フィリピン完全ガイド2020

primer

www.primer.ph

DINING
TRAVEL
BEAUTY
SHOPPING
LEARNING

2020
年刊

無料/FREE

Philippine Lifestyle Guide

FOR JAPANESE

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
- フィリピン人の国外紹介、国外紹介、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

転職成功事例

ご就職事例

① 未経験からのITブリッジ
IT未経験から世界最大手コンサルティング会社にITブリッジとしてご入社。
社内の複数部署でキャリアを積み、日本雇用に転籍となりキャリアアップに成功！

② 製造業へキャリアチェンジ
日本では一般事務の経験のみだが、フィリピンでは製造業を希望しご入社。日本並びに現地での研修後、生産管理の部門に配属！

③ 海外からの営業挑戦
日本では中々難しい未経験からの営業職へ挑戦するためご入社。日系・外資系に営業をした経験から、英語を使った海外営業としてのスキルを獲得！

④ 新規事業立ち上げチャレンジ
日本ではIT企業でSEに従事。フィリピンではスタートアップのIT企業にて、ブリッジSEの業務並びに、新しいITサービスの企画、立ち上げに挑戦！

人事労務コンサルティング開始しました。
日々の人事労務管理に関する、ご相談・お問合せを承っております。

John Clements. Recruitment,Inc.PERSOL PHILIPPINES JAPAN DESK
（パーソルホールディングス【PERSOL】パートナー企業）

0917-828-5134（田渕）
0917-818-9054（宮田）

E-mail:jpn@johnclements.com
tabuchi@johnclements.com
miyata@johnclements.com

14F LKG Tower, 6801 Ayala Avenue,
Makati, Metro Manila, Philippines

BDOジャパンデスク

お客さまの成功をお手伝いします

法人・個人のお取引ともに、フィリピン最大手*の商業銀行BDOにお任せください。
お気軽にBDOジャパンデスクへ日本語でお問い合わせください。
(*フィリピン中央銀行発行の2018年業界ランキングにより、総資産、総貸出残高、自己資本及び、総貯金額がフィリピン商業銀行の中で最大規模を誇っています)

bdo.com.ph/jp/home

We find ways®

電話番号(日本語対応): +63(2) 8663-4001
メールアドレス(日本語対応): help-japanese@bdo.com.ph
営業時間:月曜日〜金曜日(土日祝除く)8時30分から18時00分まで

ASC Ref. No. B044P010819B
BDO Unibank, Inc. is regulated by the Bangko Sentral ng Pilipinas
(Tel. No.: 02 8708-7087; Email: consumeraffairs@bsp.gov.ph).
Member: PDIC. Maximum deposit insurance for each depositor: P500,000.
The BDO, BDO Unibank and other BDO-related trademarks are owned by BDO Unibank, Inc.

SUZUKI

Way of Life!

The All-New ERTIGA

Your days in style

1.5 (L) Engine

Expanded Luggage Space
153 (L) Luggage Space
50/50 Split luggage board
(GL & GLX)

Expanded Cabin Space
Comfortably
seat 7 passengers

Multimedia Audio System
10" Multimedia
Touchscreen Audio
(GLX)

Driving Amenities
Keyless push start (GLX)
Reverse parking sensor
(GL & GLX)
Reverse camera (GLX)

#789854
SUZUKI 24/7 Toll FREE Customer Care Hotline

Like us @ facebook.com/SuzukiAutoPh | www.suzuki.com.ph/auto

ASC Reference Code S019P091719SW

SUZUKI DEALERSHIP NETWORK

Metro Manila

Suzuki Auto Abad Santos
(02) 98 588-0227

Suzuki Auto Alabang
(02) 98 659-2954 | (02) 98 998-7622 | (02) 98 659-3047

Suzuki Auto Commonwealth
(02) 98 952-9446 | (02) 98 236-0464

Suzuki Auto E. Rodriguez Sr. Ave
(02) 98 726-2709 | (02) 98 721-8462 | (02) 98 637-9493

Suzuki Auto Sucat
(02) 98 876-7755 | 0917-1824-772

Suzuki Auto East Ave.
(02) 98 931-0080 | (02) 98 931-0081 | (02) 98 351-2885

Suzuki Auto Fairview
(02) 98 932-5938

Suzuki Auto Kalookan
(02) 98 365-3011 | (02) 98 361-9970 | (02) 98 364-9093

Suzuki Auto Makati
(02) 98 844-3954 | (02) 98 751-6820 | 0933-8511-987

Suzuki Auto U.N. Ave. Manila
(02) 98 251-8179 | (02) 98 405-0229 | (02) 98 498-1598

Suzuki Auto Manila Bay
(02) 98 810-4139 | 0975-2357-030 | (02) 98 810-4139

Suzuki Auto Pasig
(02) 98 696 - 6258 | (02) 98 706 - 4096 | (02) 98 706 - 4092

Suzuki Auto Quezon Ave.
(02) 98 242-4170 | 0945-5979-982 | 0921-5122-547

Suzuki Auto Shaw Blvd. Mandaluyong
(02) 98 570-3122 | (02) 98 370-7745 | 0936-6429-334

Luzon

Suzuki Auto Angeles
(045) 304-1586 | 0936-8002-659 | (045) 888-4792

Suzuki Auto Calamba
(049) 542-7917 | 0916-9232-721 | 0935-7837-179

Suzuki Auto Lipa
(043) 702-2224 | (02) 98 552-5267 | 0905-6785-562

Suzuki Auto Palawan
0967-9438-862 | 0917-6324-577 | 0917-3129-348

Suzuki Auto Pulilan
(044) 570-9080 | 0943-0026-822 | 0977-7960-767

Suzuki Auto Tarlac
0920-290-0447 | (045) 606-6248 | 0956-166-8615

Suzuki Auto Batangas
0997-4860-866 | 0946-572-8564 | 0935-2373-216

Suzuki Auto Ilocos Norte
0977-0166-103 | 0995-3567-065 | 0926-889-0310

Suzuki Auto Naga
(054) 473-8288 | (054) 811-8731

Suzuki Auto La Union
(072) 682-9752 | 0928-4811-964 | 0977-6965-954

Suzuki Auto San Fernando
(045) 961 - 3573 | (045) 961 - 3573 | 0918-8542-119

Suzuki Auto Taytay
(02) 98 932-5938 | (02) 98 727 - 1261

Legazpi City
0917-5660-540 | (054) 732 - 7314

Suzuki Auto Biñan
0966-7947-069 | 0917-9902-244 | 0955-1456-523

Suzuki Auto Isabela
(078) 305-2041 | 0927-0732-510

Suzuki Auto Nueva Ecija
044-960-8745 | 0923-5473-971 | 0915-9150-179

Suzuki Auto Pangasinan
0923-1029-472 | 0949-4663-912

Suzuki Auto Sta. Rosa
0923-3403-059 | 0956-6393-720 | 0927-5904-777

Suzuki Auto Marilao
(044) 871 - 7084

Visayas & Mindanao

Suzuki Auto Bacolod
(034) 435-0268 | (034) 433-1234 | 0946-4668-044

Suzuki Auto Dumaguete
(035) 419-5821 | 0917-7719-087

Suzuki Auto South Cebu
(032) 401-2956 | 0917-324-1934 | 0917-9436-044

Suzuki Auto Tacloban
(053) 523-0133 | (053) 523-2306 | 0936-9590-641

Suzuki Auto Gen. Santos
(083) 552-8365 | (083) 552-7167 | 0927-2850-448

Suzuki Auto Bohol
(038) 501-7874 | (038) 422-8945 | 0926-1993-012

Suzuki Auto Iloilo
(033) 509-5921 | 0939-5508-197 | 0917-3097-349

Suzuki Auto Ormoc
(053) 561-2805 | (053) 832-3199 | 0999-9049-077

Suzuki Auto Cagayan De Oro
(088) 880-2888 | (088) 880-0545 | 0917-3126-792

Suzuki Auto Zamboanga
(062) 955-7068 | (062) 955-7068 | 0928-4811-804

Suzuki Auto Calbayog
0947-8172-688 | 0917-1496-649

Suzuki Auto North Cebu
(032) 345-8892 | 0915-0627-013 | 0998-4567-828

Suzuki Auto Roxas
(036) 651-5100 | 0915-2824-667 | 0917-708-7136

Suzuki Auto Davao
(082) 296-3140 | 0950-8633-382 | 0932-4516-422

Suzuki Auto Ozamiz
(088) 545-3146 | 0912-6453-134 | 0966-1620-448

Satellite Branches

Araneta Center Cubao
(02)98 931-0080 | (02) 98 351-2885 | 0917-8019-855

Dasmariñas Cavite
(02) 552-5993 | (046) 458-9255 | (0955) 933-9161

Kalibo
0946-4668-044 | 0916-1956-359 | (034) 435-0268

Malabon
(02)98 364-9093 | (02)98 367-5841 | 0947-7850-369

San Juan Manila
(02) 98 810-4139 | 0949-1230-665

Pasong Tamo
0927-5904-777 | 0942-0094-672

SM Fairview
(02) 98 932 - 5938

SM Masinag
(02) 98 727 - 1261

Baguio City
(045)606-6248 | 0956-166-8615 | 0921-090-8975

Malolos Bulacan
0955-1456-523 | 0909-7387-686 | 0917-870-00-77

San Pablo Laguna
(043) 702 - 2224 | 0905-6785-562

West Ave.
0945-5979-982 | 0921-5122-547 | (02)98 242-4170

SM Gen. Santos
(083) 552-7167 | 0927-2850-448 | 0943-0629-653

SM North EDSA
(02) 98 364-9093 | (02) 98 367-5841 | 0947-7850-369

JP Rizal
(02)98 751-6820 | 0933-8511-987 | 0906-4672-975

Mactan
0998-4567-828 | 0925-5775-125 | (032) 345-8892

Sto. Tomas Batangas
(043) 702 - 2224 | 0905-6785-562

SM City Cebu
0998-4567-828 | 0925-5775-125 | (032) 345-8892

SM Marilao
(02)98 364-9093 | (02)98 367-5841 | 0947-7850-369

SM San Lazaro Manila
(02) 98 876 - 7755 | 0917-1824-772

SM Valenzuela
(02) 98 364-9093 | (02) 98 367-5841 | 0947-7850-369

Butuan South Montilla
(085) 815-3135

G-MALL Tagum
0933-1872089 | 0916-2636206

SM Seaside City Satellite
(032) 345-8892

Bais - Commercial Vehicle
(035) 531-1109

Oton - Commercial Vehicle
(033) 327-5327

SM San Mateo
(02) 656-7169 | 0917-6504650

Bataan - 2S
0975-1782998

SM City Consolacion Satellite
(032) 345-8892

For inquiries, call or visit your nearest Suzuki Automobile dealership.

Like us @ facebook.com/SuzukiAutoPh | www.suzuki.com.ph/auto

#789854

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
GRANDLINE

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

さらに便利になりました！詳しくはジャパンデスクまで！

- ●BGC エリアへ講師派遣始まりました！
- ●通学生 午前 / 午後のレッスンも開催中！
- ●ご友人紹介でポイントバック、入学金無料！
- ●長期割引がございます。
- ●法人向けプランもございます。
  法人派遣についてもご相談受けたまわります。

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。

無料体験受付中

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）

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 日本語も可 **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

海外引越しの
クラウンライン

18カ国間に拡がるグループネットワーク

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。

見積もりから日本語でお気軽にどうぞ

担当：伊佐 和幸 (ISA KAZUYASU) ☎：+63-999-436-6907 ✉：isa@crownline.jp

Crown Line Philippines, Inc

住所：Unit 103&104 JJM Building II,Ninoy Aquino Avenue Paranaque City 1700

☎：+63-2-771-2613 ✉：isa@crownline.jp（日本人担当：伊佐）

フィリピンでも、世界のどこ
JCBはあなたの暮らしを幅

Every day, wherever you are in the world, JCB Card makes pay

レストランで、買い物で、美容院・エステで、
フィリピンでの日常生活にお得な特典いっぱい!!

JCBカードは他とちがった加盟店がいっぱい!
特別割引でいつもと違ったひと時をお楽しみください。

●加盟店、特典をチェック!!
※時期によって異なります。

Like us on Facebook
JCBPhilippines

DINING • SHOPPING
Unique
EXPERIENCE
TRAVEL • WELLNESS

でも、
広く、快適にサポートします

ment convenient easy and safe for you.

フィリピン在住者の方には、
フィリピンのJCB！　が便利です。

BDO

RCBC Bankard
We believe in you.

BDO Japan Helpdesk:
+632-8663-4001

RCBC Customer Care:
+632-8888-1-888

●日本でも、他国でも、フィリピンの銀行にあるあなたの預金が使えます。ペソで給与をいただいている方に、ぜひおすすめ！！！

他にも便利な特典いっぱい！ 詳しくはこちらのサイトまで

www.ph.jcb

とんかつの武蔵グループ ―since1967― 2店舗は同じ

華かご寿司膳
Hanakago Sushi Zen
P1,680

Assorted Sushi, Assorted Tempura, Grilled Eel, Kanimiso Salad, Assorted Sashimi, Tofu, Fried Fish Marinated in a Spicy Sauce, Almond Jelly, Japanese Pickles and Tonjiru in a Basket

天ぷらざるそばセット
Tempura Zaru Soba Set P470
Assorted Tempura and Cold Soba Set

江戸の華 ざるそば (Ume) P1,030 (Matsu) P1,530
Edo no Hana Zaru Soba (Take) P1,280

Una-Ju (Rice Box Topped w/Grilled Eel) with Cold Soba

WASHOKU
むさし亭
MUSASHI-TEI
BGC店

年中無休

住所 2nd floor Forum South Global Bldg, cor.7th Ave & Federation Drive Bonifacio South District BGC Taguig City
TEL 02-429-9889 ／ 0922-295-0297
営業時間 11:00～23:00

メニューです

www.634-jp.com/philippines/

海老ロースかつ
Ebi Fry and Ton-Katsu P540
Shrimp Fry and Ton-Katsu(Pork Loin)

ドラえもんオムライス&フライ P250
Doraemon Omurice & Fry ヤクルト付 P300
Doraemon Omurice & Fry

鉄板みそかつ(ロース)
Teppan Miso Katsu(Pork Loin) P420
Pork Loin Katsu with Miso Sauce in Iron Plate

鉄板おろしかつポン酢(ロース)
Teppan Oroshi Katsu(Pork Loin) P420
Pork Loin Katsu with Grated Radish and Ponzu Sauce in Iron Plate

味噌とんこつ
Miso-Tonkotsu Ramen P370
Ramen in a Pork Based with Miso Paste Soup

とんこつしょうゆ
Tonkotsu Shoyu Ramen P370
Ramen in Pork Based Soup w/Soy Sauce Flavor

シーフードラーメン
Ebi-Tonkotsu Ramen P370
Seafood Ramen in Milky Pork Based Soup

WASHOKU
むさし丸
MUSASHI-MARU

Glorietta 2
Japan Town店

年中無休

住所 Located at 408-409, Roofdeck, Phase 2, Japan Town, Glorietta 2, Makati City, Philippines.
TEL 02-583-7060 / 0916-664-7488
営業時間 Sun. - Thu. 10:00~21:00
Fri. - Sat. 10:00~22:00

C O N T E N T S

Life Style Guide Book 2020　発刊にあたって

■ メトロマニラマップ　P013

Metro Manila / マニラ首都圏
P2P・UBE・LRT・MRT / バス路線図＆鉄道
Makati / マカティ
BGC / ビージーシー
Ortigas / オルティガス
Malate / マラテ
Pasay / パサイ
Alabang / アラバン

■ 暮らしのガイド　P023

フィリピンのニューノーマルとは
住居
メイドとドライバー
水道、ガス、電気
スーパーマーケット・日本食材店・ホームセンター
公共交通機関
インターネットと固定電話
携帯電話
フィリピンのマナー
フィリピン料理
祭りと行事・祝日
ビザ・在留届け
フィリピンの銀行事情

■ 基本情報　P041

概要 ／ 政治 ／ 文化
経済
言語
宗教
教育
歴史
気候

■ レストラン　P047

フィリピン料理
日本料理
中華料理
韓国料理
イタリアン
フレンチ
スパニッシュ
その他アジア料理
ステーキ
アメリカン・ハンバーガー
その他西洋料理
ビュッフェ
カフェ・レストラン
バー＆レストラン
ベーカリー＆スイーツ
その他

■ ショッピング　P105

Greenbelt ／ グリーンベルト
Mall of Asia ／ モール・オブ・アジア
SM Megamall ／ SM メガモール
Glorietta ／ グロリエッタ
Bonifacio High Street ／ ボニファシオ ハイ ストリート

■ ビューティー　P119

ヘアサロンなど
スパ＆マッサージ
ホームマッサージ

■ トラベル（マニラのホテル）　P129

manila Hotel ／ マニラのホテル

■ ゴルフ・その他スポーツ　P137

ゴルフ場
Driving Range（ゴルフ練習場）
ダイビングショップ＆リゾート
Other Sports（サークル等）

■ 教育・習い事　P143

プレスクール
エレメンタリースクール
英語学校
習い事

■ 病院・クリニック・市販薬　P149

病院・デンタル・眼科
症状別　市販薬リスト

■ ビジネス　P153

企業リスト

緊急時の連絡先　P171

Life Style Guide Book 2020
発刊にあたって

フィリピンでは、新型コロナウイルスの感染拡大を受けて、生活が大きく変わりつつあります。読者の皆様におかれましても、日常生活や健康、ビジネスに不安をお持ちの方もいらっしゃることでしょう。

メトロマニラの生活情報をまとめた本誌【Life Style Guide Book 2020】は、メトロマニラにおけるコミュニティー隔離措置により、発刊が今になりましたことを心よりお詫び申し上げます。

本誌掲載情報につきましては、できうる限り最新のものを盛り込んでおりますが、状況により掲載情報が変化することがございます。PrimerWEB サイトでは、最新の営業情報を随時アップデートして掲載しておりますので、そちらもご確認いただきながら、情報をご活用ください。本誌が皆様のフィリピンでの生活に少しでもお役にたつことができましたら幸甚でございます。

Primer も皆さんと一緒に頑張ります！！

2020 年 7 月吉日

Primer　一同

●フィリピンの生活＆旅行を快適にする情報コミュニケーションサイト

フィリピンプライマー

https://primer.ph/

Philippine Lifestyle Guide　2020 年版

発行日　2020 年 7 月 1 日

発行・編集・制作　Primer Media 社
Unit 807, Greenbelt Mansion Building,
106 Perea St.,Legaspi Village, Makati City
Tel : 02-8836-8381 Fax : 02-8808-2163

デザイン・編集協力　アクアデザイン　山田正彦
イラスト、マップ　落合亜紀レオノール

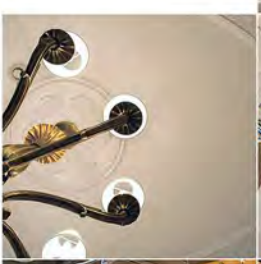
※本書掲載の内容、データは 2020 年 3 月～6 月に調査。
※本書掲載の記事・写真の無断転載・複写・引用を禁じます。

TOKYO GRAND RENOVATION INC.

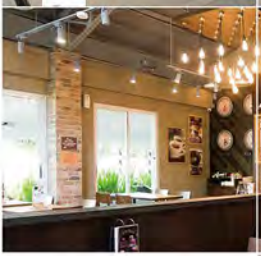
High quality interior design by Japanese level craftsmanship.
Most of materials are made in Japan.
Will be imported directly from Japanese company.

COVID19 Rapid Testing | PPEs | Social Distancing! | Sanitation | Temperature Check | Video Meeting

INTERIOR
DESIGN
& BUILD



日本人クラフトマン
デザイナー
施工管理者が対応。



日系施設の
設計施工の
エキスパート

トーキョーグランドリノベーション

TGR
TOKYO GRAND RENOVATION INC.

9110 La Campana
St.cor Trabajo St
Brgy Olympia
Makati City
Tel
(02) 8832 1676

www.tgr.com.ph

METRO MANILA メトロ　マニラ

マニラ首都圏は、マニラを核とし、マカティ、パサイそしてサンフアンとマンダルヨンのそれぞれ一部を含んだエリアが中心地といえます。国の機能の大部分を担う、圧倒的な大都市です。昔ながらの雑多な雰囲気が強く残るエルミタやマラテがある一方で、フィリピンの発展を象徴するようなマカティ、BGCといった次世代都市も誕生し、同じマニラ首都圏内でも、もはや一口には語れないほどの多様性を帯びています。

注目！

BGC, Taguig City

写真はビジネスの中心地マカティから4キロ弱離れたところにあるBGC。マカティよりも新しいビジネス、商業都市で、富裕層や外国人駐在員も多く、フィリピンの中では安全なエリア。ジプニー、トライシクルの走行も禁止されている現代的でおしゃれな街。

※最新情報はWebでご確認ください。

メトロマニラ鉄道＆バス路線図

P2P / UBE

下記以外のP2Pバス情報は
Webにて

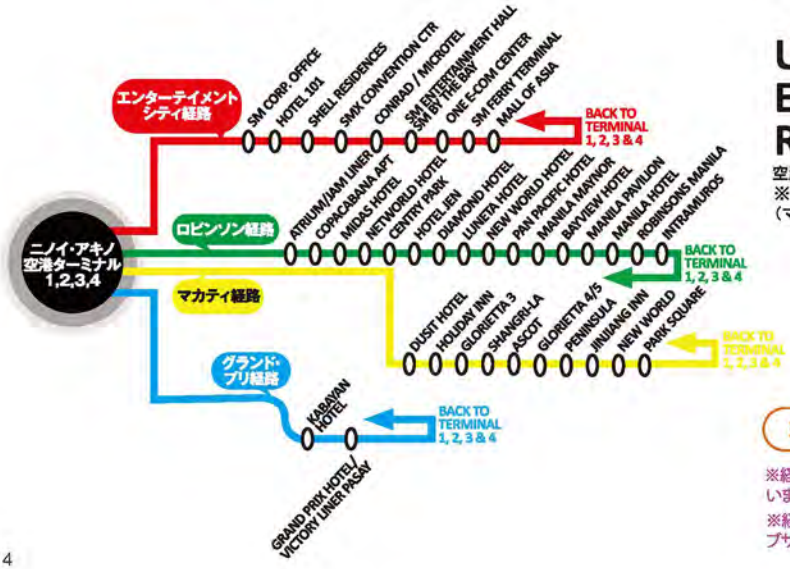
P2P(Point to Point) BUS ROUTES

マカティ発長距離運行バス（２４時間運行）
※目的地まで途中下車できません
※運賃（P３０〜P１５０）

1. GREENBELT 1（マカティ）⟷ TOWN CENTERE（アラバン）
2. GREENBELT 5（マカティ）⟷ AYALA MALLS SOUTH PARK（アラバン）
3. GLORIETTA 3（マカティ）⟷ ROBINSON'S NOVALICHES（ケソンシティ）
4. GLORIETTA 3（マカティ）⟷ ROBINSON'S GALLERIA（ケソンシティ）
5. GLORIETTA 3（マカティ）⟷ SUCAT INTERCHANGE（パラニャーケ）
6. GLORIETTA 3（マカティ）⟷ U.P. TOWN CENTER（ケソンシティ）
7. GLORIETTA 3（マカティ）⟷ EASTWOOD（ケソンシティ）
8. GLORIETTA 5（マカティ）⟷ TRINOMA（ケソンシティ）
9. SAN LORENZO PLACE（マカティ）⟷ VISTA MALL DAANG HARI（カビテ）
10. SAN LORENZO PLACE（マカティ）⟷ CAMELLA DASMA HIGHWAY（ダスマリニャス）
11. SM MEGAMALL（マンダルヨン）⟷ SM NORTH EDSA（ケソンシティ）
12. 乗車場：CIRCUIT LANE または GLORIETTA 2 PALM DRIVVE（マカティ）
降車場：AYALA CENTER PASEO DE ROXIAS または CIRCUIT LANE（マカティ）⟷ AYALA MALLS SOLENAD（ラグナ）

UBE EXPRESS ROUTES

空港行きシャトルバス
※各バス1時間間隔
（マカティ経路2時間間隔）



通常料金: P308

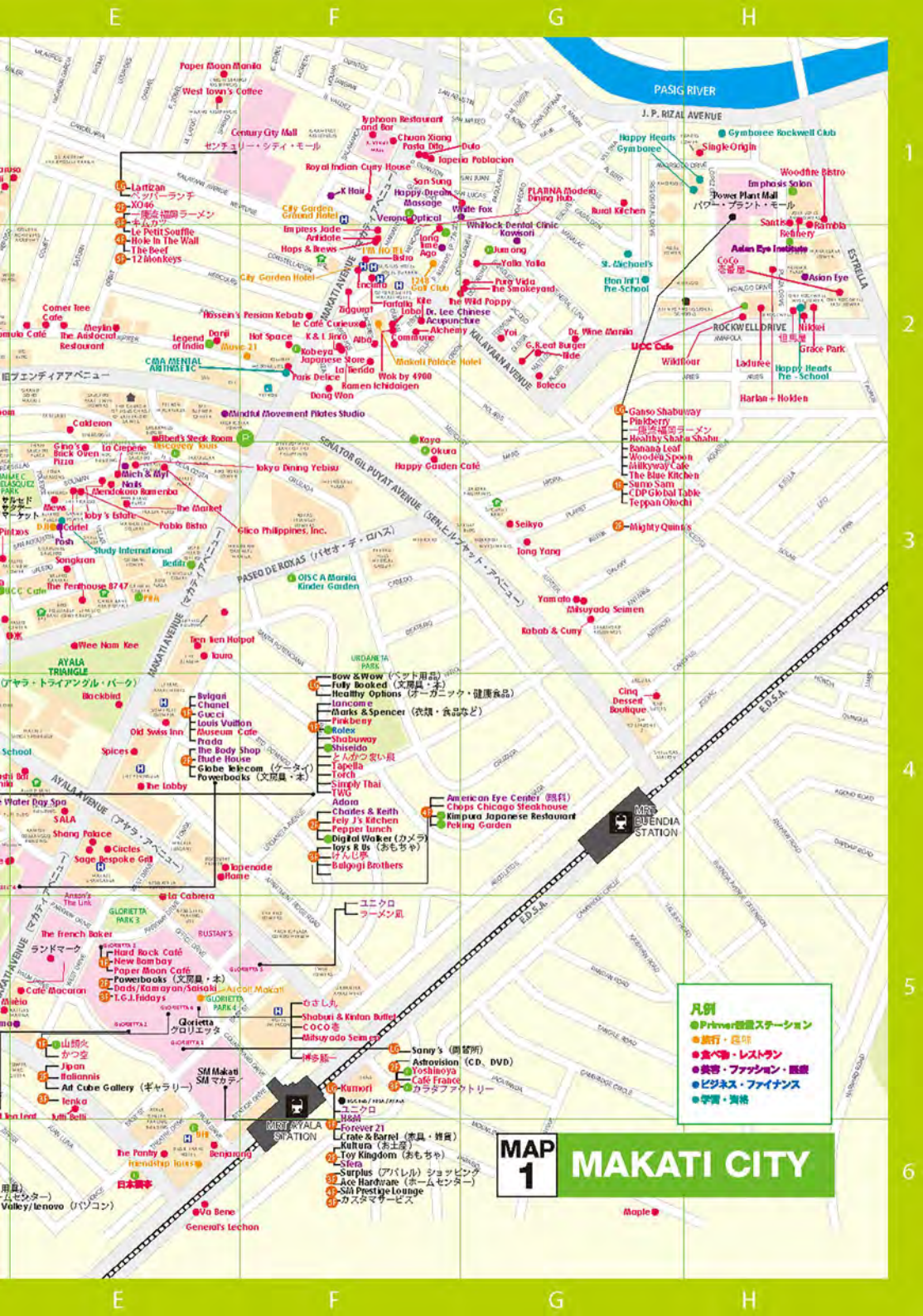
※経路変更をする場合がございます。
※経路変更のお知らせはウェブサイトにてご確認ください。

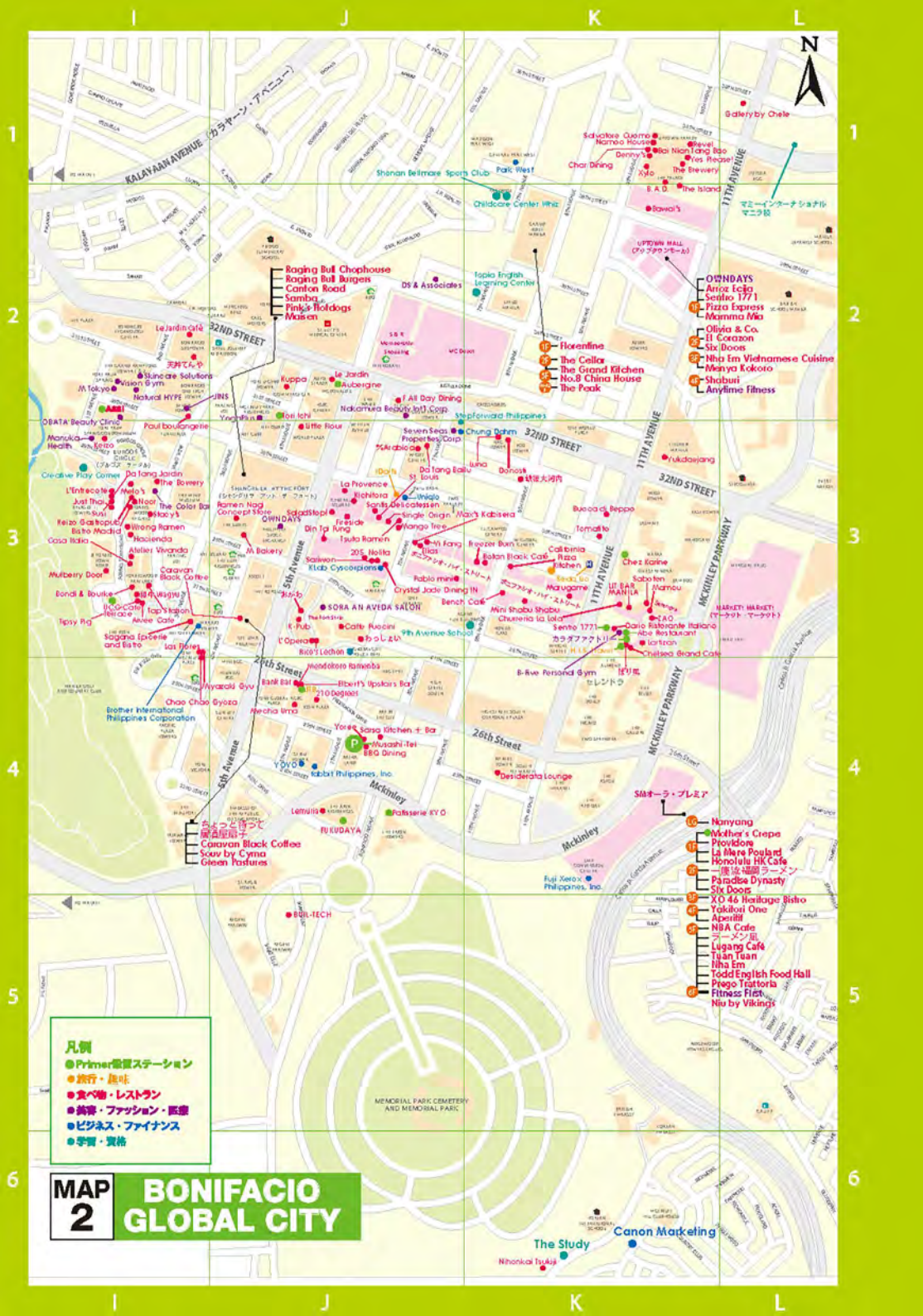
LRT / MRT

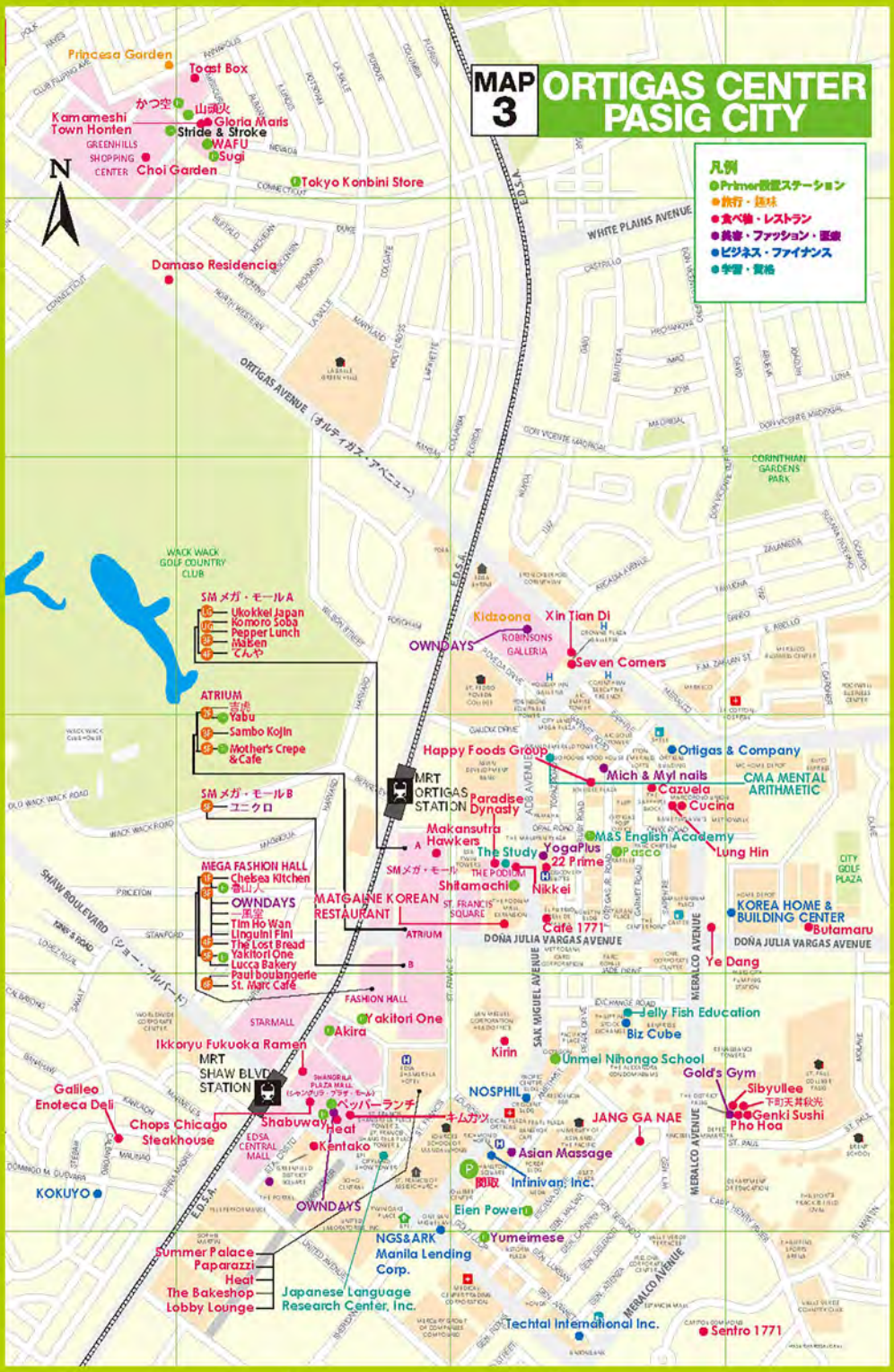
LRT / MRT ROUTES

LRT1,2線とMRT線の電車路線図

A
B
C
D
1
2
3
4
5
6
N
MANILA SOUTH CEMETERY
SOUTH AVENUE
CHINO ROCES AVENUE
SENATOR GIL PUYAT AVENUE
AYALA AVENUE
AMORSOLO
OSMEÑA HIGHWAY
SKYWAY
ANTONIO ARNAIZ AVENUE
PNR BUENDIA STATION
PNR PASAY ROAD STATION
PRIMER OFFICE
Sakura Massage
Mao Jia
Iiga
12/10 Izakaya
New Hatchin
Bebe Rouge
Seoul Galbi
Bagnet 8065
とんかつ屋
GILI Burger
MLA Top Food Restaurant
Komoro Japanese Dining
Huxan Smokeless Grill and Shabu Shabu
Bamga
Vikings
Peppy Olive
Nana's
Chao Shan Beef Taste
Kiss the Tiramisu
Locavore
Zubuchon
IKOMAI
Smith Butcher & Grill
Chesa-Bianca
I'm Angus Steakhouse
Sarita Delicatessen
H.L.D. Burgers
Chan Ren Fang Restaurant
CLD Hot & Spicy
KENSHIN
Tsing Tao Garden
GT tower International
Venture Capital Cafe
Crepe Amelie
Aamesh Spa & Wellness, Fashion Smile
Bodega
Caffe Bene
Sup? Chow
Cambridge
Fun-D-Mentals
The Gourmet Republic
Tony's
Narong Indo
Narrative Coffee Co.
Sultan
Secosa
Little Fleur
X046
Bikram Hot Yoga
Watari Asia
Barbero de Japan
Almario Physio
Oriental Garden Makati
Navales Dental
Restoran Garuda
Mengo!
JAL
Picnic
Grandline
Dean & Deluca
Firewood Kitchen
Hong Kong Noodles and Dimsum
Noodles Everyday
Kawasaki Restaurant
Zipporah Spa
Blake's
Habitual
Bovis Home Kitchen
Slimmers World
Elite Boxing
Kubo
Made Supper Club
la Gratta
Delta
Kato Repro Center
Happy Hotpot
らーめん無田
Yakiniku A Five
Paseo de Roces
Naimas
Covent
Tuta Pasta Bar
Pappy
Tapas by Manila
Metronome
Platinum Fitness
Nikkei
Mel Odin
Wildflour
Saisa Kitchen-Bar
Monopole Bar
Section Roast
360° Fitness Club
HiroYakiniku
クリエイト
Mandalay Whisky & Cigars
The Pantree
Canadian American
Aaya Ramen
The Belle & Dragon
Jeppen
Boulangerie 22
Yardstick
Yakson Mydga
Fitness Dataset
Purple Oven
UNION CHURCH OF MANILA
LEGAZPI PARK
(レガスピ・パーク)
WASHINGTON PARK
Coca café
PURPLE RIBE
Café Libertad
はつはな亭
Wilson and Ayache
The Cumpa
Plaza Café
Antipodean
Archives d'Homme et femme
Bistro Pamana
Local Edition
Pepi Cubano
NORA
Yi Fang
Ayala Museum
KI TOWER
CROSSFIT MONKO
AA8
FEELYOUNG FOOT REFLEXOLOGY
Junca
MAKATI CINEMA SQUARE
マカティ・シネマ・スクウェア
Kitayama Meat Shop
Bouchon & Bouche
Estate Wine
Lagima
Ino
Chun Yuen
The Victor Hotel
Eurotel
Swagat
日本料理
Almon Marina
Hair Salon Hide ZA
Kashmir
17
Arthur's
Milky Way
Caruso
Caffeined
the lounge
NEW WORLD Hotel
Greenbelt
グリーンベルト
Rural Kitchen of Liliw Laguna
Barcino
BIZU
Café Mary Grace
Italianni's
Sugi Restaurant
和民
Cyma
Manam
Casa Armas
Kidropono
WALTERMART MAKATI
Asian Massage
Ace Hardware (ホームセンター)
National Bookstore (文房具・本)
Patisserie Caroline
Ruslan's Resto (スーパー)
Pancake House
CD-R King (ゲーム・アクセサリー・周辺機器)
Data Blitz (ゲームソフト)
Mosaic lounge
Junca Beauty label
People's Palace
Café Breton
Seattle's Best Coffee
Starbucks
Via Mare Oyster Bar
Senbei 1771
Mofarino
Dillinger's
Pinkbitch Liquor Lounge
St. Marc Café
Power Mac Center (ゲーム・パソコン)
ラーメン凪
Mofarino
Figaro
Sumo Sam
Teddy's Bigger Burgers
Queens of Bollywood
Blue Smith
Yakiniku
Chimaro
Mrs. Fields
The Coffee Beans
Jade Garden
Salad Stop!
Fatburger
Yabu
Pho Bac
Kaya
Mongkok
Bravo Golf (ゴルフ)
Japan Home (ホー
PC Corner/Silicon
Marugame Udon
居酒屋剣心
花武郎
101 Hawker
Gubei Noodle Bar
Shan Jia Ji
Lutgardo's
CLD
Spektral Beer Lounge
250


PASIG RIVER
J. P. RIZAL AVENUE
MAKATI AVENUE
KALAYAAN AVENUE
SENATOR GIL PUYAT AVENUE (SEN.ヒルプヤット・アベニュー)
PASEO DE ROXAS (パセオ・デ・ロハス)
AYALA AVENUE (アヤラ・アベニュー)
AYALA TRIANGLE (アヤラ・トライアングル・パーク)
EDSA
ROCKWELL DRIVE
ESTRELLA
MRT BUENDIA STATION
MRT AYALA STATION
凡例
Primer総合ステーション
銀行・両替
食べ物・レストラン
美容・ファッション・服飾
ビジネス・ファイナンス
学問・資格
MAP 1
MAKATI CITY


N
KALAYAAN AVENUE (カラヤーン・アベニュー)
32ND STREET
11TH AVENUE
MCKINLEY PARKWAY
5th Avenue
26th Street
Mckinley
Raging Bull Chophouse
Raging Bull Burgers
Canton Road
Sambo
Pink's Hotdogs
Maisen
Florentine
The Cellar
The Grand Kitchen
No.8 China House
The Peak
OWNDAYS
Arroz Leño
Senfiro 1771
Pizza Express
Mamma Mia
Olivia & Co.
El Corazon
Six Doors
Nha Em Vietnamese Cuisine
Manya Kokoto
Shaburi
Anytime Fitness
Nanyang
Mother's Crepe
Providore
La Mere Poulard
Honolulu HK Cafe
一蘭 ばら園ラーメン
Paradise Dynasty
Six Doors
XO 46 Heritage Bistro
Yakitori One
Aperitif
NBA Cafe
ラーメン凪
Lugang Café
Tuan Tuan
Nha Em
Todd English Food Hall
Prego Trattoria
Fitness First
Niu by Vikings
Caravan Black Coffee
Souv by Cyma
Green Pastures
凡例
Primer駅ステーション
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
MEMORIAL PARK CEMETERY AND MEMORIAL PARK
The Study
Canon Marketing

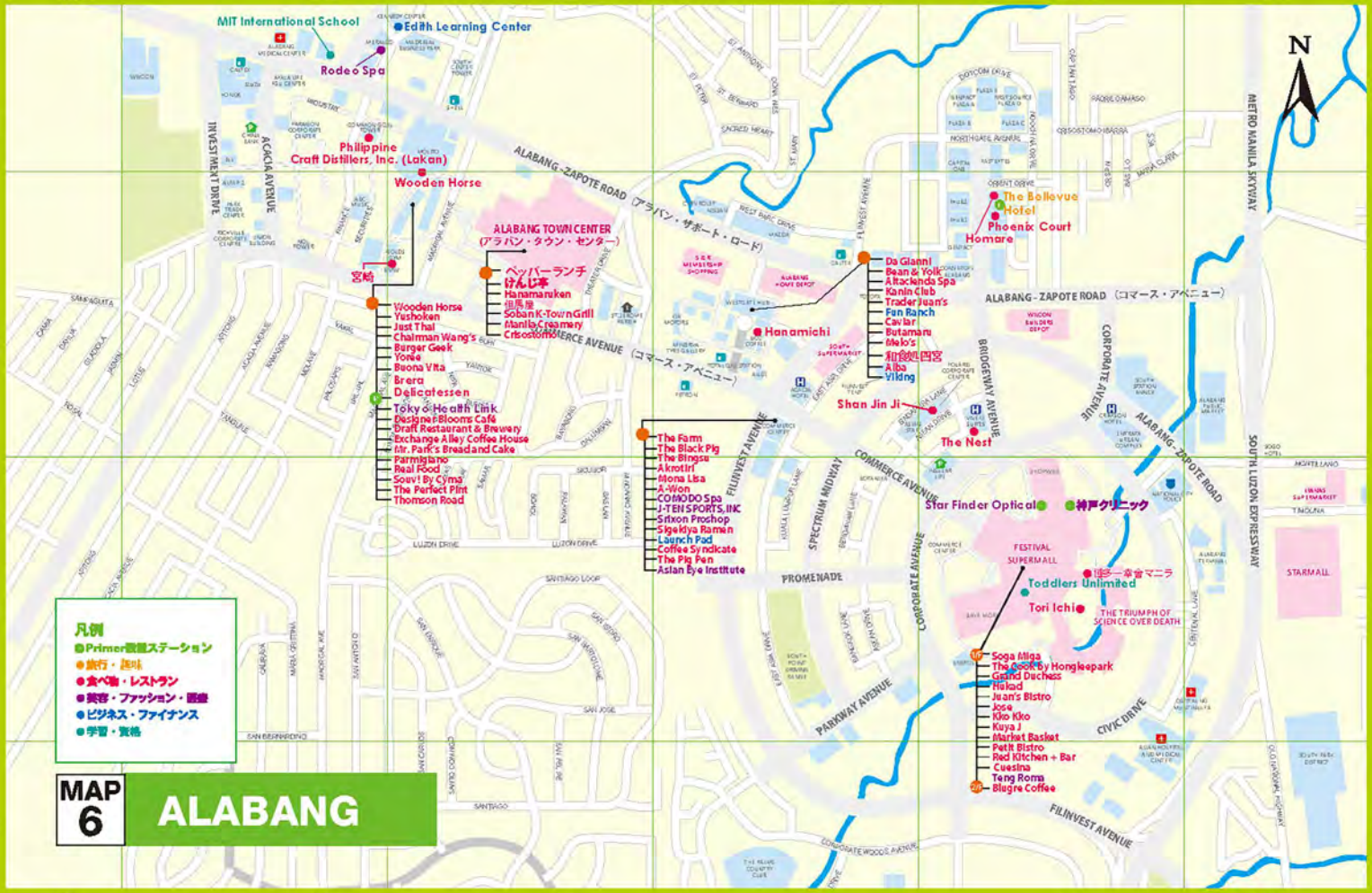

MAP 3
ORTIGAS CENTER
PASIG CITY
凡例
Primer鉄道ステーション
旅行・趣味
食べ物・レストラン
美容・ファッション・医療
ビジネス・ファイナンス
学習・資格
Princesa Garden
Toast Box
かつ空
山頭火
Kamameshi Town Honten
Gloria Maris
Stride & Stroke
WAFU
Sugi
GREENHILLS SHOPPING CENTER
Choi Garden
Tokyo Konbini Store
Damaso Residencia
WHITE PLAINS AVENUE
ORTIGAS AVENUE (オルティガス・アベニュー)
CORINTHIAN GARDENS PARK
WACK WACK GOLF COUNTRY CLUB
SMメガ・モールA
Ukokkei Japan
Komoro Soba
Pepper Lunch
Maiken
てんや
ATRIUM
吉虎
Yabu
Sambo Kojin
Mother's Crepe & Cafe
SMメガ・モールB
ユニクロ
MEGA FASHION HALL
Chelsea Kitchen
魚山人
OWNDAYS
一風堂
Tim Ho Wan
Linguini Fini
The Lost Bread
Yakitori One
Lucca Bakery
Paul boulangerie
St. Marc Café
SHAW BOULEVARD (ショー・ブルバード)
KING'S ROAD
MRT ORTIGAS STATION
MRT SHAW BLVD STATION
Kidzoona
Xin Tian Di
OWNDAYS
ROBINSONS GALLERIA
Seven Corners
Happy Foods Group
Ortigas & Company
Mich & Myl nails
Cazuela
CMA MENTAL ARITHMETIC
Paradise Dynasty
Cucina
Makansutra
Hawkers
M&S English Academy
The Study
YogaPlus
Pasco
Lung Hin
22 Prime
SMメガ・モール
THE PODIUM
Shiamachi
Nikkei
MATGAINE KOREAN RESTAURANT
ST. FRANCIS SQUARE
Café 1771
KOREA HOME & BUILDING CENTER
Butamaru
DOÑA JULIA VARGAS AVENUE
Ye Dang
ATRIUM
FASHION HALL
STARMALL
Yakitori One
Akira
Jelly Fish Education
Biz Cube
Ikkoryu Fukuoka Ramen
Kirin
Unmei Nihongo School
Gold's Gym
Sibyulleo
下町天丼銭光
Genki Sushi
Pho Hoa
Galileo Enoteca Deli
NOSPHIL
ペッパーランチ
キムカツ
JANG GA NAE
Chops Chicago Steakhouse
Shabuway
Heat
Kantako
Asian Massage
Infinivan, Inc.
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.
Senfro 1771
EDSA
SAN MIGUEL AVENUE
MERALCO AVENUE
ADB AVENUE
N

