマッサージサービスを提供いたします


マニキュア・ペディキュア・フットスパ　P500


ベントーサ・1時間のマッサージ　P500


ボディスクラブ・1時間のマッサージ　P500

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

Like Us On Facebook
https://www.facebook.com/lbchanmassageservice

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+マッサージ	P500
ディープ・ティッシュ・マッサージ	P300	ベントーサ+マッサージ	P500
ツイン・マッサージ	P600	マニキュア・ペディキュア・フットスパ	P500
タイ式マッサージ	P450	ホット・コンプレス・マッサージ	P700(1時間半)
フット・リフレックス・マッサージ	P300	ホット・ストーン・マッサージ	P750 (1時間半)
イヤー・キャンドリング	P300		

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
www.lbchanmassage.com

MAP BGC I-2

EMS TRAINING PHILIPPINES
～近未来型フィットネスを体験しよう～

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に最新のワイヤレス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プログラムのサポートと共に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。







EMS ホームトレーニングサービス
BGCに限り実施中!
~~P2,500~~
P2,000
(消費するカロリーは1レッスン20分で最大700cal)

FOR BOOKINGS AND REGISTRATIONS, CONTACT US AT: 0917-892-8555 / 0917-114-3888

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)
- マニラ関大会　関西大学　manila.kandaikai@gmail.com (山本)
- 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(渡邉)
- 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)
- 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　☎0947-575-7401　h.kano@glv.ne.jp (叶)
- 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

- マニラ猛虎会　☎0908-868-2501(会長:太田)
- 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。

日本人の患者様が安心して診療を受けて頂くサポート

ジャパニーズヘルプデスク

通院・入院すべて手配いたします。急な病気や突然の事故のご診察時にお近くのジャパニーズヘルプデスクへご連絡ください。

医療受診時の流れ

1. **診察予約** — まずは弊社が提携している病院の日本人スタッフまで、お電話で診察のご予約をお願い致します。 ※以下ご連絡内容お伝えください ①お名前 ②海外旅行保険会社名 ③症状 / ご希望される診療科 ④ご希望日時
2. **来院** — 予約日時に病院へお越し下さい。診察前に海外旅行保険証券をご呈示頂き、保険申請用の書類などへのご記入をお願い致します。
3. **医師との診察** — 現地人スタッフ、もしくは日本人スタッフが病院内のご案内及び診察のサポートを致します。 ※日本語通訳が必要な場合は、事前にご相談頂けるとスムーズです
4. **医療検査・薬** — 症状によっては検査を行う場合もございます。（病院内を弊社スタッフがご案内させて頂きます。）薬が処方された場合は、病院内薬局でお薬の手配を致します。 ※病院内の薬局で手配が難しい場合は、外部薬局でご購入頂く場合もございます。
5. **再診予約** — 最後に、再診の日程を確認をし終了となります。保険申請の書類に関しては、弊社スタッフが対応致します。

持参 ☑パスポート（初診の場合、病院への登録が必要です。） ☑海外旅行保険証券

海外旅行保険、プレステージインターナショナルの ヘルスケアプログラムは キャッスレス にてご受診いただけます

ジャパニーズヘルプデスクの直通電話

マカティ地区	
★マカティメディカルセンター	02-618-9802
★マニラ日本人会診療所	02-506-7986
タギグ地区	
★セントルークス／ BGC	02-506-7985
アラバン地区	
エイジアンホスピタル	0917-819-5461
アンヘレス地区	
★AUF メディカルセンター	0917-717-9906
メディカルシティ／クラーク	0917-635-3132
セブ地区	
★セブドクターズホスピタル	032-318-6507
マクタンドクターズホスピタル	032-318-6063
★チョンワマンダウエホスピタル	032-318-6057
UC メディカルセンター	032-318-6063

夜間・土曜日でも受診が可能！ ジャパニーズヘルプデスクのクリニックOPEN



担当医は日比ハーフの
医師 Dr. モディーナ。
ジャパニーズヘルプデスク所属

仕事、学業等で忙しい方が我慢せず、多くのクリニックが閉店する夕方以降もご受診頂けるよう、Medical Plaza Makati（マカティメディカルセンターの隣）にクリニックをオープン！診察費、薬費などキャッシュレスが可能。また薬局も併設してあるため、薬の待ち時間もほぼないです。

☑夜間・土曜日でも受診可 ☑海外旅行保険対応可 ☑日本語対応可

患者様が安心して診療を受けることが可能！

診療科目：一般診療・緊急医療

TEL: **+63-9177-169-007**

営業時間 月～金曜日：16:30～21:00 土曜日：13:00～17:00

受診の際には、**待ち時間短縮**のため**テキスト、もしくは電話**にて事前にお知らせください。

Medical Plaza Makati, Unit:LP-11, Amorsolo St, Legaspi Village, Makati city（マカティメディカルセンター隣）スタッフがマカティメディカルセンターもしくは MEDICAL PLAZA のロビーまでお迎えに上がります。



J.H.D

緊急 24時間 受付 **02-817-1289** https://www.j-helpdesk.jp

TOTO



TOTO WASHLET®

“おしりだって、洗ってほしい”

と、フィリピンでも思いませんか？

毎日使うものだから、なるべく日本と同じような環境がいい。
ウォシュレットがあれば、快適に用を足せるのに。。

フィリピンでも、皆様のご自宅、オフィス、店舗等に是非いかがでしょうか？

※おかげさまでTOTOウォシュレットは、温水洗浄便座の世界No.1ブランドに認定されました(2018年3月、英ユーロモニター社による)
全世界累計販売4000万台を突破し、今後も人々の快適、清潔、デザイン性にさらに優れた商品作りに努めてまいります。

WASHLET®



ネオレストNX
(CS900)
最高級一体型トイレ
美しいデザインと最新機能の融合

SRP Php 516,100～
※電源必要(AC220V)





Sシリーズ
(TCF6631A)
基本機能充実のスタンダードタイプ
飲食店、オフィス等におすすめ

SRP Php 30,000～
※電源必要(AC220V)
※大便器別途必要(注1)



ecowasher



エコウォッシャー
(TCW07/08S)
電源不要でかんたん取付
お住まいのコンドミニアム等に最適

SRP Php 8,400～
※大便器別途必要(注1)

施工手順動画

STEP1：オーナー様許可➡ STEP2：ご使用中の便器の形を確認➡ STEP3：お見積もり
(注1)大抵の他社製大便器にも設置可能ですが、便器と便座の組み合わせにズレが生じます、予めご了承ください。

お問い合わせ
TOTOマニラ駐在員事務所　木下
携帯: (0917)700-2567　(SMS可)
※お見積もり、販売、アフターサービスは代理店経由となります

TOTO
asia.toto.com

BGCハイストリート至近で英語を学ぶ！

ステップフォワードBGC校

無料体験レッスン受付中！

▶▶▶ ✉ marketing@stepforward-inc.com

法人様・団体様へ

個々の企業様向けにカスタマイズした研修レッスンも承っております。どうぞご相談ください。

専門家監修
個別ニーズ対応カリキュラム

「ビジネス英語を磨きたい」「英検対策をしたい」「日常会話を学びたい」など、一人ひとりのご要望に合ったレッスンを提供します。



採用率5%未満
厳選された優秀な講師陣

指導経験豊富な講師、英語力とホスピタリティが高い講師を採用。日本人の苦手な発音なども研修済みです。



料金 1レッスンあたり 600ペソ～
※ミニマム20レッスンからのご購入となります。
※チケットの有効期限は4ヶ月です。

営業日 月曜～土曜 9:00～20:00
※土曜は17時までとなります。



安心の日本人経営

総合商社や教育業界出身者で経営しております。

Unit 2108 The Trade & Financial Tower,
7th Ave cor. 32nd St., BGC, Taguig
https://stepforward-learning.com/
+63-920-696-4099 LINE: @bjz2594z

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

急募 生徒様数急増により日本人社員の方募集!

・募集対象: 正社員及びパートタイムで働ける方。
・勤務時間: フレキシブルにご希望ご相談可能。

詳細につきましては下記までお問い合わせください。
募集期間: 2019年2月20日まで
ご連絡先: 0917-598-3836
junki.kanemitsu@grandline.asia

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)

無料体験クラス

ハッピーハーツプレスクール @ロックウェル Est 2000

生後18か月～6歳までのお子様対象
6月～翌年5月までの1年間の学習期間



教室が2ヶ所になりました!

Ground Floor, One Rockwell West Tower
&
23 Amorsolo Drive, Rockwell Center, Makati City

ご連絡先:
EMILY DAZA DIMAYUGA
PHONE NO. (02) 216-75-00
0917-811-3731
Email: daza_emily@yahoo.com
or emilydaza6@gmail.com

ウェブサイトはこちら:happyhearts.ph

マカティで英会話・タガログ語スクール

安心の日本人窓口対応(日本人経営)

PJ LINK LANGUAGE Center, INC.
マカティで英会話・日本語スクール
PJ LINK Language Center

マンツーマンレッスン (英語・タガログ語 50分)
- 一般 P400
- オンライン P400
- TOEIC P500

講師企業派遣 (英語・タガログ語)
- マンツーマン／グループ
- 授業料・交通費相談可

＊無料体験レッスンあり(予約制) ＊キッズクラスあり ＊詳細はお問い合わせください



日本語教室と英語教室の生徒・先生・スタッフ・PJ Linkディレクターと共に

読者特典 無料体験レッスン(50分) *完全予約制 ご連絡ください

4F Ricogen Building,112 Aguirre Street,Legazpi Village,Makati City
☎ 02-832-5735／0917-813-0693
E-mail: e.abe.pjlink@gmail.com(日本語対応) Website: http://pjlink-manila.com

マカティのビジネス英会話スクールDCEC

体験レッスン無料

フィリピンに赴任したからには、英語でビジネスを!
DCECはそんなあなたをサポートするビジネス英会話スクールです。

DCECの特徴は

1. 子供が言葉を覚える方法に学んだ「体で覚える英会話」習得法
忙しいビジネスパースンでも継続でき、1か月で上達を実感できる学習法です



2. 日本水準のサービス
TESZARAの社長は日本で長年大手企業とのビジネスで日本水準のサービスの重要さを理解しています。まずは体験レッスンにお越しください。

TESZARA Inc.
22A Chatham House, 116 Valero St., Salcedo Village, Makati City 1209
+6325501376 +6322157802
teszaramag@delacruz-jp.com https://www.teszara-english.com/dcec

Pursuing your dreams with English
DelaCruz English Club

お子様向け放課後チュートリアルのご紹介



サービス

- **放課後の理科と数学**
  -宿題のサポート、発表、その他学校活動
  -理科のスペシャルクラス(物理、生物、化学)
  -園児から12歳までの数学
- **教養英作文**
  -エッセイ、上級ライティング、創造的ライティング
  -教養英作文の力を伸ばす
- **子ども、10代、大人向けアートクラス**
  -基本的な描き方と塗り方
  -上級を目指す初級者向けアート
  -油絵、水彩、アクリル絵の具
  (どなたでもご参加いただけます)
- **ピアノレッスン**
  -初心者から上級者まで参加可能です。
  -専門的なトレーニングも対応可能です。

TOPIA ENGLISH LEARNING CENTER
Soho Unit 102, Avida Cityflex Tower, 7th Avenue cor. Lane T, Bonifacio Global City, Taguig
(02) 368 6717 / 0917 843 1852 topiabgc@gmail.com

幼稚園園児大募集!!

日本人学校すぐ近くで、日本語の幼稚園!!

マミー・インターナショナル マニラ校

Mommy Always There For You.







マニラ校(現地法人)とマカティ大学とのパートナーシップ提携書

マミー・インターナショナル マニラ校
〇三つの特徴

・海外にいるからこそ日本語を大事に
-園内は英語のプログラムをのぞきすべて日本語。
母国語でのコミュニケーションを重視します。

・「生きる力」をつける
-服を畳んだり、ロッカーを整理したりする
生活習慣を身に着けれるようサポートします。

さらに! **・マカティ大学との提携**
-近隣のマカティ大学と提携し、大学施設の利用や優秀な学生との交流を通じて園児の国際感覚を養い、更なるプログラムの充実を行います。

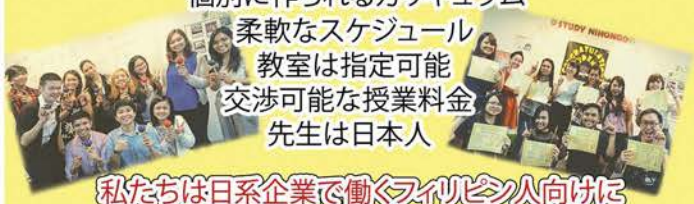
マミー・インターナショナル マニラ校
G/F Avecshares Center 1132 University Parkway North
Fort Bonifacio Global City 1634 Taguig
HP：https://mommy-int-manila.jp/ Eメール：manila_info@mommy-int.co.jp
マミー インターナショナル 幼稚園 TEL (02) 807-2199 / 2178

JELLYFISH EDUCATION PHILIPPINES

日本語の基礎 / 応用を習おう 会話・筆記・発音

日本語の授業を経験してみよう

個別に作られるカリキュラム
柔軟なスケジュール
教室は指定可能
交渉可能な授業料金
先生は日本人



私たちは日系企業で働くフィリピン人向けに日本語を教えている学校です。

お問い合わせ

Manila: (02) 570-1290
902 A Philippine Stock Exchange East Tower Exchange Road, Ortigas Center, Pasig City

Cebu: (032) 231-4434
802 A Keppel Center Samar Loop Cebu Business Park, Cebu City



LIKE US ON

www.studynihongo.com.ph
studynihongoph@gmail.com

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 ☎02-313-5443／0917-894-8156
㊡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

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
㊡7時～24時 ㊍なし
http://www.english-bec.com/
@itonaokiline E-mail:bec@english-bec.com

MAP ケソン

3食付き10時間マンツーマン授業5,000ペソ(1日留学、1泊付き)
50時間マンツーマン授業25,000ペソ(12週間受講可能、食事付き)

English Breakthrough

イングリッシュ・ブレークスルー

マカティから約1時間のケソン市にある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提案。50時間マンツーマン授業を申し込めば、12週間でいつでも受講可能(日程、授業数も自由に設定可能)。

