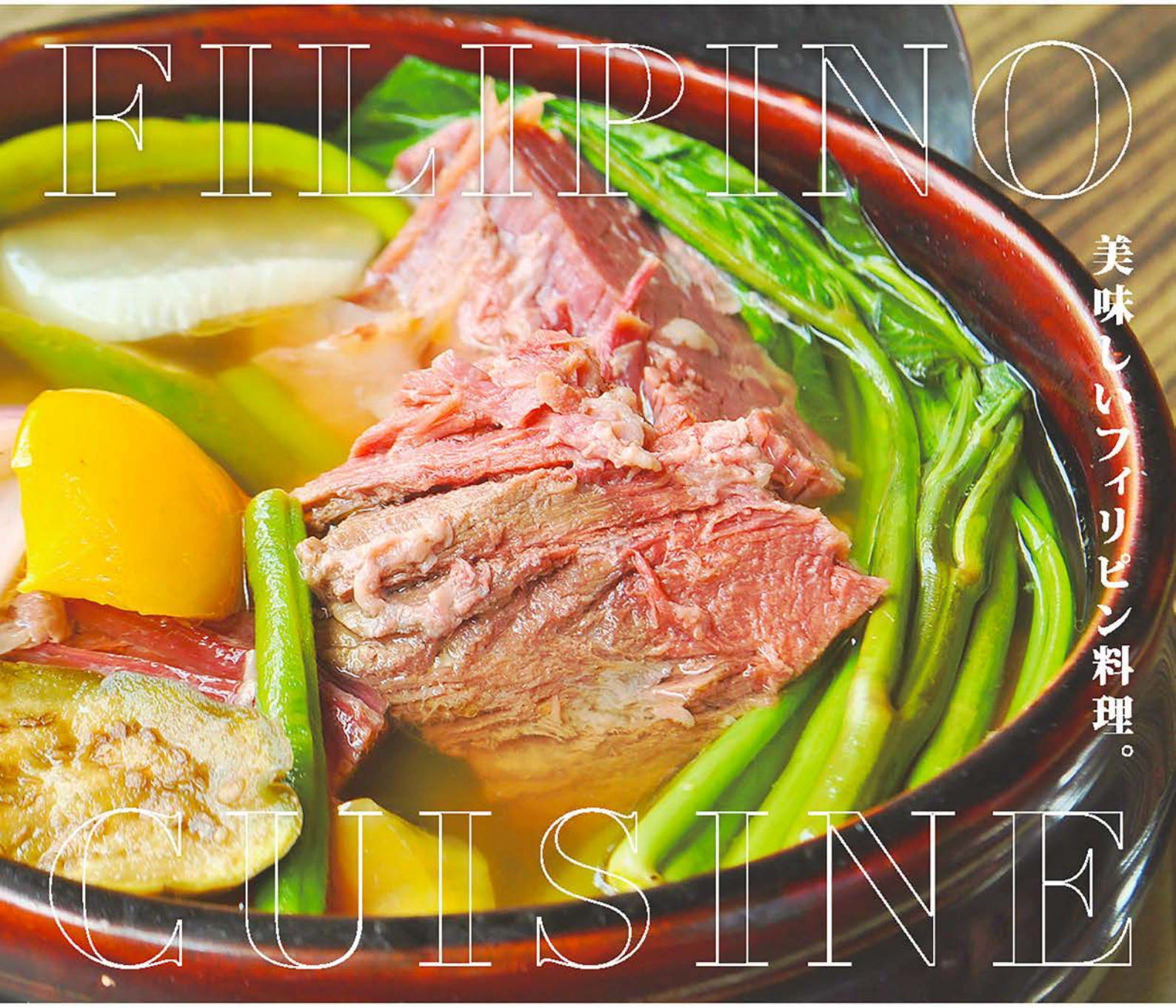
マニラ発ライフスタイルフリーペーパー[プライマー]

primer

www.primer.ph

2020 MARCH 03

Vol. 144　毎月25日発行



絶対好きになる!初心者のためのフィリピン料理のすゝめ

これぞ大自然の造形物!フィリピン最後の秘境の地へ エルニド

レストラン・ビューティー・ビジネスに関する情報満載
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

Canon
Delighting You Always

Business Can Be Simple





お客様のニーズを把握　複雑な問題をシンプルに　ビジネスソリューションをカスタマイズ

SECURITY　PRINT QUALITY　EFFICIENCY　DEPENDABILITY　COST MANAGEMENT

COPIER MFP LINE OF THE YEAR
2020 BLI BUYERS LAB
LINE OF THE YEAR

2020年最優秀コピアMFPラインアップ賞

Buyers Lab Award 2020



お問い合わせはこちらまで



川口　了子
(63) 9167626024
Ryoko_Kawaguchi@canon.com.ph

CANON MARKETING (PHILIPPINES), INC. 7/F Commerce & Industry Plaza, Campus Avenue corner Park Avenue, McKinley Hill, Taguig City, Metro Manila, Philippines, 1634 Trunkline: (632) 8884 9090 Fax: (632) 8812 0067 Provincial Toll-free: (1 800) 10 884 9000
Customer care hotline: (02) 8884 9000 E-mail: customer_assistance@canon.com.ph Website: https://ph.canon

canonphils

BDO
We find ways®

BDOジャパンデスクに寄せられたお客様からの感想をご紹介!

「BDO のセミナーに初めて参加しましたが、銀行のことや口座のこと、クレジットカードのお得なプロモ内容など、とてもわかりやすくてためになりました。一番驚いたのは、BDO の支店数は1,300店以上、ATMは4,000台以上設置されており、支店数はジョリビーより多いということです。」

20代女性（マカティ在住）

「眠っているペソ預金をどうしようかと資産運用ついて興味があり、BDO へ相談したところ、余裕資金の金額ごとに運用商品を紹介してもらい、不安なく運用を始めることができました。」

40代男性（BGC在住）

BDOのここがポイント!

- フィリピン国内銀行唯一の日本語ヘルプデスク設置（メール・お電話）
- ジャパンデスク総勢31名在籍（日本語スピーカー11名）
- 個人のお客様から法人のお客様まで日本人担当者在籍

3月のマンスリーセミナー 「自分にあった資産運用は?運用商品ポートフォリオ（仮）」

場所: BDOマカティ本店　　**日時:** 3月18日（水） 12時～

※参加費無料、ランチ付き。50分前後のセミナーの後、個別相談会を実施します。



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

BDO Japan Desk お問い合わせ先

+63(2)8663-4001 • 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。

JAPAN AIRLINES



JALマニラ発便をご利用の際は

羽田/成田⇔
大阪・名古屋・福岡 間の
国内線が無料!

MANILA マニラ ⇄ TOKYO 羽田/成田 ⇄ DOMESTIC 大阪・名古屋・福岡

例えば.....
【マニラ→羽田→福岡→羽田→マニラ】のご旅程でJAL便をご予約の場合、
羽田⇔福岡の国内線料金は往復無料となります。

※大阪・名古屋・福岡以外の国内線は片道USD80(往復USD160)の追加で日本国内どこでもご利用いただけます!

毎日3便運航中! JALフライトスケジュール

	便名	出発時刻		到着時刻
マニラ-東京 GO TO TOKYO	JL746	09:40	→	14:50 (成田着)
	JL742	14:50	→	20:00 (成田着)
	JL078	**23:45**	→	**04:50 (羽田着)** (翌日)

	便名	出発時刻		到着時刻
東京-マニラ GO TO MANILA	**JL077**	**01:30 (羽田発)**	→	**05:30**
	JL741	09:30 (成田発)	→	13:35
	JL745	18:05 (成田発)	→	22:10

JALの羽田線なら朝イチで最終目的地へ!

マニラ発 23:45 → 羽田着 04:50 (国内線へ乗継) 羽田発 06:30 → 大阪着 07:40 ⇒ 到着後、一息ついてさぁお仕事!

ご予約はお早めに!

日本語サポートデスク
+632-8403-2486

PH JAL 検索
www.ph.jal.com

JAL
明日の空へ、日本の翼

OWNDAYS

OWNDAYS

FROM TOKYO, JAPAN

only 20 min to process

お会計終了後、最速 20 分で即日お渡しが可能です。



Visit us at

Glorietta 2 | Landmark Makati | Ayala North Exchange | Ayala Mall Circuit | Robinsons Place Manila | Uptown Mall | One Bonifacio High Street Market Market | Venice Grand Central Mall | SM Megamall | Shangri-la Plaza | The Podium | Ayala Malls Feliz | SM East Ortigas | Estancia Ayala Malls Manila Bay | SM Sucat | SM Valenzuela | Festival Mall | Southmall | Evia Lifestyle Center | Virra Mall | Promenade | SM North EDSA Landmark Trinoma | Ayala Vertis North | Gateway Mall Robinsons Magnolia | Robinsons Galleria | Up Town Center | SM Fairview | Fairview Terraces Eastwood Mall | Ayala malls Cloverleaf | Marquee Mall | SM Telabastagan | SM Clark | SM Molino | SM Bacoor | SM Dasmarinas | Fora Mall Solenad 3 | Southwoods Mall | SM Olongapo | SM Baguio | SM Legazpi | Abreeza Mall | Ayala Cebu

owndays.ph　www.owndays.com　owndaysph

Primer 読者特典

ご好評につき、フードメニュー全品

30%off

2/26(水)～3/12(木)にお越しのお客様限定、毎日!

焼肉 JAPANESE YAKINIKU RESTAURANT HIRO

マカティで和牛を 美味しく!お得に!



玉手箱

HIRO特選

Hiro's best selection of assorted meats

Wagyu ribeye, Wagyu tokujo calbo, Harami, Atsugiri tongue, Gyu tongue.



3秒炙り

和牛特上

Wagyu Tokujo Aburi

Thinly sliced A5 Japanese beef grilling for just " 3 second" dipping with fresh Egg.

その他メニューいろいろ!

- 和牛特上カルビ Wagyu Tokujo calbi P990
- 壺漬けドラゴンハラミ Dragon Harami P530
- 極上!和牛のにぎり寿司 Wagyu Jo calbi P700
- 日本産トントロ Ton Toro P450
- カルビスープ Calbi Soup P290
- HIROオリジナルラーメンハーフ Hiro Original Ramen Half P270

ランチタイムは本格豚骨ラーメンを提供。時間(11:00～14:00)

今だけ

フードメニュー全品(ドリンク除く)

30% OFF

●電話予約必須

●他サービスとの併用不可

TEL: 091-6583-0793

(日本語対応可)

1D. PALANCA ST. cor. Delarosa sts. Legaspi village makati city

営11:00～14:00 / 17:00～00:00

●3月から定休日が月曜日に変更になります。



一番搾り



日本品質の樽詰生

新発売

AGES 18 UP DRINK RESPONSIBLY

ここで飲める！こだわりの一番搾り樽詰生ビール

A5 高級
黒毛和牛と
相性ピッタリ！



焼肉 A FIVE 徳
YAKINIKU A5 TOKU



Point! こだわりの樽詰生と
種類豊富なカルビをぜひご一緒に！

当店の自慢は A5 ランクの高級黒毛和牛。肉本来の味を楽しんでいただくために炭火を使用しています。特にカルビは種類も多く、それぞれ異なる味わいをお楽しみいただけます。よりおいしく召し上がっていただくために、この本格的な味わいを持つキリン一番搾り樽詰生は欠かせません。ぜひ当店の至極の焼肉とこだわりの樽詰生で美味しいひと時を！



Little Tokyo, Chino Roces Ave, Pasong Tamo
Corner Amorsolo Street, Legazpi Village, Makati
☎ 0999-438-5943 (smart) / 0967-435-7466 (globe)
🕒 18:00 ～ 24:00

マネージャー
森田剛 さん



ローカルの
パーティでも
一番人気！

一代元
RAMEN ICHIDAIGEN



Point! 餃子＆キリン一番搾り樽詰生！
テッパンのコンビをぜひ当店で！

昨年末、ローカル大手企業様が当店でパーティーをやってくださいましたが、飲み物は断然キリン一番搾り樽詰生が一番人気でした。クリーミーな泡、日本品質の味わいは大評判です。相性ピッタリの料理は当店自慢の餃子です。皮の厚さや具の大きさにこだわりつくりあげた、人気メニューです。この樽詰生と一緒にぜひお召し上がりください。



Polaris Center 48, Brgy Poblacion, Makati City
☎ 02-8962-1642
🕒 11:00 ～ 15:00, 18:00 ～ 23:00

マネージャー
林瑞樹 さん

お問合せ先
（日本語・英語可）
✉ dsato@smb.sanmiguel.com.ph

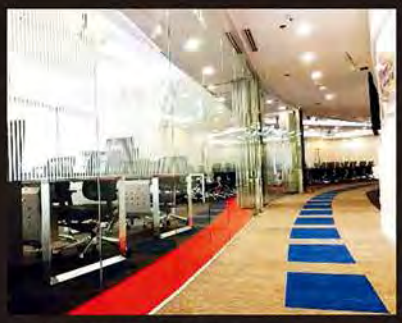


Follow us on Kirin Ichiban Philippines



施工事例

オフィス写真：
Mitsubishi Hitachi Power Systems様



日本と同等の質の高いオフィスを
完成させるため、弊社には日本人の
建築士が監修し、施工管理者が
現場管理を行いオフィスを構築して
おります

〝空間設計とIoTを融合した新たなオフィス空間を提供します〟

Changing your world

こんな方はいらっしゃいませんか？

- オフィス物件を探されている方
- 今後オフィス・工場の新設立、拡張、移転をお考えの方
- Smart Officeに興味のある方
- PCや監視カメラなどIT機器の調達をお考えの方

物件探し



フィリピン大手不動産会社
Leechiuとの提携により
お客様のご要望にあった
物件をご紹介致します

設計デザイン/施工



設計、デザイン、施工、
プロジェクト管理を行い
お客様のOfficeを作り上げ
ます

IT構築



オフィス環境に必要な
ITインフラを構築します

Smart Office



省エネに加えて、従業員が
働きやすい環境を作り出し
イノベーションを生みだす
オフィスをご提供致します

お気軽にご相談ください

KDDI Philippines

0917-543-8246 (河本)／+63-2-8887-2536

25th Floor Rufino Pacific Tower 6784
Ayala Ave. Makati City

sales@kddi.ph

http://ph.kddi.com/





primer

March/Marso 2020 03

Contents

Special Feature

絶対好きになる！初心者のためのフィリピン料理のすゝめ… 08

トラベル特集

これぞ大自然の造形物！フィリピン最後の秘境の地へ ElNid エルニド… 44





39 プロ直伝 今晩のおかず まめ知識付 今回の食材：空芯菜（Kangkong）
41 フィリピン生活お役立ち！ 趣味・余暇活動リスト
54 国際線 主要航路時刻表
56 Let's enjoy フィリピンゴルフ ゴルフサークル・グループ編 関大会
72 フィリピン ビジネス烈伝 第77回
TAU CORPORATION Philippine Branch Office General Office Manager 小原 幸喜さん
TAU BODY WORKS PHILIPPINES CORPORATION Country Manager 林 義人さん
74 フィリピン経済NEWS
AgriNurture,Inc. Chairman & CEO Antonio L. Tiu・アントニオ・エル・ジュウさん
79 フィリピン生活お役立ち！プレスクール＆習い事リスト
80 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25回
AIDE Co-Founder and CEO ・ Paolo Bugayong パウロ・ブガヨンさん
82 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
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！

■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	02-8551-5710
領事部直通（日本語）	02-8834-7508
マニラ日本人会	02-8810-7909
フィリピン日本人商工会議所	02-8892-3233
マニラ日本人学校	02-8840-1424〜27
フィリピン退職庁	02-8848-1412
邦人援護ホットライン（24時間対応）	02-8551-5786

●病院

マニラ日本人会診療所（マカティ）	02-8818-0880
東京ヘルスリンク（マカティ）	02-8819-2010
東京ヘルスリンク（アラバン）	02-8772-2678
セントルークス・メディカルセンター（グローバルシティ）	02-8789-7700
セントルークス・メディカルセンター（ケソン）	02-8723-0101
神戸クリニック（アラバン）	02-8842-5405
メディカル・シティ（パシッグ）	02-8988-1000
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）	02-8771-9000
マカティ・メディカルセンター（マカティ）	02-8888-8999
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
ジャパニーズヘルプデスク（24時間体制で医師や医療機関を紹介）	02-8817-1289

●空港

ニノイ・アキノ国際空港（NAIA）	+632-8877-1109

●航空会社

全日空	02-8553-8000
日本航空	02-8403-2486
フィリピン航空	02-8818-0111
デルタ航空	02-8841-8800
セブパシフィック航空	02-8702-0888

Feature of The Issue

STREET — The Philippine dining scene has since seen a ceaseless upspringing of variedly-designed restaurants that cater to the fittingly diverse palates of the people in the country. As convenient and remarkable this is, it may gradually get hard to pinpoint a particular dining experience that one can say is truly Filipino. But since Metro Manila is dotted with restaurants that embrace the authentic sense of Filipino cuisine—which we gave a rundown of for you in this issue—you can readily say that you have come across what the Philippine F&B is all about whenever you please.

TRAVEL — Get the most of what an island life offers when you take yourself on a trip to Palawan's meek yet nature-rich community of El Nido, where both the town and its many islands collectively center on seeping recuperation to everyone's tired souls. From the restaurants and beach bars that line the shoreline to the islets brimming with different calming colors of blue, Let's not forget the towering limestones that you can easily see even when riding a local tricycle across the roads!




Contact Us: Primer Media Inc.,

Tel: +63-2-8836-8381
Telefax: +63-2-8808-2163
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

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 : 02-8836-8381 Fax : 02-8808-2163
E-mail : information@primer.ph
URL : http://primer.ph

無断転載・複写・引用を禁じます

primer 03月号 Vol.144

（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 Philippine 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。

絶対好きになる!
初心者のためのフィリピン料理のすゝめ

3月。異動の多いシーズン、新しくフィリピンに方も多いのでは?そんな皆さんの中にはもしかすると「フィリピン料理って美味しいの?食べられなかったらどうしよう…」と不安に思っている方もいるかもしれません。そんな初心者の方々のために、日本人でも好きになれるフィリピン料理と、おすすめのフィリピン料理レストランをご紹介します!ご家庭で作れるプロ直伝のレシピもあり。これで、きっとフィリピン料理も好きになれるはず!

保存版! 日本人の口に合うフィリピン料理32選

フィリピン料理レストランに行っても、もう迷わない!
このページを切り取ったり、スマホで写真をとったりして
食事に行くときに活用しよう!

ウェブサイトでもフィリピン料理をチェック!
(右のQRをスマホのカメラてスキャンするとウェブサイトが開きます)

★のマークがついた料理は食材のバリエーションあり

肉系

Adobo ★
アドボ
醤油、酢、ニンニクで煮込んだ料理。Pork Adobo(ポーク)、Chicken Adobo (チキン)、もしくはこの二つの組み合わせが一般的だが、中にはイカやタコを使ったアドボも。クセがなく、日本人にも親しみやすい味付け。



Bicol Express
ビコール・エクスプレス
ポークと唐辛子をココナッツミルクで煮込み、バゴーンで味付けをした料理。ココナッツミルクのまろやかな甘みと唐辛子の辛さが合わさって美味しい。



Bulalo
ブラロ
牛すね肉を脂やコラーゲンがスープに溶け込むまでじっくり煮込んだ料理。肉がほぐれるように柔らかく、牛骨エキスのスープは程よい塩味で整えられていて美味しい。スイートコーンやさやいんげん、白菜などの野菜も入っていて、栄養満点。タガイタイの名物料理でもある。



Caldereta
カルデレータ
スペイン統治時代にスペイン人から伝わったと言われる料理。じゃがいもやニンジンなどの野菜とビーフまたはポークをトマトペーストで煮た料理で、元々はヤギ肉が使われていたが、今ではビーフが最も一般的。レシピによっては唐辛子で辛口に仕上げる場合もある。



Chicken Curry
チキン・カレー
ココナッツミルクとカレー粉で作るまろやかなカレー。タイカレーに似ているが、辛さはほとんどない。チキン、じゃがいも、ニンジン、たまねぎなどの野菜が入っている。



Dinuguan
ディヌグアン
豚モツと豚の血のシチュー。火に通した血はチョコレート色になる。人によって好き嫌いが分かれるが、鉄分が豊富で栄養は満点。仕上げに入れる獅子唐は臭みをとるのに役立つ。白いご飯との相性は抜群で、ほかほかのご飯にたっぷりかけていただくと美味しい。



Inasal
イナサル
「イナサル」とは「ローストした」という意味で、チキンやポークを炭火で焼いた料理を指す。バコロド地方の名物料理で、味付けにいくつかのバリエーションがあるが、マニラの飲食店などでポピュラーなものは、醤油や砂糖、酢などに漬けた甘辛いもの。



Kare-kare
カレカレ
とろみのあるピーナッツ風味のソースに白菜、茄子などの野菜やお肉が入っている。通常は雄牛の牛テール (尾肉)を使うが、他の部位で代用する場合も多い。食べるときに好みによってバゴーンで味付けをする。野菜だけでも美味しいので、ベジタリアンに対応しやすい料理。



Lengua in Mushroom Sauce
レングア・イン・マッシュルーム・ソース
レングア(牛タン)とマッシュルームをホワイトソースで煮込んだ料理。隠し味に白ワインなどを使う場合もあり、比較的ヨーロッパ風の味付けだ。レングアはフィリピンではよく使われる食材で、トマト煮などにも合う。



Longganisa ★
ロンガニーサ
スペインから伝わったとされるソーセージ。太さや長さは様々で、ポーク、チキン、ビーフ、まぐろなどのバリエーションがある。ガーリックライスと目玉焼きを添えて朝食に食べるのが一般的。味付けは少し甘め。



Lumpia ★
ルンピア
春巻き。豚ひき肉入りのLumpiang Shanghaiはファーストフードやフードコートでよくみかける。もやしを使ったLumipang Togeや生春巻きのLumpiang Sariwaなどのバリエーションも。



Nilaga
ニラガ
ポークと野菜の煮物。あっさりしたクリアスープなので食べやすい。ポーク、白菜、ジャガイモの他に、サバと呼ばれる料理用バナナも入っている。スープを白いご飯にかけて食べるのがフィリピン流。



Pochero
ポチェーロ
「Puchero」とも言い、チキンやポークをトマトで煮た料理。味の決め手となるのが、「サバ」と呼ばれるフィリピンの料理用バナナ。ジャガイモ、ニンジン、さやいんげんなど野菜が豊富で、ひよこ豆なども入っていて、ボリュームと栄養たっぷり。



Sinigang ★
シニガン
酸味の効いたさっぱり味のスープ。酸味の正体はタマリンドという果実で、鞘ごと煮てとった出汁を最後に加えて味を調整する。タマリンドがない場合はレモン汁で代用することもある。ポークシニガン、シーフードシニガン、サーモンのシニガンなど様々なバリエーションが楽しめる。



客単価:₱1コ:~P2,000 ₱2コ:P2,000~4,000 ₱3コ:P4,000~P7,000 ₱4コ:P7,000~P10,000 ₱5コ:P10,000~

Sisig ★
シシグ

おかずとしてご飯と食べるほか、おつまみとしても人気の高いシシグ。豚の顔や耳の肉をたまねぎや唐辛子と炒めて、好みでカラマンシーを絞って食べる。仕上げに生卵をのせることも。マグロ、イカ、牡蠣などを使ったバリエーションもある。レストランでは熱い鉄板の上でジュージュー音を立てながら運ばれてくる。



Tinola
ティノーラ

クリアなスープと、ほんのりニンニクとショウガの香りが美味しいチキンの煮物。野菜には大きく切ったサヨーテ（ハヤトウリ）または青パパイヤを使い、果実がスープとよく合う。仕上げに新鮮なマルンガイ（モリンガ）の葉っぱをちぎって入れるので、栄養たっぷり。



Tokwa't Baboy
トクワット・バボイ

厚揚げと茹でたポークをたまねぎや酢・醤油ベースのタレと和えたもの。おつまみとしても、ご飯と食べても美味しい。（17ページでレシピを紹介）



野菜系

Ginataan ★
ギナタアン

「ギナタアン」は「ココナッツミルクで煮た」という意味。かぼちゃとさやいんげんを煮たGinataang Kalabasa at Sitaw、チキンを煮たGinataang Manokなど、多くの種類がある。甘く味付けしたものもあり、餅やタピオカ、サツマイモ、ジャックフルーツが入ったGinataang Bilo Biloも。



Gising Gising
ギシン・ギシン

Ginataanと同様にココナッツミルクで茹でた料理。具にはさやいんげんと豚ひき肉を使用しており、バゴーンで味付けをしている。唐辛子を加えてピリ辛にする場合もある。



Laing
ライン

乾燥させたタロイモの葉っぱをココナッツミルクで煮たもの。葉っぱの色が濃いためか見た目は悪いが、まろやかココナッツミルクにショウガが効いていて食べやすい。ホカホカの白いご飯にたっぷりかけて食べるのがおすすめ。



Pinakbet
ピナクベット

「Pakbet」などとも呼ばれ、野菜を炒めて、バゴーンを加え煮詰めた料理。小さく切ったポークを入れることもある。野菜は主にオクラ、カボチャ、玉ねぎ、茄子、さやいんげん、ニンニク、ゴーヤなど。野菜の中でもカボチャのホクホクした味が目立ち、そのままでもライスと食べても美味しい。



Tortang Talong
トータン・タロン

茄子のオムレツ。茄子、卵、塩と材料はシンプルだが、茄子を直火で炙って皮をむくため多少手間がかかる。少しスモーキーな風味が特徴。



魚系

Calamares
カラマレス

イタリアのカラマリフリット（イカのフライ）と基本的に同じだが、フィリピンでは醤油や酢につけて食べる。衣をイカ墨で黒くしたものも。



Daing na Bangus
ダイン・ナ・バングース

Bangus（サバヒー）を開いて酢、塩・胡椒、ニンニクに一晩漬け、たっぷりの油で揚げた料理。酢が魚の臭みをとってくれる。ガーリックライスと食べるのが一般的で、目玉焼きを添えることも。



Danggit
ダンギット

小さめの干し魚。油でカラッと揚げて、白いご飯やガーリックライスと食べるのが一般的。そのままビールのおつまみにも。スーパーでも買うことができるので、自宅で気軽に作ってみよう。



Kinilaw ★
キニラウ

新鮮な魚肉を玉ねぎとショウガと一緒に、酢やカラマンシーの果汁に漬け込んだ料理で、南米のセビーチェに似ている。酸味の中にほんのりショウガが効き、魚とよく合う。普通は生魚を使うが、火を通したものもある。



Sardines in Tomato Sauce
サーディンズ・イン・トマト・ソース

イワシのトマトソース煮込み。缶詰の物もスーパーで多種類販売。白いご飯とよく合う。シメジを入れると更に日本人好みの味に。



Tinolang Halaan
ティノーラン・ハラアン

はまぐり、玉ねぎ、ほうれん草のシンプルなスープだが、ほんのり生姜が効いて日本人の舌に合う。30分くらいで調理できるのもポイント。「Halaan Soup」とも呼ばれる。二日酔いの胃にやさしいスープ。



Tuyo
トゥヨ

腸を抜いて2枚におろした魚を塩漬けにして乾燥させたもの。イワシが使われることが多い。安価で保存がきくため、貧しい人の食事として知られているが、一般の家庭でもよく食べられる。塩味が相当強く、そのまま食べることは難しいが、白いご飯とはよく合う。



炭水化物系

Arroz Caldo
アロズ・カルド

鶏のお粥。お米がほとんど溶けてスープのようになり、ショウガとニンニクが効いて体を温めるので風邪にもおすすめ。骨付きのチキンがまるごと入っている場合が多い。仕上げにネギと焦がしニンニクをトッピングし、更にお好みでカラマンシーを絞ったりパティス（魚醤）をかけても美味しい。



Bagoong Rice
バゴーン・ライス

エビを発酵させた調味料「バゴーン」で味付けした炒飯。具はポークが使われることが多い。仕上げにネギやグリーンマンゴーをトッピングする。一度食べたら忘れられない味。



Pancit ★
パンシット

Pancit Malabon、Pancit Canton、Pancit Lomi、Pancit Sotanghonなど地方によってたくさんのバリエーションがあり、麺の種類、味付け、具などまったく特徴の異なる麺料理を総合してパンシットと呼ぶ。麺ではなく、スープにワンタンのようなものが入ったPancit Moloもある。



お気に入りがきっとみつかる！ おすすめフィリピン料理レストラン

Sentro 1771

MAP K-2 ₱₱

セントロ1771

2002年にオープンして以来、モダン風にアレンジした伝統のフィリピン料理で多くのグルメを唸らせてきた人気店。日本人の間で最も知名度の高いフィリピン料理レストランと言っても過言ではないだろう。フィリピン料理初心者はもちろん、上級者も大満足のレベルの高い料理が楽しめる。看板料理として掲げているSinigang Na Corned Beef（写真②）は、シニガンの具にコーンビーフを使った新しいアイデアで、どのテーブルでもこの料理を注文しているというくらいの人気メニューだそう。コーンビーフは5日間漬け込んだビーフを更に6〜7時間煮込んだ自家製品で、市販品では味わえない奥深い味が楽しめる。シニガンのスープはいただく前に味見と酸味の調整をさせてくれるので、酸っぱすぎるのは苦手という人でも安心。






①身が柔らかく美味しい揚げポーク Boneless Crispy Trotter（P699）
②一度は注文しておきたい看板料理のSinigang Na Corned Beef（ソロP320、シェアP640、ファミリー P990）
③程よく熟したマンゴーと焼餅のデザート Fried Suman and Mangoes（P180）
④フィリピンらしい色使いのインテリア

information

1/F Uptown Place Mall, 36th St. cor. 9th Ave. BGC, Taguig
☎0917-814-7794
営月〜水曜 11時〜22時／土・日曜 11時〜23時
sentro1771.com
sentro1771

XO46 Heritage Bistro

MAP D-3 ₱₱

エックスオー・フォーティーシックス・ヘリテージ・ビストロ

日本人の間でも人気の高いフィリピン料理店のひとつ。代々伝わるレシピをそのまま受け継ぎ、即席の物は使わず、ローカル食材で時間をかけて作り上げることを信念とする。シーズンごとにメニューにアレンジを加えるため、リピーターも楽しむことができる。料理、インテリア共に高級感があり、ビジネスやお客様が来た時などにもお勧めのレストラン。個室もあり、ケータリングも行っている。店名の由来はXO=Extraordinary（並外れた）と1946（フィリピンが米国から独立した年）を掛け合わせている。






①さくさくのミートパイは大人から子供まで楽しめるEmpanadang Bilbao Ala Viga（P395）
②フィリピン料理の定番パンシットBinawang Na Sotanghon At Manok（P320）
③カリカリでジューシーに揚げられた牛肉にソースをかけて食べる一番人気のKare Kareng Crispy Tadyang（P675）
④高級感のあるフィリピン家具のインテリアがとてもお洒落な店内

information

G/F Le Grand Condominium, 130 Valero St., Salcedo Village, Makati
☎02-8553-6632 営11時〜21時
XO-46-Bistro-Filipino

MilkyWay Café

MAP D-5 ₱₱

ミルキーウェイ・カフェ

お店の前身は、スペイン料理店「Cirkulo」のシェフJ・ガンボア氏の母親が60年代頃に経営していたお店であり、マラカニアン宮殿の近くに所在していた。現在のMilkyway Caféはパサイロードにあり、姉妹店のCirkulo、Azuthai、筑地と同じビルに構える。飾り気のないフィリピン家庭料理が自慢。また、ピザやパスタなどのイタリア料理もメニュー表に並ぶ。フィリピンを代表するデザートのハロハロ（写真②）は暑い夏にぴったりで、Milkyway自家製のアイスを使用。個室もあるので、接待などに使える。






①Pancit Luglug（P225）
②Milky Way Halo Halo（P225）
③MilkyWay Lechon Kawali（P1,525）
④ビンテージ感のある店内がとてもおしゃれ

information

2/F 900 Arnaiz Ave., cor. Paseo de Roxas, Makati
☎02-8843-412
営11時〜22時
www.cafe.milkywayrestaurant.com
milkywaycafemakati

客単価：₱1コ：〜P2,000 ₱2コ：P2,000〜4,000 ₱3コ：P4,000〜P7,000 ₱4コ：P7,000〜P10,000 ₱5コ：P10,000〜

Bistro Pamana

MAP D-4 ₱₱

ビストロ・パマナ






代々継承したレシピにオーナーのアイデアを加え、若者から高齢者まで楽しめるメニューが特徴。常連の日本人客もおり、店内はいつもローカルのリピーターや外国人で混雑している。豚足を揚げた定番の豚料理「クリスピー・パタ」は骨付きと骨なしのどちらかを選ぶことができる。また、イカ墨を練り込んだ黒い衣の揚げイカCrispy Adobong Pusit Calamares（写真①）もマストトライ。

information

1/F Greenbelt Mansion, 106 Perea St., Legaspi Vill., Makati
☎02-8815-1823 営10時～22時 休日曜
www.happyconceptgroup.com
Pamana Restaurant

①Crispy Adobong Pusit Calamares（P280）
②Barrio Fiesta's Original Kare Kare（P385）
③Original Crispy Pata（P680）
④先祖代々受け継がれるオーナー家族の写真やアンティークな小物が飾られたノスタルジックな店内

Romulo Café

MAP D-2 ₱₱

ロムロ・カフェ






日本人の間で人気のあるフィリピン料理店のひとつ。高級かつおちついた雰囲気の店舗で、広い個室もあるためミーティングや接待に利用する人が多い。オーナーの祖父、カルロス・P・ロムロ氏に由来。店内には外務大臣だったロムロ氏の活躍をとらえたモノクロ写真が飾られ、歴史を感じさせる。メニューはロムロ氏の奥さんが得意だったレシピの数々を再現したもの。日本人客に一番人気のメニューは、3枚におろしたティラピアを丸ごと揚げたFlying Tilapia Deep-Fried（P360）。ミンチ肉をチキンの中に詰めたLola Virginia's Chicken Relleno（写真②）、豚足を揚げたBoneless Crispy Pata Binagoongan（写真①）も不動の人気。

information

148 Jupiter St., cor. Comet St., Bel-Air, Makati
☎02-822-0286/02-478-6406
営11時～15時／18時～22時
romulocafe.com romulo-café

①食べやすいボンレスのクリスピー・パタ Boneless Crispy Pata Binagoongan（P728）
②ミンチ肉やレーズンを詰めたLola Virginia's Chicken Relleno（P740）
③Suman sa Latik（P70）
④落ち着いた雰囲気の店内（写真はアラバン支店）

Toyo Eatery

MAP外 ₱₱₱

トヨ・イーテリー





おしゃれなレストランが集まるパソン・タモ・エクステンションのKarrivin Plazaに構えるモダンなフィリピン料理レストラン。味付けや食材こそフィリピンのものだが、伝統とはかけ離れた独創的な料理が自慢。2019年のAsia's 50 Best Restaurantsにもランクイン。店内はこぢんまりとしていながらも、家具やデザインにこだわっており細部までスタイリッシュな空間になっている。高級家具メーカー Diretsoによるアカシアの木のロングテーブルは、団体で訪れるときに是非利用したい。

information

The Alley at Karrivin Plaza, 2316 Chino Roces Ave., Makati
☎0917-720-8630
営火～土曜 18時～23時30分
Toyo Eatery

①Toyo Eatery Three-Cut Pork BBQ（P380）
②イロコス地方の名物お酒「Basi」に漬けたキュウリを添えたOysters with Cucumber Pickled in Lime and Basi（P380）
③一見おしゃれなカフェに見えるスタイリッシュな店舗

Abe

MAP K-3 ₱₱

アベ






食の都と言われるパンパンガ州の料理が主なメニュー。魚を開いて姿フライにしたBinukadkadna Pla Pla（写真①）は見た目も楽しめ、一番人気。紫色の山芋、ウベを混ぜたSinigang Sa Ube（写真②）はシニガンスープ特有の酸味を抑え、ポタージュスープのようなクリーミーな味わいかつ、少しザラッとした舌触りに。日本人観光客も多く訪れ、エビ、キノコ、筍を竹の中でお米と一緒に蒸したBamboo Riceも人気。日本語メニューもあるので、フィリピン初心者にも安心して薦められるレストラン。

information

G/F Serendra, Retailer Area, BGC, Taguig
☎02-8856-0526
営月～日曜 11時～15時／18時～23時
ljcrestaurants.com.ph
AbePhilippines

①インパクトのあるBinukadkad Na Pla Pla（P470）は野菜の葉で包んで食べるためさっぱりした味わい
②強烈なウベ色だが日本人好みのマイルドなスープSinigang Sa Ube（P540）
③マンゴスチンとパゴーン、エビ、オニオンをココナッツミルクと共に炒めたメニュー Sinantol Na Hipon（P290）
④高級感と清潔感のある店内は、ビジネス、プライベートと様々な場面にマッチ

Lorenzo's Way

MAP D-4 ₱₱

ロレンゾズ・ウェイ

カフェ・アドリアティコやビストロ・レメディオスなどの展開で知られるLJCグループの集大成とも言えるレストランがこちら。グループのレストランの代表的な料理を集め、メニューにはフィリピン料理と欧州料理が半々の割合で並ぶ。おすすめ料理は、ソルテッドエッグ（塩漬け卵）風味のカニ料理、Salted Egg Fried Alimango（写真②）など。フィリピン料理の他にスパニッシュも美味しい。シーフードやソーセージがたっぷりのパエリアValenciana（写真①）も人気メニューのひとつ。

店内は高級感があり、接待や会食にもぴったり。グリーンベルトとBGCハイストリートの2ヶ所に店舗を構える。






①Valenciana（P595）
②Salted Egg Fried Alimango（P190／100g）
③Spanish Garlic Chicken
④エレガントな内装は会食にも

information

G/F Greenbelt5, Ayala Center, Makati
☎02-8522-0403
営日～金曜 11時～15時、17時30分～23時／土・日曜 11時～15時／17時30分～24時
ljcrestaurants.com.ph
LorenzosWayRestaurant

Fely J's

MAP D-4 ₱₱

フェリー・ジェイズ

グリーンベルト5に構え、マカティでもよく知られたフィリピン料理の人気店。初代経営者の母、フェリーJさんのオリジナルレシピ、そして彼女が世界を旅する中で見つけた、フィリピン料理を中心としたアジア各国のメニューが並ぶ。1930年代のフィリピンをイメージした店内は、家具や音楽にもこだわり、趣が感じられる。個室もあるので、会食やミーティングにも使える。

人気メニューのひとつは、Beef Smoores（写真①）クリーミーなソースと柔らかいビーフの組み合わせは絶妙。Pacific Tanigue and Mango Kilawin（写真②）は新鮮なタニゲ（マサバ）とマンゴーとあわせて、ミントやコリアンダー、レモンビネグレットで味を調えている。






①こってりソースとビーフのBeef Smoores（P625）
②Pacific Tanigue and Mango Kilawin（P385）
③Sedap Pompano（P185）
④フェリーJさんの若い頃の写真が出迎えてくれる

information

2/F Greenbelt 5, Ayala Center, Makati
☎02-8522-0403/02-7728-8878
営11時～23時
ljcrestaurants.com.ph/fely-j
Fely J's Kitchen

Mesa Filipino Moderne

MAP D-4 ₱₱

メサ・フィリピーノ・モダン

フィリピン全土に10店舗を展開するモダン・フィリピーノ・レストラン。伝統料理をバランスよく独自にアレンジしている。おすすめのCrispy Boneless Patatim（写真①）はほぐれるように柔らかいお肉と、カリカリに焼けた皮が絶品。Tinapa Roll Wrapped with Lettuce(P155)は魚肉の春巻き。いずれの品もリーズナブルプライスで、友達同士で「とりあえずフィリピン料理」という時に安心して使える。