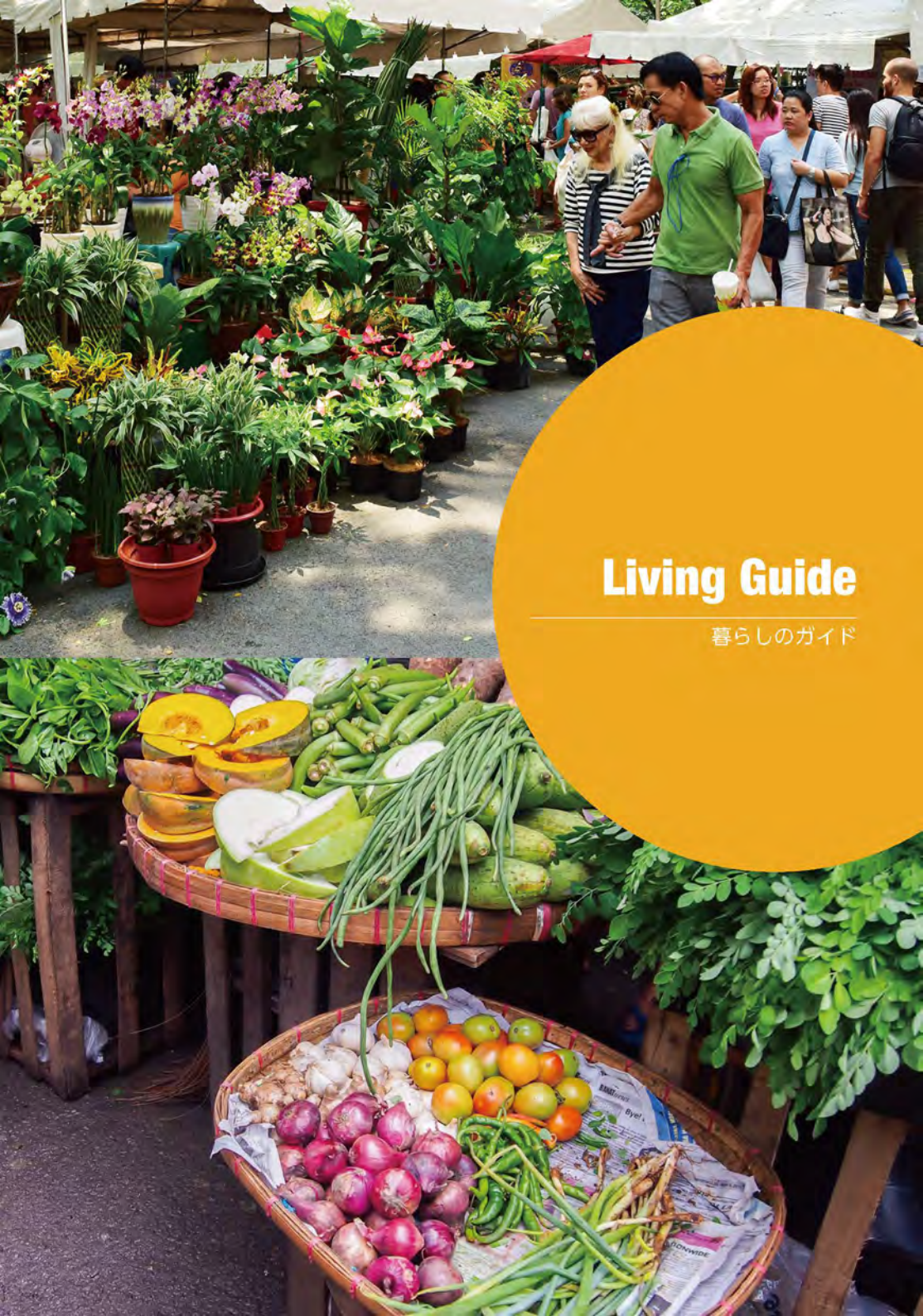
Q
R
S
T
U
V
1
2
3
4
ROXAS BOULEVARD (ロハス・ブルバード)
PARADE AVENUE
TAFT AVENUE (タフト・アベニュー)
LRT - 1 VITO CRUZ STATION
LRT - 1 QUIRINO STATION
LRT - 1 PEDRO GIL STATION
LRT - 1 UNITED NATIONS STATION
凡例
MAP 4
MALATE
N

邦人援護ホットライン（24時間対応）
☎02-551-5786

凡例
- Primer提携ステーション
- 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


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
INVESTMENT DRIVE
ACACIA AVENUE
ALABANG-ZAPOTE ROAD (アラバン・サポート・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
けんじキ
Hanamaruken
Sobani K-Town Grill
Manila Creamary
Criscotomo
Wooden Horse
Yushoken
Just Thai
Chairman Wang's
Burger Geek
Yonie
Buona Vita
Brera
Delicatessen
Toky & 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
Da Gianni
Bean & Yolk
Altacienda Spa
Kanin Club
Trader Juan's
Fun Ranch
Caviar
Butamaru
Melo's
和食処四宮
Alba
Viking
The Farm
The Black Pig
The Bingsu
Akrotiri
Mona Lisa
A-Won
COMODO Spa
J-TEN SPORTS, INC
Srixon Proshop
Sigeklya Ramen
Launch Pad
Coffee Syndicate
The Pig Pen
Asian Eye Institute
FILINVEST AVENUE
SPECTRUM MIDWAY
PROMENADE
LUZON DRIVE
SANTIAGO LOOP
SAN JOSE
SAN BERNARDINO
SANTIAGO
The Bellevue Hotel
Phoenix Court
Homare
ALABANG-ZAPOTE ROAD (コマース・アベニュー)
BRIDGEWAY AVENUE
CORPORATE AVENUE
ALABANG-ZAPOTE ROAD
Shan Jin Ji
The Nest
Star Finder Optical
神戸クリニック
FESTIVAL SUPERMALL
博多一幸舎マニラ
Toddlers Unlimited
Tori Ichi
THE TRIUMPH OF SCIENCE OVER DEATH
Soga Miga
The Cook By Hongkeepark
Grand Duchess
Hokad
Juan's Bistro
Jose
Kiko Kiko
Kuya J
Market Basket
Petit Bistro
Red Kitchen + Bar
Cuesina
Teng Roma
Biagre Coffee
PARKWAY AVENUE
CIVIC DRIVE
FILINVEST AVENUE
METRO MANILA SKYWAY
SOUTH LUZON EXPRESSWAY
STARMALL
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



Living Guide

暮らしのガイド

これからのマニラのNew Nomal

最近よく耳にする「ニューノーマル」。私たちの日常生活にどんな変化があるのでしょうか？
マニラのニューノーマルとこれからの新しい生活習慣に役立つ情報をご紹介します！

ニューノーマル時代へ

ニューノーマルとは？

フィリピンの省庁間タスクフォース（IATF）が2020年5月22日に発行したコミュニティー隔離措置に関するガイドラインによると、ニューノーマルとは「感染症の大流行が落ち着いた後、病気自体が完全に根絶されるまでに導入される新しい生活習慣」のことを指すのだとか。ニューノーマルでは、大規模な集会が禁止されるなど人とのコミュニケーションが制限され、感染症の流行を防ぐために様々な規制がかかります。

これまでフィリピンでは新型コロナウイルスの流行の度合いに応じて、それぞれの地域を4つの隔離措置（ECQ、MECQ、GCQ、MGCQ）にわけて感染拡大を防止してきました。

7月1日現在、首都圏マニラでは三段階目のGCQが講じられています。ニューノーマルは四段階目のMGCQが終了した後の新しい生活様式を示します。
GCQでは公共交通機関の運行が部分的に再開しました。

また、7月15日からはレストランでのイートイン営業も部分的に承認されました。午後9時まで、席数は30～50%に減少しての営業が許可されています。

MGCQではジムやエンタメ施設、観光施設も部分的に再開される予定です。

そしてMGCQの次がニューノーマル。私たちの日常生活がどのように変わるのか大きなカテゴリごとにみてみましょう。

隔離措置の種類

ECQ ➡ MECQ ➡ GCQ ➡ MDECの順に厳格な制限す。その後がニューノーマル！

ECQ
（Enhanced Community Quarantine）
強化されたコミュニティ隔離措置
↓
MECQ
（Modified Enhanced Community Quarantine）
修正を加えた、強化されたコミュニティ隔離措置
↓
GCQ（General Community Quarantine）
一般的なコミュニティ隔離措置
↓
MGCQ
（Modified General Community Quarantine）
修正を加えた、一般的なコミュニティ隔離措置
↓
New Normal
隔離措置終了後の公共スペースおよび職場などでで新たに取り組むべき措置・事項のこと。

ニューノーマルの日常生活で何が変わる？

外　食

IATF のガイドラインやフィリピン観光省（DOT）の発表によると、レストランやファーストフード店での飲食（ダインイン）は通常の 50% の席数で営業が再開されます。また席の間隔を一定数保つなど、ソーシャルディスタンスの遵守が求められています。

交　通

フィリピン運輸省（DOTr）の発表によると、ソーシャルディスタンス（社会的距離）を確保するため、公共交通機関の利用人数が引き続き制限されます。また運賃のオンライン決済の導入や公共交通機関専用レーンの設置、従業員や生徒のためのシャトルバスサービスの確保のほか、自転車の利用も推奨しています。

職　場

IATF のガイドラインによるとすべての業種で通常通りの営業が認められます。一方でマスクの常時着用やソーシャルディスタンスの遵守のほか、エレベーターの利用人数の制限などが求められています。

公共の場

フィリピン保健省（DOH）は新型コロナウイルス感染予防のために、常時マスクの着用を規定しています。また手洗いや咳エチケットの徹底、ソーシャルディスタンスの遵守が求められており、大規模な集会などは禁止される見通しです（詳細はこちら！）。

買い物や美容サービス

IATF のガイドラインによると、モールでのイベントの開催や大規模なセールは禁止される見通しです。また入店時には引き続き人数制限が行われます。サロンや美容室、娯楽施設やフィットネスは通常の 50% での営業が認められる予定です。

教育機関

フィリピン教育省（DepEd）や IATF によると、初等教育などの基礎教育機関の新学期は 8 月 24 日から開始され、2021 年 4 月 30 日に年度の授業が終了する見通しです。 対面に限らず、オンラインでの授業も推奨されています。

旅　行

フィリピン観光省 (DOT) は安全性を第一に考えたうえで、国内の観光需要の再興に注力したいと言及しています。すでにフィリピン政府は 6 月 16 日から西ビサヤ諸島のボラカイ島の観光業再開を承認しています。

支払い

現金での支払いを避けるため、フィリピン政府はキャッシュレスの利用を推奨しています。銀行のオンラインバンクシステムのほか、GCash や PayMaya、GrabWallet などで簡単にオンライン支払いが可能です。今後は公共交通機関などでもキャッシュレスの導入が進められる見通しです。

Living Guide

暮らしのガイド

海外への引っ越しは人生でも大きな転機。新しい国に住む楽しみもある一方、住み慣れた日本を離れる不安もあります。フィリピンの住宅事情は？治安はどうだろう？そんな疑問もこれを読めば一挙解決。フィリピンで快適な新生活を始めましょう。

住居　Home

フィリピンへの引っ越しが決まったら、まずは家探し。日本では住めないような豪華な庭やプール付きの住宅、高級マンションのようなコンドミニアムも手の届くところにあります。それぞれのメリット、デメリットを踏まえて家探しをしましょう。

ビレッジと呼ばれる住宅街は安全で静かで住みやすい

フィリピンでは「ビレッジ」と呼ばれる住宅街が至る所にあります。高級住宅街となると、入り口に検問があり、身分証明書などを見せないと入れないなど、警備が厳しいので安全です。ビレッジの中は静かで車の通りも少なく、緑や広い公園もあり、とても住みやすい場所となっています。

同じコンドミニアムでも部屋ごとに家賃が異なる

フィリピンのコンドミニアムは、たいていの場合部屋単位でオーナーが違います。つまり、部屋を借りる場合コンドミニアムのオーナーではなく、個別の部屋のオーナーと契約をすることになります。同じコンドミニアム、同じ大きさの部屋でも、家賃が異なるのはこのためです。

駐在員の中ではコンドミニアムが主流

一軒家は主に高級住宅街の中にあり、庭やプールがついている豪華なものも珍しくはありません。一方、コンドミニアムとは日本でいう分譲マンションで、商業地域の中にあることが多く買い物や食事に出かけるのには便利。駐在員の中ではコンドミニアムが主流となっています。

家賃を先払い

基本、多くのコンドミニアムは1年契約で、家賃も先払いします。中途解約もできますが、その場合家賃2ヶ月分を手数料として引かれる場合もあります。また、ほとんどの場合、手付金（Security Deposit）として家賃2ヶ月分を支払います。契約が終わり、家から出るときには返金されます。

住居を選ぶときの注意点

フィリピンに来ると、まず驚くのは住居の広さ。一戸建てでは広い庭やプールに加え、複数のベッドルームがついていて当たり前。コンドミニアムは高級マンションのように豪華です。そんな夢のような住居に浮かれてしまい、よく考えずに即決して後悔する人も少なくありません。以下の点に注意して、素敵な家を選びましょう!

❶フィリピンの家は意外と暗い
フィリピンは日本と違って年中暑いため南向きの窓は好まれません。よって家の中が暗いケースが多いです。窓の向きや全体の明るさに注意しましょう。

❷オーナーの人柄
家の契約期間中にやり取りをすることも多いオーナーさん。中には修理を依頼してもなかなか対応してくれない人もいます。契約前に挨拶に行ってよい印象を持ってもらい、修理などにすぐに対応してくれるか確認してみましょう。

❸フィリピンは虫が多い!
蚊、アリ、クモ、ゴキブリ。フィリピンは虫が多く、高級コンドミニアムも例外ではありません。特にデング熱などを媒介する蚊の対策はしておきたいところ。オーナーに頼めば網戸をつけてくれることもあります。

❹コンドミニアムの高層階は電波が届きにくい
コンドミニアムの高層階は携帯電話の電波が届きにくい場合が多く、高層階でなくても部屋の向きによって届かない場合もあります。携帯のキャリアによる場合もあるので、あらかじめ住人や管理人に聞いておくのもいいでしょう。

❺排水口の悪臭
高級コンドミニアムでも排水口から下水道のような悪臭が漂ってくることがあります。トイレ、キッチンの排水口をしっかり確認しましょう。

❻水のヒーター、水圧
フィリピンとはいえ肌寒い日もあります。温水が出るかどうか確認しましょう。また水圧が低く、シャワーを浴びるのも一苦労ということがあります。毎日使うところは抜かりなくチェックしましょう。

不動産リスト

ABLE ／エイブル
8/F 111 Paseo de Roxas Bldg. 111 Paseo deRoxas St., Legaspi Vill. Makati
02-8551-1914 (鈴木)
able-manila@kk-lead.co.jp
www.able-manila.com

AUN PHILIPPINES Inc. ／アウンコンサルティング株式会社子会社
Unit 1721, Eton Tower Makati,128 Dela Rosa St. corner V.A. Rufino St., Legazpi Village, Makati
02-8813-6272
aph.realestate@auncon.co.jp
https://aun-philippines.com.ph/

81 PROPERTY MANAGEMENT Inc. ／ 81 プロパティ・マネジメント
2nd floor U101 L&H Corporation Building, 2310 Don Chino Roces Avenue, Makati
02-801-3009 / 03-4570-1365 江副 (えぞえ)・江川
http://81property.net/company/

DAO Realty Corp. ／ダオ不動産
1506 and 905 Antel Corporate Center, 121 Valero St., Salcedo Village, Makati
02-8845-3448 / 02-8843-1478 (日本語)
inquiry@daorealty.net
http://www.daorealty.net/home/

DMCI HOMES ／ディー・エム・シー・アイ・ホームズ
DMCI Homes Corporate Center 1321 Apolinario St Bangkal, Makati
info@dmcihomes.jp (桐原)
https://www.dmcihomes.com/

JNP Real Estate Corp. ／ジェー・エヌ・ピー・リアル・エステート
Unit UG21 Cityland Pasong Tamo Tower Inc. Makati
0967-213-5285
jnp-real-estate@billionaire-club.jp

KANEJIN ／かね甚
3-23B Legaspi Towers 300, Roxas Blvd. cor.Vito Cruz, Malate
02-8521-1151 to 52
info@kanejin.com
www.kanejin.com

Leopalace21 ／レオパレス 21
23F Tower6789, 6789 Ayala Avenue, Makati City, Metro Manila, Philippines
0915-278-5090 / 0956-639-5577 (馬波 (マナミ)、山本)
info@leopalace21ph.com
www.leopalace21.co.jp

7CZ Angel Corporation ／ 7CZ エンジェルコーポレーション
Unit 1105 Bonifacio Prime Center, Lot14 Blk2, McKinley Business Park, Bonifacio Global City, Taguig
customersupport@7seasproperties.com
7seasproperties.com

spectrum ／スペクトラム
0917-823-2612 / 02-217-3034
inquire.spectrumleasing@gmail.com
spectrumleasing.wordpress.com

Starts Philippines Inc. ／スターツ
5th floor, Sky Plaza, 6788, Ayala Avenue, Makati
02-8553-8850
kazuki.oomi@starts.co.jp
https://www.starts.co.jp/

BED & GO SERVICE STATION ／ベッドアンドゴー・サービス・ステーション
400 VGP Center, 6772 Ayala Avenue, Makati
+63-2-8856-7764 / 0998-556-5887 (石橋)
info.bedandgo8888@gmail.com

引越しと保険リスト

CROWN LINE Philippines, Inc ／クラウン・ライン
ECH Plaza B006 Dr. A. Santos Avenue, Barangay BF Sucat, Paranaque City Metro Manila
isa@crownline.jp(伊佐)
http://ph.crownline.jp/

NIPPON EXPRESS (PHILIPPINES) CORPORATION ／日本通運
Lot 85-A&B Avocado Road, FTI, East ServiceRoad, Taguig
02-403-1106 / 02-837-3415 (山内、伊藤)
myamauchi@nittsu.com.ph
www.nittsu.co.jp

R.V. MARZAN LOGISTICS, INC. ／アールブイ・マルザン・ロジスティックス
MNA Building, Bonifacio Drive Corner 2nd Street, Port Area, Manila
02-8522-0200
info@rvmarzan.com
http://rvmarzan.com/

Sun Logistics Technology, Inc. ／サン・ロジスティック
Sitio Aratan, Brgy. Pulong Sta. Cruz, Sta. Rosa City, Laguna 4026
0918-963-0156 (日本語) / 0918-942-4351
d.yamada@slsi.com.ph (山田) / e.faraon@sunlogistics.com.ph (Edward)
http://www.sunlogistics.com.ph/

SUZUYO WHITELANDS LOGISTICS, INC ／鈴与フィリピン
3rd Floor 7433 Yakal Street,San Antonio Villege,Makati
0917-658-0635(日本語)
ishinada@suzuyo.com.ph (石篠田 (いしなだ))
http://www.suzuyo.co.jp/

Transtech Co.,Ltd. ／トランステック
27F, BPI Philam Life Makati
03-3522-8108 (東京)
teamilbo@e-transtech.com
http://www.balikbayanbox.jp/

YAMATO LOGISTICS CO., LTD ／ヤマト・ロジスティクス (クロネコヤマト)
Unit 1004, AXA Life Center, Serator Gil Puyat Avenue corner Tindalo street, 1200, Makati
02-7759-2728

日系レンタルオフィス

CROSS COOP ／クロスコープ
GT Tower International 23F, 6813 Ayala Avenue(corner HV Dela Costa), Makati
02-8464-7100 (南木)
crc-ph@crosscoop.com
https://crosscoop.com/office/manila

Leopalace21 ／レオパレス 21
詳細は不動産リストを参照ください。

fabbit Philippines Inc. ／ファビットフィリピン
26F Twenty-Four Seven McKinley, 24th Street corner 7th Avenue, BGC
02-8864-4100
info@fabbit.com.ph
http://www.fabbit.com/index.html

Cotoha Real Estate Philippines Inc ／コトハ・リアルエステート・フィリピン
Unit 1510, High Street South Tower 1, 9th Avenue, corner 26th St. BGC, Taguig
02-7944-3030
info@cotohairealestate-ph.com

メイドとドライバー
Maids and Drivers

フィリピンでは家事一般の手伝いをしてくれるメイドと、ドライバーを雇うことができます。紹介サイトもありますが知り合いからの紹介がおすすめです。帰国する人から紹介してもらえると、日本のスタイルに慣れているので教える手間が省けます。

メイド、ドライバーの紹介サイト

■ Maid Provider ph
電話 02-8405-0000
WEB www.maidprovider.ph

■ Maid in the Philippines
電話 02-7919-5616
WEB http://maidinthephilippines.net/

■マニラ日本人会
コミュニティー掲示板

メイド・ドライバーのコミュニケーションに注意しよう

①メイドの雇用形式
自宅で一緒に住む「住み込み」と、決められた時間に来てもらう「通い」の2種類。多くの家にはメイド用の小さい部屋がついているので、そこを使ってもらいます。住み込みの場合、炊事・洗濯・掃除（炊事はほぼフィリピン料理のみ）と言う条件下では、月額平均P6~8,000（固定給）。契約で決めた休日を除いて毎日通い、炊事・洗濯・掃除と言う条件下では、月額平均P4~5,000（固定給）です。※必ずしもこの限りでないので、話し合って契約を結びましょう。

②メイドの種類
「料理の得意なメイド」や「掃除が得意なメイド」など、分野ごとに適したメイドを雇う家庭もあります。クックと呼ばれる料理専門のメイドは、日本食が作れるなどのスキルを持っている場合、給与は相場より高めに支給するのが一般的。そして子守り専門のメイドのヤヤは、子供の教育のために英会話能力が高い人を求める場合が多いようです。

③あくまでビジネスライクに接する
メイドやドライバーと親しくなってくると、態度が変わることも。ドライバーと一緒に食事をとる人もいますが、これはNG。親切にはしますが、あくまで主従関係を保つようにします。

④盗難に注意!
貴重品は鍵付きの場所に保管する事をおすすめします。また自宅とはいえ、現金を目につくところに置いておくなど、盗みを誘発させるような行為は慎みましょう。

⑤メイドとドライバーの上下関係
ほとんどの場合、ドライバーはメイドよりも給料が高いため上下関係が生じてしまいがち。これを放っておくと、ドライバーがメイドに自分の身の回りの世話をさせたり、いじめまがいの行動をとることも。対処法としては、メイドをドライバーよりも近い存在として扱います。メイドが「信頼されている」、「自分が家族を守らなければ」と感じ、ドライバーの行動を監視してくれるようになります。ドライバーはあくまで外の人間という位置づけにします。

水道、ガス、電気
Water, Gas and Electricity

水道水は飲まずに、ボトル入りミネラルウォーターを

フィリピンでは5ガロン（約19リットル）のボトル入りミネラルウォーターを宅配してもらい、ウォーターディスペンサーに設置して使います。日本同様、コンビニなどではペットボトル入りのミネラルウォーターも売っています。また、最近では水道の蛇口に浄水器をつけている家庭も多いですが、水道水は飲まないようにしましょう。

電圧が220Vなので注意
日本の一般家庭で流れる電気は100Vですが、フィリピンでは220V。変圧器を使えば日本の電気製品も使用可能です。コンセントの形は日本と同じAとB3、C型の3種類があります。

LPガスが主流なのにコンドミニアムでは使用禁止
都市ガスが整備されていないフィリピンでは、LPガスが主流です。ところが多くのコンドミニアムではガスの使用が禁じられており、電気コンロや電磁調理器が主流です。一軒家の場合は、ガスに対する規制はないようです。ガスはガソリンスタンドで購入、またはデリバリーサービスに電話して届けてもらいます。

【電気代の払い方】
電気代の請求書はポストに届くようになっています。何日に届くかは人それぞれですが、大体毎月同じ日に届きます。受け取ってから、支払期限まで約1週間しかないので、早めに払うようにしましょう。もし期限を過ぎてしまった場合は、Meralco本社まで行って払わないといけなくなるケースがあるので、注意が必要。期限前なら以下の場所でお支払いできます。

主な支払場所
■ BDO、BPI、RCBCなどの銀行
■オンラインバンキング
（各銀行のウェブサイトをチェック）
■ Western Union
■ LBC
■ Bayad Center
(www.bayadcenter.com)
■ 7Eleven

スーパーマーケット・日本食材店・ホームセンター
Supermarkets, Japanese Grocery Stores, Home center

日本の食材は一般のスーパーなどでも売っており、割と手に入れやすいです。ただし、スーパーは値段が高いことが多いので、買うのなら日本や韓国などの食材店がおすすめです。調味料やインスタント品、お米、缶詰の他に野菜や魚などの冷凍品も売っています。

日本の食材を買うなら ここ！

New Hatchin ／ニュー・ハッチン
品揃えが豊富で食器やキッチン用品なども購入できます。冷凍の総菜やお弁当もあって便利。

マカティ店
7602 Sacred Heart Street Corner Metropolitan Avenue, San Antonio Village, Makati
02-8897-7207 / 02-8890-1649
8:00~19:00

マビニ店
2119 A. Mabini St. Malate, Manila
02-400-9478

TPE Market Place ／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ぎっちり揃います。豊富に揃ったコスメコーナーには、TSUBAKI、MACHERIE と言ったヘアケア用品をはじめ、Biore、豆乳イソフラボンなど、日本人にはお馴染みの商品がずらり。
1/F Jaka Center 2111 Don Chino Roces Ave., Makati
02-8551-7522
9:00~22:00

Yamazaki ／山崎
1998 年の創業から日本人に親しまれてきた日本食レストラン・日本食材店。お弁当の配達も行っている。
Little Tokyo, Don Chino Roces Ave., Makati
02-8893-2163
10:00~22:00

KOBEYA ／神戸屋日本食材
マカティーアベニューにある食材店。アジア、イタリアの調味料も売っています。
1/F Juno cor. Makati Ave., Bel-Air Makati
02-8807-1107
10:00~22:00

Teppen ／てっぺん
日本・韓国の商品が豊富な食品・日用雑貨店です。日本製のドレッシングや醤油などの品揃えが特に豊富。毎週月・金曜に仕入れる在比日本人酪農家夫婦が作る牛乳は定番の人気商品。
Unit C 1/F Marvin Plaza Bldg., Don Chino Roces Ave., Makati
02-8553-4673 / 02-8808-1140
月～金曜 7:30~22:00 ／土・日曜 8:00~20:00

日本食材店　よろずや
パラニャーケ唯一の日本食材店。お弁当配達サービスのある日本食レストラン「ときわ食堂」に併設。ときわ食堂のお弁当と一緒に食材も配達可能。
370 Romana Bldg., 1/F El Grande Ave., BF Homes., Paranaque
02-8475-4085
11:30 ～22:00
木曜休み

Darumaya ／だるま屋
業務用専門店なので、内容量の多い商品を販売しています。価格は比較的安価。
Plaza# S Cartimar Shopping Center, Cartimar Avenue, Pasay
02-8831-8382 / 0995-449-7081 / 0923-698-9259
月～ 土曜 7:00~16:00 / 日曜 7:00~15:00

スーパーマーケット

■ The Landmark
住所 Ayala Center, Makat
営業時間 日～木曜 10:00~20:30 ／金、土曜 10:00~21:30

■ SM Supermarket
住所 East Drive, Ayala Center, San Lovenzo Village
営業時間 水～月曜 7:00~23:00 ／火曜 8:30~21:00

■ Rustan's
住所 Ayala Center, Makati
営業時間 8:00~20:00

■ Cash & Carry
住所 Filmore St., Palanan, Makati
営業時間 10:00~21:00

■ South Supermarket
住所 Filinvest Ave., Alabang, Muntinlupa
営業時間 10:00~20:00

■ S&R（会員制）
住所 32nd St., 5th Ave. Bonifacio Global City, Taguig
電話 02-8888-0640
営業時間 9:00~21:00

ホームセンター

■ Ace Hardware
場所：主に SM 系列のモール、グリーンベルト 1 など
WEB www.acehardware.ph

■ True Value
場所：グロリエッタ、パワープラントなど
WEB www.truevalue.com.ph

■ Handyman
場所：主にロビンソン系列のモール
WEB www.homedepot.com

■ Home Depot
場所：パサイ、オルティガス、アラバン、ボニファシオ・グローバル・シティなど
WEB cwhomedepot.com

厨房機器

■ TSP Merchandise
電話 02-8373-4205

■ MK Kitchen
電話 02-8661-1931 / 02-8661-1932

公共交通機関
Public Transportation

車を持っていても、知っておくと便利なフィリピンの公共交通機関。フィリピンの乗り物は危険という意見もありますが、気をつけて使いこなせばどこへでも安く移動可能です。

■タクシー

値段と質の高いイエロータクシー（初乗りP60）と地元の人が使うレギュラータクシー（初乗りP30）などがあります。乗車の際は、必ずメーターを使っているかチェックし、安全対策のために車両番号（窓の下に記載）をメモにとってテキストで知り合いに送りましょう。

■バス

エアコンやWi-Fi付きもあり、割と快適。長距離でもP30程の運賃なので、タクシーより断然安い。ただ、無謀な運転をする運転手も多いので注意が必要です。車内ではスリにも注意しましょう。ドアも窓も開けっぱなしで走っているバスもありますが、こちらは乗らないようにしましょう。

■MRT、LRT

マニラの鉄道です。MRT(Metro Rail Transit)は主にエドサ沿いを走り、ケソン市やオルティガスへ行く際に使います。LRT(Light Rail Transit)は主にタフト通り沿いを走り、パサイやマラテ、チャイナタウンへ行く際に使います。駅や車内は混雑しているので、乗るときは荷物を両手でしっかり抱えて目を離さないように。運賃は区間によって違います。

■ジプニー

フィリピンを代表する乗り物。初乗りP10で短距離を移動するのに便利。車内はスリも多いので、スマホなどスリの標的になりそうなものはなるべく出さないようにしましょう。

■トライシクル

バイクの横にサイドカーをつけた乗り物。主に住宅エリアの近くで列をなしていて、大体決まったところまで連れて行ってくれます。運賃は距離にもよりますがP20～30程。

配車アプリで安全な移動を！

配車アプリサービスのGrabなどは、登録した一般のドライバーが運転する車を配車するサービスです。スマートフォンを使って付近にいるドライバーを見つけて、配車することができます。ドライバーの顔写真、名前などが確認できるので安心。最近では他人と相乗りすることにより料金を抑えることができる、GrabシェアやUberプールも登場しています。

環境にやさしいバス

Green Frog Hybrid Bus

排出ガスが通常の半分という環境にやさしいバス。横向きシートの広い車内は清潔で乗り心地も良いです。モール・オブ・アジアとC5 Buting間（ボニファシオの近く）をヒル・プヤット経由で運行しています。「HYBRID BUS STOP」と書かれた看板がある所で乗車・降車できます。

困った時のレンタカー

RYOAKI rent-a-car ／リョウアキ・レンタカー
0908-143-9438（SMART）/ 0995-302-4079（GLOBE）
https://ryoaki-rentacar.com/

Sarah rent-a-car ／ サラ・ レンタカ ー
0927-816-6080 / 0927-834-8380 / 0920-244-6229

A. Watanabe Car Rental (ABLE CAR SERVICES) ／エイ・ワタナベ・カー・レンタル
0917-712-7310

AccessTrip TRANSPORT SERVICE ／アクセストリップ・トランスポート・サービス
担当者番号：コーキ・ビーチ（日本語可）0917-536-6969・カティー・リム 0917-598-0291

インターネットと固定電話
Internet & Telephone

フィリピンのインターネットは日本と比べて速度が遅いのと料金が高いのが難点。その代わり、多くの飲食店に無料Wi-Fiがあり、普及しています。自宅で利用するインターネットは電話会社が提供していることが多く、インターネットと固定電話がセットになったプランもあります。

インターネットと電話プロバイダ

■ PLDT
171（PLDTユーザー）
電話 02-8888-8171（それ以外）
WEB www.pldthome.com

■ Globe Telecom
211（Globeユーザー）
電話 02-7730-1010（それ以外）
WEB www.globe.com.ph

■ Smart Communications
電話 02-8888-1111
WEB www.smart.com.ph

携帯電話
Mobile Phone

フィリピンの携帯電話はプリペイド式とポストペイド式があります。それぞれのメリット、デメリットを把握して、自分に合ったものを買いましょう。端末は、SIMフリーなら日本で買ったものが使えますし、もちろん現地でも端末を購入することもできます。

■プリペイド

メリット

コンビニなどで手軽にSIMカードを買うことができ、カードとプリペイドカード（チャージ）さえあればすぐに利用できる。

デメリット

ロードが切れるたびにチャージしないといけない。

■ポストペイド

メリット

口座引き落としができるので、毎回ロードを買う必要がない。

デメリット

収入証明書、外国人登録証などの用意が必要で、手続きが大変。

ポケットWi-Fi

ポケットに入れて持ち運べる、携帯型Wi-Fiルーター。GlobeやSmartのサービスセンターなどで購入できます。Wi-Fiスポットがみつからない場合に便利。

プリペイドのチャージの仕方

プリペイドカード背面の銀テープをスクラッチし、出てきた番号を以下の方法で入力します。

Smartの場合	Globeの場合
①1510＋カード背面の番号（14桁）を打ち込んで発信	①223を打ち込んで発信 ②音声の後にカード背面の前半10桁の番号を入力して「#」を押す ③音声の後に後半6ケタの番号を数字して「#」を押す

	Smart		Globe	
	金額	無料テキスト	金額	無料テキスト
30日間	P100	なし	P100	なし
75日間	P300	33回分	P300	35回分
120日間	P500	83回分	P500	85回分

町中の無料Wi-Fiを利用しよう

フィリピンでは、多くのモールやカフェ、レストランで無料Wi-Fiを提供しています。マクドナルドのようなチェーン店もお店によっては無料Wi-Fiがあるので、覚えておくと便利。また、SM系列のモールでは一日1回、1時間無料で利用することができます（ブラウザでサインイン画面が開くので、ここで接続します）。

フィリピンのマナー
Manners

ここではフィリピンで気持ちよく過ごすために知っておきたい文化・マナーの違いについて紹介します。

①チップ

チップはサービスに対して支払う、規定料金とは別の心づけです。例えば、タクシーやレストラン、ルーム・サービスを利用した際などが対象になります。さらに、マッサージやネイルサロンのスタッフもチップの対象です。

相場はどのくらい?

- 空港、ホテルのポーターには荷物1個につきP10
- タクシーは料金の10%
- レストランでサービス料が含まれていない場合は請求額の5%以下
  ※サービス料が含まれている場合でも、お釣りのコインを置いていく人が多いようです。

②道の横断

歩行者優先の日本とは違い、フィリピンでは車優先です。ドライバーは運転が荒く、信号無視も日常茶飯事。通勤時間帯は特に渋滞が激しいため、少しでも早く着こうと車・バイクは常に車線変更を行い、少しの隙間に入り込みます。信号機も設置されているところは少ないです。道路を渡るタイミングは「車が切れたとき」です。十分に気を付けて渡りましょう!

③ショッピングモール

暑いフィリピンではクーラーが効いていて、食事や映画、ショッピングも楽しめるモールが人気。ただクーラーが効きすぎて寒いときもあるので羽織るものを用意しましょう。また、入口では荷物検査があり カバンの中身をチェックされます。主要なモールでは無料WiFiもあり、カフェやレストランでインターネットを楽しむことができます。

④トイレ

フィリピンでは、ほとんどのトイレでトイレットペーパーを流してはいけません。個室内のゴミ箱に捨てましょう。最近、高級モールなどではトイレットペーパーが設置されている場所が増えてきていますが、公共のトイレでは無いところが多いです。トイレの入り口に1つだけホルダーが設置されている場合は、個室に入る前に巻き取って使います。また、トイレの便座がないこともしばしば有ります!

⑤お風呂

フィリピンのバスルームは、住居によってはバスタブはなく、お湯が出ないシャワーだけの場合もあります。いわゆる「お風呂」はスパなどに行けば入ることができます。

⑥ファーストネームで呼ぶ

フィリピン人の方は苗字よりもファーストネームで呼ぶと喜ばれます。また、ニックネームで呼ばれると親近感がわきます。しかし、年上や上司を呼ぶときは、ファーストネームの前に男性は「サー」、女性は「マム」をつけて呼ぶのが基本です。

⑦レストランでのお会計

日本はお会計時に指で「X」を作って合図を送りますが、フィリピンは親指と人差し指で「コ」の字にして合図をします。または、「Bill out please (ビル・アウト・プリーズ)」と声をかけるとお会計をしてくれます。

⑧クヤ・アテ

フィリピンでは、目上の人に対して男性は「クヤ」、女性に対しては「アテ」と呼ぶことがあります。お兄さん、お姉さんと同じ意味を持ちますが、自分より年下には使用しません。レストランなどで、スタッフを呼ぶ際にクヤ、アテを乱用するのはやめましょう。

⑨喫煙

フィリピンでは専用の喫煙室内を除き、路上や飲食店、公共交通機関などでの喫煙が禁止されています。電子たばこも禁止されています。

⑩クリスマス

フィリピンではberのつく月（September～December）はクリスマスシーズンとなり、世界一長いクリスマスとも言われています。クリスマス・イブと当日は、家族で過ごすのが一般的。教会で開かれるミサに参加し、キリストの生誕を祝います。また、このシーズンは渋滞が通常より一層ひどくなります。

⑪誕生日

日本とは逆で、誕生日の人が皆に食事などを振る舞います。職場でも日本人だからといって何もしないのはNG。デリバリーのピザなどを頼んで皆で祝うのがフィリピン流です。誕生日パーティーを派手にやるのが、フィリピン人にとってのステータスです。

⑫ドレスコード

パーティー好きなフィリピン人は、ドレスコードを設けてゲストを招くこともしばしば。男性は、現在も正装とされているパイナップルの葉やバナナの葉の繊維で織られたバロンタガログを着用します。バロンには種類があり、公式の式典や大きなイベントの場合は、パイナップルの葉の生地に繊細な刺繍が多く施された高級素材のバロンを。ビジネスなどの場合は、バナナの葉の織物や合成生地を用いたオフィスバロンを着用します。結婚式の場合は、新婦さんに決められた色のバロンをレンタルするのが一般です。

フォーマル（formal）	バロンタガログ、ダークスーツ、タキシード、イブニング・ドレス、カクテル・ドレス、振袖、留袖
セミフォーマル（semiformal）	バロンタガログ、フォーマルすぎないスーツ、フォーマルすぎないドレス、ワンピースなど
スマート・カジュアル（smart casual）	スーツ、ジャケットなどの上着にネクタイ スーツなど
ビジネス・アタイヤ（business attire）	バロンタガログ、スーツ、ジャケットなどの上着にネクタイ スーツなど
カジュアル（casual）	襟付きのシャツ、ショーツ、ジーンズなどの普段着 襟なし、タンクトップ、スカート、ショーツなどの普段着

フィリピン料理
Filipino Food

フィリピンは、長い間スペインやアメリカの統治下にあったことや、地理的な関係から、様々な国の影響を受けた料理が数多く見られます。一般的にはスプーンとフォークを使い、自分の好みに合わせて調味料を足して味付けをします。同じ料理でも、地域によって様々なバリエーションがあるのも特徴です。

Adobo アドボ

フィリピンの代表的な家庭料理といえばアドボ。料理名が「漬け込む」という意味なので、調理前に酢などの調味料に漬け込んでから調理するので肉が柔らかくなり、味がしっかり染み込んでいる。具材は厳格な決まりがないため豚肉や鶏肉、イカなど様々な種類のアドボが存在している。酢でさっぱりしているので暑い日にはぴったりな料理。

Ensalada Talong エンサラーダ・タロン

茄子を皮が焦げるまで火で炙って潰し、細かく切ったトマトや玉ねぎと一緒に酢漬けにしたもの。トマトと酢の酸味、玉ねぎの甘みが合わさり、さっぱりしていて美味しい。揚げものの副菜として食べるのが一般的で、特に揚げ魚との相性が良い。

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。

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 は日本人の口にもあうデザート。

Arroz Caldo アロス・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。

Sinigang シニガン

酸味の効いたさっぱり味のスープは日本人に人気。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、野菜だけのシニガンと、様々なバリエーションが楽しめる。

Lechon レチョン

レチョンとは豚の丸焼きのことで豚を串で刺し、炭火でじっくり焼いた料理を指す。フィリピンの誕生日パーティやクリマスパーティなど様々なお祝い行事で目にする。一見、残酷に見える料理だが味は格別。特にセブ地方では名物料理として、様々なバリエーションのレチョンが食べられる。そのまま食べるのも良いが、レバーソースにつけて食べるのがおすすめ。

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。パ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。カラマンシーや唐辛子を入れた醤油につけて食べる。

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。

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。

Lumpiang Sariwa ルンピアン・サリワ

フィリピン風生春巻き。柔らかい皮の中に細かく切ったシンカマス（カブに似た根菜）、ニンジン、もやし、サツマイモ、ウボッド（ヤシの新芽）、ひき肉などが入っていて、様々な野菜の食感が楽しめる。仕上げに砕いたピーナッツをトッピングし、ピーナッツ風味の甘いたれをたっぷりかけて食べる。

Laing ラーイン

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き、濃いのにどこかさっぱりした味付けだ。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。

Longgasisa ロンガニーサ

豚肉とみじん切りガーリック、挽きたてのブラックペッパーを腸に詰めたフィリピン式ソーセージ。地方によって味が甘かったり、酸っぱかったり、形が細長いもの、短くて丸っぽいものがある。主に朝食のおかずとして食べられている。酢につけて食べると非常によく合う。

Nilaga ニラガ

骨付き肉と野菜の煮物で、シニガンに似た透明なスープだが、酸味はない。ポークを使った Nilagang Baboy、ビーフを使った Nilagang Baka などがある。ジャガイモ、トウモロコシ、ニンジン、キャベツ、チンゲンサイなどの野菜がスープの味を引き立てる。

Pinakbet ピナクベット

「Pakbet」などとも呼ばれ、野菜を炒めて、パ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、アンパラヤ（苦瓜）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。

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。一度に大量に作りやすいため、パーティの場では欠かせない料理。

sisig シシッグ

豚の様々な部位（顔や皮）などを切り刻んで玉ねぎを加え、油で炒めたフィリピンの鉄板料理。ご飯にも合うが、お酒のお供に非常に合うので、おつまみとしても親しまれている。食べる前に唐辛子、カラマンシー汁、最後に生卵を和えて鉄板の上で炒めて食べるのが一般的だ。

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、パ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。

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。

Kaldereta 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。

Crispy Pata クリスピー・パタ

豚足をまるごと揚げた料理。カラっと揚がった表面と、中の柔らかいお肉がやみつきになる。酢と醤油の合わせダレにつけて食べることが多い。大勢でシェアしながら、ビールのお供にするのも◎。

Bicol Express ビーコル・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、パ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。

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、「サパ」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。

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。

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。

祭りと行事・祝日
Holidays

フィリピンは1年を通し、各地で特色豊かなお祭りが開催されています。
にぎやかで華やかな南国情緒たっぷりのお祭りは、宗教色が濃いものも
多く、フィリピンに根付く強い宗教観を垣間見ることができます。
※フィリピンの祝日は急に変更になる場合があるので、日程は要確認

＜1月＞	1月1日	**新年 ＜New Year's Day＞** 大晦日からあちこちで花火や爆竹の音がしてきます。家の前で大量の花火を打ち上げ、爆音で邪気を払うという意味があるそうです。
	1月第1日曜日	**三賢者祭り ＜Holy Three Kings＞** クリスマスの最後を締めくくる行事。マリンドゥケ島のサンタ・クルスとガサンでは、3人の王に扮した仮装をしてパレードが行われます。
	1月9日	**ブラック・ナザレ＜Black Nazarene＞** 国内最大のイベントで、マニラのキアポ教会で開催されます。当日は、黒いキリスト像（ブラック・ナザレ）を担いで周辺を練り歩きます。この黒いキリスト像に触れることで「病気から守られる」と信じられており、地元の人々は我先にと集まります。そのため、周囲は相当な混雑となりケガ人が出ることもあります。
	1月の第3日曜日	**シヌログ祭り ＜Sto. Nino de Cebu＞** セブ最大のお祭りで、サントニーニョ（幼きイエス・キリスト）の像を祝います。像を先頭に、民族衣装をまとった各チームがセブの街中をパレードします。
	1月の第3週	**アティアティハンの祭り ＜Ati-Atihan＞** パナイ島カリボで数日間にわたり繰り広げられるサンバカーニバルです。
	1月の第4週	**ディナギャン ＜Dinagyang＞** パナイ島イロイロ市で開催。アティアティハンと同じ源流の祭り。アティアティハンの1週間後に開催されます。
	1月末～2月上旬	**旧正月 ＜Chinese New Year＞** 華僑の人々を中心に、マニラのチャイナタウンで行われる旧暦の正月を祝う行事です。
＜2月＞	2月第2週	**バギオ・フラワー・フェスティバル＜Baguio Flower Festival＞** 避暑地として有名なバギオ最大のお祭り。ひまわりを中心とした各種花々や植物と、先住民族の文化が融合したストリートダンスが繰り広げられます。
＜3月＞	3月16日	**アラウ・ナン・ダバオ ＜Araw ng Dabaw＞** ダバオ市の創立を祝うお祭り。
	3月の第2日曜	**イロイロレガッタレース ＜Iloilo Regatta＞** パナイ島のイロイロ州対岸にあるギマラス島とイロイロ市の間を、趣向を凝らしたレガッタ艇で競争するお祭り。
	3月末～4月中旬	**3聖週間 ＜Holly Week＞** 聖木曜日（Maundy Thursday）と聖金曜日（Good Friday）、復活祭当日（Easter Sunday）まで連休となります。
＜4月＞	4月9日	**勇者の日（バタアン・デー）＜Araw Ng Kagitingan＞** 第二次世界大戦中、ルソン島中部のバタアン半島に立て籠った比米軍部隊が日本軍に降伏した日が1942年4月9日。その後、多くの被害者を含め兵士たちの勇敢な行為を記念する日へと変更。
＜5月＞	5月1日	**勤労の日 ＜Labor Day＞** 労働者によるデモや集会が繰り広げられます。
	5月1日～30日	**サンタクルーサン・フェスティバル ＜Santacruzan＞** ヘレナ女帝とコヌスタンティヌス王子の聖十字架の発見を祝うお祭りです。
	5月1日～30日	**平和と航海の聖母マリア祭り ＜Feast of Our Lady of Peace & Voyage＞** リサール州アンティポロで行われるお祭り。旅行者の守護聖人を祀る寺院に巡礼します。