●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



厳しい特訓を受けた教師によるマンツーマン授業で集中学習



10年超の学校運営で証明された授業メソッドで効果抜群



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48回『フィリピンのストライキ』

今月の事例

Q.フィリピンではどういう手順でストライキが起こるのでしょうか？

<ストライキまたはロックアウトの手続>

昨年、日系企業が対象となるストライキが発生しました。そこで、今回はフィリピンにおいてストライキが行われる手続についてご説明させて頂きます。

フィリピンの労働法は、適法なストライキの要件について定めています。フィリピン法上、労働者側が適法にストライキをすることができる場合としては、①労働協約締結にあたり、デッドロック状態に陥った場合、又は、②雇用主による不当労働行為(Unfair Labor Practice;ULP)があった場合の2つが考えられています。

労働協約締結の話し合いがつかず、デッドロック状態に陥った場合、労働組合はストライキを行うことが可能となります（会社側はロックアウトを行うことができますが、ここではストライキについて説明します）。ストライキを行うためには、全国斡旋調停委員会(National Conciliation and Meditation Board; NCMB)の地方事務所にストライキの通告を行います。通告の日から冷却期間(Cooling Period)と呼ばれる期間に入り、その間にNCMBは労働者側と雇用主がデッドロックまたは不当労働行為に関する紛争が解消されるよう、サポートを行います。両当事者はその間、デッドロックまたは不当労働行為に関する紛争を解消し、合意に至るようにNCMBの斡旋のもとで協議を続けますが、先のストライキ通告の日からデッドロックが問題の場合は30日、不当労働行為が問題の場合は15日が経過したにもかかわらず問題が解決しなかった場合には、ストライキを行うかどうかについて投票を行います。投票の結果、ストライキを行うことに過半数が賛成した場合には、その旨の報告をNCMBに対して行います。そして、報告の日から7日間のストライキ禁止期間中に問題が解決されなかった場合は、ストライキを行うことが可能になります。

ちなみに、2016年度にストライキ通告（30日前の通告）は213件なされていますが、実際にストライキがなされた件数は8件となっています（その他、適法な手続を経なかったストライキ等が7件あったと報告されています）。

<雇用主の取りうる手段>

適法なストライキが行われた場合、雇用主がこれを妨害することは許されません（例えばストライキを妨害するために警備員を雇うことなど）が、他方、労働者側が違法なストライキを行った場合、雇用主は違法なストライキであるとして労働仲裁官(Labor Arbiter)に対して申立を行い、ストライキ中止の暫定命令などの発令を求めることが可能です。しかし、違法なストライキへ参加したことを理由として労働者を解雇することはできません（もっとも、違法なストライキであると知りつつストライキを行った労働組合の役員やストライキ中に故意に違法行為を行った労働者については解雇することが可能です）。

結論

A.法律で認められるストライキ事由がある場合、労働者側はストライキを行う通告を行い、その後NCMB主導の話し合いがなされても一定期間に問題が解決しない場合、投票を行い、ストライキを実施することが可決されるとストライキを行うことができます。


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）
0917-851-2987
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/

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66回

“日本の魅力を発信し国内外でファンを増やす”



日本の魅力を、日本のチカラに。
JNTO 日本政府観光局

JNTO（日本政府観光局・
正式名称独立行政法人 国際観光振興機構）
マニラ事務所所長　藤内大輔さん

２０１８年１０月に開所したJNTO（日本政府観光局）のマニラ事務所。初代所長に就任した藤内さんはこれまで米国などで経験を積み、日本の観光創造に長年携わってきた。近年ではアジアからの訪日客が急増している。フィリピン訪日客のさらなる獲得を目指し、新たな観光需要の創出に汗を流す。

●編集部：出身地を教えてください。

１９７０年７月に福岡県で生まれました。高校までは福岡で育ち、１９８９年に上智大学外国語学部に進学。父が柔道の指導者としてドイツに行っていたこともあり、将来は国際的な仕事をと漠然と考えていました。

●編集部：就職活動はいかがでしたか?

物を書いたりするのが好きだったので、新聞記者に憧れていました。たまたま大学の就職課でみつけたJNTOの案内が目にとまり、記者になるよりも直接的に海外と関われる仕事かもしれない。そう思い入社を決めました。

●編集部：入社してからのご担当は?

１９９３年に入社し、国際会議の誘致活動に携わったり経理部で経験を積みました。その後２００１年からロサンゼルスに勤務しました。

●編集部：アメリカに行かれたのですね

５月に赴任したのですが９月に同時多発テロが起こり、飛行機なんてとんでもないという気運になりました。そこで私に課せられた重要なミッションは「落ちるところまで落ちた旅行需要をどれだけ回復させられるか」。幸い日本では２００３年から小泉首相のもと、訪日客数を増やし地域を活性化させる取り組み「ビジットジャパンキャンペーン」が始まって、予算が多くにつき、プロモーションに注力できました。

●編集部：アメリカ勤務後は?

「２００５年に本部にもどり、引き続きアメリカ関連の仕事をし、2回目の赴任として２０１１年にロサンゼルスに戻りました。



●編集部：ちょうど東日本大震災の頃ですね

地震が発生した時は日本の職場にいました。帰れないスタッフが多く発生し、電話もネットもつながらない。しかしその時自分が見て経験したものを、アメリカで伝えることができたのは重要だったと思います。震災直後は日本は敬遠されていましたが、徐々に回復していると一つ一つ自分の体験を伝えると、現地の人々も次第に理解してくれるようになりました。その後２０１５年８月に帰国し本部で勤務しました。

●編集部：取り組まれた業務は?

事務所の新設です。２０２０年に訪日客数４０００万人を達成するために、JNTOの事務所を新たに７箇所を設立することになったのです。フィリピン・マニラにも事務所を構えることになったのですが手続きが難航したため、まずは準備室を２０１７年３月に設立しました。

●編集部：開所に時間がかかったのですね

２０１８年１０月にやっと事務所を開設できました。フィリピンの観光大臣などに開所式にきていただいたのが、何よりも１番ありがたかったです。

●編集部：フィリピンの訪日客数は?

２０１２年には8万人だった訪日客が２０１７年には４２万人、２０１８年は１１月までの累計ですでに昨年を超える約45万人となり過去最高、年間で５０万人に迫る勢いです。これはビザが緩和されたことが大きな理由ですね。また２０１３年には日本とフィリピンの間で「オープンスカイ協定」が締結され、格安航空会社（LCCなどの）直行便の乗り入れができるようになりました。

●編集部：訪日客の変化はありますか?

観光庁の調査によると２０１４年からは急激に観光目的の方が増えました。訪日客のうち以前は３割弱程度が観光目的で来日していたのですが、１７年は８割を超えています。またビザの緩和でリピーターも増えています。

●編集部：リピーターの訪問地は?

宿泊統計をみるとまだ東京や大阪が多いですね。今後は地方の各自治体と協力して情報発信に努めるほか、フィリピンの旅行会社の人に日本の情報を提供することが大切になります。フィリピンの方々向けに柔軟に団体料金を設定するなど、日本側の受け入れ体制の強化も必要です。

●編集部：フィリピンの方々は日本の何を楽しみにされているのでしょうか?

ラーメンなどの食事や買い物、そして「写真映え」スポットでの撮影が人気が高いですね。また日本には四季があるため土地ごとに季節ごとに違った景色を見られるのも魅力です。

●編集部：座右の銘を教えてください。

フィリピンにきてからは七転び八起きです。事務所開設まで１年半と紆余曲折しましたので、今後も粘り強くいたいです。

※本文中の数字は2018年12月20日現在のものです。

▶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。

●JNTO（日本政府観光局・正式名称独立行政法人 国際観光振興機構）マニラ事務所所長　藤内大輔さん

１９７０年福岡県出身。上智大学の外国語学部ロシア語学科卒業。１９９３年に日本政府観光局（以下以下JNTO;当時特殊法人国際観光振興会）に入局。米ロサンゼルスに２度にわたって計８年間駐在し、事務所所長などを歴任。海外旅行客の日本誘致に取り組む。２０１７年にマニラ準備室を開室、１８年１０月から現職。

▶好きな本

谷崎潤一郎の『陰翳礼讃』(いんえいらいさん)です。欧米が光を重視する一方、日本は影を大切にする。そういった日本文化の歴史を綴るエッセイです。普段は海外と関わる仕事をしているので、日本文化やその本質にふれるものが好きですね。アジアや東洋の文化に関心が高い海外の方もいらっしゃるので、自分も教養を身につけたいと思います。

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



日経電子版Proの特徴

コンテンツ・機能を拡充した法人契約専用サービス

日経電子版Pro 記事自動翻訳機能



日経の記事が、ワンクリックで英文に！

ボタンを クリック するだけで、
日経の記事が英文に！
対象の記事を日英併記で表示します。

コピー・編集・
印刷・保存の
便利な機能を搭載！

※仕様は予告なく変更する場合があります。
※日経以外の外部からの寄稿記事や社会面、私の履歴書を含む文化面の記事など、一部翻訳対象外の記事があります。

日本経済新聞国際版の定期購読で 日経電子版Pro が無料でついてくる！



プレゼントキャンペーン実施中！

国際版の新規お申し込みで 右記の特典をプレゼント！

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。

キャンペーンコード
PHPR2019



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

日経グループアジア本社
TEL:65-6336-4122　E-mail:sales@nikkei.com.sg
日経中国（香港）社
TEL:852-2598-1771　E-mail:nikkei@nikkei.com.hk

お申込み・お問い合わせ
www.nikkeiasia.com

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。

9カ月間の経常収支、65億ドルの赤字に転落 3年連続の赤字懸念、比経済の強みに陰り

フィリピン中央銀行(BSP)は12月14日、国際通貨基金(IMF)の国際収支マニュアル第6版(BPM6)に準拠した、2018年第3四半期(7－9月)及び年初9カ月間の国際総合収支(BOP)統計の詳細速報値を発表した。

第3四半期の経常収支は29億0,700万米ドルの赤字に転落。貿易赤字を海外フィリピン人就労者(OFW)からの送金等では相殺できなかった。この結果、第3四半期の国際総合収支(BOP)は18億7,900万米ドルの赤字となり、前年同期から赤字が2.8倍拡大した。一方、堅実なマクロ経済基盤に支えられて、金融収支が純流入に転じ、赤字削減に寄与した。

9カ月間の経常収支は64億7,100万米ドルの赤字に転落(前年同期は9億6,800万米ドルの黒字)、国際収支は51億3,600万米ドルの赤字となり、前年同期の13億6,700万米ドルから赤字が2.8倍に拡大した。

このような状況下で、2018年9月末現在の外貨準備高(GIR)は前年同月末比8%減の749億米ドルとなったが、輸入の6.6カ月分、元本ベース短期対外負債の5.6倍、残存ベース短期対外負債の4.0倍に相当する水準である。

[国際総合収支発表について]

中央銀行は国際収支(BOP)積み上げ方式統計に関して、2003年10月にそれまでの毎月発表から四半期毎の発表へ変更することを決定した。これは、統計内容の確認、モニター、調整を強化し、より精度の高い統計を発表することが目的である。ただし中央銀行は、毎月、純外貨準備高(NIR)変動から算出した国際総合収支推計速報値を発表している。

[対外収支の長期的な動き]

フィリピンの貿易収支は慢性的大幅赤字であるものの、経常収支はOFW送金効果などで2003年に黒字転換した後、黒字拡大基調が続き、2013年には113億8,400万米ドル(対GDP比4.2%)という史上最高の黒字を記録、2015年まで13年連続で黒字を継続してきた。しかし、2016年に11億9,900万米ドルの赤字に転落、黒字継続が途切れてしまった。そして、2017年も21億6,300万米ドルの赤字となり、上記のように2018年も3年連続の赤字となることが懸念される。すなわち、OFW効送金効果で経常収支黒字継続というフィリピン経済の強みが、一時的にしても消えている状況は要注意といえよう。

一方、国際総合収支は2005年から2013年まで9年連続で黒字が続いたが、2014年に28億5,800万米ドルの赤字に転落した。2015年には一旦黒字に復帰したが、2016年と2017年連続の赤字となり、経常収支と同様に、2018年も3年連続で赤字となることが懸念される。OFW送金は底堅く推移しているが、今後、貿易収支拡大をどの程度カバーしていくか、その結果対外収支がどのように推移していくかが注目される。

11月の新車販売、23%減の3万1千台(工業会ベース) 11カ月間で14%減の32万5千台、年間で7年ぶりの減少へ

フィリピン自動車工業会(CAMPI)が、12月13日、2018年11月及び11カ月間(1月～11月)の新車販売動向を発表した。

オフィス家具ならおまかせください

KOKUYO

kokuyo-furniture.com

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。


管理者向けチェアー


経営者向けチェアー


一般社員向けチェアー



お問合せ
0917-513-9889 (Keita Hayashi)
0917-886-6990 (Phillip Borromeo)
0995-815-6118 (Decerie Agarin)

sales@movaflex.com
philborromeo@movaflex.com
agarin@info.com.ph

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

それによると、2018年11月のフィリピン国内四輪車新車販売台数(CAMPIとトラック工業会加盟企業分：以下工業会加盟企業分と記す)は、前年同月比23.4%減の3万1,258台へと二桁減少した。車種別内訳は、乗用車が同22.7%減の9,197台(構成比29.4%)、商用車が同23.7%減の2万2,061台(構成比70.6%)であった。

これは、2018年2月から10カ月連続の前年同月比減少である。11月は、前年同月が車両税改定前の駆け込み需要などにより4万0,799台という月間過去最高を記録しており、それとの比較で大幅減少という結果となった。

これらの結果、2018年11カ月間(1月～11月)の新車販売台数(工業会加盟企業分)は前年同期比14.4%減の32万5,465台となった。車種別内訳は、乗用車が同20.4%減の9万9,719台(構成比30.6%)、商用車が同11.5%減の22万5,746台(構成比69.4%)と双方二桁減少となっている。

予想された通り、2018年11カ月間では車両税改定(大半の車種が税率上昇)にくわえ、インフレ率上昇による実質購買力の低下、金利上昇の影響などで前年同期比二桁マイナスという結果となっている。2017年のフィリピン国内四輪車新車販売台数は6年連続での史上最高記録更新となったが、2018年はその最高記録連続更新が途絶えることになりそうである。

11カ月間のメーカー別販売台数シェア首位は、トヨタモーター・フィリピンの42.6%で依然断トツであった。そして、第2位が三菱モータース・フィリピンの19%、第3位がフィリピン日産の9.7%、第4位がフォードモーター・フィリピンの6.6%、第5位がホンダカーズ・フィリピンの6.5%と続く。