①Boneless Patatim（P515）
②高級感のある店内は会食にも使える

information

G/F P2 Greenbelt 5, Ayala Center, Makati
☎02-7909-1979
営日～木曜 11時～23時／金・土曜 11時～24時
MesaPH

Manam Comfort Filipino

MAP D-5 ₱₱

マナム・コンフォート・フィリピノ

どのメニューも全て3つのサイズから選べるため、一人でも大勢でもそれに合った量を注文できるのが嬉しい。また、野菜メニューも充実。おすすめのEnsaladang Pako（写真①）は「パコ」と呼ばれるシダ植物を使ったユニークなサラダ。パコには味がほとんどなく、少し硬めの食感で酢ベースのドレッシングとよく合う。刻んだトマトや玉ねぎが入っており、魚のほぐし身とソルテッドエッグで風味を出している。




①Ensaladang Pako（Small/P125、Medium/P210、Large/P370）
②カジュアルな店内

information

1/F Greenbelt 2, Ayala Center, Makati
☎02-7625-0515
営日～水曜 7時～23時／木～土曜 11時～24時
momentgroup.ph/manam-comfort-filipino ManamPH

客単価：₱1コ：～P2,000 ₱2コ：P2,000～4,000 ₱3コ：P4,000～P7,000 ₱4コ：P7,000～P10,000 ₱5コ：P10,000～

Crisostomo

MAP外 ₱₱

クリソストモ

国民的英雄ホセ・リサールの小説、「Noli Me Tangere（ノリ・メ・タンヘレ）」をモチーフとしたレストラン。店名は主人公の名前が由来、メニューも小説の登場人物の名前が散りばめられている。フィリピンやスペインの伝統料理から現代風にアレンジされたものまで、数々の料理が並ぶメニューはほぼ全て写真付きなのが嬉しい。おすすめのJoaquin（写真①）は本来スープであるBulalo（ブラロ）を鉄板でシズリングに仕上げたアレンジ料理。BGCのハイストリートやアラバンにも支店を構える。





①ジュージュー、熱々で運ばれてくるJoaquin（P625）
②モダンとビンテージがあわさったデザインが魅力的

information

Solenad Lakeside Evozone, Nuvali Sta. Rosa, Laguna
☎049-8502-8106／0917-863-2568
㊡月～金曜 11時～21時／土・日曜 10時～22時
crisostomo.ph　www.crisostomo.ph

Arroz Ecija

MAP K-2 ₱₱

アロズ・エシハ

日本人の間でもよく知られたフィリピン料理店XO46の系列。フィリピン北部に位置するヌエバ・エシハ州の料理を提供している。1930年代とモダンをミックスさせたようなインテリアは温かみがあり、ガラス張りの開放的な店舗となっている。スペイン時代の名残が感じられるメニューにはパエリアなどのスパニッシュもあり、バラエティが豊富。看板料理は72時間かけて仕込んだ72-Hour Bagnet（写真①）。PutoやSapin-Sapinといったスイーツもトライしてみよう。





①72-Hour Bagnet（500g/P765、2kg/P1,530）
②温かみのあるインテリア

information

1/F Uptown Mall, 9th Ave. cor. 11th Drive, Bonifacio Global City, Taguig
☎02-8541-7025　㊡日～木曜 11時～22時／金・土曜 11時～23時
adventmanila.com/arroz-ecija
ArrozEcija

Kanin Club

MAP AF-2 ₱₱

カニン・クラブ

ウッドの家具やカピス貝の窓など、伝統的なフィリピンのインテリアが特徴。店内に流れるのは1940年代のフィリピンの音楽。おすすめ料理はCrispy Dinuguan（写真①）。カリカリになるまで揚げたポークを豚の血で煮込んだイロコス地方の伝統料理だ。蒸しパン（putong puti）と併せて食べるのが定番だが、Thai Green Mango Salad（P260）やCrispy Beef Salad（P352）と一緒にいただいても美味しい。ラグナのサンタローサやマカティのアヤラトライアングルにも支店を持つ。





①Crispy Dinuguan（P380）
②フィリピンの伝統を感じられる店内

information

Ayala Triangle Gardens, Salcedo Vill., Makati
☎02-7621-6109
㊡11時～22時

Max's Kabisera

MAP J-3 ₱₱

マックス・カビセラ

※写真は公式Facebookから

ローカルに愛されるレストランブランドを数多く手掛けるMax's Groupのフィリピン料理店・バー。Kabiseraのオリジナルメニューの他に、チェーン店Max's Restaurantの看板メニューであるフライドチキンやアドボなど多くの料理を提供する。お酒に合うフィリピンのストリートフードの盛り合わせなどのメニューもあり、バーとしても利用できる。おすすめはイロンゴ地方のシチューLa Oya(写真①)。ポーク、ビーフ、スイートコーン、サツマイモ、バナナ、チンゲンサイと盛りだくさん。





①La Oya（P379）
②黒基調のスタイリッシュなインテリア

information

7th Ave, Bonifacio High Street, BGC, Taguig
☎02-776-9882
㊡土～水曜 8時～22時／木～金曜 8時～23時　㊡日曜
KabiseraBGC

Locavore

MAP C-3 ₱₱

ロカヴォール

BGCやマカティなどで支店を構えるフィリピン料理店。フレンチの調理法を駆使するシェフがアレンジしたモダンなフィリピン料理が人気。おすすめのSizzling Sinigang（写真②）はシニガンの酸っぱさをそのままにグレービーを加え、ビーフ、野菜と一緒に鉄板でジュウジュウ焼き、アツアツのまま運ばれてくる。また、Tinola Chicken（写真①）は味付けが似ているフィリピンのティノーラとハイナンチキンを組み合わせた画期的な料理。添えつけのクリアなチキンスープはほんのりショウガが効いており、そのまま飲んでもよいし、フィリピン流に白いご飯にかけて食べてもよい。









①添えつけのタレにつけて食べると美味しさアップTinola Chicken（P350）
②Sizzling Sinigang（P580）
③Pho Lalo（P670）
④フィリピン料理の人気店

information

1/F Three Central, Valero St., Salcedo Vill., Makati
☎0917-178-2018
㊡日～火曜 10時～22時／水～木曜 10時～23時／金・土曜 10時～12時
www.locavore.ph　Locavore

Friends and Family

MAP J-3 ₱₱

フレンズ・アンド・ファミリー

とんかつ新宿さぼてんなどを手掛けるRaintreeグループが2018年に新しくオープンしたフィリピン料理店。店名の通り、友人や家族と楽しめるようなレストランをコンセプトとしており、フィリピン人にとっては懐かしい味のする家庭的な料理がメニューに並ぶ。フィリピン料理に慣れていれば日本人でも十分に楽しめる料理。量が多いので、大勢でシェアできるのも嬉しい。おすすめのChicken Binakol(写真①)はショウガが効いたマイルドなチキンスープが美味しい。

information

7th Ave., Bonifacio High Street, BGC, Taguig
☎02-621-3222
営11時～23時
raintreefriendsandfamilyph/





①Chicken Binakol（P495）
②明るく清潔感のあるお店

Bench Café

MAP K-3 ₱₱

ベンチ・カフェ

ローカルアパレルブランド"Bench"のフラグシップ店内にあるカフェ。「トゥロトゥロ」と呼ばれるフィリピンの大衆食堂をコンセプトにしており、トゥロトゥロや家庭などで出される庶民的なフィリピン料理を提供。BENCH/TOと呼ばれるセットメニューではP239～P439で様々なおかずとライスのセットを楽しむことができ、ライスは白米の他にガーリックライス、ディリス（煮干し）ライスなど4種類の中から選ぶことができる。定番デザートのハロハロもおすすめ。

information

2/F Bench Boutique BGC Flagship Store, Bonifacio High Street, BGC, Taguig
☎0917-702-1133
営月～金曜 11時～22時／土・日曜11時～23時
BenchCafePH





①日本人も好きなシニガンSinigang sa Santol（ポークP355、ビーフP415、海老P465）写真はポーク
②アパレル店Benchで買い物をした後に寄ってみよう

Victorino's

MAP AJ-4 ₱₱

ビクトリーノス

主なメニューはイロコス地方の料理。一軒家を改造しアンティーク調の家具で飾られた店内は、どこかアットホームな居心地。人気メニューは、グリルしたナスを潰し、溶き卵を加えてトマトや玉ねぎとソテーしたPoqui-Poqui（P195）。ホカホカのライスと相性がぴったりの一品だ。また、豚ばら肉の角切りを揚げたBagnet（写真①）はサクサクした食感がヤミツキになる一品。イロコス地方の民芸品や特産物なども販売しており、お土産に◎

information

114 Sct. Rallos St. cor. 11th Jamboree St., Diliman, Quezon City
☎02-922-8558
営7時～22時
victorinosrestaurant





①Bagnet（P475）
②一軒家を改造した店舗は、アットホームな雰囲気が○

Café Juanita

MAP外 ₱₱

カフェ・ファニータ

※写真は公式Facebookから

パシッグ市のカピトリオに構えるフィリピン料理店。昔のフィリピンを思わせるビンテージな内装が魅力的。タイム誌では「フィリピンの家庭料理に限りなく近い」と言われるほど、家庭の味を再現している。オーソドックスなフィリピン料理はもちろん、創作料理も数多く提供。中でも人気は牡蠣と豆腐で作ったシシグOyster Sisig(①)やかぼちゃの花にひき肉を詰めたFried Squash Blossomsなど。スパニッシュ、ベトナム、シンガポールなど、多国籍料理もいくつかメニューに並ぶ。

information

#19 West Capitol Drive, Brgy. Kapitolyo, Pasig
☎02- 632-0357
営11時～14時、17時30分～22時
www.cafejuanita.com
cafe.juanita.ph





①Oyster Sisig
②昔のフィリピンを思わせる店内で街の喧騒から逃れよう

Wooden Spoon

MAP H-2 ₱₱

ウッデン・スプーン

テレビ番組の司会者やレストランのグルメライターとして活躍するシェフSandy Daza氏が手掛ける正統派フィリピン料理レストラン。また、かつてSandy氏がパリで経営していたフィリピンレストランの創作料理も提供している。おすすめカレーはタイカレーにインスパイアされたSandy's Beef Curry（写真①）。バジルやレモングラスなどのハーブとココナッツミルクでまろやかな味に仕上げている。ビーフは旨味の強い牛すね肉を使用。2～3時間じっくり煮込んでいるため、ゼラチン質が染み出ていて美味しい。

information

LG/F Power Plant Mall, Rockwell, Makati
☎0917-882-7594
営月～金曜 11時～21時／土・日曜 10時～22時
WoodenSpoonRestaurant





①Sandy's Beef Curry（P320）メニューに載ってないが、チキンに替えてもらうこともできる
②ランチ時はいつも満員

El Corazon

MAP K-2 ₱₱

エル・コラゾン

El Corazonのめざすのは、伝統的なフィリピン料理とスペイン料理の融合、そして現代的な味の追求。店の一番人気、パエリアは店が混雑していなければ15分程度で出される。Paella Mariscos(魚介)、Paella Negra(イカ墨)、Paella Valencia(ポーク、チキン、魚介)はいずれもP625。Paella with Taba ng Talangka(エビとカニ味噌のパエリアP795)も。しっかりとレモンを絞っていただきたい。

information

2/F, Uptown Place Mall, 36th St. Cor. 9th Ave., Bonifacio Global City, Taguig
☎02-802-5596
営10時～22時
corazon.ph





①Paella Mariscos（P625）は魚介の味がしっかりしみ込んだ口になじみやすい味だ。
②白を基調にした落ち着いた店内

客単価：₱1コ：～P2,000 ₱2コ：P2,000～4,000 ₱3コ：P4,000～P7,000 ₱4コ：P7,000～P10,000 ₱5コ：P10,000～

Lampara

MAP G-2 ₱₱

ランパラ

ポブラシオンに構えるモダンなフィリピン創作料理店。伝統のフィリピン料理を独自にアレンジしたクリエイティブなメニューが並ぶ。Tofu(写真①)はTokwa't Baboyのオリジナルバージョン。豆腐にビネガーのシロップ、ベーコン、玉ねぎ、ポークフロスがトッピングしてある。Tanigue（写真②）はフィリピンでは一般的なタニゲ（マサバ）と呼ばれる魚を使った料理。醤油とシトラスの酸味が効き、魚肉の柔らかさに「本当にタニゲ？」とお客さんに言われるほど。デザートもクリエイティブで、Yema & Tsokolate(写真③）は卵黄、牛乳、砂糖で作る庶民的なお菓子のYemaと、海外で数多くの賞を受賞しているMalagosチョコレートでできている。

information
5883 Enriquez St. Poblacion, Makati
☎0917-173-5883
㊡18時～翌2時
lampara.pob






①Tofu（P180）
②Tanigue（P440）
③Yema & Tsokolate（P220）
④ゆったりくつろげるソファや、夜の風が当たる屋外席がある

The Mess Hall

MAP外 ₱₱

ザ・メス・ホール

Manam Comfort Filipinoや8Cutsなどを手掛けるMoment Groupの本社があるKarrivin Plazaに所在。元は社員用の食堂だったものを一般公開した。8Cutsのハンバーガー、Mo' Cookiesのクッキー、Manamのシシグなど、グループ下のレストランのメニューが一か所に集結する。レジに並んでオーダー、会計後に料理が運ばれてくる。気軽に食べられるオフィスランチとしておすすめのレストランだ。

information
Karrivin Plaza, 2316 Chino Roces Ave., Magallanes, Makati
☎02-8869-9284／0919-084-5719
㊡月～金曜 10時～17時
www.momentgroup.ph
Mess-Hall




①小洒落た食堂、というイメージ
②ご飯と混ぜて食べるとさらに美味しい、人気のSisig, House Style, Chicharron Puff（P255）

Via Mare

MAP D-5 ₱₱

ヴィア・マーレ

1975年オープン、40年近くもの歴史を持つ老舗レストラン。当初は"Via Mare Seafood Restaurant"という名で、海鮮料理が中心だった。オープン時から人気だった牡蠣はフィリピン料理が中心となった今も店の看板として健在。新鮮なビサヤ産の牡蠣はクリーミーな口当たりで、日本産に勝るとも劣らない味わいだ。

information
1/F Greenbelt 3, Ayala Center, Makati
☎02-8815-1918
㊡10時～23時
www.viamare.com.ph
ViamarePH



カラマンシーを絞っていただく生牡蠣Oysters on Half Shell（P390）

マニラとはちょっと違う?セブの絶品レチョン店紹介!

マニラのレチョンはソースをつけて食べるのが基本だが、セブのレチョンは中に香料をたっぷり詰めて焼くので、味がしっかりついてソース無しでも美味しいのが特徴。マニラに展開しているセブのレチョン店を2店舗紹介!

Zubuchon

MAP B-2 ₱₱

ズブチョン

セブで大人気のレチョン専門店。2017年にはメトロマニラへ進出。現在メトロマニラだけで10店舗程構え、セブンイレブンでもレチョンとライスセットを販売している。Lechon Sampler (P990)では、カットしたレチョン、ボンレスのレチョン、細かく裂いたレチョンの3種類を楽しむことができる。また、レチョンとフィリピン料理の様々な組み合わせも是非トライしてみたい。パーティ用の丸ごと1頭は中P7,500、大P8,500。ボンレスはP3,400。

information
1/F Assembly Grounds at the Rise, Malugay St., Makati
☎02-7728-3931 ㊡11時～22時
zubuchon.co
zubuchonphilippines




①Lechon Kare-Kare（P400）
②Sinigang Lechon（P360）

Rico's Lechon

MAP J-4 ₱₱

リコズ・レチョン

2018年にBGCのFort Entertainment Complex、マカティのGlorietta、パシッグのTiendesitasなどにオープンした。こちらの看板メニューはスパイシー・レチョン。マニラからわざわざこの味を求めてセブまで行くフィリピン人も多いのだとか。店内は、丸焼きの調理過程を実際に間近で見ることができる造りになっている。Chopped Original Lechon(1Kg／P900)。

information
The Fort Entertainment Complex
☎0917-844-7067
㊡10時～22時
RicosLechonBGC




①調理を間近で見ることができる
②BGCでいつでも気軽にセブのレチョンを

いつでも気軽に!カジュアル系フィリピンレストラン

Kuya J's

MAP AG-3 ₱₱

クヤ・ジェイズ

フィリピン各地のモールに100店舗以上展開する庶民派フィリピン料理店。ベストセラーの一つ、Kuya J Grilled Scallops(写真①)はホタテにチーズ、ガーリック、バターを載せて焼いている。多くの日本人が好きなカレカレなどの定番フィリピン料理も揃える。また、デザートのKuya J Halo-Halo Espesyal (P109)も人気。





①Kuya J Grilled Scallops (P245)
②広々とした店内。80人程収容できる個室もついてい

information

LGF Festival Supermall Expansion, Filinvest City, Alabang Muntinlupa
☎0998-587-9192
営10時~22時
www.kuyaj.ph
KuyaJResto

Seafood Island

MAP L-3 ₱₱

シーフード・アイランド

水槽から選べる新鮮な素材を使ったシーフードレストラン。特におすすめなのは、団体向けのBoodleシリーズ。一つの大きなバナナの葉に盛り付けたライスや料理を大勢でシェアする食べ方で、フィリピンでは軍などでよく見られるスタイル。竹筒や串を使った豪快なプレゼンテーションはなかなか見応えがある。





①ボリューム満点!大勢でシェアできるBoodleシリーズ。写真はTali Beach (3~4人前P985)
②ビーチサイドをイメージした店舗

information

Fiest Market, Market! Market! Bonifacio Global Ciy, Taguig
☎02-886-7692/02-889-7321
営日~木曜 11時~22時/金・土曜 11時~23時
SeafoodIslandPH

The Aristocrat Restaurant

MAP A-2 ₱₱

ザ・アリストクラット・レストラン

1938年に開業し、長年フィリピンの人々に愛されてきたこちらのレストラン。Pancit LuglogやArroz Caldo、Lumpiang Ubod Sariwaを初めとするミリエンダから、伝統的なフィリピン料理が気軽に楽しめる。一番人気は、甘辛さがクセになるタレにたっぷり漬け込まれたバーベキューメニュー。ピーナッツ風味のJavaソースをかけるのがフィリピン流だ。





①定番の3pc. Chicken Barbeque (P215)
②野菜たっぷりPancit Canton (P390)と海老の風味が美味なPancit Luglog (P198)

information

146 Jupiter St., Bel-Air, Makati
☎02-8895-0725
営24時間
www.aristocrat.com.ph
TheOriginalAristocrat

Pancake House

MAP D-5 ₱₱

パンケーキ・ハウス

1974年創業、大きなモールには必ず入ってる知名度の高いファミレスチェーン。看板メニューであるホットケーキはもちろん、数多くのフィリピン料理がメニューに並ぶ。ぜひ試して欲しいのは、Smoked Golden Tinapa (写真①)は燻製にしたバングース(サバヒー)。





①Smoked Golden Tinapa (P325)
カジュアルでポップなインテリア

information

1/F Greenbelt 1 Ayala Center, Makati
☎02-8819-0453
営11時~22時
www.pancakehouse.com.ph
PancakeHousePhilippines

国内店舗数が一番多いフィリピン料理店ベスト5



1位 Mang Inasal
マン・イナサル(約500店舗)

2位 Max's Restaurant
マックス・レストラン(約127店舗)

3位 Gerry's Grill
ゲリーズ・グリル(約120店舗)

4位 Kuya J Restaurant
クヤ・ジェー(約107店舗)

5位 Classic Savory
クラッシック・サボリー(約100店舗)

1位はUnlimited Rice (ごはんお代わり無料) で有名なMang Inasalで、ダントツの500店舗。5位には中華街で発祥した60年以上の老舗Classic Savoryがランクイン。2位のMax's Restaurantと並ぶローストチキンの名店だ。

海外進出したフィリピン発祥のチェーン店・レストラン?

●Jollibee ジョリビー
所在国:アメリカ、クウェート、カタール、アラブ首長国連邦、バーレーン、ベトナム、香港、ブルネイ、シンガポール、イギリス

●Gerry's Grill ゲリーズ・グリル
所在国:アメリカ、アラブ首長国連邦、シンガポール、カタール

●Max's Restaurant マックス・レストラン
所在国:アラブ首長国連邦、カタール、アメリカ、カナダ

●Cabalen Restaurant カバレン
所在国:アメリカ

●Romulo Café ロムロ・カフェ
所在国:イギリス

国内だけでも1000を超える店舗数を誇るジョリビー。海外支店は234店舗、その大半はアメリカに集中。マカティのジュピターストリートに構えるプライマーも薦めるRomulo Caféは、2016年にイギリスのロンドンに海外初店舗をオープン。

参考:www.scmp.com、www.manginasal.com、www.maxschicken、www.philstar.com、www.classicsavory.com、www.romulocafe.com、www.philstar.com

客単価:₱1コ:~P2,000 ₱2コ:P2,000~4,000 ₱3コ:P4,000~P7,000 ₱4コ:P7,000~P10,000 ₱5コ:P10,000~

つくってみよう!

シェフに教わるフィリピン料理レシピ紹介!

フィリピン料理のシェフ直伝のレシピを紹介!
パサイロードの人気フィリピン料理店
「MilkyWay Cafe」のシェフ、J Gamboaさんに
教えていただきました!



Chef J Gamboa
ジェイ・ガンボアさん

1つのビル内にMilkyWay Café、筑地、Azuthai、Cirkuloの4つ のレストランを経営。初代MilkyWayのオーナーである母親の影響を受け、幼い頃から母のレストランを見て育った。全てのレストランを管理しているが、夕方以降は主にCirkuloに常駐。

おつまみにぴったり! MilkyWay Tokwa't Baboy
トクワット・バボイ(5人分)

<材料>

豚肉(顔と耳の部分)	1kg
ニンジン(一口サイズ)	1本
たまねぎ(薄切り)	1個
塩	大さじ1
水	適量
A	
豆腐	3丁
油	適量
B	
ニンニク	1かけ
たまねぎ中(角切り)	2個
唐辛子(ミンチ)	1本
塩	小さじ3/4
酢	1/2カップ
醤油	1/2カップ
胡椒	適量
ネギ(小口切り)	1本

豚の顔と耳の部分はスーパーで買うことができます(見当たらない場合は「Pork face and ears」と伝えてみてください)。酢はDatu PutiやSilver Swanなどのフィリピンブランドを使うとより本格的な味に。使い切りサイズのパックも売っているので便利です。厚揚げは市販のものでもOK。

<手順>

❶ポークを直火で炙って毛を除去し、柔らかくなるまでニンジン、たまねぎと少量の塩で茹でる。冷めたら角切りにする。
❷フライパンにたっぷりの油を熱し、水切りをし一口サイズに切った豆腐を揚げる。揚げたらキッチンペーパーにのせて油をきる。
❸ボウルにBのタレの材料をあわせて、1のポークと2の豆腐を入れて混ぜる。好みでネギを散らして完成。



野菜たっぷり!白いご飯に合う Pork Binagoongang
ポーク・ビナゴオンガン(5人分)

<材料>

豚ばら肉(角切り)	1Kg
ニンニク(みじん切り)	大さじ3
酢	1カップ
黒胡椒	小さじ1/4
水	2カップ
コーン油	大さじ1
ニンニク(みじん切り)	小さじ1 (20g)
たまねぎ(みじん切り)	1/2カップ(50g)
トマト(皮、種をとって角切り)	1.5カップ(100g)
MilkyWay Bagoong (バゴーン)	1/2カップ
砂糖	大さじ3 (30g)
青唐辛子	3本
A	
コーン油 大さじ1	
ニンニク(みじん切り)	小さじ1 (5g)
かぼちゃ(一口サイズ)	1カップ(100g)
大根 (一口サイズ)	1カップ(100g)
さやいんげん(5cm程のぶつ切り)	1/2カップ(100g)
ゴーヤ(一口サイズ)	1/2カップ(50g)
塩・胡椒	適量

ビナゴオンガンの味の決め手となるバゴーンは、小エビを発酵させた甘辛いペースト状の調味料。匂いがクセがあり好みが分かれる。スーパーの調味料コーナーで瓶詰や使い切りパックを買うことができます。

<手順>

❶豚ばら肉を10分間酢に漬けてから塩・胡椒をする。
❷鍋に水をはり、豚ばら肉を入れて30分間弱火で煮込む。
❸ニンニク、たまねぎ、トマト、バゴーンをソテーし、2の鍋に加えて豚肉が柔らかくなるまで煮込む。
❹砂糖と青唐辛子を加えて、5分煮る
❺Aのゴーヤはワタを抜く。ニンニク、かぼちゃ、大根、さやいんげん、ゴーヤは湯がくにし、油を熱したフライパンでソテーして塩・胡椒で調味。豚ばら肉の鍋に加えて完成。





MilkyWayブランドのバゴーン



フィリピンの白い酢 'Sukang Puti'



DINING

YANAGI
JAPANESE CUISINE

FOR BUFFET
30% OFF
plus 1 Free Iced Tea per person, based on published rate

FOR ALA CARTE
FREE ICED TEA
for 2 persons on P1,000 spend
FREE WASABI ICE CREAM
for 2 persons on P2,000 spend

Burgoo
15% OFF
on total bill

Chairman Wang's
15% OFF
on total bill

Gumbo
15% OFF
on total bill

Sigekiya Ramen + Tsukemen
15% OFF
on total bill

La Cabrera
15% OFF
on total bill

Chotto Matte
10% OFF
on total bill

Hatsu Hana-Tei
10% OFF
on total bill (Dinner time only)

Ikomai Tochi Dessert
10% OFF
on total bill

Izakaya Sensu
10% OFF
on total bill

Kichitora
10% OFF*
on total bill

Bari-Uma
10% OFF
on total bill

Motto!
10% OFF
on total bill

Saboten
10% OFF
on total bill

Tapella
10% OFF
on total bill

Golden Horse Steak House
10% OFF
on total bill

Alchemy food + potions
10% OFF
for a minimum spend of P2,000

7107 Culture + Cuisine
10% OFF on total bill or FREE SISIG NACHOS
for a minimum spend of P1,000

Ikkoryu Fukuoka Ramen
10% OFF
on total bill

Nadai Fujisoba
10% OFF
on total bill

The Old Spaghetti House
10% OFF
for a minimum spend of P500

The Shrimp Shack
10% OFF
for a minimum spend of P500

102 Izakaya
FREE SPICY TORI KARAAGE
for a minimum spend of P1,000

Yoshinoya
FREE BEEF YAKINIKU
for a minimum spend of P1,000

Butamaru
FREE GYOZA
for a minimum spend of P700

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

Txanton
FREE SALMOREJO and TOCINO DEL CIEJO
for a minimum spend of P1,000 (11am to 3pm)

gallery by Chele
AVAIL OF THE 5-COURSE (P2,600) or 9-COURSE (P3,600) TASTING MENU
and get a Free Cocktail (worth P400)

RETAIL

Inglot
15% OFF
on two regular-priced items only

Nature's Nature
10% OFF
on all regular-priced items

Florsheim Shoe Company
10% OFF
on all regular-priced items

Like us on Facebook
JCBPhilippines

Visit
www.ph.jcb

BDO





EXPERIENCE THE LIFESTYLE YOU DESERVE WITH YOUR JCB CREDIT CARD!

TRAVEL

ACACIA HOTEL MANILA
30% OFF
on best available room rates

the Lobby at Acacia
15% OFF
on food and beverages

TREE TOP LOUNGE
15% OFF
on food and beverages

acaci
15% OFF
on food and beverages

THE FARM AT SAN BENITO
20% OFF
on published rates

Fairmont MAKATI
20% OFF
on published rates

spectrum
30% OFF
on Spectrum buffet
(except Sunday brunch)

CAFÉ MACARON
20% OFF on food
15% OFF on beverages

WILLOW STREAM A FAIRMONT SPA
20% OFF
on regular treatments
(10am to 2:59pm only)

FAIRMONT LOUNGE
20% OFF on food
15% OFF on beverages

RAFFLES MAKATI
20% OFF
on published rates

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

GEG BAR
20% OFF on food
15% OFF on beverages

MISTRAL ROOFTOP BAR
20% OFF on food
15% OFF on beverages

The Writers Bar
20% OFF on food
15% OFF on beverages

WELLNESS

Bioessence
50% OFF
on Warts Removal
20% OFF
on Slimming Packages
FREE HAND PARAFFIN
for every 1 whole body massage
FREE OXYGEN INFUSION
for every P1,200 worth of facial treatments

Derm strata SKIN CLINIC & SPA
30% OFF
on Warts Removal
20% OFF
on Diamond Peel
20% OFF
on Iontophoresis

REGENT Spa
15% OFF
on massage services

Island Spa
15% OFF
on massage services

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

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

Promo valid until July 31, 2020 Per DTI-FTEB Permit No. 14411. Series of 2019. Terms and conditions apply.

RCBC Bankard



SCAN ME
to apply for a
JCB Credit Card!

しゃぶ里
SHABURI
All you can eat Japanese Shabu-Shabu

KINTAN BUFFET 焼肉
All you can eat Japanese BBQ

NEW

Seafood SHABU

Seafood Platter



4/L Japantown Top of the Glo
Glorietta 2, Ayala Center, Makati City

@shaburiandkintanph

Good smell, Good curry
CoCoICHIBANYA

CURRY HOUSE
CoCo ICHIBANYA

#1 JAPANESE CURRY HOUSE IN THE WORLD

NOW OPEN

4th Level, Japantown Top of the Glo,
Glorietta 2, Ayala Center, Makati City

cocoichibanyaph



和食むさし丸 Glorietta2 Japan Town店



WASHOKU むさし丸 MUSASHI-MARU Glorietta 2 Japan Town店

WASHOKU むさし亭 MUSASHI TEI BGC店

年中無休

住所 Located at 408-409, Roofdeck, Phase 2, Japan Town, Glorietta 2, Makati City, Philippines.
TEL 02-8583-7060 / 02-8256-5044
営業時間 10～21時(日ー木)10～22時(金、土)

居酒屋 星まつり HOSHIMATSURI JAPANESE RESTAURANT







Call us: 02-8893-3294
Unit 4 Mezzanine, Creekside Mall, Amorsolo St., cor. V.A. Rufino St. Legaspi Village, Makati
営業時間: 11時～14時、16時～24時
HOSHI MATSURI

P5000以上のお食事のご利用で焼酎50%OFF

満 JAPANESE IZAKAYA RESTAURANT 屋台居酒屋大阪MANMARU

総席数170席 個室10室完備



JAPANESE IZAKAYA RESTAURANT 屋台居酒屋 大阪 MANMARU
住所：G-1 Makati Cinema Square, Fernando St, Pio Del Pilar, Makati City, Philippines
営業時間：11：00AM ～ 01：00AM
TEL: (02) 8254-31-70



新鮮な刺身に美味しいお酒と豊富なメニュー一日の終わりは、川崎で！

日本食居酒屋 川崎



日本食居酒屋 川崎 0917-872-1022 / 0917-185-1022 (どちらも日本人対応)
7563 Santillan st. Pio del Pilar, Makati City
Izakaya Kawasaki
お席の空き状況はFBでご確認ください。
※18時～と21時過ぎからと一部閉まっております。

1997年から日本料理をお届けしています。

IZAKAYA KENTA 居酒屋けんた

日本の味をお召し上がりください。



Malate Bayview Mansion, Adriatico St., Metro Manila | 11 am to 2 am
(02) 8523-1874 / 0916-218-7958
SAN JUAN BRANCH - 403-G F. Calderon St., Little Baguio, San Juan City - (02) 876-9636
QUEZON CITY BRANCH - Unit C, 86 Maria Clara St., Banawe, Quezon City - (02) 241-8150

KOMORO

KOMORO弁当 宅配いたします

500ペソ以上からご注文承ります。



02-8985-8240
0917-587-0809
特別注文の場合はこちらまで
komoromanila@gmail.com

日替わりメニューもあります。

Unit 1A, Benrosi V Makati, 9746 Kamagong St., San Antonio Village, Makati City

komoromanila.com
komoro.bento



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) 7211-5775 / (02) 8255-1071
0917-170-7790 / 0921-215-0862
マカティ・クリークサイド
中2階

YOSHINOYA
www.yoshinoya.com.ph
宅配のご依頼はこちらから
8-288 2888
より詳しい情報はこちらへ
yoshinoya.com.ph





最低P300のご利用で
コーヒーゼリー1個プレゼント
2020年6月30日まで

SM MANILA
GLORIETTA 1
SM MALL OF ASIA
ROBINSONS GALLERIA
SM MEGAMALL
SM NORTH EDSA

お陰様で開業14年。皆様のご愛顧に心から御礼申し上げます。

期間限定で新登場

熟成濃厚味噌ちゃんこ

30名収容新個室完成!



マカティ本店

30 名様まで対応可な個室が新たに完成しました。
全席テーブルタイプでゆったりお座りいただけます。なお喫煙も可能となっております。

大好評「飲み食べ放題コース」も継続中!

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

■本コースは６名様以上で前日までの予約制です。人数の変更も前日迄となります

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
☎ 02-8816-7608 / 8894-3876
Little Tokyo, Chino Roces Ave., Makati City
営業時間：11時半～14時 ／ 17時～24時
定休：無休　座席数：160席　個室：あり

オルティガス店
☎ 02-8881-7985 / 8535-0812
Hanston Square Building, 17 San Miguel Ave,
営業時間：11時半～14時 ／ 17時～22時半
定休：無休　座席数：110席　個室：あり

YAYOI

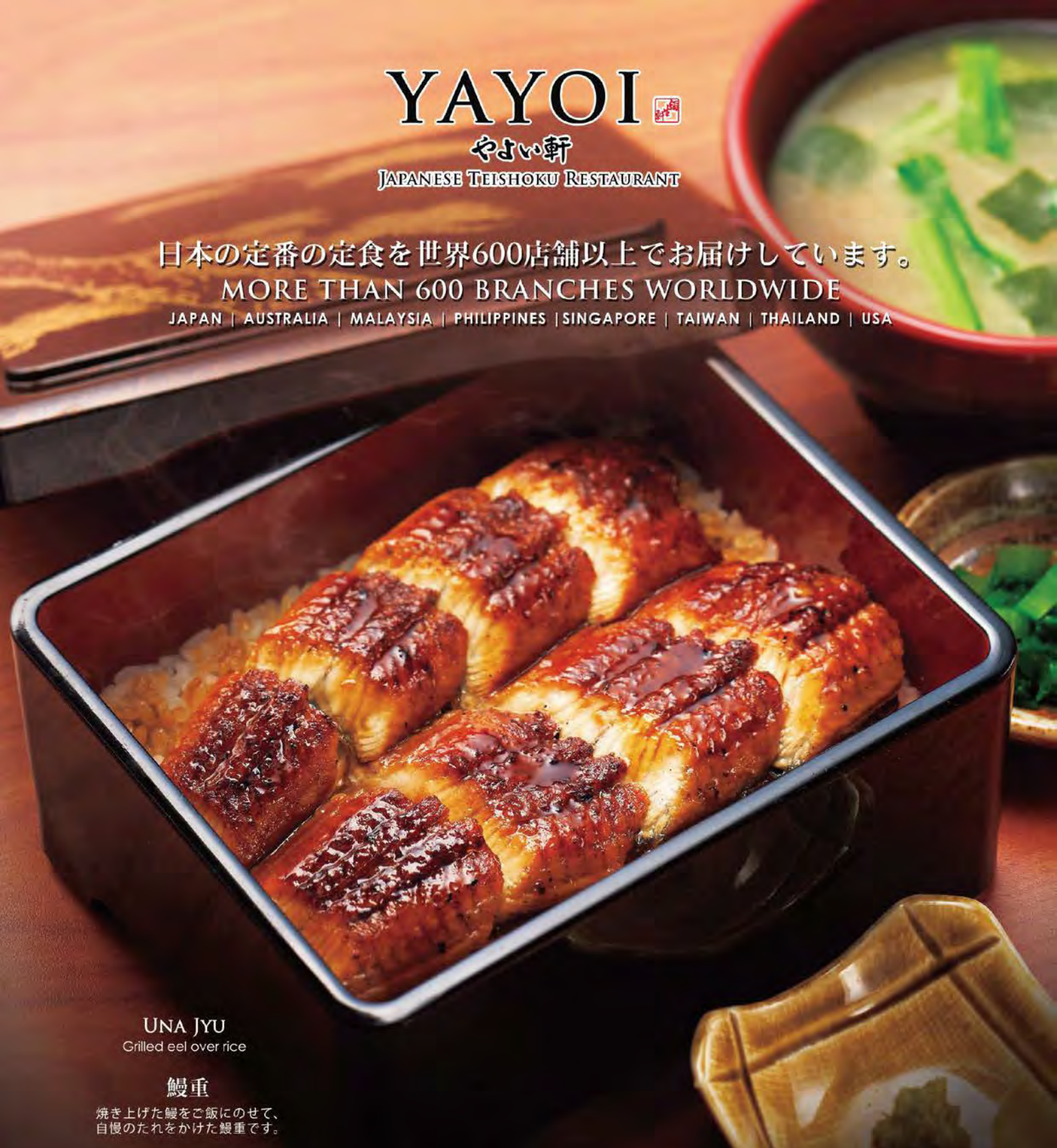
やよい軒

JAPANESE TEISHOKU RESTAURANT

日本の定番の定食を世界600店舗以上でお届けしています。

MORE THAN 600 BRANCHES WORLDWIDE

JAPAN | AUSTRALIA | MALAYSIA | PHILIPPINES | SINGAPORE | TAIWAN | THAILAND | USA



UNA JYU

Grilled eel over rice

鰻重

焼き上げた鰻をご飯にのせて、
自慢のたれをかけた鰻重です。

SM MEGAMALL
MANDALUYONG CITY
3rd Level, Bldg.B, SM Megamall,
Mandaluyong City
Contact Number: **(8) 634-4865**

SMメガモール店
マンダルヨン市
SMメガモール**B**棟**3**階
電話番号：**(02) 8634-4865**

SM MALL OF ASIA
PASAY CITY
Mall Level 2 Main Mall South,
SM Central Business Park Bay City,
Pasay, Metro Manila
Contact Number: **(8) 821-6082**

SMモールオブアジア店
マニラ首都圏パサイ市
SMセントラルビジネスパーク
ベイシティ
メインモールサウス**2**階
電話番号：**(02) 8821-6082**

ONE BONIFACIO HIGH STREET
TAGUIG CITY
Unit L221 2nd Floor
One Bonifacio High Street
28th Street Corner 5th Ave, BGC
Contact Number: **(8) 242-2792**

ONE BONIFACIO HIGH STREET店
タギック市
BGC5番街 **28**番街コーナー
ワンボニファシオハイストリート
2階ユニット**L221**
電話番号：**(02) 8242-2792**

M1 TOWER
MAKATI CITY
H.V. Dela Costa Street
Salcedo Village, Makati City
Contact Number: **(8) 251-4401**

M1タワー店
マカティ市
サルセドビレッジ
H.V.デラコスタストリート
電話番号：**(02) 8251-4401**

SM CITY NORTH EDSA
QUEZON CITY
The Block
Second Level
Contact Number: **(8) 441-0073**

SM シティー ノース エドサ 店
ケソン市
SMシティーノースエドサ**2**階
電話番号：**(02) 8441-0073**

YAYOI Philippines | www.yayoi.com.ph | YAYOIPH











居酒屋きくふじは1995年に創業
以来、一貫して伝統的な日本料理をご提供してまいりました。
私たちが自信をもってお出しする
美味しい幅広い日本料理をぜひお味わいください。

メニュー

- ⓐ スパイシーソフトシェルクラブ P395
- ⓑ スペシャルカリフォルニア巻 P450
- ⓒ チラシ重 P568
- ⓓ 幕の内弁当 P565
- ⓔ 天丼 P275
- ⓕ カツカレー P440
- ⓖ カツ丼 P315
- ⓗ 銀ダラ P495

営業時間

ランチ 11時～14時(LO13時半)
ディナー 土日 17時半～22時半(LO 22時)
月～金 17時半～23時(LO 22時半)

8893-6131・8893-7319
Little Tokyo, Central Business District. Brgy.,
2277 Chino Roces Ave, Makati City

MAP マカティ G-3

**居心地の良いリラックス空間で
最高級の焼肉を召し上がれ!**

横浜ミートキッチン

YOKOHAMA meat kitchen

ジュピターストリート沿いにあるYOKOHAMAスタイルの本格焼肉をお楽しみください。当店ではグルメの方もうならせる最上の味をご提供しています。毎月変わる新鮮で最高級の肉のみを使ったオリジナル料理もお出ししています。マカティの商業エリアから離れたYOKOHAMA meat kitchen のモダンで家庭的な雰囲気の店内で至極の味をご堪能ください。

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









左上:シンプルで居心地の良い店内
左下:横浜セット (P1,450)
右上:海鮮盛り合わせ (P590)
右下:ビビ麺 (P350)


一度食べたら忘れられない！
こだわり尽くした一品。
らーめん
島田
RAMEN SHIMADA
とんこつ醤油らーめん
ランチタイム始まりました
Little Tokyo, 1277 Chino Roces Ave., Legaspi Village, Makati
毎日営業　朝11時から翌朝4時
(0956) 041-7181 (Globe) (0929) 613-1281 (Smart)
http://ramen-shimada.business.site
ramenshimada


あ!! これは
土日もいかなくちゃ!
居酒屋メニューも
充実しています!
Buy 2 Take 1
ご家族・お仲間で
ご利用ください。
● 塩ラーメン(P190)、醤油ラーメン(P210)、味噌ラーメン(P230)
のいずれか2つのご注文で3種のうちいずれかのラーメン1杯無料!
● プライマーを見たとお伝えください。 ● 3月中の土日限定
Pang Masa Ya
麺正屋ラーメン (パンマサヤ)
マカティ消防署近く、ニューハッチン, Bebe Rougeの2軒隣
☎ 02-8283-4845
営13時～23時(LO:22時30分)
Unit 104 1012 Buma Bldg., Metropolitan Ave., San Antonio Village, Makati City


TOKYO DINING
YEBISU 恵比寿
ビーフ100%！
自家製
毎日 11:00 - 17:00
ハンバーグランチ P500
住所：106 H.V Dela Costa St. Makati City
The Infinity Tower Suites 1F
営業時間： 8:00～23:00 (L.O. 22:00)
土・日 11:00～23:00 (L.O. 22:00)
Globe : 09454026126
Smart : 09611222137


うなぎ
UNAKICHI
老舗の味をマニラで
新メニュー30品増加!
(02) 7728-2072
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


RAMEN 一代元
ICHIDAIGEN
「語り継がれる自家製豚骨＆鶏ガラスープ」
ランチメニュー
始めました!
☎ (02) 8962-1642
Polaris center 48,
brgy poblacion Makati City
営11時～15時(Lunch)
18時～23時(Dinner)
Makati Ave. マカティ・アベニュー
Polaris ポラリス
Polaris center
Jupiter street ジュピターストリート
Buendia Ave. ブエンディア・アベニュー
ラーメンランチセットP420
(6種類のラーメンの中からお選びいただけます)
幕の内弁当セットP580
(ご飯と味噌汁付き)

和徳
Kazunori
Japanese Restaurant

0917-836-2695

BUSINESS HOURS:
11:00am-11:00pm

LOCATION:
2301 Chino Roces Avenue Extension, G/F
Mazda Building, Magallanes, Makati City 1231





おまかせ盛り合わせ



鴨つけそば
大トロにぎり
カンパチにぎり
鯵にぎり

Affordable! Tasty! Enjoy!
安い！旨い!! 楽しい!!!