Photo by Karl Aguilar of The Urban Roamer

AP Photo/Aaron Favila

Photo from poklat.com

Photo by In Dencio's Eyes - Dennis Natividad Photography

thejunglepost.com

Photo by Sherwin Funa of mrfunanimous.wordpress.com

＜5月＞	5月15日	**カラバオ（水牛）祭り ＜Carabao Festival＞** プラカン州プリラン、ヌエバ・エシハ、リサール州アンゴノで行われます。カラバオ（水牛）に感謝を捧げながら、農民の守護神サン・イシドロを祝います。
	5月15日	**収穫祭 ＜Havest Festival(Pahiyas)＞** ケソン州ルクバン、サリラヤ、タヤバスの各町で催される収穫を祝うお祭り。
	5月17日~19日	**ファーティリティ・ライツ ＜Fertility Rites＞** プラカン地方オバンドの3守護聖人の祝いと多産記念のお祭り。
＜6月＞	6月12日	**独立記念日 ＜Independence Day＞** 1898年、スペインからの独立を宣言した日。1964年から、6月12日に変更。
	6月24日	**聖ヨハネ水かけ祭り ＜Feast of St.John the Baptist＞** リサール州サン・ファンで開催。聖ヨハネがキリストを洗礼したことを祝うお祭り。周りの人や通行人がお互いに水を掛け合います。
	6月24日	**レチョンパレード ＜Lechon Parade＞** パタンガス地方パラヤンで開催。豚の丸焼き（レチョン）のパレードが行なわれます。
＜8月＞	8月の第3週	**カダヤワン・サ・ダバオ ＜Kadayawan Sa Davao＞** ミンダナオのダバオで開催。季節のフルーツやランの花の収穫を祝うお祭り。
	8月の最週日曜日	**英雄の日 ＜National Heros Day＞** フィリピンの歴史上著名な英雄だけでなく、無名の英雄たちにも思いを馳せる日。
＜9月＞	9月の第3週末	**フィースト・オブ・ヌエストラ・セニョーラ・デ・ペニャフランシャ ＜Feast of Nuestra Senora de Penafrancia＞** 宗教・文化・伝統が融合したビコール地方最大のフィエスタで、日程は9日間にも渡ります。
	9月29日	**アン・シヌログ ＜Ang Sinulog＞** イリガン市の守護神サン・ミゲルを祝うお祭り。
＜10月＞	10月第3週	**マスカラフェスティバル ＜Masskara＞** ネグロス島バコロド市で開催。奇抜な衣装と派手なマスクを着用してストリートダンスを繰り広げます。
＜11月＞	11月1日	**万聖節 ＜All Saints Day＞** 日本のお盆にあたります。
	11月22日~23日	**ヒガンテス・フェスティバル ＜Gigantes＞** リサール州アンゴノで開催。3メートル近い巨人が登場して街を練り歩きます。
	11月28日~12月2日	**グランド・カニャオ ＜Grand Canao＞** ルソン中央にあるバギオ市で最大のお祭り。各山岳州の民族が市内に集まり、神々に音楽や舞踊を贈り、感謝を捧げるお祭りです。
	11月30日	**ボニファシオ・デイ ＜Bonifacio Day＞** フィリピン革命の原動力である秘密結社カティプーナンの創設者の一人、アンドレス・ボニファシオの誕生を記念した日です。
＜12月＞	12月8・9日	**タール火山フェスティバル ＜Taal Fluvial Festival＞** タール火山をバックにした水上パレードが開催されます。
	12月16日~25日	**クリスマス期間 ＜Simbang Gabi(Midnight Mass)＞** クリスマスまでの9日間を祝います。9日間は聖母マリアが懐胎しキリストが誕生するまでの9カ月間を意味しており、このころから各地の教会には連日多くの信者が詰め掛けます。
	12月24日	**ランタン・フェスティバル ＜Lantern Festival＞** パンパンガ地方サン・フェルナンドでランタン・パレードとコンテストが開催されます。
	12月25日	**クリスマス ＜Chiristmas Day＞** キリスト教徒の多いフィリピンでは、1年の中で最も特別な祝日。
	12月30日	**ホセ・リサール・デイ ＜Rizal Day＞** 国民的英雄であるホセ・リサールが処刑された日。
	12月31日	**大みそか ＜Last Day of the Year＞** 新年を迎えるときに花火や爆竹で祝います。

ビザ・在留届け
Visa and Immigration

フィリピンでの生活を送るにあたり避けては通れないビザ、パスポート、各種証明書関連。旅行代理店や所属企業に任せている方も、もしものときに備え最低限の知識は持っておきましょう。
※フィリピンでは頻繁にルール改正や申請書類の変更があります。最新情報については、現地イミグレーションでの確認をお願い致します。
移民局公式ウェブサイト (http://www.immigration.gov.ph/)

❶ 観光や出張など、短期滞在する場合

・観光ビザ・商用ビザ
Tourist Visa / Business Visa (9A)

観光、または商談や出張などのためのビザです。ビジネス目的で来ている場合、報酬を得る活動はできません。空港到着時に、30 日間のビザが発給され、パスポートには 30 日後の日付が記載されます。フィリピンでの労働は不可。最長で 3 年まで延長可能。
※日本で申請する場合、日本のフィリピン大使館にて 59 日間の観光ビザ（9A）がもらえ、空港で 59 日間の滞在許可のスタンプが押されます。

❷ 起業や退職など、移住をする場合

・特別居住退職者ビザ
Special Resident Retiree's Visa (SRRV)

フィリピンで永住をするための最も一般的なビザで、35 歳から取得可能。配偶者と 21 歳未満の子どもも同行可能です。就労ができる場合もあり、種類はクラシック、スマイル、ヒューマンタッチの 3 種類あります。

・結婚仮永住ビザ・
結婚永住ビザ (13A・13B)

フィリピン人と結婚した際に申請。一年目は仮永住ビザ（13A）。その後永住ビザ（13B）に切り替えになります。婚姻関係の解消で資格を失うことになります。

・割当移住・
永住ビザ（クォータビザ）
Quota Visa (13)

年間で 50 人のみ取得できる貴重なビザですが、1 年に 1 回だけ渡航し数時間滞在するだけで OK と取得条件が他の国と比較してかなり自由です。既にリタイアメントビザを持っている人でも、クォータビザに切り替えることは可能です。

❸ 留学や就職など、
中期滞在をする場合

・労働ビザ（9G）

労働省に必要書類を提出し、外国人労働登録証明書を取得。その後イミグレーションに必要書類を提出。労働ビザはフィリピンに会社があれば自動的に取得できる訳ではありません。
※詳しくは JETRO ウェブサイトをご参照ください。
【http://www.jetro.go.jp/world/asia/ph/qa/03/04A-010960】

・学生ビザ
Student Visa (9F)

18 歳以上の人が、フィリピンで高等学校以上の高等教育（大学、専門学校など）を受けるときに必要。

・特別投資家ビザ
Special Investor's Resident Visa (SIRV)

フィリピンで会社を設立し、投資家として持ち株の額が US $75,000 以上ある場合に、本人とその配偶者と 21 歳未満の未婚の子供が申請できます。投資を続ける限り、無期限で就労や居住が可能。

・投資委員会・特別経済区ビザ
(47(A)(2) Visa)

BOI・PEZA に登録している会社で働いている外国人とその家族が取得できるビザ。

・ロングステイビザ
Special Resident Visitors Visa (SRVV)

コンドミニアムなどの住居をフィリピンに所有、もしくはフィリピン退職庁指定の宿泊施設に泊まる人を対象に 1 年間の滞在を許可するビザ。更新は不可。

・条約投資家ビザ
Treaty Traders Visa（9D）

フィリピンで設立された会社、または日本の会社との合併会社で、持ち株が 30 万ペソ以上保有していれば所得可能。また、その家族も対象。（日本・ドイツ・アメリカ国籍者のみ）

❹その他許可証

・特別就学許可証

Special Study Permit (SSP)

学生ビザではなく観光ビザや商用ビザで入国した外国人が、フィリピンで勉強をするために必要な許可証。学校側が申請手続きをしてくれ、入学と同時に申請する形になります。

・バリックバヤン

Balikbayan Privilege

フィリピン人配偶者を持つ人が夫婦揃って帰国すると、ビザなしで1年間滞在できます。子どもも同行できます。原則延長不可。

・外国人労働登録証明書 (AEP)

フィリピンで働く際に、労働省に申請し取得します。会社の規模や役職、学歴等の審査があります。

ACR I-Card

60日以上フィリピンに滞在するすべての外国人に取得が義務付けられている外国人登録証(Alien Certificate of Registration Identity Card)のこと。また、特別就学許可証（SSP）を申請するすべての人にも取得が義務づけられています。ACR I-Cardはフィリピンに滞在する外国人の身分証明書となります。

15歳未満の入国は?

15歳未満の未成年者が単身でフィリピンへ渡航した場合は、未成年者が付き添い人と共に渡航することに同意したという、宣誓供述書が必要になります。これは、空港の入国審査の際に提出します。

知っていますか？『在留届』

旅券法により、3ヶ月以上日本国外に滞在を予定されている方は、在外公館に在留届を出すことが義務付けられています。在留届は在留証明の基礎となるもので、緊急時の連絡などに必要です。詳しくは、在比マニラ日本国総領事館ウェブサイトへ

WEB http://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/todoke/zairyu/

ビザの手続きは下記にて。

＊在フィリピン大使館

WEB https://www.ph.emb-japan.go.jp/itprtop_ja/index.html

＊在セブ領事事務所

WEB https://www.ph.emb-japan.go.jp/itpr_en/00_000135.html

＊在ダバオ総領事館

WEB https://www.davao.ph.emb-japan.go.jp/itprtop_ja/index.html

■ フィリピン国内の主なイミグレーション

・MAIN OFFICE

住所 Bureau of Immigration Building Magallanes Drive Intramuros, Manila

電話 02-8-465-2400　WEB www.immigration.gov.ph

営業時間 月～金曜　8:00 ～ 17:00　休：土・日・祝

・MAKATI IMMIGRATION EXTENSION OFFICE

住所 3/F, 805 Lasala Bldg. J.P. Rizal Avenue, Makati City

電話 02-899-3831 / 02-899-3831 / 02-403-1391

営業時間 7:00 ～ 17:30

・PEZA IMMIGRATION EXTENSION OFFICE

住所 4B Department of Energy Philippine National Oil Company (DOE-PNOC) Compound Bonifacio, Global City, Taguig City

電話 02-551-9590 / 02-551-9567

❺その他手続き関係

◎旅券、証明、戸籍・国籍関係業務

詳しくは、在フィリピン日本国大使館ウェブサイトをご参照ください。

WEB https://www.ph.emb-japan.go.jp/itpr_ja/00_000126.html

◎在外選挙

海外で投票を行うためには、あらかじめ在外選挙人名簿への登録が必要です。登録申請の手続は在外公館（日本大使館、日本総領事館、出張駐在官事務所を含む）で受け付けています。詳しくは、在フィリピン日本国大使館ウェブサイトをご参照ください。

WEB https://www.ph.emb-japan.go.jp/itpr_ja/00_000126.html

フィリピンの銀行事情
About Philippine's Bank

フィリピンに長期滞在するとなると、お金の管理は大きな問題の一つ。給料の受け取りなどで口座の開設を求められる場合もあります。このページでは、フィリピンの主な現地銀行や口座開設の基本事項と注意点、海外送金についてご紹介します。

フィリピンの主な銀行

フィリピンには多くの銀行があり、手数料や口座開設時の最低入金額はそれぞれ違うので、しっかり確認しましょう。

日本支店もあり、日本で口座を作り、送金もできる!

メトロバンク (Metrobank)	フィリピン本店 WEB www.metrobank.com.ph/ 電話 02-88-700-700 e-Mail customercare@metrobank.com.ph
	日本支店（東京・千代田区 / 大阪・大阪市） WEB https://www.metrobank.co.jp/main/ja/
フィリピンナショナルバンク (Philippine National Bank)	フィリピン本店 WEB http://www.pnb.com.ph/ 電話 02-8573-8888
	日本支店（東京・港区 / 愛知・名古屋市） WEB https://www.pnb.com.ph/japan/index-2.html

日本人スタッフ常駐のジャパンデスク。日本語で相談ができる!

BDO (Unibank, inc)	ジャパンデスク WEB https://www.bdo.com.ph/jp/home 電話 02-8663-4001 e-Mail help-japanese@bdo.com.ph
RCBC (Rizal Commercial Banking Corporation)	ジャパンデスク WEB www.rcbc.com/ 電話 02-8894-9986 e-Mail asegawa@rcbc.com
Metrobank (The Metropolitan Bank and Trust Company)	ジャパンデスク WEB www.metrobank.com.ph/ 電話 02-88-700-700 e-Mail customercare@metrobank.com.ph

口座開設の基本事項と注意点

【基本事項】

- 本店もしくは支店の窓口にて口座開設書類に必要事項を記入し、サイン届を提出します。

- 本人確認資料として、政府機関発行の身分証明書（顔写真付き）を提出しなければなりません。
  通常はパスポート+フィリピンの運転免許証
  国際運転免許証
  AEP(Alien Employment Permit)
  ACR(Alien Certificate of Registration)など
- 口座開設時に、各銀行の定める最低入金額以上を入金する必要があります。
- 一般的な最低入金額は、普通預金口座でP5,000前後です。
- ATMカードや通帳、小切手帳は原則、即日発行されます。
- ATMカードの暗証番号は、ATM利用時に画面の指示にしたがって変更することが出来ます

【注意点】

- **最低維持残高**
  ＊日本の銀行とは異なり口座を維持するためには「最低維持残高」以上の金額を常に口座に入れておく必要があります。
  ＊1日でも所定の残高を下回ると、ペナルティとしてP300が口座から自動で差し引かれます。(※銀行により金額やペナルティの条件も違うので、しっかりと確認しましょう。)
  ＊最低維持残高は一般的に、口座開設時の最低入金額と同額です。

- **休眠口座**
  ＊年間金利以外のお金の出し入れがない場合は、休眠口座とみなされペナルティが課されます。
  ＊休眠口座とみなされた場合は、毎月P300がペナルティとして口座から引落しされます。
  (※銀行により金額やペナルティの条件も違うので、しっかりと確認しましょう。)

- **帰国時**
  ＊口座の維持はできますが、休眠口座とみなされるとペナルティが課されます。
  ＊また出国される際、原則1万USドル相当を超える現金を国外に持ち出すことはできません。口座を解約する前に日本の銀行口座へ海外送金を行い、手持ち金額を1万ドル相当以下にしておいたほうがよいでしょう。

Basic information

基本情報

Philippines summary

フィリピンの概要

東洋と西洋の文化が融合され、ユニークな文化や生活様式をもつフィリピン。東南アジアのちょうど中心部に位置しており、1,840 キロメートル以上にわたって 7,000 以上の島々から構成されています。主要なエリアは 3 つ。首都マニラが位置するルソン島を含むルソン諸島、リゾート地として有名なセブ島を含むビサヤ諸島、そしてフィリピン南部の中心であるダバオ市のあるミンダナオ島です。日本との時差はマイナス 1 時間で、近年はビジネスや観光など様々な側面から注目を集めています。そんなフィリピンの地理や政治経済、文化をご紹介いたします。

【概要】
ルソン諸島、ビサヤ諸島、ミンダナオ島からなる群島国家

フィリピンは大小 7000 以上もの島々から成る、インドネシアに次ぐ世界第2位の群島国家です。

広さは約30万平方キロメートル、日本の本州と北海道を合わせたくらいの大きさで、北緯4.23度から21.25度、東経112.00から127.00度にわたって位置しています。

南シナ海、フィリピン海、スールー海、セレベス海、ルソン海峡といった多数の東南アジアの主要海域に接する好条件にあります。

環太平洋造山帯に属し、活火山が多く地震も発生します。海にはサンゴ礁が発達し、群島の東側にはフィリピン海溝が南北に走っています。

正式国名
フィリピン共和国
Republic of the Philippines

面積
299,404 平方キロメートル
（外務省フィリピン基礎データ）

人口
1 億 98 万人
（2015 年フィリピン国勢調査）

首都
マニラ
（首都圏人口約 1,288 万人・2015 年フィリピン国勢調査）

元首
ロドリゴ・ドゥテルテ大統領
His Excellency Mr. Rodrigo R. Duterte

政治体制
立憲共和制

公用語
フィリピノ語（タガログ語）と英語
英語が共通語として広く使われています。

【文化、民族】
地域や島ごとに異なる文化があり、多様な民族が暮らしている

フィリピンの民族はマレー系が主体です。マレー系による単一民族国家に見えますが、マレー系の中でも100近い民族グループに分かれ、独自の言語が使用されています。ほかに中国系やスペイン系などがメインです。地域や島によって違った歴史や文化を感じることができます。

【政治】
立憲共和制で現在は ドゥテルテ大統領が治める

政治体制は立憲共和制で、国家元首は大統領です。三権分立制度が確立し、革命期と大戦中の第一、第二共和国を経て現在は戦後の第三共和国。現在の憲法はマルコス独裁体制崩壊後の87年に制定されました。

立法府は上院と下院の二院制議会です。司法は最高裁を筆頭に下級審には様々なシステムがあり、行政の長は直接選挙で選ばれる大統領。現在の第16代ロドリゴ・ドゥテルテ大統領は、初のミンダナオ出身です。治安の悪かったダバオを市長時に強力な指導力で安全な都市に変えたことと、財閥や有力な政治家と無縁なことから就任後も国民から絶大な支持を受けています。

【経済】
急速な成長で 経済は回復傾向にある

1997年のアジア通貨危機以降回復基調にあります。GDPは2018年に3,309億米ドルに達し、急速な経済成長を遂げています。持続的な成長を維持していくには、経済構造の改革や財政赤字の解消、不良債権の処理、そして治安回復によるフィリピン経済への信頼回復が課題とされてきました。最も大きな障害であった治安の改善と汚職追放の問題は、ドゥテルテ大統領指揮下で大きく解決に向かっているとも言えます。また公共工事が速いスピードで進捗するようになったことは明るい材料と言えます。

【言語】
80前後の言語グループに分かれフィリピノ語（以下タガログ語）と英語が公用語

フィリピンの公用語は、タガログ語と英語。国語はタガログ語です。英語も広く使用され、高等教育では必須となっています。500以上の地域の言葉があり、下記の8つの主要な地域の言語など80前後の言語グループに分かれています。

タガログ（Tagalog）
セブアノ（Cebuano）
イロカノ（Ilocano）
ヒリガイノン（Hiligaynon）
ビコラノ（Bicolano）
ワライ（Waray）
カパンパガン（Kapampangan）
パンガラトク（Pangalatoc）

【宗教】
キリスト教が主に信仰されている

フィリピンでは主にキリスト教が信仰されています。

キリスト教

ASEAN唯一のキリスト教国で、国民の83%がカトリックです。その他のキリスト教は10%ほどと言われています。1521年フェルディナンド・マゼランの到達以降、16世紀にキリスト教が広まりました。

イスラム教

全体の5%ほどを占めます。東南アジアでのアラブの貿易拡大が著しかった14世紀後に、イスラム教が広まりました。現在は、フィリピン南部、ミンダナオ地方のイスラム教徒ミンダナオ自治地域に多く居住しています。

【教育】
女性の地位や教育水準が東南アジア随一

フィリピンの教育制度は2017年度に幼稚園1年、小学校6年、中学校4年、高等学校2年の制度に移行しました。ほとんどが2学期制です。

小学校は6歳から6年間の義務教育となり、学費は無料です。

中学校は12歳から4年間で、高校の2年間を含め、ハイスクール、または中等職業学校で行われ、私立の数が多いことも特徴です。

高校卒業後の高等教育は18歳からで、大学と高校修了後教育機関（専門学校）で行われ、修業年限は専攻により異なりますが、医学部が9年、法学部が8年、獣医学部が6年、工学・薬学部が5年、その他は4年となります。

またフィリピンは女性の地位や教育水準の高さでも東南アジア随一と言われています。女性は教員数でも男性を上回り、国家公務員にも女性が多く、女性管理職も多いのが特徴です。

【歴史】
第二次世界大戦後の 1946 年に第三共和国として独立を果たす

フィリピンは7000年ほど前に大陸から分離し、現在の島々が形成されました。紀元前 15000 年から500年頃にかけて新しく人類が島々に移り住み、青銅器の道具を使い高度な水田技術を広め、紀元前300 年から16 世紀にかけてマレー人が移り住むようになります。

マレー人は様々な技術を持ち込み海上貿易も始め、14 世紀頃にブルネイ王国を統治していたサウジ・アラビア系スルタンがスール一王国 、マギンダナオ王国などを殷立。現イスラム教徒ミンダナオ自治地域の礎となりました。

1521 年にはスペイン王の命を受けた航海士のマゼランが世界一周探検の途上、セブのマクタン島に上陸してスペインの領土であることを宣言。それまでバランガイという無数の親族集団がちらばっていた7000 以上の島々をフィリピンという群島国家にまとめていき、スペイン統治下に入れました。

1860年代に入るとスペインからの独立を目指す運動が活発になり、その解放運動の先頭に立ったのがホセ・リサールです。リサールは逮捕され1896年12月30日、銃殺刑に処せられますが、これが独立運動に火をつけることになり、1898 年6月12 日にスペインから独立。これがフィリピン第一共和国で、エミリオ・アギナルドが初代大統領に就任します。

しかしフィリピンの独立を支援していたはずのアメリカが、スペインとパリ条約を締結。スペインからアメリカにフィリピンが譲渡されました。フィリピンはアギナルドを反乱軍の将としアメリカ寄りの政権を別に置きましたが、1902年にフィリピン共和国は破れて倒され、アメリカの植民地支配が開始。太平洋戦争時の日本寄りの政権の第二共和国を経て、真の独立は第二次世界大戦後の1946 年、第三共和国まで待つことになります。

主な出来事

1521 年	マゼランのフィリピン到着
1571 年	スペインの統治開始
1898 年	米西戦争中の 6 月 12 日、アギナルド将軍が独立を宣言。米西パリ講話条約調印により、米の統治開始
1935 年	独立準備政府（コモンウェルス）発足
1942 年	日本軍政開始
1946 年	7 月 4 日、フィリピン共和国独立
1965 年	マルコス大統領就任（1972 年戒厳令布告）
1986 年	2 月革命によりコラソン・アキノ大統領就任、マルコス大統領亡命
1992 年	フィデル・ラモス大統領就任
1998 年	ジョセフ・エストラーダ大統領就任
2001 年	第 2 EDSA 革命、 ジョセフ・エストラーダ大統領失脚、グロリア・アロヨ大統領就任
2004 年	グロリア・アロヨ大統領再就任
2010 年	ベニグノ・アキノ 3 世大統領就任
2016 年	ロドリゴ・ドゥテルテ大統領就任

【気候】
雨季と乾季があり、年間を通して気温・湿度が高く過ごしやすい

フィリピンは1年を通して高気温・湿度。寒いのが苦手な人には、1年を通して過ごしやすい気候と言えます。年間の平均気温は26~27℃と暖かいトロピカルな亜熱帯気候です。

雨季は6~11月、乾季は12~5月ですが、近頃は雨季と乾季の境目があいまいという声も。

また、雨季の間は毎年熱帯性低気圧や台風の被害があります。

服装は基本的に夏物でOK。とはいえ、ショッピングモールやホテル内は冷房がきいているため、半袖では寒いと感じることもあるかもしれません。カーディガンやストールなど羽織るものを用意しておくとよいでしょう。また、11～12月頃は肌寒く感じる日もあります。

フィリピンの生活で役立つウェブサイト

- REPUBLIC OF THE PHILIPPINES DEPARTMENT OF TOURISME（フィリピン観光省サイト / 英語）
  http://www.tourism.gov.ph/
- もっと楽しいフィリピン（フィリピン観光省サイト）
  https://mottotanoshiiphilippines.com/
- Embassy of Japan in the Philippines（在フィリピン日本大使館）
  http://www.ph.emb-japan.go.jp/index_japanese_version.htm
- INQUIRE net（INQUIRE 新聞サイト）
  http://www.inquirer.net/
- The Philippine Star Online（The Philippine STAR 新聞サイト）
  http://www.philstar.com/
- マニラ日本人会のホームページ
  https://jami.ph/
- セブ日本人会のホームページ
  http://www.ja-cebu.com/
- フィリピン日本人商工会議所のホームページ
  http://www.jccipi.com.ph/
- プライマーのホームページ
  http://primer.ph/（日本語）
  http://primer.com.ph/（英語）

Manila Restaurants

マニラのレストラン

山里
YAMAZATO

最高峰の日本料理店

レストラン概要

• 鉄板焼カウンター付き個室　• 個室各種
• 鉄板焼カウンター　• アラカルト　ダイニングエリア

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

2 Portwood Street (formerly Palm Drive), Resorts World Manila, Newport City,
Pasay City 1309, Metro Manila, Philippines

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

食材の旨味を日々追求し、「日本の味」にこだわっています。

厳選した最上級の和牛、良質な鰻のほか、日本から直送される新鮮な野菜をふんだんに使用。バリエーション豊富な一品料理、会食向き各種コース料理などバラエティー豊かな料理の数々を、BGC 店、ロックウェル店、両方でお楽しみいただけます。家族連れの他にも商談など、お客様の用途に合わせてご利用ください。

BGC 店 (個室完備)
Ore Central Building, 9th Avenue,
Cor,Lane Q, Fort Bonifacio, Taguig
02-254-9826 (Landline)
0917-863-0051 (Globe)
0918-602-1749 (Smart)

ロックウェル店 (個室完備)
Ground Level Power Plant Mall
Rockwell, Lopez Drive, Rockwell Center
02-253-6810 (Landline)
0917-795-0051 (Globe)
0998-539-0051 (Smart)

BGC 店、ロックウェル店ともにバラエティ豊かな日本料理をお楽しみください。

鉄板 大河内

鉄板 大河内 Teppan Okochi

11:30 - 14:30 pm (ランチ) / **17:30 - 23:00** pm (ディナー)

皆様のご来店を心よりお待ちしております。店主

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

リトル東京内で
営業中

とんこつ醤油らーめん
P280

＼さらに／
おかわり自由
ライス
無料 ラーメンを注文するとお代わり
自由のライスがついてきます

夜鳴き らーめん P250

担々麺 P330

野菜 らーめん P320

とんこつ塩 らーめん P280

豚七 らーめん P320

ちょい飲み セット
P220

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

銀座でA5ランク黒毛和牛を扱う リトル東京の焼肉店

豊富なA5ランク黒毛和牛を取り揃えた本格派焼肉店

銀座でA5ランク高級黒毛和牛を提供している「YAKINIKU A FIVE徳」が2020年1月、リトル東京にオープン。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。

YAKINIKU A5 TOKU

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

TEL
0999-438-5943 (smart)　0977-470-3357 (globe)

BUSINESS HOURS
11:30 am - 12:00 midnight (11:30 pm last order)

相撲茶や 関取

元力士が作る本格ちゃんこ鍋の店。
開業十五年を迎える関取のちゃんこ鍋は、
鶏や豚骨を始め数十種類の野菜を
毎日六時間以上煮込んで丹念にだし汁を取っています。
この特製のだし汁が、一口目から美味しく食べられる
家庭では味わえない旨さの秘密です。
名物となっている超山盛りの具材を
豪快に鍋に放り込んでお召し上がり下さい。

美味しいという言葉と、お客様の笑顔を求めて常に進化を続けます。

鍋以外にも一品料理は 200 種以上をご用意。
日本と変わらぬ味と季節感の大切さを心がけ、
自家製にこだわる「うどん・そば」は
原料を日本から取り寄せています。

http://www.sekitori.asia

SEKITORI
JAPANESE RESTAURANT

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　喫煙席：あり　個室：あり

オルティガス店 ☎ 02-8881-7985 / 8535-02812
Hanston Square Building, 17 San Miguel Ave,
営業時間：11時半～14時 ／ 18時～22時半
定休：無休　座席数：110席　個室：あり

満福ステーキハウス

MANPUKU STEAKHOUSE

マカティシネマスクエア地下2F

満福
スペシャル (400g)
(アンガスビーフステーキ)

P850

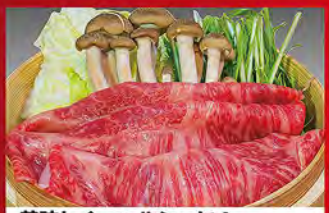
マカティシネマスクエアの地下2階にお店を構えるステーキハウス。アンガスビーフと和牛ステーキを専門に取り扱い、お手頃な価格で、お肉本来の味を楽しんでいただけます。豚と和牛の精肉販売も行っています。和牛メニューも揃えておりますので、是非お店にお越しください。

アンガステンダーローイン(200g) P950

満福ハンバーグ (300g) P450

やっぱり食べたい！ 牛丼 P250

焼肉料理



美味しく、ヘルシーに！
和牛せいろ蒸し

和牛を堪能するなら
和牛しゃぶしゃぶ

バリエーション豊かな
焼肉盛り合わせ 並

☎ 02-8552-9084

営業時間 11:00-22:00

お待ちしております！

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

※駐車場からもお店へ行けます！

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

千両
sen-ryo

千両は、栃木県から来た、洗練されたブランドの江戸前寿司店です。

新鮮な食材と最高の技術で、和牛や大トロなどの高級日本料理を提供。

日本はもちろん、香港、そしてフィリピンでも店舗を構え、多くのお客様のご来店をお待ちしております。

Ground Floor, The Podium, Mandaluyong City
(02) 7914 0181 | 0917 687 8733
@senryoPH #senryoPH

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
FUKUDAYA
Japanese Dining

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

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

Manila Restaurants

マニラのレストラン

さまざまな国の文化が入り交じっているフィリピン。その中でも食文化はかなり発展しています。伝統的なフィリピン料理だけでなく、モダンにアレンジしたメニューを提供するレストランもあります。日本料理店だって、フィリピンで大人気！ここでは、ジャンル別に有名店から隠れた名店までご紹介します。

ブランチ有　記載以外の場所にも支店があるレストラン

デリバリーが可能なレストラン（自家配送のほかGrabFood Food Pandaを含みます）

最新の営業情報などについては、primerのウェブサイト（primer.ph）をご覧いただくほか、直接各店舗にお問い合わせください。

フィリピン料理

フィリピン料理　マカティ　ブランチ有

Fely J's　フェリ・ジェイズ

初代経営者の母、Msフェリー J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を提供。特にSeafood Kare Kareは、バゴオン（小エビの塩辛）と併せて食べるとスープのコクが増し絶品。

住所　2/F Greenbelt 5, Ayala Center, Makati
電話　02-7728-8858
営業時間　11:00-23:00

フィリピン料理　マカティ

The Mess Hall　ザ・メス・ホール

主にフィリピン料理を提供するThe Mess Hallでは、イカとエビがトッピングされたピリ辛のフィリピンヌードルのパンシットや、カリカリのチチャロン（豚バラを揚げたもの）をトッピングしたメニューが好評。

住所　2316 Karrivin Plaza, Pasong Tamo Extension, Makati
電話　02-8869-9284
営業時間　11:00-17:00（月 - 金）

フィリピン料理　マカティ　ブランチ有

Bistro Pamana　ビストロ・パマナ

フィリピン家庭料理を代表するクリスピーパタやカレカレを初めてレストランで提供したことで有名になった人物を父親に持つオーナーが、伝統のレシピを受け継ぎオープンした。

住所　1/F Greenbelt Mansion, 106 Perea St., Legaspi Vill., Makati
電話　02-8815-1823
営業時間　10:00-22:00（月 - 日）

フィリピン料理　マカティ　ブランチ有

XO46

フィリピン料理は初めてという人にもおすすめのレストラン。料理の見た目はモダン風でも伝統の味は失われておらず、本格的なフィリピン料理を味わうことができる。フィリピンの食文化をすべて詰め込んだ10品のコースPhilippines on a Plateがおススメ。

住所　G/F Le Grand Condominium 130 Valero St., Salcedo, Makati
電話　02-8533-6635
営業時間　11:00-23:00（火 - 土）、10:00-22:00（月・日）

フィリピン料理　マカティ　ブランチ有

Milky Way Café　ミルキーウェイ・カフェ

築地、アズタイ、シルクロと同系列のレストラン。お店の前身は、60年代頃にマラカニアン宮殿の近くで現オーナーの母親が経営していたフィリピン料理店で、マニラでは有名。飾り気のない家庭料理はとても人気。また、イタリア料理のほかハロハロもぜひ。接待にも使用できる個室あり。

住所　900 Arnaiz Ave., cor. Paseo de Roxas, Makati
電話　02-8843-4124 / 02-8843-7124
営業時間　11:00-22:00

フィリピン料理　マカティ

Poblacion Dining Room
ポブラシオン・ダイニング・ルーム

ブルゴスの人気カフェCommuneに併設されたフィリピン料理店。「カリンデリア」と呼ばれるローカル向けの食堂をイメージし、フィリピン人から見ればどこか懐かしい感じの店内だ。

住所 36 Polaris cor. Durban St., Brgy. Poblacion, Makati
電話 0919-859-5848
営業時間 12:00-21:00、18:00-22:00（月 - 木）/ 12:00-1:00（金 - 日）

フィリピン料理　マカティ

Zubuchon 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展開。各地のセブン - イレブンでもレチョンとライスセットを販売している。おすすめはレチョンとカレカレを併せた Lechon Kare-Kare。

住所 Ground Floor, Assembly Grounds at The Rise, Malugay, Makati, 1203
電話 02- 7728-3931
営業時間 10:00-22:00

フィリピン料理　マカティ　ブランチ有

Sentro 1771　セントロ 1771

2002年にオープンして以来、モダンな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。

住所 G/F Greenbelt 5, Ayala Center, Makati
電話 02-7757-3941
営業時間 7:30-12:00（日 - 木）、7:00-24:00（金・土）

フィリピン料理　マカティ

Toyo Eatery　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、オープンしたモダンなフィリピン料理レストラン。かつて Black Sheep のシェフとして活躍した Jordy 氏と JP 氏が作り出す料理は、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。

住所 2316Chino RocesAve., Makati
電話 0917-720-8630
営業時間 18:00-20:00

フィリピン料理　BGC

Abe　アベ

Abe は日本人名ではなくレストランビジネスで有名なオーナーの父、故ラリー・クルズ氏の愛称から。ラリー氏の出身地、パンパンガ州の料理がベースなので、他のフィリピン料理店とは少し違うメニューが楽しめる。

住所 G/F Serendra, Retailer Area, BGC, Taguig
電話 02-8856-0526 / 0917-552-2060
営業時間 11:00-15:00、18:00-23:00

フィリピン料理　マカティ　サルセド

Locavore　ロカヴォレ

マカティ、BGC 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好評で、ランチ・ディナーはいつも人があふれる人気店だ。

住所 1/F Three Central, Valero St., Salcedo Vill.
電話 0917-178-2018 / 02-8879-2667
営業時間 10:00-24:00

フィリピン料理　BGC

Friends & Family　フレンド＆ファミリー

とんかつの「新宿さぼてん」などを手掛ける Raintree がオープンしたフィリピン料理店。その名の通り、仲間や家族と楽しめるお店作りで、フィリピン人にとっては懐かしい気分になる料理の数々と取り揃える。一皿の量が多く、シェアしながらにぎやかにいただこう。

住所 G/F Bonifacio High Street Central, 7th Ave. cor. 28th St.
電話 0917-891-7053
営業時間 11:30-23:00

フィリピン料理　BGC　ブランチ有

Rico's Lechon　リコズ・レチョン

お祝い事に席には欠かせないレチョン（子豚の丸焼き）で有名な人気レストラン。わざわざマニラから足を運ぶ人がいるほどの人気店だ。丸焼きを真近に見ることもできる。出来立てをご賞味あれ！

住所 The Fort Entertainment Complex, 7th Ave cor 26th St.
電話 0917-844-7067
営業時間 10:00-22:00

フィリピン料理　パラニャーケ

APU アプ

パンパンガ地方の言葉で「おばあちゃん」を意味するこちらは、高級な印象とは逆に、家庭的なフィリピン料理を提供。アラバンにある人気のヨーロピアンレストランCaviar 系列で、スイス人オーナーが経営。

住所 UG/F, City of Dreams Manila, Aseana Ave. cor. Roxas Blvd., Entertainment City, Parañaque
電話 02-8887-1651 / 0949-925-2600
営業時間 10:00-22:00（月 - 木・日）/ 10:00-24:00（金・土）

フィリピン料理　BGC

Max's Kabisera　マックス・カビセラ

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 Maxs Group のフィリピン料理店。フライドチキンやアドボなどのほか、お酒によくあうストリートフードの盛り合わせなどのメニューもあり、レストランとして、バーとして利用したいお店だ。

住所 7th Avenue, Bonifacio High Street, Bonifacio Global City Taguig
電話 02-8776-9882
営業時間 8:00-22:00（土 - 水）、8:00-23:00（木・金）

フィリピン料理　パラニャーケ　ブランチ有

Balai Ilocos　バライ・イロコス

茶系色で統一された店舗の内装は、オーナーの故郷・ルソン島北西部イロコス地方のレストランを意識している。オーナーが祖母から受け継いだイロコス地方の伝統料理に加え、オリジナルのメニューを提供。

住所 BF Homes, Parañaque
電話 0917-577-1136
営業時間 10:00-22:00（月 - 日）

フィリピン料理　BGC

Bench Cafe　ベンチカフェ

ローカルアパレルブランド「BENCH」のフラグショップ店内にある。フィリピンの大衆食堂をコンセプトに家庭的で庶民的なフィリピン料理を提供。買い物のついでに立ち寄ってみよう。

住所 2/F, Bench Flagship Store, Bonifacio High Street, 9th Avenue Corner Lane O.
電話 0917-702-1133
営業時間 11:00-22:00（月 - 金）/ 11:00-23:00（土・日）

フィリピン料理　パラニャーケ

Kiapo　キアポ

オカダマニラにあるレストラン。ストリートフードやレストランが立ち並ぶマニラ首都圏の「キアポ」エリアから着想を得ている。味付けも洗練されており、フィリピン料理を初めて食べる方にもおススメだ。

住所 Okada Manila, Parañaque, Kalakhang Maynila
電話 02-8555-5799
営業時間 24 時間営業

フィリピン料理　マニラ

Purple Yam　パープル・ヤム

食材が自慢の隠れ家的レストラン。予約を受け、その都度新鮮かつクオリティーの良いローカル野菜や魚、肉を信頼のおける契約農家から調達する。作り置きは一切なく、すべて予約のお客様のためだけに準備される。

住所 603 Julio Nakpil St., cor. Bocobo, Malate, Manila
電話 02-8523-3497 / 0917-870-5760
営業時間 完全予約制

フィリピン料理　アラバン

The Nest　ザ・ネスト

VivereHotel の最上階にあり、アラバンをほぼ一望できる半屋外のレストラン。遠くに朝日やラグナ湾の夕日、夜には街の夜景を見渡すことができる。デートやプロポーズに利用する人も多いとか。

住所 Bridgeway Ave., Filinvest City, Alabang, Muntinlupa
電話 02-8771-7777 / 0917-804-3257
営業時間 24 時間営業

フィリピン料理　BGC

SARSÁ kitchen + bar
サルサ・キッチン＋バー

料理にソースをかけるのが大好きなフィリピン人の食欲を満たすために、シェフの JP Anglo 氏がソースたっぷりにアレンジしたフィリピン料理が満載。ベストセラーは Sizzling Kansi。

住所 109 Rada, Legazpi Village, Makati, Metro Manila
電話 02-7754-9943
営業時間 11:00-23:00

日本料理　マカティ　ブランチ有

Japanese Restaurant SEKITORI
相撲茶や 関取

本格ちゃんこ鍋の店。こだわりは数十種類の素材を長時間かけて毎日仕込む、鍋のスープ。野菜もたっぷりで、野菜不足解消にも。鍋の他にも 150 品以上のメニューが用意されており、月替わりのおすすめメニューも充実。

住所 Little Tokyo, Chino Roces Ave., Makati
電話 02-8816-7608 / 02-8894-3876
営業時間 11:30-14:00、17:00-24:00

日本料理　マカティ

Hatsu Hana Tei　はつはな亭

本格日本料理店。ケソンシティの料理学校で長年講師も務める料理長が紡ぎだすオリジナリティ溢れる卓越した料理の数々が、多くの常連客に愛されている。カウンターのほかに、日本らしさが感じられる個室も有り。

住所 2/F Herald Suites 2168, Don Chino Roces Ave., Makati
電話 02-7759-6270 / 0917-316-9250
営業時間 11:30-14:00、18:00-22:30（月 - 金）/ 11:30-14:00、17:00-22:00（土・日）

日本料理

日本料理　マカティ　ブランチ有

AKITAYA JAPANESE RESTAURANT 日本料理 秋田屋

きりたんぽやハタハタなど、秋田県人なら知らない人はいない郷土料理の数々をマニラで楽しむことができる日本食店。おすすめのきりたんぽ鍋は、もちもちのきりたんぽと鶏肉、新鮮な野菜がたっぷり入ってボリューム満点。

住所 U-148 G/F MILE LONG Bldg., Amorsolo St., Legaspi Vill., Makati
電話 02-8813-7475
営業時間 11:00-14:00、18:00-23:00、17:30-22:30（日）

日本料理　マカティ

Hoshi Matsuri Japanese Restaurant
居酒屋 星まつり

和食を愛するフィリピン人が経営する居酒屋。日本人の板前に鍛えられたフィリピン人シェフが厨房を仕切る。おすすめの博多とり皮は、3 日間かけてじっくり脂を落とした逸品。パリパリに焼き上げた香ばしさは格別。

住所 Mezzanine, Creekside Mall, Amorsolo St., cor. V.A. Rufino St., Legaspi Vill., Makati
電話 02-8893-3294　営業時間 11:00-24:00

日本料理　マカティ

Kyo-to　京兎

マニラではおそらく初の本格的な懐石料理店。ビルの 1 階にひっそりとある隠れ家的な店舗は VIP 感たっぷりで、入り口から細長い通路を抜けてお店の奥へ入るとそこはもう日本。店舗は明るい木目調に本物の日本画でシンプルに飾られた上品な内装で、4 室ほどの個室とカウンター席のある部屋 1 室という構成。

住所 G/F 119 C. Palanca Jr. St., Legaspi Vill., Makati
電話 02-8805-7743
営業時間 17:00-21:30（LO）

日本料理　マカティ　ブランチ有

Isaribi　漁火

お店はチノロセス沿いに面していて、食材店てっぺんから徒歩すぐの場所にある。厳選高級品の和牛から、エビ、カニ、ホタテなどの魚介類も取り揃えている。

住所 RG-5 Creekside Bldg., Amorsolo St. Makati
電話 02-8801-1770
営業時間 11:00-14:00、17:00- 翌 1:00

日本料理　マカティ

Izakaya Kikufuji　居酒屋 きくふじ

座敷・テーブルともにゆったりと配置された店内は、日本の居酒屋そのもの。数量限定で築地から取り寄せた「本まぐろカマとろ」が人気のメニュー。ランチメニューもあり、お昼時にはビジネスマンや日本人で賑わっている。

住所 2277 Chino Roces Avenue, Legaspi Village, Makati
電話 02-8893-7319 / 6131　営業時間 11:00-14:00、17:30-22:30（月－金）/ 11:00-14:00、17:00-22:00（土・日）

日本料理　マカティ

Japanese Restaurant Hanagushi　花菜串

マカティの The Beacon コンドミニアム 1 階にお店を構える、本格炭火焼居酒屋。オーナーは日本でも炭火焼店を経営している日本人店主。日本の食材も使用し、美味しい炭火焼が楽しめる。

住所 Ground Floor, The Beacon, Don Chino Roxes Avenue, cor., Arnaiz Avenue(Pasay Road), Makati city 1223
電話 02-7744-1966
営業時間 11:00- 翌 2:00（月 - 日）

日本料理　マカティ

Ikomai & Tochi Desserts
イコマイ・アンド・トチ・デザート

サルセドにあるオシャレなカジュアルレストラン。オーナー夫婦が名古屋出身で、手羽先や串カツなど名古屋のソウルフードが人気。2019 年には新業態のハンバーガーレストラン、chatto bites をオープン。高級バーガーでマカティのバーガー好きに早くも人気を得ている。

住所 1/F ACI Bldg., 147 H.V. Dela Costa St., 1227, Salcedo, Makati
電話 0917-709-4809 / 02-8816-4588
営業時間 11:00-22:00 / 日休

日本料理　マカティ

Jyukai　樹海

日本食材店「てっぺん」のすぐ横にある、隠れ家的な和食レストラン。ほっこりするような和食料理をリーズナブルな価格で提供。コストパフォーマンスは抜群。日本酒・焼酎もリーズナブルに楽しむことができる。

住所 Unit C-1 G/F Marvin Plaza Bldg., 2153 Pasong Tamo Ave. Cor. V.A. Rufino St., Makati
電話 02-8831-5341 / 02-8869-0818
営業時間 11:00-14:00、17:00-22:00

日本料理　マカティ　ブランチ有

GYUMON　牛門

マカティの本格焼肉店。柔らかい食感で甘みのあるロース、大人気の定番上カルビ、どちらも程よい脂身がのった絶品。数あるメニューで迷ったら頼みたいのが「ベストセラー 3 点」。日本では間違いなく高級焼肉レベルの上カルビ、牛タン、ハラミがセットでリーズナブルに食べられる。マラテのパン・パシフィック・ホテルにも支店を持つ。

住所 Creekside Bldg. 2F, AmorsoloSt., Legaspi Vill, Makati
電話 02-8819-0361
営業時間 16:30-23:00

日本料理　マカティ

Kawasaki　川崎

日本人店主が手掛ける居酒屋。壁には手書きの酒の肴に合う品書きが掛けられている。ほっと落ち着けるような雰囲気ということで仕事帰りの日本人に人気。パーティー料理や、貸切時の大人数用の日本食料理もオーダー可能。

住所 7563 Santillan st. Pio del pilar, Makati
電話 0917-872-1022 / 0917-185-1022
営業時間 18:00-24:00

日本料理　マカティ

OKONOMIYAKI KAGURA　お好み焼 神楽

マニラのお好み焼き屋で外せないのがここ。リトル東京にある 17 年以上の老舗だ。関西風と広島風の美味しいところを選りすぐったお好み焼きを、岡山出身のマスターとそのご家族が自らがカウンターに立ってお出しする。

住所 Little Tokyo, 1277 Chino Roces Ave, Legazpi Village, Makati
電話 02-8894-3856
営業時間 11:30-15:00、18:00-22:30 / 月休

日本料理　マカティ　ブランチ有

KENSHIN JAPANESE RESTAURANT
ジャパニーズレストラン　剣心

日本人シェフ常駐の日本食レストラン。落ち着いた雰囲気の静かな場所に位置し、まるで日本にいるような気分でリラックスできる店内。豊富な一品料理をつまみに飲みの場としても利用できる『居酒屋スタイル』が特徴。

住所 The Linear Makati G/F Yakal st, cor. Mayapis st., 1226 Makati
電話 0917-535-1046
営業時間 11:00- 翌 3:00

日本料理　マカティ

ブランチ有

Nikkei　ニッケイ

日本料理とペルー料理を融合させた、"ニッケイ"と呼ばれる料理を提供。その起源は、多くの日本人がペルーへ移民した時代へさかのぼる。その頃、伝統的なペルーの食材で日本食が作られ、新しい料理が誕生した。

住所 Frabelle Business Center,111 Rada St., Legazpi Village, Makati
電話 0927-273-0114 / 02-8880-0231
営業時間 11:30-22:30（日 - 木）/ 11:30-23:00（金・土）

日本料理　マカティ

ブランチ有

Nihonbashitei　日本橋亭

リトル東京近くの日本食レストラン。メニューも豊富でリーズナブルな価格設定ながらボリュームもあり、日本人ビジネスマンに人気のお店。店内も広く、大人数での利用も可能。翌日の 2:00 まで営業。