オカダ・マニラ、11月のカジノ売上高過去最高に 29億ペソに、調整後EBITDAも5億3千万ペソで最高

ユニバーサルエンターテインメントは12月10日、フィリピンのマニラ・ベイ地区で展開している統合型リゾート(IR)施設「Okada Manila」(オカダ・マニラ)の2018年11月度の月次実績について発表した。

それによると、カジノ部門の総売上高は29億1,200万ペソ、調整後EBITDAは5億2,780万ペソとなった。月次のカジノ総売上、及び、調整後EBITDAはそれぞれ過去最高を更新し、前月比でカジノ売上高は9%増、調整後EBITDAは42%増となった。主にVIP、マステーブルにおける勝率が予想値を上回ったことによる。

さらにVIP向けカジノにおいて、新たに契約を締結したジャンケットが追加の売上に寄与したこと、マスマーケット向けカジノにおいて今四半期中(10-12月期中)に新たに契約を締結したジャンケットが追加の売上に寄与したこと、粗利益率の高いマスマーケット向けのカジノにおいて、継続中のマーケティング施策により引き続き多くのプレーヤーが来場したことも売上増に貢献した。ホテル部門に関しては、稼働率97.4%と引き続き高い水準を維持している。

また、ナイトクラブ「コーヴ・マニラ」において、国際的アーティスト「DJティエスト」のイベントが11月30日に開催され、過去最高の1日当たり売上を達成した。

フィリピン経済・金融・投資情報

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wcl@pheconomist.comか

情報サイトhttps://pheconomist.com/

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。



UCHIDA

製造発売元
UCHIDA YOKO GLOBAL LIMITED (UGL)
E-mail: s-iwadate@uchidayoko.com 岩橋 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 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)

VALIANT





各レイアウトに変更・対応可能



UM-32チェア

高い操作性と収納性により、
好評をいただいております。



A-STACK





高収納性を求め、
スペース有効利用が可能

トヨタ改善方式に基づき

製造現場の
作業時間短縮・省力化・コスト削減を実現



業務最適化 ソフトウェア

OTRS®

OPERATION TIME RESEARCH SOFTWARE



1 作業のムリ・ムダ・ムラをなくし、QCD*を高める
*Quality, Cost, Delivery

2 作業の標準化による公平な評価

3 モーションマインドの向上で職場の活性化

作業分析／業務最適化ソフトウェアの「OTRS」は、映像による動作分析、時間分析などの機能により、生産・製造現場の作業時間短縮・省力化・コスト低減ができるソフトウェアです。「OTRS」は、実際の作業映像を分析することで業務の見える化を進め、ムリ・ムダ・ムラを取り除くことができます。

OTRS活用フロート事例のご紹介

導入事例 01 建設資材製造会社

新しい生産にマッチした最適な作業工程を創出したい



結果
一日当たりの生産個数
108→150

解決

OTRSの動画連動・作業編成シミュレーション機能を使って、複数工程の流れとボトルネックを確認しました。
そのうえで、作業の組み換えシミュレーションを行い新たな工程を作成して実ラインに適用したところ、
一日当たりの生産個数を大幅に向上させることができました。

※OTRS10は分析動画と連動したシミュレーションができます。

導入事例 02 電気機器メーカー

最適な作業工程による省人化をしたい



結果
ライン省人化
26名→19名

解決

OTRS分析で付加価値のない作業の削減シミュレーションを行いました。
シミュレーション作業を実現するためのライン前教育を行い、実ラインで実施したところ
移動、手待ちなどの付加価値のない動作の大幅な削減ができ、ラインの省人化をすることができました。

※OTRS10は付加価値のない時間を実時間の内数で計測できます。

導入～運用までの流れ

1 導入前打ち合わせ	2 導入	3 操作習熟	4 運用開始
OTRSモデル選定	保守登録	チュートリアル	動画撮影
ライセンス数決定	製品インストール	操作練習	分析/標準化

BroadLeaf ブロードリーフ I.T. ソリューション
23F Tower 6789, 6789 Ayala Ave. Makati City Philippines

私たちがサポートします！



☎ 0977-824-2811 ✉ akira.goto@broadleaf.co.jp www.broadleaf.co.jp/

KDDI Philippines

IT・内装



オフィス写真：Mitsubishi Hitachi Power Systems様



物件
IT
内装

物件選定　内覧アレンジ

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

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



VOICE

お客様の声

弊社の市内営業所リノベーション工事に際し、KDDI様には設計・建築・設備・IT・電話等の工事をワンストップサービスで請け負って頂きました。
当地では苦労が絶えないスケジュール管理も含めて大変助かりました。

（既設事務所改装／運輸業）

きめ細やかなご提案とスケジュール管理をいただくと共に、ローカルの施工会社をリードし、まとめる役割まで果たしていただきました。IT環境を含め機能的なオフィスを作ることが出来ました。今後もサポートいただきます様、お願い申し上げます。

（新規事務所設立／小売業）

この度は業容拡大による事務所移転工事をお願いすることになりました。
PEZA認可取得のため、複雑な手続きや工事に不安がありましたが、豊富な経験を活かし、総合的な窓口として対応頂けたので安心してお任せ出来ました。

（事務所移転／建設業）

"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

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/
(クロネコヤマトの海外引越フィリピン代理店)
住所:ECH Plaza 8006 Dr. Santos Avenue Barangay BF Sucat, Paranaque City
+63-999-436-6907(日本人担当:伊佐)
+63-998-596-2503
E-Mail:isa@crownline.jp (日本人担当:伊佐)

サン ロジスティックス テクノロジー SUN LOGISTICS TECHNOLOGY, INC.

構内作業の人員調整にお困りの企業様

・工程間運搬、拠点間輸送
・工場内作業(仕分け・梱包等)
・トラック輸送

PEZA企業様にも対応可能

倉庫スペースもご提供いたします

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

MAP パサイ Y-I

国内配送、引越し、
国際配送は全てお任せ

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

航空・海上輸送 (AIR and SEA Cargo)
「SAGAWAの海外ネットワークを駆使した高品質な輸送をお客様のご要望に合わせてご提案致します。」

「フィリピン国内配送」
「フィリピン全土へ配送を行っております。個人宅配送、COD、貨物追跡サービス等、フィリピン国内配送につきましても是非弊社へお問い合わせください。」

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。

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

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/

世界日通

あなたのグローバルビジネスをフルサポート。

「ボーダレスで世界を結ぶ独自の一貫輸送サービス網―日本通運のロジスティクス」
日本通運は、上海からシンガポールに至るSS7000、カナダ・北米を縦断してメキシコを結ぶXB3300、オランダからモスクワに至るEB3000等、国境を越えた独自の輸送ルートを構築。世界42ヵ国、267都市、678拠点、20,000人を超える海外スタッフによる、ネットワークを基盤に、グローバルビジネスをフルサポートしています。
グローバル市場で物流を進化させていく、世界日通。日本通運です。

ここフィリピンでも海外引越、国内引越、事務所移転は、日通に是非お任せ下さい!!

We Find the Way
日本通運
NIPPON EXPRESS

Nippon Express Philippines Corporation
フィリピン日本通運株式会社
引越専用番号: 02-403-1106 / 02-837-3415
メールアドレス: myamauchi@nittsu.com.ph
担当:山内・伊藤 http://www.nittsu.asia/ph/

ITソリューションならAAISIにおまかせください

パソコン、ソフトの新規購入・入れ替え
・パソコン/サーバー/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

メンテナンス(IT機器、ネットワーク)
・メール/ストレージ
・インターネット/LAN接続
・技術サポート/ヘルプデスク

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
弊社へお任せ下さい
リーズナブルな価格でご予算を抑えらえます!

業務システムソリューション
・ERP統合管理システム(SAP)
・人事給与システム
・文書管理システム・在庫管理システム
・電子申請・承認システム

ITインフラ/オフィス内装デザイン
・ネットワーク/モバイル環境の構築
・設計/デザイン/施工工事全般

お問い合わせください

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
tomoaki.tsutsumi@awsys-i.com
☎+632-823-5689 日本人担当:堤
http://www.aaisi.com.ph/



RISE

日本のようなRISEインターネット

安定した高速インターネットでお客様
のビジネス拡大のお役に立ちます。

月額10,000PHP SMEプラン
速さは最大50Mbps/混雑時も5Mbps保証
定速Enterpriseプランもございます。

ご提供可能ビル
Robinsons Summit Center, Pacific Star, One San Miguel,
Insular Life Corporate Center, 6780 Building and more
ご希望の建物やエリアをお調べいたします。お気軽にお問い合わせください。

CONTACT US
Email: sato.kotsuchi@rise.ph Mobile: +63 995 614 8196 Web: www.rise.ph/jp
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。

日本語, English, and Filipino OK!

サービス内容の詳細やご質問、インターネットのお困り事もお気軽にご相談ください。

高土 聡子
営業マネージャー
フィリピン在住3年



フィリピンのインターネットを改善する為にRISEを立ち上げました。ビジネスに信頼できるインターネットは欠かせません。是非私たちにお任せください。

岡上 トム
最高執行責任者
フィリピン在住5年

Z.com フィリピン向けホームページに必要なモノ、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等、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。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。

ドメイン　サーバー　SSL　Web製作

<< Z.com Philippines
サービスの詳細はこちら
https://hosting.z.com/ph/primer

info.cloud.en@z.com　受付時間 24時間365日

Z.comはドメイン登録実績180,000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。

冷暖房空調設備なら
Techtalへ

DAIKIN

購入から設置、メンテナンスまでお任せください!



Techtal International Inc
3rd. Floor Ardan Bldg II, Meralco Ave. Brgy. San Antonio, Pasig City Metro Manila, Philippines
メール：techtal.joy24@gmail.com 携帯電話番号:09177017813 02-6967813 FAX：(02)696-7813
Look for : Engr. Jeffrey Ignacio Engr Kamalia Ali

MAP マカティ C-5



各拠点の日本人スタッフが対応いたします。

AAB PHILIPPINES TEL: +63-2-218-3335
Unit 409 Cattleya Building, 235 Salcedo St., Legaspi Village Makati City, Metro Manila, Philippines

AAB VIETNAM
ホーチミンオフィス 2801A Nguyen Dinh Chieu St., Ward 6 District 3, Ho Chi Minh City, Vietnam. TEL: +84-28-3933-3345
ハノイオフィス 129 Truc Bach St., Truc Bach Ward, Ba Dinh District, Ha Noi, Vietnam. TEL: +84-24-3928-9042

AAB INDONESIA TEL: +62-21-2912-6398
Jl. Panglima Polim V, No. 62, Kebayoran Baru, Jakarta.

AAB MALAYSIA TEL: +60-14-669-2450
Section D, No.3 Jalan51/201, Section51, 46050 Petaling Jaya, Selangor, Malaysia

Contact Office
AAB SINGAPORE
274A South Bridge Road Singapore 058823

AAB CAMBODIA
No.122, Sothearos St., Phsar 09, Sangkat Tonle Basac, Khan Chamkarmorn, Phnom Penh, Cambodia

Network ラオス・ビエンチャン／トルコ・イスタンブール／フランス ゆく

AAB INC.
株式会社AAB 東京オフィス 海外・企画ルーム TEL.03-3206-1371
〒104-0042 東京都中央区入船3-3-3 築地ビル3F
株式会社AAB 東京オフィス 制作ルーム TEL.03-3206-1371
〒104-0042 東京都中央区入船3-3-9 長崎ビル2F
株式会社AAB 大阪オフィス TEL.06-4801-9121
〒530-0043 大阪市北区天満4-15-18

【お問い合わせ】E-mail: isozaki@aab.co.jp （担当：磯崎） http://www.aab.co.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
#101 VM Condominium, 146 Amorsolo st., Legaspi Village Makati City
TEL. 0917-817-6549 (三宅) 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

primer

プライマーの最新情報をお届け!!
プライマーstaffが自信も持って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!!

プライマー ブログ





like us on facebook
www.facebook.com/PhilippinePrimer
www.facebook.com/Primer.ph

MIRAI PHILIPPINES CORP.

Website: www.miraiphcorp.com
Phone No. (電話) 049-523-8865 ;: Mobile No. (携帯) 0917-832-8167 (Mr. Osamu Motonaga (本永)
Unit 5 Starts Factory, Lot 3-D Greenfield Automotive Park, Sta. Rosa City, Laguna, Philippines 4026



代表取締役 社長
本永 修

ご要望に応じたデザインと品質の梱包材をご提案いたします



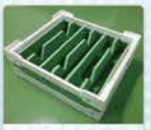
最も効率的な デザイン提案 | コストカット | 高品質


オリジナルコンテナ


バキュームフォームトレー


金型トレー


パーテーション


オリジナル パーテーション

H-EXA Board | H-EXA Board Light | H-EXA Sheet


プラスチックボード

建物の塗装は関西ペイントにご相談ください！

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)／0917-886-8861(担当：Omarオマール／英語)

電気代コストを 1 ペソでも 削減 したいオーナー様へ

ECIX 現場を知っているからこそ提案できる効果の高い省エネソリューション

空調電力削減でコストダウン

既存の空調に設置するだけで劇的な省エネ効果を発揮します。日本での実績を誇る当社がアフターケアまで丁寧に対応します。





ミラクールで電気代を大幅削減！
塗装だけで最大40%ダウン

建築物の表面に塗装するだけで高い効果を発揮するため、短期間で施工でき、コストダウン対策として高い評価を得ています。



SSK

DAIKIN HITACHI
販売代理店

SAFETY SERVICE KINDNESS PHILS., INC.
Tel (632) 912-0880 mail: ssk.admin@sskphinc.com
Tel 0949-889-5983 mail: sske_saito@yahoo.co.jp(担当：斎藤)
189 Katipunan Avenue, Brgy. Bayanihan, Quezon City 1109

docuLink
integrated archiving system

FOR AS LOW AS
PHP. 9,920
1ヶ月

文書マネージメントを
もっと簡単に



eCopy CORPORATION

SHARP

(632) 525 9911 | 522 1771 | 536 0174 ecopy.com.ph

sales@ecopy.com.ph 5837 Zobel Roxas St. Palanan Makati City, PH 1235

*Sharp, Sharp OSA and all related trademarks are trademarks or registered trademarks of Sharp Corporation and/or its affiliated companies.

docuLink
integrated archiving system

コントロール機能

Doculinkには、チームメンバーが簡単に文書を閲覧・作成・編集でき、履歴を監視・管理でき、そしてすぐ閲覧できるレポート自動作成機能があります。

ファイリング機能

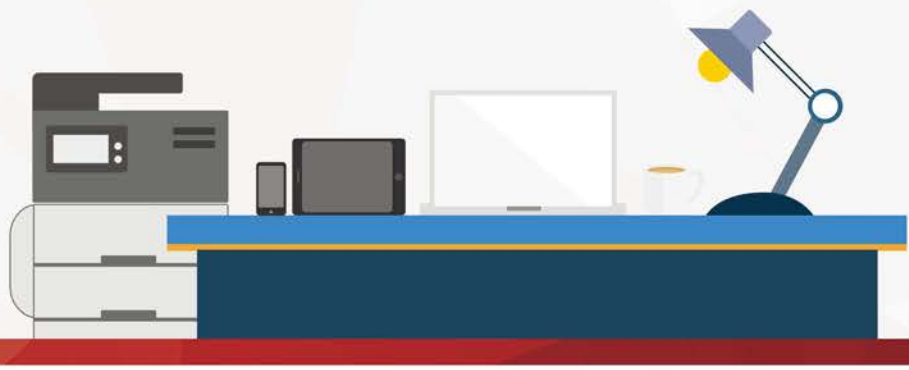
デジタルプリンターで文書をスキャンしコピーしたデータを取り込みDocukitソフトでアーカイブに保管します。

サーチ機能

Docukitはお探しの文書をたった数秒でDocukitウェブから探し出します。

セキュリティ機能

各文書にアクセス規制または許可を与えるユーザーアクセスコントロール機能を備え、また削除・回復機能もあります。



eCopy CORPORATION

(632) 525 9911 | 522 1771 | 536 0174 ecopy.com.ph

sales@ecopy.com.ph 5837 Zobel Roxas St. Palanan Makati City, PH 1235

SHARP

*Sharp, Sharp OSA and all related trademarks are trademarks or registered trademarks of Sharp Corporation and/or its affiliated companies.