剣心 KENSHIN
JAPANESE IZAKAYA RESTAURANT

FOR RESERVATION
0917 535 1046

IZAKAYA BRANCHES

MAKATI LINEAR
11am-3am

SM LIGHT MALL
10am-10pm

MAKATI BEACON
1am-3am

SM SOUTH MALL
10am-10pm

MAKATI SQUARE
11am-2am

LAS PINAS VISTA MALL
10am-10pm

IT'S MORE FUN IN YAKINIKU



YAKINIKU
'KENSHIN'

FOR RESERVATION
0917 103 5727
MAKATI SQUARE 11am-2am

北海道焼肉
HOKKAIDO MEAT AND NOODLES





焼肉の日
2/28-3/1
日頃の感謝を込めまして
一部和牛と高級部位が
半額で召し上がれます。



厳選高級和牛、当店でしか味わえない希少な部位や北海道より選りすぐりの海鮮を取り揃えております。

北海道から直輸入のタラバガニや、宮城県産和牛のシャトーブリアン、ミスジ、さよとん等の希少部位も取り揃えております（数に限りがあります 御了承下さい）

HOKKAIDO MEAT&NOODLES 北海道焼肉

0966-966-6926
G-A 2153 CHINO ROCES AVENUE, MAKATI CITY
営業時間：11:00 AM - 3:00 PM (2:30 L.O.),
月曜～日曜 5:00 PM - 12:00 AM (11:00 L.O.)





リトル東京で人気沸騰 A5ランク黒毛和牛を扱う銀座の焼肉店





1月、リトル東京にオープンしたA5ランク高級黒毛和牛を提供している「YAKINIKU A FIVE徳」高級店のひしめく銀座で培ったノウハウを活かし、炭火を使用した高級焼肉店として人気を博している。落ち着いた雰囲気の開放的な店内は、女子会や飲み会などの各種宴会から、カジュアルな接待などのビジネスシーンにも最適です。深夜まで営業予定。

YAKINIKU A5 TOKU

住所
Little Tokyo,Chino Roces Ave,
Pasong Tamo Corner Amorsolo Street,
Legazpi Village,Makati

TEL
0999-438-5943 (smart)
0967-435-7466 (globe)

博多もつ鍋専門店 マニラに上陸。



鮮度・旨さ・食感にこだわった厳選小腸。本場博多のもつ鍋を最後までご堪能ください！

雪見鍋 (2~3人前) ₱1,700

地元テレビや雑誌でも取り上げられた梟オリジナルもつ鍋。時間をかけてとった魚介スープと沖縄の自然海塩でつくったあっさりスープに数種類の山芋をブレンドした特製とろろを贅沢にトッピングした自慢の鍋。〆の雑炊がオススメ。

梟 FUKUROU

みなさまのお越しをお待ちしております

梟 Fukurou
(02) 8543 8524
(0929) 228 7776
(0905) 662 0281

梟 Fukurou Japanese Restaurant
597 San Andres St. Malate Crown Plaza, Malate Manila.
営15時~21時迄
※22時より会員制。詳細はお店にご確認ください

本場 博多のもつ鍋 専門店

もつ鍋激戦区博多でも美味いと評判のもつ鍋専門店 梟がマニラにオープン。新鮮な小腸を「旨み・質感」を損なわないよう丁寧に処理しております。食べた瞬間、口いっぱいに広がるジューシーさは博多のグルメも絶賛。各種メディアにも紹介される「雪見鍋」など4種類のもつ鍋やオリジナルもつ料理なども楽しめます。和の雰囲気の店内は掘りごたつも用意。接待や家族連れに人気の完全個室もあり、大小宴会から接待まで幅広くご利用いただけます。

読者特典 プライマーを見た方は10%割引 2020年3月末日まで有効

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/



It's an Easter Pool Party

イースタンプールパーティを開催します。

プールに飛び込んでイースタン週末を過ごしませんか？

当ホテルでご滞在または食事をして、私たちと一緒にイースターパーティを楽しみませんか？
2020年4月12日プールサイドに集合！

より詳しい情報、ご予約はこちらにお電話ください。+632 88116888.

ご利用にあたっては規約が適用となります。

NEW WORLD
MAKATI HOTEL

tel: +632 8811 6888　WeChat: NewWorldHotels　Esperanza Street corner Makati Avenue, Ayala Center, Makati City, 1228 Philippines

Connect with us!

NOW OPEN

MilkyWay Café

Rockwell Power Plant Mall

フィリピンの伝統料理をロックウェルでもお楽しみください。

MilkyWayでは、毎日その日に作った伝統的なフィリピン料理をご提供しています。

ご昼食に、ご夕食に、私たち手作りのKare-kare、Beef Caldereta、Adobong Pusitを、そしてメリエンダにはChicken Asparagus SandwichやDinuguan at Puto、それにPancit Luglugをお召し上がりください。そしてメには有名なMilkyWayのHaloHalo、Ginumis Ice Creamそれにチーズとアボガドアイスクリームを使った自家製のUbeをぜひご賞味ください。

02-7756-5026

Level P1, Rockwell Power Plant Mall, Makati City

www.cafe.milkywayrestaurant.com • jgamboa@cafe.milkywayrestaurant.com






XO 46 HERITAGE BISTRO

TASTE THE PHILIPPINES

フィリピン料理を召し上がれ!

老舗ビストロ・XO46で伝統的なフィリピン料理をお楽しみください。

XO46ではフィリピンの文化遺産を守り伝統的な方法でおもてなしいたします。

私たちと一緒に食事を召し上がってフィリピンのことをより知っていただきたいと考えております。



For reservations please call:

2ND FLR. S MAISON CONRAD MANILA MALL OF ASIA COMPLEX BRANCH 8805.3850

CAPITOL COMMONS BRANCH 8532.1652

SALCEDO VILLAGE MAKATI BRANCH 8553.6635

CENTURY CITY MALL BRANCH 8556.8143

SM AURA BRANCH 8553.6566

Find us on Facebook @ XO 46 Bistro Filipino

xo46_heritage_bistro

Follow us on Twitter @XO46heritageB

www.adventmanila.com

Tapella

Summer HAPPY HOUR

夏のハッピーアワー

毎日15時〜21時

タパス1品と以下のいずれかの組み合わせを選べます





サンミゲルペールピルゼンボトル4本 ₱550

赤か白ワイン1カラフェ ₱550

赤か白のサングリア1ピッチャー ₱499

G/F Greenbelt 5 ,Makati City
(02) 77572710-11 or 09177124546

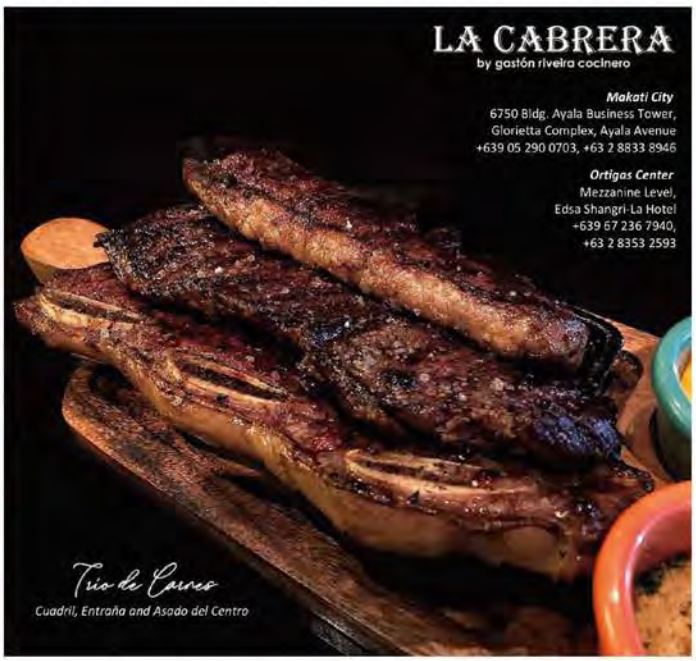
FOLLOW US @TAPELLARESTOBAR

March 1-31,2020

LA CABRERA
by gastón riveira cocinero

Makati City
6750 Bldg. Ayala Business Tower,
Glorietta Complex, Ayala Avenue
+639 05 290 0703, +63 2 8833 8946

Ortigas Center
Mezzanine Level,
Edsa Shangri-La Hotel
+639 67 236 7940,
+63 2 8353 2593




DINING AT YAKAL
7431
RESTAURANTS & EVENTS
MEMORABLE DINING
AND EVENT EXPERIENCES
当店で想い出に残る食事会、
イベントをお楽しみください！
Chesa Blanca
SWISS RESTAURANT
Tel No. 8815-1359
Cel No. 0956-135-4214
I'm Angus
STEAK HOUSE
Tel No. 8892-5852
Cel No. 0956-135-4213
Cave Werdenberg
WINE BAR
Tel No. 8892-0128
Cel No. 0956-135-4213
FOR RESERVATION PLEASE CONTACT US AT:
events@diningatyakal.com
7431 Yakal St., San Antonio Village, Makati City


SÄNTIS Delicatessen
www.santis-deli.com
最高の美味しさを取り揃えています。
CHÂTEAU
GRAND-PUY-LACOSTE
2012

CARUSO
RISTORANTE ITALIANO

Bocelli and Caruso

世界的に有名なテノール歌手、アンドレア・ボッチェリ氏は2016年に行われた一夜限りのコンサート「Cinema World Tour」の成功を祝して、Caruso Ristorante Italianoを訪れました。イタリアのMassimo Roscigno大使とイタリア商工会議所会長のSergio Boero氏などの著名人も参加。ボッチェリ家のブドウ園で生産されたボッチェリ・プロセッコのフィリピン発売開始の記念にボッチェリ氏がこのレストランに来店されたことをオーナーであるEmilio Mina氏は誇りに思いました。



Andrea Bocelli：有名なオペラ歌手であり作曲家である彼もカルーソのお客様です。



CARUSO RISTORANTE ITALIANO
伝統的なイタリア料理の中でも
よりすぐりの料理をご提供しております。
ぜひ当店に足を運んでお食事をしていただき
イタリアの味をご堪能ください。



8895-2451 / 8895-8790
210 Nicanor Garcia St. Bel Air Makati City
Business Hours: 11:30am -2:30pm / 6:00pm – 11:00pm
Caruso Ristorante Italiano • www.carusoristoranteitaliano.com

Now Open
Japanese Burgers,
Rice Bowls and more
2F Assembly Grounds at The Rise
chatto bites
#TakeItEasy

オーストラリア＆ニュージーランドなどの料理を
美味しいコーヒーと一緒にお召し上がりいただけるカフェです。
アンティポディアン
Antipodean
COFFEE - CAFE - CULTURE



0915-751-8980
G/F 111 Paseo de Roxas Building, Paseo de Roxas cor.,
Legaspi St., Legaspi Village, Makati
Open daily from 7 am to 10 pm
Scan the QR code to see menu and photos!
www.antipodeancoffee.com AntipodeanCoffeeManila

ひなまつりに合わせた
ケーキをご用意しております。
ご予約承ります



BÉBÉ ROUGE
PATISSERIE
ひなまつりショートケーキ
0917-851-9636・02-8833-2826
7602 Sacred Heart St. Corner Metropolitan Ave, San antonio village
8:00-19:00 PatisserieBebeRouge



MAP BGC Q-2

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

2019年のアジアベストステーキ店50に選ばれました!

フランス語でサーロインを意味するL'Entrecoteを店名にしている当店の看板メニューは、ステーキ。お陰様で当店は、2019年のアジアベストステーキ50に選ばれました。また、スイス人オーナーシェフが自ら独創的にアレンジする欧州料理も人気を博しています。
当店では、すべての料理に対して材料にこだわりを持ち、心を込めて一つ一つの料理をご提供しています。ステーキには正式認定をうけたアンガスビーフのみを使用。なかでもボリューム満点のトマホークリブはぜひお試しいただきたいおススメの一品です。



21oz US産アンガスビーフ・トマホーク・リブ・ボーン・ステーキ(P3,880)



Unit A Bellagio, Forbes Road, Forbes Town Center, Bonifacio Global City, Taguig
☎02-8856-4858
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

居酒屋 NIHONKAI TSUKIJI JAPANESE RESTAURANT

和食レストラン【日本海築地】では、伝統的な日本ならではの調理法で、新鮮で本格的かつ豪華な日本料理を、細心の気配りをもって、一貫してご提供しております。
マッキンリーヒルの中心地で、本物の日本料理と文化を体験したいすべての日本食愛好家にとって、必ずや素晴らしい始まりとなることでしょう。





ちらし寿司



幕の内弁当



キャタピラー巻き

(0927) 018 0964 / (02) 7358 1096
Bldg 1 Ground Floor Tuscany Private Estate, Upper McKinley Hill, Brgy Pinagsama, Taguig City
11:00 AM - 11:00 PM

食事代10% OFF

福田屋では日本とフィリピンのシェフが最高のチームをつくり、新鮮で美味しい日本料理をご提供しています。

福田屋は、伝統的な日本料理と現代の日本料理を新しい創作料理として皆様にお届けしたいと考えています。
当店の日本料理の食材は、ほとんど日本から輸入して使用しております。



ランチ 11:00-15:00/ ディナー 18:00 -23:00年中無休



Australian Wagyu Steak
(オーストラリア産和牛ステーキ) : PHP 1,700



Tokusen Nigiri Sushi (特選握り寿司): PHP 1,250

福 FUKUDAYA
Japanese Dining



Fukudaya Gozen(福田屋御前):
4 kinds appetizer and
Tenderloin Steak: PHP 700

ご予約、お問い合わせはこちらへお電話ください

02-8800-3563 , 0927-264-0171

Unit7 The Plaza, Arya Residences, Mckinley Parkway cor. 8th Ave., Bonifacio Global City, Taguig

Fukudaya Philippines @fukudaya.ph

MAP BGC I-3

宮崎牛 MIYAZAKI GYU

マニラ首都圏にいても、日本の穏やかな春につつまれてみませんか?。
宮崎牛の厳選された最高級の牛肉を味わうことで、きっと日本の季節を感じていただくことができるでしょう。

宮崎牛では、いつでも日本の最高級の和牛レストランをお楽しみいただけます。



焼肉プレミアムミックスプレート



すき焼き



かつ丼

02-8829-6167 / 0917-168-6673

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

営業時間：11:00 - 23:00
年中無休（休日も営業）



山里 YAMAZATO

最高峰の日本料理店



雛祭りを祝う

雛祭り三段弁当
PHP 2500++

期間：2020年3月3日から5日

東京 • 神戸 • 福岡 • 浜松 • 木更津 • アムステルダム • 上海 • 台北 • マカオ • バンコク
2nd Floor, Grand Wing, Resorts World Manila, Philippines

Hotel Okura
MANILA

公式WEBサイト: *hotelokuramanila.com* | Facebook & Instagram: *@HotelOkuraMNL*
電話: *+63 2 5318 2888* | E-mail: *info@hotelokuramanila.com*

ROSSINI
RISTORANTE ITALIANO



Costolette d' Agnello Arrosto
ローストラムチョップ
オーストラリア産ラムチョップのトリュフマッシュポテトとラムジュース添え



Fusilli lunghi neri al Salmone "Trattato"
長めの黒フリッジと塩漬けサーモンの"トラッタト"
イカ墨パスタにサーモンの塩漬け、エキストラバージンオリーブオイル、チェリートマト、ブロッコリー添え

当店ではミラノ出身のDavide Lombadi・シェフが作り上げる伝統的なイタリア料理をご提供しています。Davide Lombadi・シェフは、イタリア、パリの最高級レストランで、その腕を振るっており、有名女優や元米国大統領も彼の顧客として名を連ねています。

02 8800 8061/+63 917 5464382 2nd Floor S'Maison Conrad Manila

ほまれ
HOMARE

HOMARE
JAPANESE RESTAURANT AND GRILL

メトロマニラの南に位置する本格的な日本食レストラン。
お好きなお料理を5ツ星ホテルでご堪能ください。









North Bridgeway, Filinvest City, Alabang, Muntinlupa City, Philippines 1781
T: (+632) 8771 8181 | E: homare@thebellevue.com
WWW.THEBELLEVUE.COM

MANAGED BY THE BELLEVUE HOTELS & RESORTS: ALABANG • BOHOL • QUEZON CITY

THE BELLEVUE
MANILA

確かな品質と味。
韓国の母がつくる
本格韓国料理

A-WON 아원

韓国焼肉 海鮮料理



人気のビーフ・リブ (P1,050)



フィリピンでは珍しい鰻もいただける「ウナギ焼き」 (P900)



日本人にも人気の「ユッケ」 (P600/S, P800/L)



ラプラプのお刺身 (P2,200/kg)



落ち着く快適な店内

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

MENU

韓国料理

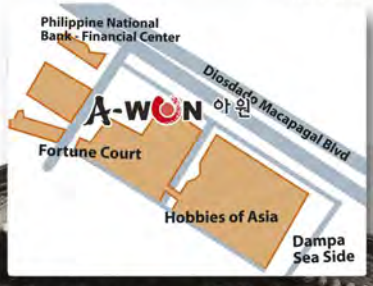
- アンチャンサル（牛ハラミ）P950
- サムギョプサル（豚バラ）P350
- ジェンオ（ウナギ焼き）P900
- キムチチゲ P300
- テンジャンチゲ（味噌チゲ）P300
- スンドゥブチゲ（豆腐チゲ）P300
- カルビタン（カルビスープ）P350
- ブデチゲ（肉・野菜・麺入り鍋）小P700 大P950
- プルコギ P450
- チェユクポックム（ピリ辛豚肉炒め）P400
- ビビンバ P350
- フェドバ（海鮮丼）P400
- チャプチェ P350
- ヘムルパジョン（海鮮とねぎのチヂミ）P450
- トッポギ（ピリ辛もしくは宮中トッポギ）P300
- ネンミョン（冷麺）P300
- ユッケ小P600 大P800

その他にもメニューを取り揃えております。

お客様特典

お好きな焼肉を2種類ご注文いただきますと、テーブルごとに韓国味噌鍋と韓国茶碗蒸を差し上げます。

マカパガル店 MAP
알라방



アラバン店 MAP
알라방



マカパガル店
NO.8Hobbies of Asia,Macapagal Blvd.,Pasay
☎ 02-8833-0421/02-8556-1297/0917-892-8282
営 10 時～ 23 時

アラバン店
2F Commercenter, Commerce Ave. cor Filinvest Ave.
Alabang, Muntinlupa ☎ 02-8519-5183/0917-852-9955
営 10 時～ 23 時

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

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＊(最大3名様まで)

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




和牛ショートリブ P1500


和牛リブアイ P1500


和牛フラップミート P1200


ソクチョコダリ冷麺 (P420)


ソクチョコダリ冷麺 (P350)


きのこのプルコギ 小 (P1,000) / 大 (P1,400)


韓国チヂミ (P400)


シーフードちゃんぽんラーメン (P300)

アラバン店

U/G, Flr Water Garden, Festival Mall Expansion, Filinvest City, Alabang Muntinlupa (across Asian Hospital)
☎Landline (02) 8403-8853
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



アラバンにOPEN

華道

HANAMICHI

高級和食



御社のお客様接待用に
ご利用ください。

お品書き





お客様接待用 コースメニュー
- 寿司お任せコース
- 和牛すき焼きお任せコース
- 和牛しゃぶしゃぶお任せコース

各華道セットメニュー
- 海鮮ちらし御膳
- うなぎ御膳
- 和牛串焼き御膳
- など 各御膳セット

各アラカルトメニュー
- 押し寿司 各種
- 天ぷら
- 手打ち蕎麦
- カレーライス　各種
- など 各一品料理


寿司カウンター


2階座席


個室


座敷

ご予約電話番号

02-8352-6369 / 0915778679 (Globe) / 09982806008 (Smart)

営業時間　11:30 - 14:00 / 17:30 - 22:00 (無休)　Westgate Center, Filinvest City, Alabang Muntinlupa City

本物の博多豚骨ラーメン



博多 一幸舎
HAKATA IKKOUSHA
GLOBAL STANDARD
MANILA

(02) 8842 1873
10:00am - 9:00pm
Upper Ground Floor, Water Garden, Festival Mall, Filinvest City, Alabang
ikkoushamanila
ikkoushamanila.com

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 検索
http://primer.ph/eat/

WOODEN HORSE STEAKHOUSE
ウッデン・ホース・ステーキハウス



Rib Eye Steak



Vongole Spaghetti

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。





8659-7522 / 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
Molito Commercial Complex Madrigal Business park, Ayala Alabang, Muntinlupa City
wh_steakhouse@yahoo.com
woodenhorsebeststeakintown

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 Market Place 台北超市

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、チキン照り焼き(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 ☎02-8551-7522 営9時~23時 休なし





マカティメディカルから徒歩すぐ!

New Hatchin 日本食材専門店
Japanese Grocery
豊富な品揃え! 基本的な日本食材に加え、生鮮食品がおいてあるのも魅力の一つです。
Always Fresh!
Cake Sushi Vegetable Seafood Delica Meat

●マカティ店 ☎02-8897-7207、02-8890-1649
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 ☎02-8400-9478
住所: 2119 A. Mabini St. Malate, Manila
営業時間:10:00~21:00 休毎日営業
●カルティマール店 ☎02-8833-8905、02-8834-1384
住所: Unit 6 Cartimar Plaza, Leveriza Street, Pasay City
営業時間:7:00~17:00(月~土)、7:00~14:00(日)
●ケソン店
133 Katipunan Road, Brgy. St., Ignatius, Quezon City
営業時間:10:00~22:00
sales@newhatchin.com



プロ直伝!

今晩のおかず まめ知識付

The Simple Japanese Food

空芯菜 (Kangkong)

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おいしさだけでなく、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 inquires
info@simplejapanesefood.com



おウチ簡単!焼肉屋さんメニュー!

空芯菜の三色ナムル

●材料(10人前)

もやし、空芯菜、きのこ	500gずつ
ごま油	40g×3
塩	5g×3
醤油	5g×3
味の素	5g×3
砂糖	3g x3
黒コショウ	一つまみ×3
炒りゴマ	(お好みで)

●作り方(調理時間 15分)

❶沸騰した湯で、三種の野菜を茹でる。
❷茹だった後、ザルに水分を切り、ボールに移す。
❸具材が熱いうちに、調味料を全ていれ、混ぜ合わせる。
❹具が冷めたらタッパーに移し替え、冷蔵庫で保管。
❺写真のように器に盛り付け、お好みで胡麻を振り完成。

●Assorted Namuru(Vegetable appetizers)

Bean sprout, Kangkong, Mushrooms...	500g each
Sesame oil	30g x3
Salt	5gx3
Soy sauce	5g x3
Ajinomoto	10g x3
White sugar	3g x3
Black Pepper	1pnch x3
Roasted white Sesame	(option)

●PROCEDURE
Good for 10 person (Cooking time: 15min)

❶Boil vegetables in boiling water.
❷After boiled, drain water and keep in mixing bowl.
❸Put all ingredients while ingredients are hot. Then mix well.
❹After 3 became room temp, keep in tapper ware and ref.
❺Decorate on plate. Sesame seeds on top as option.



Point!
空芯菜は茎と葉の部分で火通り時間が異なるので、茹でる際は茎を30秒程早く茹でましょう。きのこは茹でても良いですが、同量の調味料とごま油で炒めて作ると香りがより一層引き立ち美味しくなります。是非お試しを。

フィリピン食材 豆知識



フィリピンで広く親しまれている野菜Kang kong。熱帯地方の湿地帯で育つツル系の植物で、フィリピンの至るところで育つため、田舎ではタダ同然の値段で売られていることもあるほど、庶民的な野菜の一つです。

日本では九州や沖縄地方で栽培されており、空芯菜(よう菜)と呼ばれています。茎の方が空洞になっているため"空芯"と名付けられたのかもしれません。ちなみに、英語での名称はChinese water Spinach。日本のホウレン草とは似て非なるものではありますが、栄養素で見てみるとガンや動脈硬化に効くβカロテン、疲労回復に効くビタミンB群、美容に効くビタミンE、貧血予防に効く鉄分、などなどとても栄養豊富です。

調理方法は炒めたり、茹でたりと、一般的な野菜と同様な調理で何にでも使用可能です。フィリピン産の空芯菜はエグみが強いこともあるので、生食は控えた方が良いかもしれません。フィリピンではシニガンなどのスープに入れたり、甘辛く煮込んだアドボに入れたり、肉やその他野菜と一緒に炒めたりすることが多いようです。

購入先は、ほぼすべてのスーパーマーケット、または市場で入手可能。年中収穫できるので一年を通して食べることができます。今晩はそんな空芯菜を使って、パパっとナムルを作ってみましょう。

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 Blog., 2153 Don Chino Roces Ave. cor.Rufino., Makati
0917-514-6814/0917-514-8078/02-553-4673/02-808-1140
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: teppen.intl.philippines@gmail.com
teppen.intl.philpurchasing@gmail.com
teppen.japlor.grovery

Teppen International Inc.
Japanese – Korean Grocery



広々とした清潔な店内



緑の看板を目印に探そう

Your Japanese Convenience Store in Makati

KOBEYA JAPANESE FOOD MART 神戸屋 日本食材

豊富な品揃えで お客様の健康的食生活をサポートいたします。





Kobeya Japanese Food Mart GF Juno cor. Makati Ave., Bel Air Village, Makati City
Tel. 8807-1107 Mobile no. 0956-499-7797 I FB, IG, Twitter, LinkedIn /kobeyaPH

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

CHAMPAGNE VRANKEN
DIAMANT BRUT

エメラルド色がかかった輝きのある黄金色。アプリコットやマンゴー、焼きたてのビスケットの様なアロマ。フレッシュで柔らかな味わいが口の中に広がり、フィニッシュにはローストしたコーヒーの風味が感じられます。ゴージャスなアペリティフとして、魚のグリル、ジビエ料理などと共に。



+632 8804-5028
G/F Republic Glass Building196 Salcedo Street
Legaspi Village Makati City

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

MAP マカティ D-4

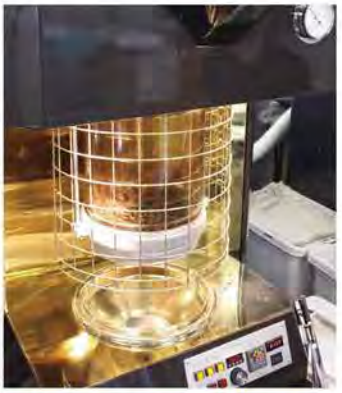
店舗併設のイタリアレストランオープン！
食後にコーヒーはいかがですか？

フレッシュロースター珈琲問屋
FRESH ROASTER COFFEE TONYA

マカティ北にあるマカティ市役所から直ぐ近くにある珈琲専門店、フレッシュロースター珈琲問屋。日本スペシャルティーコーヒー協会認定の資格を持つ日本人が常駐し、その人に合ったコーヒーをご紹介してくれます。お店の最大の特徴は、世界各国から集めた約60銘柄の珈琲生豆と、日本製の焙煎機を利用したオンデマンド形式の注文方法。焙煎度合いまでその場で指定できるので、あなたのお好みのコーヒーもきっとみつかるはず。専門器具も豊富に取り揃えています。WEBからも注文可能となります。

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







illy®
for your events
イベント用のレンタルコーヒーワゴン

お問合せ、ご注文は
こちらにご連絡ください。

+632 8 696 0463 +63 917 526 8951
+632 8 531 8467 +63 917 551 7178
angeliroble@deliziofinefoodsinc.com

McASIA
Foodtrade Corporation

全体日本料理のソリューション

McAsia Foodtrade Corporation
は、日本の食品、台所用品、工業用調理器具、業務用kitchen房の大手販売することです。レストラン、ホテル、ケータリング、も食料品店への卸売りに積極的に取り組んでいます。



McAsia Foodtrade Corporation 158 Apo St., Brgy. Maharlika, Q.C
Tel: 8251-3625 Fax: 8231-1026 Email: salesadmin@mcasiafoodtrade.ph
IG: /mcasiafoodtradecorp I FB: /mcasiafoodtrade

必要な調理器具が
なんでも揃う！

EXCLUSIVELY AT
MK kitchen
Your One-stop Kitchen Solution



配管、取り付けも承っております。

MK kitchen SERVICE HOTLINE
Jacklyn 0917-860-4664

#4 E. Rodriguez Jr. Ave., C5, Brgy. Bagong Ilog, Pasig City
(02) 8661 1931 to 2, www.mkphil.com

SHARAKU FOOD, INC.

売れるラーメン作りのお手伝いをいたします！
麺、スープの材料調達はSHARAKUへ


全粒粉麺


細麺


豚骨麺


餃子皮


特製餃子

●100%日本品質 ●特注オーダー対応● 日本の製麺機を使用

6月より新体制になり品質向上しました

Smart: 0939-242-0027　Tel: 02-8541-9877

Globe: 0995-860-4420

Stall # 111 Cartimar Shopping Center

sharakufood@gmail.com

Sharaku FOOD INC

試食用サンプル無料！


日本人製麺職人が常駐。品質はお任せください！

現地日本人スタッフが厳選した

フィリピン産マンゴーを航空便にて日本へお届け！



お問い合わせ・ご注文は FB・LINE・メールからお気軽にどうぞ。

メールやLINEでご注文の場合

メールorLINEで注文 ▶ お支払い ▶ お届け

Webサイトからご注文の場合 ※お支払いは日のみです

Webから注文 ▶ お支払い ▶ お届け

※各商品季節により価格が変動いたします。

※産地状況により配送が遅延する場合がございます。詳しくはお尋ねください。

ペソ支払可　高品質　贈答品にも

日本・現地 お問い合わせ先（両国共通TEL受付：平日9時～17時）

※1時間時差がありますのでご確認の上、ご連絡ください。

株式会社 ダイヤモンドスター 成田営業所

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 FAX: +81-479-85-5901

@takuhaimango　https://www.spain-ham.com

LINE 友だち検索はこちら @513dhiys

Diamond Star Agro Products, Inc.