住所 800 Arnaiz Ave., San Lorenzo, Makati
電話 02-8818-8893
営業時間 11:00- 翌 2:00

日本料理　マカティ

Yakiniku kenshin　焼肉剣心

リトル東京前にある焼肉剣心は居酒屋剣心の系列店。マニラでタレ焼肉を安価にて提供するお店として好評。手頃な価格で食することができ、ローカルにも人気。

住所 G/F Unit G2, Makati Square Mall, Fernando St, Makati
電話 0917-103-5727
営業時間 11:00- 翌 3:00

日本料理　マカティ

Nodaya Japanese Restaurant　のだ屋

熟練の日本人板長が作り出す本格的な味が、日本人だけでなくフィリピン人の常連にも愛され続けている和食店。刺し身・寿司・天ぷらなど豊富なメニューを取り揃え、落ち着いた雰囲気の中で食事を楽しめる。

住所 Unit 14 Little Tokyo, 2277 Chino Roces Avenue 1200, Makati
電話 02-8404-5875
営業時間 11:20-14:30、17:00- 翌 1:00

日本料理　マカティ

Kazunori Japanese Restaurant　和徳

カフェバーを併設したスタイリッシュなジャパニーズレストラン。寿司職人が握る本格江戸前寿司、特に大トロ寿司が絶品。また、備長炭で丁寧に焼き上げた和牛や若鶏もおすすめ。カフェ和風雲丹パスタは、新しい味だと大人気。

住所 2301 Chino Roces Avenue Extension, Makati
電話 0917-836-2695
営業時間 11:00-23:00

日本料理　マカティ

Mendokoro Ramenba　メンドコロ・ラーメンバ

アラバンの優勝軒の姉妹店としてサルセドにオープン。カウンター席のみのお店で、オープンキッチンをぐるっと囲むようにカウンター席がある。人気のしょう油ラーメンのスープはこってり濃厚な豚骨、麺は歯ごたえのある太麺。これに厚めのチャーシューがのり、ボリューミーで大満足のラーメンに仕上がっている。

住所 V Corporate Center., Soliman, Salcedo Vill., Makati
電話 02-8478-9625
営業時間 11:00-24:00

日本料理　マカティ

Kotono Japanese Restaurant　琴乃

日本の料亭で働いていた職人が手掛ける日本料理屋。合鴨のたたきや、石川県金沢市の郷土料理である合鴨じぶ煮などがおすすめ。日本酒や焼酎も豊富に取り揃えている。宴会での利用も可能。

住所 Mezzanine, Creekside Amorsolo Bldg cor. V.A. Rufino St.,Legaspi Village Makati
電話 02-7211-5775 / 0917-170-7790 / 0918-945-6246 / 0921-215-0862
営業時間 16:30-22:30（月 - 土）

日本料理　マカティ

ARAYA RAMEN & SUSHI BAR　あらや

グリーンベルトすぐそばのラーメンとお寿司のお店。朝食時は 8:00 から、当店おスメの美味しいたこ焼きも楽しむことができる。

住所 107, Dela Rosa Access Rd. 1, Dela Rosa Street, Legazpi Vill, Makati
電話 02-8888-4422 / 0925-720-6342
営業時間 10:00-23:00（月 - 土）

日本料理　マカティ

Ryuen Yakiniku　龍苑焼肉

本格焼肉店「牛門」の姉妹店。龍苑牛煮込みやレバ刺し・牛のたたきがおすすめ。シーフードや野菜のメニューも提供している。日本の焼酎だけでなく、韓国の焼酎も取り扱っている。

住所 2/F Creekside Bldg., Amorsolo St., cor. V.A. Rufino St., Makati
電話 02-8553-2806
営業時間 16:00-22:30

日本料理　マカティ

Tsukiji　筑地

自慢の寿司カウンターには新鮮な魚介が並ぶ。寿司ネタの多くは毎週築地からマニラに仕入れ、シャリは魚沼産コシヒカリを使うというこだわり。高級寿司だけでなく、日替わり定食などのお得なランチメニュー（平日）もあり。

住所 Milky Way Bldg., 900 Arnaiz Ave., cor. Paseo de Roxas, Makati
電話 02-8843-4285 / 02-8821-2913
営業時間 11:30-14:30、17:30-22:00

日本料理　マカティ

Seryna　瀬里奈

日本人だけでなく、フィリピン人にも人気の和食レストラン。海鮮料理が美味しいと評判。店内はモダンな内装で、落ち着いた雰囲気の中で本格的な和食を楽しむことができる。ランチメニューもあり。

住所 2277 Chino Roces Avenue, Makati
電話 02-8894-3855
営業時間 11:00-13:30、18:00-22:30

日本料理　マカティ　ブランチ有

CoCo Ichibanya　CoCo 壱番屋

日本初、世界中に 1000 を超える店舗を持つ「グローバル・カレーチェーン」。マニラ初店舗は 2016 年 1 月、現在は 5 ヶ所に支店を構える。コクたっぷりのオリジナルカレーソースと多彩なトッピング。日本と同じカレーを味わえる。

住所 1/F One Rockwell, West Tower, Rockwell Drive, Makati
電話 02-8815-4087
営業時間 11:00-23:00

日本料理　マカティ

Sugi Restaurant　杉レストラン

根強いファンの多い老舗日本料理店。寿司バー・個室があり、仕事帰りに一杯飲むにも、休日にファミリーで楽しむにもぴったり。シンプルでありながらも、素材の味を引き出すための一工夫が加えられた品々はどれも秀逸。

住所 Greenbelt 2, Esperanza St, Ayala Center, Makati
電話 02-7757-3678 to 79
営業時間 11:00-14:00、18:00-22:00

日本料理　マカティ

TSUMURA SUSHI BAR & RESTAURANT　つむら

周辺のビジネスマンから信頼の厚い和食店。お酒の品揃えも豊富で珍しい日本酒を置いており、食事にあわせて飲み比べるのもおすすめ。地元で獲れた新鮮な魚介と、日本から直輸入したマグロなどを組み合わせたお寿司も絶品。

住所 2F 88 Corporate Center, Sedeno cor. Valero St.,Salcedo Vill., Makati
電話 02-8887-4848-50
営業時間 11:30-14:15、17:30-22:00

日本料理　マカティ　ブランチ有

Tonkatsuya　とんかつ屋

日本人店主が手掛けるとんかつがおすすめの和食店。肉の鮮度には特にこだわっている。とんかつをはじめとする揚げ物系はもちろん、蕎麦やカレーなどの一般的な日本食メニューも充実。セットメニューにはご飯とお味噌汁付き。

住所 LGF Palm Tower C, St.Paul Rd., San Antonio Vill., Makati
電話 02-8896-1990
営業時間 マスターの都合による（基本的な営業時間は 10:00 頃 ~22:00 頃。不定休）

日本料理　マカティ

Unakichi　うな吉

本格的な鰻料理専門店。マニラにいながら日本で食べる鰻料理と同じ味が楽しめる。鰻はフィリピン産・ごはんは日本のコシヒカリを使用。メインのうな丼・うな重のほかにサイドメニューも充実している。

住所 G/F Makati Cinema Square, Amorsolo St., Makati
電話 02-7728-2072
営業時間 11:30-14:00、18:00-23:00

日本料理　マカティ

Uniquease ユニカセ

15 種類の新鮮野菜を取り揃えたサラダバーがおすすめ。オーガニックファームで育てられた野菜を使用している。ほっこり家庭的なメニューはすべて体内活性化、老化防止などの栄養学に基づいて食材を組み合わせている。

住所 Unit C, #1036, Hormiga cor Teresa St., Brgy. Valenzuela, Makati
電話 02-8251-6549
営業時間 12:00-20:00 / 火休

日本料理　マカティ

Japanese Izakaya Restaurant Manmaru 屋台居酒屋 大阪 満マル

「フラっと立ち寄り、サクッと飲み食い、ゴッツー美味いのに、メッチャ安い!」をコンセプトに 200 種類以上のメニューを提供する。マカティシネマスクエアにある人気店。気軽な居酒屋エリアと大切な方と過ごすのに最適な VIP エリアを併設し、総席数 170 席の広々とした店内を誇る。

住所 1/F Makati Cinema Square, Legaspi Village, Makati
電話 02-8254-3170
営業時間 11:00- 翌 1:00

日本料理　マカティ　ブランチ有

KOMORO BENTO　小諸弁当

立ち食いそばの名店「小諸そば」のフランチャイズ店。20 数年前にフィリピンに上陸した老舗だ。ローカル向けにコストを抑え、日本のクオリティーを維持。BGC にも。オフィスランチ向け小諸弁当デリバリーサービスあり。

住所 Unit 1A Benrosi V Makati, 9746 Kamagong St, San Antonio Village, Makati
電話 02-8985-8240 / 0917-587-0809
営業時間 7:45-16:30（月 - 土）

日本料理　マカティ

Kappou Nakaji　割烹なかじ

2019 年 8 月オープン。枝豆や冷奴のほか、煮物や焼き物など、小料理店でおなじみのメニューが勢揃い。隠れ家的なアットホームな雰囲気もあいまって早くも人気店になっている。

住所 Gervasia Condotel, Amorsolo St., Makati
LINE @nakaji
営業時間 17:00-23:00

日本料理　マカティ　ブランチ有

Teppan Okochi -by Mangetsu Osaka- 鉄板　大河内 ～大阪　満月～

大阪に 2 店舗を構える「鉄板焼満月」より、大河内氏が常駐する海外第 1 号店。鉄板焼カウンターと個室で構成され、自慢のお好み焼きは料理長が大阪の味を再現している。厳選した和牛・ロブスター・あわび等の鉄板焼をメインに鰻料理も。

住所 Ground Level Power Plant Mall Rockwell Drive corner Estrella Street.
電話 0917-795-0051
営業時間 11:30-14:30、17:30-22:00（月 - 金）/ 11:00-22:00（日）/ 11:30-14:30、17:30-23:00（土）

日本料理　マカティ

Manpuku Steak House　満福ステーキハウス

マカティスクエア地下 2 階、アンガスビーフと和牛ステーキを取扱う日本人経営のレストラン。マストトライはアンガスビーフ 400g のまんぷくスペシャル。こんがり焼いたガーリックに特製ソースで召し上がれ。

住所 Lower Ground Floor, Makati Cinema Square, Chino Roces Ave., Makati
電話 0928-482-3066
営業時間 10:00 - 23:00

日本料理　マカティ

Inagiku　稲ぎく

マカティ・シャングリラホテルの中にある高級和食レストラン。寿司バー、鉄板焼きカウンター、プライベートダイニングルームなど、洗練されたモダンな店内で、丹念に調理された本格的な日本料理味とおもてなしを堪能できる。

住所 Makati Shangri-La, Ayala Corner Makati Avenue, San Lorenzo, Makati
電話 02-8814-2580 / 02-8813-8888
営業時間 11:30-14:30、18:00 -22:30

日本料理　マカティ

Pang Masa Ya Ramen house & Susi Bar 麺正屋（パンマサヤ）ラーメン

惜しまれつつ閉じたジュピターストリートの「萬月」のシェフが監修、名店の味をそのまま引き継ぐレストラン。看板のラーメンはもちろん、お酒にあう料理も多い。仕事帰りの一杯に、立ち寄りたいお店だ。

住所 Bagtikan Street, San Antonio Village, Makati
電話 02-82834845/0945-441-3122
営業時間 13:00-23:00

日本料理　マカティ

SHABURI & KINTAN BUFFET
シャブリ＆キンタン ビュッフェ

美味しい 50 種類の和食と、しゃぶしゃぶ・焼肉のどちらかを楽しむことができるグロリエッタの JapanTown にあるレストラン。野菜も豊富なのがうれしいところだ。平日ランチ 90 分コースは、大人 1 人で P599 からとお得。

住所 5/F Japan Town Top of the Glorietta 2, Ayala Center, Makati
電話 0917-811-5625 / 02-7719-5141

日本料理　マカティ

WASHOKU MUSASHI-MARU　和食 むさし丸

手頃な価格で本格的な日本食を味わえる人気店。2019 年グロリエッタ 2 屋上の Japan Town に 2 号店をオープン。味噌豚骨ラーメンやエビフライとロース豚カツなど馴染みのメニューが並ぶ。ランチは夜と同じメニューがよりリーズナブルな価格で利用できる。

住所 Located at 408-409, Roofdeck, Phase 2, Japan Town, Glorietta 2, Makati
電話 02-8583-7060 / 02-8256-5044
営業時間 10:00-21:00（日 - 木）/ 10:00-22:00（金・土）

日本料理　マカティ

The Kushi Bar by Tanduay
ザ・クシ・バー・バイ・タンドゥアイ

蒸留酒製造 Tanduay（タンドゥアイ）がプロデュースするレストラン。日本人シェフとフィリピン人シェフが作る和食とフィリピン料理のメニューを、タンドゥアイのラム酒を使ったドリンクとともに楽しめる。

住所 6754 G/F PNB Bldg., Ayala Ave., Makati
電話 02-8310-0068
営業時間 11:00-22:00

日本料理　マカティ　ブランチ有

Hakata Ton-ichi　博多豚一

ラーメン凪の低価格ブランドとして開業したラーメン店。4 種類の好きなフレーバーを選べる博多ラーメンのほか、餃子やハンバーグカレーなどサイドメニューが充実。

住所 Japan Town, 4F Glorietta 2, Makati
電話 02-255-8150
営業時間 10:00-21:00（日 - 木）/ 10:00-22:00（金）

日本料理　マカティ

TOKYO DINING YEBISU　東京食彩 恵比寿

サルセドにある和食レストラン。日本の懐かしいつまみ料理中心に豊富なメニューを取りそろえる。デザートも豊富。サッポロ生ビールを飲めるレストランだ。

住所 106 H.V Dela Costa St. Salcedo Village, Makati City The Infinity Tower Suites 1F
電話 0945-4026-126（Globe）/ 0961-122-2137
営業時間 11:00-23:00（LO 22:00）（土・日）/ 8:00-23:00（LO 22:30）

日本料理　マカティ

やきにく　DORAGO

元大相撲の力士「貴闘力」が経営する焼肉レストラン。おしゃれなエンターテイメントスポット・PLATINA Tokyo Food Village にある。豚丼や、厚切りポークカルビやガーリックカルビなどが人気。

住所 General Luna st. cor Mercado st., Brgy.Poblacion, Makati
FB DiningPLATINA
営業時間 18:00- 翌 1:00

日本料理　マカティ

Wabi Sabi ／ Ikigai　ワビサビ／イキガイ

ラーメン屋「ワビサビ」と併設のかき氷屋「イキガイ」。新鮮なフルーツ、自家製のシロップとアイスをたっぷりトッピングしており、全部で 13 種類ほど。ワビサビは、日本のラーメンやベトナムのフォーをスペシャリティとするベジタリアンのラーメン屋。

住所 UG-4 Makati Central Square, Fernando St, cor Chino Roces Ave, Makati
電話 0918-962-2935
営業時間 12:00-21:00 / 月休

日本料理　マカティ

yakiniku A-5　徳

YAKINIKU A-FIVE 徳で提供するのは、黒毛牛の A5 ランクのお肉。ほとんどを日本から空輸している。焼きには炭火を使用。「炭火で焼くことで余分な脂分を炭火で落とし、赤身がもつ本来のおいしさを味わうことができる」のだとか。炭火独特ののオレンジの灯が、食欲をそそる。

住所 Little Tokyo, Chino Roces Ave, Pasong Tamo Corner Amorsolo Street, Legazpi Village, Makati
電話 0999-438-5943 (smart) / 0967-435-7466 (globe)
営業時間 18:00-24:00

日本料理　マカティ

JAPANESE YAKINIKU RESTAURANT HIRO 焼肉ヒロ

グリーンベルト1から徒歩6分の好立地 NEW OPEN。マカティで和牛を美味しく！お得に！納得価格で！食べられる焼肉店。イチオシは『玉手箱』。初めてご来店された全てのお客様にぜひご注文いただきたい一品だ。

住所 1D.PALANCA ST.cor. Delarosa sts. Legaspi village Makati
電話 091-6583-0793（日本語対応可）
営業時間 11:00-14:00、17:00-24:00 / 月休

日本料理　マカティ

Ramen Shimada　らーめん島田

2019年7月にパサイ市からマカティのリトル東京に移転。とんこつ醤油に自信があり、某有名ラーメン職人が監修する本格派ながら、価格帯はなんとP250からと良心的でその上、お替わり無料の白飯も付いているのもうれしい。

住所 Little Tokyo, 1277 Chino Roces Ave., Legaspi Village, Makati
電話 0956-041-7181 / 0929-613-1281
営業時間 11:00- 翌4時 / 年中無休

日本料理　マカティ

Yakiniku Sandaya　焼肉 三田屋

Sunvar Plazaにある老舗の焼肉屋・三田屋。創業17年で前のお店には元アキノ大統領もお忍びで通った人気店。お肉はすべて日本人オーナーが厳選し日本から輸入。アメリカ牛を中心とした絶品焼肉筆頭に、各種和食などを取り揃える。

住所 1200 Antonio Arnaiz Ave, Legazpi Village, Makati, Metro Manila
電話 0918-292-1006
営業時間 12:00-15:00、17:00-23:00

日本料理　BGC

Izakaya Nihonkai Tsukiiji　居酒屋 日本海筑地

Tuscany Private Estateに構える居酒屋。30席ほどのこぢんまりとしたお店だがカジュアルな和風の内装がどこか落ち着く。二人の日本人シェフがリーズナブルな本格和食を提供。近辺の学校の日本人、韓国人に人気。

住所 Bldg 1, Tuscany Estate , McKinley Hills , Global City in Fort Bonifacio, Taguig
電話 02-7358-1096 / 0927-018-0964
営業時間 11:00-23:00

日本料理　BGC

Menya Kokoro　麺屋こころ

アップタウンモールの、フィリピン初のまぜそば専門店。本場名古屋の台湾まぜそば発祥の店で修行、フィリピンでも本場の味を提供している。最後の白米とたれのコラボもぜひお楽しみあれ。

住所 3/F Uptown Mall, 36th st. cor. 9th ave., Fort Bonifacio, Taguig
電話 0919-001-9392
営業時間 10:00-22:00

日本料理　BGC

Namba Station　なんばステーション

日本の駅をイメージしたユニークな店内。あちらこちらに駅の標識や路線図が壁いっぱいに貼られ、スピーカーからは電車の音やアナウンスが。楽しい雰囲気の中で食事を味わうことができる。

住所 The Venice Piazza, 1030 Campus Ave. Cor. Park Avenue, Upper McKinley Rd, Taguig
電話 0906-023-3692
営業時間 11:00-22:00

日本料理　BGC

CHOTTO MATTE　ちょっと待って

東京の活気溢れる裏路地にあたる、新宿ゴールデン街からインスパイアされた革新的なバーが誕生。フレッシュなピート、冷たいカクテル、職人技が生み出した日本酒、そして街一番の角ハイボールを。

住所 Ground Floor, Net Park Building, 5th Avenue, BGC
電話 02-8282-0442
営業時間 11:30-24:00（日 - 木）/ 11:30- 翌1:00（金・土）

日本料理　BGC　ブランチ有

Tendon Kohaku　天丼 琥珀

シンガポールや台湾にも展開する人気の天丼専門店。日本食レストラングループ（株）King's Know が手掛ける。新鮮な食材を使用しており、サクサクの衣と秘伝のソースが自慢。

住所 3/F Uptown BGC, Bonifacio Global City
電話 0917-844-7067
営業時間 10:00-22:00

日本料理　BGC

Japanese Ramen BARI-UMA
最強濃厚ラーメン ぱり嘗

厳選したしょう油ダレをベースとし、豚骨と鶏がら本来の旨みを最大限に引き出した「最強トロ炊き豚骨鶏ガラ醤油らーめん」で知られる広島のラーメン店。特製大釜で8時間以上煮込み続けるスープは、日本から持って来ている。

住所 G/F Serendra, Bonifacio High Street, Bonifacio Global City, Taguig
電話 02-8567-0402　営業時間 11:00-22:00

日本料理　BGC　ブランチ有

MARUGAME UDON　丸亀製麺

出来立てで新鮮なので、つるつる、もちもちで歯ごたえ噛みごたえがあるうどんの美味しさが楽しめる。価格も P200 前後でとてもリーズナブル。注文方法は、うどんを受け取ったらセルフスタイルで天ぷらなどを選びお会計へ行くシステム。

住所 B7, Unit 982, Bonifacio High Street, Bonifacio Global City
電話 0916-627-0275
営業時間 11:00-22:00

日本料理　BGC

蔦　Tsuta Ramen

東京の巣鴨に店を構える「蔦」は、ラーメン店として初のミシュラン１つ星を獲得。この度、シンガポール、香港、台湾に続いて遂にマニラにも上陸。店主の大西氏が作る、シンプルながら素材や調理法にこだわった一杯。

住所 (Unit 202) Upper Ground Floor, Central Square, Bonifacio High Street, 7th Ave, Bonifacio Global City
電話 02-7625-4678
営業時間 11:00-23:00

日本料理　BGC　ブランチ有

KEIZO　慶操

ボニファシオに住む多くの日本人に親しまれてきた和食レストランの KEIZO。内装のデザインはシンプルで暖かみがあり、とても清潔に感じられる。イチオシメニューは牛薄焼きと刺身の盛り合わせ。

住所 Unit 1, Kensington Place, 2nd Avenue Crescent Park, Bonifacio Global City, Taguig City
電話 02-8403-3839
営業時間 11:30-15:00、18:00-23:30

日本料理　BGC

Mecha Uma　メチャ・ウマ

和食の調理法や食材を生かした創作料理が自慢。 店舗はカウンター席と３テーブル程の小さなスペース。 カウンター席につけば、シェフが巧みに料理の盛り付けを行う様子を見ることができる。

住所 G/F, RCBC Savings Bank Corporate Center, 25th St., cor.Rism st, Bonifacio Global City, Taguig
電話 02-8801-2770
営業時間 18:00-23:00（予約制）

日本料理　BGC

Miyazaki Gyu　宮崎牛

One McKinley Place1 階の宮崎牛の高級レストラン。メニューは日本国内やシンガポールで「NIGIRO」などを手掛ける坂井謙介シェフ。宮崎の厳選した牧場から牛を丸１頭仕入れて、焼肉、しゃぶしゃぶ、和牛寿司、ステーキど様々なメニューを用意。

住所 G/F One McKinley Place, 26th St., cor. 4th Ave., BGC
電話 02-8829-6167/ 0917-168-6673
営業時間 11:00 -15:00、18:00- 翌 1:00（火 - 日）

日本料理　BGC　ブランチ有

Musashi Tei むさし亭

こだわりのとんかつ、ラーメン、そしてコーヒーが楽しめる和食店。達人が手掛けるかつ丼や鉄板みそかつ定食、そしてラーメン博士の辛とんこつや三河とんこつ特上ラーメンなど本格和食が味わえる。バリスタのコーヒーも提供。

住所 2/F Forum South Global bui, Cor. 7th ave & Federation Drive Bonifacio South District BGC
電話 092-2295-0297 / 02-8429-9889
営業時間 11:00-24:00

日本料理　BGC

FUKUDAYA　福田屋

Arya レジデンス 1 階に店を構え、創作和食料理を提供している Fukudaya。お店には日本人シェフが 3 人おり、味や食材の品質管理を行っている。また、厨房機器の半分以上は日本製を使用し、品質管理を徹底している。

住所 G/F, Arya Residences Tower 1, McKinley Parkway, Bonifacio Global City, Taguig City
電話 02-8800-3563 / 0927-264-0171
営業時間 11:00-14:00、18:00-22:00

日本料理　BGC

Shaburi　しゃぶ里

ほかのしゃぶしゃぶレストランと違い、一人鍋しかないのが特徴。食べ放題メニューやセットメニューから選ぶことができる。スープは日本人の口に合うこんぶ、すきやき、白湯、辛味噌、そして豆乳味噌の 5 種類。

住所 4/F Uptown Mall, 38th St., cor. 9th Ave, Taguig
電話 0917-708-3930
営業時間 10:00-22:00

日本料理　BGC

IZAKAYA SENSU　居酒屋 扇子

BGC の Netpark 1F にある本格日本食レストラン。メニューは寿司に刺身、天ぷらや焼き鳥といった定番日本食。ランチタイムにはお弁当スタイルのランチメニューを提供している。

住所 28 th st. cor 5 th ace. Net park building. BGC.
電話 0917-882-6655
営業時間 11:00-14:00（ランチ）、17:30-22:30（ディナー）

日本料理　BGC　ランチ有

Tori Ichi　鳥一

上質な炭を使った炭焼きを用いて、日本の店舗と変わらない味を提供。もちろん食材にもこだわり、新鮮な野菜やお肉、その他日本から取り寄せた調味料を使用し、本場の味をお届けしてる。ビールのお供にもピッタリだ。

住所 G/F Net Quad Bldg, 4th Ave cor 30st Street, Bonifacio Global City, Taguig
電話 0917-876-2397 / 02-8839-5481
営業時間 11:00-23:00（月 - 土）/ 11:00-21:00（日）

日本料理　BGC

OGAWA　おがわ

５つ星ホテル「エドゥサ・シャングリラ」内のレストラン「千寿」でシェフを努めた経験がある実力派が手掛けるレストラン。コンセプトは、「純粋な」日本料理。フィリピン人好みに合わせることなく、日本の味で勝負している。

住所 2/F Fort Entertainment Center, 5th Ave. cor. 28th St. Taguig
電話 02-8886-4994
営業時間 11:00-14:30、17:30-22:30

日本料理　BGC

SHIROI DAICHI　白い大地

本格札幌味噌ラーメンを堪能できるラーメン店が BGC にオープン。原材料を、すべて札幌から調達。看板メニューは味噌ラーメン（P450）。ほかにごま味噌ラーメンやバター味噌ラーメンも人気。

住所 Twenty-Five Seven Mckinley 7th Ave. cor. 25th St., Bgc, Fort Bonifacio, Taguig
電話 0906-555-4469
営業時間 11:00 - 22:00　FB ShiroiDaichi

日本料理　BGC　ランチ有

OGETSU HIME　オオゲツ・ヒメ

スタイリッシュでモダンな雰囲気の店内。日本人のマスターシェフがつくる寿司は、伝統的なものからフュージョンまで幅広い。ほかにも、松坂牛を使用したすき焼きや鉄板焼き、みんなで楽しみたい寄せ鍋などメニューは多数。

住所 5/F Sky Park, SM Aura Premier
電話 02-8519-9840 / 0917- 809-6585
営業時間 11:00-14:00、17:30-22:30（月 - 土）/ 11:00-22:00（日）

日本料理　オルティガス周辺　ランチ有

Genki Sushi　元気寿司

オルティガスのアヤラモール内にある日本式寿司屋。お店のスタイルはまさに日本の回転寿司そのもの。あえてカウンター席は設置せず、子連れのファミリーでもテーブル席でゆったりくつろげる。このお店のこだわりは、寿司をレーンに流さず、“乗り物”にのせて直接お客様に届けること。

住所 2/ F, Ayala Malls The 30th, Meralco Ave, Ugong, Pasig City
電話 0917-676-3170
営業時間 11:00-21:00（月 - 木）

日本料理　オルティガス周辺　ブランチ有

Takashi Japanese Cuisine　日本食 たかし

豚骨、鶏骨、野菜をたっぷり使ったスープが特徴のしょう油ラーメンがおすすめ。自家製の卵ちぢれ麺をあわせ、焦がしニンニクの香味油で仕上げている。豚骨しょう油、北海道みそ、坦々麺、辛味海鮮、月替りのラーメンもある。

住所 8006 Pioneer cor.United St. Kapitolyo Pasig City (inside Pioneer Centre)
電話 0905-510-9554
営業時間 11:30-21:00

日本料理　マニラ

Century Tsukiji　築地かたやま

店内は、柔らかい光に包まれて、ゆったりと落ち着いた雰囲気。料理にはすべて新鮮な食材を使用。日本の季節に合わせて旬の食材を日本から直接取り寄せているため、フィリピンにいながら日本の四季を感じることができる。

住所 599 P. Ocampo St., 1004 Malate, Manila
電話 02-8528-8888 / 02-8528-5835
営業時間 11:30-14:00、17:30-22:00

日本料理　オルティガス周辺

Ukokkei Japan by Menzo ウコッケイ・ジャパン・バイ・メンゾー

メガモール地階のフードコートに構えるラーメン屋。日本各地のご当地ラーメンを低価格で提供していたことで話題になった。今はメニューを一新したが、リーズナブルで美味しいラーメンは以前と変わらない。

住所 1/F Mega A SM Megamall, Ortigas, Mandaluyong
電話 02-8636-5238
営業時間 10:00-22:00

日本料理　マニラ

Izakaya Kenta　居酒屋 けん太

マラテ界隈で愛されている人気居酒屋店。親しい友人や家族と大切な時間を過ごすときには、豊富に揃った日本酒や自慢の寿司がおすすめ。本格的な日本料理を楽しむことができる。居酒屋ならではの定番メニューも充実している。

住所 G/F Malate Bayview Mansion, M. Adriatico St. Malate Manila
電話 02-8523-1874 / 0916-218-7958
営業時間 11:00- 翌 2:00

日本料理　オルティガス周辺

Osaka Ohsho　大阪王将

パリっとした香ばしい皮と、食欲をそそるニンニクの香り、元祖餃子をマニラでも。オリジナル餃子の他にも、トリュフ餃子やチョリソー餃子、ベーコンとチーズ餃子などの変わり種も人気だ。もちろん餃子以外のメニューも豊富。

住所 3/F, Mega Fashion Hall, SM Megamall, Ortigas, Mandaluyong
電話 0917-828-5011
営業時間 11:00-22:00

日本料理　マニラ

Tanabe　タナベ

ランチメニューは、300ペソ前後と手ごろ。日本食が恋しくなったら、行ってみたいマニラの和食レストランとして必ず名の挙がる日本食レストランの１つ。

住所 #553, Remedios St, Malate, Manila
電話 02-8405-0288
営業時間 11:00-14:00、17:30-23:30

日本料理　オルティガス周辺　ブランチ有

YAYOI　やよい軒

定食料理の大半に日本からの食材を使用。お米も日本産。やよい軒ならではのふっくらしたご飯を楽しめるのは嬉しい。「なす味噌とサバの塩焼き定食」「すき焼き定食」といった定番メニューに加え、海外向けのオリジナルとして「照焼きチキン定食」を提供する。

住所 3/F, Building B.SM Megamall, Brgy. Wack-Wack. Mandaluyong
電話 02-8634-4865
営業時間 10:00-22:00（モールの時間に順ずる）

日本料理　マニラ

KAMAMESHI TOWN HONTEN　釜飯

人気店クリスピークリームの隣にある当店。人気はその店の名の通り釜飯。炊きあがるまでの時間は、たこ焼き、刺身などそのほかの豊富なメニューを楽しもう。"おこげ"好きにはたまらない味わいだ。

住所 Greenhills Shopping Center, San Juan City（クリスピークリームの隣）
電話 02-8570-3364 / 02- 8570-3242 / 0916-495-5103
営業時間 11:00-22:00

日本料理　マニラ

Torimomo　とりもも

Robinson's Place に入る当店の自慢は日本人から教育を受けた職人の手による焼き鳥。仕事帰り、焼き鳥の煙と香ばしい香りに誘われて、ちょっと立ち寄りたくなるお店だ。

住所 Ground Floor, Robinson's Place Manila Ermita, Ermita, Manila
電話 02-8247-2907 / 0905-271-6922
営業時間 10:00-21:00（月 - 金）/ 10:00-22:00（土・日）

日本料理　パサイ　ブランチ有

BOTEJYU　ぼてぢゅう

日本でも変わらぬ美味しさを提供し続ける、元祖お好み焼き専門店。昔ながらの秘伝の生地をじっくりと焼き上げて、日本でも使用しているオリジナルソースと特製マヨネーズが味の決め手。食材の多くは日本からの輸入。

住所 G/F SM MALL OF ASIA, Seaside Blvd, Pasay
電話 02-8877-0137
営業時間 10:00-21:00（月 - 金）/ 10:00-22:00（土・日）

日本料理　パサイ

King Men　王麺

日本より直輸入した秘伝のタレと特製麺を使用し、本物の札幌ラーメンをマニラで提供している。

住所 1309 Pasay, 4th floor Food Hall, NAIA Terminal 3
電話 0945-274-8495
営業時間 7:00-22:00

日本料理　パサイ

YAMAZATO　山里

ホテルオークラを代表する最高峰の日本料理店が 2019 年 11 月、リゾートワールドマニラ内にオープン。四季を彩り旬を盛り込んだ会席料理は、まさに日本の神髄。寿司、鉄板焼きカウンターも併設している。

住所 2 Portwood Street (formerly Palm Drive), Resorts World Manila, Newport City, Pasay
電話 02-5318-2888
営業時間 11:30-14:30、18:00-22:00 / 月休

日本料理　パサイ

Kaishu　海舟

煮物・天ぷら・鍋料理など豊富なメニューが自慢の日本料理店。一番の魅力はいけす料理が味わえること。店内中央に構えたいけすから、注文ごとに調理するシステムはマニラの和食店では珍しいサービス。

住所 G/F Net World Hotel, Roxas Blvd. cor Sen. G. Puyat Ave., Pasay City
電話 02-8551-1784（直通）/ 02-8536-7777（内線 4 番）
営業時間 11:00-24:00

日本料理　パサイ　ブランチ有

BIJIN NABE by TSUKADA NOJO 美人鍋・パイ・塚田農場

地鶏コラーゲンスープの "美人鍋" 専門店。天然コラーゲンたっぷりの黄金地鶏スープは、ヘルシーで美容に嬉しい成分が凝縮されている。美人鍋の全材料が新鮮さを保つために日本から毎日輸入されている。

住所 2/F S' Maison, Conrad Hotel, Mall of Asia Complex, Pasay City
電話 0917 519 8862 / 02-8809-1268
営業時間 11:00-22:00

日本料理　パサイ

KITSHO　吉祥

多彩なメニューが味わえる本格日本料理店。おすすめは、料理長が自ら毎朝複数の市場を回って仕入れる新鮮な魚介類を使った品々。寿司、刺身はもちろん、ふぐ刺し（要予約）など新鮮な魚料理をマニラで楽しめる。

住所 3001 Roxas Boulevard Pasay City（Hotel Jen）
電話 02-8994-3623
営業時間 11:00-14:30、18:00-22:30

日本料理　パサイ　ブランチ有

Tendon Akimitsu　天丼秋光

東京・浅草で人気の天丼専門店、「天丼　秋光」。下町の老舗で腕を磨いた若き店主が、2015年浅草に新しく開いた天丼専門店。天丼激戦区の浅草で、日本人はもちろん外国人観光客も多く訪れる名店。

住所 4/F Food Hall, Ninoy Aquino International Airport Terminal 3, Pasay City
電話 02-8511-7090 / 02-8511-7080
営業時間 10:00-22:00

日本料理　パサイ

Ichiba-Japanese Market　イチバジャパニーズマーケット

このレストランの特徴はメニューの豊富な点だ。揚げ出し豆腐、サーモンの照り焼き、焼うどんといった家庭料理から、お寿司、天ぷら、そばなどのメニューが並ぶ。日本の家庭料理を食べたくなった時に立ち寄りたいレストランだ。

住所 2/Floor, Newport Mall, Resorts World Manila, Newport City
電話 02-8865-6859 / 0917-732-2176
営業時間 12:00-23:00（月 - 金）/ 10:00-23:00（土・日）

日本料理　パサイ

Uma Uma　博多 うま馬

博多ラーメンの源流と言われる名店の味を受け継ぐラーメン屋。科学調味料を一切使わないことを信念に、スープはシンプルに豚骨と秘伝のしょう油ダレのみ。コクがありつつも優しい味のスープで、のど越しのよい細麺がよく合う。

住所 2/F S Maison, Conrad Manila, Seaside Boulevard Corner Coral Way, Mall of Asia Complex, Pasay
電話 02-8800-7663
営業時間 10:00-22:00

日本料理　パサイ

HIDE YAMAMOTO ヒデ・ヤマモト

シェフとして多数の受賞歴を持つ山本秀正氏がプロデュースする高級和食店。江戸前寿司、鉄板焼き、炉端焼きの3つのカウンターキッチンがあり、食材は魚介や野菜などほぼ全て、築地や北海道から輸入。日本人シェフが細部までこだわっている。

住所 UG/F, City of Dreams Manila, Aseana Ave. cor. Roxas Blvd., Entertainment City, Paranaque
電話 02-8519-0046
営業時間 11:00-15:00、18:00-23:00（月 - 金）/ 11:00-24:00（土・日）

日本料理　パサイ

YANAGI　やなぎ

創作日本食レストラン。店内は黒を基調とし、シックで落ち着いた空間が広がっている。ビュッフェスタイルや鉄板焼きが楽しめるメインホールを抜けた奥には最大10名で利用可能な個室もあり。

住所 Midas Hotel, 2702 Roxas Boulevard, San Rafael, Pasay City
電話 02-7902-0100
営業時間 11:30-14:30、18:00-10:30

日本料理　パラニャーケ

ENBU　炎舞

オカダマニラ内の炉端焼きレストラン。最高級の素材たちがダイナミックな炎の舞の中で焼き上げられる様は、まさにエンターテインメント。産業支援のために、90%地元の食材を使用。噴水ショーの演出もみもの。

住所 OKADA MANILA, New Seaside Drive, Entertainment City Parañaque
電話 02-8555-5799
営業時間 11:00-15:00、18:00-24:00

日本料理　パサイ

Oden House & Eatery　おでん・ハウス&イーテリー

カルティマールに構える日本人経営の日本食レストラン。生鮮市場に隣接する新しいビルに移転し、エアコンの効いた広い店舗になり、品数も増えた。おすすめは看板メニューのおでん。

住所 2/F Magic Star Square, Leveriza cor Propietarios St., Pasay
電話 0918-948-1012
営業時間 6:00-18:00（水 - 月）/ 6:00-15:00（火）

日本料理　パラニャーケ

Nobu Manila　ノブ・マニラ

日本人シェフが手掛ける高級和食店。和食とペルー料理を合わせたフュージョン料理が売り。クオリティーを維持するため大半の食材は海外から取り寄せているが、カラマンシーなど現地の食材もレシピに積極的に取り入れている。

住所 Level 1, Nobu Manila, City of Dreams Manila, Aseana Ave. cor. Roxas Blvd., Entertainment City, Paranaque
電話 02-8800-8080　営業時間 6:00-10:30、18:00-22:00 / 6:00-10:00（日）/ 18:00-23:00（金・土）

日本料理　パラニャーケ

NIKUMARU　ニクマル

本格焼き肉レストラン。和牛やホルモンなどがリーズナブルに楽しめる。焼き肉以外にも定食や天ぷら、寿司など日本食を豊富に取り揃えている。Facebook ではランチタイム限定のお得な情報も発信中。

住所 205 Aguirre Ave.BF Homes, Parañaque
電話 02-8771-1169
営業時間 11:30-23:00（日・月・水・木）/ 11:30-24:00（金・土）

日本料理　アラバン周辺　ブランチ有

Hakata Ikkousha　博多 一幸舎

福岡が誇る名物と言えば、『博多ラーメン』。2004 年開業以来、地元博多の人々に支えられながら今では、アジアを中心とした海外への出店も実現。日本人店主の意思を引き継いだ、博多っ子の職人が作る本物の博多豚骨ラーメンをぜひ。

住所 Upper Ground Floor, Water Garden, Festival Mall, Filinvest City, Alabang
電話 02-8842-1873
営業時間 10:00-21:00

日本料理　パラニャーケ　ブランチ有

Ramen KURODA　ラーメンくろだ

看板メニューは豚骨ラーメン。麺は店の製麺機でつくりたての自家製麺を使い、繊細な仕込みが必要なスープは日本で作って輸入。ラーメンに、とんかつ、照り焼き丼、餃子などのボリューム満点なセットも人気。ここが一号店。

住所 96 Aguirre Ave.Phase 2,BF Homes, Parañaque
電話 02-8553-6824
営業時間 11:00-14:30、17:30-22:30

日本料理　アラバン周辺

HANAKAZU　ハナカズ

ベテランの日本人シェフが手掛ける本格和食レストラン。遠方からもお客さんが訪れるほど大人気。ベストセラーの刺身と巻き寿司は冷凍は使わず、その日に仕入れた新鮮な食材を使用。タレや調味料はすべて自家製というこだわり。

住所 108 Aguirre Ave. BF Homes Parañaque
電話 02-8850-2512
営業時間 11:30-14:30、17:30-22:00（火 - 日）

日本料理　パラニャーケ

Tokiwa Shokudo　ときわ食堂

Nikumaru のオーナーがオープンしたお手頃の価格でお弁当を提供するお店。価格レンジは P130 ～ P180。デリバリーも可能。日本から輸入した食品やお菓子も販売している。

住所 370 Romana Bldg. G/F El Grande Ave, BF Homes Parañaque
電話 02-8995-0264
営業時間 11:30-22:00 / 木休

日本料理　アラバン周辺　ブランチ有

Hanamaruken　花丸軒

スープのベースは豚骨で、大阪の店舗で使用しているのと同じ種類のポークから煮出している。マイルドかつ塩気の強すぎないスープは、ストレート麺との相性が抜群。

住所 2/F Alabang Town Center, Alabang, Muntinlupa
電話 02-8869-9857
営業時間 11:00-21:00（月 - 金）/ 10:00-22:00（土）/ 10:00-21:00（日）

日本料理　アラバン周辺　ブランチ有

Butamaru　豚丸

Westgate の人気ラーメン店。16 時間煮込んだとんこつスープは博多流、もちもちの太麺は自家製麺で、とろけるようなチャーシューも人気。塩ラーメンや担々麺がおすすめ。ラーメン以外のサイドメニューもあり。

住所 Westgate Center, Commerce Avenue cor., Filinvest Ave. Alabang
電話 02-8887-4255
営業時間 11:30-22:00

日本料理　アラバン周辺

Miyazaki　宮崎

新鮮で安全な日本食を提供している。肉、海鮮、野菜など、顧客のさまざまな要望に柔軟に対応。新鮮で最高品質のネタで作られたロール寿司や刺身・鉄板焼きもおすすめ。店内は日本を意識したモダンな印象。

住所 Madrigal Ave Corner Commerce Avenue, Alabang, Muntinlupa
電話 02-8804-8813
営業時間 11:00-14:00、18:00-22:00

日本料理　アラバン周辺

Shinomiya Japanese Restaurant　和食処 四宮

アラバンのウェストゲート日本人経営・和食レストラン。おすすめの目玉焼きカレーは2つの目玉焼きがトッピングされたボリューミーなカレー。コクのあるソースには薄切りの柔らかいビーフがたんまり入り、食べ応え十分。

住所 Westgate Center, Filinvest City, Alabang, Muntinlupa
電話 02-8865-1649
営業時間 11:00-14:00、17:00-23:00

日本料理　アラバン周辺

HOMARE Japanese Restaurant and Grill　ほまれ

フィリピンの南、アラバン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ツ星ホテルの落ち着いた雰囲気の中で堪能できる。

住所 North Bridgeway, Filinvest City, Alabang
電話 02-8771-8181
営業時間 11:00-14:00 、18:00- 22:00

日本料理　アラバン周辺

Tajimaya Charcoal Grill　但馬屋

日本、シンガポール、香港にもお店を持つ焼肉専門店。フィリピンでは、セブ、アラバン、ロックウェル、モール・オブ・アジア、バギオにも支店を構える。日本のA4、A5級和牛とアンガスビーフを使用。食べ放題も人気。

住所 UGF, Alabang Town Center, Muntinlupa
電話 02-8809-1687
営業時間 11:00-14:00、17:00-21:00（月 - 木）/ 11:00-14:00、17:00-22:00（金）/ 10:00-22:00（土）/ 10:00-21:00（日）

日本料理　アラバン周辺

hanamichi　華道

ウェストゲートにある高級和食店。お寿司、すき焼きなどの定番メニューを落ち着いた雰囲気の店内でゆっくり味わうことができる。レストラン紹介サイトでアラバンの和食ベスト10にも選ばれている。大人数の個室も完備。

住所 Westgate Center, Filinvest City, Alabang, Muntinlupa
電話 0998-280-6008 / 02-8352-6369
営業時間 11:30-14:00、17:30-22:00 / 無休

日本料理　アラバン周辺　ブランチ有

Yushoken　優勝軒

東池袋大勝軒の流れをくむ当店。マニラではアラバン、セブに展開。マカティでは、「Mendokoro Ramenba」の名でサルセドに店舗を構える。スープは12時間ほど煮込んだこだわりの自家製豚骨。太めの自家製麺はスープとの相性抜群。

住所 Molito Commercial Complex, Madrigal Ave. Alabang
電話 02-8808-7424
営業時間 11:00-23:00

日本料理　マンダルヨン

sen-ryo　千両

元気寿司グループの高級寿司を提供するsen-ryoがpodiemモールにオープン。フィリピンではテーブル席と堀ごたつ形式の個室で素材にこだわった寿司を提供。串焼き、和牛チャーハンなどもぜひ味わってほしい。

住所 The Podium, G/F Ortigas Center, Mandaluyong
電話 0917-687-8733
営業時間 11:00-22:00（月 - 金）/ 10:00-22:00（土・日）

日本料理　アラバン周辺

Sigekiya Ramen　Si 激 Ya ラーメン・シゲキヤ

日本各地に支店を構えるラーメン屋。横浜店の日本人大将の指導によるオーセンティックな味は、たちまち地元のアラバンで大人気に。ラーメンの辛さレベルを選べるようになっており、上限がないためレベル100以上を指定するお客様もいるとか。

住所 Commercenter Mall, East Asia Drive cor. Commerce Ave., Filinvest Corporate City　営業時間 11:00-22:00
電話 02-8805-0400　FB SigekiyaRamenPH

日本料理　オルティガス

MOS BURGER PHILIPPINES　モスバーガー

モスバーガーがついにマニラにもオープン！　あのトマトソースがフィリピンでも味わえる。ポップアップストアはロビンソン・ガレリアに。今後も、もっと安全安心に、もっと美味しく、フィリピンに店舗を展開予定。

住所 Robinson Galleria ADB ave, Ortigas
WEB https://www.facebook.com/mosburgerphilippines/
営業時間 11:00-22:00

日本料理　ケソン

ブランチ有

Dohtonbori　お好み焼 道とん堀

昭和 56 年創業、世界に 300 店舗以上展開するたぬきのキャラクターでおなじみのお好み焼き店。2015 年にマニラ店をオープン、現在 5 店舗を構える。特製の粉、ソース、マヨネーズを使用し、日本と同じレシピと焼き方を再現。

住　所　2/F UP Town Center, Katipunan Ave., Diliman, Quezon City
電　話　02-8288-5270
営業時間　10:00-22:00

日本料理　その他

ブランチ有

Ipponyari Japanese Restaurant　一本槍

ラグーナにあるの日本の工場が多い地域の方がこよなく愛する日本食レストラン。豊富なメニュー構成とコスパの高さで週 5 日通う人もいるのだとか。カジュアルな雰囲気でお子様も OK。居心地の良さは抜群！

住　所　Real Rd, Real, Calamba, Laguna
電　話　049-502-0333
営業時間　11:00-14:30、17:00-23:00

日本料理　ケソン

Japan Fūdo Street　ジャパニーズフードストリート

ケソン、アヤラモールに入る日本食レストラン。さんまの塩焼き、釜飯、焼き鳥など、日本人が懐かしさを感じるメニューが揃う。インテリアも和色。ショッピングついでに気軽に立ち寄りたいレストランだ。

住　所　Japan Town, Level 4, Ayala Malls Vertis North, Bagong Pag-Asa
電　話　0945-492-2530
営業時間　10:00 -21:00