クルマを売るなら

TAU

お困りではございませんか？

- 帰任や異動が決まり、車を処分したい
- 車を売りたいけど、信頼のおける会社に販売したい
- 個人情報の処理など、売買書類手続きなど不安
- ペソではなく、円で支払って欲しい
- 車両売却を社員に任せているが、リベートなど不適切処理が心配
- 事故や故障をしてしまい、修理せず売却したい

お気軽にお問い合わせください
☎02-809-2118
株式会社タウ マニラ支店　日本人窓口 福永 藍梨
Email: manila@tau.co.jp　https://www.tau.co.jp/



1004 Vicente Madrigal Building,
6793 Ayala Avenue, Makati

フィリピンで販売がしたい！
フィリピンで起業したい！　方へ
フィリピン進出をお手伝いします。



ビジネスコンサルティング　フィリピン法人設立、受託調査承ります
マーケティング　小売り向けの販売サポートも、お任せください！

THE LANDMARK　mercury drug NAKASISIGURO GAMOT AY LAGING BAGO　Robinsons Supermarket
大手スーパーや大手ドラッグストアの卸サポート（300＋ある弊社既存のフィリピンの販路）

sainlak サインラック inc.
437 Cityland Pasong Tamo Tower 2210 Chino Roces Makati City
TEL: 02-729-6904（英語）• 02-964-1551; 0917-868-0105（日本語）
www.sainlak.com • info@sainlak.com

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（日本語対応可）
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



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・ビジネスパーソンインタビュー グローバル版

フィリピンで活躍中のアノ人に直撃！するコーナー。
国籍問わず活躍中のビジネスパーソンにも、フィリピンにおけるビジネスの「いろは」を語っていただきます！

第13回

Cropital
最高経営責任者／創始者

世界的に知られるクラウドファンディング、Cropital。世界中から投資を募り、地元農家が資金調達できるように手助けするのが彼らの主な目的だ。

Cropitalの創業者はCEORuelAmparoさん。2015年11月、22歳でCropitalをスタートさせた。彼はフィリピン大学ディリマン校生産工学を卒業、現在、様々な社会的活動に傾注している。



CEOとして、どのような役割を担っていますか？

他の企業のCEOと大体同じ役割ですが、異なる点はCropitalが取り組んでいる業務内容でしょう。我々は、長い間未解決だった課題に取り組んでいます。農家の方に聞いてみると分かりますが、農家においては資本の獲得が現在でも最も大きな問題の一つです。私はCEOとして、その問題を理解し農家の方々を支援し、彼らのニーズに応え、解決したい、と強く思っています。

では他社との違いは何ですか？

融資そのものは他社もおこなっています。でも、生産性と融資をつなげる－この点が、我々が他社と違うところです。お金・資金は、人々の行動に大きな影響を与えます。我々が担当している農家はそのほとんどが高齢者で昔ながらの農業を続けていおり、新たな方法で、最新の技術を導入し、生産性を上げるのは彼らにとっては難しいのですが、我々は、融資がその変化のきっかけになると考えています。我々は、土地に関する様々なデータを集め、農家の方々と、何が可能で、何が不可能なのか分析し、収穫期から次の収穫期まで、農家の方々を注視していきます。そして予測できる影響に対峙し、農家の方々の生産性と融資をつなげて行くのです。

Cropitalを始めようと思ったきっかけは何ですか？

Cropitalを始めた22歳の時は、色々なことがよく分かっていませんでした。きっかけは、それぞれの農家に直接影響を与えるためには、個々に異なった技術やツールが必要なことに気が付いたことです。そして徐々に、状況を理解するようになりました。もし今ある知識を22歳の時に持っていたら…Cropitalを始めるなんて、とんでもない、と思ったでしょうね。実際のところ、沢山の支援や便利なものはすでに存在しています。我々がしているのは、利用可能な解決策を結び付け、農家の方々がより利用しやすいようにすること。そうすることで、持続可能性を得ることが出来ると思っています。

Cropitalのシステムを教えてください。

直接農家と対峙します。農家は、土地耕作のために融資を受け、耕作の責任を負います。ほとんどの農家は、土地を所有しておらず、収穫物で、地代を払うのが慣習です。地代は、安くて米7カバン（1カバンは約50kg）、高い場合は40カバン。地主は時として、収穫高に関係なく、決められた量を請求し、目標の収穫高に達しなかった場合、次の収穫に上乗せさせています。我々の農家は、通常、最低でも100カバンは毎年収穫していますが、それでも、生活の質を向上するには、十分とは言えないですね。

フィリピンの、どの地域をサポートしているのでしょうか。

ルソン島中部、RegionIV（カラバルソン地方、ミマロパ地方）、レイテ島、ボホール島です。

今まで直面した最大の困難と、その対処法を教えてください？

持続可能性が課題点の一つです。農家への融資はハイリスクだと多くの人が認識していますが、我々は調査を続け、なぜそうなのか理解を深めています。融資返済率の向上に効果的だったことの一つが、米の価値連鎖に焦点を当てることです。私たちは、我々の農家が生産した農産物を契約バイヤーが買うプログラムを保有しています。また、必要なデータを提供するサプライヤーもいます。ほとんどのケースで技術パートナーがいて、農家がデータを正しく使えるように指導することができます。原則として、資金はパートナーを通して、彼らが直接我々に支払います。これはある意味、我々が高い返済率を保つことの手助けとなります。どの農家がこのような介入を受け入れるか、その見極めの方法はまだ開発中です。もちろん全ての農家が、興味を持っているわけではありません。中には、我々からもう融資を受けられない農家もあります。それは土地がよくない場合です。他にも資金提供の妨げになる要因はたくさんあるため、我々はまず、低額で融資をスタートします。中には、ローンを払う必要はない、と言う考え方の人がいますが、その考え方が変わるまで、我々は、我々の介入を受け入れる人たちを対象にしていきます。

どのようにして、介入を受け入れる農家を見極めるのですか？

自社で開発した、得点モデルを使います。また、農家の中にリーダーがいて、彼がまだ参加していないメンバーに接触します。これらを総合して、決まった金額を支払えるのか、また彼らが支払える最低額はいくらなのか、農家ごとのリスクを判断するのです。

これまでの最大の業績は何ですか？

これまで3000万ペソの資金を集めフィリピン国内の農家へ融資しています。また、約90%という、非常に高い顧客定着率を保っていますて点です。我々とスタートした農家さんは、通常やめることはないですね。同時に、なぜやめていくのかも分かっています。ほとんどの場合、資金が間に合っている場合です。それは悪いことではないですね。また、自力では解決できない場合、例えば灌漑施設が閉鎖されてしまうとか、土地が別の人に相続されてしまう場合などもあります。これらを念頭に置き、サービスを改善していくのです。現在、投資家の数は3万5千人になりました。全ての投資家は、我々のプラットフォームに登録し、我々の農家に対する融資に関心を持ってくれています。

Cropitalの今後のプランは？

価値連鎖への対応と、その強化に焦点を当てたいですね。基本的には、農家がどんな場所にいてもプログラムにアクセスできるようにしていきます。もし、契約栽培プログラムを行いたい場合は、買い手の確保、参考にできる技術、適切な融資プランの準備をし、そのあとアクセスしていきます。また、我々のプランをフィリピン全体に広めていきたいですね。別の地域へ進出するだけの力が我々にあるのかは、今後見極めていきます。

ご自身の経営スタイルを表現すると？

Cropitalには約14名の従業員がいます。そのうち7人が社員です。事務管理をするチーム、現地チーム（従業員の大部分を占める）、そして技術・顧客サービスチームです。私は、社員の献身、優秀さ、情熱を重視します。Cropitalを始めた時、私自身がとても若く、会社運営の経験はほとんどない中で会社の成長と共に私も学んできました。私だったらこう扱われたい、それが私のマネジメントです。私はいつも、考えや最終目的を共有することから始めます。そして、場面、場面に合わせて、どのように最終目的に繋がってゆくのかを説明します。そして彼らの役割と責任を説明し、それが最終目的にどのような効果を与えるのかを明確にします。私は、役職者には、そのポジションにあった最も適切な人を雇用しようと努めています。彼らは、最低限の指導で済みますし、適度の情熱をもって仕事に取組み、仕事の質も保つことができます。働く環境に満足しているか、適切な対応を受けているか－これらを確認するのが私の責任だと思っています。当社のあり方、従業員の役割の改善も私の責任だと思います。

尊敬する人はいますか？

二人います。Cropitalが現在の姿になったのもの彼らのおかげといえますね。

一人目はムハマド・ユヌス氏です。彼は、バングラデシュの社会企業家、銀行家、経済学者、市民団体指導者、そしてマイクロファイナンス）の創始者でもあります。Cropitalがしていることは基本的に彼のアイディアと同じです。違いは環境だけですね。中小企業への資金提供と農家への資金提供では環境が違いますからね。ユヌス氏は、貧しい人への融資は思ったほどのリスクを伴わない－と言う考え方を持っています。つまり投資する価値がある、と理解しているのです。彼は何を言われても自分の考え方を貫きました。現在、彼の考えに従ったマイクロファイナンス機関のほとんどは、99%の返済率を実現しています。中小企業の問題を解決したいという彼の情熱－彼がやったことは私も出来る、そう思いました。

もう一人はスティーブ・ジョブズ氏です。ジョブズ氏と言えば、イノベーションで知られていますが、私が彼を尊敬する一番の理由は、一般利用者向けにテクノロジーをデザインしたことです。彼のイノベーションは、単に技術の進歩のためだけではないのです。これは、農家や一般の人にも当てはまることです。農家向けの技術は沢山ありますが、その使い方を農家の方が理解しなければ、意味がなくなってしまうのです。

典型的な一日の流れをしえてください。

会社にいるのは週二日です。残りは外出して、色々な人と会議をしたり、現場を見て回っています。一日のほとんどは、チームとの会話でに費やします。会社を離れて仕事をすることもありますが、定期的に全員、グループ、個人と直接対面し会議が出来るようにしています。それ以外の時間は外部の人と話をし、事業を見積もり、新しいパートナーに会い、我々の運営に協力してくれる人を探しています。

CEOとして、モチベーションになっていることを一つ上げてください。

我々の影響力でしょうか。難しい問題に直面した時はいつも、農家の方々を思い浮かべるようにしています。我々のやっていることによって彼らは恩恵を受けるんだなぁ、と。"ありがとう。"この一言が本当に我々のやる気を起こさせますね。我々のやっていることは、必要性があることだと感じて、農家の方々がよりアクセスしやすいように行きたいと思いますね。

日本の読者の方々にメッセージをどうぞ。

フィリピンでは、多くの人々が日本ほどよい環境にいるわけではありません。個人的には、私は日本人の自制心に感心しています。それが今日の日本を築きました。もし、フィリピン人がもっと日本の影響を受け、日本レベルの規律を持てたら－フィリピン人はもっと"我々の物"と呼べるものを育て作り上げることができると思います。

▶ビジネスパーソンインタビューは
Primer WEBにも掲載しています。
(http://primer.ph/column/category/genre/philippine_businessperson_interview/)

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（鈴木）　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,

物件を売却したい方！
買いたい方を探します！





▶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 UG21 Cityland Pasong Tamo Tower Inc. Makati City Philippines
TEL: 02-752-1733/
0915-332-1555(Globe)/
0977-676-7815(Globe)
MAIL : jnp-real-estate@billionaire-club.jp

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



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
住所: 1321 Apolinario St. Brgy.Bangkal, Makati City, Philippines
Email: info@dmcihomes.jp
Web: www.dmcihomes.jp

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。

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
Tel:+63-2-464-7100（担当：南木）
Email:crc-ph@crosscoop.com　Website:https://crosscoop.com/



CROSS COOPの南木と申します。よろしくお願いいたします！



セブ歴7年在住
キャリアアドバイザー

相談実績
年間500人以上

マニラ在中
日系企業の皆さん!!

セブ留学×就職経験者

積極採用しませんか？

セブ島駐在カウンセラーが
貴社に向いている
人材をマッチング

セブ島人材のメリット①

フィリピンでの生活を経験している

留学期間は短くても数ヶ月。発展途上国の生活環境に慣れているので、無理なくマニラでの生活をスタートできます。環境への適応はバッチリです。

セブ島人材のメリット②

英語ができる

フィリピン人講師との徹底したマンツーマンレッスンを受講しているため、特に会話力には自信のある方が多いです。英語での生活にも慣れているためフィリピン従業員とのコミュニケーションもそつなくこなします。

セブ島人材のメリット③

20代～30代が中心

初めての転職のために留学をしている方が多いため比較的に若い方が多く、柔軟かつやる気・体力がある方が多く、将来性を見越した採用活動にぴったりです。



池田
げんせい

ネスグローバル株式会社
セブ島 支店長

日本、セブでのお仕事もご紹介中。
個別カウンセリングも無料で承ります。

ID:gensay169
0977-018-3844
ikeda@nes-global.com

人材紹介事業厚生労働大臣許可番号 13-ユ-307430

ネスグローバル
NES GLOBAL STUDY ABROAD CENTER

MAP マラテ Q-2

since 1987
甚 KANEjIN
K PROPERTY
BUSINESS
MANAGEMENT
SOLUTION INC.