Bldg. 2SUNYU COMPOUND,
MDC Road, Veterans Center,
Western Bicutan, Taguig City 1604

TEL: 02-8838-4921/22　FAX: 02-8838-4621

Cell. 0917-527-5191（担当：柴田）

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 ☎02-3377-5461 キッズ歓迎

Alabang/Manila
- SM Skating Rink (スケート、アイスホッケー) ☎02-8800-0426 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 ☎02-8710-2151
- 不動心 合気道 道場 ☎02-8843-4410 / 0917-887-6373
- MANILA HAPONS(ラグビー) ☎0917-509-5788(野久尾)
- 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) ☎02-8893-1600
- マニラ熱血バトミントン部 ☎0905-497-7128
- Perry Sovidal ballet (バレエ) ☎02-8895-7812 / 0917-525-5370
- THE BEST CENTER ザ・ベストセンター(総合) ☎02-8372-3065 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) ☎02-3450-2994 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 ☎02-8844-5289 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 ☎0949-994-7035 日本語可 日本人会
- Bicram Yoga ☎02-8889-0126 / 0917-800-3512
- 日本人会コントラクトブリッジサークル ☎02-8810-7909 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 ☎02-3410-2279

※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。

SUBIC INTERNATIONAL GOLF CLUB, PHILIPPINES

すべてが洗練された極上のゴルフコース
スービック・ベイに誕生

NLEXを北上しSCTEXの雄大な景色の中を駆け抜け
経済特区スービック・ベイ・フリーポートゾーンへ

PGA TOUR コースを目指した国内随一を誇る最高級のコース
アクティブ、そして寛げる時間をお約束するゆきとどいたキャディサービス
食材と調理法にこだわった料理の数々

心に残る至極の時を存分にご堪能ください

PLAYING RIGHTS MEMBERSHIP

ゴルフ会員権販売開始

2019年12月より受付中 詳しくはホームページ・TEL・メールにて

©KEN.TENZING







SUBIC INTERNATIONAL GOLF CLUB

ご予約・お問合せ / 047-250-3765 0917-319-1156

ジャパンデスク / japandesk@subicgolf.com

アクセス / メトロマニラから135分、クラーク国際空港から60分（6900 Binictican Drive, Subic Bay Freeport Zone Zambales 2222 Philippines）

WWW.SUBICGOLF.COM







MODERN PARADISE IN LIO, EL NIDO

旅行、結婚式、会議、あらゆる場面で最高級のホスピタリティを提供する現代の楽園　「Seda LIO / セダ・リオ」

パラワン島エル・ニドに位置する、325ヘクタールの規模を誇るリオ・ツーリズム・エステート内のリゾート「セダ・リオ」。世界的な観光地を目指すエル・ニドの地で、より多くの旅行者の皆様に当地に足を運んでいただくために、充実した設備とアメニティを完備しております。

セダ・リオのホテルの敷地内には、スイミング・プール、スパ、お子様向けのプレイ・ルーム、ゲーム・ルーム、プール・バー、そしてフィリピンの地元料理だけでなく各国の料理をご堪能いただけるレストラン「ミスト」があります。セダ・ホテルズの代表的なレストランである「ミスト」は、このエリアでもっとも種類豊富な朝食ビュッフェをお楽しみいただけます。

セダ・グループのゼネラルマネージャーであるブレット・ヒッキーは、「私たちは、西洋料理とフィリピン料理を融合した逸品や定番の朝食など、他店では見ることができないようなメニューを提供しています」と申しています。



また、「セダ・スパ」はマッサージをはじめとする質の高いトリートメントを求める方にもおすすめの場所。庭園のプライベート・ヴィラで施術を行うため、プライバシーも保証されています。「ミスト」と「セダ・スパ」はご宿泊者以外の方もご利用いただくことができます。

ビーチでは、カヤック、スタンドアップ・パドルボード、ペダルボート、そしてシュノーケリングなど、非電動式のウォータースポーツをお楽しみいただけます。アヤラモールも徒歩圏内。また、遠出したい方は、バキット湾を象徴するスポットを巡るアイランド・ホッピングのツアーもフロントデスクにてお申込みいただけます。

これら設備やアクティビティのすべては、団体様でもご利用も可能。セダ・リオは153の客室に加え、最大150人収容できる設備の整ったエアコン付きの多目的ルーム、さらにメイン・イベント会場に隣接する屋外パティオを利用すればより大人数の団体様もご利用が可能です。さらに3つの会議室と2つのボードルームもご用意しております。

ヒッキーは、「セダ・リオ」がフィリピン国内の主要な結婚式場として、また会議目的でご利用いただける国内随一のホテルとなることを目指していると話しています。結婚式で当ホテルをご利用された方は、その豊富なオプションの数々にきっとご満足いただけるしょう。伝統的な結婚式でも、あるいは個性的な結婚式でも、おふたりが望むような一日をつくりあげていただくことが可能です。ビーチを臨みながらの結婚式や、屋外庭園、プールサイドだけでなく、従来型の屋内での結婚式もエル・ニド最大の会場で執り行うことができます。各会場にそれぞれ魅力がありますが、いずれも一生に一度の大切なイベントに大きな可能性を与えてくれることでしょう。

リオ・ツーリズム・エステートの持続可能性を追求した開発都市計画に則って、「セダ・リオ」は3フロア、あるいは周囲のココナッツの木と同じ高さの低層構造となっています。また、周辺への影響を最小限にするため、環境に配慮した取り組みをおこなっています。

「私たちは、一流の旅先が提供する最高級のサービスに沿った"真のフィリピン流ホスピタリティ"をお客様にご提供することはもちろんのこと、ここセダ・リオで環境問題にも取り組んでまいります」と、ヒッキーは話します。

「セダ・ホテル」はエル・ニドのほかに、バコロド、カガヤンデオロ、セブ、ダバオ、イロイロ、ラグナ、マカティ、ケソンシティ、BGC、タギッグなど、フィリピン各地に展開しています。

Address:
Lio Tourism Estate
Bgy. Villa Libertad
El Nido, Palawan
PHILIPPINES

T: (632) 7956 8888
E: lio@sedahotels.com
lio.sedahotels.com

seda
LIO

これぞ大自然の造形物！フィリピン最後の秘境の地へ

El Nido

エルニド

白い砂浜とサンゴ礁、それにカルスト状の崖が切り立つ島々……。17世紀、この海を訪れた船乗りたちは、この地のあまりの美しさに手を触れすことなく、エルニド（海のつばめの巣）と名付けて去っていったという。大自然の造形物を有するエルニドはパラワン島の北部に位置、パラワン諸島観光の目玉の一つとして現在急ピッチに開発がすすんでいる。市内を散策すると欧米人の観光客に頻繁に出会う。日本人客はまだ少なく、現地に在住する日本人はわずか2名。南国感とフィリピンならではの情緒とダイナミズムがまだ色濃く残るこの地を、Primerがご紹介します！

エルニドの
情報が満載！
是非、WEBもチェック！

〈 エルニドを楽しむために！旅行のヒント 〉

●市内の移動手段　エルニド内の移動はトライシクルが便利。比較的きれいでかわいいトライシクルがいたるところに待っていてくれる。走行距離によるが、ドライバーはだいたいP150を最初に提示してくるので交渉の余地あり。ドライバーは基本的な英語は理解してくれる。また各所にオートバイのレンタルショップがあり、P600/一日。欧米人がよく利用している。

●環境料金　アイランドホッピングの際に、エルニド市が徴収するエコツーリズム開発費（ETDF）は10日間有効でビッグラグーン（ツアーA）環境料金-各P200、スモールラグーン（ツアーD）環境料金-各P200、ツアー料金と別。ちなみにビッグラグーンとスモールラグーンは同じ日に訪れることはできない。

●ダイビング　エルニドは意外に知られていない絶好のダイビングスポット。以下のダイブショップがおススメ。エルダイブ-ショートコースP5,300～（日本人経営）パラワンダイバーズ-ショートコースP4,800～

●遊泳禁止エリア　環境保護のため、遊泳禁止エリアが設けられている。【遊泳禁止エリア】バランガイブエナスエルテ、マサガナ、コロンコロンビーチ

●その他　現地のATMや気候シーズン情報などのTipsは、Primer WEBへ。



約1時間50分 マニラ ✈ エルニド 🚗 市街

NAIAから直行便AirSwiftを利用しEl Nido Lio空港へ。忙しい方におススメ。所要時間1時間程度。費用P8,000～。空港から市街へはトライシクルで20分程度。

約8～9時間程度 マニラ ✈ プエルトプリンセサ ✈ エルニド 🚗 市街

パラワンの首都プエルトプリンセサからエルニドへの行き方は空路、陸路を利用しよう。

空路　Puerto Princesa International Airportで乗り換えEl Nido Lio AirportにAirSwiftで30分のフライトでP3000～。

陸路　Puerto Princesa International Airportから約6時間の旅。バスの場合バスターミナル・

約7時間20分 マニラ ✈ プエルトプリンセサ 🚌

San Jose(サン・ノゼ)へ。予約のないシャトルバスは乗客が満員にならないと出発しない。またハイスピードでの危険も。ぜひツアー会社のバンか事前にリム



エルニド市街

コロンコロン エルニド市街

ジンシャトルバス（P750程度）を利用したい。またエルニドではCorong Corong（コロンコロン）で下車し、そこからはトライシクルでホテルへ。

約40分 コロン エルニド市街

パラワン島の最北端Coron（コロン）からはフェリー、高速船、船を利用できます。フェリーはコロンからエルニドまで約4時間、P1,500前後。

エルニドの旅のマスト！

アイランドホッピングで大自然を堪能

TOUR A: Big Lagoon, -Secret Lagoon, 7 commandos Beach or Papaya Beach , Shimizu Island or Payong-Payong Beach

エルニドに来たらぜひ！ アイランドホッピングで 大自然を満喫！

エルニドには行政で定めたABCD４つのアイランドホッピングがある。それぞれに5か所の異なる絶景ポイントがあり、スノーケリング、カヤッキング、スイム、そしてランチも楽しむことができる。乗り合いのツアーもあるが、プライベートツアーもお気に入りのビーチに長い時間滞在できのんびり楽しめることから人気だ。行政で定めた価格は6名でP10,500。ツアー予約はオンラインからも可能だが、旅行代理店もしくは現地ツアー会社で受け付けている。

エルニドで必体験の 一番人気コース

Big Lagoon

ビッグ・ラグーン



カヤックは入口でレンタル可(写真①)/透明度の高い海が魅力(写真②)/その名の通り広大なラグーン(写真③)





外海から隔たれた幻想的な空間が広がるラグーン。ツアーAは、特に人気が高い「ビッグ・ラグーン」をはじめ、エルニドの魅力を存分に堪能できる人気プランだ。ビッグ・ラグーンの石灰岩でできた崖の間に広がる美しい光景は、一見の価値あり。入口でカヤックを借りて、ラグーン内を散策できる。レンタルカヤックの価格は大きさに応じて異なり（最大収容人数は4名）、P250～P350。ラグーン内は泳ぐことも可能だが、ライフジャケットを必ず着用しよう。

小さな穴をくぐれば そこはカルストで囲まれた 美しい海

Secret Lagoon

シークレット・ラグーン



そびえ立つカルスト(写真①)/入口の穴はとても小さい(写真②)/穴をくぐると美しい風景が(写真③)





岩山に囲まれたシークレット・ラグーンは、ビッグ・ラグーンに比べると小規模で、ビーチの横にある小さな穴をくぐってやっと辿り着くことができる。満潮時には泳いで穴を通る必要があるので、ツアー・ガイドにサポートしてもらおう。ラグーン内は、巨大な石灰岩のカルストで囲まれた小さな池のようで、海はもちろん、天然の彫刻のように美しいカルストも見どころ。秘密の場所に来たようなワクワク感がたまらない場所だ。

パラワン本島の ゆったりビーチ

Papaya Beach

パパイヤビーチ



南国のような風景(写真①)/シュノーケリングもおすすめ(写真②)/白い砂浜は写真映え必至(写真③)





ツアーAの終盤はパパイヤビーチに上陸。パラワン本島にあるがエルニドの市街から少し離れており、海から上陸するのが便利。近くにはシミズアイランド、セブンコマンドビーチがある。シミズビーチは日本人にちなんだ名称。シュノーケリングや海の豊かな生態を満喫できる。フォトジェニックなスポットでもある。パパイヤビーチではドリンクなども販売されており、小銭も持って上陸し、ツアーの最後を楽しもう！

TOUR B: Cudugnon Cave, Cathedral Cave, Pinagbuyutan Island, Snake Island*, Entalula Island, Popolkan Island



1億 2,500年前にできた 造形美あふれる島

Pinagbuyutan Island

ピナグビュータン・アイランド

多彩なスポットを楽しみたい方におすすめのツアーB。申し込む人が少ない分、各地をじっくり堪能できる。ピナグビュータンアイランドは1億2,500万年に形成された島。またの名をエリスアイランド(Ellis Island)と呼ばれる。海にうかぶ真っ黒な岩の塊は迫力満点！



歴史的興味もそそる 幻想的な洞窟

Cudugnon Cave

クドゥニョン・ケーブ

入口の小さな穴をくぐると、天井の高い開放感のある風景が広がる。宗王朝の陶器が発見された歴史的な価値のある洞窟で、鍾乳石や石筍、天井から差し込む光によって作り上げられた空間はとても幻想的。入口は岩が多くて狭いので、怪我をしないよう注意。



S字にうねる 砂州がユニーク！

Snake Island

スネーク・アイランド

干潮時に現れる真っ白な砂州が蛇のように見えることから、この名前に。砂州はパラワン島まで繋がっている。波が穏やかなので、ボートの上で昼食を取るのも良いだろう。ツアーBはほかにも、ピナグブウタン・ビーチを巡る。オプションもあり。

TOUR C: Hidden Beach, Helicopter Island, Talisay Beach*, Secret Beach, Matinloc Shrine, Star Beach



どこまでもつづく砂浜と
サンゴ礁は見モノ

Helicopter Island

ヘリコプター・アイランド

入口の小さな穴をくぐると、天井の高い開放感のある風景が広がる。宗王朝の陶器が発見された歴史的な価値のある洞窟で、鍾乳石や石筍、天井から差し込む光によって作り上げられた空間はとても幻想的。入口は岩が多くて狭いので、怪我をしないよう注意。



さまざまな海洋生物に
出会えるスポット

Hidden Beach

ヒドゥン・ビーチ

岩に囲まれたビーチは、その名の通り秘境のようなスポット。船からビーチまで泳いでいく必要があるが、ガイドがサポートしてくれるので安心だ。シュノーケリングでは、魚やヒトデ、サンゴなど、さまざまな海洋生物が見られる。



船上のランチを
楽しもう

Talisay Beach

タリサイ・ビーチ

ランチにおすすめのスポットといえばここ。ビーチやボートの上で取る食事は格別だが、特に人が少ないときは、周囲のスポットが見えない海岸で"漂流感"を楽しめる。ガイドにお願いして、早めに訪れるのがよいだろう。

TOUR D: Small Lagoon, Cadlao Lagoon, Ipil Beach 2, Nat-Nat Beach, Pasandigan Cave, Paradise Beach, Bukal Island

ターコイズブルーの海を
カヤックやシュノーケリングで満喫

Cadlao Lagoon

カドラオ・ラグーン

ツアーDはほかのツアーよりも空いているため、各スポットをのんびり楽しんだり、ひしめく観光客に遮られることなく写真撮影ができる"通"向けのプラン。誌面で紹介しているスポット以外にも、パウダー状の砂浜があるプライベート・アイランド「エンタルラ島」や、活き活きとした海洋生物を見られる「ポポルカン島」といったオプションも充実している。カドラオ・ラグーンは、そびえ立つ石灰岩がターコイズブルーの海を囲んだ美しいスポット。ラグーンには泳いで入るか、カヤックをレンタルできる。2人乗りの小型カヤックはP200、3~4人乗りの大型カヤックはP300だ。ラグーンの中央エリアは水位が膝下程度なので、ボートを降りて写真撮影も可能。シュノーケリングもおすすめ。



ラグーンには泳いで入ってもよし、レンタルカヤックもおすすめ



石灰岩は迫力満点



写真撮影も楽しめる

市街地の穴場
ひと気が少ない静かなビーチ

Ipil Beach 2

イピル・ビーチ 2



静かなビーチでゆったりした時間を過ごそう(写真①)/透明度の高い海(写真②)/白い砂浜がまぶしく輝く(写真③)





エルニド・タウンに最も近いビーチの1つで、人気が高いエリア。スイミングやキャンプを楽しめる。特におすすめなのは「イピル・ビーチ2」または「イピルビーチ・エクステンション」と呼ばれている場所。白く輝く砂浜と透き通った美しい海を堪能できる上に、あまり混雑していないところも魅力だ。ひと気の少ない静かなビーチなので、夕日を眺めるのにもピッタリだろう。ほかの観光客とはひと味違う体験をしたい方は、ぜひとも足を運んでほしい。

楽しみ方はさまざま!
小さなラグーンが集合した
エリア

Small Lagoon

スモール・ラグーン



ラグーンの数々をカヤックで周る(写真①)/島近くまではカヤックで(写真②)/まじかに島の造形を見ることができる(写真③)





スモール・ラグーンは岩で仕切られた小さなラグーンが集まるエリアで、ビッグ・ラグーンの近くにあるミニロック島に位置する人気スポット。もともとはツアーAの一部だったが、コンビネーション・ツアーが禁止になったため、ツアーDに組み込まれた。キッシング・ロック周辺をカヤックで周遊したり、ボートから降りて大きな岩に乗り写真を撮るなど、さまざまな楽しみ方ができる。水位が深いエリアなので、ライフジャケットの着用を忘れずに。

* lunch spot

バラエティ豊富なエルニドのレストラン

エルニドの地中海料理といえばここ！ ¥¥ 1

Cafe Athena

カフェアテナ



ビーチに面した1、2階が客席(写真①)/Moussaka (P450)(写真②)/Seafood Platter (P840)(写真③)





ギリシャの地中海料理を楽しめるレストラン。エルニドで採れた新鮮な魚介料理も提供している。ベストセラーのHoriatiki Salata（ホリアティキサラタ、P290）は、伝統的なギリシャのサラダ。トマトやきゅうりなどの野菜とフレッシュなフェタチーズの相性が抜群。Seafood Platter(シーフードプラッター、P840)はマグロのステーキやエビ、魚のグリルが楽しめるボリューム満点の一皿だ。

Serena St., Brgy.,Buena Suerte, El Nido, Palawan
営7時～翌0時（L.O. 22時半） ☎0917-324-4544 / 0977-830-0732 Café Athena
E-mail: info.cafeathena@gmail.com

ボリューミー満点のアメリカン ¥¥¥ 2

Local Provisions Kitchen + Mini Bar

ローカルプロビジョンキッチン・ミニバー



Braised Beef Sandwich(P380)(写真①)/Grilled Fish +Clam Aglio olio(P375)(写真②)/Pineapple Cucumber Cooler(P145)(写真③)





地元の生産者から購入した食材を多く使用するアメリカンレストラン。ハンバーガーやサンドイッチ、パスタなど、しっかりとパワーをチャージできるメニューが揃う。南国のフルーツをたっぷり使用したアルコールメニューも。お酒が苦手な方には、Pineapple Cucumber Cooler（パイナップルキューカンバークーラー、P145）がおすすめ。すっきりとした後味が嬉しいノンアルコールのカクテルだ。

Units 60-61, Shoppes at Vanilla Beach, Sitio Marimegmeg, Brgy. Corong Corong, El Nido, Palawan 営11時半～21時 ☎0928-378-3349
Local Provisions Kitchen + Mini Bar

伝統的なフィリピン料理をいただこう ¥¥ 3

Tambok's

トムボックス



Pancit Buko (P170)(写真①)/Artisano Frappe(P200)(写真②)/店内はポップなイメージ(写真③)





エルニドで人気のフィリピン料理レストラン。パコロド地方のレシピを使用したChicken Inasal（チキンイナサル、P130）や、ココナッツの果肉が入ったフィリピン風の焼きそばPancit Buko（パンシットブコ、P170）など、伝統的なフィリピン料理を楽しめる。デザートには塩キャラメルのTuron with Salted Caramel（トゥロン、P115）がおすすめ。ビーチで疲れた体を癒そう。

Lio Tourism Estate, El Nido, Palawan
営11時～21時 ☎0917-639-3173
tambok.ph
Tambok's by Piolo

芳醇なスパイスが香るインドレストラン ¥¥¥ 4

Gandhi's Revenge

ガンディーリベンジ



Tikka Masala (P499)(写真①)/Samosa(P199)(写真②)/インド料理の数々(写真③)





観光客に人気の高いインド料理店。イギリス人のオーナーが経営しており、カレーなどのメニューは辛さやスパイスの種類などをお好みでオーダーできる。スターターにはオリジナルのSamosa（サモサ、P199）がおすすめ。ビリヤニやナンのカレーセットはP499でお腹いっぱいに楽しめる。スパイスの芳醇な香りがたまらないチキンは、くせになること間違いなし。ベジタリアンに対応したメニューもあるのが嬉しいポイント。

Taytay-El Nido National Highway,Brgy., Corong Corong, El Nido, Palawan 営17時～22時（月～土曜）☎0926-694-9097 Gandhi's Revenge
Email: gandhisrevengeelnido@gmail.com

焼きたてのナポリピザを召し上がれ ¥¥ 5

Trattoria Altrove

トラットリアアルトーブ



人気のピザPancetta Con Tartufo (P445)(写真①)/Gamberi e Olio d' Oliva(P350)(写真②)/オシャレなエントランスを入るとそこはイタリア！(写真③)





ナポリピザが有名なイタリアンレストラン。トリュフクリームやベーコン、モッツァレラチーズがトッピングされたPancetta Con Tartufo Pizza（パンチェッタコンタルトフピザ、P645）は高い人気を誇る。その他にもパスタ、Gamberi e Olio d' Oliva(P350)などが人気。エルニドに魅せられた欧米人にも人気のレストランだ。旅の地で本格的なイタリアンを楽しもう！

Pops District Branch,Brgy., Corong Corong, El Nido, Palawan
営11時～13時半（ランチ）／17時～22時半（ディナー）

疲れた体に染みる本格タイ料理 ¥¥ 6

Big Bad Thai

ビッグバッドタイ



Chiken Pad Krapow(P350)(写真①)/Pork Green Curry(P390)(写真②)/連日、多くのお客様が本格的なタイの味を求めて足しげく通う(写真③)





本格的なタイ料理レストラン。Pork Green Curry（ポークグリーンカレー、P390）やSatay Chicken（サテチキン、P320）など、定番のタイ料理を頬ばろう。店内の個性的なインテリアも楽しめる。エルニドで最も本格的なタイ料理と町で最高の景色を楽しめるレストラン。タイ人シェフがおりメニューも味も、タイレベル。本物の辛さと味が期待できる。地元の食材と自農場の新鮮な野菜で作られている。

Calle Hama, Brgy. Masagana, El Nido, Palawan
☎0917-639-3173
営15時～23時
Big Bad Thai Bistro & Bar

居心地の良い
カフェレストラン ●● 7

Art Cafe
アートカフェ



アートごころをくすぐる店内(写真①)/Mango Coupe(P350)(写真②)/地元料理中心に味は本格的(写真③)





エルニドで長く愛されてきたカフェレストラン。料理には可能な限り地元の食材を使用し、健康的なオーガニックのメニューを提供している。新鮮な魚介を使ったEl Nido Staple Seafood Paella (エルニドステープル・シーフードパエリア、P450)は、ふわっと鼻に抜けるサフランの香りがたまらない一品。地元のミュージシャンによる演奏も楽しめる。オーナーはエルニドの観光情報に詳しく、耳寄り情報がゲットできるかも！

Serena St., Brgy., Buena Suerte, El Nido, Palawan
営 7時～23時 f elnidoboutiqueandartcafe
elnidoboutiqueandartcafe.com/artcafe.html
E-mail: info@elnidoboutiqueandartcafe.com

日本人が営む
地元で人気の和食レストラン ● 8

Osaka Castle
大阪城



ラーメン(P390)にから揚げ(P280)。定番の日本食を食べられる(写真①)/オーナーの佐藤さん。28歳、エルニドで夢を追いかける(写真②)/エルニドの繁華街・M Quezon St.の2階にある(写真③)





エルニドに暮らす2名の日本人のうちの一人、佐藤 直希さんがオーナーの和食レストラン。奥ゆかしさと急激な発展の二面性をあわせ持つエルニドに魅せられてこの地に居を構えた。最初は屋台から始め、昨年、エルニドの繁華街の2階で再オープン。「日本人の方はほとんどいませんね」とのことだが、提供するのは、お刺身からラーメン、から揚げなどの日本定番料理。しかも魚介の多くは築地て仕入れている腕の入れよう。馴染み客には欧米人が多い地元で人気のレストランだ。

Calle Hama, Brgy., Buena Suerte, El Nido, 5313 Palawan 営 7時～11時、14時～23時
☎ 0906-357-2681
f Osaka Castle El Nido

エルニド限定！おすすめのお土産ショップ

SOUVENIR SHOPS *in el nido palawan.*





ローカルならではのグッズがずらり ● S 1

Kalye Artisano
カーリエ・アーティサーノ

エルニドのローカルアーティストやクラフトマンによるアイテムが数多く揃う。ワークショップやイベントなども開催されているので、公式フェイスブックページなどで情報をチェックしよう。

Lio Tourism Estate, El Nido, Palawan
営 9時～19時 f Kalye Artisano

ビーチで大活躍のファッションアイテム ●●● S 2

Sausage with Benefits Souvenir Shop
ソーセージウィズベネフィット・スーベニアショップ



シャツやサンダルなど、ビーチを楽しむのにおすすめのファッションアイテムを多く取り扱う。マニラ麻のサンダルやバックはお土産にも喜ばれること間違いなし！

Abdulia St., El Nido, Palawan

可愛いアクセサリーを揃えよう ●● S 3

Fisheye The Shop and Rooms
フィッシュアイ・ザショップアンドルーム



ゲストハウスに併設されているショップ。貝殻のネックレスやチャーム、ポストカードやバッグなど、おしゃれなアイテムが揃う。アクセサリーはP300からP400と気軽な値段で楽しめる。

Abdulia St., El Nido, Palawan
☎: 0917-775-6625
f Fisheye The Shop & Rooms

エルニドの観光情報ならここ ● S 4

El Nido Boutique エルニドブティック



エルニドの島々を巡るボートツアーや、バンやバスのアレンジ、飛行機チケットの手配などを手がけるツーリストインフォメーション。リサイクル素材を使用した環境に優しいお土産なども販売している。

Serena St., Brgy.,Buena Suerte, El Nido, Palawan 営 7時～21時
f elnidoboutiqueandartcafe

リーズナブルのお土産ショップ ● S 5

Palawan's Best Pasalubong パラワンベスト パサルーボン



エルニド市役所の近くに位置するお土産ショップ。ブレスレットやドリームキャッチャー、マグネットなど、旅の思い出になること間違いなしの小物が揃う。P100前後のアイテムが豊富。

Brgy. Buena Suerte, El Nido, Palawan

一度は泊まりたい！エルニドのラグジュアリーホテル

ニューオープンの
注目リゾート

₱₱₱₱₱ H1

Maremegmeg Beach Club

マレメグメグビーチクラブ

2019年2月に開業したばかりの新しいリゾートホテル。全12室の客室にはアバカと呼ばれるマニラ麻のラグやランプ、バスケットなど、こだわりのインテリアを使用している。ビーチに面したインフィニティープールのほか、スピードボートやカヤックなど、マリンアクティビティも楽しめる。ビーチサイドでは朝食やカフェなど軽食にぴったりのメニューを提供。新鮮なサラダとカラマンシーの酸味がたまらないMaremegmeg Salad (P320) やClub Sandwich (P380) などで、おなかを満たそう。毎日16時から18時まではハッピーアワーのプロモーションを実施中。新しいレストランなども随時オープンする予定だ。

Maremegmeg Beach, El Nido, Palawan
☎ 0999-724-3965　CHECK IN: 14時～　CHECK OUT: ～12時
Maremegmeg Beach Bar


エルニドの海を眺めながらステイできる


真ん前がビーチのMaremegmeg Beach Bar


ホテルのプールは海の真ん前


Maremegmeg Beach Barでは各種料理が楽しめる


デラックスルーム。ベッドの寝心地は最高！


各部屋はマレメグメグビーチのすぐ脇、絶壁に面した位置にあり風光明媚


各室内からは壮大なオーシャンビューを楽しめる


Maremegmeg Beach Barには豊富な種類のアルコールが並ぶ


細長いプールはエクササイズに最適！

自然に囲まれた
隠れ家リゾート

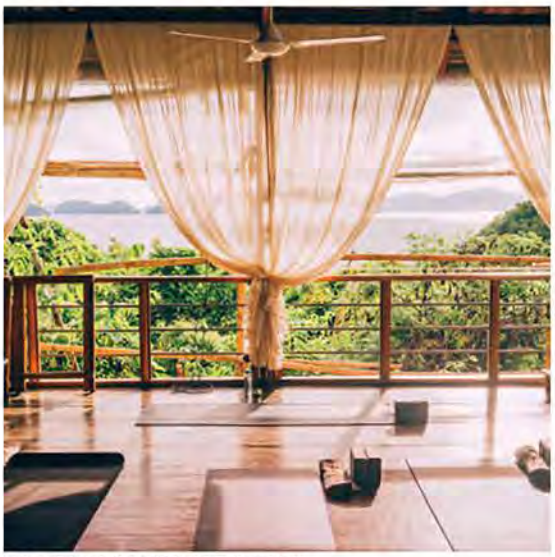
₱₱₱₱ H2

The Birdhouse El Nido

ザバードハウスエルニド

エルニドの自然にひっそりと佇む隠れ家ホテル。日々の疲れや都会の喧騒から離れ、落ち着いた空間でリラックスできる。ラグジュアリースイートは朝食付きで1泊8000ペソから。ホテル内のレストランカフェ、The Nesting Table（ザネスティングテーブル）は、フィリピン料理と西洋料理のフュージョン料理を提供している。エルニドの景色を楽しめるテラスからの食事がおすすめ。毎日17時からはエルニドの夕日を眺めながら行う El Nido Sunset Yoga（エルニドサンセットヨガ）を実施中。自然の美しさを満喫しながら、疲れた体を心をゆっくりとほぐそう。

Maremegmeg Beach, El Nido, Palawan
☎ 0920-606-1186　CHECK IN: 14時～　CHECK OUT: ～12時
thebirdhouseelnido.com　The Birdhouse El Nido


エルニドの大自然を眺めながら瞑想もできる


このビラからの夕陽は最高！


Birdhouseの名の通り、鳥かごのようなビラが並ぶ

島ごとの魅力が溢れる
ラグジュアリーリゾート

H3

El Nido Resorts

エルニドリゾート

美しいエメラルドビーチに水上コテージが並ぶエルニドリゾート。4つの島々に異なるタイプのホテルが位置しており、それぞれがエルニドの大自然を満喫できる造りになっている。ラグジュアリーなステイをご希望の方は、Pangulasian Island（パングラシアンアイランド）がおすすめ。手つかずのビーチや白い砂浜が目の前に広がり、静かなプライベート空間でロマンチックな時間が過ごせるはず。自然のアクティビティーを思い切り楽しみたい方は、Apulit Island（アプリットアイランド）へ。クライミングやシュノーケリングなどを満喫しよう。伝統的なフィリピンの建築様式と、モダンなデザインが融合されたウォーターコテージで、リラックスできるはず。マリンアクティビティが豊富なMiniloc Island（ミニロックアイランド）や、エルニドの絶景の夕日が一望できるLagen Island（ラゲンアイランド）など、島ごとにそれぞれの魅力が楽しめるエルニドリゾート。極上の空間ですごす時間は、特別なひとときになること間違いなし。他では味わえないフィリピンの南国の大自然を、ぜひ五感で堪能しよう。

El Nido, Palawan
CHECK-IN：15時～/ CHECK-OUT：～12時
☎02-7902-5934 / 0917-584-1576
elnidoresorts.com
El Nido Resorts
Email: holiday@elnidoresorts.com



エルニドのターコイズブルーの上に滞在。


どのビラからも最高の海の姿をながめることができる


スタイリッシュなビラの室内。


エルニドリゾートは造形美あふれる半島にある


室内リビング。落ち着いた滞在ができそうだ。


プールも併設

モダンリゾートで
くつろぎのひとときを

H4

Seda Lio

セダリオ

モダンでスタイリッシュなインテリアが特徴の都会風リゾート。全室150部屋の客室は、南国の雰囲気を味わえる造りになっている。インセンティブ旅行や大規模な会議、ウエディングなど幅広いイベントにも対応。多様なシーンで活躍すること間違いなしのリゾートだ。プールはもちろん、プールサイドにはおしゃれなバーも。厳選されたワインやビール、そしてカクテルをいただこう。エルニドの自然の風を感じながら、素敵な夕暮れ時をゆっくりと過ごしたい。ホテル内のMisto（ミスト）は、西洋料理やアジア料理、フィリピン料理など様々なジャンルを楽しめるモダンなレストラン。トロピカルなデザインに囲まれた屋内のほか、スタイリッシュなプールや自然溢れる庭を眺めながら食事をいただけるアウトドアスペースも。スパでは指圧やスクラブ、フェイシャルマッサージにくわえ、フィリピンの伝統的なマッサージ「ヒロット」の施術を提供。リゾート内の屋外ガーデンで気持ちの良い自然に囲まれながら至極のマッサージを堪能しよう。子供の屋外、屋内のプレイルームが併設されているのも家族連れには嬉しいポイント。レストランのミストやプールバー、そしてスパや宿泊者でなくても利用できる。

Lio Tourism Estate, El Nido, Palawan
CHECK-IN：15時～/ CHECK-OUT：～12時
☎02-7956-8888
sedalioresort
lio.sedahotels.com


Seda Lioのビーチフロント


Seda Lio Misto Restaurantテラス席


スイートルーム


Seda Lioのプールは夜もムードたっぷり


プールバーでも時を忘れて過ごしてみよう

6つの宿泊施設が点在した
自然と調和する一大リゾート

H5

Lio Estate
リオ・エステート

空港近くにアヤラランドにより開発されたリゾート。325ヘクタールという広大な敷地の多くは、マングローブや湿地など環境を保持していて、豊かな自然が感じられる。「エルニド・コープ・リゾート」「セダ・リオ」をはじめリゾート内には複数のホテルがあり、空港や市内、周辺施設に送迎してくれる無料ジプニーも。多目的ルームと50の客室を備えた「フニ・リオ」はモダンな造りが魅力で、団体客にも適している。フィリピンの現代的なデザインを取り入れた「カーサ・カラウ」は庭園や屋外プール、サンテラスもあり、トロピカルな雰囲気。色鮮やかな内装の「ホテル・コヴォ」は開放感があり、若者におすすめ。「バライ・アドラオ」は伝統的なフィリピンのデザインを踏襲した落ち着いた雰囲気が特長だ。

Lio Beach, El Nido, Palawan
E-mail: lio@tenknots.com
Lio Beach http://www.lio.ph


落ち着いた中にもゴージャスな雰囲気のエントランス


モダンなつくりが人気のルーム内


大自然を目の当たりにしながら滞在ができる

エルニドを歩いてみる

街中で見つけたショップ＆レストラン

エルニドのダイビングは
日本人経営のダイブショップが便利！

13

El-Dive
エル・ダイブ

エルニドのBacuit Bay（バクイット湾）は保護地区にあたり、豊かな水中生物が存在する世界で最も美しい海の一つだ。ほとんどのダイビングスポットが栄養豊かな湾内にあり、外洋の荒波から守られ、初心者もアドバンス以上のダイバーでも5〜20mで海の散歩をまったり楽しむ。エルニド在住の2名の日本人のお一人大塚さんがオーナーのダイブショップがここEl-Dive。日本語でダイブを楽しむことができる。エメラルドグリーンの海に浮かぶ島々とサンゴ礁、大岩、水中トンネル、そして800種以上のカラフルな魚たちに加えて、パラワンの固有種の海洋生物にも出会えるかも。ぜひエルニドに来たらダイビングで豊かな水中生物も楽しもう！一日3本のファンダイビングがP5300、ハイシーズンP6000。

Rizal street, Barangay Maligaya,
☎ 0999-171-2915 営8時〜20時
el-dive.com


ウミガメと泳ぐ体験にチャレンジ！


大塚さん、某局の人気番組"日本人？、"グッサンの地球便"で取材を受けたこともおありとか



エルニド市街のほぼ中央に位置



黄昏の浜辺でステキなひと時を！

9

Liberté Bar and Restaurant
リベルテバー&レストラン

沈みゆく南国の太陽を眺めながらゆったりできるレストラン＆バー。日本食も提供している。旅の疲れをいやしながら過ごしたいときに足を運んでみたいスポットだ。カクテルp250〜。

Calle Hama, St. ☎ 048-716-4017
営7時〜翌3時



甘いものが欲しくなったらここ！

10

Gusto Gelato
グスト・ジェラート

散策の時に甘いもので癒したくなった時に行きたいお店。10種類以上のアイスクリームをカップかコーンで注文。ピスタチオ、クッキークリームなどが人気。1スクープでP120ペソ、2スクープで180ペソ。ラテやパニーニもある。

Calle Hama, Barangay Buena Suerte, El Nido, Palawan
☎ 0905-572-3524 営7時〜23時 Gusto Gelato



エルニド唯一の人気ベーカリー

11

Midtown Bakery
ミッドタウンベーカリー

外国人観光客にも地元の人にも人気でいつも賑やかなベーカリー。L Diveの前にある。小さめのパンやクッキーはP4〜5、少し贅沢なブラウニーやプリンパンもP20〜25程度。パンが恋しくなったら足を運んでみよう！

Rizal St, Brgy., Buena Suerte, El Nido, Palawan
営6時〜19時

Beaches and Resto-Bars

エルニドをさらに満喫！美しい海岸と料理・お酒が楽しめるスポット



Nacpan Beach 14

ナクパーン・ビーチ

町の中心部に近い、約4キロに及ぶビーチ。地元のレストランやバーが点在する。



Jungle Bar by PIOPIO 12

ジャングルバー・ピオピオ

リオ・エステート内の屋外バー。ビーチを一望しながら、独創的な料理を楽しもう。

営11時～翌1時 ☎0927-038-4713



Lio Beach 16

リオ・ビーチ

緑豊かなビーチは混雑も少なく、夕日を見るのに最適。町からトライシクルで約15分。



El Nido Beach 17

エルニド・ビーチ

町の中心に位置し、レストランやバーは多数。ツアーの集合場所としてもお馴染み。



Corong Corong Beach 18

コロンコロン・ビーチ

夕日が美しいことで知られ、日没時は多くの観光客が集う。砂浜ではサンダルの着用を。

EL NIDO エルニド MAP

N

To Coron, Manila



Maremegmeg Beach 15

マリメグメグ・ビーチ

ヘリコプター島などが見渡せる。朝から賑わっているが、6時前ならひと気が少ない。

Nacpan Beach ナクパーン・ビーチ 14

BAR

District Bar & Kitchen ディストリクトバー&キッチン

Scape Skydeck El Nido スケープ・スカイデッキ・エルニド



Jungle Bar by PIO PIO ジャングルバー・ピオピオ 12 16

Lio Beach リオ・ビーチ

Happiness Beach Bar ハピネス・ビーチ・バー

SAVA Beach Bar サバ・ビーチ・バー

El Nido Beach エルニド・ビーチ

Corong-Corong Beach コロンコロン・ビーチ 18

Bella Vita El Nido ベラ・ヴィータ・エルニド 17

Maremegmeg Beach マリメグメグ・ビーチ 15

To Puerto Princesa





Happiness Beach Bar 13

ハピネス・ビーチ・バー

ビーガンやベジタリアン向けのメニューも取り揃えた、ヘルシーな料理が魅力。

営7時～23時 ☎0966-972-9264 / 0966-879-5183



District Bar & Kitchen 14

ディストリクト バー&キッチン

地元の新鮮な食材で作られたベトナム料理やカクテルが楽しめるディスコバー。

営11時半～翌2時 ☎0977-830-0732



SAVA Beach Bar 15

サバ・ビーチ・バー

ビーチを眺めながら音楽とお酒を堪能できる。壁に描かれた絵などエスニックな内装。

営16時～翌2時 ☎0946-350-9188



Scape Skydeck El Nido 16

スケープ・スカイデッキ・エルニド

場所はクナ・ホテルの最上階。シェフの料理と共に町を見渡せる眺望を堪能しよう。

営6時～10時/11時～23時 ☎0927-585-3080



Bella Vita El Nido 17

ベラ・ヴィータ・エルニド

オーナーのオリバー氏はイタリアのピザ学校で学んだ本格派。ビーチの夕景も見ものだ。

営8時～22時 ☎0905-364-8534



Corazon Travel and Tours

コラゾントラベルアンドツアー

2017年にプエルトプリンセサでTop Performing Travel and Tour Agency選ばれ、また2年連続でTripadvisorの優秀賞を受賞しているツアーエージェンシー。Puerto Princesa（プエルト・プリンセサ）に本拠を置き、質の高い手頃な価格のツアーやアクティビティを提供している。パラワンでの幅広いネットワークを持っており、エルニドツアーでも利用したいおススメのツアー会社だ。

G/F, PC Arcade Bldg, Junction 1, Brgy. San Miguel, Puerto Princesa, Palawan
☎0998-970-8790 (S) /0977-843-3339 (G) /(048) 433-0508 (P)
travelwithcorazon@gmail.com /corazontravelandtours@yahoo.com
Corazon Travel and Tours ☎corazontravelandtours.com

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 PR 428 PR 432 PR 5342	0930 / 1455 0050 / 0610 0615 / 1135 1410 / 1950 0940 / 1450 1450 / 2000 0955 / 1530 0715 / 1225 1450 / 2005 0330 / 0845	毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 木
成田⇒マニラ Narita/Manila	NH 819 5J 5055 5J 5057 JL 741 JL 745 DL 181 GK 041 PR 427 PR 427 PR 431	1755 / 2155 1305 / 1720 2035 / 0110+1 0930 / 1335 1805 / 2210 1720 / 2135 1935 / 2350 1325 / 1740 1355 / 1810 0930 / 1335	毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 月・火・木・金・土・日 水 毎日
マニラ⇒羽田 Manila/Haneda	NH 870 JL 078 PR 422 PR 424	1450 / 2000 2345 / 0450+1 0855 / 1400 1925 / 0030+1	毎日 毎日 毎日 毎日
羽田⇒マニラ Haneda/Manila	NH 869 JL 077 PR 423 PR 421	0935 / 1335 0130 / 0530 0130 / 0530 1520 / 1930	毎日 毎日 毎日 毎日
マニラ⇒関空 Manila/Kansai	PR 408 PR 412 5J 828 3K 763	1425 / 1910 0910 / 0400 1455 / 2020 0655 / 1135	月・火・水・金・土・日 毎日 毎日 毎日
関空⇒マニラ Kansai/Manila	PR 407 PR 411 5J 827 3K 764 3K 764	0955 / 1310 1500 / 1825 2135 / 0045+1 1320 / 1640 1255/1640	毎日 毎日 毎日 月・火・水・金・土・日 木
マニラ⇒名古屋 Manila/Nagoya	PR 438 5J 5038	1405 / 1855 1520 / 2030	毎日 毎日
名古屋⇒マニラ Nagoya/Manila	PR 437 5J 5039	0935 / 1305 2115 / 0050+1	毎日 毎日
マニラ⇒福岡 Manila/Fukuoka	PR 426 5J 922 5J 922 5J 922 5J 922	0945 / 1415 1305 / 1755 1350 / 1855 1425 / 1920 1510 / 2000	毎日 水 月 火・木・金・日 土
福岡⇒マニラ Fukuoka/Manila	PR 425 5J 923 5J 923 5J 923	1515 / 1805 1855 / 2155 2005 / 2305 2045 / 2345	毎日 水 月・火・木・金・日 土