日本料理　その他エリア

MINORI-TEI　みのり亭

バタンガスでほっと一息できる日本料理店。オススメは揚げ定食、焼き魚定食、かつカレー定食、ちらし寿司定食。

住　所　First Philippine Industrial Park (FPIP), Barangay Sta. Anastacia, 4234 Santo Tomas, Batangas
電　話　0917-521-6797 / 043-405-5001 / 043-405-5018
営業時間　11:00-14:00、17:00-22:30（月 - 土）

日本料理　その他ラグーナ

Ryuma Ramen House　竜馬

ラーメン、チャーハンのほかに餃子、たこ焼きなどフィリピンでなじみ深いメニューが並ぶ。ラグーナのマリキナのセント・ヴィンセント病院の近く。近くにいったらぜひ寄ってみたいお店だ。

住　所　Lot 7 A Bayan-Bayanan Avenue
電　話　0917-308-8193
営業時間　10:00-22:00 、9:00-23:00（土・日）

複数店舗のレストラン

フランチャイズ
Yoshinoya　吉野家

言わずと知れた牛丼の名店「吉野家」。長年に渡り守られてきた伝統の技が結まった吉野家の牛丼をフィリピンでも楽しむことができる。また、牛丼だけではなくフィリピンならではのメニューも充実している。

住所 Second Floor, Glorietta 1, Ayala Center, Glorietta Complex, Makati
電話 02-625-3662 / 02-893-8176
営業時間 10:00~21:00（日 - 木）/ 10:00-22:00（金・土）

住所 Valero Carpark 2, Valero Street, Salcedo Village, Makati
電話 02-810-7960　営業時間 9:30~22:00（月 - 金）

フランチャイズ
Mitsuyado Sei-men　三ツ矢堂製麺

上品で香り高いゆず風味のつけ汁と、弾力あるモチモチした歯ごたえの麺は相性抜群。ラーメン業界に珍しい、日本産特級菓子用小麦を使用した自家製麺に熱烈なファン急増中だ。

住所 22 Jupiter St., Bel-Air, Makati
電話 02-8511-1390　営業時間 11:00-23:00

フランチャイズ
YABU　やぶ

住所 Ground Floor, Glorietta 2, Ayala Center, Glorietta Complex
電話 02 -7729-3864
営業時間 11:00-22:00（月 - 木）/ 10:00- 22:00（土・日）

フランチャイズ
Nadai Fujisoba　名代 富士そば

住所 4/F Food on Four, SM Aura Premie
電話 02-8777-3333
営業時間 10:00-22:00

フランチャイズ
Ramen Nagi　ラーメン凪

住所 5/F SM AURA PREMIER McKinley Parkway Brgy.Fort Bonifacio, Global City, Taguig
電話 02-8828-6793　営業時間 10:00-22:00

フランチャイズ
Ikkoryu Fukuoka Ramen　一康流 福岡ラーメン

住所 P1 Concourse Level, Powerplant Mall Rockwell Center, Makati
電話 02-8897-8088
営業時間 11:00-22:00（月 - 木）/ 10:00- 22:00（土・日）

フランチャイズ
Kenji Tei　けんじ亭

住所 Greenbelt5, 3/F Ayala Center, San Lorenzo Makati
電話 02-8246-9069　営業時間 11:00-22:00（月 - 木）、11:00-23:00（金・土）/ 11:00-22:00（日）

フランチャイズ
Saboten　とんかつ新宿さぼてん

住所 Ground Floor, Serendra, Bonifacio Global City, Taguig City
電話 02-7625-2000　営業時間 11:00-23:00

フランチャイズ
Ramen KURODA　ラーメンくろだ

住所 2/F Venice Grand Canal Mall, McKinley Hill,
電話 02-8552-1170
営業時間 11:00-23:00（LO：22:30）

フランチャイズ
Tonkatsu Maisen　とんかつ　まい泉

住所 1/F Greenbelt 5, Ayala Center, Makati
電話 02-7239-0390
営業時間 11:00-23:00

フランチャイズ
Pepper Lunch　ペッパー・ランチ

住所 Level 2, Greenbelt 5, Ayala Center, Greenbelt, Makati
電話 02-7501-3759　営業時間 11:00-21:00

フランチャイズ
SANTOUKA　ラーメン山頭火

住所 G/F Glorietta 4, Hotel Drive, Ayala Center Makati City
電話 02-8845-0696 / 0915-636-7273　営業時間 11:00-23:00

フランチャイズ
Ganso Shabuway　しゃぶ道

住所 2/F Greenbelt 5, Ayala Center, Makati
電話 02-7903-6763
営業時間 11:00-21:00（日 - 木）/ 11:00-22:00（金・土）

フランチャイズ
KIMPURA　金ぷら

住所 4/F Ayala Center Greenbelt 5, Makati City
電話 02-7621-6791 to 95
営業時間 11:30-14:30 / 18:00-22:30

フランチャイズ
KIMUKATSU　キムカツ

住所 Level 3 Century City Mall Makati City
電話 02-8812-0333
営業時間 10:00-22:00

フランチャイズ
Watami　和民

住所 2/F, Entertainment Mall, Mall of Asia Complex (MOA), Pasay
電話 02-8556-0680
営業時間 11:00-22:00（日 - 木）/ 11:00-23:00（金・土）

フランチャイズ
Katsu Sora　かつ空

住所 2/F, Promenade, Greenhills, San Juan City
営業時間 11:00~22:00（月・金）/ 10:00~22:00（土・日）
電話 02-8925-1411

フランチャイズ
TENYA TEMPURA TENDON　天丼てんや

住所 4/F Mega A SM Megamall, EDSA cor. Doña J. Vargas Ave., Ortigas Center, Mandaluyong
電話 02-8556-0680　営業時間 10:00-22:00

フランチャイズ
一風堂　IPPUDO

住所 3/F SM Mega Fashion Hall, SM Megamall, Ortigas, Mandaluyong
電話 02-8470-1837　営業時間 10:00-22:00

フランチャイズ
KICHITORA OF TOKYO　吉虎

住所 2nd Floor Mega Atrium, SM Megamall
電話 02-8755-1100
営業時間 10:00-21:00（日 - 木）/ 10:00-22:00（金・土）

フランチャイズ
Botejyu　ぼてぢゅう

住所 G/F SM Mall of Asia Galleo Wing, J. W. Fourth District Pasay
電話 02-8877-0137　営業時間 10:00-23:00

YOSHINOYA
www.yoshinoya.com.ph
Gyudon
WE DELIVER
8-288 2888
SM MALL OF ASIA
SM MOA Central Business Park Bay North Parking G/F
GLORIETTA 1
2nd Level Glorietta 1
ROBINSONS GALLERIA
Level 1, Eat Street, Robinsons Galleria
SM MANILA
4th Level, SM Manila
SM MEGAMALL
Upper G/F MEGA A SM MEGAMALL
SM NORTH EDSA
2nd LEVEL SM CITY NORTH EDSA

ICHIBA
JAPANESE MARKET
日本市場

KUROMON • TSUKIJI • HOKKAIDO • KYUSHU

2nd Level, The Newport Mall
Resorts World Manila

0917-732-2176

FRESH MARKET 新鮮な市場

EBI TEMPURA

TORI TERI DON

Japan Fudo Street
ジャパンフードストリート

Ayala Malls Vertis North
0945-492-2530

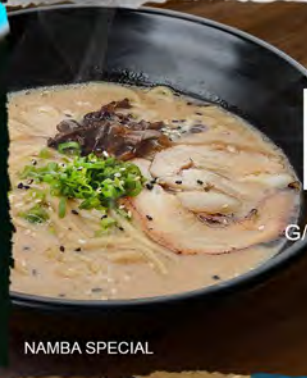
Ayala Malls Manila Bay
0956-889-3777

KAMAMESHI TOWN
HONTEN

Ground Floor, Greenhills Mall
(beside Krispy Kreme)

0916-495-5103

KAMAMESHI



NAMBA SPECIAL

Namba Food Station
なんば駅ふーどすてーしょん
• Ramen • Yakitori • Tempura • Sushi •

G/F, Venice Grand Canal
0906-023-3692

YAKITORI

Torimomo
焼鳥 トリモモ
JAPANESE BARBECUE

Robinsons Place Manila
0905-271-6922

Level 2, Ayala Malls Feliz
0966-916-7282

TOKYO MILK CHEESE FACTORY
MADE IN JAPAN

SM Megamall, The Podium,
Okada Manila, NAIA Terminal 3,
One Bonifacio High Street,
Uptown Mall BGC, TriNoma,
UP Town Center, Greenbelt 5,
Glorietta 4, Powerplant Mall,
Robinsons Place Manila,
Alabang Town Center,
Ayala Malls Vertis North

TOKYO MILK CHEESE FACTORY
MADE IN JAPAN

TOKYO MILK CHEESE FACTORY CAFÉ

Ayala Malls Manila Bay
☎ (02) 7373-5451

Estancia at Capitol Commons
☎ (02) 7746-0973

WOODEN HORSE STEAKHOUSE

ウッデン・ホース・ステーキハウス

Rib Eye Steak

Vongole Spaghetti

WOODEN HORSE STEAK HOUSE

BEST STEAK IN TOWN!

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

莆田
PUTIEN

MICHELIN Guide Singapore 2016, 2017, 2018 & 2019

ONE MICHELIN Star Restaurant

PUTIEN Kitchener Road Outlet

新加坡莆田吉真那路老店连续4年荣获米其林一星餐厅

『ミシュランガイド シンガポール』を4年連続で受賞!
ミシュラン一つ星レストラン「PUTIENキッチナーロード」

提供:バイキング・グループ

Classic Treasures of Fujian
福建料理おすすめ3品

★「PUTIEN(プティエン/莆田)」は、2000年にシンガポールのキッチナーロードに設立された福建料理レストランです。伝統料理の本質を継承することで生まれた独創的な料理の数々を、ここフィリピンにてお楽しみください。★

PUTIEN Lor Mee
莆田滷麺
プティエン・ローミー
P368 (S)
P558 (M)

'100-Second' Stewed Yellow Croacker
キグチの"100秒"煮込み
P488 (レギュラー)

PUTIEN Bian Rou Soup
プティエン・ワンタンスープ
P138 (レギュラー)

現已開業・絶賛営業中

NOW OPEN

Philippines Putien Food Ventures Inc. 5/F The SM KL Podium ADB Avenue, Julia Vargas, Mandaluyong City, 1550 Philippines

putienphilippines | putien.ph | 8 282 1888 | 8 282 6888 | 0918 919 3888

中華料理

中華料理　マカティ

Fuyuan
フユアン 福园

住所 1/F 104 Gamboa St., Legaspi Vill., Makati
電話 0906-555-5388
営業時間 10:00-23:00

中華料理　マカティ

Hai Shin Lou
ハイ・シン・ルー

住所 810 Arnaiz Ave., (Formerly Pasay Rd.) San Lorenzo Village, Makati
電話 02-8892-5148 / 8813-8491
営業時間 11:00-15:00、18:00-22:00

中華料理　マカティ

Happy Hotpot
東方火鍋 ハッピー・ホットポット

住所 E. Jacinto St., Makati
電話 0947-896-6019
営業時間 24時間営業

中華料理　マカティ

Hot Space
ホット・スペース

住所 Third Floor, Am Flores Building, Constellation Street Corner Makati Aveue, Bel-Air, Makati City
電話 0915-766-6676
営業時間 11:00-14:30、17:30-翌2:00

中華料理　マカティ

Jade Garden
ジェイド・ガーデン 翠園

住所 2/F Glorietta 2, Palm Drive cor., West Drive, Ayala Center, Makati
電話 02-7955-1808
営業時間 11:30-14:00、18:00-22:00

中華料理　マカティ

Jiang Nan Hotpot
ジアン・ナン・ホットポット 江南食府

住所 223 Nicanor Garcia st., Makati
電話 02-7625-5950
営業時間 24時間営業

中華料理　マカティ

Long Time Ago
ロング・タイム・アゴー

住所 5050 P. Burgos St., cor. J. Luna, Brgy. Poblacion, Makati
電話 02-8824-6404 / 0917-158-7666
営業時間 11:00-14:00、17:00-翌2:00（火-土）/11:00-翌2:00（日）/17:00-翌2:00（日）

中華料理　マカティ

Mey Lin Bistro
梅林小館

住所 G/F 136 - 138 Jupiter Place Bldg., Jupiter St., Bel-Air, Makati
電話 02-8899-8999
営業時間 11:00-14:30、17:00-22:30

中華料理　マカティ

PEKING GARDEN
ペキン・ガーデン

住所 4/F Greenbelt 5, Phase 2 Makati
電話 02-7729-0567
営業時間 11:30-14:00、18:00-22:00

中華料理　マカティ

Shang Palace
シャン・パレス

住所 2/F Makati Shangri-La Hotel, Ayala Ave. cor., Makati Ave., Makati
電話 02-8813-8888
営業時間 11:30-14:00、18:00-22:00

中華料理　マカティ

Tai Koo HK Roast
タイ・クー・ホンコン・ロースト

住所 1/F V-Corporate Centre, L.P. Leviste St., Salcedo Vill., Makati
電話 02-8541-0075 / 0906-393-9831
営業時間 11:00-22:00（月-金）/ 10:00-22:00（土・日）

中華料理　BGC

Bai Nian Tang Bao
バイ・ニアン・タン・バオ 百年龍袍

住所 1/F Uptown Parade, 9th Ave. cor, 38th St., BGC, Taguig
電話 02-8838-1716
営業時間 11:00-22:00（月-木）/ 11:00-24:00（金・土）

中華料理　BGC

Canton Road
カントン・ロード 廣東道

住所 3/F Shangri-La at the Fort, 30th St., cor. 5th Ave., BGC, Taguig
電話 02-8820-0888
営業時間 11:30-14:30、18:00-22:30

中華料理　BGC

Char Dining
チャー・ダイニング

住所 2/F, Uptown Parade, 9th Ave, Fort Bonifacio, Taguig
電話 02-8809-1452
営業時間 11:00-23:00

中華料理　BGC

Da Tang Bailu
ダ・タン・バイル 大唐白鹿

住所 1/F W City Center, 7th Ave. cor. 30th St., BGC, Taguig
電話 0956-792-7567
営業時間 10:00-21:00

中華料理　BGC

Da Tang Jardin
ダ・タン・ジャルダン

住所 Forbes Town Centre, 29th Street, Burgos Circle, BGC, Taguig
電話 02-8800-5955
営業時間 11:00-23:00

中華料理　BGC

Tuan Tuan Chinese Brasserie
トゥアン・トゥアン・チャイニーズ・ブラッセリー

住所 5/F Sky Park Dining, SM Aura Premier, BGC, Taguig
電話 0906-433-2595
営業時間 11:00-22:00

中華料理　BGC

Noor Manila　ノール・マニラ

住所 f133 Forbestown Rd, Taguig, Metro Manila
電話 0947-205-3718
営業時間 11:00-24:00

中華料理　マカティ

本場北京ダックを心行くまで堪能したいときは、有名香港人シェフによる本格中華のぜひこちらへ。フィリピンのラグジュアリーなライフスタイル雑誌の人気レストラントップ20にも選ばれている。

Jasmine
ジャスミン

住所 2/F New Wold Esperanza Street corner Makati Avenue, Ayala Center, Makati
電話 02-8811-6888
営業時間 11:30-14:30、18:00-22:30

中華料理　BGC

The Empress Dining Palace
ザ・エンプレス・ダイニング・プレス

住所 Bonifacio High Street, 7th Ave, Taguig
電話 0915-543-1862
営業時間 11:00-14:00、17:30-23:00（月-金）/ 11:00-23:00（土日）

中華料理　マニラ

Dong Bei Dumplings
東北水餃 ドン・ベイ・ダンプリング

住所 642 Yuchengco St., Binondo, Manila
電話 02-8241-8912
営業時間 9:00-20:00

中華料理　マニラ

Happy Delicious Kitchen
ハッピー・デリシャス・キッチン

住所 801 Benavidez St.Binondo,Manila
電話 02-8244-0120
営業時間 10:00-21:00

中華料理　マニラ

Lan Zhou La Mien
蘭州拉麺 ラン・ゾウ・ラ・ミエン

住所 819 Benavidez St.Binondo,Manila
電話 02-8559-9466
営業時間 9:00-22:00

中華料理　マニラ

Macao Mini Hotpot Seafood Restaurant
マカオ・ミニ・ホットポット・シーフード・レストラン

住所 888 Gandara St. cor. Ongpin St., Binondo, Manila
電話 02-8735-0099
営業時間 10:30-22:30

中華料理　マニラ

Mäsüki
マスキ 馬麺第一家

住所 931 Benavidez St., Binondo, Manila
電話 02-8244-0745
営業時間 7:00-22:30

中華料理　マニラ

New Po-Heng Lumpia House
ニュー・ポーヘン・ルンピア・ハウス

住所 621 Carvajal Street, Binondo, Manila
電話 02-7753-1891
営業時間 7:00-21:00

中華料理　マニラ

President Grand Palace Restaurant
プレジデント・グランドパレス・レストラン 裕華大酒樓

住所 746-750, Ongpin St., Binondo, Manila
電話 02-8244-5886
営業時間 8:00-22:30

中華料理　マニラ

Quick Snack
クイック・スナック

住所 637-639 Carvajal St., Binondo, Manila
電話 02-8242-9572 / 02-8242-9589
営業時間 9:30-18:00 / 日休

中華料理　マニラ

TASTY DUMPLINGS
新竹餃子館

住所 641 Norberto Ty St.,Binondo,Manila
電話 02-8242-5195
営業時間 10:00-20:45

中華料理　マニラ

The Original Sa Lido
麗都餐宮 ザ・オリジナル・サリード

住所 2/F Ongpin St., Sta. Cruz, Manila
電話 02-8692-5185 / 0923-238-5556
営業時間 7:00-23:00（日 -18:00）

中華料理　マニラ

Wai Ying Fast Food
ワイ・イン・ファストフード

住所 810 Benavidez St.Binondo,Manila
電話 02-8242-0310
営業時間 7:00- 翌 2:00

中華料理　マニラ

Ying Ying Tea House
イン・イン・ティーハウス

住所 233-235 Dasmarinas St.,Cor.,Yuchengco St., Binondo,Manila
電話 02-5310-9031
営業時間 7:00- 翌 2:00

中華料理　マラテ

Sze Chuen Lau　四川楼

住所 Aloha Hotel 2150 Roxas Boulevard, cor, 1004 Quirino Ave, Malate
電話 02-8526-8088 / 02-8521-5328
営業時間 18:00- 翌 5:00

中華料理　マラテ

Li Li リリ 利

住所 New Coast Hotel Manila 1588 Pedro Gil cor. M.H. Del Pilar St., Ermita
電話 02-8252-6888
営業時間 12:00-22:00

中華料理　マラテ

Ping Yang Hotpot
ピン・ヤン・ホットポット

住所 556 Julio Nakpil St., cor. Adriatico, Malate
電話 02-8525-7191
営業時間 11:00-14:30、17:00-22:30

中華料理　マラテ

TAO YUAN RESTAURANT
タオ・ユアン・レストラン

住所 508-512 Gen.Malvar St.,cor. A.Mabini St.,Malate
電話 02-8522-7009
営業時間 11:00-24:00

中華料理　マラテ

Yue Lai Hot Pot
ユエ・ライ・ホットポット

住所 1668 Mabini St, Malate
電話 02-8400-6491
営業時間 11:00-翌 2:00

中華料理　パサイ

China Blue
チャイナブルー

住所 Level 3, Conrad Manila, Seaside Boulevard Corner Coral Way, Mall of Asia Complex (MOA), Pasay
電話 02-8683-3915
営業時間 11:30-14:30、18:00-22:30

中華料理　パサイ

Man Ho
マンホー

住所 GF, Marriott West Wing, 2 Resorts Drive, Pasay
電話 02-8988-9999
営業時間 11:30-14:30、18:00-22:30（月-土）/ 11:00-14:30、18:00-22:30（日）

中華料理　パサイ

Passion
パッション

住所 2/F Maxims Hotel, Newport City, Pasay
電話 02-7908-8875
営業時間 11:00-14:30、18:00-22:00

中華料理　パラニャーケ

Catch by the Bay
キャッチ・バイ・ザ・ベイ

住所 Restaurant Promenade, Upper Ground Floor, Pearl Wing, Okada Manila, New Seaside Drive, Entertainment City, Parañaque
電話 02-8888-0777
営業時間 11:00-翌 2:00

中華料理　パラニャーケ

Crystal Dragon
クリスタル・ドラゴン

住所 UG/F, Crown Towers Manila, City of Dreams Manila, Aseana Ave. cor. Roxas Blvd., Entertainment City, Paranaque
電話 02-8246-9069
営業時間 12:00-15:00、18:00-23:00

中華料理　パラニャーケ

Jing Ting
京亭

住所 Upper Ground Floor, City of Dreams Manila ASEAN Avenue corner Roxas Blvd. Paranaque
電話 02-8800-8080
営業時間 10:00-翌 4:00

中華料理　パラニャーケ

Red Lantern
レッド・ランターン
紅燈籠

住所 Solaire Resorts Manila, Aseana Ave., Entertainment City, Tambo, Paranaque
電話 02-8888-8888
営業時間 10:30-14:30、17:30-22:30

中華料理　マンダルヨン

Su Zhou Dimsum
蘇州点心

住所 837 A. Mabini Street, Corner Araullo Street, 837 A. Mabini, Mandaluyong
電話 02-8721-6105
営業時間 11:00-22:30

中華料理　マンダルヨン

Paradise Dynasty
パラダイス・ダイナスティー
楽天皇朝

住所 2/F The Podium, Mandaluyong,1550
電話 02-8682-3333
営業時間 11:00-15:00、17:00-22:00

中華料理　サンファン

CHOI GARDEN SEAFOOD & SHARK'S FIN RESTAURANT
チョイ・ガーデン

住所 #12 Annapolis St.,cor. Purdue St., San Juan
電話 02-8727-6042 / 02-8727-7489
営業時間 10:30-23:00

中華料理　サンファン

Gloria Maris Shark's Fin Restaurant
グロリア・マリース・シャークスフィン・レストラン

住所 Greenhills Shopping Center, Missouri St., San Juan
電話 02-8570-0921
営業時間 11:00-14:30、18:00-22:00

中華料理　オルティガス

Tim Ho Wan　ティン・ホウ・ワン

住所 1/F SM Mega Fashion Hall, EDSA cor. Doña J. Vargas Ave., Ortigas
電話 02-8470-8836
営業時間 10:00-22:00

中華料理　オルティガス

MIEN-SAN NOODLE HOUSE
ミエン - サン・ヌードル・ハウス

住所 #40&42 Granada Street,Villa Ortigas
電話 02-8721-5794
営業時間 10:30-23:30（月 - 金）/ 10:00-22:00（日）

中華料理　パサイ　ブランチ有

お手軽な中華料理で点心、粥、卵麺、東洋の混ぜご飯などを一口食べてみては。フライト出発前や到着後、空港内のフードコートにて召し上がることができる。マカティシネマスクエア 1F に支店あり。

Let's Chow! Rice & Noodle Haus
レッツチャオ・ライス&ヌードル・ハウス

住所 Ninoy Aquino International Airport:Terminal 3 Departure Section 4/F Mall Area Pasay City
電話 02-8846-2475
営業時間 13:00-22:00

中華料理　オルティガス

Din Tai Fung
鼎泰豊（ディンタイフォン）

住所 Ground Floor, Mega Fashion Hall, SM Megamall, Ortigas
電話 02-8997-1936
営業時間 11:00-22:00

中華料理　オルティガス

Lung Hin
龍軒

住所 Marco Polo, Meralco Ave, Ortigas Center, Pasig
電話 02-7720-7777 / 0917-897-3493
営業時間 11:30-14:30、18:00-22:30

中華料理　オルティガス

Xin Tian Di
シン・ティアン・ディ 新天地

住所 4/F Crowne Plaza Galleria, Ortigas Centre, Pasig
電話 02-8633-7222
営業時間 11:00-14:30、18:00-22:00（月-木）/ 11:00-15:00、18:00-22:00（土・日）

中華料理　アラバン

Phoenix Court
フェニックス・コート 豊恒閣

住所 2/F The Bellevue Manila, North Bridgeway, Filinvest City, Alabang
電話 0906-249-3098
営業時間 11:00-14:30、18:00-22:00（月-木）/ 11:00-14:30、18:00-22:00（金-日）

中華料理　ケソン

GOLDEN CHINESE
ゴールデン・チャイニーズ

住所 48-C Malaya, La Loma, Lungsod Quezon
電話 02-8742-8855
営業時間 9:00-22:00

中華料理　ケソン

Tien Ma's
ティエン・マ 田媽

住所 B, 184 Eulogio Rodriguez Jr. Ave., Bagumbayan, Quezon
電話 02-8372-3955
営業時間 11:00-21:00

韓国料理

韓国料理　マカティ

BORNGA
ボンガ（本家）

住所 2/F Alphaland Makati Place, 7232 Ayala Ave. ext. cor. Malugay St., Makati
電話 0905-318-8282
営業時間 11:00-14:30、17:00-21:30

韓国料理　マカティ

Bulgogi Brothers
ブルゴギ・ブラザース

住所 3/F Greenbelt 5, Ayala Center, Makati
電話 02-7621-6216
営業時間 11:00-22:00（金・土）/ 11:00-21:00（日-木）

韓国料理　マカティ

Danji ダンジ

住所 114A Jupiter St. Makati
電話 0917-856-6292 / 02-8893-2759
営業時間 24 時間営業

韓国料理　マカティ

Dongwon Garden
ドンウォン・ガーデン

住所 53 Polaris St. cor. Jupiter St., Makati
電話 02-8898-3558 / 0917-522-9012
営業時間 24 時間営業

韓国料理　マカティ

Jumong Restaurant
ジュウモン・レストラン

住所 5650 Don Pedro St., Brgy. Poblacion, Makati
電話 02-8478-7077 / 02-7795-5771
営業時間 24 時間営業

韓国料理　マカティ

Kaya　カヤ

住所 62 Jupiter Street Bel- Air Village , Makati
電話 02-8899-0640
営業時間 10:30-14:30、17:30-23:30（日-火）/ 17:30-21:30（水-土）

韓国料理　BGC

Kiss the Tiramisu
キス・ザ・ティラミス

住所 1/F Three Central, Valero St., Salcedo Vill., Makati
電話 0998-888-5477
営業時間 11:00-23:00

韓国料理　マカティ

San Sung
サン・スン

住所 5059 San Marcos st. cor. P. Burgos St., Poblacion, Makati
電話 02- 8890-7070
営業時間 8:30-24:00

韓国料理　マカティ

Seoul Galbi
ソウル・ガルビ

住所 8846 Sampaloc cor. Estrella St., San Antonio Village, Makati
電話 02-8824-0393
営業時間 11:00- 翌 2:00

韓国料理　ケソン

Jin Joo
ジン・ジュー

住所 Eastwood Citywalk 1, Libis, Quezon
電話 02-8727-8750 / 0915-209-1888
営業時間 12:00-23:00（月-木）/ 12:00-24:00（金・土）/ 10:00-24:00（日）

韓国料理　BGC

Namoo House
ナムー・ハウス

住所 Uptown Parade, 38th cor. 9th Ave., BGC, Taguig
電話 02-7946-3733 / 0917-527-3898
営業時間 11:00-14:00、18:00-22:00（日-木）/ 11:00-14:00、18:00-23:00（金・土）

韓国料理　BGC

SARIWON
サリウォン

住所 7th Ave. cor 29 St. High Street Central, Bonifacio Taguig
電話 02-7621-3205 / 0915-900-9272
営業時間 11:00-23:00（金・土）/ 11:00-22:00（日-木）

韓国料理　BGC

YOREE KOREAN BARBEQUE DINING
ヨリー・コリアン・バーベキュー・ダイニング

住所 1- 5 Forum 7th Ave cor Federation Drive BGC, Taguig
電話 02-8461-1968
営業時間 11:00-23:00（日-水）/ 11:00-翌 2:00（金・土）

韓国料理　パラニャーケ

Kiwa Korean Grill
キワ・コリアン・グリル

住所 Solaire Resort & Casino, 1 Aseana Ave., Entertainment City, Tambo, Parañaque
電話 02-8888-8888
営業時間 10:30-24:00

韓国料理　パラニャーケ

O Kitchen
オー・キッチン

住所 Upper Ground Floor, City Of Dreams Manila, Aseana Avenue, corner, Diosdado Macapagal Blvd, Parañaque
営業時間 9:00-翌3:00
電話 02-7958-4679

韓国料理　オルティガス

Jang Ga Nae
ジャン・ガ・ネイ

住所 8137 Plaza, Escriva st., San Antonio, Ortigas, Pasig
電話 02-8633-6960
営業時間 11:00-24:00

韓国料理　オルティガス

Masil Charcoal Grill
マシル・チャーコール・グリル

住所 100 Oranbo Drive, Brgy. Oranbo, Pasig
電話 02-8631-2173/02-8634-2010
営業時間 10:00-22:00

韓国料理　オルティガス

Sopoong Food House
ソプーン・フード・ハウス

住所 Unit 108 1/F Grand Emerald Tower, cor. F. Ortigas Jr Road, Emerald Ave. Ortigas, Pasig
電話 02-8696-2148/090-6305-2515
営業時間 8:00-24:00 / 日休

韓国料理　アラバン（周辺含む）　ブランチ有

韓国人のオムニ（母）が手作りにこだわった本場の韓国料理を提供。無料のキムチや付け合わせは種類が豊富で、ココナッツ炭を使用した本格韓国焼肉に新鮮なウナギやラプラプ等の海鮮料理などが楽しめる。マカパガルにも支店あり。

A-won　エーウォン（アウォン）

住所 2/F The Commercenter Alabang, Commerce Ave, Filinvest City, Muntinlupa
電話 02-8519-5183 / 0917-852-9955
営業時間 10:00-23:00

韓国料理　オルティガス

Ye Dang
イェ・ダン

住所 88 Meralco Ave., Ortigas Center, Pasig
電話 02-8631-9086
営業時間 11:00-14:15、17:30-22:15

韓国料理　アラバン

Café Seolhwa
カフェ・ソルファ

住所 GF-1112 Watergarden Festival Mall, Alabang, Muntinlupa
電話 02-8246-9069
営業時間 10:00-22:00（月 - 木）/ 10:00-23:00（金 - 日）

韓国料理　アラバン

Kaya Koreana Restaurant
カヤ・コリアナ・レストラン

住所 Lot L301, West Gate, Filinvest Corporate City, Alabang, Muntinlupa
電話 02-8771-1104
営業時間 11:30-15:00、17:00-10:00（ラストオーダー 10:30）毎日営業

イタリアン

イタリアン　マカティ

Amici　アミチ

住所 Arnaiz cor. Chino Roces Ave, Brg. Piodel Pilar, Makati
電話 02-8555-1000 / 02-8822-1111
営業時間 10:00-22:00（月 - 金）/ 12:00-20:00（土・日）

イタリアン　マカティ

Bravo Ristorante
ブラボー・リストランテ

住所 114 HV dela Costa St. Classica Tower Salcedo Village Makati City
電話 02-8886-7885
営業時間 11:00-21:30（月 - 木）/ 11:00-22:30（金）/ 11:00-21:30（土・日）

イタリアン　マカティ

Farfalla
ファルファラ

住所 4875 Durban St., Makati
電話 02-8895-4838
営業時間 7:00-22:00

イタリアン　マカティ

Gino's Brick Oven Pizza
ジーノス・ブリック・オーブン・ピザ

住所 Bautista St., Salcedo, Makati
電話 0917-964-5339/02-8779-8192
営業時間 11:00-22:00（月 - 木）/ 11:00-22:30（金 - 日）

韓国料理　アラバン（周辺含む）　ブランチ有

アラバンの人気焼肉店。モダンで清潔な店内は排煙設備も整い、炭火の煙も気にならないのが嬉しい。正統派韓国料理で、定番の炭火焼肉に加え、石焼ビビンバ、冷麺、キノコ入りプルコギ、骨付きカルビの煮込みなど、その他多彩な品揃え。

Soga Miga　ソガ・ミガ

住所 U/G.Flr Water Garden, Festival Mall Expansion,Filinvest City,Alabang Muntinlupa（across Asian Hospital）
電話 02-8403-3008 / 0917-807-3008
営業時間 11:00-23:00（月 - 土）／ 11:00-22:00（日）

イタリアン　マカティ

Grace Park
グレース・パーク

住所 6/F One Rockwell, Rockwell Drive, Makati
電話 0939-934-7223/02-8843-7275
営業時間 11:00-23:00

イタリアン　マカティ

Italianni's Restaurant
イタリアニス

住所 Greenbelt 2, Ground Level Estrella St. Ayala Center Makati
電話 02-8246-9069 / 02-7728-0289
営業時間 7:00- 翌 1:00（月 - 木）/ 7:00- 翌 2:00（金・土）

イタリアン　マカティ

iTrulli Fashion, Food & Wine
アイトゥルーリー・ファッション・フード＆ワイン

住所 Suites 102/103, G/F LRI Design Plaza, 210 Nicanor Garcia Street, Bel-Air II , 1209 Makati
電話 02-8832-9600 / 0915-418-1407
営業時間 10:00-22:00

イタリアン　マカティ

M Dining　エム・ダイニング

住所 3/F Alegria Alta Bldg. 2294 Chino Roces Ave., Makati
電話 02-8810-3565
営業時間 11:30-14:30、17:00-24:00（日休）

イタリアン　マカティ

PEPATO cibo dim
ペパート・チボ・ヂ・エム

住所 Greenbelt 2, Ayala Center, Makati City
電話 02-7757-2636
営業時間 11:00-14:30、18:00-24:00（平日）/ 11:00-14:30 、18:00- 翌 1:00（土・日）

イタリアン　マカティ

料理、雰囲気、ともいに文句なしのマカティでは老舗の本格イタリアン。3名以上なら前菜やパスタの盛り合わせがオーダーできるので、いろいろなメニューの食べ比べが楽しめる。自家製パスタやソースを使用しているにもうれしい。

Caruso Ristorante Italiano
カルーソ・レストランテ・イタリアーノ

住所 LRI Bldg., 210 Nicanor Garcia St., Poblacion
電話 02-8896-2451
営業時間 11:30-14:30, 18:00-23:00

イタリアン　マカティ

RELISH at Ponte
レリッシュ・アット・ポンテ

住所 G/F Ponte Salcedo Bldg.120 Valero St.Salcedo Vill. Makati
電話 02-8519-3543
営業時間 11:00-22:00 / 日休

イタリアン　マカティ

Tapenade
タプナード

住所 1/F Discovery Primea, 6749 Ayala Ave., Makati
電話 02-7955-8888
営業時間 6:00-10:00、11:30-14:30、18:30-22:30

イタリアン　マカティ

Trufa Pasta Bar
トゥルーファ・パスタ・バー

住所 109 Esteban St., Planters Bldg., Unit A. Makati
電話 02-8771-2581/ 0917-804-5011
営業時間 11:00-22:00 / 日休

イタリアン　タギッグ

Toni & Sergio Gastro Italiano
トニー・アンド・セルジオ・ガストロ・イタリアーノ

住所 G/F Venice Grand Canal Mall, Upper McKinley Road, McKinley Hill, 1634 Taguig
電話 0916-772-1997
営業時間 11:00-23:00

イタリアン　BGC

Caffe Puccini
カフェ・プッチーニ

住所 Unit 12 The Fort Strip, 28th St., cor. 7th Ave., BGC, Taguig
電話 02-8816-3055 / 02-8816-3054
営業時間 11:00- 翌 1:00（日 - 木）/ 11:00- 翌 2:00（金・土）

イタリアン　BGC

L'Opera
ル・オペラ

住所 The Fort Strip 26th St Street Cor 5th Ave Bonifacio Taguig
電話 02-8889-2784
営業時間 11:30-14:30、18:30-22:30

イタリアン　BGC

Mamma Mia
マッマ・ミーア

住所 G/F Uptown Mall, Uptown Bonifacio, Taguig
電話 02-8541-8933
営業時間 11:00-23:00

イタリアン　BGC

Ponte Rialto
ポンテ・リアルト

住所 1/F Venice Grand Canal Mall, Upper McKinley Road., Taguig
電話 0917-707-4800 / 02-7617-4400
営業時間 11:00-23:00

イタリアン　マカティ

レガスピにあるイタリアンの名店。店内はイタリアから取り寄せた絵画や、レンガ造りのインテリアが融合し、古き良きイタリアを彷彿とさせる暖かみのある空間。シーフードたっぷりの Pizza Mare Monti は、新鮮でプリプリなエビが贅沢な気分になる逸品だ。他にも種類豊富なパスタや、イタリアデザートといえばお馴染みのティラミスも。

LA GROTTA CUCINA ITALIANA
ラ・グロッタ・クッシィーナ・イタリアーナ

住所 G/ F Angelus, Plaza Bldg., 104 V.A Rufino St.,Legazpi Vill., Makati
電話 02-8894-1320 / 02-8817-3306
営業時間 11:00-14:30、17:30-22:30（月 - 金）/ 17:30-22:30（土）/（日休）

イタリアン　パサイ

ハイエンドなイタリアンレストラン。料理にも定評があるが、ヨーロッパ産のワインをグラスで飲める他、ヨーロッパのドラフトビールなども楽しめる。ワインテイスティング会なども定期的に開催。ワイン好きにはたまらないレストランだ。

Rossini Ristorante Italiano
ロッシーニ・リストランテ・イタリアーノ

住所 S2/F S'Maison Conrad Hotel, Seaside Blvd., Pasay
電話 02-8800-8061 / 0917-563-8811
営業時間 10:00-23:00

イタリアン　マカティ

本格生パスタが食べられるレストランといえばこちら！ エドサ通りを渡った角のガソリンスタンド 2F、本場イタリアで修業をつんだシェフ Massimo 氏が腕をふるう。オーダーごとにロールされる自家製生パスタは、独特のコシともちもちっとした食感で、ソースの絡み具合も絶妙。口コミだけで確実にファンを増やし、いまやグルメの間で絶大な信頼を誇るスタッフに頼めばハーフサイズで提供も可能。

Va Bene Pasta Deli
バ・ベーネ・パスタ・デリ

住所 2/F NFB Bldg, (Petron Gas Station) EDSA Cor. Pasay Road Dasmarinas, Makati
電話 02-7958-5018
営業時間 11:30-14:30、18:30-21:30

イタリアン　BGC

Prego Trattoria and Cicchetteria
プレーゴ・トラットリア・アンド・チケッテリア

住所 5th Level, SM Aura Premier, Skypark Dining, Mckinley Parkway, BGC, Taguig
電話 02-7946-2723/0917-844-3645
営業時間 11:00-22:00

イタリアン　BGC

Salvatore Cuomo & Bar
サルヴァトーレ・クオモ・アンド・バー

住所 Uptown Parade, 36th cor. 9th Ave., BGC, Taguig
電話 02-7946-3072 / 02-7946-3073
営業時間 11:00-23:00（日-木）/ 11:00-1:00（金・土）

イタリアン　マニラ

Raffaele　ラファエレ

住所 3rd Floor, The Bayleaf Intramuros, Muralla Street corner Victoria Street, Intramuros, Manila
電話 02-318-5003 / 02-5318-5000
営業時間 11:00-23:00

イタリアン　パサイ

La Piazza Ristorante Italiano
ラ・ピアッツァ

住所 Crystal Corridor Upper Ground Floor, Pearl Wing
電話 02-8888-0777
営業時間 18:00-24:00

イタリアン　パラニャーケ

Finestra Italian Steakhouse
フィネストラ・イタリアン・ステーキハウス

住所 G/F, Solaire Resort and Casino, 1 Aseana Ave., Entertainment City, Parañaque
電話 02-8888-8888
営業時間 17:30-23:00

イタリアン　パラニャーケ

Mama Lou's Italian Kitchen
ママ・ルーズ・イタリアン・キッチン

住所 B1 L36 Tropical Ave., cor. Tropical Palace, BF International, Parañaque
電話 02-8519-1977 / 0917-515-6262
営業時間 11:00-22:00（日-金）/ 11:00-24:00（土・日）

イタリアン　マンダルヨン

Galileo Enoteca Deli
ガリレオ・エノテカ・デリ

住所 No. 80 Calbayog Street Corner Malinao Mandaluyong. Mandaluyong
電話 02-8532-0482 / 02-8534-4633
営業時間 11:00-22:00（月-土）/ 11:00-21:00（日）

イタリアン　アラバン

Café Mary Grace
カフェ・マリーグレース

住所 G/F, Corte De Las Palmas (frontof Starbucks), Alabang Town Center, Muntinlupa
電話 02-8828-8476
営業時間 8:00-23:00（月-木）/ 7:00-24:00（金・土）/ 7:00-23:00（日）

イタリアン　ラグーナ

Arabela
アラベラ

住所 503 Rizal St., Liliw, Laguna
電話 049-563-2495 / 049-8563-2495
営業時間 11:15-18:30

イタリアン　ケソン

Bellini's
ベリーニーズ

住所 Gen Romulo Ave., Brgy. Soccoro, Cubao Expo, Cubao, Quezon
電話 02-8913-2550
営業時間 10:00-22:00

イタリアン　ケソン

Giovanni's
ジョヴァンニーズ

住所 Manhattan Parkway, 20 Gen. Malvar Ave., Cubao, Quezon
電話 02-8332-1012
営業時間 10:00-23:00

イタリアン　アラバン

CIBO　チボ

住所 2/F Corte de las Palmas, Alabang Town Center, Muntinlupa
電話 02-8842-7285
営業時間 11:00-21:00（月-金）/ 10:00-22:00（土・日）

イタリアン　アラバン

MONA Lisa Ristorante
モナ・リサ・リストランテ

住所 The Commerce Center, 2/F Commerce Ave.,Alabang,Muntinlupa
電話 02-556-0708
営業時間 11:00-15:00、17:00-22:00（土・日 11:00-）

フレンチ

フレンチ　マカティ

Mireio　ミレイオ

住所 1 Raffles Drive, Makati Avenue, Makati, 1224
電話 02-7795-0707
営業時間 6:00-10:30、12:00-14:30、18:00-22:00（月 - 木、金 -22：30）/ 6:00-11:00、12:00-14:30、18:00-22:00（土・日）

フレンチ　マカティ

Paris Delice
パリス・デリス

住所 Makati Ave., cor Juno St, Makati
電話 02-7798-0740 / 02-7218-1662
営業時間 7:30-19:30

フレンチ　BGC

PAUL BOULANGERIE CAFE
ポール・ブランジェリー・カフェ

住所 1/F SM Aura Premier, BGC, Taguig
電話 02-8808-5324
営業時間 7:00-22:00

フレンチ　BGC

Restaurant 101
レストラン・ワン・オー・ワン

住所 Enderun Colleges 1100 Campus Ave., McKinley Hill, Fort Bonifacio, Taguig
電話 02-8246-9069 / 0917 - 874-3751
営業時間 11:30-14:00（月 - 土）/ 18:00-21:00 / 日休

フレンチ　マカティ

ポブラシオンにある人気フレンチレストラン。上海で 10 年以上ワインバーを経営してきたフランス人オーナーが 2018 年 7 月にオープン、ロックヴェルに住むエキスパットやフィリピン人の富裕層が足繁く通う人気店だ。

Dr. Wine Manila
ドクター・ワイン・マニラ

住所 1/F 5921 Algier St., Brgy. Población
電話 0917-567-8811
営業時間 17:00-2:00（月 - 土）/ 12:00-2:00（日）

フレンチ　BGC

Sagana Epicerie and Bistro
サガナ・エピスリー・アンド・ビストロ

住所 1/F Net One Center, 3rd Ave. cor. 26 St., BGC, Taguig
電話 02-8815-8801 / 0917-632-7946
営業時間 11:00-22:00

フレンチ　マラテ

Vatel Restaurant
ヴァテル・レストラン

住所 Hotel Benilde Maison De La Salle roofdeck, Arellano cor. Estrada St. Malate
電話 02-8230-5100 / 02-8230-2602
営業時間 11:30-20:00（月 - 土）/ 日休

フレンチ　パサイ

Impressions
インプレッションズ

住所 3/F Maxims Hotel, Newport Boulevard, Newport City, Pasay
電話 02-7908-8883
営業時間 18:00-24:00（月 - 土）/ 11:00-15:00、18:00-22:00（日）

フレンチ　パサイ

Le Bar
レ・バー

住所 1/F Sofitel CCP Complex, Roxas Boulevard, Pasay
電話 02-8573-5555
営業時間 5:30-2:00

フレンチ　パラニャーケ

Tito Chef
ティト・シェフ

住所 2 Adelfa St., cor. President's Ave., Tahanan Vill., Sucat, Parañaque
電話 02-8842-5577 / 02-7238-0968
営業時間 10:00-22:00（日 - 木）/ 10:00-23:00（金・土）

フレンチ　アラバン

Petit Bistro
ペティ・ビストロ

住所 1/F Water Garden, Festival Supermall, Muntinlupa
電話 02-8821-5294
営業時間 11:00-22:00（日 - 木）/ 11:00-23:00（金・土）

フレンチ　ケソン

Lemuria Gourmet Restaurant
レムリア・グルメ・レストラン

住所 5 Julieta Circle Horseshoe Vill., Quezon
電話 02-8724-5211 / 0927-428-4202
営業時間 18:00-23:00（火 - 日）/ 月休

フレンチ　BGC

フランス語でサーロインステーキを意味する店名。その名の通り店の看板メニューはステーキ。さらに、スイス生まれのオーナーシェフが生み出す、フランスなどの欧州料理に独自のアレンジを加えた様々な料理が楽しめる。雰囲気もゴージャス。

L'entrecôte Corner Bistro
レントレコット・コーナー・ビストロ

住所 Burgos Circle at Forbes Town Center Unit A Bellagio 2 Bonifacio Global City,Taguig
電話 02-8246-9069
営業時間 7:00-24:00（月 - 木・日）/ 7:00- 翌 2:00（金・土）

スパニッシュ

スパニッシュ　マカティ

Alba Restaurante Espanol
アルバ・レストランテ・エスパニョール

住所 38 Polaris St., Bel-Air, Makati
電話 11:00-23:00
営業時間 02-896-6950 to 51

スパニッシュ　マカティ

各種タパスや定番のパエリアなど、本格的なスパニッシュ料理が味わえる人気店。中でも人気は、イカ墨のパエリアやウナギの稚魚を使ったウナギのカリカリニンニク炒め。シェフがセレクトしたワインのセレクションも要チェック。

Tapella　タペラ

住所 G/F Greenbelt5,Makati
電話 02-7757-2710 / 0917-712-4546
営業時間 11:00-24:00（月 - 土）

スパニッシュ　マカティ

メニューはガンバス、パエリアなど伝統的なスパニッシュ。おすすめメニューはガーリックとオリーブオイルをたっぷり使ったGambas Al Ajillo、じっくりローストしたSlow Roasted U.S. Beef Bellyなど。10~16人収容の個室も一室あり。

Cirkulo　シルクロ

住所 Milky Way Bldg., 900 Arnaiz Ave., cor Paseo de Roxas, Makati
電話 02-8810-8735 / 02-8810-2763
営業時間 11:30-14:30、17:30-22:30（月 - 金）/ 17:30-22:30（土）

スパニッシュ　マカティ

Calderon
カルデロン

住所 1/F Classica Condominium, Bautista St., Salcedo Vill. Makati
電話 02-8894-1606/0905-520-4250
営業時間 11:00-22:00

スパニッシュ　マカティ

Gaudí
ガウディ

住所 Space 1 891 and 1 892 Ground Floor, Greenbelt 5, Ayala Center, Makati
電話 02-7757-2710
営業時間 11:00-23:00

スパニッシュ　マカティ

Rambla　ランブラ

住所 1/F Joya Bldg., Joya Drive, Rockwell, Makati
電話 0926-690-9774/02-823-6468
営業時間 11:30- 翌 1:00（日 - 木）/ 11:30-2:00（金・土）