30年以上の不動産暦を持つ日本人担当者が
皆様の安全で快適な滞在をサポートします!

賃貸・新築物件
マカティ、BGC、マニラ、
アラバンのマンション、戸建て、
事務所など取り扱っております。



9g、9dの就労
ビザ取得
47 a2/Peza Visaも申請可能

経験豊富なフィリピン人弁護
士がビザ取得をサポート。
日本人が対応します。
お気軽にご相談ください。

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

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

Fabbit
ご用途にぴったりの、バリエーション豊かな
オフィス・会議室を用意しております。
◆業界大手とコラボレーション◆
各種イベント・セミナー開催中!!



オフィスはいらないけれど、落ち着いて仕事ができる静かな環境の欲しい方に最適!
Monthly 15,000 P～
Weekly 4,000P～
Daily 1,000P～

詳しくはお電話・メールにてお気軽にお問合せください。
TEL:代表02-864-400
日本語専用0917-817-7206/02-618-0928
✉ info@fabbit.com.ph
公式HP fabbit.com.ph
公式FB fabbitPhilippines
住所 26F Twenty-Four Seven McKinley,24th St. corner 7th Ave, Bonifacio Global City
Fabbit

MAP マカティ D-3

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

プライマースタッフブログ

グルメ、イベント、生活お役立ち情報など
フィリピンの最新HOT情報を毎日お届け!

あなたの日々の暮らしに
+素敵な情報との出会いをプラス♪
是非お役立てください





人材紹介はジョンクレメンツ ジャパンデスクにお任せください!

John Clements Your Partner for Life. PERSOL PHILIPPINES

パーソルホールディングス（旧テンプホールディングス）は、40年以上の歴史を持つフィリピン国内最大手の総合人材サービス企業"John Clements"と事業提携をしております。

企業向け人材紹介サービス

1 100万人以上のデータベース
2 40年以上の実績
3 Wスクリーニング
4 日本人採用 転職サイト doda 無料広告掲載

ワンストップサービス

フィリピン国内にて40年以上の人材総合サービスを提供する実績を誇るJohn Clements社との提携により、人材紹介、労務コンサルティング人材育成まで幅広いサービスの提供が可能となりました。

- ●人材紹介、採用代行、労務コンサルティング
- ●フィリピン人の国外紹介、国外就労ビザ取得代行
- ●エグゼクティブサーチ

お仕事を探している方へ

丁寧なカウンセリングでご希望に合ったお仕事探しのサポート

- ☑ キャリアアップをしたい
- ☑ 今の現状満足出来ない
- ☑ マネジメント力をつけたい
- ☑ 英語コミュニケーションレベルのアップ

こんな方からのご連絡お待ちしております!

転職成功事例



男性30代

日本で就労しながら転職成功

●海外営業の経験を積みたい ●日本では営業経験7年経験 ●給与はこだわらず先ずは英語のスキル、マネジメント力をつけたい ●キャリアアップを目指し転職

▶商社企業にて営業職内定!ご努力の甲斐あり2年後に本社採用決定!

採用人事をさらに増やし、人材採用をサポート！

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）

0917-828-5134（田渕） E-mail tabuchi@johnclements.com
0917-621-5369（澤渡） sawatari@johnclements.com
0917-627-0846（小川） ogawa@johnclements.com



12B LKG Tower, 6801 Ayala Avenue, Makati, Metro Manila, Philippines

MAP オルティガス O-5

POEAから日本向けの技能実習生送り出し機関として認定を受けました



フィリピンで30年以上の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-7491-110413-120) **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

日本向け派遣業務 (POEA LICENSE No.142-LB-090310-R) **PHILNOS CORPORATION**

- 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
  IT技術者、英語教師、技能実習生の派遣

その他海外向け派遣業務

- 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

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
NOSPHIL CONSULTANCY AND MANPOWER SERVICES INC.

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!!

プライマー コラム 検索



企業様へ REERACOEN からのお約束

POINT 1	POINT 2	POINT 3
採用条件に適した 人材を迅速にご紹介いたします	即戦力人材、技術職人 材など幅広くご紹介が可能です	日本人コンサルタント が責任をもって対応いたします

REEERACOEN
neocareer GROUP
Make a Change, Better Tomorrow

0906-493-2364(日本語対応可)
Email info@reeracoen.com.ph
6th Floor, First Life Center, 174 Salcedo Street,
Legaspi Village, Makati City, 1299, Philippines



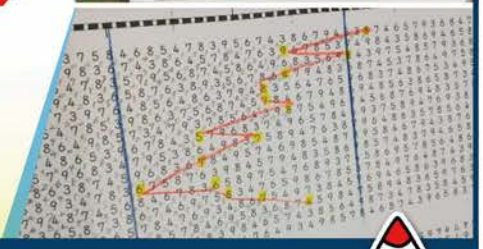
『人材採用時の"適性検査"ならお任せ!』

フィリピン人技能実習生採用時の検査や 日系企業様のフィリピン人の採用でご利用していただけます。

内田クレペリン検査は、日本国内で現在年間100万人、60年以上の歴史の中で累計5000万人以上の実績を誇る、最もポピュラーな心理・適性検査です。

Uchida-Kraepelin PERFORMANCE TEST





★「能力面の特長(知能)」と「行動面の特長(性格)」の二つを測ることが出来ます。
★検査は、一桁の足し算をするだけ!言葉のバイアスがかからないので日本以外の国でも積極的に採用されています。
★採用時の検査として認知されていますが、集団の構成を人材マップとしてご提示出来ますので、組織の『適材適所』を測ることも可能です。
★技能実習生の選抜の際に、ご利用いただく機会がアジア各国で増えております!

フィリピンでの実施は「One World Human Resources Development INC.」まで!
担当 中津晃一:TEL 0917 118 9300 / Ledylyn : TEL 0916 239 8003

私たちはフィリピンにおいて 人材紹介会社のリーディングカンパニーです。

これからも、求職者、企業の皆様に最高のサービスを提供し続けます。



お仕事が決まった方に、今ならオリジナルパーカープレゼント!

J-K NETWORK
RECRUITMENT SERVICES AND CONSULTANCY, INC.

外国人部門のトップパートナーとして、2014年からフィリピン国内の多くの企業様より表彰をされています。

国籍を問わず、全ての求職者の皆様により良いお仕事をご紹介いたします。

また、企業の皆様には国籍・業種をまたいで、世界中のバイリンガル人材をご紹介いたします。



毎日休まず営業しております。
営業時間　月曜日から日曜日　8:30~23:00
お気軽にお問い合わせください。

弊社がご紹介できる人材の国籍:日本人、中国人、韓国人、フィリピン人などアジアの人材、ヨーロッパ人、ラテンアメリカなど
月収70,000ペソから150,000ペソの給与での求人が多くございます。

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
電話番号: 02-245-2829　**グローブ:** 0936-973-4028
求職者用ページ: https://jknetwork-jobs.com

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
電話番号: 02-245-2829　**グローブ:** 0917-813-9678
求人企業用ページ: https://jknetwork-jobs.com/forClients

企業様の人材紹介、求職者様の企業紹介はお任せください。日本人スタッフがお手伝いさせていただきます。

02-245-2829 / 0945-612-0981(廣瀬)
MOBILE グローブ: 0916-493-1663 / 0936-973-4185 / 0936-973-4028 / 0936-973-4186 / スマート: 0929-3159-901
UNIT 3 IJKLM 3rd floor Crissant Plaza Building No.272
Commonwealth Avenue Old Balara, Quezon City, Philippines