発着地	便名	出発/到着時間	運航日
マニラ⇒札幌 Manila/Saporro	0155/0755	0150 / 0750	月・水・金
札幌⇒マニラ Saporro/Manila	0910/1410	0945 / 1430	月・水・金
セブ⇒成田 Cebu/Narita	5J 5062 PR 434 PR 436	0240 / 0810 0755 / 1325 1500 / 2030	毎日 毎日 毎日
成田⇒セブ Narita/Cebu	PR 5063 PR 433 PR 435	0855 / 1330 1425 / 1855 0935 / 1400	毎日 毎日 毎日
クラーク⇒成田 Clark/Narita	5J 5068	0700 / 1230	月・水・金・土
成田⇒クラーク Narita/Clark	5J 5069	1315 / 1700	月・水・金・土
クラーク⇒関空 Clark/Kansai	3K 777 3K 777	0700 / 1140 0710 / 1200	火・土 水・木
関空⇒クラーク Kansai/Clark	3K 778 3K 778	1240 / 1605 1255 / 1620	火・土 水・木
マニラ⇒香港 Manila/Hongkong	CX 976 CX 912 CX 906 CX 930 CX 918 CX 902 CX 934 PR 300 PR 318 PR 306 PR 310 PR 312 5J 272 5J 110 5J 112 5J 114	0500 / 0725 0800 / 1035 1050 / 1330 1225 / 1510 1745 / 2035 1945 / 2020 2035 / 2305 0740 / 1015 1000 / 1220 1515 / 1740 1900 / 2135 2115 / 2335 0550 / 0820 0720 / 0940 1530 / 1805 1800 / 2045	毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 月・水・木・金・土・日 月・火・水・木・金 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 313 PR 301 PR 319 PR 307 PR 311 5J 273 5J 111 5J 113 5J 115	0730 / 0940 0900 / 1115 1420 / 1635 1615 / 1835 1710 / 1925 2015 / 2235 2150 / 0015+1 0750 / 1005 1130 / 1345 1320 / 1530 1850 / 2110 2255 / 0105+1 0950 / 1210 1105 / 1320 1940 / 2155 2205 / 0020+1	毎日 毎日 毎日 毎日 月・火・水・木・金 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日

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

※2020年01月29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）**

パラワン、エルニド唯一の日本人店。ノンビリ、まったり、長めのダイビング
Go Slow with El Dive（エルダイブ）



日本語対応可能なスタッフ募集

ファンダイビング
体験ダイビング
PADIコース
流好きの方へのお土産
日本語でのエルニド情報
美味しいお店
陸からいける綺麗なビーチ
医師、クリニックの紹介
営業時間：朝8時より夜8時
Eメールアドレス：info.eldive@gmail.com
電話 0999-171-2915 / webサイト：el-dive.com
South Anchorage Building, Barangay Maligaya,

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) 8840-1060
3階DUSIT THANI MANILA ホテル内　MAKATI CITY
http://www.pra.friendshipmanila.com/
http://www.friendshipmanila.com/tool/t_visa.html

発着地	便名	出発/到着時間	運航日
セブ⇒香港 Cebu/Hongkong	CX 922 CX 926 5J 240	1220 / 1515 2005 / 2250 0610 / 0855	毎日 毎日 毎日
香港⇒セブ Hongkong/Cebu	CX 921 CX 925 5J 241 5J 237	0820 / 1110 1605 / 1855 0945 / 1245 1930 / 2235	毎日 毎日 毎日 月・水・金
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 / 2100 1900 / 2245 0555 / 0935 0935 / 1310 1500 / 1900 1935 / 2320 0535 / 0925 1955 / 2355 1335 / 1730	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	0915 / 1250 1215 / 1555 1405 / 1745 1910 / 2250 0020 / 0355 1035 / 1425 1410 / 1810 2000 / 2340 0110 / 0455 1015 / 1410 1900 / 2255	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 894 PR 894 CI 702 CI 704 BR 262 BR 272 BR 278 5J 312 5J 310	0625 / 0840 1745 / 1955 1745 / 2005 1045 / 1255 1655 / 1905 0340 / 0600 1250 / 1500 1850 / 2110 0705 / 0925 2240 / 0100+1	毎日 木・金 月・火・水・土・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 891 PR 895 CI 701 CI 703 BR 271 BR 277 BR 261 5J 311 5J 311 5J 313	0940 / 1205 1000 / 1225 2105 / 2330 0735 / 0940 1330 / 1550 0910 / 1145 1530 / 1750 2030 / 2250 0145 / 0410 0215 / 0445 1045 / 1325	月・火・水・木・土・日 金 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 月・水・土 火・木・金・日 毎日
マニラ⇒バンコク Manila/Bangkok	TG 621 TG 625 PR 730 PR 736 PR 732 5J 931 5J 929	1310 / 1545 1910 / 2125 0935 / 1210 1500 / 1745 1905 / 2150 0005 / 0245 0725 / 1005	毎日 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 932 5J 930	0745 / 1155 1355 / 1805 1350 / 1810 1850 / 2315 2255 / 0315+1 0330 / 0805 1135 / 1600	毎日 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	0945 / 1245 2100 / 0020+1 2020 / 2350	火・土 毎日 毎日
ジャカルタ⇒マニラ Jakarta/Manila	PR 536 PR 540 5J 760	0110 / 0615 1345 / 1915 0040 / 0555	毎日 火・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 5J 501 PR 525 PR 527 PR 529 PR 529	0640 / 1035 1315 / 1715 1720 / 2115 1240 / 1645 0105 / 0500 0640 / 1040 2050 / 0100+1 0705 / 1105 1055 / 1450 2030 / 0020+1 2130 / 0120+1	毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 月・水・金・日 火・木・土 土 金・日
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 5J 502 PR 530 PR 530 PR 526 PR 528	0830 / 1220 1245 / 1630 1735 / 2120 0825 / 1215 2040 / 0035+1 1105 / 1450 0145 / 0600 0100 / 0450 0200 / 0545 1155 / 1605 1540 / 1940	毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 日 月・土 月・水・金・日 火・木・土
マニラ⇒ソウル Manila/Seoul	KE 624 KE 622 KE 650 PR 466 PR 468 OZ 704 OZ 702 OZ 702 Z2 884 Z2 888	2320 / 0420+1 1230 / 1720 0035 / 0540 0050 / 0550 1425 / 1925 2345 / 0500+1 1205 / 1640 1255 / 1730 0700 / 1210 1735 / 2240	毎日 毎日 月・火・木・土 毎日 毎日 毎日 月・火・水・木・金・土 日 毎日 月・水・金・土・日
ソウル⇒マニラ Seoul/Manila	KE 621 KE 623 KE 649 PR 467 PR 469 OZ 701 OZ 701 OZ 703 OZ 703 Z2 885 Z2 889 Z2 889 Z2 889 5J 187	0745 / 1100 1835 / 2145 2005 / 2325 0810 / 1120 2025 / 2340 0735 / 1035 0825 / 1125 1920 / 2230 1930 / 2240 1255 / 1615 2250 / 0200+1 2340 / 0240+1 2340 / 0250+1 0025 / 0405	毎日 毎日 月・水・金・日 毎日 毎日 月・火・水・木・金・土 日 月・火・木・金・土・日 水 毎日 火・木 月・水・金・日 土 毎日
マニラ⇒セブ Manila/Cebu	PR 5869 PR 2841 PR 2835 PR 1853 PR 1843 PR 1845 PR 2849 PR 1853 PR 1867 PR 2859 PR 1861 PR 2863 PR 1869	0025 / 0140 0330 / 0455 0500 / 0630 1155 / 1325 0525 / 0655 0640 / 0800 0840 / 1010 1150 / 1325 1445 / 1615 1600 / 1735 1830 / 2000 2025 / 2200 2245 / 0020+1	水・金・土・日 毎日 火・水・木・金・土・日 日 水 毎日 毎日 月・火・水・木・金・土 毎日 毎日 毎日 毎日 月・火・水・日
セブ⇒マニラ Cebu/Manila	PR 1836 PR 2842 PR 1846 PR 2850 PR 1854 PR 1868 PR 2868 PR 2860 PR 2880 PR 1844 PR 1862 PR 2864	0420 / 0550 0535 / 0655 0900 / 1025 1050 / 1210 1425 / 1555 1700 / 1820 1700 / 1820 1815 / 1940 1910 / 2040 2035 / 2205 2040 / 2205 2245 / 0005+1	火・水・金・土・日 毎日 毎日 毎日 毎日 月・火・木・土 水・金・日 毎日 月・火・水・木・金・土 日 毎日 毎日

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02-8593827/28まで

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!



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)


Avanza 1.3E (M/T):
Php3,500 (10時間)


Starex 2.5CVX(A/T) :
Php5,000 (10時間)


GL-Grandia 3.0(M/T) :
Php5,350 (10時間)


Montero Sports(A/T) :
Php4,700 (10時間)

【ドライバー派遣も承ります】
・1日(10時間) Php1,500~
・1ヶ月(週5日) Php25,000~

A. Watanabe Car Rental
(ABLE CAR SERVICES)
a.watanabecarph@gmail.com (日本語対応可)
Tel: 02-8277-1032 /02-7505-8743
CP: 0917-311-3027/0917-300-2067
http://ablephwixsite.com/able-car-services/car-rent
(New Office) : #14-C JPRizal Ext. Corner Tanguile St. Comembo,Makati City

【長期月極レンタル(運転手付)】
・Php49,500 (運転手付き
・ナンバーコーディングデイには別車両を提供
・長期契約で最高10%の割引
・見積無料!
詳しくは担当・渡辺まで!
CP#+63(0)917 712 7310

Let's enjoy
フィリピンゴルフ

ゴルフサークル・
グループ編
NO.3

Team Policy ゴルフも、仲間の交流も“楽しい”がマスト！

マニラ関大会

◆◆◆マニラ関大会の Profile◆◆◆
●在籍人数　現在１７名（男性 16 名・女性１名）　●ラウンド　３か月に１回
●よくいくゴルフクラブ　●カンルーバン・ゴルフ&カントリークラブ/Canlubang Golf & Country Club（ラグーナ）
●ケーシー・フィリピナス・ゴルフ/KC Filipinas Golf（ラグーナ）

マニラでゴルフを通じで交流を深めるサークル・グループをご紹介するこのコーナー、第３回の今回は「マニラ関大会」をご紹介します。幹事長をおつとめの山本梨世さんにお話をお聞きしました。

ゴルフを通じで交友を温める

「マニラ関大会は、関西大学の卒業生でマニラ近郊に在住しているメンバーが集まって 2018 年に発足した、まだ２年目の会です。ラウンドや親睦会などで３か月に１回は集まりを開催していますが、とにかく集まれば楽しい！ゴルフ歴、年代を超えて和気あいあいとメンバーで楽しいひとときを過ごしています」

マニラ関大会の幹事長で、現在会の紅一点のメンバーでもある山本梨世さんはこうお話されます。楽しいのが一番！とはいえ、実は、関大会は前号でもご紹介した関西７大学（京都大学・同志社大学・立命館大学・大阪大学・関西大学・神戸大学・関西学院大学）対抗戦では２回連続準優勝という好成績です。

「大会では毎回、隠しホールが設定され、大たたきが逆にポイントになる、いわば偶然性のポイントに助けられている部分もあるんですが（笑）、皆さん、それも楽しんで参加されていますね」

次回の関西７大学対抗戦は３月８日。大会前には皆さんで集まって練習会も行うそうで、徐々に気合いも入っていきます。

関大会では７大学対抗戦のほかに、関西学院大学との関関 OB 対抗戦もあり、２大学同士の交流も盛んです。業界の垣根を超えて付き合いができるのがスポーツ交流会の醍醐味の一つ。関大会ではメンバーの皆さんは製造系と金融サービス系の方が多くを占めているそうで、普段は聞けない他業界のビジネスの話題を聞けるのも楽しみの一つ。ビジネス社交度が高いのがマニラ関大会の特徴です。

関大会の皆さんがよく利用するレストランは鉄板大河内。BGC とロックウェルに支店があり、美味しい鉄板焼きを食することのできる人気レストランですが、実はオーナーシェフの大河内さんも関西大学の同窓生。食事会ではさぞかし大阪弁でにぎやかになるのではと思いきや、

「関西大学は実は大阪以外の出身者の方が多いんですよ。いろんな地域の皆さんがあつまって、ゴルフ場を通じて交流を広げています」

同窓の絆を温めながら、マニラの生活がより心豊かになるよう、交流を深めています。

※連絡先は下のリストをご覧ください。


関大会が良く利用するカンルーバン・ゴルフ&カントリークラブコースは北と南それぞれ 18 ホールの計 36 ホールあるのが魅力。写真は北コース６番：左を嫌って右にプッシュしてしまうこともしばしばだとか。



３か月に一度の懇親会にはラウンドとはまた違ったメンバーも参加。同窓生がオーナーの鉄板大河内 BGC 支店をよく利用。大阪の本場のお好み焼や焼きそばをつつきながら話がはずむ。



大正 13 年１月決められたスクールカラー、ブルー（紫紺）のお揃いのポロシャツを着て。関大会の皆様。

◆◆◆自己評価票◆◆◆
■体育会系度　★☆☆☆☆
■仲良しサークル度　★★★★★
■ビジネス社交度　★★★☆☆

◆メンバー行きつけレストラン
お奨め Restaurants
関西大学同窓のオーナーシェフ・大河内さん経営のレストラン。鉄板焼きは勿論、大阪の味・お好み焼きを求めてメンバーが集まります。




◆鉄板 大河内 BGC 店◆
Ore Central Building, 9th Avenue, Cor, Lane Q, Fort Bonifacio
● 11:30-14:30, 17:30-22:30
☎：0917-863-0051 (Globe)

マニラのゴルフサークル・グループのご紹介

■リビエラ会
1992 年に発足、27 年の歴史を誇るリビエラ会。“フィリピンでゴルフを楽しもう、上手くなろう”をモットーに活動を続けています。
☎ 0917-899-0408
✉ yasuma@kanejin.com 担当：安間

■鷲友会（しゅうゆうかい）
1998 年にカビテのロサリオ EPZA に進出している、日系企業に勤める方々が中心になって発足。
☎ 0917-507-8215
✉ nota@darumacorp.com　担当：太田

■だいやめ会
主に鹿児島出身の方を中心にした会ですが、鹿児島に関係のある方（例えば奥さんが鹿児島出身、鹿児島での勤務経験がある）などもいらっしゃいます。
☎：0917-816-9136
✉：s_tange@surtecphils.com 担当：丹下

■まにらレフティー会
フィリピン駐在員で左利きでゴルフをする人の集まり 2017 年９月発足、２か月に１回程度の割合でコンペを開催しています。左利きであればだれでも参加いただけます。
☎：0908-895-2113
✉：tadashi-yokotani@next.takatsuki.co.jp 担当：横谷

■マニラ濃青会
京都大学の OB/OG 会です。月一回程度のゴルフや懇親会もしております。お気軽にご連絡ください。
☎：09493533160
✉：h.kano@glv.ne.jp　担当：叶

■マニラ関大会
マニラ近郊在住の関西大学卒業生の集まりです。関西学院大学 OB とのゴルフ対抗戦『関関戦』や関西７大学コンペに参加しています。
✉：riyo.yamamoto@ph.yusen-logistics.com
担当：山本

■マニラ立命館大学校友会 ゴルフ部
ゴルフはキッカケ、スコアは酒の肴、仲間・絆が財産。それが立命館大学・APU の OB、OG が集まる校友会ゴルフ部です。
☎：+62-921-762-3420
✉：ise-z@wni.com　担当：伊勢

■待兼会・咲耶会
阪大＆旧大阪外大の同窓会です。練習会＆懇親会を通じ技術と結束力の向上を図り、関西七大戦と旧七帝戦の優勝を目指しています。
☎：0917-500-7674,
✉：seiji.mukai@csci.ph　担当：向井

◆このコーナーへ情報をお寄せください！◆
✉ information@primer.ph
宛先　Primer 編集部・フィリピンゴルフ係

一日単位のカーレンタル、月ごと1年ごとのカーリース

すべてのサービスは12時間。自動車、ドライバー付きサービスあり。ゴルフツアーパッケージのガイドサービスもあります。



RATE 12hrs. P2,900 | Rate 24hrs. P5,000 | Rate Excess Hrs. P400/hr.



RATE 12hrs. P3,500 | Rate 24hrs. P6,000 | Rate Excess Hrs. P500/hr.

HIACE



RATE 12hrs. P5,000 | Rate 24hrs. P8,000 | Rate Excess Hrs. P600/hr.

ALPHARD



RATE 12hrs. P10,000 | Rate 24hrs. P16,000 | Rate Excess Hrs. P1,000/hr.

AccessTrip
TRANSPORT SERVICE

2744-A FARADAY STREET SAN ISIDRO, MAKATI CITY PHILIPPINES
CONTACT NO. (02) 8230291 & 5869552
CONTACT PERSONS: **KOKI BEECH mobile. 0917-5366969**
CATH LIM mobile. 0917-5980291
EMAIL ADDRESS: **fbeechaccesstrip@yahoo.com.ph**
cnl.accesstrip@yahoo.com

おもてなしの心溢れる一流のホテルマンがお客様をお出迎え致します。



Networld Hotel
SPA AND CASINO

ネットワールドホテル スパ アンド カジノ

TEL: (632) 8536-7777
Roxas Blvd. cor. Sen. Gil Puyat Ave., Pasay City
info@networldhotel-manila.com
www.jipang-group.com



MAP マカティ E-6



フレンドシップツアー

☎ 02-8840-1060
http://www.friendshipmanila.com/palawan/index.html
営業時間 9:00~18:00(土曜 9:00~13:00)
定休日 日曜・祝日 JCB、VISA、MASTERカード使用 可

パラワンのフレンドシップ

秘境の孤島に世界屈指の白砂という大自然で、
各国の著名人を虜にしてきたパラワン。
贅沢を凝縮した空間で、きっと人生で最高の時間を過ごせるでしょう。

◆アマンプロ ◆エルニド ミニロック ◆エルニド ラゲン
◆エルニド パングラシアン ◆ツー シーズン ◆クラブ パラダイス
◆エルリオ イ マール ◆ドスパルマス ◆アプリット アイランド ◆フマ アイランド

SUBIC FISHING
KING BOAT CHARTER

@SUBICFISHING
WWW.SUBICFISHING.COM

ゆったりとくつろげる広いデッキの豪華なカタマランで大物狙い！

スービック経済特別区近くのマリーナを出航して、
バタアンのアンバヤコーブ沖やザンバレス域の
スービック湾外側の綺麗な海へご案内します。



EC38カタマラン 価格

5時間 45,000ペソ　7時間 55,000ペソ
9時間 64,000ペソ　12時間 90,000ペソ

ワサビ号/フック号 価格

5時間 25,000ペソ　9時間 45,000ペソ



送迎サービス
マニラ ⇔ スービック：6,500ペソ
※：料金にはドライバー費、燃料費、高速費が含まれています。

釣り道具のご持参可能ですが、日本の最新釣り道具ご用意しておりますので、良いタックルでの釣りをお楽しみいただけ、手ぶらでご参加いただけます。
クーラーをお持ちいただけましたら、ご自身で釣った新鮮な魚をお持ち帰りいただけます。
お食事・お飲み物のお持ち込みは自由です。

美味しい魚が沢山釣れています！持ち帰って自宅で料理してみよう！


サワラ


オキサワラ


太刀魚

世界最高のタックルを揃えてます。日本でもお馴染みの電動リールはジギング用と深海釣り用を揃えており、釣り竿も各対象魚用に各種揃えております。
最新の釣り道具と豪華釣り船をご用意して、皆さまのご参加をお待ちしております。

PANTA BASS パンタバス
BASS777

@PANTABASS
WWW.PANTABASS.COM

60cmオーバーのランカーバスも釣れる！フィリピンでバスフィッシング

クラークから約2時間半/マニラからは約4時間半の距離にある、
ヌエヴァ・エシハ州のパンタバンガン湖で、バスボートでの
ブラックバス釣りサービスを行っています。



価格

パッケージA：1日バスボートでのブラックバス釣り 13,500ペソ
料金にはバスボート、燃料、ガイド/キャプテン、最新のバス用釣り具一式、釣り許可書が含まれています。

パッケージB：1日バス釣り+クラークからの送迎付き 20,000ペソ
料金にはバスボート、燃料、ガイド/キャプテン、最新のバス用釣り具一式、釣り許可書、クラークからの送迎費（マニラからの場合は追加2,500ペソになります）が含まれています。

パッケージC：1.5日バス釣り＋クラークからの送迎＋パンタバンガンでの宿泊付き 25,000ペソ
料金にはバスボート、燃料、ガイド/キャプテン、最新のバス用釣り具一式、釣り許可書、クラークからの送迎費（マニラからの場合は追加2,500ペソになります）、パンタバンガンでの宿泊費が含まれています。

上記プラン以外にも、お客様のご要望に合わせてのオリジナルプランの作成が可能でございますので、お問い合わせいただく際に、ご希望のプランをお知らせください。

集合場所









日本から持ち込んだバスボートと、日本の最高のバス用タックルが揃っております。スピニングリールのセットもございますので、初心者の方でもお気軽にお楽しみいただけます。
ご自身がお持ちのタックルをご持参も可！　皆さまのご参加をお待ちしております。

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

Bldg. 1031, olongapo, Subic bay free port zone, Zambales 2222, Olongapo, 2209 Philippines.

担当者（マーピン）：
+63-998-553-3835
日本語対応（青田）：
+63-998-967-5801
marvluckyhook@gmail.com

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

ジャパニーズヘルプデスク
St. Luke's Medical Center

日本人スタッフが皆様のサポートをいたします。



専門医のご予約
内科、小児科、婦人科、皮膚科、
消化器科、耳鼻科、整形外科、眼科など

☑ 受診予約　☑ 医療通訳　☑ 薬の手配

海外旅行保険、クレジットカード付帯保険、プレステージ・インターナショナルヘルスケアのキャッシュレス対応も承ります。

セントルークスメディカルセンター ☎ 02-7-506-7985 / 0917-592-5732(日本語対応)
St.Luke's Medical Center, Rizal Drive cor. 32nd St. and 5th Ave., Taguig

マカティメディカルセンター ☎02-7-618-9802 / 0917-716-9007(日本語対応)
Makati Medical Center Tower1, 2nd floor, Hall C (Asian Lifeの隣)

アジアンホスピタル ☎0917-819-5461
Asian Hospital and Medical Center 2205 Civic Drive, Filinvest Corporate City, Alabang, Muntinlupa City

https://www.j-helpdesk.jp ☎02-8-817-1289(24hour)

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、
ロックウェ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まで
ご相談、診察、治療を行っています。
また、日本人通訳も対応いた
しますのでお気軽に
お問合せください。

診療内容
- メガネ、コンタクト、斜視、弱視の相談、診療、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(近視、乱視、遠視、老眼)
- 白内障
- 緑内障
- 網膜症
- 角膜移植など



(02) 8898.2020 • 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 www.asianeyeinstitute.com

日本人の私たちがサポートいたします

MAP マカティ C-4

当クリニックの フェイスリフト "HappyLift" で もう一度、若かりし日々へ！

WILSON&AYACHE CLINIC
ウィルソン・アンド・アヤシュ・クリニック

イタリア発"HappyLift"は、若々しさを取り戻し、維持する、これまでにない施術法。メスを入れることなく行えるフェイスリフトです。

- ✓ 即効性に優れたリフティング効果
- ✓ リフトと輪郭がかわる
- ✓ 自然な変化
- ✓ 手早く痛みのない施術
- ✓ 長期的な効果の維持
- ✓ FDA承認済みの安全性
- ✓ イタリア製プレミアム高品質スレッド使用



オーストラリアのエステ技術をもとにクリニックを開院してすでに8年。これからもお客様の美と健康に貢献してまいります。



Lower G/F Legaspi St. cor C. Palanca St. Legaspi Village, Makati City, 1229
☎(02) 8846-6725 / 0917-594-5766 / 0922-838-8534
営11時～20時　休月曜
Wilson&Ayache Clinic　JCB・使用可

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

Physiaré
Physical Therapy Center

PRUEBA
プルエバはあなたの身体的可能性を最大限に引き出す最新プログラムです







- ☑ 遺伝子に基づいた診断検査
- ☑ パーソナライズされたトレーニングプログラム
- ☑ 革新的な機器
- ☑ 栄養カウンセリング





アリス・ディクソンさんも推奨!
ALICE DIXSON
アリスさんは女優として数々の賞を受賞し、デジタルメディア・コンテンツプロデューサーとしても活躍。1986年ミス・インターナショナルのフィリピン代表

姿勢評価とPruebaに関するご相談は無料! 理学療法センター「Physiaré」にぜひ足をお運びください。

wellbe
ACCREDITED!

Unit 1705, 17th floor
SM Aura Tower,
26th St. corner McKinley
Parkway, BGC Taguig City

Pruebaには遺伝子プロファイリングが含まれており、お客様の身体的可能性を最大限に引き出し、遺伝子レベルの観点から必要なこと、できることを明確にして、人生の青写真をご提供いたします。

www.physiare.com
0977 831 3424 | (027) 750 6796

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

☎02-7751-8101 / 02-8817-4824 / 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!

日本語・英語・タガログ語対応/当院は完全予約制です。



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.kobayasiclinicph.com
Email: kobayashiclinic.lab@gmail.com (日本語可)
Tel:8852-3622 Mobile:0917-894-7005 (日本語可)
営業時間:9時～17時(日・祝日休診)

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

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



施術後は明るい肌へ

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。



BGC BRANCH



MOA BRANCH

ボニファシオ店
Unit 1-H Grand Hampton, Tower 1, 31st St. cor. 2nd Ave., Fort Bonifacio, Taguig City
☎02-8856-6960/0917-433-8172
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
☎02-8556-7272/0917-598-0599
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

マニラ・BGC唯一のパーソナル専門ジム

B-FIVE BGC

ダイエットはプロにお任せください!

結果が出なければ全額返金!

お客様のご要望にお応えして男性も受付開始しました!

無料体験受付中



B-FIVEのスタンダード90日間の美ボディ革命プラン
ダイエットプログラム

週2回 3ヶ月間(計24回)～
150,000PHP～

私たちにお任せください



NPCJ 2019年 フィットネス モデル コンテスト 王者
代表トレーナー 吉田あんな



岩井章太 島田 南 白田美佳

まずはお気軽にご相談ください

TEL: 0916-500-4113
https://www.b-five.global/

B-FIVE BGC
2/F Serendra, 11th Ave., Bonifacio Global City (Beyond Yoga内)
月～金 平日 10:00～22:00 最終受付20:00
土曜 10:00～18:00 最終受付16:00
日曜 10:00～13:00 最終受付12:00

MAP マカティ D-4

待望のマカティ店がレガスピビレッジにオープン!

KIYOSA

Japanese Total Beauty

おかげさまでBGC本店は5周年を迎え、毎月1800人以上のお客様にご来店頂いております。
マカティ店でも高品質なネイル・マツエク・ヘアーのサービスをご提供させて頂きます。
本店同様、日本人が各セクション常駐しておりますので、安心の日本クオリティー。
また、熟練の研修ノウハウによって、フィリピン人施術者でも高品質なサービスをお約束します。是非一度足を運んでみてください。

MAKATI店
The Palisades ground floor, 107 Perea,
Legazpi Village, Makati City
BGC本店
F1 Hotel ground floor, 32nd Street Corner Lane Q,
Bonifacio Global City, Taguig City
◎ 予約専用ダイヤル
☎ 02-8805-8888 / 0939-915-8888
㊡ 11:00~20:00
🌐 https://kiyosa-beauty.com/



マカティ店舗


BGC店舗

日本人スタイリストが毎日常駐
朝９時から夜９時まで営業
薬剤はすべて日本製です

NORA
HAIR SALON

Makati 店

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

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

予約は電話とFacebookメッセンジャーで受け付けています
（固定電話）02-8843-6065
(Globe) 0917-505-8895
/norasalonmanila

サロン情報が満載！
QR コードで見て下さい



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。

OBCの脱毛はIPLじゃない!レーザーなのにこの価格!!

レーザー脱毛両ワキP300～
フォトフェイシャルP3,000

O.B.C OBATA BEAUTY CLINIC

安心・安全・お手頃価格で美容医療を行っています。

毎月、お得なキャンペーン実施中! 詳しくはお店で!



ご予約は、お電話ください。02-8838-6800(PLDT)
0947-508-8639(SMART) 0956-912-3844(GLOBE)
Unit GF D1, CRESCENT PARK RESIDENCES 30TH ST,
CORNER 2ND AVE, WEST BGC TAGUIG CITY 1634.

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

NEW OPEN
TOKYO GLAM
EYELASH & NAIL SALON





サロン名TOKYO GLAMは"魅惑"を意味するGlamorousが由来。
その名の通り、魅力に満ちたサービスで、
お客様にライフスタイルに合わせたデザインをご提供しております。

日本人アイリスト・ネイリスト駐在





新規オープン記念

アイラッシュエクステンション
およびジェルネイル
(ジェルポリッシュ除く)
20% OFF

4th floor, Ayala Malls Manila Bay, Asean Avenue cor.
Macapagal Blvd. Aseana City, Paranaque City
11時～21時(月－木)時、10時～22時(金－日)
Tel: (+632) 7 900 7074
Mobile: (+63) 917 143 3804
Email: tokyoglamph@gmail.com
www.tokyoglamph.com @tokyoglamph

More info ▶ QRコード

アクセス(Ayala Malls Manila Bay 内)

モールに来たら、Lumbera (フィリピン料理Mirriam の隣)と標記のある入り口から入る。

4階までエスカレーターで上がり、The Bed Room というお店の方向まで直進し、右折。

建物の外に出て少し直進。Belo メディカルクリニックの隣がTokyo GLAMです。



SHARP

Be Original.

Plasmacluster Ion

JAPAN TECHNOLOGY

HIGH-DENSITY 25000*

*EXCEPT FP-J40E-W

プラズマクラスター25000搭載のエアコンと空気清浄機

キレイで快適な空気環境を



PREMIUM J-TECH INVERTER
AH-XP10WXF - 1.0 hp

*Also available in 1.5 hp, 2.0 hp and 2.5 hp

J-TECH INVERTER



AIR PURIFIER
FP-J60E-W 48 sq.m



AIR PURIFIER WITH AIoT
FP-J80E-H 62 sq.m



AIR PURIFIER
FP-J40E-W 30 sq.m

NO.1 AIR PURIFIER BRAND IN JAPAN AND ASEAN'S

80 MILLION UNITS SOLD WORLDWIDE PROVEN & TRUSTED SHARP

HIGHLY RECOMMENDED FOR PEOPLE WITH ASTHMA & ALLERGIC RHINITIS

SHARP (PHILS.) CORPORATION
Km 23 West Service Road, South Superhighway, Alabang, Muntinlupa City
Tel. Nos.: (+632) 8842-0525 to 29
Fax No.: (+632) 8842-0530
Toll Free No.: 1-800-1-888-4952

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

J!NS SCREEN

PROTECT YOUR EYES

ブルーライトから目を守るメガネ



SM Aura | SM Makati | SM Megamall | SM North Edsa | Robinsons Place Manila

お得な最新情報は随時SNSにて配信中。facebook、Instagramをチェック!

@JINS_philippines　@jins_philippines　お問い合わせ support@ph.jins.com

あなたに必要なもの、それは

NATURAL HERBAL TEA

自然のハーブティー



www.delite.ph　fb.com/DeliteHerbalTea　instagram.com/deliteherbal.tea

マッサージ一番うまい



2-HOUR MASSAGE FOR PHP 999

2時間 P999でマッサージを!

その他:
ボディースクラブ P1499

Massage Ichiban Umai の店舗:
パサイ/マンダルヨン/マカティ/タギック/
マラテ/パラニャーケ/パシッグ/ケソンシティ

0905-336-0795
E-mail: ichibanumai0101@gmail.com
samjjang02
ichibanumai
ichibanumai0101



ファミリーマッサージ

Family Massage

Home & Hotel Service
年中無休、24時間出張サービス
(ご自宅、ホテル)

800 最低ご利用時間 2時間

PASAY パサイ　MALATE マラテ
ORTIGAS オルティガス　TAGUIG タギック
MAKATI マカティ

0927-3782369
0920-4622669

FamilyMassageFM　G999G888L



Iza Touch

スパマッサージ
ご自宅、ホテルへの出張サービス

サービス内容

コンビネーションマッサージ●
スウェディッシュマッサージ **P300/1時間**

タイマッサージ●
出産前&産後マッサージ **P600/1.5時間**

ベントサマッサージ●
ボディスクラブマッサージ●
イヤーキャンドルマッサージ
P800/1.5時間

マニキュア、ペディキュア●30分のフットスパとフットマッサージ **P300**

Iza Touch
Home & Hotel Service

サービスエリア: パシッグ、オルティガス、マンダルヨン、マカティ、パサイ、マラテ、マニラ&タギック

営業時間: 24時間営業

お問合せ:
0961 116 6449 /
0949 586 8661 (Smart)
0906 935 2188 /
0935 812 2995 (Globe)

居心地のよいあなたのご自宅で 良質なマッサージをお受けいただけます。

スウェーデンマッサージ・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・リフレクソロジー・ベントーサ・イヤーキャンドル

P300／1時間
フットスパP500、マニキュア ペディキュアP300、イヤーキャンドルP250

24時間 OPEN
エキスパートのセラピストが施術いたします(男女)

マカティ以外は2時間から。料金は場所によって異なります。

お電話はこちら
LANDLINE: 02-8583-31-01
GLOBE: 0995-992-0965 • SMART: 0999-341-6068



J&J
NEED MASSAGE
ホーム&ホテルサービス

RnR Golden Palm MASSAGE

ご自宅&ホテルで　出張マッサージサービス



ご提供サービス内容

- スウェディッシュ、指圧、タイ、ツインマッサージ P300／1時間
- ベントサ、ボディースクラブ P350／1時間
- リフレクソロジー P300
- イヤーキャンドル P250
- RnR Signature Massage 90分 P500

セラピストは男性女性からご選択いただけます。

OPEN 24/7

Contact us: 02.8692.3916 (Landline)
0905.305.8562 (Globe) • 0933.819.7412 (Smart)
www.rnrhomemassage.com

Angel's Touch



天使觸感 上門按摩 安全 舒適
エンジェルズタッチの安全、
快適なホームマッサージ

0921-759-8686
0945-304-2925
0945-184-7053

請直接加微信或LINE或電聯
WechatまたはLINEを追加
するか、直接お電話ください。

angelst518　angelst518　angelstouch321　angelst518

Tomodachi Massage

(2時間)

パサイ Php 300(1時間), パサイ・マラテ Php 600
マカティ Php 700, オルティガス Php 900
ボニファシオ・パラニャーケ Php 1,000



Line / Whatsapp / Viber: +639772361655 | Wechat: emcee1609

Mobile: 0977 236 1655 / 0907 564 6546 Landline: (02) 8332-0026

Ai Care Massaji

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。
お電話をお待ちしています。

24時間営業。
お気軽にお電話
ください。



Parañaque • Pasay • Malate • Makati • Bonifacio
2時間 P700

0920-879-1239　acm588

Seven Angels Massage

24時間対応 自宅、コンドミニアム、ホテルなど、ご連絡いただいたメトロマニラ内の場所で施術が受けられます。

"RELAXATION AND PLEASURE WITHIN HEAVEN'S TOUCH"
天国にいるようにリラックス感と喜び

sevenangels003
7angelsmassage

OUR SERVICES:
P800 2時間フルボディーマッサージ
スウェディッシュ、指圧、タイまたはコンビネーションマッサージ技術

CONTACT US:
0917-447-6203 / 0908-397-2327 / 02-7219-5770
www.sevenangelsmassage.com
24-7_on-call@sevenangelsmassage.com

Honey Massage

サービス
2時間 マッサージ
BGC、オルティガス、マンダルーヨン、パラニャーケ、マラテ …… P600
マカティ、パサイ …… P700

Package コース
・マッサージ 2時間
・イヤーキャンドル
P800

Globe: 0977-072-2400
Smart: 0947-591-8174
Kakaotalk: honeybest11

桜佳 Sakura Massage

"Look Good, Relax, Stay Healthy"

"Pamper yourself at your own place"
24時間年中無休のホテル&ホームマッサージ
=Makati, Malate, Manila, Mandaluyong, Ortigas, Pasig, Pasay, Paranaque, Taguig, Alabang=

ひな祭りプロモ
お1人P500
2時間のフルボディーマッサージ
P300
1時間の通常フルボディマッサージ

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

Globe: 0916-259-8945
PLDT : 02-8897-4890

すべてのプロモはマカティエリアのみ適用となります。
Like us: www.facebook.com/SakuraMassage08

Alabang Rodeo Spa

アラバンでNO1マッサージ！

COUPON P100 OFF

フェイシャルケア
P1,200 - 1 時間
ラバストンマッサージ
P800 - 1時間 | P1,100 - 1.5 時間 | P1,400 - 2 時間
ロデオ定番マッサージ
P900 - 1.5 時間
フェイシャルマッサージ（アクアピール使用）
P1,500 ~



(02) 8552.1321 / 0905.310.4000
Unit 61, 2nd floor, MSA Prime Center, Prime St., Madrigal Business Park, Muntinlupa
営業時間：毎日11時〜22時
rodeojoa



Sweet Massage

ホーム&ホテルマッサージ
— 24時間営業 —

sweetmassage82
sweetmassage88

オイル&ドライマッサージ - Php 700
ベントサ+マッサージ - Php 900
白髪除去+マッサージ - Php 900

BGC / Pasay | Makati / Malate | Ortigas / Parañaque | Alabang

ご利用時間：2時間〜
料金は施術場所によって異なります

CONTACT US: 0926-747-4100 / 0915-307-9790

お気軽に
お電話ください
02-8529-2129

楽
Experience



Childcare Center
WHiZ

知
Brain



動
Move





ウィズこども園

こどもは、みんな神童です。

WHiZ のプログラムが大事にしていること

1. 朝は運動から！毎日、楽しく運動・スポーツプログラム
2. 挑戦してみたい！という気持ちのサポート
3. 日本語で伝え合う喜びを分かち合う
4. こどもとの距離を大切にする１クラス 15 人制
5. 自分で考えて答えを見つける様々なプログラム

●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。

※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 (2016.4.2 生〜2017.4.1 生) 15 名

4 歳児 (2015.4.2 生〜2016.4.1 生) 15 名

5 歳児 (2014.4.2 生〜2015.4.1 生) 15 名

●送迎サービス　BGC内

お問い合わせは info@whizkids.jp までご連絡ください。

Childcare Center WHiZ ウィズこども園

209, The Park West, Grand Central Park, 36TH ST.
FORT BONIFACIO, TAGUIG CITY ☎ 02-8529-2129
https://whizkids.jp/ @whizjapan

GYMBOREE PLAY & MUSIC

The Global Leader in Early Childhood Education

For ages 0 to 4

乳児・幼児教育の世界的なリーダーです。

YAMAHA

YAMAHA MUSIC SCHOOL

The Global Leader in Music Education

For ages 4 to 99

音楽教育の世界的リーダーです。

Now Open

Ask about our opening specials

Try a class today!

オープニングスペシャルについてお問い合わせを!
レッスンもお試しください!

MENARCO TOWER

Menarco Tower 8th Floor, 32nd Street, BGC, Taguig

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

+63285501376　+63272157802

teszaramag@delacruz-jp.com　https://www.teszara-english.com/dcec

DelaCruz English Club

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　P500　■ オンライン　P500
■ TOEIC　P600

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





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

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

4F Ricogen Building,112 Aguirre Street,Legazpi Village,Makati City

☎ 02-8832-5735／0917-813-0693

E-mail: e.abe.pjlink@gmail.com (日本語対応)　Website: http://pjlink-manila.com

---

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。



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!

●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)

53 Balagtas St., Chrysantemum Village, San Pedro City, Laguna　☎02-8887-1863、0956-879-7597
㊊7時～24時　㊡なし
http://www.english-bec.com/
@itonzokiline　E-mail:bec@english-bec.com

たのしめてるか。

湘南ベルマーレ サッカースクール



料金

コース	料金（全13回分）	兄弟割(一人あたり)
週1回	15,000ペソ	14,000ペソ
週２回	28,000ペソ	27,000ペソ

途中入会の場合、残りの回数によって料金が異なります。

ウェア

スクールの際に、子どもたちが着用するウェアです。このウェアを着用して練習に参加していただきます。

スクールウェア 1着 1,500ペソ

ウェアサイズは 130.140.150.160.S.M から 選んでいただくことができます





対象年齢:年少～小学6年生(曜日により対象年齢が異なります)



新規会員募集中!!