スパニッシュ　マカティ

Tauro
タウロ

住所 Atriuim of Makati Bldg., Makati Ave., Makati
電話 02-8856-2610
営業時間 17:00-2:00（月 - 土）/ 日休

スパニッシュ　マカティ

Terry's Selection
テリーズ・セレクション

住所 G/F, One Lafayette Square, 132 L. P. Leviste Street, Salcedo Village, Makati
電話 02-8889-3194
営業時間 10:00-22:00

スパニッシュ　マカティ

Terry's Bistro
テリーズ・ビストロ

住所 G/F One Lafayette Square, 132 L.P. Leviste cor. Sedeno St., Salcedo, Makati
電話 02-8889-3194/0917-740-9277
営業時間 10:00-23:00（月 - 土）/ 10:00-22:00（日）

スパニッシュ　BGC

Bar Pintxos　バー・ピンチョス

住所 1/F Paseo Parkview, San Agustin St., Salcedo Vill., Makati
電話 マカティ店：02-8845-4952 / 0997-073-4737
営業時間 10:00-24:00（月 - 木）/ 12:00-24:00（金 - 日）

スパニッシュ　BGC

Donosti Pintxos Tapas
ドノスティー・ピンチョス・タパス

住所 G/F NAC Bldg., 32nd St. between 7th and 9th Ave., BGC, Taguig
電話 0917-849-2205/02-8856-0206
営業時間 11:00-23:00（月 - 土）/ 日休

スパニッシュ　BGC

Tomatito　トマティート

住所 1/F BGC Corporate Center, 30th St. cor. 11th Ave., BGC, Taguig
電話 02-8805-7840
営業時間 11:00-00:30

スパニッシュ　マギット

Bistro Madrid
ビストロ・マドリード

住所 Unit F130-131 Forbeswood Heights Forbestown Center, Rizal Drive corner Weste Crescent Park, Taguig
電話 02-8838-5203 / 0945-468-7704
営業時間 10:00- 翌 1:00

スパニッシュ　マギット

Las Flores
ラス・フローレス

住所 1/F One McKinley Place, 25th St. cor 4th St., BGC, Taguig
電話 02-8552-2815 / 0916-619-3365
営業時間 7:00- 翌 1:00（日 - 木）/ 7:00- 翌 2:00（金・土）

スパニッシュ　マニラ

Casa Roces　カサ・ロセス

住所 1153 JP Laurel cor. Aguado St., San Miguel, Manila
電話 02-8735-5896 / 02-3488-1929
営業時間 8:00-22:00（月 - 金）/ 10:00-22:00（土・日）

スパニッシュ　マニラ

Ilustrado　イルストラード

住所 744 Calle Real del Palacio, Intramuros, 1002
電話 02-8527-2345 / 02-8527-2345
営業時間 11:30-14:30、18:00-22:00（月 - 土）/ 9:00-18:00（日）

スパニッシュ　マニラ

Casa Armas
カーサ・アルマス

住所 573 J. Nakpil Corner J. Bocobo Street, Malate
電話 02-8523-5763 / 02-8536-1839
営業時間 11:00-23:00

スパニッシュ / PEX

Azul Filipino-Spanish Cuisine
アズール・フィリピノ・スパニッシュ・キュイジーヌ

住所 Mall of Asia, 2L Entertainment Center North Side (near IMAX), Pasay
電話 02-8696-3724
営業時間 11:00-22:00

スパニッシュ　オルテガス

Cazuela
カズエラ

住所 The Sapphire Bloc, Sapphire Rd., Ortigas, Pasig
電話 0995-551-0424
営業時間 10:00-14:00、17:00-2:00 / 日休

スパニッシュ　アラバン

The Black Pig
ザ・ブラック・ピッグ

住所 2/F The Commercenter Alabang, Commerce Ave, Filinvest City, Muntinlupa
電話 02-8808-1406 / 0917-845-0744
営業時間 17:00-24:00（月）、10:00-24:00（火 - 日）

スパニッシュ　アラバン

PigPen
ピッグペン

住所 Commercenter Bldg., Filivenst Ave. cor. E Asia Dr. Filinvest Corporate City, Alabang
電話 0917-657-6469 /02-826-0739
営業時間 10:00-22:00（月 - 木）/ 10:00-23:00（金 - 日）

その他アジア料理

その他アジア料理　マカティ

101 Hawker Food House
ワン・オー・ワン・ホーカー・フード・ハウス

住所 1/F The Beacon, Chino Roces Ave., Makati
電話 02-8777-1071
営業時間 6:00-22:00（月 - 金）/ 6:00- 翌1:00（土）/ 日休

その他アジア料理　マカティ

APOSENTO
アポセント

住所 G/F Manhattan Square Condominium 162 Valero St. Salcedo Vill. Makati
電話 02-8844-8939 / 0977-820-3553
営業時間 11:00-24:00（月 - 金）/ 土・日休

その他アジア料理　マカティ

Ba Noi's
バ・ノイ

住所 Tropical Palms Condominium Dela Rosa cor. Perea St., Legaspi Vill., Makati
電話 02-8843-4770 / 0932-443-0593
営業時間 11:00-22:00

その他アジア料理　マカティ

Banana Leaf
バナナ・リーフ

住所 Lower Ground Floor, Century City Mall, Kalayaan Avenue, Poblacion, Makati
電話 02-8808-3338
営業時間 11:00-21:00

その他アジア料理　マカティ

Benjarong
ベンジャロン

住所 1/F Dusit Thani Hotel, 1223 EDSA, Makati
電話 02-7238-8888
営業時間 12:00-14:30、18:00-21:30（月 - 金）/ 11:30-14:30、18:00-23:00（土・日）

その他アジア料理　マカティ

Bondi & Bourke
ボンダイ・アンド・ボーク

住所 1/F Cattleya Condominium Bldg., Salcedo St., cor. Aguirre St., Legazpi Vill., Makat
電話 0998-840-6268 / 02-8833-1812
営業時間 11:00-22:00

その他アジア料理　マカティ

BoTan Bubble Tea & Cafe
牡丹

住所 Basement 1, West of Ayala No. 252 Sen. Gil Puyat Ave.,Makati
電話 0917-629-0000
営業時間 10:30-23:00

その他アジア料理　マカティ

Kabab & Curry
カバブ・アンド・カリー

住所 20 Jupiter St., cor. Antares St., Makati
電話 02-7501-5298
営業時間 11:30-15:00（月 - 木）/ 18:00-24:00、10:00-15:00（金 - 土）/ 18:00-3:00、11:30-15:00、18:00-24:00（日）

その他アジア料理　マカティ

Kashmir　カシミール

住所 Festejo Bldg., 816 Arnaiz Ave., Makati
電話 02-8246-9069 / 0917-531-6018
営業時間 11:00-23:00

その他アジア料理　マカティ

Mantra Bistro
マントラ・ビストロ

住所 1/F The Grand Midori, G-07, Bolanos St., Legazpi Vill., Makati
電話 02-8776-0318 / 0926-049-9357
営業時間 11:00-14:00、17:30-23:30（火 - 日）/ 月休

その他アジア料理　マカティ

New Bombay
ニュー・ボンベイ

住所 G/F Sagittarius Bldg. H.V. Dela Costa St., Salcedo, Makati
電話 02-8819-2892 / 02-8804-3788
営業時間 8:30-23:30

その他アジア料理　マカティ

People's Palace
ピープルズ・パレス

住所 1F Garden Side Greenbelt 3, Ayala Center,Makati
電話 02-7729-2888
営業時間 11:00-23:00

その他アジア料理　マカティ

Pho Bac
フォー・バック

住所 2/F Glorietta 2, Ayala Center, Makati
電話 02-8625-5112 / 02-8752-9085
営業時間 10:00-21:00（月 - 木）/ 10:00-22:00（金 - 日）

その他アジア料理　マカティ

タイ商務省がフィリピンで初の「タイ・セレクト」として認定したレストランで、バンコク出身のシェフが手掛けるタイの家庭料理が大人気。香り高い鶏肉のパンダン風包みや、タイ定番のパッタイ、クールの煮物などメニューも豊富。

azuthai
アズタイ

住所 G/F Milkyway Bldg., 900 Arnaiz Ave., cor. Paseo de Roxas, Makati
電話 02-8817-6252 / 02-817-6252
営業時間 11:30-14:30、17:30-22:30

その他アジア料理　マカティ

Queens at Bollywood
クイーンズ・アット・ボリウッド

住所 3/F Greenbelt 3 Ayala Center, Makati
電話 02-7757-3536 / 02-903-0710
営業時間 11:00-23:30（月 - 木）/ 11:00-翌 0:30（金 - 日）

その他アジア料理　マカティ

Restoran Garuda
レストラン・ガルーダ

住所 1F 166 Salcedo St., Beneficial Life Bldg, Legaspi Vill. Makati
電話 02-8824-3440
営業時間 11:00-22:00

その他アジア料理　マカティ

Royal Indian Curry House
ロイヤル・インディアン・カレー・ハウス

住所 Gen Luna St. Makati
電話 02-8246-9069 / 02-8801-4435
営業時間 12:00- 翌 5:00

その他アジア料理　マカティ

Simply Thai
シンプリー・タイ

住所 1/F Greenbelt 5, Ayala Center, Makati
電話 02-7729-6860 / 02-7729-0860
営業時間 11:00-15:00、17:00-23:00（月）/ 11:00-23:00（火 - 日）

その他アジア料理　マカティ

Som's Authentic Thai Cuisine
サム

住所 6093 Albert Corner Don Pedro Street, Poblacion, Makati
電話 0995-689-0070
営業時間 10:00-22:00

その他アジア料理　マカティ

Som's Noodle House
ソムズ・ヌードル・ハウス

住所 5921 Alger St., Brgy. Poblacion, Makati
電話 02-8836-0075 / 093-5146-3669
営業時間 10:30-22:30

その他アジア料理　マカティ

Songkran　ソンクラーン

住所 Valero Car Park 2, Valero, Salcedo Vill., Makati
電話 02-893-7551
営業時間 11:00-22:00（月 - 金）/ 土・日休

その他アジア料理　マカティ

Spices　スパイセス

住所 1/F The Peninsula Manila, Ayala Ave. cor. Makati Ave., Makati
電話 02-8887-2888
営業時間 11:30-14:30、18:00-23:00

その他アジア料理　マカティ

Sup? Chow
サップ・チャウ

住所 2/F Antel Corporate Center, 121 Valero St., Salcedo Vill., Makati
電話 0917-712-4013
営業時間 11:-22:00

その他アジア料理　マカティ

SWAGAT INDIAN CUISINE
スワガット・インディアン・キュイジーヌ

住所 G/F, The Columns at Legazpi Village Amorsolo st. corner, Antonio Arnaiz Ave, Legazpi Village, Makati
電話 02-7989-7199 / 0917-634-8899
営業時間 11:00-23:00

その他アジア料理　マカティ

Mantra Indian kitchen & Bar
マントラ・インディアン・キッチン＆バー

住所 Bolanos St., Legaspi Vill., Makati
電話 02-8776-0318
営業時間 11:00-14:30, 18:00-22:3(火 - 日) / 月休

その他アジア料理　マカティ

Warung Indo　ワルン・インド

住所 San Agustin St., Salcedo Vill., Makati
電話 02-7501-5341 / 0926-705-5507
営業時間 24 時間営業

その他アジア料理　マカティ

Wee Nam Kee
ウィー・ナム・キー

住所 1/F Ayala Triangle Gardens, Makati
電話 02-8846-8924
営業時間 11:00-21:30

その他アジア料理　マカティ

Your Local　ヨア・ローカル

住所 106 Esteban St., 1/F Universal LMS Bldg., Legazpi Vill., Makati
電話 02-8823-6206 / 0917-654-3355
営業時間 11:00-14:00、18:00-22:00（月 - 土）/ 11:00-15:00（日）

その他アジア料理　マカティ

Ziggurat　ジグラット

住所 1/F Sunette Tower, Tigris cor. Euphrates St., Makati
電話 02-8897-5197
営業時間 24 時間営業

その他アジア料理　BGC

Mango Tree
マンゴ・ツリー

住所 7th Ave. Bonifacio High Street Central, Taguig
電話 02-7621-3233 / 0917-534-9145
営業時間 11:00-23:30（日 - 木）/ 11:00-24:00（金・土）

その他アジア料理　BGC

Nhà Em
ナ・エム

住所 5/F SM Aura Sky Park, Taguig
電話 02-8541-5436/0999-564-0029
営業時間 10:00-22:00

その他アジア料理　BGC

Prince of Jaipur
プリンス・オブ・ジュピター

住所 "Unit E, The Fort BGC, Taguig
電話 0918-926-2066
営業時間 11:00-12:00（月 - 金）/ 11:00-18:00（土・日）

その他アジア料理　BGC

ZAO Vietnamese Bistro
ザオ・ベトナミーズ・ビストロ

住所 1/F Serendra, BGC, Taguig
電話 02-8856-2819
営業時間 11:00-22:00

その他アジア料理　パサイ

Pho Hoa Vietnamese Restaurant
フォー フォア

住所 SM Mall of Asia, 1st Level, Entertainment Mall Central Business Park Bay Blvd., Bay City Pasay
電話 02-8556-0636
営業時間 10:00-22:00

その他アジア料理　パシック

New Bombay Royale
ニュー・ボンベイ・ローヤル

住所 Groud Floor, Venice Grand Canal Mall, McKinley Hill, Taguig
電話 02-8810-1101 / 02-8427-1867
営業時間 11:00-23:00

その他アジア料理　パシック

Om Indian Kitchen
オム・インディアン・キッチン

住所 The Grove by Rockwell, Eulogio Rodriguez Jr. Ave., Pasig
電話 0906-451-9245
営業時間 11:30-15:00、17:00-22:30

その他アジア料理　パシック

Siam Thai BBQ & Sports Bar
サイアム・タイ・バーベキュー・アンド・スポーツバー

住所 Pioneer Center Supermart, Kapitolyo, Pasig
電話 02-7239-2866
営業時間 11:00-23:00（月 - 木）/ 11:00-24:00（金 - 日）

その他アジア料理　パラニャーケ

Red Ginger
レッド・ジンジャー

住所 UG/F, City of Dreams Manila, Aseana Ave. cor. Roxas Blvd., Entertainment City, Paranaque
電話 02-8246-9069
営業時間 24 時間営業

その他アジア料理　パラニャーケ

Taipei 101 Ding Xian
タイペイ・101・ディン・シャン

住所 UG/F, City of Dreams Manila, Aseana Ave. cor. Roxas Blvd., Entertainment City, Paranaque
電話 0917-322-3101
営業時間 11:40-22:00

その他アジア料理　アラバン

Just Thai
ジャスト・タイ

住所 Madrigal cor. Zapote-Alabang Rd., Molito Lifestyle Building, Alabang, Muntinlup
電話 02-8808-4058 / 02-8847-2347
営業時間 11:00-14:00、17:00-22:00

その他アジア料理　アラバン

Phatchick
ファチック

住所 Ground Floor, Water Garden, Festival Mall, Filinvest City, Muntinlupa
電話 02-8821-6745
営業時間 10:00-22:00（日 - 木）/ 10:00-24:00（金・土）

その他アジア料理　ケソン

Chi Em Gai Vietnamese Restaurant
チェ・エム・ガイ

住所 Cluster 2, Retail 13, Eton Centris Walk EDSA, cor, Quezon Ave, Quezon
電話 0916-793-3747
営業時間 11:00-16:00（月 - 金）/ 11:00-23:00（土・日）

ステーキ

ステーキ　マカティ

Dillingers 1903
ディリンジャーズ 1903

住所 3/F Greenbelt 3, Ayala Center, Makati
電話 02-7621-6790 / 092-7911-8212
営業時間 11:00-3:00

ステーキ　マカティ

Elbert's Steak Room
エルバート・ステーキ・ルーム

住所 3/F Sagittarius Bldg. III, H.V. de la Costa St., Salcedo Vill., Makati
電話 0917-529-9392
営業時間 11:00-14:30、18:30-24:00（月 - 金）/ 18:30-21:00（土）/ 日休

ステーキ　マカティ

Flame
フレイム

住所 16/F Discovery Primea, 6749 Ayala Ave., Makati
電話 02-7955-8888
営業時間 11:30-14:30、18:00-22:00（月 - 土）/ 日休

ステーキ　マカティ

高級感ある内装で落ち着いた雰囲気の店内で、最高級のアンガスビーフに舌鼓。世界中から厳選された上質の肉だけを輸入するこだわりのステーキハウス。ちょっと贅沢したい特別な日に最適レストランだ。

I'm Angus Steak House
アイム・アンガス・ステーキ・ハウス

住所 7431 Yakal St. San Antonio Village, Makati
電話 02-8892-5852 / 02-8275-5938
営業時間 11:00 -15:00、18:00 -22:30

ステーキ　マカティ　ブランチ有

ブエノスアイレスを本拠とし、ラテンアメリカの2014年版ベストレストランランキングで、17位を獲得したステーキ屋。地元シェフの腕前により、世界一と謳われるアルゼンチンのステーキと変わらぬ美味しさを、ここマニラでも提供。

La Cabrera Grillado and Bar
ラ・カブレラ・グリラド・アンド・バー

住所 6750 Ayala Ave., Makati
電話 0905-290-0703 / 02-8833-8246
営業時間 11:30-14:30、17:30-21:30（日 - 木）/11:30~14:30、17:30~22:30（金・土）

ステーキ　パラニャーケ

六本木に本店を持つ正統派ステーキハウス。自家製の乾燥熟成ビーフとフレッシュビーフの 2 種類を提供し、店内のガラスケースには、調理前牛肉を配置。オーストラリア、アメリカ、日本から輸入した上質なステーキを楽しめる。

Ruby Jack's Steakhouse & Bar
ルビー・ジャックス・ステーキハウス＆バー

住所 UG/F, City of Dreams Manila, Aseana Ave. cor. Roxas Blvd., Entertainment City, Paranaque
電話 02-8801-8888
営業時間 11:00-24:00

ステーキ　パサイ

リゾートワールドのホテルの一つ、マリオットホテルの看板ステーキハウス。ガラス張りのオープンキッチンではグリルでステーキを焼く様子をショーのように楽しむことができる。ステーキは USDA 認定アンガスビーフの他にオーストラリア産の和牛やフランスのシャロレービーフなどの種類も取り扱っている。

Cru Steakhouse
クルー・ステーキハウス

住所 1/F Marlott Hotel, No.10 Newport Blvd., Newport City Complex, Pasay
電話 02-8988-9990
営業時間 18:00-22:30（月 - 木）/ 18:00-23:30（金・土）/ 11:30-14:30、18:00-22:30（日）

ステーキ　アラバン（再)(含む)

日本人オーナーシェフの田部井さんはサイパンで長年ステーキハウスを営み、ここアラバンにも出店した牛肉のエキスパート。肉は全て上質の US アンガスビーフ、ソースはしょう油ベースなので日本人にぴったりの味付け。

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

住所 Molito Commercial Complex, Madrigal Business Park, Ayala Alabang, Muntinlupa
電話 02-8659-7522 / 0927-460-2495
営業時間 11:00-14:00、18:00-22:00（月 - 木）/ 11:00-14:00、17:00-22:00（金）/ 11:00-15:00、17:00-22:00（土・日）

ステーキ　BGC

Raging Bull Chophouse and Bar
レイジング・ブル・チョップハウス&バー

住所 3/F Shangri-La at the Fort, 30th St., cor. 5th Ave., BGC, Taguig
電話 02-820-0888
営業時間 11:30-14:30、18:00-22:30（月 - 金）/ 12:00-15:00、18:00-22:30（土・日）

ステーキ　BGC

Steak The First
ステーキ・ザ・ファースト

住所 Netpark Building, 4th Ave, Taguig
電話 02-8478-0846
営業時間 7:00-23:00（月 - 金）/ 9:00-23:00（土・日）

ステーキ　パサイ

Wolfgang's Steakhouse
ウルフギャング・ステーキハウス

住所 Newport Mall, Resorts World, Newport Blvd., Pasay
電話 02-8511-7009 / 0995-610-2361
営業時間 12:00-24:00（月 - 金）/ 10:00-24:00（土・日）

ステーキ　マカティ

Sage Bespoke Grill
セージ・ベスポーク・グリル

住所 2/F Makati Shangri-La Hotel, Makati Ave. cor. Ayala Ave., Makati
電話 02-8814-2580
営業時間 7:00-10:00、11:30-14:30、18:00-22:30（月 - 金）/ 11:30-14:30、18:00-22:30（土・日）

ステーキ　マカティ

Smith Butcher & Grill Room
スミス・ブッチャー・アンド・グリル・ルーム

住所 1/F ACI Bldg., H.V. Dela Costa St., Salcedo
電話 0915-429-5167 / 0906-293-9359
営業時間 12:00-14:00、18:00-22:30（月 - 金）/ 18:00-24:00（土・日）

ステーキ　BGC

MAMOU
マモウ

住所 Unit 1C-15 G/F Serendra Fort Bonifacio Global City, Taguig
電話 02-8246-9069
営業時間 12:00-15:00、18:00-22:00（月 - 金）/ 11:00-15:00、18:00-22:00（土・日）

ステーキ　BGC

Melo's
メロス

住所 Burgos Circle cor Forbestown Road, Fort Bonifacio, Taguig
電話 02-8403-5968 / 02-8403-5969
営業時間 11:00-24:00

ステーキ　BGC

Texas Roadhouse
テキサス・ロードハウス

住所 4/F Uptown Place Mall, 9th Ave. cor. 36th St., BGC, Taguig
電話 02-8246-9069
営業時間 11:00-24:00（日 - 木）/ 11:00-翌 1:00（金・土）

アメリカン・ハンバーガー

アメリカン・ハンバーガー　マカティ

8 Cuts Burger Blends
エイト・カッツ・バーガー・ブレンズ

住所 G/F Infinity Towers, L.P. Leviste St., Salcedo, Makati
電話 0919-0854-5587 / 0917-539-2505
営業時間 11:00-22:00（土 - 木）/ 11:00-23:00（金）

アメリカン・ハンバーガー　マカティ

H.I.D Burgers
H.I.D・バーガー

住所 Caltex Station, Sen Gil Puyat Ave., Brgy San Antonio, Makati
電話 02-7215-0427/0991-7824-2336
営業時間 10:00- 翌 1:30

アメリカン・ハンバーガー　マカティ

日本風ハンバーガーを提供する Chatto Bites（チャットバイツ）では、ここでしか味わえないライスバーガーや和牛バーガーなど豊富なメニューが自慢！
サルセドのカジュアルダイニング、Ikomai and Tochi のグループのレストラン。

chatto bites
チャットバイツ

住所 2/F, Assembly Grounds at The Rise, Malugay Street, Makati
電話 02-7752-1756
営業時間 11:00-23:00

アメリカン・ハンバーガー　マカティ

Maple　メープル

住所 2/F San Antonio Arcade, 50 McKinley Road, Forbes Park, Makati
電話 02-7621-6211
営業時間 7:00-21:00

アメリカン・ハンバーガー　マカティ

The Smokeyard
ザ・スモークヤード

住所 5566 Don Pedro St., Poblacion, Makati
電話 02-8771-1288
営業時間 12:00-24:00

アメリカン・ハンバーガー　BGC

Pink's Hotdogs
ピンクス・ホットドッグス

住所 1/F Shangri-La at the Fort, 30th St., cor 5th Ave., BGC, Taguig
電話 02-8772-1147 / 0917-162-2848
営業時間 11:00-2:00（日 - 木）/ 11:00-3:00（金・土）

アメリカン・ハンバーガー　BGC

Raging Bull Burgers
レイジング・ブル・バーガーズ

住所 1/F Shangri-La at the Fort, 30th St. cor 4th Ave., BGC, Taguig
電話 02-820-0888
営業時間 10:00-23:00（日 - 木）/ 11:00-24:00（金・土）

アメリカン・ハンバーガー　BGC

The Bowery　ザ・バウエリー

住所 1/F Forbeswood Heights, 29th St. cor. Rizal Drive, BGC, Taguig
電話 0936-929-6073 / 02-8804-2188
営業時間 17:00- 翌 2:00（月）/ 17:00- 翌 5:00（火 - 金）/ 24 時間営業（土・日）

アメリカン・ハンバーガー　マニラ

Pound by Todd English
パウンド・バイ・トッド・イングリッシュ

住所 Ground Floor, Pedro Gil Wing, Robinsons Place Manila, Ermita, Manila
電話 0917-631-8976
営業時間 10:00-22:00

アメリカン・ハンバーガー　アラバン

Burger Geek
バーガー・ギーク

住所 16A, Molito Lifestyle Mall, Madrigal Ave., Ayala Alabang, Muntinlupa
電話 02-8801-2903
営業時間 11:00(月・火) / 11:00-23:00(水 - 日)

アメリカン・ハンバーガー　アラバン

Denny's　デニーズ

住所 Uptown Parade 9th Ave., BGC, Taguig
電話 02-8722-3371
営業時間 24 時間営業

その他西洋料理

その他西洋料理　マカティ

Almon Marina
アーモン・マリーナ

住所 1/F Tower 1, The Residences at Greenbelt, Makati
電話 02-7738-7336
営業時間 10:30-21:00

その他西洋料理　マカティ

Blackbird
ブラックバード

住所 Nielson Tower, Ayala Triangle Gardens, Makati
電話 02-8828-4888
営業時間 11:00-23:00（日 - 木）/ 11:00-24:00（金・土）

その他西洋料理　マカティ

Bondi & Bourke
ボンダイ＆ボーク

住所 1/F Cattleya Condominium Bldg., Salcedo St., cor. Aguirre St., Legazpi Vill., Makati
電話 02-8833-1812 / 0998-840-6268
営業時間 11:00-22:00

その他西洋料理　マカティ

Cyma
シーマ

住所 Greenbelt 2, Ayala Center, Makati
電話 02-7729-4837
営業時間 11:00-23:00（日 - 木）/ 11:00-24:00（金・土）

その他西洋料理　マカティ

Gilak by Hossein
ギラック・バイ・ホセイン

住所 2nd Level Greenbelt 3, on top of Starbucks, Ayala Center, Makati Avenue
電話 02-7729-0266
営業時間 11:00-24:00

その他西洋料理　マカティ

Hole in the Wall
ホール・イン・ザ・ウォール

住所 4/F Century City Mall, Kalayaan Ave., cor Salamanca St., Brgy. Poblacion, Makati
電話 02-8801-1230
営業時間 10:00-23:00

その他西洋料理　マカティ

Howzat
ハウザット

住所 8471 Kalayaan Ave. corner Fermina St., Brgy. Poblacion Makati
電話 02-8897-3335
営業時間 8:00- 翌 2:00

その他西洋料理　マカティ

Lagrima
ラグリマ

住所 1/F BSA Mansion, Benavides St., Legaspi Vill., Makati
電話 02-8808-5019
営業時間 12:00-22:00（火 - 日）/ 月休

その他西洋料理　マカティ

Lusso
ルッソ

住所 1/F Greenbelt 5, Ayala Center, Makati
電話 02-7756-5893
営業時間 11:00-23:00

その他西洋料理　マカティ

スイスの家庭料理を味わうことができるレストラン。有名なデリカテッセン「SANTIS」のスイス人オーナーが自らプロデュースした。スイス料理の定番、チーズフォンデュや、女性にも飲みやすいワインも充実。週代わりのランチセットもぜひ試したい。

Chesa Bianca
チェサ・ビアンカ

住所 7431 Yakal St., San Antonio Vill., Makati
電話 02-8815-1359 / 0956-135-4214
営業時間 11:00-23:00

その他西洋料理　マカティ

MAMOU too!
マモウ・トゥー！

住所 Level R1 Power Plant Mall Lopez Dr. Rockwell Center Makati
電話 02-8246-9069
営業時間 12:00-15:00, 18:00-22:00（月-金）/ 11:00-15:00、18:00-22:00（土・日）

その他西洋料理　マカティ

Pablo Bistro
パブロ・ビストロ

住所 G/F The Picasso Boutique Serviced Residences 119 L.P. Leviste St., Salcedo, Makati
電話 02-8403-0626
営業時間 6:00- 翌 1:00

その他西洋料理　マカティ

Peppy Olive
ペピー・オリーブ

住所 2/F Three Central, Valero St., Makati
電話 0966-320-6276 / 02-8886-1271
営業時間 10:00-21:00（月-金）/ 10:00-19:00（土・日）

その他西洋料理　マカティ

Sala Restaurant
サラ・レストラン

住所 Podium Level, L.V. Locsin Bldg., 6752 Ayala Ave. cor. Makati Ave., Makati
電話 02-7750-1555 / 02-8893-0242
営業時間 11:00-14:00、18:00-23:00

その他西洋料理　マカティ

Blackbeard's Seafood Island
ブラックバード・シーフード・アイランド

住所 2/F Circuit Lane, Circuit Makati, A.P. Reyes St., Makati
電話 0977-723-1391
営業時間 11:00-22:00

その他西洋料理　マカティ

Sultan Mediterranean Grill
スルタン・メディテレニアン・グリル

住所 Unit G-9, Valero Plaza Condominium 124 San Agustin St. Salcedo Vill. Makati
電話 02-8894-5909
営業時間 11:00-22:00

その他西洋料理　マカティ

T7
ティーセブン

住所 2F Ginbo Bldg, 824 Arnaiz Ave., Makati
電話 02-8893-7425
営業時間 18:00- 翌 6:00

その他西洋料理　サン・ジュアン

Arya Persian Restaurant
アリヤ・ペルシャ・レストラン

住所 Greenhills Promenade F&B-L 9, Lower Level, Ortigas Ave., Greenhills, San Juan
電話 02-8584-6266
営業時間 10:00-23:00

ビュッフェ

ビュッフェ　マカティ

Buffet 101
ビュッフェ・ワン・オー・ワン

住所 3/F Glorietta 2, Ayala Center, Makati
電話 0917-831-5299 / 02-8828-1222
営業時間 11:30-15:00、17:30-23:00（月-木）/ 11:00-15:00、17:00-23:00（金-日）

ビュッフェ　マカティ

Circles Event Cafe
サークルズ・イベント・カフェ

住所 Ayala Avenue at Makati Avenue Makati
電話 02 -8814-2580
営業時間 6:00-23:00

ビュッフェ　マカティ

The Pantry
ザ・パントリー

住所 Dusit Thani Manila Ayala Center, 1223 Makati
電話 02-7238-8888
営業時間 6:00-10:30、12:00-14:30、18:00-22:00

ビュッフェ　マカティ

Tong Yang　トン・ヤン

住所 34 Jupiter St., cor. Planet St., near EDSA Bel-Air, Ayala Triangle Gardens, Makati
電話 02-8899-3388 / 02-8897-4148
営業時間 11:00-14:00、17:30-22:00

ビュッフェ　マカティ

Yakimix　ヤキミックス

住所 3/F Greenbelt 3, Ayala Center, Greenbelt, Makati
電話 02-8836-1535 / 02-8836-1536
営業時間 11:00-14:30、17:30-23:00

ビュッフェ　BGC

Six Doors
シックス・ドアーズ

住所 2/F Uptown Mall, BGC, Taguig
電話 0967-281-9403 / 0919-807-4047
営業時間 11:30-14:30、17:30-22:00

ビュッフェ　パサイ

Four Seasons Hotpot
フォー・シーズン・ホットポット

住所 Bldg. E, SM by the Bay, Mall of Asia Complex
電話 02-8831-7777
営業時間 11:00-14:30、17:30-22:30

ビュッフェ　パサイ

La Fiesta　ラ・フィエスタ

住所 Bldg. E, SM by the Bay, Mall of Asia Complex, Pasay
電話 02-8556-1111 / 02-8556-1222
営業時間 11:00-15:00、17:30-23:00

ビュッフェ　BGC

バイキング・グループが手掛けた、SM オーラにある高級ビュッフェレストラン。店内は豪華な雰囲気で、広々とした空間に 380 人収容可能。夜にはピアノの生演奏もある。さらにヨーロピアン VIP ルームも無料で使用可能（要予約）。

Niu by Vikings
ニウ・バイ・バイキングス

住所 6F, SM Aura Premier, 26th St., BGC, Taguig
電話 02-8478-3888 / 0917-586-6888
営業時間 11:00-14:30、17:30-22:00

ビュッフェ　パサイ

Latitude　タティテュード

住所 Hotel Jen Manila 3001 Roxas Blvd., Pasay
電話 02-7795-8839
営業時間 6:00-23:00

ビュッフェ　パサイ

Marriott Cafe
マリオットカフェ

住所 #10 newport blvd. Newport city complex, Pasay
電話 02-8988-9999
営業時間 6:30-23:00

ビュッフェ　パサイ

Medley Buffet
メドレー・ビュッフェ

住所 Retail Boulevard, Upper Ground Floor, Pearl Wing
電話 02-8555-5799
営業時間 6:00-10:30、11:30-15:00、18:00-23:00（月 - 土）

ビュッフェ　パサイ

Midas Café　ミダス・カフェ

住所 Midas Hotel and Casino 2707 Roxas Blvd, Pasay
電話 0998-562-6474 / 02-7902-0100
営業時間 6:30-22:30

ビュッフェ　パサイ

Spiral Manila
スパイラル マニラ

住所 Sofitel Philippine Plaza Manila CCP Complex, Roxas Blvd., Pasay
電話 02-8246-9069
営業時間 12:00-14:30、18:30-22:30

ビュッフェ　マラテ

Pacific Lounge
パシフィック・ラウンジ

住所 Adriatico corner General Malvar Streets, Malate
電話 02-318-0788
営業時間 6:00-22:00

ビュッフェ　パラニャーケ

The Café　ザ・カフェ

住所 G/F, Hyatt, City of Dreams Manila, Aseana Ave. cor. Roxas Blvd., Entertainment City, Paranaque
電話 02-8691-1234
営業時間 6:00-23:00

ビュッフェ　バンバック

CUCINA
クッチーナ

住所 24/F Marco Polo Hotel, Meralco Ave., Sapphire St., Ortigas Center, Pasig
電話 02-8246-9069
営業時間 6:00-10:00、12:00-14:30、18:00-22:30

ビュッフェ　オルティガス

Seven Corners

住所 Crowne Plaza Manila Galleria Ortigas Ave., cor. ADB Ave., Ortigas Center
電話 02-8633-7222
営業時間 6:00-10:00、11:30-14:30、18:00-22:00

カフェ&レストラン

カフェ&レストラン　マカティ

¡Vengo! Neighborhood Café
ヴェンゴ・ネイバーフッド・カフェ

住所 C. Palanca St., Legaspi Vill., Makati
営業時間 7:30-24:00（月 - 水・土）/ 7:30-翌 2:00（木・金）/ 7:30-22:00（日）

カフェ&レストラン　マカティ

Bad Café　バッド・カフェ

住所 Windsor Tower 163 Legaspi St., Makati
電話 02-8353-2132
営業時間 7:00-21:00（月 - 土）/ 7:00-19:00（日）

カフェ&レストラン　マカティ

Bluesmith Coffee & Kitchen
ブルースミス・コーヒー・アンド・キッチン

住所 3/F Greenbelt 3, Ayala Center, Makati
電話 0917-705-3526
営業時間 11:00-23:00

カフェ&レストラン　マカティ

Café 1228
カフェ・1228

住所 New World Makati Hotel, Esperanza St., cor. Makati Ave., Ayala Center, Makati
電話 02-8811-6888
営業時間 6:00-22:30

カフェ&レストラン　マカティ

Cafe breton
カフェ・ブレトン

住所 Greenbelt 3, Ground Level Ayala Center, Makati
電話 02-7757-4125
営業時間 9:00-24:30（月 - 木）/ 9:00-翌 2:00（金・土）/ 8:00-23:30（日）

カフェ&レストラン　マカティ

Cantino
カンティーノ

住所 2296 Pasong Tamo Ext., Magallanes, Makati
電話 02-8864-0921
営業時間 7:00-16:00（月 - 金）/ 土・日休

カフェ&レストラン　マカティ

Cartel Coffee & Deli
カーテル・コーヒー・アンド・デリ

住所 1/F Picasso Boutique Serviced Residences, 119 LP Leviste St., Salcedo Vill., Makati
電話 02-8772-8270
営業時間 7:00-翌 1:00

カフェ&レストラン　マカティ

グリーンベルトの筋向いに構える西洋人に人気のカフェレストラン。コーヒーはインドネシアでもトップのコーヒー豆業者のMerdeka Coffeeから。メニューは主にオーストラリアとニュージーランドの料理で、ピザ、パスタ、サンドイッチなどの軽食が人気。

Antipodean
アンティポディアン

住所 G/F 11 Paseo de Roxas Building, Paseo de Roxas cor., Legaspi St., Legaspi Village, Makati
電話 0915-751-8980
営業時間 7:00-22:00

カフェ＆レストラン　マカティ

マカティのベジタリアンレストランと言えば、定番のこちらのお店。肉や魚を使わない料理はもちろん、卵や乳製品を使わない完全菜食の「ビーガン料理」も取り扱っている。

Corner Tree Café
コーナー・ツリー・カフェ

住所 150 Jupiter St., Bel-Air, Makati
電話 02-8897-0295 / 0906-558-6177
営業時間 11:00-22:00

カフェ＆レストラン　マカティ

Commune
コミューン

住所 36 Polaris cor. Durban St., Brgy. Poblacion, Makati
電話 02-8275-6324 / 0919-859-5848
営業時間 8:00-24:00（月 - 木）/ 8:00- 翌 1:00（金・土）/ 9:00-22:00（日）

カフェ＆レストラン　マカティ

Dean and DeLuca
ディーン・アンド・デルーカ

住所 1/F 128 Dela Rosa St., Legazpi vill., Makati
電話 02-7994-6802
営業時間 7:00-22:00（月 - 土）/ 7:00-16:00（日）

カフェ＆レストラン　マカティ

Dulo MNL
デュロ・マニラ

住所 4992 P. Guanzon St., Poblacion, Makati
電話 0975-694-9176
営業時間 17:00- 翌 2:00（月 - 土）/ 日休

カフェ＆レストラン　マカティ

Happy Garden Café
ハッピー・ガーデン・カフェ

住所 Sunshine Place, #56 Jupiter St., Bel-Air, Makati
電話 02-8824-5440
営業時間 11:00-22:00

カフェ＆レストラン　マカティ

Harlan + Holden Dine
ハーラン・アンド・ホールデン・ダイン

住所 R1-GH, The Glasshouse Rockwell Center, Hidalgo Dr., Rockwell, Makati
電話 0917-109-2156
営業時間 11:00-21:30（月 - 木）/ 11:00-22:30（金）/ 7:30-22:30（土・日）

カフェ＆レストラン　マカティ

Little Flour Café
リトル・フラワー・カフェ

住所 1/F The Stratosphere, 136 Valero St., Salcedo Vill., Makati
電話 0917-702-8522
営業時間 6:00-24:00（月 - 金）/ 6:00-22:00（土）/ 6:00-16:00（日）

カフェ＆レストラン　マカティ

Local Edition
ローカル・エディション

住所 Mayfair Mansion, 116 Perea, Legaspi Village, Makati
電話 02-8556-9655 / 0905-444-8797
営業時間 7:30-19:30（月 - 土）/ 日休

カフェ＆レストラン　マカティ

Narrative Coffee Co.
ナレーティブ・コーヒー・カンパニー

住所 126 L.P. Leviste St., Salcedo, Makati
電話 0956-493-3920
営業時間 9:00-19:00

カフェ＆レストラン　マカティ

Nono's by Classic Confections
ノノズ・バイ・クラシック・コンフェクションズ

住所 1/F Three Central, Valero St., Salcedo Vill., Makati
電話 02-7901-6748
営業時間 7:30-22:00（月 - 土）/ 9:00-21:00（日）

カフェ＆レストラン　マカティ

Poison Coffee & Doughnuts
ポイズン・コーヒー・アンド・ドーナッツ

住所 The Ally at Karrivin Plaza, 2316 Chino Roces Ext., Makati
電話 02-7752-0327
営業時間 10:00-20:00（月 - 土）/ 日休

カフェ＆レストラン　マカティ

Refinery
リファイネリー

住所 Joya Lofts and Towers, Joya Drive, Rockwell, Makati
電話 02-8831-2879 / 0977-831-2879
営業時間 7:00-24:00（日 - 水）/ 7:00- 翌 1:00（木 - 土）

カフェ＆レストラン　マカティ

SALA BISTRO
サラ・ビストロ

住所 G/F Garden Side Greenbelt3, Makati
電話 02-7729-4888
営業時間 11:00-23:00

カフェ＆レストラン　マカティ

Secorsa　セコーサ

住所 142 Sedeno St. cor. San Agustin St., Salcedo Vill., Makati（Bugsy's 内）
電話 なし
営業時間 11:00-20:00 / 日休

カフェ＆レストラン　マカティ

STOCKTON PLACE
ストックトン・プレイス

住所 227 Salcedo St., Legaspi Vill., Makati
電話 02-8844-9539
営業時間 12:00-14:00、18:00-22:00

カフェ＆レストラン　マカティ

The Cafe Mediterranean
カフェ メディテラニアン

住所 Power Plant, Concourse Level Rockwell Drive cor. Estrella St. Makati
電話 02-8898-1301 / 02-7756-5010
営業時間 11:00-21:00（月 - 土）/ 10:00-21:00（日）

カフェ＆レストラン　マカティ

The Curator Coffee and Cocktails
ザ・キュレーター・コーヒー・アンド・カクテル

住所 Unit 2 Upper Ground Floor Legaspi Park View Condo, C. Palanca Cor. Legaspi Village, Makati
電話 0916-335-4129
営業時間 7:00- 翌 2:00（月 - 木）/ 7:00- 翌 3:00（金・土）/ 7:00-18:00（日）

カフェ＆レストラン　マカティ

The Dessert Kitchen
ザ・デザート・キッチン

住所 3/F Power Plant Mall, Rockwell, Makati
電話 0995-448-8233
営業時間 11:00-21:00（日 - 木）/ 11:00-23:00（金・土）

カフェ＆レストラン　マカティ

Tilde Hand Craft Café
ティルデ・ハンド・クラフト・カフェ

住所 1/F EWC Bldg., 5417 Matilde St., cor. Gen Luna St., Poblacion, Makati
電話 02-8771-2764
営業時間 8:00-19:00（月 - 土）/ 日休

カフェ＆レストラン　マカティ

Toby's Estate
トビース・エステート

住所 1/F Senta Condominium, 140 Legaspi St., Legaspi Vill., Makati
電話 02-7507-6174
営業時間 7:00-22:00（月 - 火）/ 7:00-24:00（水 - 土）/ 8:00-22:00（日）

カフェ＆レストラン　マカティ

TWG Tea Salon & Boutique
TWG ティー・サロン＆ブティック

住所 G/F Greenbelt5, Makati
営業時間 11:00-22:00
電話 02-7720-8667

カフェ＆レストラン　マカティ

Uniquease　ユニカセ

住所 Unit C, #1036, Hormiga cor Teresa St., Rizal Village, Brgy. Valenzuela, Makati
電話 02-8519-6406
営業時間 11:00-20:00（水 - 月）/ 火休

カフェ＆レストラン　マカティ

Y Café
ワイ・カフェ

住所 1/F Don Chua Lamko Bldg., 100 Leviste cor. Dela Costa St., Salcedo Vill., Makati
電話 02-8839-1392
営業時間 8:00-24:00

カフェ＆レストラン　マカティ

West Town's Coffee
ウェスト・タウンズ・コーヒー

住所 The Milano Residences Piazza, Valdez St., Century City, Makati
電話 0999-851-3319
営業時間 18:30- 翌 2:00（月・火・木 - 土）/ 6:30- 翌 2:00（水・日）

カフェ＆レストラン　マカティ

Wildflour Restaurant
ワイルド・フラワー・レストラン

住所 1/F Frabelle Business Center, 111 Rada St., Legaspi Vill., Makati
電話 02-8833-9799 / 0917-564-5738
営業時間 6:00-22:00（月 - 木）/ 6:00-23:00（金・土）/ 8:00-16:00（日）

カフェ＆レストラン　マカティ

Yamato Bakery Cafe
ヤマト・ベーカリー・カフェ

住所 22 Jupiter St., Bel-Air, Makati
電話 02-8823-0960
営業時間 7:00-23:30

カフェ＆レストラン　BGC

% Arabica
アラビカ

住所 1/F W City Center, 7th Ave., cor. 30th St., BGC, Taguig
営業時間 02-8821-6744
電話 6:00-122:00（月 - 金）/ 9:00-19:00（土・日）

カフェ＆レストラン　BGC

Bench Café
ベンチ・カフェ

住所 2/F Bench Boutique BGC Flagship Store, Bonifacio High Street, BGC, Taguig
電話 0917-702-1133
営業時間 11:00-23:00

カフェ＆レストラン　BGC

Botan Black Café
牡丹・ブラック・カフェ

住所 2/F Wumaco Bldg., 9th Ave. cross lane P Bonifacio High Street, BGC
電話 02-8873-3333 / 02-8873-9999
営業時間 11:00-22:00

カフェ＆レストラン　BGC

St. Louis
セント・ルイス

住所 Unit C3-104 High Street Central, BGC, Taguig
電話 02-7625-4121
営業時間 8:00-23:00

カフェ＆レストラン　BGC

kuppa roastery & café
カパ・ロースティー＆カフェ

住所 1F, Commercentre, 31st Street Corner 4th Avenue, BGC, Taguig
電話 0917-879-6447
営業時間 8:00-23:00（月 - 土）/ 日休

カフェ＆レストラン　BGC

Luna Specialty Coffee
ルナ・スペシャリティー・コーヒー

住所 1/F NAC Tower, 32nd, BGC, Taguig
電話 02-8403-3449
営業時間 7:00-22:00（月 - 土）/ 日休

カフェ＆レストラン　BGC

Nanyang　ナンニャン

住所 LGF SM Aura Premier, BGC, Taguig
電話 02-8824-0630
営業時間 10:00-22:00

カフェ＆レストラン　BGC

Paul Boulangerie Café
ポール・ブランジェリー・カフェ

住所 1/F SM Aura Premier,BGC, Taguig
電話 02-8808-5324
営業時間 7:00-22:00

カフェ＆レストラン　BGC

Caravan Black
キャラバン・ブラック

住所 Net Park, 4th Ave., BGC, Taguig
電話 02-8246-9069
営業時間 7:00-22:00（月 - 金）/ 10:00-21:00（土）/ 10:00-19:00（日）

カフェ＆レストラン　マカティ

ロックウェルのエイトロックウェル（8Rockwell）2階にある、UCC系列のカフェ＆レストラン。エイトコーヒーバーのメニューのコンセプトは「ヘルシー」。おすすめはフィリピンで栽培されたAdlai（ハトムギ）を使った料理など。

Eight coffee bar by UCC
エイトコーヒーバー

住所 2/F, 8 Rockwell, Rockwell Drive, Makati
電話 02-8771-2718
営業時間 7:00-24:00

カフェ&レストラン　マカティ

明るいウッドとカラフルな色使いがおしゃれなカフェ。本業はコーヒー豆やRocket Espresso、La Marzoccoなどのメーカーのコーヒー機器を飲食店に提供するサプライヤーで、商品の紹介やコーヒーのワークショップを行うために店舗を設けたことから開始した。

Yardstick
ヤードスティック

住所 1/F Esteban St., Legazpi Vill., Makati
電話 02-8845-0073 / 0917-309-1333
営業時間 7:00-22:00（月 - 土）/ 8:00-18:00（日）

カフェ&レストラン　マニラ

Cioccolata　チョコラータ

住所 The Bayleaf Intramuros, Muralla Street corner Victoria Street, Intramuros, Manila
電話 02-5318-5000
営業時間 6:00-22:00（月 - 土）/ 日休

カフェ&レストラン　マニラ

Market Café
マーケットカフェ

住所 New World Hotel Manila Bay, 1588 Pedro Gil, cor., M.H. Del Pilar Manila
電話 02-8252-6888
営業時間 6:00-10:30、12:00-14:30、18:00-22:00