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。



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



Navotas City

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

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



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。



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





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。





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

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。

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





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。

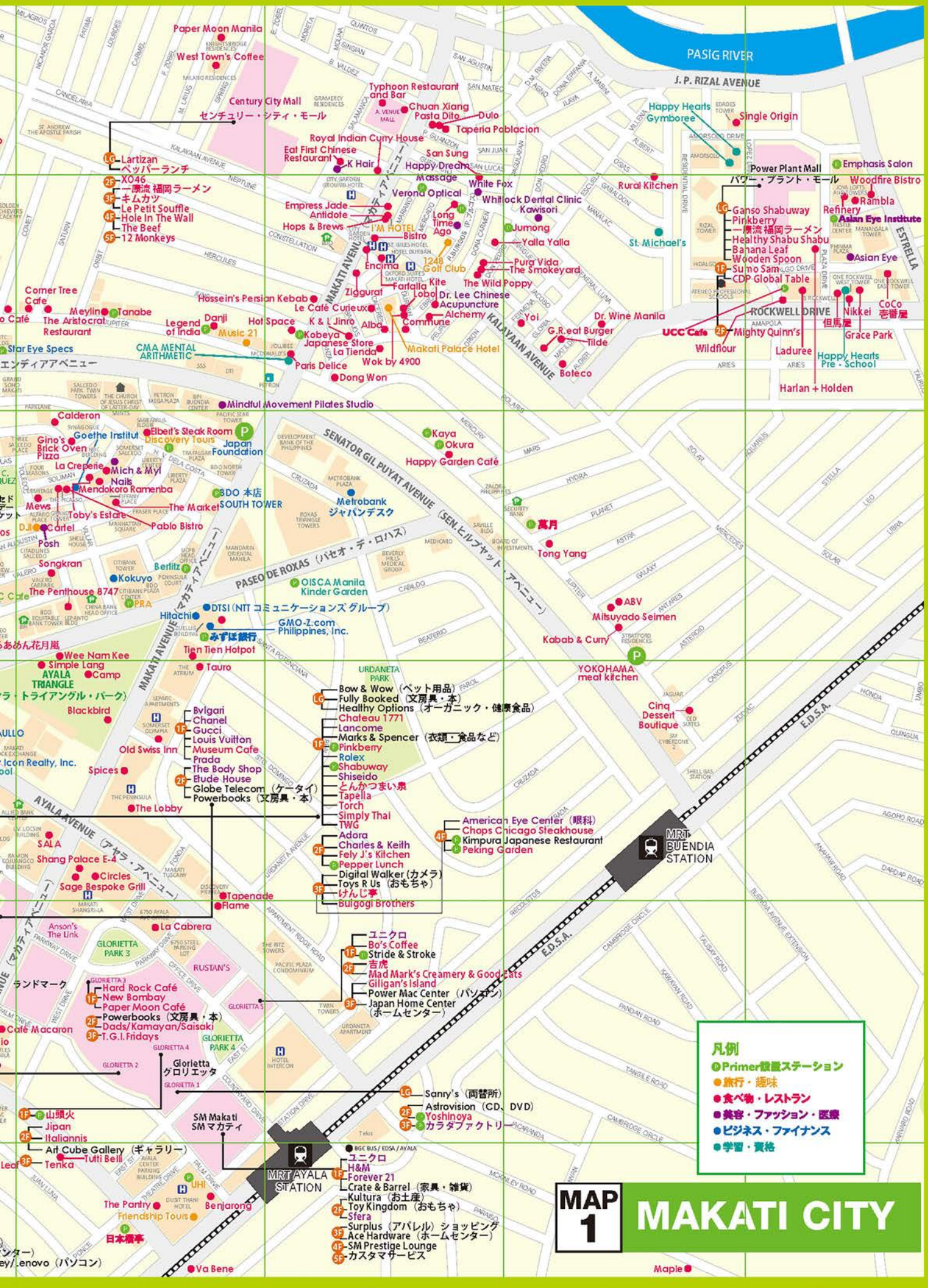


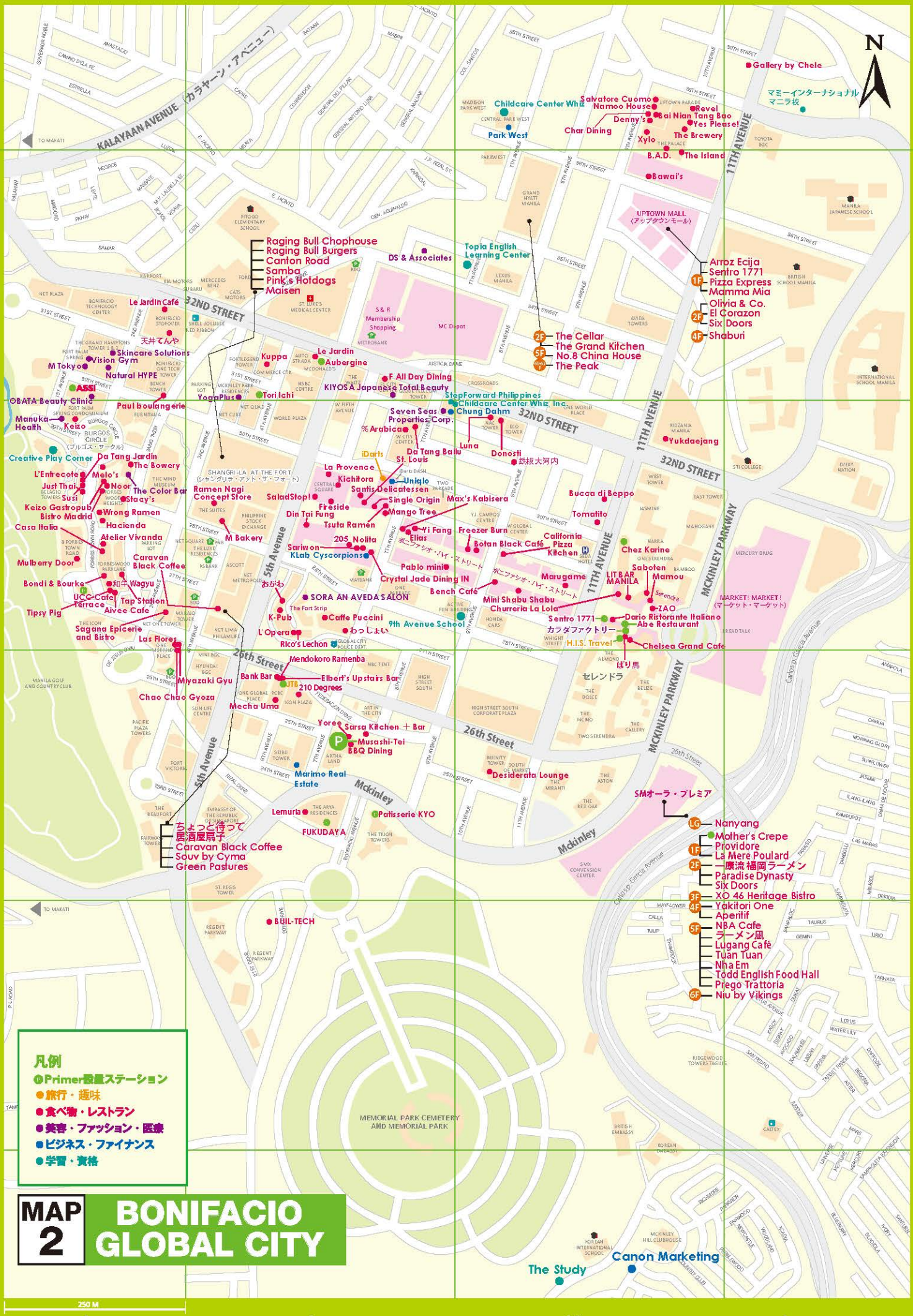
Alabang

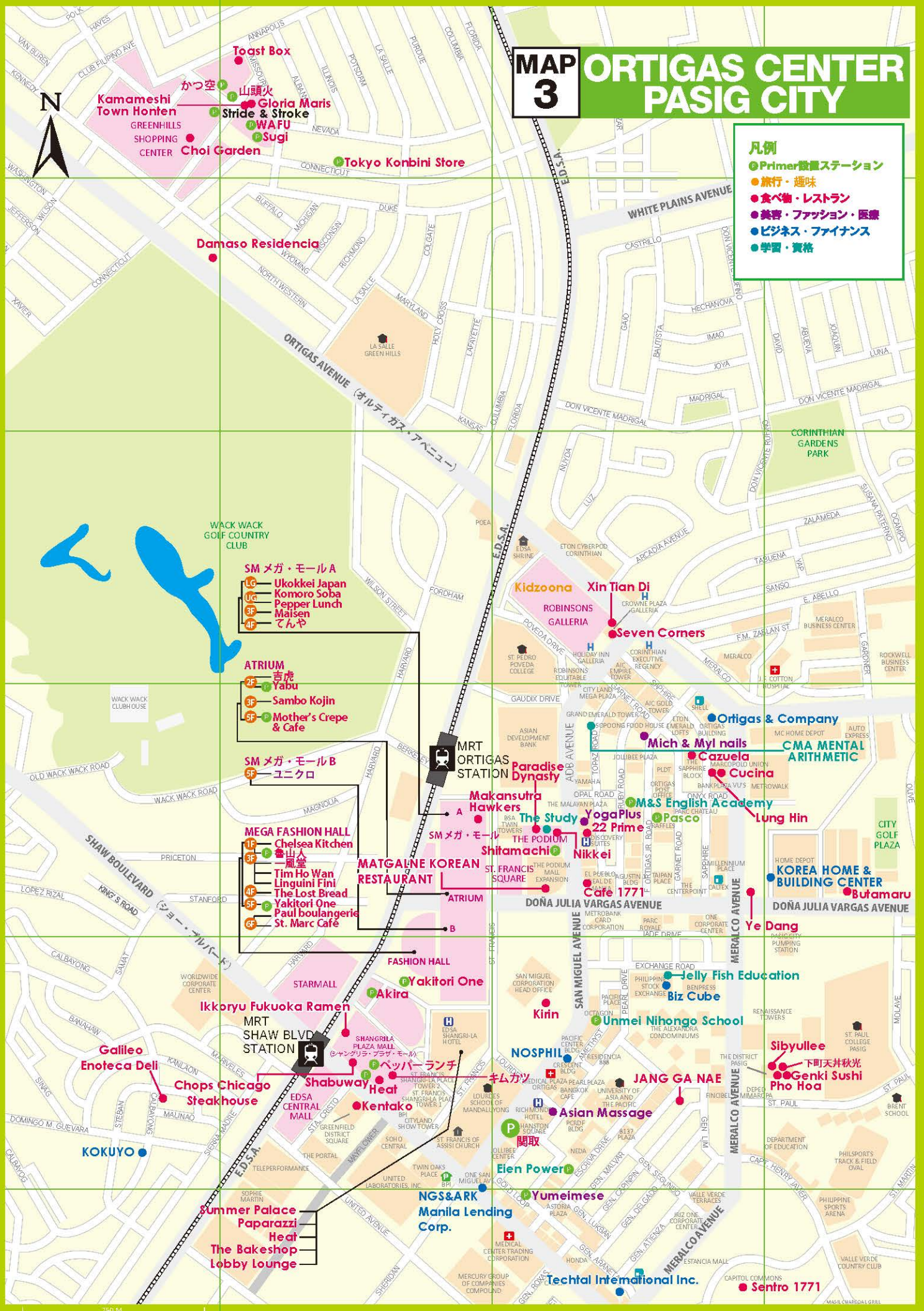
アラバン ▶Map ⑥

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


A
B
C
D
1
2
3
4
5
6
N
MANILA SOUTH CEMETERY
SOUTH AVENUE
CHINO ROCES AVENUE (チノ・ロセス・アベニュー)
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)
METROPOLITAN AVENUE
MAKATI AVENUE
OSMEÑA HIGHWAY
SKY WAY
ANTONIO ARNAIZ AVENUE (A.アーナイズ・アベニュー)
PABLO OCAMPO SR. AVENUE EXTENSION
AMORSOLO (アモルソロ)
PNR BUENDIA STATION
PNR PASAY ROAD STATION
Sakura Massage
Mao Jia
Vina Trang
Seoul Galbi
12/10 Izakaya
New Hatchin
Bebe Rouge
とんかつ屋
GILT Burger
MLA Top Food Restaurant
Komoro Japanese Dining
Husan Smokeless Grill and Shabu Shabu
Borgna
Peppy Olive
Nono's
Chao Shan Beef Taste
Kiss the Tiramisu
Locavore
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
TMS Global Consultancy
ANA
IHG
野村総合研究所
Carpaccio
Chesa Bianca
I'm Angus Steakhouse
Santis Delicatessen
H.I.D. Burgers
Chan Ren Fang Restaurant
CLD Hot & Spicy KENSHIN
Tsing Tao Garden
Alsons/AWS Information Systems In.
TPE
Barbero de Japon
Oriental Garden Makati
Navales Dental
Firewood Kitchen
Hong Kong Noodles and Dimsum
Noodles Everyday
Transcosmos
eTV ワールド フィリピン
Japanese Help Desk
GUESE Inc
Zipporah Spa
Habitual
Bovis Home Kitchen
Music 21
川崎
Happy Hotpot
肉処 うらめしや 居酒屋 おいしんぼう 里雄禅
Japanese FS Best Foods, Inc
Paseo de Roces
Naimcs
Hoshi masuri
Teppen
Amorsolo Mansion
The Oriental Place
Bar IE
龍苑
PURPLE FIRE
Café Libertad
はつはな亭
源里奈
居酒屋 きくふじ
新宿ラーメン
フジヘルス
関取
山崎
セイキョー
ENDO SYSTEM
Yakiniku-Kenshin
FEEL YOUNG FOOT REFLEXOLOGY
Higuchi Hair Salon
Manpuku Steakhouse
MAKATI CINEMA SQUARE
マカティ・シネマ・スクウェア
うな吉
Capitarise Property Management
Chun Yuen
The Victor Hotel
Verona Optical
Eurotel
Kenshin
花菜忠
三田屋
Kidzoona
WALTERMART MAKATI
101 Hawker Food House
日本橋本
あさみ
Asian Massage
Ryowa Trading
JNP
Almaras
Dencom
Sarah Rent a Car
Sainlak, Inc.
Japanese Language School of Next Bridge Inc.
junca BeautyLabel
Mundo Builders
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
Yakimix
Chimara
Mrs. Fields
Figaro
Motorino
Sumo Sam
Teddy's Bigger Burgers
Queens of Bollywood
Bluesmith
People's Palace Azuthai
Café Breton
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
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 Comer/ Silicon Vall
Marugame Udon
Vikings
Happy Cream Puff
Takashi Japanese Cuisine
IKOMAI
Smith Butcher & Grill Room
Venture Capital Cafe
Crepe Amelie
Aramesh & Fashion Wellness
Cross Coop
GT Tower International
Bodega
HR-Link
Caffe Bene
Restoran Garuda
¡Vengo!
JAL
JCB
Panasonic
Grandline
Dean & DeLuca
KDDI
Eton Tower Makati
NEC
AUN Philippines
The Grand Midori Makati
桃尾・松尾・難波法律事務所
Made Nice Supper Club
The Girl + The Bull
Hibana
La Grotta
Netmarks Philippines
Trufa Pasta Bar
Nikkei
Wildflour
Monopole Bar
Sicilian Roast
Yardstick
Yakson
Myuca & Dragon
The Belle
PRIMER OFFICE
Bistro Pamana
Local Edition
iCube
Wilson and Ayache
The Curator
エイブル
Plaza Café
Balkan
NORA
Ayala Museum Cafe
Yokohama Tire Company
PJLink Language Center
カラダファクトリー
Fuyuan
SEI
Value Asia
Bond & Bourke
The Columns Legazpi
Estate Wine
Lagrima
Swagat
Hokenno 110BAN
Hair Salon Hide 2A
Almon Marina
MCCK
Barcino
BIZU
Café Mary Grace
Italianni's
Sugi Restaurant 和民
Cyma
Manam
Casa Armas
NEW WORLD Hotel
The Lounge
Teng Roma
Azuthai
Milky Way
Cirkulo
Caffeined
Kashmir
Hineleban
T7
Greenbelt グリーンベルト
Araya Ramen
Canadian American Sch
Property
IT&V Consultancy Inc.
PUNONGBAYAN & ARA
Chung Dahm
Kato Repro Center
Broadleaf I.T. Solutions
Delta
Jetro
Hanahana Partners Philippines, Inc
Leopalace21
FORELAND
TPSC
Sagass
Bikram Hot Yoga
Watari-Asia
XO46
Little Flour
Trufa
TAU Corporation Philippines
Almazora Realty
Sultan
Narrative Coffee Co.
Teszara Inc.
Warung Indo
Terry's
Sup? Chow
Cambridge
Fun-D-Mentals
Venture Capital Cafe
Bar Pintxo
Secorsa
Banh Nam
Mandalay Whisky & Cigars
Happy Cream Puff
RISE
Kato Repro Center
Chung Dahm
PUNONGBAYAN & ARA
Araya Ramen
Canadian American Sch
Property
IT&V Consultancy Inc.
Ba Noi's
Pepi Cubano
NORA
Ayala Museum Cafe
Greenbelt
Greenbelt 1
Greenbelt 2
Greenbelt 3
Greenbelt 4
Greenbelt 5
Greenbelt Chapel
Makati Avenue
Mirè
Teng Roma
Caffeined
Milky Way
Cirkulo
Azuthai
The Lounge
NEW WORLD Hotel
Casa Armas
Manam
Cyma
Sugi Restaurant 和民
Italianni's
Café Mary Grace
BIZU
Barcino
250