サッカースクールのお問い合わせ、体験の申込はこちらのQRコードから!!

E-mail: bellmare.fukyu@gmail.com

J1リーグ所属、プロのコーチによるサッカー指導!
初心者、経験者、どんな子でもサッカーを楽しめます!

× RareJob

約10年の実績を誇る ビジネス英会話最大手

グランドライン
GRAND LINE

年間受講者数 約1,000人多くの
駐在員とその家族の皆様に通っていただいています

無料体験 受付中

マカティで学べる英会話学校

ロックウェル、BGCからもほど近いJupiter st.付近で受講可能

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。

GRAND LINEの強み

大手日系企業への指導実績多数

多くの日本人ビジネスパーソンの指導を行っており、経験豊かな講師がレッスンを行います。



安心の日本人経営

日本人のスタッフが現地に常駐しているため、きめ細やかなサポートが受けられます。



カスタマイズされたカリキュラム

一人一人の要望に合ったカリキュラムを提示。日常英会話～ビジネス実践までが学べます。



柔軟な授業時間

希望日の24時間前まで予約ができます！直前でのオンラインレッスン変更も可能です。



料金：1レッスン 600ペソ～（税別）

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

法人向けプランもございます

人事の方必見！

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。**

お陰様で**法人契約多数**いただいております！
大手商社、大手不動産、最大手通信会社など他多数。

急募　正社員及びパートタイム募集　ご連絡はジャパンデスクまで

代表電話 日本時刻対応 02-8817-4594 WEB https://grandline.asia/

Email japandesk@grandline.asia（ジャパンデスク）→

土日も開講しております！ 営業：月～金 9時半～21時　土・日 9時～17時

205 N Garcia St Bel-air, Makati 1209 Metro Manila ◎SSP認定 ◎TESDA認定



お問合せ ジャパンデスク



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：02-8881-5455
営7～23時　休なし　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

MAP BGC K-2

BGC校オープン!
1レッスンあたり550ペソから!

WEXCEL x 個別指導塾 Y's Hope

マニラでは数少ない日本人経営の英語学校WEXCELがBGCでもオープンしました。
個別指導塾を行うY's Hopeと業務提携を結び、その一室にて開講!!

アップタウンモール隣!
仕事帰りや学校のお迎え前に!

WEXCELBGC校
1503 One Park Drive
11th Drive, corner 9th Ave, Bonifacio Global City
営 9時～21時
連絡先 古城mail：kojo@wexcel-ph.com
電話番号 古城電話：0917-596-9402
HP：http://wexcel-ph.com



日本語スクール

高レベルの日本語教育なら JLRC にお任せください。

介護等技能実習生向け日本語研修



●TESDA技能実習生日本語プログラム認定機関
●3～4カ月で日本政府規定の日本語レベル(JLPT/日本語能力試験N4)合格者多数実績

講師の企業様派遣



●個々の企業様の研修目的達成に向けた最適なカリキュラムをご提案
●日本語講師はもちろん日本語のできる優秀な英語講師も派遣

JLPT/日本語能力試験コース他



●10年以上の研究・実績に基づくオリジナル開発教材・プログラムを活用
●最短で合格者を多数輩出(他一般校との比較)

UP卒業生を中心に優秀な講師陣を揃えています。
お気軽にご相談下さい。
(日本人経営・日本語対応可)

JLRC JAPANESE LANGUAGE RESEARCH CENTER

オルティガスセンター
Unit 506 Cityland Shaw Tower, Shaw Blvd., Mandaluyong City・
02-7358-0565・0917-598-5785・
jlrcbiz@gmail.com・www.jlrcphil.com

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



2歳から6歳の園児募集!

弊社の保育・教育40年の実績を活かした
幼稚園をマニラで!

マミーのいいところ

1 生きる力を学べる!

2 日本人/フィリピン人スタッフ在籍のため、日本語・英語でのコミュニケーションがとれ、園児も保護者も安心

3 マカティ大学との連携により大きな施設(プールやグランド・体育館)を利用した運動プログラムで広々と身体を動かせる!

一時預かり始めました!
午前の部(9：00～12：00)
午後の部(12：00～15：00)
一日預かり
(9：00～15：00)
1歳児※～就学前のお子様のお預かりいたします。
※2017年4月2日～生まれからのお預かり

同時募集：マミー・インターナショナルマニラ校では、小学生から中学生を対象に学習塾、お子様から大人まで対象の英会話・日本語教室を運営しています。また、インターナショナルスクール通学のお子様を対象としたスクール長期お休み期間限定の集中講座開設準備中!
詳細はホームページをご覧ください。

MOMMY INTERNATIONAL MANILA
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
(638)807-2199/2178　manila_info@mommy-int.co.jp　https://phil.mommy-int.co.jp　mommymanila

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

StepForward

無料体験レッスン受付中！

▶▶▶ marketing@stepforward-inc.com
LINE: @bjz2594z

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。

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。



厳選された優秀な講師陣

英語を教えるスキルとホスピタリティの高い講師を採用。学習成果を確実に高めます。



料金 1レッスンあたり **670ペソ～**（税別）
※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～金曜 9:00～20:00
土曜 9:00～17:30



安心の日本人経営

総合商社と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/
0277-516-217

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) visa@valueasia-ph.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



UCHIDA

製造発売元
UCHIDA YOKO GLOBAL LIMITED (UGL)
Email : s-iwadate@uchidayoko.com 岩楯伸司
robertchan@uchidayoko.com Robert Chan
Tel : +852-2877-3663
日本語でお問合せください

INFINUS CORPORATION

旧社名 VALIANT ASIA PACIFIC より社名変更

フィリピン市場内田洋行正規販売店
INFINUS CORPORATION
#30 ITC Compound Saint Dominic Street Brgy. Canumay East Valenzuela City Philippines
Email : vdelavega@infinus.ph Mr Gil Dela Vega
cyam@infinus.ph Ms Charmaine Yam
Mobile +63 917 821 3444 / +63 977 806 0815 (英語のみ)
+63 927 731 8503



事務用椅子 AJチェア

AJチェアは日本のデザインをアジアに発信するという想いから開発されました。
「柔軟性と姿勢保持」という快適なすわり心地の実現、「多様な働き方」に適した体重感知（オートセンシング）メカを搭載しています。
AJチェアの快適性が
マカティショールームで体験いただけます！







多目的なA-STACK テーブル
高い操作性と収納性により好評を頂いております！

NTT

オフィス内装からセキュリティまでフィリピンNO1実績を誇るDTSIが
NTTのグローバル事業拡大により、大きく生まれ変わりました。



お客様のDX実現に貢献

オフィスデザイン・構築　クラウド　工場、農業IoT　RPA　コールセンターシステム

24x7x365 サポート　LAN/WAN　ネットワーク・データセンタ　セキュリティ診断・監視　AI

Together we do great things.

+63 917 833 2404 | 井出 広達 | エディ ラゾン | sg.ent3@dtsigroup.com
hello.global.ntt | www.dtsigroup.com



Design
+
Build

日系飲食店の設計施工のエキスパート。

日本人クラフトマン、デザイナー、施工管理者が対応。

工事会社やデザイン会社はたくさんありますが、TGR は違います。例えば、日本製の素材を使用した上質なインテリアデザイン、日本人クラフトマンによる高品質な仕上げ。コンドミニアム、オフィス、飲食店など、豊富な経験を持つ TGR が自社の工房による日本の設計施工であなたの希望に応えます。

TGR
TOKYO GRAND RENOVATION INC.

トーキョーグランドリノベーション
9110 La Campana
St.cor Trabajo St
Brgy Olympia
Makati City
Tel
(02) 8832 1676

Visit tgr.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。

シェア回線
SMEプラン

専用線が月額そのまま更にスピードアップ!
定速ENTERPRISEプラン

小規模オフィスやバックアップにオススメ!

up to 50 Mbps

月額 10,000PHP

速さは最大50Mbps! 混雑時も5Mbps保証!

SMALL	MEDIUM	LARGE
~~20Mbps~~ 30 Mbps	~~30Mbps~~ 50 Mbps	~~75Mbps~~ 100 Mbps
700 USD/月	1000 USD/月	2000 USD/月

CONTACT US 日本人スタッフがサポートいたします。
Email: sato.kotsuchi@rise.ph 日本語&English OK! Mobile: +63 995 614 8196 Web: rise.ph/jp
ご希望のビルやエリアをお調べいたします。是非お問い合わせください。

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77回

“フィリピンにおける中古車販売の第一人者を目指す”

TAU CORPORATION Philippine Branch Office
General Office Manager
小原　幸喜さん

TAU BODY WORKS PHILIPPINES CORPORATION
Country Manager
林　義人さん


小原幸喜さん　林義人さん

中古車や事故車の売買を手がけるTAUフィリピン。日本クオリティーのサービスを提供し、顧客数や取り扱い台数を着実に増やしてきた。2019年には鈑金や塗装を専門に行う新しいグループ会社を設立。経済成長とともに自動車市場が拡大するフィリピンにおいて、中古車販売の第一人者を目指し、新たな需要を開拓する。

●編集部：フィリピンでの事業内容を教えてください。

小原さん：事故で破損した車や中古車のほか、パーツの買取と販売を手がけています。現在は会員様のみにサービスを提供しており、弊社が運営するインターネットのオークションサイトを通じて販売しています。車の在庫次第にはなりますが、希望の車種を決めていただいてからだいたい一週間くらいでお届けすることが可能です。2015年にフィリピンに進出したばかりのころは販売台数は年間100台に満たないほどでしたが、現在では1500台ほどの取り扱いがあります。ランドクルーザーなど日系の車種の人気が高く、日本の車メーカーの強みを感じていますね。

林さん：TAUのグループ会社として、車の鈑金や塗装、そして整備を行っています。私は工場運営の全般を担っていますのでお客様の対応はもちろん、現場や営業、マーケティングや総務、そして人事や経理なども管理しています。大事にしているのは弊社に初めていらっしゃる方にも、私たちが日系企業であることを感じてもらえる様なサービスを提供すること。毎朝ローカル社員と一緒に朝礼を行い、当日の作業スケジュールと各自のタスクを確認。入庫や納車予定を全員で共有して、気合を入れて業務にあたっています。

●編集部：御社の強みをどのようにお考えでしょうか?

小原さん：中古車においては、クオリティーが担保された商品を販売している点が強みです。弊社は特に日本人の方から車を買い取ることが多く、きちんとケアをしてお使いいただいる車が大半を占めるので、買い取った時点で質がとても高いのが特徴ですね。しっかりと車両を整備して、必要があれば購入後のメンテナンスも手がけるパッケージと合わせて販売しています。車を売りっぱなしではないというのが強みのひとつだと思います。



●編集部：これまでにどのような課題がありましたか?

林さん：事業を立上げたばかりの時は、様々なトラブルが起こりました。工事も納期通りに進まないうえに設備の初期不良があったりと、あらゆるトラブルに遭遇しました。現地や日系の自動車業界の皆様、そして損害保険会社の方々のサポートや社員の協力のおかげで、なんとか乗り越えることができました。現在も修理部品の調達にまだ課題を抱えており、抜本的な解決策は模索中です。日々少しづつ改善していきたいと思います。

小原さん：フィリピンでは規制がネックになってビジネスに支障が出るケースが多いと思います。弊社でも規制の変更とともに扱える車の種類が変わったことがありました。フィリピンに進出した当初は、トラックの輸入と販売を主な事業して考えていたのですが、急にトラックの輸入が容易ではなくなってしまって。そこで日本で展開している事故車の販売に舵を切りました。現在は事業の柱になるほどまでに成長したので、まさにピンチがチャンスになった瞬間ですね。また需要が大きくなるにつれて、人手や場所の確保も課題になっています。引き取る車が1ヶ月で100台近く増える時期もありますので、ヤードを何回も移転しましたね。ちょうど2020年1月の初旬にも、ブラカンにヤードを移転しました。

●編集部：フィリピンでの自動車業界についてのご見解を教えてください。

小原さん：中古車の市場に関して考えると、新車の市場と同じくらい成長する余地があると思います。フィリピンでは年間で推定で年間40万台ほどの中古車が販売されていて、他の国と比べても成長率は高いので、間違いなく伸びていく市場だと感じています。

中古車市場はまだまだ未発達です。フィリピンのディーラーでは新車購入時の中古車下取り率が5％前後と伺ったことがあります。日本は50%ほどですので、こちらでははじめて車を持つ人が多いということになりますね。車を購入するためのローンが拡充されており、中古車市場関連の日系企業がフィリピンに進出する話もあがるなど、自動車業界にとっては追い風が吹いています。フィリピンにおけるモータリゼーション、今後の中古車市場の一助となるべくグループ一丸となって勢いをつけていけたらと思います。

●編集部：好きな本を教えてください。

小原さん：漫画が好きです。特にスラムダンクやワンピースは読み返すことが多いですね。３月のライオンという漫画は、僕にとってのバイブルのような存在です。

林さん：上甲晃さんの本から学ぶことが多いです。

▶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。

●TAU フィリピン支店
ジェネラルオフィスマネジャー小原幸喜さん

1983年岩手県生まれ。東北学院大学教養学部を卒業後、オーストラリアでのワーキングホリデーなどを経て2011年にTAUに入社。2018年からフィリピンに。

【座右の名】リスペクトです。仕事やプライベートなどどのような関係にあったとしても、相手に対してのリスペクトがあれば、様々なことが上手くいくのではないかと感じています

●TAU Body Works フィリピン
カントリーマネジャー　林義人さん

1983年群馬県生まれ。オーストラリアのGriffith Universityで経営学とマーケティングを専攻。2015年にTAUに入社。販売管理や船積部門を経て現職に。

【座右の名】「志高く、今を生きろ」という言葉を常に大事にしています。

クルマの

売却なら

整備・修理なら

TAU

TAU BODY WORKS
Philippines Corporation

To be the "de facto standard" of Body Repair Shop with Japan Quality Standards

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
- ☑ 車に付けてしまった傷・凹みを、すぐに修理したい
- ☑ 大切な車をいつまでも美しく乗りたい
- ☑ フィリピンでも、日本品質の技術で対応してほしい
- ☑ 大切な車だから、設備の整った工場に頼みたい
- ☑ 一目でわかる、明瞭会計であってほしい
- ☑ 日本語で、親切・安心な対応をしてほしい



Protecting your PRIVACY
17000631(04)

事故車買取業界 3年連続 No.1 楽天リサーチ調べ



TBW

☎02-8809-2118

株式会社タウ マニラ支店　日本人窓口 福永 藍梨
1004 Vicente Madrigal Building, 6793 Ayala Avenue, Makati
Email: manila@tau.co.jp
https://www.tau.co.jp/

☎ **Landline: 049-252-2528**
Cellphone: 0917-709-5601

株式会社タウ ボディーワークス　COUNTRY MANAGER　林義人
Warehouse 12, Unit 2, Batino Road, Calamba, Laguna
Email: front_001@t-bodyworks.com
Facebook: @TauBodyWorksCalamba

フィリピン経済NEWS

By WCL Solutions (Phil.) Corp.

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。

19年の新車販売3.7%増、日本車3年連続でベスト10独占 トヨタがベスト4含む7車種、三菱2車種、日産1車種

フィリピン自動車工業会(CAMPI)は、「2019年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、前年比3.5%増の36万9,941台へと小幅増加した」と発表した。

この、販売台数は工業会加盟企業ベースの数値であり、CAMPIを脱退している韓国系の現代アジア・リソース(HARI)など自動車輸入販売企業協会(AVID)の単独加盟企業分などを含まないベースである。このほどAVIDは、その加盟企業の2019年の販売台数は前年比0.5%減の8万7,984台にとどまったと発表した。工業会加盟企業、AVID加盟企業の販売台数から重複加盟分(フォードなど)を調整した新車販売台数は前年比2.4%増の約41万1,200台となる。ただし、一部の中国系新規参入企業などは、工業会にもAVIDにも加盟していない。それらの企業を含めた2019年のフィリピン新車総販売台数は前年比3.7%増の約41万6,600台に達したと試算される。

ブランド別ではトヨタの16万1,395台(シェア38.7%、レクサス含まず)で依然断トツであった。そして、第2位が三菱自動車の6万4,065台(シェア15.4%)、第3位が日産自動車の4万2,694台(シェア10.3%)、第4位が現代自動車の3万3,762台(シェア8.1%)、第5位がスズキの2万3,919台(シェア5.7%)、第6位がフォードの2万1,900台(シェア5.3%)、第7位がホンダの2万0,338台(シェア4.9%)、第8位がいすゞの1万3,971台(シェア3.4%)、第9位がMGの5,085台(シェア1.2%)、第10位が起亜の5,019台(シェア1.2%)と続く。

業界全体の新車販売台数が小幅増加にとどまるなかで、日産自動車の販売台数が22.2%増と連続大幅増加(2018年は39.8%増)、シェアも2017年5.3%、2018年8.7%、そして2019年10.3%と躍進、ついに第3位にまで上昇していることが注目される。また、スズキの販売台数も21.2%増と大幅増加、シェアも2017年4.1%、2018年4.9%、2019年5.8%と上昇基調を辿り、第5位へと浮上したことも特筆される。

個別車種販売台数1位はトヨタ・ヴィオス(コンパクトセダン)3万3,181台であった。そして、2位がトヨタ・ハイラックス(ピックアップトラック)2万0,846台、3位がトヨタ・イノーバ(MUV)2万0,794台、4位がトヨタ・フォーチュナー(SUV)1万9,865台であった。すなわち、トヨタが首位から4位までを占めた。5位は三菱エクスパンダー(クロスオーバーMPV)1万9,089台、6位が日産ナバラ(ピックアップトラック)1万9,034台、7位がトヨタ・ハイエース(バン)1万8,656台、8位がトヨタ・ウイゴー(ミニハッチバック)1万8,183台、9位が三菱ミラージュG4(コンパクトセダン)1万7,835台、10位がトヨタ・ラッシュ(コンパクトSUV)1万5,172台と続く。

このように、1位から10位まで日本車となり(トヨタが7車種、三菱自動車が2車種、日産自動車が1車種)、2017年から3年連続での日本車ベスト10独占となった。ちなみに、2016年についてはフォード・エベレストが8位、現代アクセントが10位で、日本車は8車種がベストテン入りという結果であった。

オカダ・マニラ19年大幅増収、46%増の424億ペソ カジノ収入46%増の398億ペソ、EBITDA3.2倍

このほどユニバーサルエンターテインメントは、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)』を運営するタイガーリゾート・レジャー&エンターテインメント社(TRLEI)の2019年12月度の月次実績(速報値)について発表した。

それによると、TRLEIの12月度における総売上高は前年同月比(以下、同様)76%増の49億8,400万ペソ。そのうち、カジノ収益は84%増の46億3,200万ペソへ。VIPテーブルゲーム収入が152%増の27億3,400万ペソ、マステーブルゲームが45%増の9億6,400万ペソ、ゲーミングマシンが21%増の9億3,400万ペソと軒並み堅調。その他売上高(ホテル、飲食、小売り、エンターテインメント等)は15%増の3億5,200万ペソへと増加した。調整後EBITDAは127%増の10億4,300万ペソとなった。

2019年12カ月(1-12月)の総売上高は前年比(以下、同様)46%増の423億8,100万ペソ、そのうち、カジノ総収益は46%増の397億9,400万ペソに達した。VIPテーブルゲーム収入が57%増の198億5,400万ペソ、マステーブルゲームが41%増の96億4,500万ペソ、ゲーミングマシンが33%増の102億9,500万ペソであった。その他売上高も44%増の25億8,600万ペソへと大幅増加した。調整後EBITDAは224%増(約3.2倍)の68億7,800万ペソへと急増した。

バイオテック、比でパック米飯工場を新設 タルラック州に、JBICと第四銀行が協調融資

(JBIC)は、1月27日、「バイオテックジャパン(バイオテック、本社:新潟県阿賀野市)のフィリピン法人BIOTECH JP CORP.(BTJP、本社:バタンガス州タナウアン市ファーストフィリピン工業団地)との間で、融資金額45万米ドル(JBIC分)を限度とする貸付契約を締結した」と発表した。

この融資は、第四銀行(本店:新潟県新潟市)との初の協調融資となる。BTJPがフィリピンのタルラック州サンミゲルにおいて実施する包装米飯の製造・販売事

WEBサイトの制作・メールサーバー・ドメイン

WEB MAKATI

web-makati.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:8894-0341(オフィス)
8817-8282(カスタマ専用)
Fax:8817-2891
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/

業に必要な資金を融資するものであり、製造工場の新設に充てられるものである。この製造工場の起工式は2019年9月に執り行われた。

バイオテックジャパンは植物性乳酸菌のパイオニアであり、植物性乳酸菌発酵熟成法により、コメからたんぱく質を抜きながらも、コメのおいしさや保存性、健康機能を高め、熟成された旨みを保つことに成功した。そして、コメのたんぱく質を普通の米飯と比べて1/25(1パック当たり0.18g)までカットした低たんぱくパック米飯、低たんぱく炊飯用米粒、さらには、低たんぱく丸餅、低たんぱくパンなどの「越後シリーズ」を生産・販売している。

このような「越後シリーズ」は、慢性腎臓病で食事療法をしている患者が安心して摂取できる食品であるが、安心・安全だけでなく、美味しさという面でも高く評価されている。植物性乳酸菌発酵熟成法のほかにも、米飯が冷えると硬くなるメカニズム(老化)を研究し、冷えても硬くならない「やわらかい老化」の技術を開発した。新技術により「加熱なし、水なしで、開けてすぐに食べられる緊急用白飯」を実現(保存米飯の製造方法として特許取得)、大規模災害発生時にガス・電気が止まっていても、安全な水が確保できなくてもやわらかいご飯がすぐに食べられるというコンセプトの「ライス72H」などの緊急食も提供している。

バイオテックジャパンは、2015年にフィリピンに進出、同年4月にBTJPを設立、低たんぱく米「ECHIGO」、低たんぱくパック米飯「GOHAN LITE」、緊急用パック米飯「INSTA RICE」などの生産・販売を行ってきている。これらの事業拡大を図るBTJPに対し、2018年11月に、フィリピンの有力財閥であるユーチェンコ・グループ傘下の大手建設企業であるEEIが60%出資で合意、現在、BTJPの主要株主となっている。

EEIのもとでBTJPは既存製品を拡販するとともに、トレー容器式のパック米飯の生産を実施。トレー容器式のパック米飯は真空パック方式の比べ味や食感が劣化しにくいという利点を有する。日本では一般的となったトレー容器式のパック米飯により、パック米飯の普及を図る方針でもある。

フィリピンでは、台風、地震等の自然災害が多く、備蓄・災害用としての包装米飯に対する需要に加えて、現地に駐在する日本人の味覚にあった包装米飯の需要もあることから、今般生産能力を増強し、市場の拡大が見込まれるフィリピンでの事業拡大を企図している。今回の融資は、こうしたバイオテックの海外事業展開への支援を通じて、日本の産業の国際競争力の維持・向上に貢献するものである。

JBICは今後も、日本の公的金融機関として、様々な金融手法を活用した案件形成やリスクテイク機能等を通じ、フィリピン等の成長市場における中堅・中小企業を含む日本企業の海外事業展開を金融面から支援していく方針である。

比ヤクルトの販売9年連続増加、19年は3.5%増
主要市場で2位の伸び率、1日約320万本で海外第4位

ヤクルトは、アジア・オセアニア地域においては、フィリピン、香港、シンガポール、インドネシア、オーストラリア、マレーシア、ベトナム、インド、中国などで乳製品乳酸菌飲料「ヤクルト」などを製造、販売している。2019年8月には、ミャンマーで「ヤクルト」の製造販売を開始し、ヤンゴン市を中心に販売を開始した。ミャンマーが加わったことで、日本を含む40の国と地域に販売網が拡大した。

フィリピンでは、ヤクルト本社が40%出資するフィリピンヤクルト(持分法適用会社)が、1978年10月から営業を行っている。すなわち、昨年40周年を迎えたのである。ヤクルトの海外発売時期としては、1964年の台湾、1968年のブラジル、1969年の香港、1971年の韓国とタイに次ぐ歴史を有している。現在は、ヤクルトとヤクルトライトを製造販売している。

フィリピンヤクルトの2018年末の従業員数は1,394人、ヤクルトレディは3,623人、取引店は16万5,546店、工場はラグナ州カランバ市に立地している。日本と同基準の厳しい品質管理の下に製造された「ヤクルト」を1本約20円という低価格で販売している。「ヤクルト」は、医薬品を購入する余力のない低所得層にとって安価な栄養食品であり、庶民の強い味方として知名度も高まっている。需要増に対応すべく、ミンダナオ島に第2工場を建設しつつある。

1月31日発表のヤクルト本社の決算補足説明資料によると、2019年1月1日～12月31日のフィリピンヤクルトの一日当り販売数量(速報値)は前年同期比3.5%増の319万6千本に達した。海外市場では中国の760万9千本、インドネシアの636万6千本、メキシコの383万2千本に次ぐ世界第4位で、韓国の309万2千本を上回っている。

フィリピンの前年同期比3.5%増という伸び率は、ベトナムの40.3%増、米国の10.8%増、インドの9.9%増、インドネシアの9.2%増、中東(5カ国合計)の7.7%増に次ぐ6位であった。ただし、ベトナム、米国、インド、中東は売上規模が小さく、1日当たり100万本以上の規模の主要市場においては、フィリピンはインドネシアに次ぐ2位の伸びを示した。

フィリピンでは、2011年から9年連続で販売本数が増加、そのうち2014年から2018年までは5年連続の二桁増加という成長を見せた。2019年は一桁増へと鈍化したが、上記のように世界の主要市場でトップクラスの伸び率を継続している。2007年に1日当たり販売本数は100万3千本と百万本の大台突破、2015年に同213万9千本で二百万本突破、2018年は三百万本台突破と順調に拡大してきている。

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。



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！



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

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

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
☎02-8823-5689
tomoaki.tsutsumi@awsys-i.com
http://www.aaisi.com.ph/

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61回『他社の株式取得の際の競争法上の手続』

今月の事例

Q.このたび、日本法人の完全子会社であるフィリピン法人が他のフィリピン法人の株式全株を譲り受けることを検討していますが、フィリピンの競争法上の手続がどのような場合に必要となりますか?

＜フィリピン競争法の適用がある取引とは＞

フィリピンの競争法(Philippine Competition Act)は、競争を阻害する契約や合併、株式譲渡等を禁止しています。そこで、そのような禁止される行為が行われることのないよう、一定の行為についてはフィリピン競争委員会(Philippine Competition Committee; PCC)に届出を行うことを義務付けています。

設問のフィリピン法人の株式を取得するに当たっては、以下の2要件を満たす場合、PCCに対する届出が必要となります。

1．取引主体に関する要件

売主グループまたは買主グループのいずれかにおけるフィリピン国内の合計売上高またはフィリピン国内の資産価値が５６億ペソを超える場合

ここでいう「買主グループ」には、実際に株式を取得する主体だけでなく、その親会社である法人も含まれます。同様に、「売主グループ」には株式を取得されるフィリピン法人だけでなく、その株式を譲渡する親会社も含まれます。

2．取引額に関する要件

（１）取得される株式を発行している法人が所有する、株式以外のフィリピン国内の資産の総価値が２２億ペソを超える場合、または、（２）株式以外のフィリピン国内の売上高が２２億ペソを超える場合であって、（３）株式譲渡の結果、当該法人の株式を取得者が有することとなる議決権が３５％を超える場合(既に３５％以上を所有している場合は５０％を超えることとなる場合)

なお、上記の基準金額（５６億ペソまたは２２億ペソ）は毎年PCCが改定を行っており（２０１８年、２０１９年ともに３月１日に改定)、今年も同様に改定される可能性もありますので、都度確認をされることをお勧めいたします。

＜届出の手続＞

先の基準に照らして届出が必要となる場合、売主と買主の双方が届出をPCCに対して行う必要があります（できれば同時に届けることが望ましいとされています)。届出が提出されますと、PCCは15日以内にその形式面をチェックし、不備があれば提出者に補充・修正を求めます。不備がない場合はPCCは形式面は十分である旨の通知を提出者に対して行い、30日間の実態調査に入り、当該取引が競争法上問題がないかどうかを精査します。問題ないとPCCが判断した場合、PCCは当該取引を承認することをウェブサイト上に公表します。また、PCCが30日間以内に判断を行わなかった場合、当該取引は承認されたものとみなすことができます。他方、PCCは更なる情報の提出を上記30日の期間内に当事者に対して求めることも可能であり、その場合、最大60日間待機期間が延長され、60日の期間内にPCCは当該取引を許可するかしないかを決定します。

なお、PCCへの届出手続なしに行われた取引は無効であるとともに、取引金額の1から5％の行政制裁金が課される可能性があることに注意が必要です。また、今回は株式譲渡についてのみ説明しましたが、合併や資産譲渡も同様の届出が必要ですので、ご留意ください。

結論

A.取引の当事者となる売主及び買主グループの資産及び取引の対象となる金額により競争法上の手続を行う必要があります。


弁護士 上村 真一郎


弁護士 鳥養 雅夫

弊事務所は、下記のフィリピンの法律事務所と提携しており、フィリピン進出中の日本企業及び在留邦人の方々に日本語での法律面でのサポートを提供させていただいております。
取扱業務：会社設立、企業法務、倒産、労務問題、税務問題、一般民事、相続等

Quasha, Ancheta, Peña & Nolasco
Don Pablo Building, 114 Amorsolo Street, Makati City,
1229 Metro Manila, Philippines
電話：02-8892-3011(代表)
02-8892-3020(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/

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)

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)
お電話・メールにてお気軽にお問合せください。
日: +63-999-436-6907(日本人担当:伊佐)
+63-917-508-8987(日本語対応)
E-Mail:isa@crownline.jp (日本人担当:伊佐)



フィリピンにおけるプロモーションを日本品質で実現します。

開所式、周年事業、展示会、セミナーなど企画から運営までトータルにサポートします。

各拠点の日本人スタッフが対応いたします。

- AAB INC. 大阪／東京
- AAB VIETNAM ホーチミン／ハノイ
- AAB INDONESIA
- AAB MALAYSIA
- AAB FRANCE

Contact office
AAB SINGAPORE
AAB CAMBODIA

AAB PHILIPPINES INC., Unit 409 Cattleya Building 235 Salcedo Street, Legaspi Village Makati City,Metro Manila, Philippines
お問い合わせ【担当：磯崎】 (02)7218-3535 isozaki@aab.co.jp | http://aab.co.jp

facebook大国のフィリピン、ビジネスに活用できていますか?

当社はfacebook社の公式パートナーとして認定されています。

facebook Agency Directory

- Facebook、Instagramアカウントの戦略立案、運営代行
- ソーシャルメディア広告、インフルエンサーマーケティング
- クリエイティブ制作、動画制作

YOYO
YOYOホールディングス ※日本語可
+63 917-135-8515
info@yoyo-holdings.com

Googleで毎日検索しているけど、お問い合わせは来ないなあ

当社はGoogle社の公式パートナーとして認定されています。

Google Partner

- 検索型広告、SEOのキーワード設計、運用代行
- Google Display Network 広告配信
- YouTube広告運営、モバイル広告

YOYO
YOYOホールディングス ※日本語可
+63 917-135-8515
info@yoyo-holdings.com

知っておくべき フィリピンの 会計・税務のポイント

12回に分けて、フィリピン法人における会計、税務を中心としたコラムを基礎的な内容から実践で使える応用的な内容までを連載させて頂きます。

Vol.10 フィリピンにおける各シーン別の質問

今回は、最近ご質問をよく受ける項目をいくつかピックアップし、そのポイントをお伝えさせて頂きます。

1.租税条約適用の判断

Q. フィリピン子会社から親会社に対して、30％の源泉税をフィリピンで納付しロイヤルティを支払いました。親会社はその源泉税について、全額が外国税額控除の対象になると考えていますが、どのような点に注意すればよいでしょうか?

A. ロイヤルティー取引について、日本とフィリピンには租税条約が締結されており、ロイヤルティの限度税率は10％です。そのため、限度税率を超過する部分(ここでは20％)は、外国税額控除の対象にはなりません。そのため、フィリピンでの税務リスクを回避し、かつ、不利益を被らないためには、CORTT Form を使用し、適切な手続きを行うことをお勧めします。

Q. では、配当の場合はどうでしょうか?

A. 配当の場合もロイヤルティーと同様30％の源泉税をフィリピンにて納付する必要がありますが、一方で租税条約も締結されています。限度税率は同じく10％です。また、配当を受取る日本側では、法人税の対象外(95%)になりますが、フィリピンで納付した源泉税は外国税額控除の対象にはなりません。そのため、**CORTT Form** を使用し、適切な手続きをすることをお勧めします。あわせて、**PEZA**等の優遇税制を受けている企業の場合、日比間で資金還流方法のシミュレーションした結果、上記配当による資金還流がロイヤルティーよりも有利になるケースが多いです。

2. M&A

Q. 事業拡大のため、フィリピン企業の買収を考えていますが、まずはどのような点に留意すべきでしょうか?

A. 手法として、①株式を買収するケースと②事業資産を買収するケースとに区分することができます。①の場合は対象企業が保有する販路、契約等を短期間で取得する場合において有効ですが、税務リスクが大きく、株主変更手続きに時間を要してしまうことがあります。一方、②の場合は通常、フィリピンに新設法人を設立し進めることがほとんどのため、その分時間がかかりますが、各種のリスクをコントロールすることが可能になります。

3. 事業撤退

Q. 各国の生産拠点の統合等を理由に、フィリピンから事業撤退することになりました。会社清算時の財務、税務、その他の留意点を教えてください。

A. 事業撤退する場合には、自社の監査済財務諸表をもとに、財務状況をきちんと把握することが重要です。特に、親会社や関連会社から借入金がある場合、そのまま会社清算をした際に、債務免除益に対する課税リスクがあります。また、資本金を送金する際には、フィリピン中央銀行から発行される**BSRD(Bangko Sentral Registration Document)**がない場合は、フィリピンの金融機関において外貨購入できないため、事前に情報を整理しすすめていく必要があります。
また実際の手続きに入り、ある程度目途が立った段階で日本人駐在員を引き上げるケースがほとんどのため、信頼のおける事務所に依頼されることをお勧めします。

免責事項

* 一般的な株式会社を前提としているため、駐在員事務所や支店などの法人形態の場合は、あてはまらない場合がございます。
*掲載された内容については、記事作成時点の関連法令等に基づき、弊社確認の上掲載していますが、その内容を保証するものではありません。

JQB
Japan Quality Business Solutions Inc (JQB)
205 Nicanor Garcia St., Corner Constellation Brgy. Bel-Air, Makati City 1209
Tel: +63(0)2-8845-4263 https://jqb-solutions.com
inquiry@jqb-solutions.com


金光


吉岡


杉田


大城

給料前払いサービス salaryex

(会社)リスクなし(社員)ハッピー♪
新しい福利厚生を検討しませんか?

経営
- ✓ 企業文化の健全な育成
- ✓ 社内秩序の保全
- ✓ ESを高めて業績向上

管理
- ✓ 社員貸付業務のシステム化
- ✓ ハラスメント防止対策
- ✓ 社員間の金銭貸し借り撲滅

社員
- ✓ 人からお金を借りる必要なし
- ✓ スマホで申請、すぐお手元に
- ✓ 昨日まで働いた給料の50%が上限、だから安心。


稲宮 敦

ホームページ、メール、電話よりお問い合わせください。
日本人スタッフが親切・丁寧に対応いたします。
メール inquiry@salaryex.com
電話 +63 961 286 0289
住所 C9, 23F TOWER6789, Ayala Avenue 6789,Makati City 1209 Metro Manila

SalaryEX.

フィリピンで創業17年。
法人様、企業様向けの保険のプロが
皆様の安心を全力でサポートします!

Cotton&Diaz
https://www.cotton-diaz.net/

医療保険 | 火災保険 | 自動車保険

その他、各種保険について、お気軽にお問合せください。

Cotton and Diaz Insurance Services Inc.

✉: daisuke_ishii@cotton-diaz.net
Unit 205 One Corporate Plaza
845 Arnaiz Ave. Legaspi Village Makati City
Tel: +63(2) 8817-8650 / 8817-8680
←詳しくはこちらへ


担当:石井

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

医療保険 | 自動車保険 | ゴルファー保険 | 火災保険

ファイナンシャルに特化したサービスも充実

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


insurance 110 マニラ支店長 高橋
保険一筋!在住10年の私が対応いたします!

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
☎02-8552-3688 (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ください。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



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 ☎02-8823-3129
- Toddlers Unlimited (スケート、アイスホッケー) ☎02-8850-4064

Alabang, Makati, Manila
- Cambridge ☎02-8844-8392

BGC
- International School Manila ☎02-8840-8488
- Genius English Academy in BGC ☎02-8869-59-11
- Summit School ☎02-8881-9032
- The British School Manila ☎02-8860-4800
- The Little Gym ☎02-8815-1735
- Topia English Learning Center ☎ (02) 7368-6717 / 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) ☎02-8550-1376
- TESZARA Inc. ☎02-8812-6062
- オイスカマニラ日本語幼稚園 ☎02-8894-3114 日本語可

Paranaque
- German European School Manila (バレエ) ☎02-8776-1000

Rockwell
- Happy hearts Preschool ☎02-7216-7500 / 0917-811-3731

語学

Salcedo
- 倉田チュートリアル(英語) ☎02-8813-7202 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 ☎02-8392-6220 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

ピアノ

Makati
- Gymboree Play and Music ☎7798-1718

※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。

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25回

AgriNurture
Chairman & CEO

1997年にAgriNurture(アグリナーチャー)を創業したAntonio L. Tiu氏。フィリピンの農家と国内外の消費者の架け橋となり、フィリピンの農業界の成長を牽引している。上場10周年を迎えた2019年から、伝統的な農産業にテクノロジーを取り入れた新事業を意欲的に進める。



【ご経歴】

中国福建省出身。デ・ラ・サール大学経営学部卒。農産物の輸出入を主な事業とするAgriNurtureを1997年に創業。そのほかにもマカティ市営地下鉄の建設を手がけるPhilippine Infradev Corp(フィリピン・インフラデブ)など、4社の上場会社の社長を務める。

■ 主な事業内容を教えてください

農業を主軸として、再生可能エネルギーや銀行、不動産や小売など、幅広く事業を展開しています。再生可能エネルギー事業は農産物の廃棄を燃料として活用するため、銀行は農家への貸付を行うために始めました。また不動産事業はフィリピン初となる卸売市場を整備するため、そして小売事業は農家が生産した野菜・果物のロスを少なくしようという目的から始まったビジネスです。農家と消費者の架け橋となり、農家の生活を少しでも豊かにすることに情熱を注いでいます。

子会社のBig Chill(ビッグチル)ではジューススタンドとともに、Tully's Coffee(タリーズ・コーヒー)をフィリピン国内で展開しています。近年注目が高まっている食物由来のハンバーガーなど、ベジタリアン向けの商品の販売も予定しているところです。

2020年は大きな節目を迎える年になるでしょう。というのはテクノロジーを導入することで、これまで融資を受けられず効率的な農業ができなかった農家を対象としたマイクロファイナンス(少額融資)に挑戦しようとしているからです。今回のチャレンジは他国に大きく遅れを取ってしまったフィリピンの農業界を大きく変えるチャレンジになると信じています。

■ 起業のきっかけを教えてください

大学を卒業してすぐの1995年、父が他界したことが起業のきっかけのひとつになっています。父の死因となったガンの予防のため、私自身も大きく食生活を見直しベジタリアンになりました。これまでのように家族に頼ることができずお金を稼がなくてはいけなくなり、それ以来働き続けるようになりました。妻や家族には働きすぎだとよく不満を言われましたが、とにかく目の前の事業に夢中になって、ビジネスを進めてきました。

一時ビジネスをスローダウンして海外に移住していたのですが、2014年に現地で生じていた様々な課題を解決しようと、フィリピンに戻りました。振り返ってみると当時の出来事や日々を通じて、私自身も大きく成長することが出来たように感じています。あの頃は想像もできなかったフィンテック事業や、マカティ市営地下鉄のプロジェクト、さらに米大手スーパーマーケットとともに炭酸入りココナッツウォーターを共同開発するプロジェクトなど、今では幅広くビジネスを展開できるようになりました。

日本からも多くのことを学んでいます。なかでも「改善」と「生きがい」という言葉はとても大事にしていますね。マネジメントチームではたとえ0.0001ミリほどの細かい部分であっても、とにかく改善できる点はないかと日々探しています。0.0001ミリという小さな改善であっても、積み重ねていくことで大きな進歩につながるはず。昨日よりも今日の自分自身が成長できているか、常に自問自答しています。

■ フィリピンの農業界をどのように分析されていますか?