カフェ&レストラン　マニラ

Sincerity Cafe
シンセリティー カフェ

住所 497 Yuchengco St., Binondo, Manila
電話 02-8241-9991 / 02-8241-9990
営業時間 9:00-21:00（月 - 土）/ 9:00-2:00（日）

カフェ&レストラン　パシッグ

Epic Coffee Roastery
エピック・コーヒー・ロースステリー

住所 102 7-East Capitol Drive, Brgy Kapitolyo, Pasig
電話 02-7239-4986 / 0915-712-2002
営業時間 10:00-22:00（月 - 木）/ 11:00- 翌 1:30（金）/ 8:00-22:00（土・日）

カフェ&レストラン　バラニャーケ

Café Society
カフェ・ソサイエティ

住所 UG/F, City of Dreams Manila, Aseana Ave. cor. Roxas Blvd., Entertainment City, Paranaque
電話 02-8800-8080
営業時間 9:30-23:00（日 - 木）/ 8:00-24:00（金・土）

カフェ&レストラン　バラニャーケ

Magnum Opus Fine Coffees
マグナム・オーブス・ファイン・コーヒー

住所 115 Aguirre Ave. BF Homes, Parañaque
電話 0917-817-3697 / 0939-920-0701
営業時間 7:00-23:00

カフェ&レストラン　バラニャーケ

Prego Ristorante & Bar
プレゴ・リストランテ&バー

住所 Unit 209 Upper Ground Level, City of Dreams Manila, Aseana Ave. cor. Roxas Blvd., Entertainment City, Paranaque
電話 0917-582-4738 / 02-8887-0479
営業時間 11:00-23:00

カフェ&レストラン　バラニャーケ

Serye Café Filipino
セリエ カフェ フィリピノ

住所 Unit 8 and 9 Ground Floor, Santana Grove, Sucat Road, Parañaque
電話 02-8826-9317 / 02-8825-4691
営業時間 11:00-22:00

カフェ&レストラン　バラニャーケ

Single Origin
シングル・オリジン

住所 1/F Edades Garden & Tower Villas, Rockwell Center
電話 0995-914-4137 / 02-8772-6259
営業時間 7:00-24:00（日 - 火）/ 7:00- 翌 0:30（水）/ 7:00- 翌 1:00（木）/ 7:00- 翌 2:00（金・土）

カフェ&レストラン　バラニャーケ

Spoon Eat + Drink
スプーン・イート・プラス・ドリンク

住所 319 Aguirre Ave., BF Homes, Parañaque
電話 0917-521-0612
営業時間 16:00-24:00

カフェ&レストラン　マンダルヨン

EDSA Beverage Design Group
エドサ・ベバレッジ・デザイン・グループ

住所 G/F CLMC Bldg,209 EDSA, Mandaluyong
電話 02-8631-9035
営業時間 10:00-19:00（月 - 土）/ 日休

カフェ&レストラン　マンダルヨン

St. Marc Café
サンマルク・カフェ

住所 GF Mega Fashion Hall SM Megamall, EDSA, Mandaluyong
電話 02-8531-8062
営業時間 10:00-22:00

カフェ&レストラン　オルティガス

HOUSE OF WAGYU STONEGRILL
ハウス・オブ・和牛・ストーングリル

住所 105 McKinley Arcade, Club Filipino Ave.,cor. Ortigas Ave.,Greenhills, San Juan
電話 02-8725-2811 / 0917-857-1248
営業時間 11:00-14:00、18:00-22:00

カフェ&レストラン　パシッグ

Café Juanita
カフェ・フアニータ

住所 19 West Capitol Drive, Barrio Kapitolyo, Pasig
電話 02-8632-0357
営業時間 11:00-14:00、17:30-22:00（月 - 土）/ 10:30-12:00、13:00-15:00、17:30-22:00（日）

カフェ&レストラン　パシッグ

PURPLE OVEN
パープル・オーブン

住所 63 Saint Peter St., Oranbo, Pasig
電話 02-8400-4351
営業時間 7:00-21:00

カフェ&レストラン　アラバン

Café Eight
カフェ・エイト

住所 Entrata Urban Complex, Filinvest City, Civic Dr., Muntinlupa
電話 02-8863-2222
営業時間 6:00-23:00

カフェ&レストラン　アラバン

Coffee Syndicate
コーヒー・シンジケート

住所 107 1/F Commercenter, Filinvest, Alabang Muntinlupa
電話 0945-610-4164
営業時間 8:00-22:00

カフェ＆レストラン　アラバン

Designer Blooms Café
デザイナー・ブルームス・カフェ

住所 Unit 11B, Molito Commercial Complex, Ayala Alabang, Muntinlupa
電話 02-8808-9569
営業時間 10:00-21:00（月-木）/ 10:00-24:00（金）/ 7:30-24:00（土）/ 8:00-22:00（日）

カフェ＆レストラン　アラバン

Alley Coffee House
アーリー・コーヒー・ハウス

住所 Molito Commercial Complex, Alabang, Muntinlupa
電話 02-8809-1009
営業時間 7:00-23:00

カフェ＆レストラン　アラバン

L'Epicerie Gourmande
レピスリー・グルマン

住所 Molito Commercial Complex, Alabang, Muntinlupa
電話 02-8256-4181
営業時間 9:00-24:00（月-金）/ 9:00-翌1:30（土・日）

カフェ＆レストラン　ケソン

Barkin' Blends
バーキン・ブレンズ

住所 2/F J&R Concon Center, 91 Rosa Alvero St., Loyola Heights, Quezon
電話 02-8553-7290
営業時間 11:00-23:00（月-金）/ 10:00-22:00（土・日）

カフェ＆レストラン　ケソン

Bengal Brew / Wolf & Bear
ベンガル・ブルー・ウルフ・アンド・ベア

住所 30 Upton st FilInvest East Homes, Marikina-Infanta Hwy, Quezon
電話 02-7238-5655
営業時間 12:00-21:00（日-木）/ 12:00-22:00（金・土）

カフェ＆レストラン　ケソン

Casa Verde
カーサ ベルデ

住所 2/F UP Town Center, Katipunan Ave., Diliman, Quezon
電話 02-8364-4154
営業時間 11:00-23:00

カフェ＆レストラン　ケソン

echo café　エコ・カフェ

住所 1/F Eton Centris Walk, EDSA cor. Quezon Ave., Quezon
電話 02-8709-7800
営業時間 7:00-22:00（日）/ 11:00-22:00（月-土）

カフェ＆レストラン　ケソン

Packo's Restaurant & Bar
パコス・レストラン＆バー

住所 36 Sgt. Esquerra St., South Triangle, Quezon
電話 02-3414-5570 / 02-8425-1576
営業時間 11:00-14:00、17:00-翌3:00

バー＆レストラン

バー＆レストラン　マカティ

20:20
トゥエンティ・トゥエンティ

住所 20a – 20b La Fuerza, 2241 Chino Roces Ave., Makati
電話 0917-634-8764
営業時間 19:00-翌4:00（水-土）/ 日-火休

バー＆レストラン　マカティ

78-45-33

住所 1/F LPL Mansion, San Agustin St., Salcedo Vill, Makati
電話 0920-927-6436
営業時間 15:30-翌1:00

バー＆レストラン　マカティ

Antidote　アンティドート

住所 Roofdeck, I'M Hotel, 7862 Makati Ave., cor. Kalayaan Ave., Makati
電話 02-7755-7888
営業時間 17:00-翌2:00（月-木）/ 18:00-翌3:00（金-日）

バー＆レストラン　マカティ

Artisan Cellar Door
アーティサン・セラー・ドア

住所 1/F Narra Bldg, 2276 Pasong Tamo Ext., Magallanes, Makati
電話 02-8521-7396 / 0920-921-8870
営業時間 10:00-20:00

バー＆レストラン　マカティ

BAR M　バー・エム

住所 114 Valero St. Salcedo Vill. Makati
電話 02-8810-3565
営業時間 11:30-14:00、17:00-1:00(月-土) / 日休

バー＆レストラン　マカティ

BAR IE BAR　バー・井江

住所 Rm5A, Mezzanine Floor, Makati Creekside Bldg., Amorsolo cor. V. A. Rufino St., Legazpi Vill, Makati
電話 072-866-1838
営業時間 7:30-翌1:00

バー＆レストラン　マカティ

BBZ Degrees
ビビージ・ディグリー

住所 Rockwell Drive Corner Kalayaan Avenue, Poblacion, Makati
電話 02-8777-2229
営業時間 8:00-翌1:00

バー＆レストラン　マカティ

Blind Pig　ブラインド・ピッグ

住所 227 Salcedo St., Legazpi Vill., Makati
営業時間 18:00-2翌:00
電話 02-8478-6990/0917-549-2264

バー＆レストラン　マカティ

Finders Keepers
ファインダース・キーパーズ

住所 Sabio St., Makati
電話 02-8403-5019/0917-634-8764
営業時間 20:00-翌4:00（水-土）/ 日-火休

バー＆レストラン　マカティ

KITE Kebab Bar
カイト・ケバブ・バー

住所 4898 Durban Corner Polaris Street, Poblacion, Makati
電話 02-8810-7388
営業時間 11:00-翌3:00（金・土）/ 11:00-翌4:00（金・土）

バー＆レストラン　マカティ

Mandalay Whisky and Cigars
マンダレイ・ウィスキー・アンド・シガー

住所 100 C. Palanca St. Legaspi Vill., Makati
電話 02-7625-8828
営業時間 18:00-翌3:00

バー＆レストラン　マカティ

Monopole Wine Bar
モノポールワインバー

住所 G/F Greenbelt Excelsior Building C. Palanca, Legaspi Village, Makati
電話 02-8893-9477
営業時間 18:00-翌1:00

バー＆レストラン　マカティ

Pappy　パピ

住所 The Grand Midori, 160 Legaspi St., Legaspi Vill., Makati
電話 02-8776-0105 / 02-8852-0318
営業時間 11:00-翌2:00（月-土）/ 17:00-2:00（日）

バー＆レストラン　マカティ

Prohibition Liquor Lounge
プロヒビション・リキュール・ラウンジ

住所 3/F Greenbelt 3, Ayala Center, Makati
電話 02-7621-6790
営業時間 18:00-2:00

バー＆レストラン　マカティ

PURA VIDA
プーラ・ヴィダ

住所 Don Pedro St., Poblacion, Makati
電話 0945-860-7538
営業時間 18:00-翌2:30（月-土）/ 日休

バー＆レストラン　マカティ

Rue Bourbon
ルー・バーボン

住所 G/F Aguirre Bldg. 108 H.V. Dela Costa St. cor. Tordesillas St.,Salcedo Village, Makati
電話 0917-718-6155
営業時間 17:00-翌2:00

バー＆レストラン　マカティ

Strumm's
ストラムス

住所 110 Jupiter St. Bel-Air Makati
電話 02-8895-4636 / 02-8890-1054
営業時間 18:00-翌2:00（月-土）/ 日休

バー＆レストラン　マカティ

The Penthouse 8747
ザ・ペントハウス 8747

住所 Lepanto Bldg., 8747, Paseo de Roxas St., Makati
電話 02-8246-9069 / 0917-680-8888
営業時間 16:00-翌2:00（月-木）/16:00-翌3:00（金・土）/ 日休

バー＆レストラン　マカティ

The Wild Poppy
ザ・ワイルド・ポピー

住所 2/F 5666 Don Pedro Street, Poblacion, Makati
電話 0995-990-8737
営業時間 18:00-翌1:00

バー＆レストラン　マカティ

TXANTON　シャントン

住所 2/F Alegria Alta Bldg., 2294 Chino Roces Ext., Magallanes, Makati
電話 02-8877-6928
営業時間 11:00-23:30（月-土）/ 10:00-18:00（日）

バー＆レストラン　ケソン

Zirkoh Comedy Bar
ジルコーコメディーバー

住所 788 Tomas Morato cor. Sct. Lozano, Quezon
電話 0918-331-3568 / 02-8376-7287
営業時間 19:00-翌3:00

バー＆レストラン　BGC

Tap Station
タップ・ステーション

住所 Forbes Town Road 2nd Ave., BGC, Taguig
電話 02-7946-3797
営業時間 15:00-翌1:00

バー＆レストラン　BGC

iDarts DASH
アイダーツ・ダッシュ

住所 4/F C3 Annex Bldg., 7th Ave. cor 30th St., Bonifacio High Street, BGC, Taguig
電話 02-8819-0787 / 0917-317-3926
営業時間 17:00-翌3:00（月-木）/ 17:00-翌4:00（金-土）/ 日休

バー＆レストラン　BGC

Bank Bar　バンク・バー

住所 1/F RCBC Savings Corporate Center, 26th st. between 6th and 7th Ave., BGC, Taguig
電話 02-8801-4862
営業時間 17:00-翌3:00

バー＆レストラン　BGC

Buffalo Wild Wings
バッファロー・ワイルド・ウィングス

住所 4/F Uptown Place Mall, 9th Ave. cor. 36th St., BGC, Taguig
電話 02-8246-9069
営業時間 17:00-翌1:00（日-木）/11:00-24:00（土・日）

バー＆レストラン　BGC

Elbert's Upstairs Bar
エルバート・アップステアーズ・バー

住所 Mezzanine Level, Unit 1B, Icon Plaza, Federacion Drive, BGC, Taguig
電話 02-7964-1848
営業時間 17:00-翌1:00（月-土）/ 日休

バー＆レストラン　BGC

Grand Hyatt The Peak
グランド・ハイアット ザ・ピーク

住所 60/F ～ 62/F, Grand Hyatt Manila, 8th Avenue corner, 35th St, Taguig
電話 02-8838-1234
営業時間 18:00-翌1:00（日-水）/ 18:00-翌3:00（木-土）

バー＆レストラン　BGC

Lemuria Restaurant & Wine Bar
レムリア・レストラン・アンド・ワイン・バー

住所 Arya Residence McKinley Parkway & Rizal Drive, BGC, Taguig
電話 02-8255-0474 / 02-8266-0474
営業時間 18:00-22:00（月-土）/ 日休

バー＆レストラン　BGC

LIT Manila
リット・マニラ

住所 G/F Serendra, BGC, Taguig
電話 02-8832-1600 / 0917-510-0014
営業時間 18:00-翌1:00（月-土）/ 日休

バー＆レストラン　BGC

Xylo　ザイロ

住所 9th Ave. cor. 36th St., Uptown Bonifacio, Taguig
電話 0917-680-8888
営業時間 22:00-翌4:00（水-土）/ 日-火休

バー＆レストラン　BGC

CHOTTO MATTE
ちょっと待って

住所 Ground Floor, Net Park Building, 5th Avenue, BGC, Taguig
電話 02-8282-0442 / 02-8283-2979
営業時間 11:30-24:00

バー＆レストラン　マニラ

TAP ROOM BAR
タップ・ルーム・バー

住所 G/F Manila Hotel, One Rizal Park 0913, Manila
電話 02-8527-0011
営業時間 10:00-翌2:00

バー＆レストラン　マニラ

The Sky Deck
ザ・スカイ・デッキ

住所 Rooftop, The Bayleaf Intramuros, Muralla Street corner Victoria Street, Intramuros, Manila
電話 02-7318-5000
営業時間 17:00-24:00

バー&レストラン　マラテ

White Moon Bar
ホワイト・ムーン・バー

住所 2nd floor Manila Ocean Park Complex
電話 0917-520-0375
営業時間 17:00-24:00（日-火・木）/ 17:00-翌2:00（水・金-土）

バー&レストラン　パラニャーケ

OKADA MANILA Lobby Lounge
オカダマニラ・ロビーラウンジ

住所 New Seaside Drive, Entertainment City Parañaque City, 1701, Metro Manila,
電話 02-8888-0777
営業時間 24時間営業

バー&レストラン　パサイ

THE ROADHOUSE MANILA BAY
ザ・ロードハウス・マニラ・ベイ

住所 SM By the Bay, SM Mall of Asia,SunsetBlvd., Pasay
電話 02-8836-7382
営業時間 16:00-翌4:00

バー&レストラン　パラニャーケ

Breezes
ブリーゼス

住所 Level 1, Crown Towers Manila, City of Dreams Manila, Aseana Ave. cor. Roxas Blvd., Entertainment City, Paranaque
電話 02-8691-7781
営業時間 6:00-18:00

バー&レストラン　パラニャーケ

Crystal Lounge
クリスタル・ラウンジ

住所 G/F, Crown Towers Manila, City of Dreams Manila, Aseana Ave. cor. Roxas Blvd., Entertainment City, Paranaque
電話 02-8800-8080
営業時間 11:00-24:00

バー&レストラン　パラニャーケ

The Lounge
ザ・ラウンジ

住所 G/F, Hyatt, City of Dreams Manila, Aseana Ave. cor. Roxas Blvd., Entertainment City, Paranaque
電話 02-8838-1234
営業時間 16:00-翌1:00（月-木）/ 16:00-翌3:00（金・土）/ 16:00-24:00（日）

バー&レストラン　パラニャーケ

Wave
ウェーブ

住所 Level 1, Nobu and Hyatt Pool Deck, City of Dreams Manila, Aseana Ave. cor. Roxas Blvd., Entertainment City, Paranaque
電話 02-8800-8080/02-8691-7785
営業時間 9:00-23:00

バー&レストラン　オルティガス

Brotzeit German Beer Bar and Restaurant
ブロッザイト・ジャーマン・ビール・バー・アンド・レストラン

住所 Unit 112 EDSA Shangri-La Plaza Mall, Ortigas
電話 02-8631-1489
営業時間 11:00-23:00（日・月）/ 11:00-24:00（火-木）/ 11:00-23:00（金・土）

バー&レストラン　オルティガス

Vu's Bar　ビューズ・バー

住所 45/F Marco Polo Hotel, Meralco Ave., Sapphire St., Ortigas
電話 02-7720-7720
営業時間 7:00-2:00（月-土）/ 17:00-24:00（日）

バー&レストラン　アラバン

19 east　19イースト

住所 Km. 19, East Service Road, Sucat, Muntinlupa
電話 02-8837-6903
営業時間 18:00-翌2:00

バー&レストラン　アラバン

Caviar Restaurant and Champagne Bar
キャビア・レストラン・アンド・シャンペン・バー

住所 Westgate Center, Commerce Avenue cor., Filinvest Ave. Alabang
電話 02-8552-7930
営業時間 11:30-14:00、17:30-22:00（月-土）/ 10:00-16:00、17:30-22:00（日）

ベーカリー

ベーカリー&カフェ　マカティ

Baker's Maison
ベーカーズ・メゾン

住所 3/F Glorietta 4, Ayala Center, Makati
電話 0917-714-9681
営業時間 11:00-22:00

ベーカリー&スイーツ　マカティ

Bizu Patisserie
ビズ パティスリー

住所 G/L Greenbelt 2, Ayala Center Makati
電話 02-7757-2498 / 02-7757-4749
営業時間 7:00-23:00

ベーカリー&アイスクリーム　マカティ

Carmen's Best ICE CREAM
カルメンズ・ベスト・アイスクリーム

住所 Centrum II Bldg. 150 Valero St. Salcedo Vill. Makati
電話 0916-623-5956 / 02-8809-2042
営業時間 24時間営業

ベーカリー&スイーツ　マカティ

Kumori　くもり

住所 LG/F SM Supermarket Hotel Dr., Makati
電話 0917-656-9430
営業時間 8:30-21:00（日-木）/ 8:30-21:30（金-土）

ベーカリー&スイーツ　マカティ

La Creperie
ラ・クレペリー

住所 V Corporate Centre, 125 L.P. Leviste St., Salcedo, Makati
電話 02-8556-8894
営業時間 11:00-23:00（日-金）/ 11:00-22:00（土）

ベーカリー&スイーツ　マカティ

Panaderya Toyo
パナデリャ・トヨ

住所 2316 Karrivin Plaza, Chino Roces Ext., Makati
電話 0917-720-8630
営業時間 11:00-21:00

ベーカリー&スイーツ　マカティ

Purple Oven
パープル・オーブン

住所 Senta Condominium 140 Legaspi St., Legaspi Vill., Makati
電話 02-8400-4351
営業時間 7:00-21:00

ベーカリー＆スイーツ　マカティ

チーズケーキと言えば東京ミルク工場！という人がいるほど人気が高い。メトロマニラでは多くのモールに出店しているので、買い物ついでにぜひ足を運びたい。大切な人への贈り物にもピッタリ！世代を超えて愛される味だ。

TOKYO MILK CHEESE FACTORY
東京ミルクチーズ工場

住所 Greenbelt 5、Power Plant Mall、Trinoma、Alabang Town Cente 他
営業時間 モールなどの時間に準じる

ベーカリー＆スイーツ　マカティ

日本人パティシエが手掛けるパティスリー。普段使いのお茶菓子からプレゼントにも使えるペストリーやケーキは駐在日本人の間でも人気が高い。実はパスタやハヤシライスなどのカフェメニューも充実しているのでぜひ足を運んでみたい。

Patisserie Bébé Rouge
パティスリー・ベベ・ルージュ

住所 7602 Sacred Heart St, Corner Metropolitan Ave, San antonio Village
電話 02-7623-1539
営業時間 8:00-19:00

ベーカリー＆スイーツ　マカティ

Sinfully Circles
シンフリー・サークルズ

住所 1/F Manila Shangri-La, Ayala Ave., cor. Makati Ave., Makati
電話 02-8814-2580
営業時間 7:00-23:00

ベーカリー＆スイーツ　マカティ

The Peninsula Boutique
ザ・ペニンシュラ・ブティック

住所 B1 The Peninsula Manila, Ayala Ave., cor. Makati Ave., Makati
電話 02-8887-2888
営業時間 7:00-21:00

ベーカリー＆スイーツ　マカティ

TOUS les JOURS
トゥレジュール

住所 G/F Glorietta4 ,Makati
電話 02-7625-8630
営業時間 7:30-21:30（日-木）/ 7:30-23:00（金-土）

ベーカリー＆スイーツ　ケソン

28 Derby
トゥエンティーワン・ダービー

住所 28 Derby St., White Plains, Quezon
電話 0917-892-6447
営業時間 火-日

ベーカリー＆スイーツ　ケソン

Apero
アペロ

住所 Temple Dr, Quezon City
電話 0917-511-3475
営業時間 7:00-23:30

ベーカリー＆スイーツ　ケソン

Grand Castella
グランド・カステラ

住所 G/F Eastwood Mall, 116 Orchard Rd., Bagumbayan, Quezon
電話 02-7750-7249
営業時間 11:00-22:00

ベーカリー＆スイーツ　ケソン

Melonpan Ice
メロンパンアイス

住所 Eastwood Citywalk 2, Bagumbayan, Quezon
営業時間 10:00-23:00

ベーカリー＆スイーツ　BGC

M Bakery
エム・ベーカリー

住所 1/F One Bonifacio High Street Mall, BGC, Taguig
電話 02-8847-9829 / 0917-633-1718
営業時間 8:00-22:00（日-木）/ 8:00-23:00（金-土）

ベーカリー＆スイーツ　BGC

Florentine
フローレンティーン

住所 1/F Grand Hyatt, 8th cor. 35 St., BGC, Taguig
電話 02-8838-1234
営業時間 7:00-19:00（月-金）/ 12:00-18:00（土・日）

ベーカリー＆スイーツ　BGC

Lartizan
ラーティザン

住所 McKinley Parkway, BGC, Taguig
電話 02-7946-7146
営業時間 7:30-22:00

ベーカリー＆スイーツ　タギッグ

Patisserie Kyo
パティスリー京

住所 1/F Trion Tower, 9th St. cor. McKinley Parkway, Taguig
電話 0917-308-3990 / 02-8779-8705
営業時間 10:00-16:00

ベーカリー＆スイーツ　タギッグ

Chiara's Gelateria
チアラス・ジェラテリア

住所 1/F Venice Grand Canal, Upper McKinley Road, McKinley Hill, Fort Bonifacio Taguig
電話 02-7946-3215
営業時間 11:00-23:00

ベーカリー＆スイーツ　パリャイ

Baker & Cook
ベーカー・アンド・クック

住所 1/F S Maison, Conrad Manila
電話 02-8246-9069
営業時間 10:00-22:00

ベーカリー＆スイーツ　マンダルヨン

Lucca Bakery
ルッカ・ベーカリー

住所 5/F Mega Fashion Hall, Mandaluyong
電話 02-7622-2246 / 0917-620-5103
営業時間 10:00-22:00

ベーカリー&スイーツ　マンダルヨン

Bake Cheese Tart
ベイクチーズタルト

住所 The Podium, Ortigas Center Mandaluyong Power Plant Mall, Rockwell Center, Makati
電話 02-8637-5729
営業時間 11:00-22:00

ベーカリー&スイーツ　アラバン

Manila Creamery
マニラ・クリーメリー

住所 Alabang Town Center, Alabang-Zapote Road, Muntinlupa
電話 0906-335-9771
営業時間 11:00-22:00（月 - 金）/ 10:00-22:00（土・日）

その他　BGC

BGC ハイストリートのセントラルスクエアモールにあるモンキーズピークコーヒー。F & B 業界、職場、および家庭のニーズに対応するシングルサービスのコーヒーおよびチョコレートドリンクソリューションとエスプレッソマシンを専門とする。CINO のネスプレッソ対応エスプレッソマシンの独占販売代理店でもある。

Monkeyspeak Coffee
モンキースピーク・カフェ

住所 Central Square Mall, B1, Bonifacio High Street, Taguig City
電話 02-7753-6405 / 0995-502-7452
e-Mail info@monkeyspeakcoffee.com
WEB www.monkeyspeakcoffee.com

その他

その他

調理前のシーフードを自分で選び、調理方法を指定できる"ダンパ"スタイルのレストラン。食べ放題メニューがあり（ロブスターなどの'PREMIUM'食材は別料金）。5 歳以下は無料、6～12 歳は半額なので、食べるリーズナブルに美味しいシーフードを楽しめる。

Isla Sugbu Seafood City
イスラ・スグブ・シーフード・シティ

住所 2/F Venice Grand Canal Mall, Upper McKinley Rd., McKinley Hill, Fort Bonifacio, Taguig
電話 0998-966-2990
営業時間 11:00-23:00（月 - 金）/10:00-23:00（土・日）

その他

ガンベロロッツが 6 年連続イタリアの白と認めた「クストーザスペリオーレカデルマーグロモンテデルフラ」など、実力派をはじめにワインの種類が豊富。贈答にも家使いもピッタリな 1 本を揃える。

IEstate Wine
エステートワイン

住所 G/F Republic Glass Building 196 Salcedo Street Legaspi Village Makati City
電話 02-8804-5028
営業時間 9:00-20:00
WEB http://www.estatewine.com.ph

その他

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の珈琲問屋。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、その人の好みに合ったコーヒーをご紹介、販売してくれる。

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

住所 1331 Angono Street, Makati, 1208 Metro Manila
営業時間 10:00-19:00
電話 02-7750-6200 / 02-8899-5410

その他

あのcoffee 店illyが提供するHOLIDAY GIFT SET（ホリデーギフトセット）。美味しいコーヒーを自宅でも楽しむことができる。Y1.1ユニットをの購入すると12缶のコーヒーをゲットできる特典あり。プレゼントにもご自宅用にも活用できそうだ。

illy Coffee
イッリカッフェ

電話 02-8696-0463 / 02-8531-8467 / 0917-526-8951 / 0917-551-7178
e-Mail sales@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@mcasiafoodtade.ph
IG: /mcasiafoodtradecorp I FB: /mcasiafoodtrade

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。

営業時間
10AM - 10PM

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

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 (PLDT) / **09982806008** (Smart)

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

Shopping Guide

ショッピング

※各モール・ショップの営業状況については、直接各ホール、ショップにお問い合わせください。

Greenbelt

グリーンベルト

グリーンベルトと言えば、緑あふれるガーデン、ハイエンドブランド店におしゃれなレストランが並ぶ、5つの建物がガーデンエリアを囲むように建てられています。散歩をしたり、写真を撮ったり、オープンエアのレストランで外の空気を感じながら食事を楽しんだり、様々な客層が楽しめるモールになっています。

住所 Legazpi Street, Makati, Kalakhang Manila
電話 02-7729-2137 / 02-7795-9595
営業時間 日 - 木
Greenbelt 1　10:00 ～ 20:00
Greenbelt 2, 3, 4, 5
11:00 ～ 21:00
金・土
Greenbelt 1　10:00 ～ 21:00
Greenbelt 2, 3, 4, 5
11:00 ～ 22:00

Greenbelt 1
生活に必要なものはここで

グリーンベルトで一番古いこのエリアは、ファーストフードやチェーン店が多くローカル向け。ホームセンターに文房具屋、ケータイショップ、スーパーと生活に必要なショップが集まり、買い物に何かと便利だ。グリーンベルト5に直結している。

Greenbelt 2
おしゃれなレストラン街

1階はおしゃれなレストラン街があり、フランスの洋菓子を売っているBIZUや和民などが軒を並べる。オープンエアの座席は、夜になると多くの客で賑わう。2階は駐車場になっていて、歩道橋からグリーンベルト3へ渡ることができる。

Greenbelt 3
エンターテイメントはばっちり

エンターテイメントの中心エリア。1 階はオープンエアのカフェやレストランがあり、2 階はグリルやバーも多く、夜になると活気づいてくる。シネマやカラオケボックス、ゲームセンターもあるので、若者も多い。

Greenbelt 4
高級ブランド勢ぞろい

PRADA、Bvlgari、Louis Vuitton と言った高級ブランドが並ぶ建物がグリーンベルト 4。2 つの建物に分かれていて、そのうち片方の建物の 2 階には本屋の Powerbooks、自然派コスメブランドの The Body Shop、携帯電話プロバイダー Globe のサービスセンターなどのショップが数軒並んでいる。

Greenbelt 5
ハイエンドなショップとレストラン

グリーンベルトで最も新しく、高級感のある建物がこちら。2 つの建物に分かれており、グリーンベルト 1 と直結している方はブティック、カメラ屋などのホビー系、おもちゃ屋などがあり、もう 1 つの建物は主にレストランが集まる。グリーンベルト 2 や 3 同様にオープンエアのレストランもあり、ガーデンの景色を楽しめる。

Glorietta

グロリエッタ

1990年にオープンした当時は4つのエリアで構成され、唯一離れになっているグロリエッタ5が2000年後半に追加されました。カジュアルファッションやレストランの多いローカル的な雰囲気で、フィリピン人の家族連れで賑わう。文房具屋や家具屋、ホームセンターなど多彩なショップもあり、割となんでも揃うが、迷子になるくらい広く複雑なのが少々難点。MRTのアヤラ駅に行き来するオフィスワーカーの通り道になっています。

住所 Glorietta, Ayala Center, Makati City
電話 02-7752-7272 / 02-7795-9595
営業時間 日－木 10:00 ～ 21:00
金・土 10:00 ～ 22:00

Glorietta 1
トレンディーな カジュアルファッション

カジュアルファッションが豊富で、若者向けのトレンディーなアパレルやシューズを売っているお店が多い。文房具屋、おもちゃ屋、ホームセンターもある。グロリエッタに隣接するホテル、Holiday Inn & Suites のエントランスもこちらにある。

Glorietta 2
パソコンやギター、フィギュアなどの専門店が豊富

数年前にリニューアルされ、グロリエッタの中でも新しくなったエリア。3階にはパソコンショップが並び、他にもペットショップ、ギター、アニメやアメコミのフィギュアなどちょっとマニアックなお店も。

Glorietta 屋上の新スポット Japan Town ジャパンタウン

2019年にオープン。Shaburi & Kintan Buffet（シャブリキンタン）、Washoku Musashi-Maru（和食むさし亭）などの和食レストランが並ぶ他、インスタ映えしそうな看板広告などで日本を演出。グロリエッタの新しいスポットになっている。

Glorietta 3

カフェ、レストラン それにスマホショップが

1階から3階まで、カフェやレストランが並ぶほか、3階はスマホメーカーのショップが並ぶ。1階にはイベントスペースも。覗いてみるのも楽しい。2019年に完成したジャパンタウンは、ここのエレベーターを利用すると便利。

Glorietta 4

雑貨、インテリアショップならこちら

3階にある広いフードコートはちょっと小腹がすいた時に。2階にもレストランが並び、老舗日本ベーカリーの Jipan などがある。また、インテリアショップではカーペットやカーテンなど、部屋に必要なものが揃う。

Glorietta 5

グロリエッタで一番おしゃれなエリア

一番新しく、唯一離れになっているエリア。新しいだけにグロリエッタの中では一番おしゃれで、ユニクロのグローバルフラッグシップショップが入っている。

Mall of ASIA

モール・オブ・アジア

アジア最大級のショッピングモール、モール・オブ・アジア（MOA）。総敷地面積 40 万㎡以上、レストランやファッションブランドなど約 800 店舗がひしめき、家族連れやカップルたちが集まるフィリピン随一の巨大商業施設。マニラ在住者なら一度は訪れたことがあるはず。店舗は年々増え続け、入れ替わりもあるので、ベテランさんももう一度チェックしてみましょう！

住所 Seaside Boulevard, Barangay 76, Bay City, Pasay
電話 02-8556-0680
営業時間 10:00 ～ 22:00

メインモール 1F
買い物しながらお食事も

ファッション関連のお店に加えて、本、文具、コスメ、玩具、時計など色々な種類の店舗が集まり、気軽に食事ができるレストランもたくさんある。モールの間に大きなスペースがあり、プロモーションが行われることもある。広々として、開放的なフロア。

PICK UP!

Cath Kidston

Cath Kidston はイギリス・ロンドン発祥のブランドで、花や植物をモチーフにしたバッグ、とくにリュックサックなどを売っているお店。商品とマッチしたお店のインテリアも可愛らしいデザイン。

EDSA Extension

Mall of Asia Arena

S Maison

Diosdado Macapagal Boulevard

メインモール 2F

徹底的に買い物を楽しむ

2 階は 1 階よりもさらに、ファッション関連のお店が増え、買い物に集中できそう。イスのある広めの休憩スペースもいくつか用意されており、歩き疲れても大丈夫。半透明の屋根から自然の日が差し、明るいフロア。

PICK UP!

Barbie

女児向けファッションを扱う、その名も Barbie。バービー人形をモチーフにした商品がずらり。バービーが着ているものと同じデザインの服をはじめ、バッグ、サンダル、傘なども取り扱う。店内は可愛らしいピンク色で統一されており、バービー好きの子にはたまらないだろう。

Entertainment Mall

海が見える開放的な音楽ホールも

左手 1、2 階にはレストランが集まるエリアがあり、SM デパートとメインモールの間（屋外）にもレストラン街がある。1 階にはレストランの他に、adidas、Mizuno、Office Warehouse などがある。2 階にも様々なショップがあり、宇治抹茶カフェ Ko はなかなかの人気。

SM デパート

何でも揃うおなじみのデパート

1 階は、衣料品、化粧品、香水、眼鏡、腕時計、アクセサリー。2 階は、バッグ、靴、特にカジュアルなスニーカーやサンダルを探すならここ。3 階は、子供用の服、アクセサリー、玩具、バッグ、小物。キッチン用品、収納道具、照明、家具、インテリア、寝具など。

SM ハイパーマーケット

充実の巨大スーパーマーケット

スーパーでありながら、衣料品、キッチン雑貨、家電など色々なものが揃う。P 66 均一の日本城コーナーや、輸入菓子、調味料を集めたコーナーも。レジを通過したところにフードコートスタイルのお店が並び、各種フィリピン料理やピザ、ポテト、クレープ、焼売などが売っている。

SM Megamall

SM メガモール

1991 年にオープンし、H&M や Forever 21、有名日本食レストランに映画館、そしてスケートリンクも併設されている大型商業施設です。2014 年に名だたるブランドが集結した新館「メガ・ファッション・ホール」もオープン。今やフィリピン最大規模のショッピングモールの座を獲得し、メガモールの名にふさわしく広大な敷地面積を誇り、ショッピングを思いっきり楽しめます。

住所 Epifanio de los Santos Avenue (EDSA) corner Doña Julia Vargas Avenue, Ortigas Center, Wack-Wack Greenhills, Mandaluyong
電話 02-8633-1769 / 02-8633-5042 - 46
営業時間 10:00 ～ 22:00

Mega A
家族みんなでショッピング

地下一階には kiddle cart というベビーカー、車いすの貸出ブースがある (有料)。1 階にはスポーツ用品のお店が集まったエリアがあり、2 階には赤ちゃん用品、子ども服、カジュアルファッション（男女）のお店が多い。3 階には SM シネマが入っている。

PICK UP!

Kultura

モール内でフィリピンらしいお土産を探すのは、意外と大変。そんな時におすすめなのが、Mega A1 階のこちらのお店。日本に持ち帰るお土産としてぴったりな、キーホルダー、お菓子、I Love マニラシリーズなどが揃う。フィリピン柄の T シャツは特に豊富で、他にもワンピース、サンダル、帽子など、南国フィリピンで必要な夏服は一通り揃えられそう。

PICK UP!

フードコート

フィリピン各地料理、BBQ のお店が多い。他に海鮮、和食、中華のお店もちらほら。フードコート周辺には、Toy Kingdom（玩具）、ゲームセンター、室内遊戯施設、メリーゴーランドなどが集まっており、子どもを遊ばせるにもよし。

Mega B

電化製品や美容関連の店舗も

地下から3階まではSMデパート、4階のCyberzoneには、パソコン、ゲーム、携帯ショップなど電化製品全般に関するお店がひしめく。5階には、マッサージ、ネイル、スパ、ヘアサロンなど美容関係の店舗が多数。航空会社、旅行会社も入っている。

PICK UP!

Mega Trade Hall

5階にあるこのホールではブースごとの出店で、エキゾチックな置物、家具、インテリア、食品、雑貨などが並ぶ。

PICK UP!

PowerBooks

2階のPowerBooksは、文具、手帳、便箋、ラッピング、おもちゃ、パズルなど本以外も充実。子ども向けの本が占める割合が、やや高め。

Mega D

人気のファッションブランドが集結

人気のアパレル店が集結するエリア。1階から3階までユニクロとH&M、ZARAも1、2階に入る。2階にはAMERICAN EAGLEが入る他、Lacosteも。3階レストラン街には、一風堂ラーメン、大阪王将など。4階には人気レストランVIKINGS、ボーリング、ビリヤード、5階にはスケートリンクがある。

Atrium

日本食が恋しくなったらここへ

Mega AとMega Bの間にあるエリア。2、3階にはYabu、Kichitora of Tokyoなど日本食レストランが目立つ。キッズ向けのアパレルショップなどもここに。また、3階にはスタバをはじめ喫茶店が多く、一休みできる。4階には日本食のほか、MEYLINなど中華レストランも並ぶ。

Bonifacio High Street

ボニファシオ ハイストリート

富裕層向け都市開発プロジェクトに沿って、広大な墓地跡地が再開発されているマニラ首都圏タギッグ市のグローバルシティー。その中でも、最も注目されているのが、2006年11月にオープンしたBonifacio High Street（ボニファシオハイストリート）。その名の通り、全長約50メートルのストリート（歩道）に、オシャレなカフェやレストラン、話題のショップが並びます。

緑が敷き詰められた歩道の中央には噴水が配され、その周りは、週末ともなると家族連れの憩いの場。夜は深夜遅くまで若者で賑わい昼と夜とでは違う雰囲気です。

他のモールと異なる特徴の1つがQuadrant（クアドラント）と呼ばれる8つの1階建てユニットに分かれていること。カルフォルニアのサンタモニカの遊歩場をイメージしているそう。フィリピンのサンタモニカとして、南国の明るい太陽の下、お洒落なオープンカフェ、通りを彩るショップが立ち並び、地元のみならず観光客に大人気のマニラの新スポットです。

住所 Bonifacio Global City, Fort Bonifacio
電話 02-8856-0523
営業時間 11:00-23:00（金・土）
11:00-10:00（日-木）

<ショップ＆レストランリスト>

◆ B1

Timezone
Oakley
Sole Mini
New Balance
Bo's Coffee
Texas Roadhouse
Stoked
Puma
R.O.X.

◆ B2

Hobbes & Landes
Sunglass Haven
Jansport
Shoesalon
Sole Academy
Pablo
Sperry
Krispy Kreme

◆ B3

Pancake House
Starbucks
Speedo
Runnr
Mizuno
Geox
TGI Fridays
JBL
Happylemon
Bambu
Pet City
French Sole
Fowl Bread
iStudio
Baseus
Seattle's Best Coffee
Nike Park

◆ B5

Bench/ and Bench Cafe
Brothers Burger
Tempur
Make Room More
Figaro
Patchi
Alessi
Healthy Options
Italianni's

◆ B6

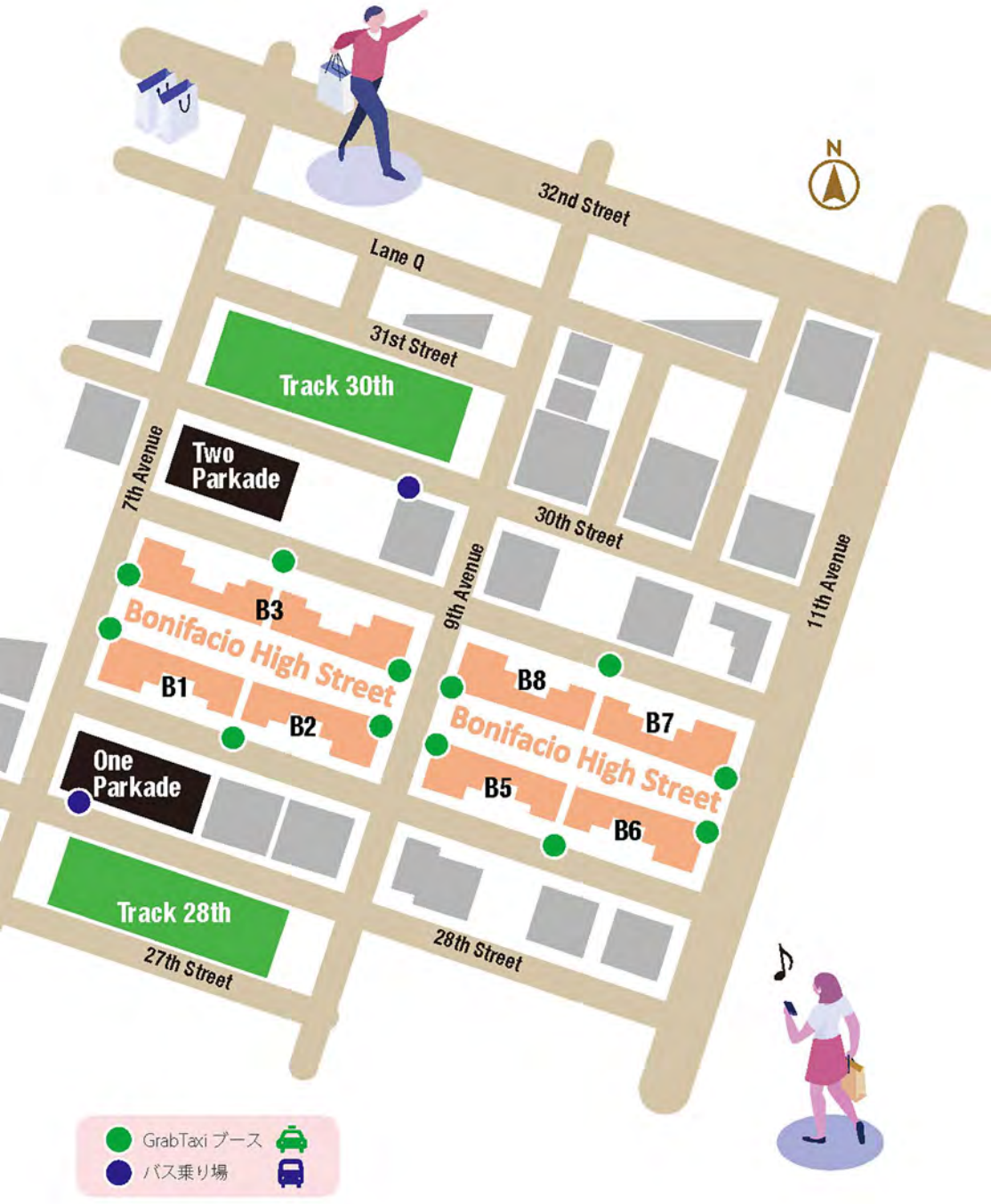
Claw Daddy's
New Bombay
Anytime Fitness
Under Armour
Staccato
Heroes Breakfast & Coffee
Fully Booked
Mini Shabu-Shabu
Typo
Springfield

◆ B7

Bread Talk
All Flip Flops
Penguin
Crocs
Calvin Klein
Old Navy
Soles
Marugame Udon
Dune
Kenneth Cole

◆ B8

The Wellness Spa
Charles & Keith
Pedro
The Coffee Bean & Tea Leaf
Alveo
The Face Shop
Lush
Urban Traveller
VMV Hypoallergenics
Baskin Robbins
La Senza


32nd Street
Lane Q
31st Street
Track 30th
Two Parkade
7th Avenue
30th Street
9th Avenue
11th Avenue
B3
Bonifacio High Street
B1
B2
B8
B7
Bonifacio High Street
B5
B6
One Parkade
Track 28th
27th Street
28th Street
N
GrabTaxi ブース
バス乗り場

その他のモール

Power Plant Mall
パワープラントモール

ロックウェル地区にあるショッピングモール。4フロアの中に、高級ブランドショップ、フィリピンの若手デザイナーをフューチャーしたエリア、ブックストアー、映画館、スーパーマーケット、レストランなどが軒を連ねる。

住所 Rockwell Drive cor. Estrella St. Makati City,
電話 02-8898-1702
営業時間 11:00-21:00（月 - 木）／ 11:00-22:00（金）／ 10:00-22:00（土）／ 10:00-21:00（日）

Century City Mall
センチュリーシティモール

2014年にオープンした高級感溢れるショッピングモール。映画館や日系のレスロランも入っていて、スーパーマーケットの品揃えも豊富。フードコートにはスイーツ専門店もあり、ゆっくり食事もできる。

住所 Kalayaan Ave., Century City, Makati
電話 02-8705-6200
営業時間 11:00-21:00（月 - 木）／ 10:00-22:00（金・土）／ 10:00-21:00（日）

SM Aura Premier
SM オーラ・プレミア

1889年に創立したフランスのベーカリーなどハイエンドモールならではの豪華なお店がいっぱい。食事や買い物の後はIMAXの3Dシネマやセレブ感抜群のDirector's Clubで映画鑑賞もいいし、景色満点のSkyparkでゆったり散歩もできる。

住所 26th Street Corner McKinley Parkway Bonifacio Global City, Taguig　電話 02-8815-2872
営業時間 10:00-22:00

Uptown Mall
アップタウン・モール

BGCの北側、マニラ日本人学校のすぐそばにあり、2015年11月にオープンした新しいモール。国内最大級のハイエンドナイトクラブに加え、海外の有名レストランチェーンが揃う。コンドミニアムなどの建設も進んでおり、今後ますます注目のエリアになるだろう。

住所 36th Street, Uptown Bonifacio, Bonifacio Global City, Taguig
電話 02-7616-7613 / 0917-554-1716
営業時間 10:00-22:00（日 - 木）/ 10:00-23:00（金・土）

Market! Market!
マーケット！マーケット！

他のモール同様に最新のファッション商品等を扱うお店以外に、フィリピン各地の特産、民芸品を扱うお店も集まるフィリピン初のショッピングモール。フィリピン各地方の特産品をはじめ、新鮮な野菜、果物、植物なども販売されている。

住所 26th St. cor. C5　Bonifacio Global City,Taguig
電話 02-8886-7519
営業時間 10:00-21:00（日 - 木）/ 10:00-22:00（金・土）

Venice Grand Canal Mall
ベニス・グランド・キャナル・モール

BGCの南にあるベニスのカナル・グランデをイメージして造られたショッピングモールで、街の真ん中に運河が流れ、運河の両端に数多くのレストランやショップが入っている。

住所 Upper McKinley Rd, Taguig
電話 02-7624-1971
営業時間 11:00-23:00（月 - 金）/ 10:00-22:00（土・日）

Shangri La Plaza
シャングリラ　プラザ

バーバリー、グッチなどの世界の一流ブランドが集まる品揃えが豊富な高級ショッピングセンター。ショッピング、食事、映画以外にアート＆文化にも力を入れ、さまざまなアート作品に出会えるイベントなども開催している。

住　所 EDSA cor. Shaw Blvd., Mandaluyong
電　話 02-8370-2500
営業時間 11:00-21:00（月 - 木）／11:00-22:00（金）／10:00-22:00（土）／10:00-21:00（日）

Greenhills Shopping Cente
グリーンヒルズ・ショッピング・センター

この庶民派ショッピングセンターは、元は映画館で改築され新しく飲食店やファッション店が集まるシアターモール、小洒落たレストランや映画館、多くのチャンゲと呼ばれる屋台風の小さなテナントが集まった建物から成る。

住　所 Ortigas Ave., Greenhills, San Juan, Metro Manila
電　話 02-8721-0572
営業時間 10:00-21:00（日 - 木）／10:00-22:00（金・土）

Alabang Town Center
アラバンタウンセンター

「FELL LIKE HOME」というコンセプトの元に、マニラでは最高級住宅街の前に建設された、高級ショッピングモール。オープンエアーを基本とした造りになっており、緑も多く、大変落ち着いた雰囲気。

住　所 Alabang Commercial Corporation Alabang-Zapote Road Muntinlupa
電　話 02-7795-9595
営業時間 11:00-21:00（月 - 金）／10:00-21:00（土・日）

SM City North EDSA
SM シティ・ノース・エドサ

SM モール・オブ・アジアと並び、フィリピン最大級の大きさを誇るショッピングモール。1985 年にオープン以来、アネックス館やスカイドームなど次々と新たな施設を建設し、常に変化し続けている。

住　所 SM City North Edsa, North Avenue corner, EDSA, 1100 Quezon
電　話 02-8929-6686 / 7759-8000
営業時間 10:00–22:00

Ayala Malls Manila Bay
アヤラモールアヤラベイ

2019 年 9 月 26 日にオープン。アヤラモールとしては国内最大を誇るショッピングモール。総面積 16 万 ㎡、エンターテインメントシティとアーカイバルモール SM モールオブアジアに近接。10 のデジタルシネマがある。

住　所 Asean Ave. Cor Diosdado Macapagal Blvd. Aseana City, Parañaque
電　話 02-7759-8000
営業時間 10:00-22:00（金 - 日）/ 11:00-21:00（月 - 木）

Festival Alabang
フェスティバル・アラバン（旧フェスティバルモール）

アラバン最大のモール。2 つの室内遊園地 X-Site と Pixie Forest があり、映画館が 10 館ある。River Park、Water Garden、Landmark supermarket and food center、そして Landmark department store というセクションから成る。

住　所 Commerce Avenue Filinvest Corporate City, Alabang, Muntinlupa, Metro Manila
電　話 02-8850-3517
営業時間 10:00-21:00

SHARP

Be Original.