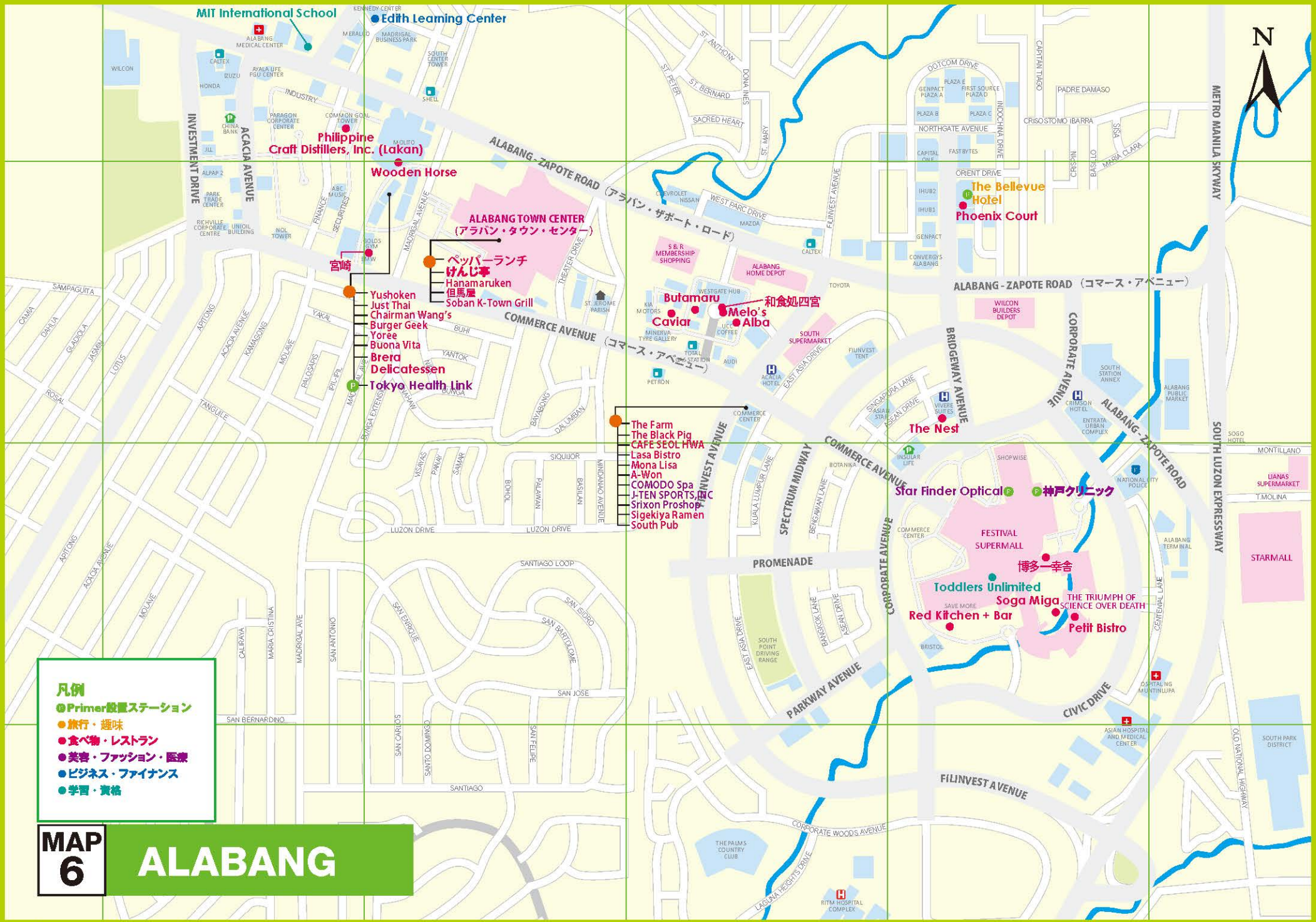

E F G H
1 2 3 4 5 6
PASIG RIVER
J. P. RIZAL AVENUE
MAKATI AVENUE
KALAYAAN AVENUE
SENATOR GIL PUYAT AVENUE (SEN. ヒルプヤット アベニュー)
PASEO DE ROXAS (パセオ・デ・ロハス)
AYALA AVENUE (アヤラ・アベニュー)
E.D.S.A.
Paper Moon Manila
West Town's Coffee
Century City Mall
センチュリー・シティ・モール
Typhoon Restaurant and Bar
Chuan Xiang
Pasta Dito
Dulo
Taperia Poblacion
Royal Indian Curry House
Eat First Chinese Restaurant
K Hair
San Sung
Happy Dream Massage
White Fox
Verona Optical
Empress Jade
Antidote
Hops & Brews
I'M HOTEL
Long Time Ago
Bistro
Encima
1248 Golf Club
Farfalla
Kite
Lobo
Ziggurat
Hossein's Persian Kebab
Le Café Curieux
Alba
Commune
Alchemy
Acupuncture
Dr. Lee Chinese
The Wild Poppy
The Smokeyard
Pura Vida
Yalla Yalla
Jumong
Whitlock Dental Clinic
Kawisori
Rural Kitchen
St. Michael's
Happy Hearts Gymboree
Single Origin
Power Plant Mall
パワー・プラント・モール
Emphasis Salon
Woodfire Bistro
Rambla
Refinery
Asian Eye Institute
Asian Eye
Ganso Shabuway
Pinkberry
一風流 福岡ラーメン
Healthy Shabu Shabu
Banana Leaf
Wooden Spoon
Sumo Sam
CDP Global Table
ROCKWELL DRIVE
Nikkei 壱番屋
CoCo 壱番屋
Grace Park
Mighty Quinn's
UCC Cafe
Wildflour
Laduree
Happy Hearts Pre - School
Harlan + Holden
Dr. Wine Manila
G.R.eat Burger
Tilde
Boteco
Yoi
Kaya
Okura
Happy Garden Café
Metrobank ジャパンデスク
Tong Yang
ABV
Mitsuyado Seimen
Kabab & Curry
YOKOHAMA meat kitchen
Cinq Dessert Boutique
Lartizan ペッパーランチ
X046
一風流 福岡ラーメン
キムカツ
Le Petit Souffle
Hole In The Wall
The Beef
12 Monkeys
Corner Tree Cafe
The Aristocrat Restaurant
Meylin
Tanabe
Legend of India
Danji
Music 21
Hot Space
K & L Jinro
Kobeya Japanese Store
La Tiendo
Wok by 4900
Makati Palace Hotel
Paris Delice
Dong Won
CMA MENTAL ARITHMETIC
Star Eye Specs
エンディアアベニュー
Mindful Movement Pilates Studio
Calderon
Gino's Brick Oven Pizza
Goethe Institut
Elbert's Steak Room
Discovery Tours
Japan Foundation
La Creperie
Mich & Myl Nails
Mendokoro Ramenba
SBDO 本店 SOUTH TOWER
The Market
Toby's Estate
Pablo Bistro
Cartel
Posh
Mews
Songkran
Kokuyo
Berlitz
The Penthouse 8747
PRA
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
トライアングル・パーク)
Blackbird
Icon Realty, Inc.
Spices
The Lobby
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
SALA
Shang Palace E-4
Circles
Sage Bespoke Grill
Tapenade
Flame
La Cabrera
Anson's The Link
GLORIETTA PARK 3
RUSTAN'S
Hard Rock Café
New Bombay
Paper Moon Café
Powerbooks (文房具・本)
Dads/Kamayan/Saisaki
T.G.I. Friday's
Café Macaron
GLORIETTA PARK 4
Glorietta グロリエッタ
山頭火
Jipan
Italiannis
Art Cube Gallery (ギャラリー)
Tutti Bella
Tenka
SM Makati SM マカティ
MRT AYALA STATION
UHI
The Pantry
Benjarong
Friendship Tours
日本橋亭
Va Bene
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
TWG
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
American Eye Center (眼科)
Chops Chicago Steakhouse
Kimpura Japanese Restaurant
Peking Garden
MRT BUENDIA STATION
ユニクロ
Bo's Coffee
Stride & Stroke
吉虎
Mad Mark's Creamery & Good Eats
Gilligan's Island
Power Mac Center (パソコン)
Japan Home Center (ホームセンター)
Sanry's (両替所)
Astrovision (CD、DVD)
Yoshinoya
カラダファクトリー
BGC BUS / EDSA / AYALA
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
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

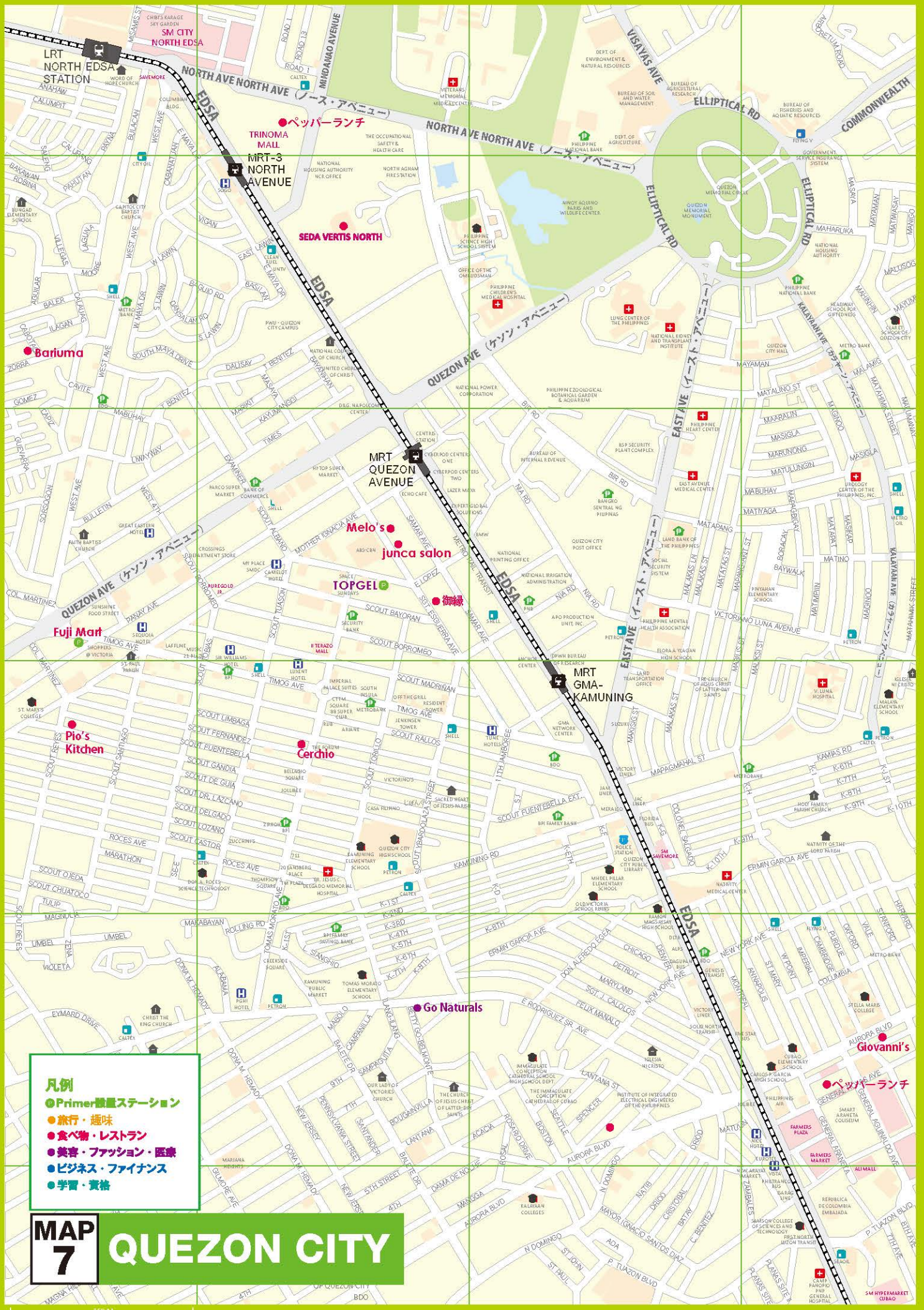

I
J
K
L
1
2
3
4
5
6
N
KALAYAAN AVENUE (カラヤーン・アベニュー)
TO MAKATI
32ND STREET
31ST STREET
30TH STREET
28TH STREET
26th Street
25TH STREET
24TH STREET
11TH AVENUE
5th Avenue
9th Avenue
7th AVENUE
McKINLEY PARKWAY
Mckinley
Gallery by Chele
マミーインターナショナル マニラ校
Childcare Center Whiz
Park West
Salvatore Cuomo
Namoo House
Denny's
Char Dining
Revel
Bai Nian Tang Bao
Yes Please!
The Brewery
Xylo
B.A.D.
The Island
Bawai's
UPTOWN MALL (アップタウンモール)
Arroz Ecija
Sentro 1771
Pizza Express
Mamma Mia
Olivia & Co.
El Corazon
Six Doors
Shaburi
The Cellar
The Grand Kitchen
No.8 China House
The Peak
Topia English Learning Center
DS & Associates
Raging Bull Chophouse
Raging Bull Burgers
Canton Road
Samba
Pink's Hotdogs
Maisen
Le Jardin Café
天丼てんや
Skincare Solutions
Vision Gym
M Tokyo
Natural HYPE
ASSI
OBATA Beauty Clinic
Paul boulangerie
Manuka Health
Keizo
Creative Play Corner
Da Tang Jardin
The Bowery
L'Entrecote
Melo's
Noor
The Color Bar
Just Thai
Susi
Stacy's
Keizo Gastropub
Bistro Madrid
Wrong Ramen
Hacienda
Casa Italia
Atelier Vivanda
Mulberry Door
Caravan Black Coffee
Bondi & Bourke
和牛 Wagyu
UCC Cafe Terrace
Tap Station
Aivee Cafe
Tipsy Pig
Sagana Epicerie and Bistro
Las Flores
Miyazaki Gyu
Chao Chao Gyoza
Kuppa
Le Jardin
Aubergine
Tori Ichi
YogaPlus
KIYOSA Japanese Total Beauty
F All Day Dining
StepForward Philippines
Childcare Center Whiz, Inc.
Chung Dahm
Seven Seas Properties Corp.
% Arabica
Luna
Donosti
鉄板大河内
Yukdaejang
iDarts
Da Tang Bailu
St. Louis
Uniqlo
La Provence
Kichitora
Santis Delicatessen
Single Origin
Mango Tree
Max's Kabisera
Ramen Nagi Concept Store
SaladStop!
Fireside
Din Tai Fung
Tsuta Ramen
M Bakery
Yi Fang
Freezer Burn
Elias
205 Nolita
Botan Black Café
California Pizza Kitchen
Bucca di Beppo
Tomatito
Chez Karine
Saboten
Mamou
LIT BAR MANILA
Serenoa
ZAO
Marugame
Bench Café
Mini Shabu Shabu
Churreria La Lola
Sariwon
KLab Cyscorpions
Pablo mini
Crystal Jade Dining IN
おがわ
SORA AN AVEDA SALON
K-Pub
Caffe Puccini
L'Opera
わっしょい
Rico's Lechon
9th Avenue School
Sentro 1771
カラダファクトリー
Dario Ristorante Italiano
Abe Restaurante
H.I.S. Travel
Chelsea Grand Cafe
ばり馬
セレンドラ
Mendokoro Ramenba
Bank Bar
Elbert's Upstairs Bar
210 Degrees
Mecha Uma
Yoree Sarsa Kitchen + Bar
Musashi-Tei BBQ Dining
Marimo Real Estate
Desiderata Lounge
SMオーラ・プレミア
Nanyang
Mother's Crepe
Providore
La Mere Poulard
一康流 福岡ラーメン
Paradise Dynasty
Six Doors
XO 46 Heritage Bistro
Yakitori One
Aperitif
NBA Cafe
ラーメン凪
Lugang Café
Tuan Tuan
Nha Em
Todd English Food Hall
Prego Trattoria
Niu by Vikings
Lemuria
Patisserie KYO
FUKUDAYA
ちょっと待って
居酒屋扇子
Caravan Black Coffee
Souv by Cyma
Green Pastures
BUIL-TECH
MEMORIAL PARK CEMETERY AND MEMORIAL PARK
Canon Marketing
The Study
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
M
N
O
P
1
2
3
4
5
6
Toast Box
かつ空
山頭火
Kamameshi Town Honten
Gloria Maris
Stride & Stroke
WAFU
Sugi
GREENHILLS SHOPPING CENTER
Choi Garden
Tokyo Konbini Store
Damaso Residencia
WHITE PLAINS AVENUE
ORTIGAS AVENUE (オルティガス・アベニュー)
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
SHAW BOULEVARD (ショー・ブルバード)
MRT ORTIGAS STATION
MRT SHAW BLVD STATION
MATGALNE KOREAN RESTAURANT
FASHION HALL
STARMALL
Yakitori One
Akira
Ikkoryu Fukuoka Ramen
SHANGRILA PLAZA MALL (シャングリラ・プラザ・モール)
ペッパーランチ
Shabuway
Heat
Kentako
キムカツ
Galileo Enoteca Deli
Chops Chicago Steakhouse
EDSA CENTRAL MALL
KOKUYO
Summer Palace
Paparazzi
Heat
The Bakeshop
Lobby Lounge
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
Pasco
Lung Hin
M&S English Academy
THE PODIUM
Shitamachi
Nikkei
Café 1771
DOÑA JULIA VARGAS AVENUE
KOREA HOME & BUILDING CENTER
Butamaru
Ye Dang
Jelly Fish Education
Biz Cube
Unmei Nihongo School
Kirin
NOSPHIL
Asian Massage
JANG GA NAE
Sibyullee
下町天丼秋光
Genki Sushi
Pho Hoa
関取
Eien Power
Yumeimese
NGS&ARK Manila Lending Corp.
Techtal International Inc.
Sentro 1771
Damaso Residencia
CORINTHIAN GARDENS PARK
SAN MIGUEL AVENUE
MERALCO AVENUE
EDSA
250 M