フィリピンの農業の課題は、政府のサポートがなく、農地改革が失敗したことで全てが分断されてしまった点にあると思います。また法律により全ての銀行はローンの25%を農家に貸付ける義務があるにも関わらず、信用のない農家への貸付を行っていません。融資を受けられない農家は必要な肥料や農薬すら買うことができず、そのためとても非効率な農業を続けているのです。だからこそ私たちは非効率な問題を解決し、同時に株主にも利益が還元できるように事業を行なっています。

■ 今後の展望をお聞かせください。

これから様々な取り組みを進められるよう、今は色々と種まきをしている段階です。マイクロファイナンス事業はもちろんですが、将来的には観光と農業を組み合わせたアグリ・ツーリズムやファーム・ツーリズムにも興味があります。日本のように農地を活用してたくさんの観光客に作物の育て方や収穫の仕方、採れたての野菜や果物を楽しんでもらえるような体験を農家が提供できたら、とても良い循環が生まれると思いますね。

またオーガニックにも注力していきたいです。オーガニックは作物に付加価値をつけられるだけでなく、環境にも負担が少ないと言われています。日本や韓国、台湾などの事例からも分かるように、付加価値をつけた作物を販売することで、小さな農家であっても高い収入を得ることが可能になると思います。

タガイタイは先日のタール火山の噴火で大きな被害をうけましたが、火山灰の影響で土はとても肥沃になるとみています。すると作物やオーガニック野菜を育てやすくなる環境ができてくるはずです。タガイタイやバギオのほか、アンティポロなどはアグリツーリズムに最適な場所だと思います。少し足を伸ばしてブラカンやバタンガスもいいですね。ボホールやダバオでは、アイランドホッピングに加えて農業や漁業体験も楽しめるはずです。フィリピンには魅力的な場所がたくさんあるので、うまく観光や農業を結びつけていきたいと思います。

▶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/)

地震記録計の導入はお済みでしょうか？

HALEX by TAKAMISAWA

GP-888

振動加速度計
＋震度計

Made in Japan



収容規模1000人以上または建床面積10,000m2以上の全ての工場、商業施設で導入が義務付けられました。
Occupancy Permitの取得、更新に必要です。
◎DPWH認定品◎
- ✔ 正規代理店
- ✔ 据付、校正、メンテナンス対応
- ✔ 1年製品保証

"マニラ空港採用モデル"

JMATERIALS CORPORATION

日本語連絡先：田村
tamura@jmaterials.com
0917 622 1839

Contact: Camille
sales@jmaterials.com
(02) 8856 7764

Room 400 VGP Center, 6772 Ayala Ave, Makati City, Philippines
お気軽にお問合せください！！ www.jmaterials.com

根拠法令
NBCDO Memorandum
Circular No. 01
Series of 2015

Philippine Economic Zone Authority
Circular No. 2019-022

MIRAI PHILIPPINES
INNOVATION FOR THE FUTURE

MIRAI PHILIPPINES CORP.

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



お問合わせ窓口
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



---

brother
at your side



今ならプリンターをお買い上げの方に最大1,500ペソ分のSodexo Mobile Passをプレゼント!!

プロモ期間：2020年1月1日～3月31日
お申込みはコチラ：https://www.brother.com.ph/en
対象機種：DCP-T310, DCP-T510W, DCP-T710W, MFC-T810W, MFC-T910W



プリンティング・ソリューションのご提案を致します!!
初期費用不要で1ページ毎に課金させて頂く"All-in-Click"や、月額定額印刷し放題（オンサイトサービス込み）の"Broprint+"※

broprint+





P3,000/月　P4,000/月　P5,000/月

※事前診断、各種条件あり

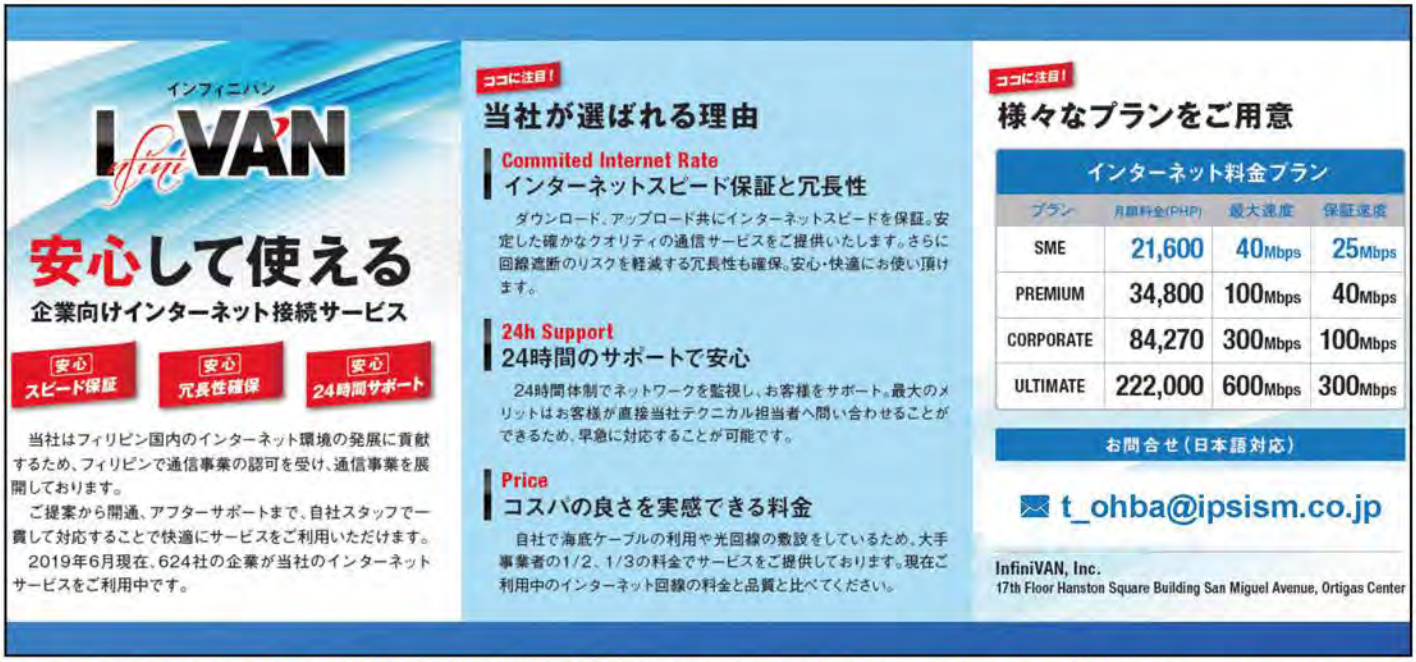
All in Click Program



担当：田中までお問合せ下さい
E-mail: shinichi.tanaka@brother.com.ph

BROTHER INTERNATIONAL PHILIPPINES CORPORATION
6/F Marajo Tower, #312 26th Street West corner 4th Avenue, Bonifacio Global City, 1634 Taguig City
Trunkline: (02) 8581.9800 • Customer Service: (02) 8581.9898 • Toll-Free: 1-800-10-BROTHER

/BROTHERatyourside
www.brother.com.ph
/BROTHERPhils
/BROTHERPhils



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
  ☎0917-804-4834(小林)
- **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** 慶應義塾大学
  ☎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)
- **マニラ校友会** 立命館大学/立命館アジア太平洋大学
  ☎+63-917-866-2248 /
  ✉ hirata@ph.hh-express.com (平田)
- **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)
- **青山学院校友会マニラ支部** 青山学院大学
  ✉ nagai_mkk@yahoo.co.jp(永井)
- **神戸大学同窓会** 神戸大学 ☎0917-848-3341(谷本)、0977-824-2811/asiakira@gmail.com(後藤)
- **マニラ頤桜会** 日本大学 ☎0917-188-0157(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 ☎092-8508-0466 (秋元)
- **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)
- **法政大学フィリピン交友会** 法政大学
  ☎09171835224(小山田)

日本人会リスト

- **マニラ日本人会** ☎(+632)8810-7909
- **北ルソン日本人会** ☎074-442-4708
- **フィリピン沖縄県人会** ☎(02)8421-6147
- **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** ☎0998-597-6590(石田)
- **信濃の國の会** ✉nakahara1117@gmail.com(中原)
- **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)
- **マニラ福井県人会** ✉manila_fukui@outlook.com (三宅)

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** ☎(02)8818-0880
- **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。

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: 02-7752-1733/
0967-213-5285(Globe)/
0917-174-4361(Globe)
MAIL：jnp-real-estate@billionaire-club.jp

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

☎63-2-8551-1914（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,

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:+63-2-8464-7100（担当：南木）
Email:crc-ph@crosscoop.com　Website:https://crosscoop.com/



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P550 1日のご利用からも可能
☑ コーヒー、ウォーターサーバー利用
☑ 24時間365日エアコン稼働
☑ 鍵付きロッカー利用可能
☑ 高速インターネット

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
☑ レンタル会議室　1時間P1,000(10名)
☑ レンタル会議室の連結で最大収容人数20名



レオパレス21 フィリピン 23F TOWER 6789, 6789 Ayala Avenue, Makati City Metro Manila, Philippines
☎ +63-2-8801-3417
日本語でお気軽にお問い合わせください(担当:馬渡*マナミ/山本)
0915-278-5090 / 0917-818-4632
PEZA
HP: www.leopalace21ph.com
E-mail: info@leopalace21ph.com
FB: leopalace21philippines



BED&GO SERVICE STATION

+63-2-8856-7764
info.bedandgo8888@gmail.com
400 VGP Center, 6772 Ayala Avenue, Makati City　0998-556-5887（石橋）



Fabbit



ビジネスセミナーイベント毎月開催中！
フィリピンでのビジネスに直結する交流会、ビジネスセミナーを開催しています。

- **3/26（木）ファビットカンファレンス**　参加費無料
毎月上場企業社長セミナーや注目のビジネステーマに即したセッションイベントを行っております。
詳細は下記までお問い合わせください。

fabbit Philippines Inc.
26th Floor, Twenty-Four Seven McKinley, 24th Street corner 7th Avenue, Bonifacio Global City, Taguig
詳しくは、お電話・メールにて、日本語でお気軽にお問合せください。
TEL：代表 **02-8864-4100 / 0917-306-1809**　日本語専用 **02-7618-0928**
info@fabbit.com.ph



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
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。

DMCI Homes特選物件
ALLEGRA GARDEN（アレグラガーデン）
場所：パッシグ市
特徴：57階建高層タワー、室内バスケットコート完備、BGCや空港へのアクセス良し、LRT4の最寄駅が完成予定。
完成：2024年7月（建設中）
部屋タイプ：1BR、2BR
広さ：36sqm、57sqm（バルコニー込み）
価格：4,783,000ペソ（1,053万円）1BR
価格：7,552,000ペソ（1,662万円）2BR
※各種割引、支払方法有



MAP マラテ Q-2

since 1987
KANEJIN
K PROPERTY BUSINESS MANAGEMENT SOLUTION INC.

30年以上の不動産歴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

---

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
☎02-8893-8815 日本人担当：田中
E-mail: jph@sagass.com Web: www.sagass.com.ph

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: 02-8245-2829 **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: 02-8245-2829 **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。

02-8245-2829 / 0945-612-0981（日本人担当）
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



フィリピンでの人材採用なら、Reeracoen Phillipines へ！
リーラコーエン

あなたの欲しい人材が、きっとみつかる！人材のプロにご相談を！

REERACOEN
neocareer GROUP
Make a Change, Better Tomorrow

わたしたちは、日本で"18年"の人材紹介実績のある(株) ネオキャリアの海外ブランドです。
アジア"10カ国 22拠点"で展開をしており、日系企業の海外ビジネスを人材面でサポートし続けています。



任せて安心！採用に強い３つのポイント。

point 1
メトロマニラ、ラグナ、バタンガス、
カビテ、クラーク、セブ島など
フィリピン全域でのご支援が可能。

point 2
業界最大級の
現地採用日本人、ローカルの日本語スピーカーの人材データベース を保有。

point 3
昨年度は、
日系企業様向けに
年間500名以上の紹介実績



日本人コンサルタント常駐
日本人コンサルタントがきめ細やかに対応させていただきます。
迅速、丁寧な対応を心がけています。
あなたの良き相談相手になります。
General Manager
中島 由貴

日本屈指の登録者を持つ転職サイト
マイナビ、海外転職に有効な
ABROADERS CAREER に無料掲載
マイナビ
ABROADERS CAREER アブローダーズキャリア

フィリピンにおける労働支援に貢献したとして、マカティ市から表彰されました。
Certificate of Appreciation



まずはお気軽にご相談くださいませ
日本語・英語 対応可能
0945-502-7651（中島直通）

info@reeracoen.com.ph
6th Floor, First Life Center, 174 Salcedo Street,
Legaspi Village, Makati City, 1299, Philippines
https://www.reeracoen.com.ph/ja
☎ **+63 (0)2 8893 7276 / +63(0)2 8893 7282**

◀フィリピン国内にて
就職・転職をお考えの方へ
【新規求人毎日更新中！
自社 HP をご覧下さい！】

採用するなら、内田クレペリン検査で適性を事前にチェック!

Uchida-Kraepelin PERFORMANCE TEST

標準判定価格 Php1,200/回
人数や判定内容によって各種プランをご用意しております。

内田クレペリン実施フロー

① お問合せ「丁寧に対応します。」
↓
② 試験実施「個人様/法人様承ります。」
↓
③ 結果確認「受験者の性格や特徴が分かります」
↓
④ 採用「人事の方も安心して採用できます」

人事担当者の心強い味方!!

★「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。
★アジア各国で技能実習生の選抜の際にご利用いただく機会が増えております。

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。



フィリピンでの実施は
「One World Human Resources Development INC.」まで!
担当: 中津 0917-118-9300 / Mr.JOMER 0995-337-3526
info@one-world-hrd.com one-world-hrd.com
Room207, Elements Building, 560 Quezon Avenue, Brgy. Talon, Quezon City

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: +63-2-8687-1978 Fax: +63-2-8687-1979 URL: www.nosphil.com.ph

日本向け派遣業務 (POEA LICENSE No.153-LB-080118-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: +63-2-8638-9499/9498 Fax: +63-2-8687-1979 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.

AKISA
Employment Agency

Akisaは各家庭にあった家政婦さんをご紹介するエージェントです。



- 安心料金で、質の高い家政婦さんをご紹介します。
- 当社は、家政婦さんへのトレーニングを無料で提供している、メトロマニラでは唯一のエージェントです。
- 当社は、ハウスキーピングの技術だけでなく、心構えも徹底して教育しています。
- 雇用契約は6カ月となっております。

家政婦さんの給与は1カ月P15,000です

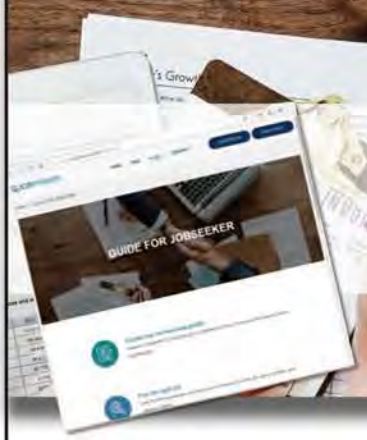
TEL. (02) 7752-4421 / 0956-775-3433 (GLOBE) 0998-398-0139 (SMART)
akisaemployment1@gmail.com akisaemploymentagency
2F 1850-B M. Natividad St. Sta. Cruz, Manila DOLE License: M-19-00-084



フィリピンスタッフの採用で
お困りのご担当者様

FREE
掲載料・手数料
無料

今なら掲載料、手数料一切掛からずに、
フィリピン人スタッフの求人募集が
掲載できます。



✔簡単登録で即時運用
✔採用時間の大幅短縮
✔採用時のコスト削減

JOBPRIMER

■ご登録はこちらから↓ (QRコードからも登録できます)
https://jobprimer.com.ph/how-to-use



フィリピン海外雇用庁（POEA）認可の人材派遣会社（許可番号POEA-115-LB-060718-R）

人材不足解消は、プロデンシャルにお任せください！

✓ 送り出し実績　フィリピン国内最多

✓ 特定技能1号・介護の受け入れを始めました

派遣先実績

- パン製造
- 惣菜製造
- 自動車整備
- 電子部品組み立て
- 工業用包装
- メタルプレス
- 型枠・鉄筋
- 鋳造
- 溶接
- 水産加工
- 農業
- 介護

私たちが選ばれる５つの理由

✓業界屈指の実績と質の高さ
✓誠実な事業運営、正確なコミュニケーションで期日・約束を厳守
✓書類作成に精通したスタッフが迅速に対応
✓きめ細やかな事前日本語教育の実施（4ヵ月間合宿研修）
✓日本人教師10名、比人教師88名が在籍

日本側の協同組合、技能実習生たちと常に連絡を取り合って、全ての実務を迅速に進めます。

姉妹会社である、さくら日本語学校においては、出国前の事前研修を4ヵ月間に渡り、日本語、マナー、ルール、文化、コミュニケーション等を合宿方式にて厳しく指導しています。送り出し先の企業様からは、大変ご好評をいただいております。

PRUDENTIAL EMPLOYMENT AGENCY, INC.
プロデンシャル・エンプロイメント・エージェンシー
Units E, F & H, 2nd Floor, Miki Mari Building Sta. Cecilia Road, Talon 2, Las Pinas City.

携帯電話：0917-651-6076　担当　酒井・三宅
固定電話：02-8403-2823 / 8871-2164
Eメール：fujimoto@prudentialemployment.com

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！

JC 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



日本で就労しながら転職成功

男性30代

●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）

[代表責任者]
0917-828-5134（田渕） tabuchi@johnclements.com

[メトロマニラエリア担当]
0917-621-5369（澤渡） sawatari@johnclements.com

[工業団地エリア担当]
0917-818-9054（宮田） miyata@johnclements.com



14F LKG Tower, 6801 Ayala Avenue, Makati, Metro Manila, Philippines

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

フィリピンの情報ならPrimer!

生活に必要な情報、役立つ情報をおとどけします。

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



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。



Navotas City

Caloocan City (North)

Valenzuela City

Quezon City

Malabon City

Caloocan City

Marikina City

Manila City

San Juan City

Pasig City

Mandaluyong City

Makati City

Pasay City

Pateros City

Taguig City

Parañaque City

Las Piñas City

Muntinlupa City



Quezon City

ケソン・シティ Map ⑦

元首都の面影を残す、
歴史とエンターテイメントの街

Eastwood

イーストウッド

音楽を楽しみながら
飲み明かすならココ!
近代的総合コミュニティー



Intramuros / Roxas Boulevard

イントラムロス／ロハス・ブルバード

旅行者の目を楽しませる
スペイン情趣あふれる街並み

Malate

マラテ Map ④

マニラ湾沿いに広がる地域で、
飲食店やホテルも多く
観光客に人気のスポット。



Greenhills

グリーンヒルズ

掘り出し物をもとめる
地元客で連日大賑わい!
賢く使いたい
おすすめスポット





Ortigas

オルティガス Map ③

マカティに次ぐビジネスセンター。
駅前のメガモールには
韓国・日本人留学生が集まる

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。





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



Entertainment City

エンターテイメント・シティ

カジノを中心としたリゾート施設が立ち並ぶ。



Makati

マカティ Map ①

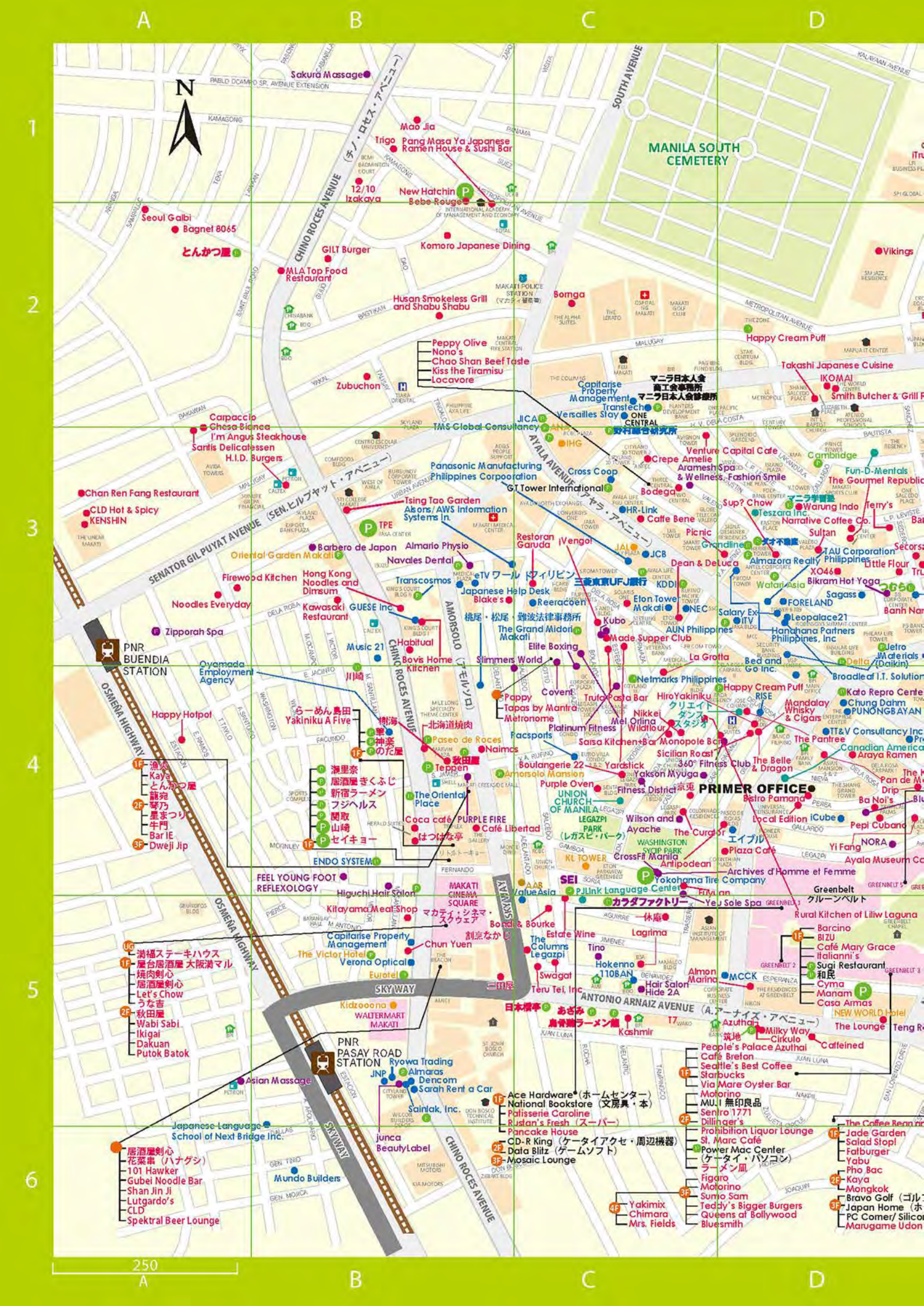
高層ビルが立ち並ぶ
フィリピン随一の近代エリア。
買い物天国として有名!
洒落たカフェやレストランも多い。

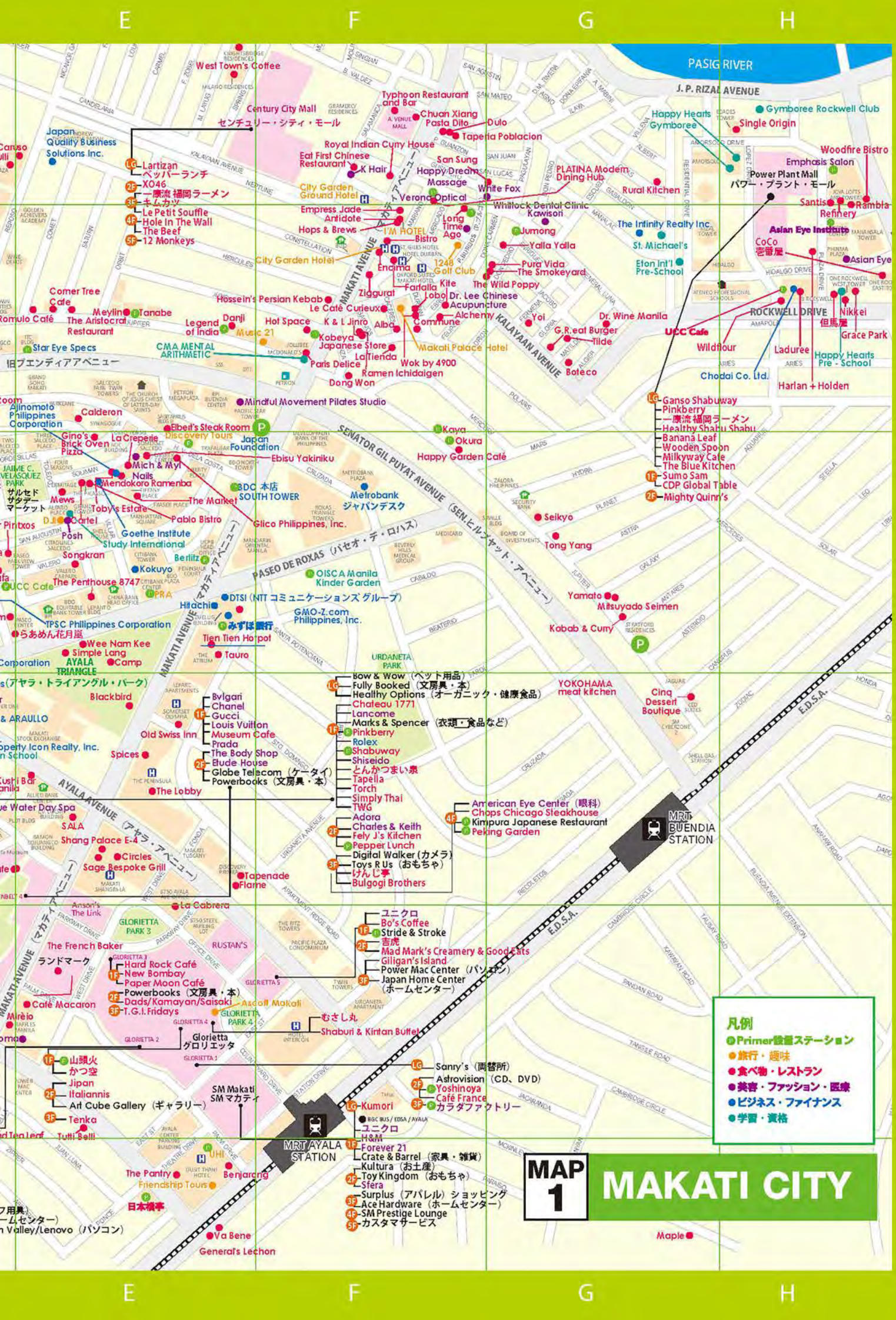


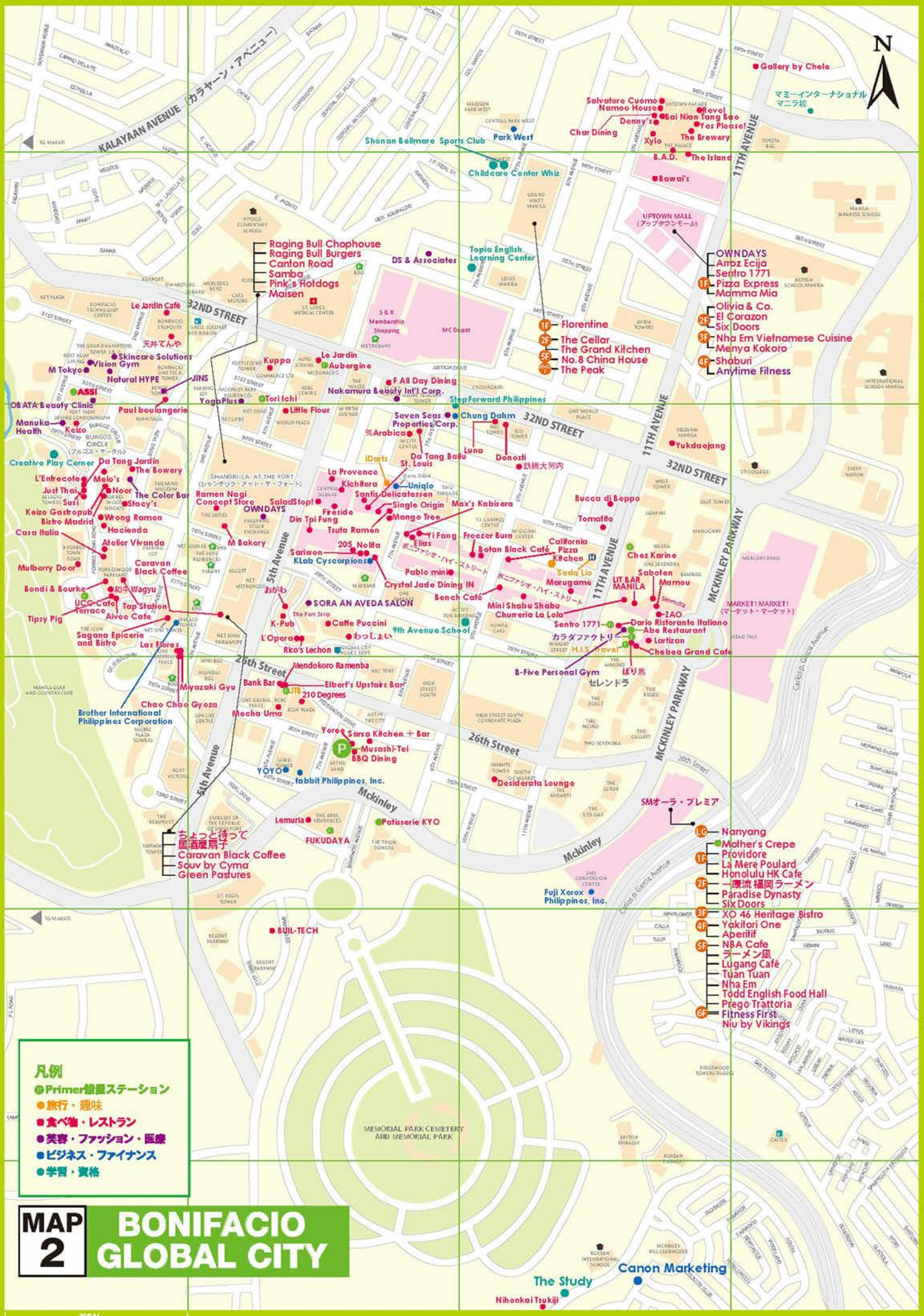
Alabang

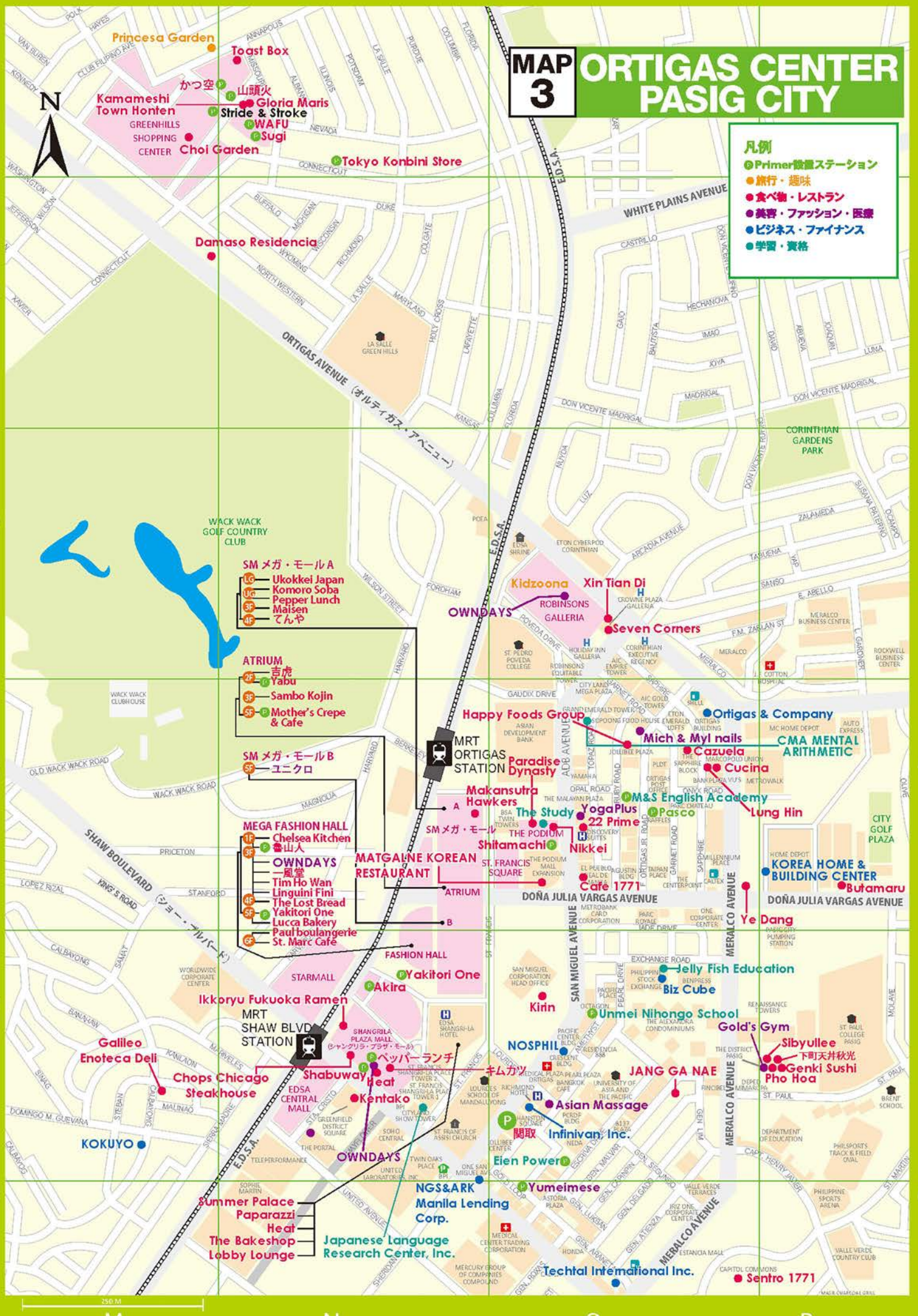
アラバン Map ⑥

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
Sakura Massage
Mao Jia
Trigo
Pang Masa Ya Japanese Ramen House & Sushi Bar
12/10 Izakaya
New Hatchin
Bebe Rouge
Seoul Galbi
Bagnet 8065
とんかつ屋
GILT Burger
MLA Top Food Restaurant
Komoro Japanese Dining
Husan Smokeless Grill and Shabu Shabu
Bomga
Vikings
Happy Cream Puff
Takashi Japanese Cuisine
IKOMAI
Smith Butcher & Grill
Peppy Olive
Nono's
Chao Shan Beef Taste
Kiss the Tiramisu
Locavore
Zubuchon
Capitarise Property Management
Transtech
Versailles Stay
マニラ日本人会 商工会事務所
マニラ日本人会録音所
JICA
TMS Global Consultancy
ANZ
IHG
Carpaccio
Chesa Bianca
I'm Angus Steakhouse
Santis Delicatessen
H.I.D. Burgers
Venture Capital Cafe
Crepe Amelie
Aramesh Spa & Wellness, Fashion Smile
Cambridge
Fun-D-Mentals
The Gourmet Republic
Panasonic Manufacturing Philippines Corporation
Cross Coop
GT Tower International
Bodega
Chan Ren Fang Restaurant
CLD Hot & Spicy
KENSHIN
Tsing Tao Garden
Alsons/AWS Information Systems In.
HR-Link
Caffe Bene
Sup? Chow
Teszara Inc
Narrative Coffee Co.
Terry's
Sultan
TPE
Barbero de Japon
Almario Physio
Oriental Garden Makati
Navales Dental
Restoran Garuda
¡Vengo!
JCB
Picnic
Grandline
TAU Corporation
Almazora Realty Philippines
Little Flour
Firewood Kitchen
Hong Kong Noodles and Dimsum
Transcosmos
eTV ワールド フィリピン
三菱東京UFJ銀行
KDDI
Dean & DeLuca
XO46
Bikram Hot Yoga
Noodles Everyday
Japanese Help Desk
Blake's
Reeracoen
Eton Tower Makati
NEC
Sagass
FORELAND
Kawasaki GUESE Inc Restaurant
桃尾・松尾・難波法律事務所
Salary Ex
ITV
Leopalace21
Zipporah Spa
The Grand Midori Makati
Kubo
AUN Philippines
Hanahana Partners Philippines, Inc
PNR BUENDIA STATION
Music 21
Habitual
Bovis Home Kitchen
Made Supper Club
Elite Boxing
Slimmers World
La Grotta
Bed and Go Inc.
Jetro Materials (Daikin)
Oyamada Employment Agency
Netmarks Philippines
Broadleaf I.T. Solution
Happy Hotpot
らーめん島田
Yakiniku A Five
Pappy
Tapas by Mantra
Metronome
Covent
Truffle Pasta Bar
HiroYakiniku
Happy Cream Puff
RISE
Kato Repro Cente
Chung Dahm
PUNONGBAYAN
Nikkei
Mel Orlina
Wildflour
Platinum Fitness
Racsports
Sarsa Kitchen+Bar
Monopole Bar
Sicilian Roast
360° Fitness Club
The Belle & Dragon
The Pantree
IT&V Consultancy Inc
Canadian American
Araya Ramen
Paseo de Roces
Naimos
Teppen
Boulangerie 22
Amorsolo Mansion
Yardstick
Yakson Myuga
Purple Oven
Fitness District
PRIMER OFFICE
Bistro Pamana
Ba Noi's
Local Edition
iCube
Pepi Cubano
NORA
Yi Fang
Plaza Café
Ayala Museum
Antipodean
Archives d'Homme et Femme
Yokohama Tire Company
SEI
PJLink Language Center
Value Asia
Eyelan
Yeu Sole Spa
Greenbelt グリーンベルト
Rural Kitchen of Liliw Laguna
カラダファクトリー
休庵
Lagrima
Estate Wine
Bond & Bourke
割烹なかじ
Barcino
BIZU
Café Mary Grace
Italianni's
Sugi Restaurant
和民
Cyma
Manam
Casa Armas
Chun Yuen
The Victor Hotel
Verona Optical
Eurotel
The Columns
Legazpi
Tino
Hokenno
1108AN
Swagat
Teru Tei, Inc
Hair Salon Hide 2A
Almon Marina
MCCK
NEW WORLD Hotel
The Lounge
Kidzooona
WALTERMART MAKATI
日本橋亭
あざみ
鳥骨鶏ラーメン組
Kashmir
T7
Azuthai
Milky Way
Cirkulo
Cafeined
People's Palace Azuthai
Café Breton
Seattle's Best Coffee
Starbucks
Via Mare Oyster Bar
Motorino
MUJI 無印良品
Senro 1771
Dillinger's
Prohibition Liquor Lounge
St. Marc Café
Power Mac Center (ケータイ・パソコン)
ラーメン凪
Figaro
Motorino
Sumo Sam
Teddy's Bigger Burgers
Queens at Bollywood
Bluesmith
Yakimix
Chimara
Mrs. Fields
Ace Hardware (ホームセンター)
National Bookstore (文房具・本)
Patisserie Caroline
Rustan's Fresh (スーパー)
Pancake House
CD-R King (ケータイアクセ・周辺機器)
Data Blitz (ゲームソフト)
Mosaic Lounge
Jade Garden
Salad Stop!
Fatburger
Yabu
Pho Bac
Kaya
Mongkok
Bravo Golf (ゴル
Japan Home (ホ
PC Comer/ Silicon
Marugame Udon
The Coffee Bean
PNR PASAY ROAD STATION
Ryowa Trading
JNP
Almaras
Dencom
Sarah Rent a Car
Sainlak, Inc.
Asian Massage
Japanese Language School of Next Bridge Inc.
junca BeautyLabel
Mundo Builders
居酒屋剣心
花菜串（ハナグシ）
101 Hawker
Gubei Noodle Bar
Shan Jin Ji
Lutgardo's
CLD
Spektral Beer Lounge
満福ステーキハウス
屋台居酒屋 大阪満マル
焼肉剣心
居酒屋剣心
Let's Chow
うな吉
秋田屋
Wabi Sabi
Ikigai
Dakuan
Putok Batok
漁火
Kaya
とんかつ屋
籠宛
琴乃
星まつり
牛門
Bar IE
Dweji Jip
瀬里奈
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
FEEL YOUNG FOOT REFLEXOLOGY
Higuchi Hair Salon
Kitayama Meat Shop
Capitarise Property Management
MAKATI CINEMA SQUARE
マカティシネマ・スクウェア
The Oriental Place
Coca café
PURPLE FIRE
Café Libertad
はつはな亭
SENATOR GIL PUYAT AVENUE (SEN.ヒルプヤット・アベニュー)
CHINO ROCES AVENUE (チノ・ロセス・アベニュー)
AYALA AVENUE (アヤラ・アベニュー)
METROPOLITAN AVENUE
ANTONIO ARNAIZ AVENUE (A.アーナイズ・アベニュー)
AMORSOLO (アモルソロ)
OSMEÑA HIGHWAY
SKY WAY
PABLO OCAMPO SR. AVENUE EXTENSION
SOUTH A AVENUE
KAMAGONG
PANAMA
SUEZ
TAIWAN
TOKYO
SAMSUNG
CHINABANK
BDO
BPI
PETRON
TOTAL
SHELL
CALTEX
PETRON
250

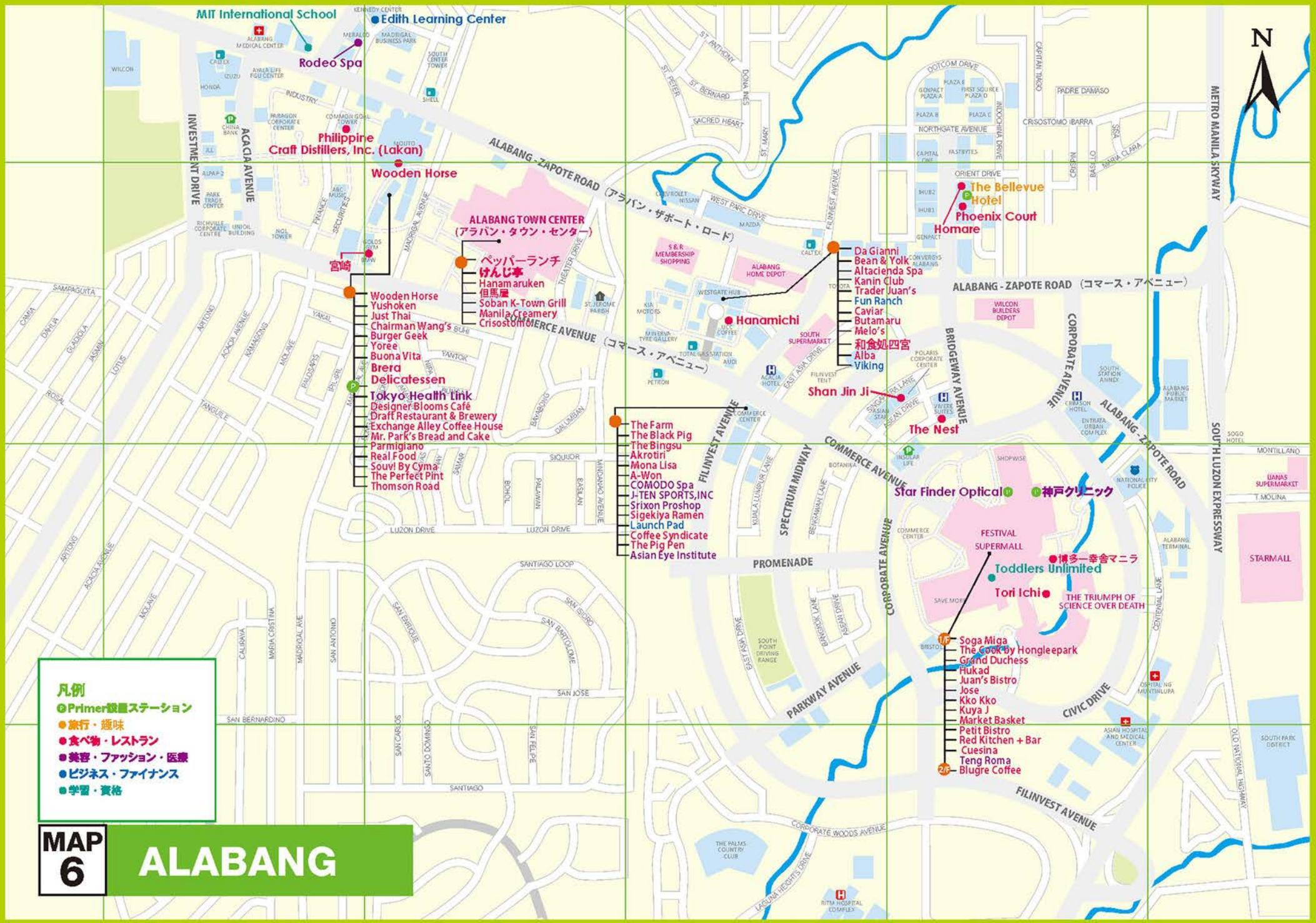

E F G H
1 2 3 4 5 6
PASIG RIVER
J. P. RIZAL AVENUE
MAKATI AVENUE
SENATOR GIL PUYAT AVENUE (SEN. ヒルプイット・アベニュー)
KALAYAAN AVENUE
PASEO DE ROXAS (パセオ・デ・ロハス)
AYALA AVENUE (アヤラ・アベニュー)
E.D.S.A.
ROCKWELL DRIVE
West Town's Coffee
Century City Mall センチュリー・シティ・モール
Japan Quality Business Solutions Inc.
Typhoon Restaurant and Bar
Chuan Xiang Pasta Dito
Dulo
Taperia Poblacion
Royal Indian Curry House
Eat First Chinese Restaurant
K Hair
San Sung
Happy Dream Massage
Verona Optical
White Fox
City Garden Ground Hotel
Empress Jade
Antidote
Hops & Brews
I'M HOTEL
Long Time Ago
Bistro
City Garden Hotel
Encima
1248 Golf Club
Farfalla
Kite
Ziggurat
Lobo
Dr. Lee Chinese Acupuncture
Alchemy
Commune
Alba
Le Café Curieux
Hossein's Persian Kebab
Hot Space
K & L Jinro
Kobeya Japanese Store
La Tienda
Wok by 4900
Ramen Ichidaigen
Paris Delice
Dong Won
Makati Palace Hotel
Legend of India
Music 21
CMA MENTAL ARITHMETIC
Star Eye Specs
Corner Tree Cafe
Romulo Café
Meylin
Tanabe
The Aristocrat Restaurant
Happy Hearts Gymboree
Gymboree Rockwell Club
Single Origin
Woodfire Bistro
Emphasis Salon
Power Plant Mall パワー・プラント・モール
Santis
Rambla
Refinery
Rural Kitchen
PLATINA Modern Dining Hub
Whitlock Dental Clinic Kawison
Jumong
Yalla Yalla
Pura Vida
The Smokeyard
The Wild Poppy
The Infinity Realty Inc.
St. Michael's
Eton Int'l Pre-School
Asian Eye Institute
CoCo 壱番屋
Asian Eye
Nikkei 但馬屋
Grace Park
Happy Hearts Pre - School
Harlan + Holden
Dr. Wine Manila
G.R.eat Burger
Tilde
Boteco
Yoi
UCC Cafe
Wildflour
Laduree
Chodai Co. Ltd.
Ganso Shabuway
Pinkberry
一風堂福岡ラーメン
Healthy Shabu Shabu
Banana Leaf
Wooden Spoon
Milkyway Cafe
The Blue Kitchen
Sumo Sam
CDP Global Table
Mighty Quinn's
Kaya
Okura
Happy Garden Café
Seikyo
Tong Yang
Yamato
Mitsuyado Seimen
Kabab & Curry
Ajinomoto Philippines Corporation
Calderon
Mindful Movement Pilates Studio
Elbert's Steak Room
Discovery Tours
Japan Foundation
Gino's Brick Oven Pizza
La Crepetie
Mich & Myl Nails
Ebisu Yakiniku
Mendokoro Ramenba
BDC 本店 SOUTH TOWER
The Market
Toby's Estate
Cartel
Pablo Bistro
Glico Philippines, Inc.
Metrobank ジャパンデスク
Goethe Institute
Study International
Berlitz
Kokuyo
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
みずほ銀行
GMO-Z.com Philippines, Inc.
TPSC Philippines Corporation
らあめん花月嵐
Wee Nam Kee
Simple Lang
Camp
Tien Tien Hotpot
Tauro
AYALA TRIANGLE
URDANETA PARK
YOKOHAMA meat kitchen
Cinq Dessert Boutique
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
Blackbird
Old Swiss Inn
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)
Water Day Spa
SALA
Shang Palace E-4
Circles
Sage Bespoke Grill
Tapenade
Flame
La Cabrera
Anson's The Link
The French Baker
ランドマーク
Hard Rock Café
New Bombay
Paper Moon Café
Powerbooks (文房具・本)
Dads/Kamayan/Saisaki
T.G.I. Fridays
Ascott Makati
Café Macaron
Mrèio
Glorietta グロリエッタ
Shaburi & Kirtan Buffet
むさし丸
ユニクロ
Bo's Coffee
Stride & Stroke
吉虎
Mad Mark's Creamery & Good Eats
Giligan's Island
Power Mac Center (パソコン)
Japan Home Center (ホームセンター)
山頭火
かつ空
Jipan
Italiannis
Art Cube Gallery (ギャラリー)
Tenka
Tutti Belli
SM Makati SM マカティ
MRT AYALA STATION
Sanry's (両替所)
Astrovision (CD、DVD)
Yoshinoya
Café France
カラダファクトリー
Kumori
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
The Pantry
Friendship Tours
Benjarong
日本橋亭
Va Bene
General's Lechon
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

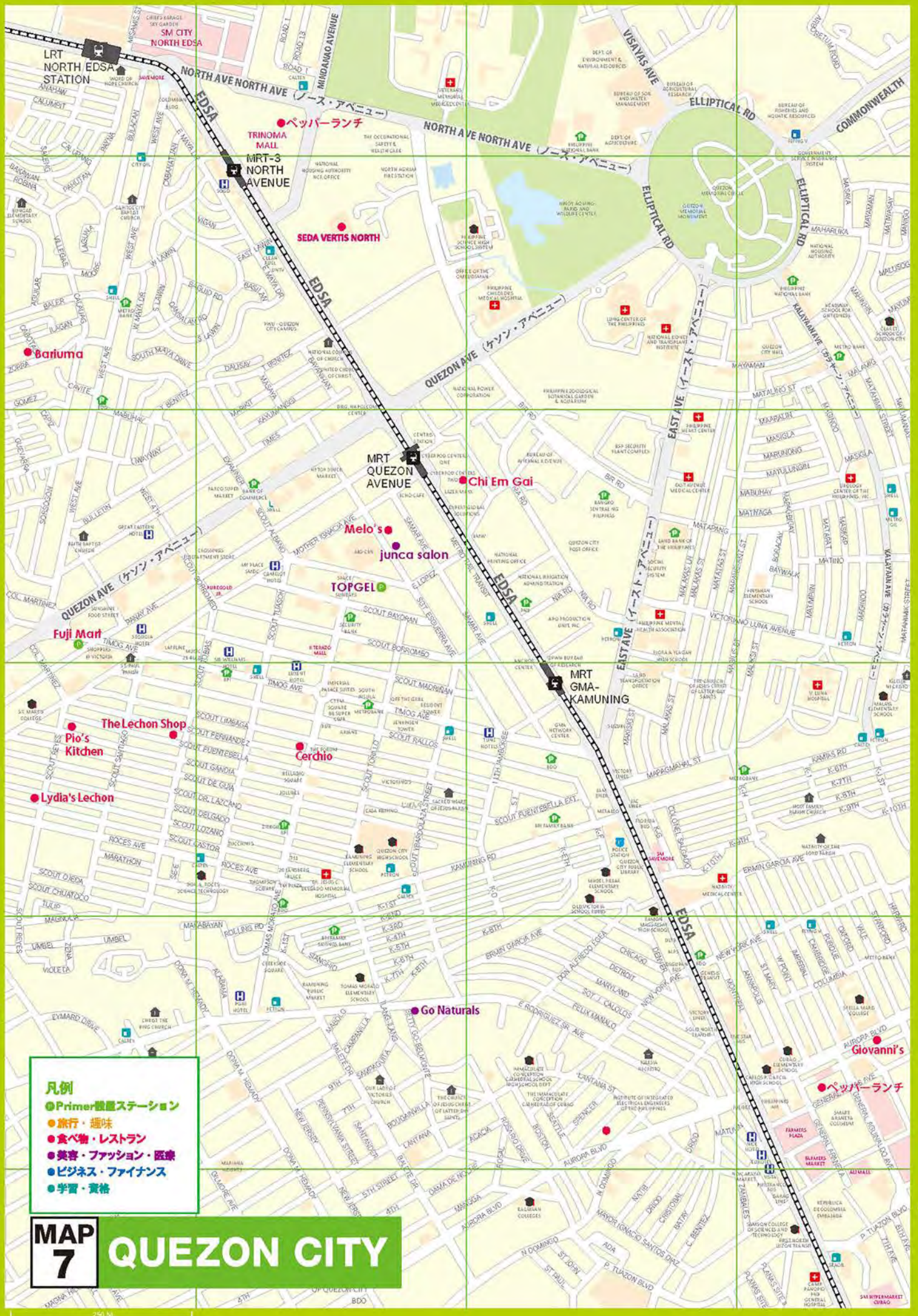

I
J
K
L
1
2
3
4
5
6
N
KALAYAAN AVENUE（カラヤーン・アベニュー）
32ND STREET
31ST STREET
30TH STREET
29TH STREET
28TH STREET
27TH STREET
26th Street
11TH AVENUE
5th Avenue
9th Avenue
7th AVENUE
McKINLEY PARKWAY
Mckinley
Gallery by Chele
マミーインターナショナル
マニラ校
Salvatore Cuomo
Namoo House
Denny's
Char Dining
Revel
Bai Nian Tang Bao
Yes Please!
Xylo
The Brewery
B.A.D.
The Island
Bawai's
Park West
Shonan Bellmare Sports Club
Childcare Center Whiz
UPTOWN MALL
（アップタウンモール）
OWNDAYS
Arroz Ecija
Sentro 1771
1F Pizza Express
Mamma Mia
Olivia & Co.
2F El Corazon
Six Doors
3F Nha Em Vietnamese Cuisine
Menya Kokoro
4F Shaburi
Anytime Filness
1F Florentine
2F The Cellar
The Grand Kitchen
5F No.8 China House
The Peak
Topia English
Learning Center
DS & Associates
Raging Bull Chophouse
Raging Bull Burgers
Canton Road
Samba
Pink's Holdogs
Maisen
Le Jardin Café
天井てんや
Skincare Solutions
Vision Gym
M Tokyo
Natural HYPE
JINS
ASSI
OBATA Beauty Clinic
Paul boulangerie
Manuka Health
Keizo
Creative Play Corner
Da Tang Jardin
The Bowery
L'Entrecote
Melo's
Just Thai
Noor
The Color Bar
Suzi
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
Brother International
Philippines Corporation
Kuppa
Le Jardin
Aubergine
Nakamura Beauty Int'l Corp.
F All Day Dining
YogaPlus
Tori Ichi
Little Flour
Seven Seas
Properties Corp.
%Arabica
Chung Dahm
StepForward Philippines
Luna
Donosti
鉄板大河内
Yukdaejang
iDarts
Da Tang Baiu
St. Louis
La Provence
Kichitora
Uniqlo
Santis Delicatessen
Single Origin
Max's Kabisera
Ramen Nagi
Concept Store
SaladStop!
OWNDAYS
Fireside
Mango Tree
Din Tai Fung
Tsuta Ramen
M Bakery
Yi Fang
Elias
Freezer Burn
Botan Black Café
California
Pizza
Kitchen
Seda Lio
Marugame
Bucca di Beppo
Tomatito
Chez Karine
Saboten
Mamou
LIT BAR
MANILA
Serendra
ZAO
MARKET! MARKET!
（マーケット・マーケット）
205 Nolita
Sariwon
KLab Cyscorpions
Pablo mini
Crystal Jade Dining IN
Bench Café
Mini Shabu Shabu
Churreria La Lola
Sentro 1771
Dario Ristorante Italiano
Abe Restaurant
Lartizan
Chelsea Grand Cafe
カラダファクトリー
H.I.S Travel
ばり馬
セレンドラ
B-Five Personal Gym
SORA AN AVEDA SALON
K-Pub
Caffe Puccini
9th Avenue School
L'Opera
わっしょい
Rko's Lechon
Mendokoro Ramenba
Bank Bar
Elbert's Upstairs Bar
JTB
210 Degrees
Mecha Uma
Yoree Sarsa Kitchen + Bar
Musashi-Tei
BBQ Dining
YOYO
fabbit Philippines, Inc.
Desiderata Lounge
SMオーラ・プレミア
1G Nanyang
Mother's Crepe
1F Providore
La Mere Poulard
Honolulu HK Cafe
2F 一風流 福岡ラーメン
Paradise Dynasty
Six Doors
3F XO 46 Heritage Bistro
4F Yakitori One
Aperitif
5F NBA Cafe
ラーメン凪
Lugang Café
Tuan Tuan
Nha Em
Todd English Food Hall
Prego Trattoria
6F Fitness First
Niu by Vikings
Fuji Xerox
Philippines, Inc.
Lemuria
Patisserie KYO
FUKUDAYA
ちょっと待って
屋酒屋扇子
Caravan Black Coffee
Souv by Cyma
Green Pastures
BUIL-TECH
MEMORIAL PARK CEMETERY
AND MEMORIAL PARK
The Study
Canon Marketing
Nihonkai Tsukiji
250 M
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


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
Princesa Garden
Toast Box
かつ空
山頭火
Kamameshi
Gloria Maris
Town Honten
Stride & Stroke
GREENHILLS
SHOPPING
CENTER
WAFU
Sugi
Choi Garden
Tokyo Konbini Store
Damaso Residencia
WHITE PLAINS AVENUE
ORTIGAS AVENUE (オルティガス・アベニュー)
E.D.S.A.
WACK WACK
GOLF COUNTRY
CLUB
CORINTHIAN
GARDENS
PARK
SM メガ・モールA
Ukokkei Japan
Komoro Soba
Pepper Lunch
Maisen
てんや
Kidzoona
Xin Tian Di
OWNDAYS
ROBINSONS
GALLERIA
Seven Corners
ATRIUM
吉虎
Yabu
Sambo Kojin
Mother's Crepe
& Cafe
WACK WACK
CLUBHOUSE
SM メガ・モールB
ユニクロ
MRT
ORTIGAS
STATION
Happy Foods Group
Ortigas & Company
Mich & Myl nails
CMA MENTAL
ARITHMETIC
Cazuela
Cucina
Paradise
Dynasty
Makansutra
Hawkers
M&S English Academy
The Study
YogaPlus
Pasco
Lung Hin
22 Prime
SM メガ・モール
THE PODIUM
Shitamachi
Nikkei
MEGA FASHION HALL
Chelsea Kitchen
雪山人
OWNDAYS
一風堂
Tim Ho Wan
Linguini Fini
The Lost Bread
Yakitori One
Lucca Bakery
Paul boulangerie
St. Marc Café
MATGALNE KOREAN
RESTAURANT
ST. FRANCIS
SQUARE
Café 1771
DOÑA JULIA VARGAS AVENUE
KOREA HOME &
BUILDING CENTER
Butamaru
Ye Dang
SHAW BOULEVARD (ショー・ブルバード)
KING'S ROAD
FASHION HALL
STARMALL
Yakitori One
Akira
Ikkoryu Fukuoka Ramen
Jelly Fish Education
Biz Cube
Kirin
Unmei Nihongo School
MRT
SHAW BLVD
STATION
SHANGRILA
PLAZA MALL
(シャングリラ・プラザ・モール)
Galileo
Enoteca Deli
ペッパーランチ
キムガツ
NOSPHIL
Gold's Gym
Sibyullee
下町天丼秋光
Genki Sushi
Pho Hoa
Chops Chicago
Steakhouse
Shabuway
Heat
JANG GA NAE
EDSA
CENTRAL
MALL
Kentako
Asian Massage
Infinivan, Inc.
関取
KOKUYO
OWNDAYS
Eien Power
NGS&ARK
Manila Lending
Corp.
Yumeimese
Summer Palace
Paparazzi
Heat
The Bakeshop
Lobby Lounge
Japanese Language
Research Center, Inc.
Techtal International Inc.
Sentro 1771
MERALCO AVENUE
SAN MIGUEL AVENUE
250 M


Q R S T U V
1 2 3 4
Le Bar
TAJIMA
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
E-Naka-Ma
Vatel
Zark's Burgers
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
Fukurou Japanese Dining
Makchang
Korean Palace
Sinsun
Cafe Adriatico
居酒屋 けん太
Go Kizip
Tanabe
ASSI
Shabu yaki
Maru
KP2
Shabuyaki
Bistro Remedios
Daeseoyang
Dukdaejang
LongKeunSo
Galmegi
Big Bang Bar Cafe
Korean Village
Asian Purple Massage
Puradak Chicken
OM Spa
Pastry Boutique
The Lounge
Li Li
China Airlines
One Side
Music 21
ARS Dream
Slimmers World
Yye Lai Hotpot
Tao Yuan
RAKU Bar & Cafe
Sheraton Manila Bay
Makchang
St. Marc Café
Café Chosun
Wang Jok Bal
Jeonju Yam Malate Jonglo
ロビンソンズ・プレイス・マニラ
St. Marc Café
ペッパーランチ
PARADE AVENUE
マニラ オーシャン パーク
ハーバービュー マニラ
マニラ ミュージアム
アメリカ大使館
パンパタ ミュージアム
The Champagne Room
SOUTH ROAD
KATIGBAK PARKWAY
PADRE BURGOS AVENUE
KALAW AVENUE（カロー・アベニュー）
リーサル・パーク
国立図書館
Mabini Mansion
FINANCE
AYALA BOULEVARD
UNITED NATIONS AVENUE
OCAMPO（オカンポ）
QUIRINO AVENUE（キリノ・アベニュー）
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
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
SEASIDE BOULEVARD
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
Tori Ichi
St. Marc Café
SM MALL OF ASIA
Magnum Manila
Tokyo Café
MICH & MYL nails
Skincare Solutions
Bru Coffee Bar
Banzai
Uma Uma
KIYOSA Japanese Total Beauty
Paris Miki
China Blue
Baker & Cook
メガ・プルバード・インターナショナル
Epilogue
The Food Club
The Pet Cafe by Velvet Friends
EDSA EXTENSION
Music 21
DIOSDADO MACAPAGAL BOULEVARD
ROXAS BOULEVARD
JOSE W. DIOKNO BOULEVARD
CORAL WAY
BRADCO AVENUE
Nord Anglia International School
Skyjet Airlines
S&R SHOPPING
ASEANA AVENUE
Kiwa Korean Grill
Red Lantern
炎舞
銀座長岡
別宮今村
Red Spice
Goryeo
Hide Yamamoto
Prego
Nobu Manila
Tokyo Glam Eyelash & Nail Salon
Ruby Jack's
O Kitchen
The Café
Jing Ting
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
LRT VERGEL ST EDSA STATION
MRT TAFT STATION
LRT BACLARAN STATION
EDSA
SKYWAY
SOUTH LUZON EXPRESS WAY
PNR EDSA STATION
MRT MAGALLANES STATION
Estetico
NAIA TERMINAL 4
NAIAX
NAIA TERMINAL 3
ニノイ・アキノ国際空港
NAIA ROAD
MANILA-CAVITE EXPRESS WAY
COASTAL MALL
VILLAMOR GOLF COURSE
Cru Steakhouse
Passion
Wolfgang Steakhouse
Man Ho
Tao Yuan
Impressions
Marriott Café
Café Maxims
King Men
Hotel Okura
RESORTS WORLD
200 M


AC
AD
AE
AF
AG
AH
1
2
3
4
N
MIT International School
Edith Learning Center
Rodeo Spa
Philippine Craft Distillers, Inc. (Lakan)
Wooden Horse
ALABANG - ZAPOTE ROAD (アラバン・ザポート・ロード)
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
Manila Creamery
Crisostomo
Wooden Horse
Yushoken
Just Thai
Chairman Wang's
Burger Geek
Yoree
Buona Vita
Brera Delicatessen
Tokyo Health Link
Designer Blooms Café
Draft Restaurant & Brewery
Exchange Alley Coffee House
Mr. Park's Bread and Cake
Parmigiano
Real Food
Souv! By Cyma
The Perfect Pint
Thomson Road
COMMERCE AVENUE (コマース・アベニュー)
Hanamichi
The Farm
The Black Pig
The Bingsu
Akrotiri
Mona Lisa
A-Won
COMODO Spa
J-TEN SPORTS,INC
Srixon Proshop
Sigekiya Ramen
Launch Pad
Coffee Syndicate
The Pig Pen
Asian Eye Institute
The Bellevue Hotel
Phoenix Court
Homare
Da Gianni
Bean & Yolk
Altacienda Spa
Kanin Club
Trader Juan's
Fun Ranch
Caviar
Butamaru
Melo's
和食処四宮
Alba
Viking
Shan Jin Ji
The Nest
ALABANG - ZAPOTE ROAD (コマース・アベニュー)
Star Finder Optical
神戸クリニック
博多一幸舎マニラ
Toddlers Unlimited
Tori Ichi
THE TRIUMPH OF SCIENCE OVER DEATH
Soga Miga
The Cook By Hongleepark
Grand Duchess
Hukad
Juan's Bistro
Jose
Kko Kko
Kuya J
Market Basket
Petit Bistro
Red Kitchen + Bar
Cuesina
Teng Roma
Blugre Coffee
METRO MANILA SKYWAY
SOUTH LUZON EXPRESSWAY
FILINVEST AVENUE
SPECTRUM MIDWAY
PROMENADE
CORPORATE AVENUE
BRIDGEWAY AVENUE
PARKWAY AVENUE
CIVIC DRIVE
FESTIVAL SUPERMALL
STARMALL
INVESTMENT DRIVE
ACACIA AVENUE
LUZON DRIVE
SANTIAGO
SAN JOSE
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
VISAYAS AVE
ELLIPTICAL RD
COMMONWEALTH
●ペッパーランチ
TRINOMA MALL
MRT-3 NORTH AVENUE
SEDA VERTIS NORTH
MAHARLIKA
Bariuma
QUEZON AVE（ケソン・アベニュー）
MRT QUEZON AVENUE
Chi Em Gai
EAST AVE（イースト・アベニュー）
KALAYAAN AVE（カラヤーン・アベニュー）
Melo's
junca salon
TOPGEL
Fuji Mart
MRT GMA-KAMUNING
The Lechon Shop
Pio's Kitchen
Cerchio
Lydia's Lechon
Go Naturals
Giovanni's
●ペッパーランチ
凡例
●Primer設置ステーション
●旅行・趣味
●食べ物・レストラン
●美容・ファッション・医療
●ビジネス・ファイナンス
●学習・資格
MAP 7
QUEZON CITY
250 M

HOT TOPICS in Manila

今、マニラで話題のトピックをお届け！

南イタリアの家庭料理を堪能！
あの名店がBGCにオープン

Francesco's BGC BRANCH
フランチェスコBGC店

地中海の新鮮な魚介類をふんだんにつかった南イタリア料理が人気のフランチェスコがBGCにオープン。同店のロンフランチェスコリッツォ・シェフは「南イタリアのフィレンツェ」とも呼ばれるレッチェ育ち。他のイタリアンレストランと一線を画す家庭的な南イタリア料理を提供しています。2017年にはマニラ、サンファンのマビニ通りに一号店をオープンし人気に。パスタ、ピザはもちろん、冷製ビーフを使ったVitello Tonnato (P580)などもぜひ試してみましょう。

住所: BGC Corporate Center, 30th Street Corner 11th Avenue, BGC
☎ 02-8281-1285/0919-007-8581
営業時間　11:30～23:30
✉ info@francescos.ph
f francescosph



Spaghetti Puttanesca (P440)



店内はカジュアルで居心地の良い空間だ。

ボプラシオンに
新しい名所オープン！

Movida Fashion Food + Club
モビダファッションフード+クラブ

飲食店の立ち並ぶボプラシオンにまた新しい名所が誕生しました!イスラエル出身のビジネスマンがオーナーのMovida Fashion Food + Clubのメニューはイタリア、スペインそれに日本料理なども。本格的な味わいだ。Chicken Quesadilla・チキンケサディリア(P295)、Grilled Salmon・サーモングリル (Php 465)、などの料理の他カクテルなどの飲み物も充実。ぜひゆっくり過ごしたい夜に足を運んでみましょう。

住所: 5050 P. Burgos St., Poblacion, Makati
☎　02-8363-3622/0921-278-8384
営業　11:00～翌2:00
✉ contact@movida.page
f MovidaMakati/



多国籍料理が楽しめる



カラフルで居心地のよい店内

リーズナブルに、美味しく
アルゼンチンステーキを堪能しよう！

Chingolo Deli
チンゴロデリ

チンゴロデリで提供しているアルゼンチンのボルジコビーフの特徴は、柔らかく濃厚で脂肪が多すぎないこと。それは飼料ではなく牧草で育てられているからだとか。最初はデリからスタートした同店はキッチンも増設し、その場で美味しいステーキを食べることができるようになった。20席のスペースだが美味しいお肉を堪能できる絶好の場所場所です。

住所: UPRC III Building, 2289 Chino Roces Avenue Extension, Makati
☎0915-266-3581
営業　精肉店 9:00 6:00 / キッチン 11:00 15:00、18:00～22:00　/　月曜日定休
✉ chingolo.ph@gmail.com
f chingolodeli



Ribeye (P 990/250g), Striploin (P 880/250g), Picanha (P 850/250g)



キッチンではゆっくりとステーキを楽しめる

日本発人気パンケーキ店
ついにマニラにオープン！

Gram Cafe & Pancake
グリム カフェ＆パンケーキ

日本発祥といわれているスフレパンケーキ。世界各国に店舗を持つ日本発の人気パンケーキ店「Gram Cafe & Pancake」が、SMメガモールのファッションホール3階にオープンしました。種類豊富なメニューの中でも、おすすめは「プレミアムパンケーキ」。毎日11時、15時、18時に各回30食限定で提供。カフェでは注文を受けてから調理されるため、ふわふわ食感のパンケーキを一番おいしい状態で味わえます。日本発の絶品スイーツをマニラでお楽しみください。

住所: 3/F Fashion Hall, SM Megamall, Epifanio de los Santos Avenue (EDSA) corner Dona Julia Vargas Avenue, Ortigas
営業時間　10:00～22:00
f gramcafeandpancakesph



gram®
cafe&pancakes

今月の耳よりイベント情報

Manila Coffee Festival 2020

イベント

場 所：Manila Hotel's Tent City, Ermita, Manila
日 時：2020年3月13日(金)～3月15日(日)
チケット情報：TBA(下記サイトご確認ください)
Website：www.manilacoffeefestival.com
Facebook：facebook.com/ManilaCoffeeFestival

マニラでもコーヒー愛好者は急増しているが、このイベントはコーヒーを中心に食べ物、アート、音楽、観光、エンターテイメントが融合した、コーヒーサイエンスセンター主催のイベント。2年目となる今年はマニラホテルのテントシティにて開催される。コーヒーづくりに携わる人々にを介した「Humans of Coffee」の展示をはじめ、製品のデモやワークショップなども実施予定。詳細は、公式サイトとFacebookを要チェック!



Ortigas Art Festival 2020

イベント

場 所：2/F East Wing, Estancia at Capitol Commons, Ortigas Center, Pasig
期 日：2020年2月28日(金)～3月8日(日)
入場料：無料
Facebook：facebook.com/ortigasartfestival

3年目となるOrtigas Art Festival。今年はレナート・ハプラン氏をはじめ、国際的なアーティストの作品を入場無料で鑑賞できます。フェスティバルのウィンドウ内では、「ミックスメディアデモンストレーション」(2月29日)、「マルチメディア」(3月1日)をテーマにしたワークショップも。アートを肌で感じながら知的好奇心を満たすことができるイベントです。



毎日の習慣を
フィリピンでも。

無料トライアル実施中!!

日本と同じ情報をお届け！

日経電子版Pro



いつでもどこでもニュースをチェック！



紙でじっくり読みたい！

国際版（紙）と電子版Proのセットプラン

月額P4,800（電子版Pro単体プラン 月額$500香港ドル）



法人契約受付中!

お申込・お問い合わせはWEBで

www.nikkeiasia.com

個人で電子版を既にご購読中の方

住所など登録情報の変更はお済みですか。
フィリピンにお住まいの方へお得な情報や
セミナー情報をご提供しています。

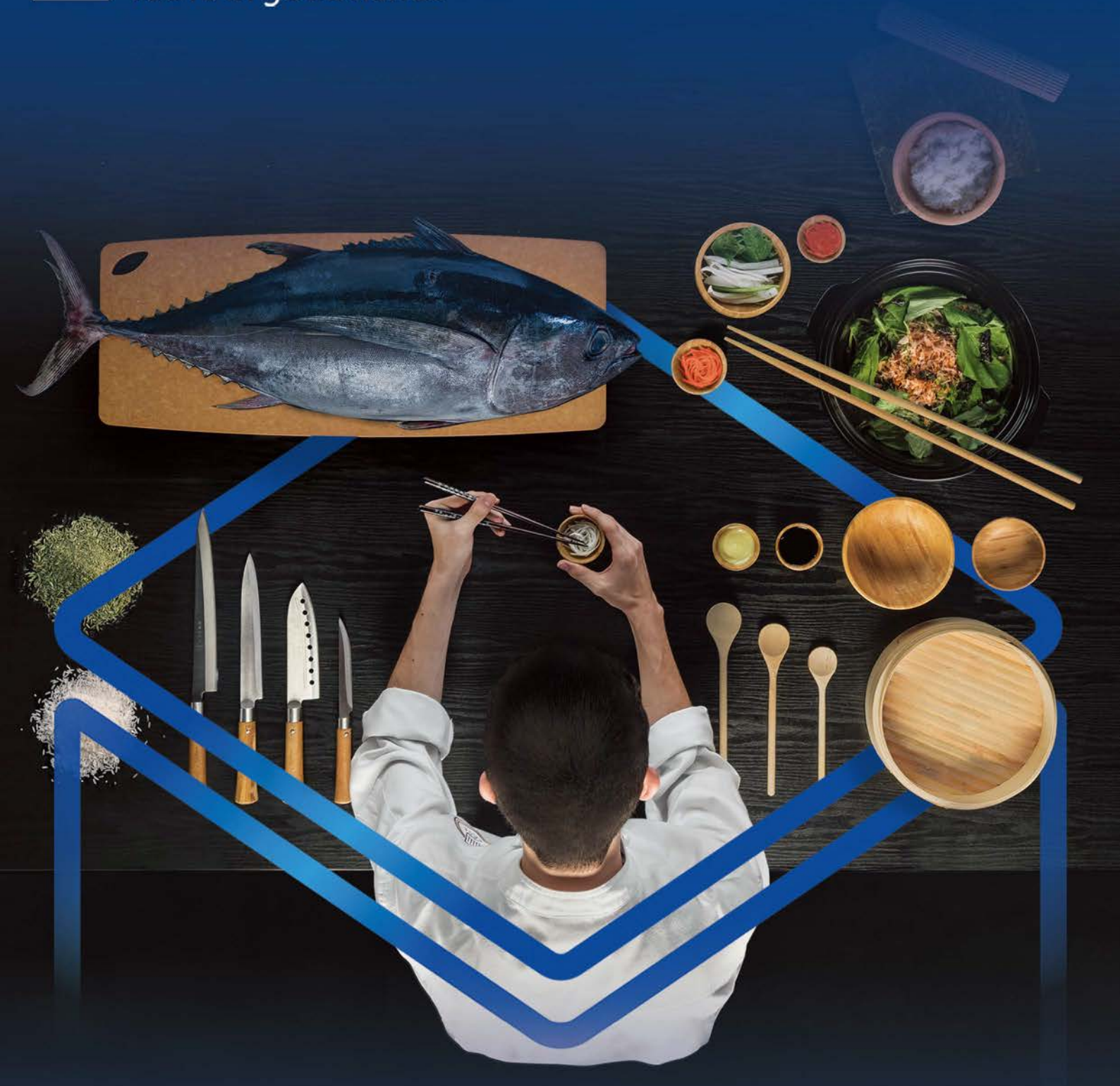
手続きは日経IDラウンジで
https://id.nikkei.com/lounge/



NIKKEI 日経中国（香港）社
TEL.852-2598-1771
E-mail nikkei@nikkei.com.hk

Metrobank
You're in good hands

必要なのはプロの専門家です。



今、選ばれる金融機関にとって求められることは、必要とされるサービスを最適なタイミングかつ
最適な方法でご提供することと言っていいでしょう。

そのことは、正にプロジェクトファイナンスの分野で発揮されます。
永年に渡り培った最適なツールを駆使し分析を行い、複雑なビジネスシチュエーションを理解し、
高度なリスクマネジメントを行うことで、妥協なき最高の成果を導き出します。

フィリピンでの新たなビジネスを始めませんか？
私たちにお任せください。

www.metrobank.com.ph

Regulated by Bangko Sentral ng Pilipinas | Tel. No: 87-087-087 | Email Address: consumeraffairs@bsp.gov.ph
For inquiries, please call our Metrobank Contact Center at (02) 88-700-700 (domestic toll-free 1-800-1-888-5775) or send an e-mail to customercare@metrobank.com.ph

ASC Ref. No. M027P060319MW