Q R S T U V
1 2 3 4
Le Bar
TAJIMA
BUKANEG
Kanejin
Kitsho
Latitude
Lobby Lounge
The New Century Seafood Restaurant
ハリソンプラザ・マニラ
マニラ動植物園
OCAMPO (オカンポ)
ROXAS BOULEVARD (ロハス・ブルバード)
The Aristocrat Restaurant
らーめん一番館
New Hatchin
Armada Hotel
Premier the Samgyupsal
Makchang
Korean Palace
Sinsun
Cafe Adriatico
Go Kizip
Arirang
ASSI
Daeseoyang
Bistro Remedios
Gukdaejang
LongKeunSo
Gaimegi
Big Bang Bar Cafe
Shabu yaki
Maru
KP2
Shabuyaki
Asian Purple Massage
Korean Village
Puradak Chicken
OM Spa
Café Chosun
Wang Jok Bai
Jeonju Yam Malate Jongno
ロビンソンズ・プレイス・マニラ
St. Marc Café
ペッパーランチ
RAKU Bar & Cafe
Pan Pacific Hotel
Makchang
St. Marc Café
Tao Yuan
Yue Lai Hotpot
ARS Dream 21
Music
One Side
China Airlines
Castry Boutique
The Lounge
Li Li
QUIRINO AVENUE (キリノ・アベニュー)
E-Naka-Ma
TAFT AVENUE (タフト・アベニュー)
LRT - 1 VITO CRUZ STATION
LRT - 1 QUIRINO STATION
LRT - 1 PEDRO GIL STATION
LRT - 1 UNITED NATIONS STATION
Zark's Burgers
Valet
SANDEJAS
DOMINGA
TRAMO
ARELLANO AVE.
QUIRINO AVENUE (キリノ・アベニュー)
マニラ オーシャン パーク
PARADE AVENUE
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
SOUTH ROAD
The Champagne Room
KATIGBAK PARKWAY
PADRE BURGOS AVENUE
バンバタ ミュージアム
リーサル・パーク
国立図書館
Wabini Mansion
KALAW AVENUE (カロー・アベニュー)
FINANCE
AYALA BOULEVARD
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
Oden House
Cartimar Shopping Center
Cartimar Market
Sharaku Food, Inc.
Blue Wonder Coffee
LIBERTAD RAILWAYS
MRT MAGALLANES STATION
PNR EDSA STATION
LRT EDSA STATION
MRT TAFT STATION
LRT BACLARAN STATION
SEASIDE BOULEVARD
BAYSHORE AVE.
PALM COAST AVE.
SUNSET AVE.
The Embassy of Japan in the Philippines
日本大使館
Attic Tours
Sixsenses Resort
Midas Café
Midas Hotel
King One
Four Seasons Hotpot City
Highlands Prime Steakhouse
山頭火
京焼
Magnum Manila
SM MALL OF ASIA
ぼてぢゅう
St. Marc Café
ベッパーランチ
Tokyo Café
但馬屋
MICH & MYL nails
Skincare Solutions
Bru Coffee Bar
Uma Uma
KIYOSA Japanese Total Beauty
Banzai
千房
Rossini
Paris Miki
China Blue
メガ・ブルバード・インターナショナル
Epilogue
Nord Anglia International School
JOSE W. DIOKNO BOULEVARD
CORAL WAY
DIOSDADO MACAPAGAL BOULEVARD
ROXAS BOULEVARD
EDSA EXTENSION
Ramen Shimada
The Food Club
The Pet Cafe by Velvet Friends
Music 21
Skyjet Airlines
S&R SHOPPING
BRADCO AVENUE
ASEANA AVENUE
Kiwa Korean Grill
Red Lantern
炎舞
銀座長岡
割烹今村
Red Spice
Goryeo
Hide Yamamoto
Prego
Nobu Manila
Ruby Jack's
O Kitchen
The Café
Jing Jing
F.B. HARRISON ST.
QUIRINO AVENUE
JOSE ABAD SANTOS
MANILA-CAVITE EXPRESS WAY
COASTAL MALL
NAIA ROAD
NAIAX
NAIA TERMINAL 4
NAIA TERMINAL 3
King Men
ニノイ・アキノ国際空港
ANDREWS AVE.
AIRPORT RD.
VILLAMOR GOLF COURSE
Cru Steakhouse
Passion
Wolfgang Steakhouse
Man Ho
Tao Yuan
Impressions
Marriott Café
Café Maxims
RESORTS WORLD
SKYWAY
SOUTH LUZON EXPRESS WAY
EDSA
Estetico
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


AC
AD
AE
AF
AG
AH
1
2
3
4
MIT International School
Edith Learning Center
Philippine Craft Distillers, Inc. (Lakan)
Wooden Horse
ALABANG TOWN CENTER (アラバン・タウン・センター)
宮崎
ペッパーランチ
けんじ亭
Hanamaruken
但馬屋
Soban K-Town Grill
Yushoken
Just Thai
Chairman Wang's
Burger Geek
Yoree
Buona Vita
Brera Delicatessen
Tokyo Health Link
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
Melo's
Alba
和食処四宮
The Bellevue Hotel
Phoenix Court
The Nest
Star Finder Optical
神戸クリニック
博多一幸舎
Toddlers Unlimited
Soga Miga
THE TRIUMPH OF SCIENCE OVER DEATH
Red Kitchen + Bar
Petit Bistro
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
METRO MANILA SKYWAY
SOUTH LUZON EXPRESSWAY
BRIDGEWAY AVENUE
CORPORATE AVENUE
FILINVEST AVENUE
SPECTRUM MIDWAY
PROMENADE
PARKWAY AVENUE
CIVIC DRIVE
FILINVEST AVENUE
LUZON DRIVE
SANTIAGO LOOP
SAN JOSE
SANTIAGO
SAN BERNARDINO
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
TRINOMA MALL
MRT-3 NORTH AVENUE
ペッパーランチ
SEDA VERTIS NORTH
VISAYAS AVE
ELLIPTICAL RD
COMMONWEALTH
QUEZON AVE (ケソン・アベニュー)
MRT QUEZON AVENUE
EAST AVE (イースト・アベニュー)
KALAYAAN AVE (カラヤーン・アベニュー)
Bariuma
Melo's
junca salon
TOPGEL
御縁
Fuji Mart
Pio's Kitchen
Cerchio
MRT GMA-KAMUNING
Go Naturals
Giovanni's
ペッパーランチ
凡例
Primer総合ステーション
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！

Hotel Okura マニラでも日本伝統のおもてなしを　近日オープン

HOTEL OKURA MANILA
ホテル オークラ マニラ

世界中に75もの一流のホテルを展開し、長い歴史を持つオークラニッコウホテルグループが運営するHotel Okuraは、懐石料理やお弁当などを出す日本料理店『山里』と共に、マニラに日本のおもてなしをもたらす。


外観の様子


伝統のある会席料理

住所：2 Palm Drive, Resorts World Manila, Pasay City
www.hotelokuramanila.com
@HotelOkuraMNL
#hotelokuramanila

鉄板 大河内　Rockwell店が満を持してオープン

鉄板 大河内
Teppan Okochi

食材の旨味を日々追求し「日本の味」にこだわりを持つ鉄板 大河内が遂にオープン。シェフが選び抜いた最上級の和牛、日本へ輸出されるほどの良質な鰻や日本産の新鮮な野菜をふんだんに使用している。バリエーション豊富な一品料理、各種コース料理など会食の様な大切なシチュエーションで是非利用したい。



ロックウェル パワープラントモールにオープン


絶品の和牛ステーキ

住所：Ground Level Power Plant Mall Rockwell Drive corner Estrella Street
☎ 0917-863-0051
🕒 11時～14時 / 17時半～23時（予定）

ついにマニラに帰ってきた！

Hard Rock Café
ハードロック　カフェ

マカティ中心部にある有名ショッピングモール・グロリエッタから突如姿を消し、再オープンが待望されていた、世界中にチェーンを展開するアメリカンレストラン「ハードロック カフェ」がついに復活。TGIフライデース、デニーズや和民などの有名フランチャイズを担ぐビストログループと連携し、パサイ市 コンラッド ホテル マニラ・Sメゾンへ装いも新たに2018年12月30日オープン。653㎡（220座席）にも及ぶ広々とした店内はアメリカ南部のダイナーを基調としたロックな空間で、オケージョン問わず楽しむことができる。


本場のアメリカ料理を味わえる


様々なカクテルを楽しもう

住所：2F S Maison at The Conrad, SM Mall of Asia Complex, Pasay City

アメリカ農務省認定熟成された極上ステーキがBGCでも味わえる

Wolfgang's Steakhouse
ウルフギャング・ステーキハウス

ニューヨークの名門ステーキハウスで40年以上の経験を培ったウルフギャング・ズウィナー氏が独立し、2004年マンハッタンに創業。以来、舌の肥えた美食家をも唸らす極上ステーキハウスとして世界中に出店している。フィリピンでは2016年にパサイ市 ニューポートシティにオープン後、2017年12月オープンのBGC店で3店舗目を迎えた。アメリカ農務省の格付けで最上級の品質と認定されたプライムグレードのステーキと上質なワインには誰もが舌鼓を打つ。


大切な人と訪れたい


世界中の美食家を魅了するステーキ

住所：L/G One Bonifacio High Street, Bonifacio Global City, Taguig City
☎ 02-586-4892
www.wolfgangssteakhouse.ph

今月の耳よりイベント情報

PTAA TRAVELTOUR EXPO 2019

イベント

日 時：2019年2月8日(金)～2月10日(日)
場 所：SMX Convention Center, Pasay City
料 金：P100
Webサイト：traveltourexpo.ptaa.org.ph

1994年に開催されてから20年以上の歴史を持つトラベルツアーエキスポでは国内外からさまざまな地域の旅行会社、航空会社、ホテル・リゾートなどが集まり、お得なプロモ価格やキャンペーンを各社提供しています。また、2018年開催時は120,000名にも及ぶ入場者を記録し、1,008ブースが出展。十分な情報と細やかな気配りの旅行計画できっと満足できる旅行ができるはず！イベントは一般入場可能、ご興味がある方はぜひご来場を。

Manila Autocon 2019

イベント

日 時：2019年1月31日(木)～2月3日(日)
場 所：SMX Convention Center, Pasay City
料 金：P250 *ワンデーパス
Webサイト：www.facebook.com/events/2301662910053407

Manila Autocon 2019 では、来場者に楽しんでもらうことを念頭に通常のモーターショーとは異なる仕掛けが数多く用意されています。オークションやラッフルなどのイベントの他に、自動車業界に携わるインベーターや企業家のトークセッションを予定。また、特別ゲストとしてアメリカ合衆国のプロレス団体(WWE)を代表するプロレスラーのデイヴ・バウティスタがゲストとして参加。いつものモーターショーでは飽き足らない方はぜひ！



2019年夏，第25回参議院議員通常選挙が実施される予定です。

在外選挙人証をお持ちでない方，以前持っていたけれど，失くしてしまった方は

今すぐに，日本国旅券を持って，お近くの在外公館までおいでください。

選挙権年齢は18歳以上です。在外選挙制度で登録・投票を！



「大切な未来を築く その権利」

～海外からも日本の国政選挙の投票ができます～

今年は
参議院議員の選挙が予定されています

在外選挙の投票で必要な在外選挙人証は，今現在3か月以上滞在なら２～３か月で，滞在が3か月未満なら，住み始めて５～６か月で入手できます。

登録・投票は簡単です

必要書類を準備し申請書に記入、大使館、総領事館窓口で登録申請 ▶ 3か月後に大使館などから住所確認の連絡を受ける ▶ 在外選挙人証の受取

用意するもの



※申請書や選挙人証が海外・国内を往復するため２・３か月かかります　※選挙人証受取は郵送又は窓口での受取が選べます

同居家族による代理申請もできます。

申請者の上記書類と署名入り在外選挙人名簿登録申請書と申出書※、代理の方の旅券を御用意ください。
※申請書と申出書は、領事窓口又は外務省・総務省のホームページから入手できます。



在外投票は次の3つの方法から選択できます

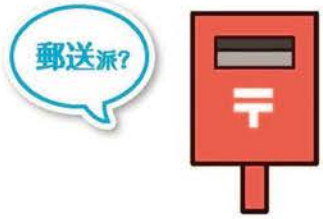


在外公館投票

直接日本大使館・総領事館（領事事務所）に出向いて投票する方法。

郵便等投票

投票用紙等を事前に請求して、記載の上、登録先の選挙管理委員会へ郵送する方法。





日本国内で投票

一時帰国した方や帰国直後で転入届を提出して3か月未満の方は、日本国内でも投票できます。

外務省　平成22年5月に憲法改正国民投票法が施行されました。在外選挙人証をお持ちの方は国民投票にも投票できます。

お問い合わせは，在フィリピン日本国大使館　02-551-5710 内線1436
ryoji@ma.mofa.go.jp
外務省 在外選挙 検索 まで。

在セブ領事事務所　032-231-7321　cebucoj@ma.mofa.go.jp
在ダバオ総領事館　082-221-3100　cojd2@ma.mofa.go.jp

Metrobank

ジャパンデスクは
『行間』を
読みます。



これは文化であり、
考え方であり、
培ってきたもの。

私たちメトロバンクジャパンデスクは、誠意をもって日本のお客様をサポートいたします。時間に正確に、
そして取り決めを順守し、ニーズにお応えし、お客様が信頼し得るよきパートナーとなります。
日本のお客様のことを心より大切にし、自らを律し誠実に尽くす。
これが私たちが、最良のファイナンシャルパートナーであり続ける理由です。

心から相手を想う言葉は、必ず相手に伝わります。

ジャパンデスク+632 857 5371

Regulated by Bangko Sentral ng Pilipinas | Tel. No: 708-7087
Email Address: consumeraffairs@bsp.gov.ph

Japan Desk