JAPAN TECHNOLOGY

健康、そして快適をお届けします。

空気清浄機(IOT対応)

FP-J80EP-H 62 sq. m

25,000イオン/ cm3を放出
- IOT(インターネットオブシングス)操作
- コアンダエアフロー
- 3ステップフィルター
  新しいプレフィルター
  脱臭フィルター
  静電HEPAフィルター

HIGH-DENSITY 25000

ホットクック(自動水なし調理器)

KN-H24FA

- 自動調理
- 水なし調理
- タイマー調理
- 部品は洗浄可能
- 115ものレシピに対応

RACTIVE AIR (コードレス掃除機)

EC-A1RAS-P

- コードレス真空クリーナー
- サイクロンテクノロジー
- ターボファンモーター

標準モード: 約30分
強モード: 約8分
充電時間:80分

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

Beauty & Health

美容施設

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

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。

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。

施術後は明るい肌へ

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

O.B.C OBATA BEAUTY CLINIC

お客様に信頼と安心を。

☑ 安心・安全・結果重視
日本人医師監修だからできる安心・安全・結果重視の治療・施術!

☑ 効果を実感した治療のみ
実際に私たちが効果を実感した治療・施術のみをオススメしています。

☑ 明瞭な料金体系
必ずしも安価な料金ではない治療費・施術代。
安心してご利用いただく為に、明瞭な料金体系でご提供しております。

☑ セールスは一切おこないません。
日本人医師監修のクリニックなので、売り込み、セールスは一切ありません。
安心してご相談ください。

医療用の高機能機器を取り揃えて治療を行っています。

安心・安全・お手頃価格で美容医療を行っています。

例えば、レーザー脱毛両ワキ P399～フォトフェイシャル P3,000

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。02-838-6800(PLDT)
0947-508-8639(SMART) 0956-912-3844(GLOBE)

Unit GF D1, CRESCENT PARK RESIDENCES 30TH ST,
CORNER 2ND AVE, WEST BGC TAGUIG CITY 1634.

QR Codes

obatayushi

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

Natural®

Natural Quality Corporation
Live healthy. Go natural.

免疫力を高めましょう！

SHARING GOOD HEALTH

to the Next Generation

次の世代にも健康を！

Send a message to: +639188989601

www.gonatural.com.ph fb.com/togonatural instagram.com/ampalaya.plus/

Beauty

マニラの美容施設

美しくなりたい、また疲れがたまっているという人は、スパやマッサージでカラダの疲れを癒してリフレッシュしましょう。ヘアサロン、美容院なども合わせてご利用ください。

※最新のオープン状況は、web サイトをご確認ください。

ヘアサロン・ネイル・エステ

ヘアサロン

Natural HYPE®
ナチュラル・ハイプ

BGCのオシャレなヘアサロン。資生堂プロフェッショナルの頭皮のクレンジングと育毛効果のあるサロントリートメントを使用。ジャパンクオリティを提供している。

住所 2-D Blue Sapphire,30st Cor 2nd Avenue, Crescent Park West, Bonifacio Global City
営業時間 10:00-18:00（月 - 金）/ 9:00-17:00（土・日）
電話 02-8478-4226

ヘアサロン　ブランチ有

NORA HAIR SALON
ノラ・ヘアサロン

日本産のカラー剤で、ダメージレスで色持ちの良いヘアカラーサービスを提供。また、スタッフはバレイヤージュやハイライトなど、デザイン性の高いハイレベルなスキルを持つ。さらに最高級のトリートメントで、しなやかでサラサラな髪に。

住所 Unit G3 BSA Tower 108 Legaspi St., Legaspi Village, Makati City
営業時間 9:00-21:00（月 - 金）/ 10:00-21:00（土）/ 10:00-20:00（日）
電話 02-8843-6065

ヘアサロン　ブランチ有

junca salon
ジュンカ・サロン

フィリピンのセレブリティも通うお店。「純化」のコンセプトに基づき、見せかけだけの美ではなく、科学的検証を重ね、日本で独自開発した juncalogy と呼ばれる施術を行う。ミスユニバースのファイナリストなどにも認められている。

住所 Cityland Pasong Tamo Tower, 2210 Chino Roces Ave, Makati
営業時間 11:00-20:00（月休）
電話 0915-747-7470（Globe）/ 0921-723-5079（Smart）

ヘアサロン

Hair Salon Hide2A
ヘア・サロン・ヒデツーエー

マカティにある東京にも支店をもつヘアーサロン。個々のお客様の状態や髪質、なりたい質感に合わせた豊富なトリートメントメニューを用意している。頭皮の汚れはもちろん、気になる頭のシワ、たるみ、くすみにも効果抜群。

住所 Ground Floor, B and P Building, 843 Arnaiz Avenue, Legaspi Village, Makati
営業時間 10:00-20:00（月休）
電話 02-8779-8435

ヘアサロン

SORA an Aveda Salon
ソラ・アン・アヴェダ・サロン

世界中のセレブ愛用のオーガニックブランド「AVEDA」を使用したヘアーサービス。ネイル・アイラッシュ・セラピーメニューでは、日本の商材を使用し、日本式の技術で提供。

住所 Ground Floor, Fort Pointe Bldg, The Fort Strip, 28th Street, BGC
営業時間 9:00-19:00（日 - 祝休）
電話 02-8573-7259 / 0977-482-8200 (Globe) / 0929-709-5705 (Smart)

ヘアサロン　ブランチ有

KIYOSA Japanese Total Beauty
キヨサ・ジャパニーズ・トータル・ビューティ

トータルビューティーを提案するビューティーサロン。シャンプー・カラー・パーマで使用するアイテムは日本人の髪質に最適なものを取り揃えている。日本人スタッフによる施術できれいを手に入れよう。

住所 G/F, F1 Hotel, 32nd St., Cor. Lane Q, Bonifacio Global City, Taguig City
営業時間 11:00-22:00
電話 0939-915-8888

ヘアサロン

TENG ROMA
テング・ローマ

「東京、自由が丘の Salon」がコンセプトのこだわりサロン。ケミカルリスクを考え、日本産の刺激の少ないカラー&パーマ剤、そしてシャンプー (Sulfat Free) を使用している。

住所 Fairmount Hotel 4F 1 Raffles Drive Makati Avenue, Makati
営業時間 9:00-20:00
電話 02-8555-9824

ヘアサロン

Barbero de Japon
バーベロ・デ・ジャポン

日本の理容店がマカティにオープン。ヘアカット＆顔剃りを P390 という低価格で提供。他にもヘッドスパやフェイスパック等のサービスもある。ロケーションは、マカティメディカルから徒歩 5 分。

住所 Oriental Garden Makati,G/F UNIT-N LOTUS Chino Roces Ave, Makati
営業時間 9:00-22:00
電話 02-7900-1456

スキンケア

TOKYO GLAM　トウキョウ・グラム

ベイエリアの新巨大モール、アヤラマニラベイに位置。お客様それぞれのライフスタイルに合わせたデザインを提供する人気サロン。日本人アイリスト・ネイリストが在住しており日本でも大流行中のフラットラッシュ、旬のジェルネイルアートがオススメだ。

住所 4th Floor, Unit 4291, Ayala Malls Bay, Asean Avenue cor. Macapagal Blvd, Aseana City, Brgy, Tambo, Paranaque City 1700
営業時間 11:00-21:00（月 - 木）/ 10:00-22:00（金 - 日）
電話 02-7900-7074 / 0917-143-3804

スキンケア　ブランチ有

Skincare Solutions Clinic
スキンケア・ソリューションズ

お肌ケア、トラブル解消でお馴染みのクリニック。皮膚の専門医が、一人ひとりにあったケアをお手頃価格で提供。痛みのないレーザー治療で、ハリ、ツヤのある若々しい美肌へ。

住所 Unit 1-H Grand Hamptons Tower 1, 31st St. corner 2nd Ave., Bonifacio Global City, Taguig
営業時間 10:00-20:00（日休）
電話 02-8856-6960 / 0917-433-8172

スキンケア

OBATA BEAUTY CLINIC
オービーシー・オバタビューティー・クリニック

皮膚科専門ドクターが在籍し、肌あれなどの治療ができる。フォトフェイシャル・レーザー脱法・ボトックス・ピーリングニキビ治療・エレクトロポレーション・レーザーポレーションダーマシャイン・いぼ治療・ホクロ治療・シミ、しわ治療等、医療用の高機能機器での治療を行う。

住所 30th St Corner, Crescent Park Residence, Unit D-1, 2nd Ave, Taguig
営業時間 11:00-20:00（月～金）/ 10:00-18:00（土・日）
電話 02-8838-6800 / 0947-508-8639 (Smart) / 0956-912-3844(Globe)

スキンケア

Wilson & Ayache
ウィルソン・アンド・アヤシュ・クリニック

1 フロアで全身をケアすることもできるという、嬉しいクリニック。同じフロアには、サロン、スパ、フィットネスセンターなどもあり、マッサージ、マニキュア、フットスクラブなどのトリートメントを受けることも可能。

住所 Lower G/F Legaspi Park View Bldg., 134 Legaspi Vill. Makati C.Palanca St.Legaspi Vill. Makati
営業時間 11:00-20:00 （月休）
電話 02-8846-6725 / 0917-594-5766

ネイル

Elite Nails
エリート・ネイル

ジェルネイルはシンプルでありながらエレガントな仕上がり。人気の「ネイルとハンド&フットスパ」のパッケージプランは、ラベンダーなどのアロマの香りに包まれてプロの癒しを体感できる。お店はマカティ市役所近く。

住所 JP Rizal Ave., cor. F Zobel St., Brgy. Poblacion, Makati
営業時間 12:00-24:00（月 - 土）/ 24 時間（日）
電話 02-7500-6312 / 0939-931-1687

スキンケア

Yakson House
ヤクソン・ハウス

心と体の健康と美しさを求める全ての方へ。普段の生活でこり固まった筋肉や骨を弛緩させ、血液の循環をスムーズにしてくれる骨気セラピーを提供。小顔効果が期待できる他、骨盤矯正や OX 脚にも効果大。

住所 G4 Perla Mansion117 Don C, Palanca St., Legaspi Village, Makati
営業時間 10:00-20:00（日休）
電話 02-8892-9441 / 0905-439-3761

アイラッシュ（つけまつげ）　ブランチ有

Ayumi Japan Eyelash & Nail Art
アユミ・ジャパン・アイラッシュ＆ネイルアート

日本のまつげエクステ専門サロン DOT1101 と連携し日本品質の施術をフィリピンで提供している。使用している SD(5 本束) まつげエクステは 250 ～ 300 本。長さも 9mm ～ 14mm まで選べる。 自然毛に近いクロテンやミンクなどの高級毛のみを使用し高品質。

住所 294 Aguirre Ave., BF Homes, Paranaque
営業時間 10:00-21:00
電話 02-8800-6514

デンタルホワイトニング

The Smile Bar
ザ・スマイル・バー

エステのような審美歯科「Smile Bar」。歯のホワイトニングには興味あるけれど、歯医者は苦手…という方にもおすすめ。使用している治療器具は最新のもので、従来のキーンという治療音とはかけ離れていてとても静か。痛みなく治療を受けることができます。

住所 2F Uptown Parade BGC Taguig
営業時間 10:00-23:00
電話 02-8541-2853 / 0917-148-5659

整体・理学りょう法・トレーニング

整体・理学りょう法・トレーニング

Orange Fitness
オレンジフィットネス

月額 9800 ペソ、日本人トレーナーによるパーソナルトレーニングが受け放題のジムが MGCQ 移行後、BGC せることができる。まず無料体験レッスンを！、だんぜんお得なプロモもあるので web をチェックしてみましょう。

住所 2/F Serendra, 11th Ave. Bonifacio Global City(Beyond Yoga 内)
電話 0916-500-4113（日本人対応）
FB Orange Fitness Club

整体・理学りょう法・トレーニング

Cocona Makati Clinic　ココナ・マカティ・クリニック

頭痛・腰痛・肩こりなどでお悩みの方や小顔矯正・美鍼にご興味ある方はお試しください。

住所 1037 Teresa St , Brgy Valenzuela, Makati City
電話 02-8256-6889 / 0945-506-6333（英語・タガログ）/ 0917-878-3508：Dr.Coco（日本語）
営業時間 13:00-21:00（月 - 金）/ 10:00-18:00（土・日・祝）

整体・理学りょう法・トレーニング

Physiaré by Almario Physio Tea m
フィジエア・バイ・アルマリオ・フィジオ・チーム

BGC にクリニックを構えるフィジカル・セラピー・クリニック。最新の機器を導入し、リハビリを目的としたフィジカル・セラピーなどのサービスを提供し、アスリートなどの利用者が多い。

住所 808 The Infinity, 26 th Street, corner 11 th Avenue, BGC, Taguig
電話 0977-831-3424 / 027-750-6796
FB almariophysioteam

整体・理学りょう法・トレーニング　ブランチ有

KA・RA・DA ／カラダファクトリー

日本でも関東圏を中心に店舗展開する、総合整体サロン KA・RA・DA。骨格や筋肉を調整してバランスを整える AP バランスコースは、肩や腰に慢性的な痛みを感じる、仕事でずっと同じ姿勢をしているという方に特におすすめ。
詳細は、ウェブで各店舗ごとの情報をご確認ください。
http://www.karada.com.ph/

整体・理学りょう法・トレーニング

Shiatsu, Hari, Massage Service ／指圧、鍼、マッサージサービス

臨床経験を持つ元日本鍼灸師会講師が常駐し、漢方・鍼・つぼ理論に基づ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。東西医学に基づいた健康相談も日本語で分かりやすく対応してくれるので安心。

住所 1668 Dian St., San Isidro, Makati
電話 02-8843-4275 / 0949-123-1628

健康食品

健康食品

Go Natural
ゴー ナチュラル

フィリピン発の栄養補助食品、サプリメントを取り扱う。血糖値を平常にする効果が期待される薬草 Ampalaya Plus（アンパラヤ・プラス）のほか、次世代を担うお子様のための健康のためのサプリも用意している。

WEB http://gonatural.com.ph
FB togonatural

スパ＆マッサージ

スパ＆マッサージ

NEW LASEMA JJIM JIL BANG & SPA
ラセマ・チム・チル・バン＆スパ

チムチルバン (JJIM JIL BANG) とは健康ランドの一種で、施設内にはネイルサロン、韓国式サウナが楽しめるスパ、そしてマッサージもある。新たに場所を変えて 2018 年 1 月に再オープンした。半日たっぷり利用できるフルパッケージも。お手頃に施設を満喫できる。

住所 #8846 Sampaloc st. Cor. Estrella st. San Antonio village Makati City
営業時間 年中無休
電話 0995-783-0094 / 0995-871-7389

スパ＆マッサージ

I'M Onsen Spa
アイム・オンセン・スパ

I'M Hotel 内にあるフィリピン初の銭湯スタイルスパ。お手頃な価格で提供し、健康を維持してもらいたいという思いがある。スパ、マッサージ、健康茶、ビュッフェまでがセットになったパッケージがある。

住所 7852 Makati Avenue Corner Kalayaan Avenue, Makati City
営業時間 12:00 - 翌 2:00（月 - 木）/10:00- 翌 3:00（金 - 日）
電話 02-7755-7877

スパ＆マッサージ

Aramesh Spa & Wellness
アラメシュ・スパ・アンド・ウェルネス

フィリピン人とイラン人のハーフで美人歯科女医 2 名が 2012 年にオープンした、隠れ家のようなスパ。指圧とオイルマッサージを組み合わせた伝統のディープマッサージは、コリをしっかりとほぐしてくれる。男性にも人気のスパだ。

住所 Unit 601, 6/F Heart Tower 108 Valero st., Salcedo Vill.,Makati 営業時間 13:00-24:00
電話 02-8478-7738 / 0917-509-2010

スパ＆マッサージ

Deverana Spa（Dusit Thani Manila）
テワラン・スパ

マニラの中心地マカティ地区に位置するデュシ・タニ・マニラ付属のタイ式スパ。マッサージ、スクラブ、トリートメントやフェイシャルなどを組み合わせたコースも提供している。

住所 Dusit Thani Manila Ayala Avenue, 1223 Makati
電話 02-7238-8856

スパ＆マッサージ

CHI, The Spa（EDSA Shangri-La）
チ・ザ・スパ

エドサ・シャングリラ・マニラ内の客室とは別に専用棟を構えるラグジュアリーなスパ。一歩中に入ると、落ち着いた色調のインテリアとアロマの香りがいっぱいに広がる。隠れ家的なプライベート空間でリラックスを。

住所 4&S/F Garden Wing, 1 Garden Way, Ortigas Center, Mandaluyong
電話 02-8633-8888

スパ＆マッサージ

SM Kenko Spa
SM 健康スパ

マニラ初、世界クラスの日本式健康スパ。禅にインスパイアされたインテリアが、極上のくつろぎ空間を演出している。SM 健康名物のマッサージ、スパロマセラピー（1 時間のマッサージとサウナ）で、至福のひと時を。

住所 5/F Jipang Building Roxas Blvd., cor. Sen Gil Puyat Ave., Pasay
電話 02-8536-7777 / 02-8536-5830 / 02-8834-7777

スパ＆マッサージ

Marina Bay Spa and Lifestyle Club
マリーナ・ベイ＆ライフスタイル・クラブ

マニラ湾を一望する豪華なフィットネス＆ウェルネスクラブで特別な時間を。場所は Mall of Asia の Seaside Blvd. 沿いにある。

住所 Esplanade Seaside Terminal, Seaside Blvd. Mall of Asia Complex, Pasay City 1300
営業時間 11:00 - 24:00（月 - 木）/ 11:00 - 翌 2:00（金 - 日）
電話 0977-831-2888 / 0920-976-8888

スパ＆マッサージ

Dr. Lee Chinese Acupuncture Clinic／ドクターリー・チャイニーズ・アキュパンクチャー・クリニック

11 年間中国で伝統的な鍼治療を学んだ Lee In Soo 医師は、筋肉痛から高血圧、不妊症といった高度な治療を必要とするものまで、あらゆる鍼治療を行っている。加えて、韓国から取り寄せた電気鍼も使用し、痛みに対する治療と健康回復をさらに強化。漢方薬、美容 / 顔面鍼、お灸も行っている。

住所 Stall 4 #58 Aguirre St. Dexcon Building, BF Homes, Paranaque
電話 02-8401-8933

スパ＆マッサージ

Flow Spa ／フロー・スパ

マルコ・ポール・オルティガスのラグジュアリーなスパ。モダンで洗練された内装の室内は、アロマの香りが漂い、最上級のリラクゼーションスペースとなっている。熟練のセラピストに身を委ねて、極上のリラックス体験をぜひ。

住所 22/F, Flow, Meralco Ave. and Sapphire St., Ortigas Center, Pasig
電話 02-7720-7777

スパ＆マッサージ

Fuji Health & Fitness Center ／フジ・ヘルス・アンド・フィットネスセンター

日頃疲れた体をマッサージで癒したい、ゆっくり足を伸ばして湯船につかりたい、と思ったらこちらへどうぞ。また、長椅子でリラックスできるラウンジでは、モニターで日本のテレビ全チャンネルをリアルタイムで楽しめる。

住所 Little Tokyo, 2277 Chino Roces Ave., Makati
電話 02-8815-1034 / 02-8818-4444

スパ&マッサージ　ブランチ有

Island Spa ／アイランド・スパ

リゾートワールドにあるスパ。竹や石を使ったマッサージ、フットマッサージなど数多くのメニューを提供。店内は、エキゾチックな音楽とインテリアで、落ち着きのある空間を演出している。マカティにも支店あり。

住所 Unit 1, S/F Newport Mall, 100 Andrews Ave. Resorts World Manila, Pasay
電話 02-8823-1055 / 02-8823-3212 / 0917-882-1055

スパ&マッサージ

Japan Spa Yamachu ／ジャパン・スパ　山忠

日本の健康ランドをイメージして、大浴場、サウナ、マッサージ、散髪、ネイルケア、フェイシャルトリートメントの施設を完備。地域随一の大きさを誇る大浴場でくつろいだあとは、日本食を提供する食事処もある。

住所 1766 Mabini St., Malate
電話 02-8354-5035

スパ&マッサージ

Sweet Massage ／スウィート・マッサージ

24時間営業のホテル&ホテルマッサージ。
BGC / Makati / Ortigas / Alabang / Pasay / Malate / Paranaque　ご利用時間：2時間～　＊料金は施術場所によって異なります＊

電話 0926-747-4100 / 0915-307-9790

スパ&マッサージ

Nobu Spa ／ノブ・スパ

巨大エンタテインメント施設、シティ・オブ・ドリームズにあるホテル内のスパ。宿泊客専用のスパ&フィットネスセンターは、23.2メートルのプール付き。熟練されたセラピストによる、究極の癒しを。

住所 Level 1 Nobu Hotel, Aseana Ave. cor. Roxas Blvd., Entertainment City, Paranaque
電話 02-8691-2751

スパ&マッサージ

Olympia Spa ／オリンピア・スパ

サマーセットホテルにある隠れた人気スパ。オイル、指圧、フット、フェイシャルなど、様々なマッサージが受けられ、ゴルフ帰りの男性客も多く訪れる。セラピストを自宅などに呼んでサービスを受けることも可能。

住所 G/F Somerset Olympia, 7912 Makati Ave., Makati
電話 0930-867-1118

スパ&マッサージ

Quan Spa ／クアン・スパ

マリオットホテル内にあるラグジュアリーなスパ。空港から近く、空港を利用する人も含め幅広いゲストを出迎える。音楽、空調、照明、ウェルカムドリンクなどもカスタマイズでき、1人1人に合わせた癒しの空間を提供。

住所 Marriott Hotel Manila, No.10 Newport Boulevard, Newport City Complex, Pasay
電話 02-8988-9999

スパ&マッサージ

The Peninsula Spa ／ペニンシュラ・スパ

数々の受賞歴を誇る豪華なスパで、トロピカルガーデンに囲まれた屋外プール付き。マニラを代表するモダンな空間とトリートメント各種で究極のリラクゼーションをご提供。最先端のマシン設備を設置したフィットネスセンターも。

住所 The Peninsula Manila Corner of Ayala and Makati Avenues, Makati
電話 02-8887-2888

スパ&マッサージ

WELLNESS SPA（Solaire）／ウェルネス・スパ

ベイエリアの大型カジノリゾートホテルソレア・リゾート・アンド・カジノにあるスパ。心地よいアロマの香りと行き届いたサービスで心身共にリラックス。また、ジャグジーやスチームサウナもあり、時間を忘れてくつろげる。

住所 1 Aseana Ave., Entertainment City, Tambo, Paranaque
電話 02-8888-8888

スパ&マッサージ

Terazi Spa（Discovery Primea）／テラツィ・スパ

一押しは大理石でできたターキッシュバス。スチームで温められた大理石のベッドで、ターキッシュスクラブマッサージを受けられる。他にもフィリピン伝統のヒロットマッサージなど、贅沢なリラクゼーションを体験するならここ。

住所 3/F Discovery Primea, 6749 Ayala Ave., Makati
電話 02-7955-8888 / 0917-679-4567

スパ&マッサージ

WILLOW STREAM ／ウィロー・ストリーム

フェアモント・ホテルの4階にあるスパ。化学薬品を一切使わず、銅のイオンで除菌し、温水を循環するミネラルプールがあるのが最大の特徴。最高級スパでのこのセレブリティーパーティーは経験する価値あり！

住所 1 Raffles Drive, Makati Ave., Makati
電話 02-8795-1888

スパ&マッサージ

Rodeo Spa ロデオ・スパ

アラバンで NO1 マッサージ！

住所 Unit 61 2F MSA Prime Center, Prime St., Madrigal Business Park, Muntinlupa
営業時間 11:00-22:00
電話 02-8552-1321 / 0905-310-4000

ホームマッサージ

Best Massage ／ベストマッサージ	営業時間 年中無休・24 時間 電話 0906-053-1258 / 0919-804-5931
J&J Need Massage ／ジェイ&ジェイ・ニードマッサージ	営業時間 年中無休・24 時間 電話 02-8583-3101 / 0995-992-0965 / 0999-341-6068
Sakura Massage ／サクラ・マッサージ	営業時間 年中無休・24 時間 電話 02-8897-4890 / 0916-259-8945 / 0920-656-6817
Family Massage ／ファミリーマッサージ	営業時間 年中無休・24 時間 電話 0927-3782369 / 0920-4622669
Seven Angels Massage ／セブンエンジェルスマッサージ	営業時間 24 時間 電話 02-7219-5770 FB 7angelsmassage
Angel's Touch ／エンジェルズタッチ	営業時間 24 時間 電話 0921-759-8686 / 0945-304-2925 / 0945-184-7053
RnR Golden Palm Massage RnR ／ ゴールデン・パルム・マッサージ	営業時間 年中無休・24 時間 電話 02-8692-3916 / 0905-305-8562 / 0933-819-7412
Tomodachi Massage ／トモダチ・マッサージ	営業時間 年中無休・24 時間 電話 02-8332-0026 / 0977-236-1655 / 0907-564-6546
Iza Touch ／イザ・タッチ	営業時間 24 時間 電話 0961-116-6449 / 0949-586-8661 / 0906-935-2188 / 0935-812-2995
Ai care massaji　アイケアマッサージ	営業時間 24 時間 電話 0920-879-1239 LINE acm588
Model Massage ／モデルマッサージ	営業時間 年中無休・24 時間 電話 0929-662-9302 / 0915-685-9385
Silver Sky Spa ／シルバー・スカイ　スパ	営業時間 年中無休・12:00～翌 4:00 電話 02-8729-4305 / 0928-318-8888 / 0917-524-5959
Sistar Massage ／シスター・マッサージ	営業時間 年中無休・24 時間 電話 0915-650-5909 / 0977-374-5241 / 0999-812-9999
Smooth Massage ／スムース・マッサージ	営業時間 年中無休・24 時間 電話 0995-986-9602 / 0942-961-7029
Sugar Massage ／シュガー・マッサージ	営業時間 年中無休・24 時間 電話 0906-552-0156
ASIAN MASSAGE ／アジアン・マッサージ	営業時間 年中無休・24 時間 電話 0917-882-7426
L. Buddies MASSAGE ／エル・バディーズ・マッサージ	営業時間 年中無休・24 時間 電話 0927-744-8900
LB Chan - Massage　／エルビーチャンマッサージ	営業時間 年中無休・24 時間 電話 0917-621-2442 / 0927-908-8515 / 0925-610-6293
Amazing Pretty Massage ／ アメージング・プリティ・マッサージ	営業時間 年中無休・24 時間 電話 0977-333-7377 / 0917-156-3367
Orenji Massage　／オレンジ・マッサージ	営業時間 年中無休・24 時間 電話 0967-513-8202 / 0938-847-3930
Hannah Massage and Teal Spa ／ ハンナ・マッサージ・アンド・ティールスパ	営業時間 年中無休・24 時間 電話 0915-072-4040 / 0927-775-6999 / 0906-456-5678
Vision Gym home service- Fitness Gym ／ ビジョンジム・ホームサービス・フィットネスジム	電話 02-633-7279 / 02-821-1400 / 0917-114-3888 / 0917-892-8555
Massage Ichiban Umai ／マッサージ一番うまい	電話 0905-336-0795 e-Mail ichibanumai@gmail.com

Travel & Hotel

マニラのホテル

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。

AccessTrip
TRANSPORT SERVICE

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

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

ALPHARD

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

HIACE

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

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**
cnLaccesstrip@yahoo.com

1974年創業・マニラ随一の信用を誇る!!

フレンドシップツアーズ

日本国大使館認定 査証申請代理期間 安心サービスの旅行会社

旅行関連
- ●フィリピンオリジナルツアー、手配致します
- ●格安航空券予約・販売(チケット配達サービス)
- ●フィリピン国内旅行、日本パッケージツアー
- ●ホテル予約・ロングステイ斡旋
- ●査証ビザ申請代行

査証・その他
- ●永住・退職者ビザ取得代行
- ●空港送迎・観光レンタカー・ガイド手配
- ●ダイビング・フィッシング等のマリーンスポーツ手配
- ●ゴルフプレイ予約・案内
- ●通訳・翻訳
- ●ボランティア活動支援

[営業時間] 午前9時〜午後6時　日曜・祭日：休業　土曜：午後1時まで

マニラオフィス
3F Dusit Thani Manila, Ayala Center, Makati City, Metro Manila
TEL (02) 840-1060
FAX (02) 818-8978 / 892-8899
藤田・木村・石倉
国内営業所：マニラ・セブ・ダバオ

セブオフィス
UNIT 2-508, 5th floor, OITC 2 BUILDING, OAKRIDGE BUSINESS PARK, A.S. Fortuna Street, Banilad, Mandaue City, Cebu
TEL (032) 345-3459 / 344-4825
FAX (032) 344-4714

https://friendshipmanila.com　info@friendshipmanila.com

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) Php26,500〜

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://ableph.wixsite.com/able-car-services/car-rent

【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

Travel & Leisure

Manila

マニラのホテル

メトロマニラの主要なホテルをご紹介します。また現在の営業情報は、QRコードからフィリピン観光省の情報をご確認ください。

ホテル

Discovery Primea
ディスカバリー・プレミア

住所 6749 Ayala Ave, Makati, 1226 Metro Manila
電話 02-7955-8888 / 02-7988-2988

ホテル

Conrad Manila
コンラッドマニラ

住所 Seaside Boulevard, Coral Way, Pasay, 1300 Metro Manila
電話 02-8833-9999

ホテル

EDSA Shangri-La Manila
エドサ・シャングリ・ラ マニラ

住所 1 Garden Way, Ortigas Centre, Mandaluyong City
電話 02-8633-8888 / 02-8634-7303

ホテル

Dusit Thani Manila
デュシタニ・マニラ

住所 Mezzanine Level, Dusit Thani Manila, Ayala Center Makati
電話 02-7238-8888

ホテル

Makati Diamond Residences
マカティ・ダイアモンド・レジデンシズ

住所 118 Legazpi Street, Legazpi Village, Makati City
電話 02-5317-0999 / 02-8878-9699

ホテル

Fairmont Makati
フェアモント・マカティ

住所 1 Raffles Drive, Makati Avenue Makati City
電話 02-7795-1888

ホテル

Makati Shangri-La
マカティ・シャングリ・ラ

住所 Ayala cor. Makati Ave., Makati
電話 02-813-8888

ホテル

City of Dreams Manila
シティ・オブ・ドリームズ・マニラ

住所 Asean Ave. cor. Roxas Blvd. Entertainment City, Parañaque
電話 02-8800-8080

ホテル

Marco Polo Ortigas Manila
マルコ・ポーロ・オルティガス・マニラ

住所 Meralco Ave. and Sapphire St., Ortigas Center, Pasig
電話 02-7720-7777 / 0917-811-7724

ホテル

NEW WORLD MAKATI HOTEL
ニュー・ワールド・マカティ・ホテル

住所 Esperanza Street corner Makati Avenue, Ayala Center, Makati City 1228, Philippines
電話 02-8811-6888

ホテル

Okada Manila
オカダ・マニラ

住所 New Seaside Dr, Parañaque, 1701 Metro Manila
電話 02-8888-0777

ホテル

JOY NOSTALG HOTEL & SUITES MANILA
ジョイ・ノスタルグ・ホテル＆スイーツ・マニラ

住所 JoyNostalg Center Manila 17 ADB Ave., Ortigas Center, Pasig
電話 02-8637-7888

ホテル

Sheraton Manila Bay
シェラトン・マニラ・ベイ

住所 M. Adriatico corner Gen. Malvar Streets, Manila 1004, Malate
電話 02-5318-0788

ホテル

Manila Marriott Hotel
マニラ・マリオット・ホテル

住所 2 Resorts Drive, Pasay City, 1309 Metro Manila
電話 02-8988-9999

ホテル

Shangri-La at the Fort, Manila
シャングリ・ラ・アット・ザ・フォートマニラ

住所 30th Street corner 5th Avenue Bonifacio Global City, Taguig City
電話 02-8820-0888

ホテル

Maxims Hotel
マキシムズ・ホテル

住所 Newport Boulevard, Newport City, Pasay
電話 02-7908-8888

ホテル

Solaire Resort and Casino Manila
ソレイア・リゾート・アンド・カジノ・マニラ

住所 1 Aseana Ave., Entertainment City, Tambo, Paranaque
電話 02-8888-8888

ホテル

New World Manila Bay Hotel
ニュー・ワールド・マニラ・ベイ・ホテル

住所 1588 Pedro Gil cor. M.H. Del Pilar, Manila
電話 02-8252-6888

ホテル

The Manila Hotel
マニラ・ホテル

住所 One Rizal Park, 0913, Manila
電話 02-8527-0011

ホテル
Raffles Makati
ラッフルズ・マカティ

住所 1 Raffles Drive, Makati Avenue Makati City
電話 02-8555-9777

ホテル
Makati Palace Hotel
マカティ・パレス・ホテル

住所 5011 P. Burgos corner Caceres St., Makati City
電話 02-8899-0344 / 0999-991-3622 / 0917-580-8660

ホテル
Sofitel Philippine Plaza Manila
ソフィテル・フィリピン・プラザ・マニラ

住所 CCP Complex, Roxas Boulevard, Pasay
電話 02-8573-3555

ホテル
Hotel Okura Manila
ホテル・オークラ・マニラ

住所 2 Palm Drive, Resorts World Manila, Pasay City
電話 02-5318-2888

ホテル
The Bellevue Manila
ザ・ベルビュー・マニラ

住所 Noth Bridgeway, Filinvest City Alabang
電話 02-8771-8181

ホテル
Hilton Manila
ヒルトン・マニラ

住所 1 Newport Boulevard, Newport City, Pasay
電話 02-7239-7788

ホテル
The Peninsula Manila
ザ・ペニンシュラ・マニラ

住所 Corner of Ayala and Makati Avenues, 1226, Makati
電話 02-8887-2888

ホテル
Grand Hyatt Manila
グランド・ハイアット・マニラ

住所 8th Avenue corner 35th Street, Bonifacio Global City, Taguig City
電話 02-8838-1234

ホテル
I'M Hotel
アイム・ホテル

住所 Makati Ave., corner Kalayaan Ave., Makati City
電話 02-8755-7888

ホテル
Networld Hotel
ネットワールド・ホテル

住所 Jipang Building Roxas Blvd. cor. Sen.Gil Puyat Ave., Pasay
電話 02-8536-7777 / 02-8834-7777

Acacia Hotel Manila アカシア・ホテル・マニラ	住所 5400 East Asia Drive cor. Commerce Ave., Filivest CorporateCity, Alabang, Muntinlupa 電話 02-7720-2000
ARMADA HOTEL MANILA アルマダ・ホテル・マニラ	住所 2108 Marcelo H. Del Pilar Street, Malate, Manila 1004, Philippines 電話 02-8526-0888
Aruga by Rockwell Hotel アルーガ・バイ・ロックウェル・ホテル	住所 Waterfront Drive, Rockwell Center, Makati 電話 02-8818-0000
Ascott Makati アスコット・マカティ	住所 Glorietta 4, Ayala Centre, Makati 電話 02-7729-8888
ASTORIA PLAZA アストリア・プラザ	住所 15 J. Escriva Drive, Ortigas Business District, Pasig 電話 02-8687-1111 ／ 02-335-1111
Azumi Boutique Hotel アズミ・ブティック・ホテル	住所 2205 Market St., Madrigal Business Park, Phase III,Alabang, Muntinlupa 電話 02-8869-9888
Best Western Hotel La Corona ベスト・ウェスタン・ホテル・ラ・コロナホテル	住所 1166 M.H. Del Pilar St., cor. Arquiza St., Ermita 電話 02-8524-2631 to 35
Best Western Plus Antel Hotel ベスト・ウェスタン・プラス・アンテル・ホテル	住所 A. Venue 7829 Makati Ave., Makati 電話 02-403-0888
City Garden Grand Hotel シティー・ガーデン・グランド・ホテル	住所 8008 Makati Ave. cor. Kalayaan Ave., Makati 電話 02-8888-8181 ／ 0999-888-8181
City Garden Hotel Makati シティー・ガーデン・ホテル・マカティ	住所 7870 Makati Ave. cor. Kalayaan Ave., Makati 電話 02-8899-1111
Diamond Hotel Philippines ダイアモンド ホテル フィリピン	住所 Roxas, Boulevard cor. Dr.J Quintos St., Manila 電話 02-8528-3000 ／ 02-8305-3000
DISCOVERY SUITES ディスカバリー・スイーツ	住所 25 ADB Ave., Ortigas Center Pasig 電話 02-7719-8888
F1 Hotel Manila エフ・ワン・ホテル・マニラ	住所 32nd St., Bonifacio Global City, Taguig 電話 02-8928-9888 ／ 02-908-7888
Holiday Inn & Suites Makati ホリデイ・イン・アンド・スイーツ・マカティ	住所 Glorietta Mall, Palm Drive, Ayala Center 電話 02-7909-0888
Hotel Celeste ホテル・セレステ	住所 02 San Lorenzo Drive cor., A. Arnaiz Ave., San Lorenzo Village, Makati 電話 02-8887-8080
Hotel Jen Manila ホテル・ジェン・マニラ	住所 3001 Roxas Boulevard, 1305 Pasay 電話 02-7795-8888
KL Tower Serviced Residences KL タワー サービスド レジデンシズ	住所 117 Gamboa St. Legaspi Village Makati Manila 電話 02-8845-0084
Manila Lotus Hotel マニラ・ロータス・ホテル	住所 1227 A. Mabini cor. Padre Faura St., Ermita, Manila 電話 02-8522-1515
The Luneta Hotel ザ・ルネタ・ホテル	住所 414 T.M. Kalaw St. Ermita, Manila 電話 02-8875-8921
Amorsolo Mansion Apartments & Suites アムロソロ・マンション・アパートメント&スイーツ	住所 130 Amorsolo Street, Legazpi Village, Makati, 1229 Kalakhang Maynila 電話 02-8818-6811
Mansion Group MABINI マンション・グループ・マビニ	住所 1011 A. Mabini St. Ermita Manila City 電話 02-8521-4776
The Oasis Paco Park Hotel ザ・オアシス・パコ・パーク・ホテル	住所 1032-34 Belen St., Paco 電話 02-8521-2371 to 75
PARQUE ESPANA RESIDENCE HOTEL パルケ・エスパーニャ・レジデンス・ホテル	住所 5309 East Asia Drive, Filinvest Corporate City, Alabang 電話 02-8850-5847 ／ 02-8850-5880 to 81
PEARL GARDEN HOTEL パール・ガーデン・ホテル	住所 1700 M. Adriatico St., cor. General Malvar St., Malate 電話 02-8525-1000
Remington Hotel レミントン・ホテル	住所 Newport Boulevard, Pasay Airport Area, Pasay, 1309 Metro Manila 電話 02-7908-8600
Seda Hotel セダ・ホテル	住所 30th St. cor., 11th Ave., Bonifacio Global City, Taguig 電話 02-7945-8888
SOMERSET MILLENNIUM MAKATI サマセット・ミレニアム・マカティ	住所 No 104 Aguirre St., Legaspi Village, Makati 電話 02-7750-7888
St Giles Makati セント・ジャイルズ・マカティ	住所 Makati Avenue Corner Kalayaan Avenue, Makati 電話 02-8988-9888
The B Hotel ザ・ビー・ホテル	住所 2107 Prime St., Madrigal Business Park, Ayala Alabang 電話 02-8828-8181

THE HERITAGE HOTEL MANILA ザ・ヘリテージ・ホテル・マニラ	住所 Roxas Boulevard cor. EDSA Pasay 電話 02-8854-8888／02-8854-8833
THE LINDEN SUITES ザ・リンデン・スイーツ	住所 37 San Miguel Ave., Ortigas Centre, Pasig 電話 02-8638-7878
THE MALAYAN PLAZA ザ・マライアン・プラザ	住所 ADB Ave. cor. Opal Road, Pasig 電話 02-8706-0055／02-8635-2969
The Picasso Boutique Serviced Residences ザ・ピカソ・ブティック・サービスド・レジデンス	住所 119 L.P. Leviste St, Salcedo Village, Makati 電話 02-8828-4774
WATERFRONT MANILA PAVILION HOTEL AND CASINO ウォーターフロント・マニラ・パビリオン・ホテル・アンド・カジノ	住所 United Nations Ave., Ermita 電話 02-8522-3301
Y2 Residence Y2 レジデンス	住所 B. Valdez, Makati, Kalakhang Maynila 電話 02-3224-3000

トラベルエージェンシー

ARS DREAM TRAVEL & TOUR アールス ドリームト ラベル＆ツアー	住所 Suite 1701, Metropolitan Tower, 1746 A.Mabini St., Malate, Manila, Philippines 電話 02-8525-7184 WEB https://www.arsdreamph.com/ 営業時間 9:00-18:00（月 - 金）/ 9:00-15:00（土）/ 日休
Baron Travel バロントラベル	住所 3rd Floor, PCCI Corporate Center, 118 L.P. Leviste Street, Salcedo Village, Makati, 1227 Metro Manila 電話 02-8817-4926 WEB http://barontravel.ph 営業時間 8:30-17:30（月 - 金）/ 8:30-0:00（土）/ 日休
Discovery Tour ディスカバリー・ツアー	住所 G/F unit301 Sagittarius Building, H.V.Dela Costa Street, Salcedo Village, Makati City 電話 02-8818-3328 営業時間 9:00-18:00（月 - 金）/ 9:00-12:00（土）/ 日休
Friendship Tours フレンドシップツアー	住所 3F Dusit Thani Manila Ayala Center Makati city Metro Manila Philippines 1223 電話 02-8840-1060／02-8894-1124（時間外：0928-506-8162） 営業時間 8:30-17:30（月 - 金）/ 8:30-12:00（土）/ 日休
H.I.S. (Philippines) Travel Corp. エイチ・アイ・エス	住所 Shopping Arcade 2F,Serendra, Bonifacio High Street, Bonifacio GlobalTaguig City, Philippines 電話 02-7915-0351 営業時間 10:00-19:00（月 - 金）/ 10:00-15:00（土）/ 日休
JTB ASIA PACIFIC PHIL. CORP. ジェイ・ティー・ビー・ アジア・パシフィック・フィリピン	住所 18/F Unit 2. RCBC Savings Bank Corporate Center, 26th & 25th Sts. Bonifacio Global City, Taguig City 1634 電話 02-8894-5528 営業時間 8:45-17:45（月 - 金）/ 土日休
NEMOTO KESA TRAVEL & TOURS ねもとトラベル＆ツアーズ	住所 323-C Sen. Gil Puyat, Pasay City, Philippines 電話 日本語ホットライン：02-8497-4461（フリーダイヤル）／02-8521-3928 営業時間 9:00-18:00(月～金)、9:00-12:00（土）/ 日休
Philippine Travel Factory, Inc. フィリピントラベル ファクトリー	住所 U1206 Antel Corporate Centre, 121 Valero Street, Bel-Air, Makati, 1209 Metro Manila, Philippines 電話 02-8836-1574 WEB https://www.facebook.com/philippinetravelfactory/
PTN Travel PTN トラベル	住所 Brgy Saac II, Lapu-lapu City Cebu Philippines 6015 電話 032-340-7910 WEB http://www.ptn.com.ph/ 営業時間 8:00-17:00（月 - 金）/ 土日休
Rakuten Travel 楽天トラベル	WEB 楽天トラベル公式 HP https://travel.rakuten.co.jp/kaigai/
Universal Holidays, Inc. ユニバーサル ホリデイズ	住所 Mezzanine Floor, Dusit Thani Hotel Ayala Center, Makati City 1223, Philipines 電話 02-8859-3827/8859-3828/ 8859-3829 営業時間 9:00-16:00（月 - 金）/ 9:00-12:00（土）/ 日休 WEB https://www.universalholidays.com/
Dream of Cebu ドリーム・オブ・セブ	住所 3rd flr, Cebu Yacht Club Bldg, F. Martir St, Lapu-Lapu City, 6015 Cebu 電話 032-233-1597 営業時間 8:30-17:30 WEB https://dreamofcebu.com/

Golf & Other Sports

ゴルフ ／ その他スポーツ

ゴルフ場

ゴルフ場　マニラ近郊

Ayala Greenfield Golf Club

住所 Greenfield Estates, Barangay Puting Lupa, Calamba, Laguna
電話 0917-882-4452 / 049-833-3333

ゴルフ場　マニラ近郊

Canlubang Golf & Country Club

住所 Canlubang Sugar Estate, Canlubang, Laguna
電話 02-890-9321 / 049-543-2640

ゴルフ場　マニラ近郊

KC Filipinas Golf Resort Club

住所 Narra Road, San Antonio, San Pedro Laguna
電話 02-8868-0267

ゴルフ場　マニラ近郊

Mount Malarayat Golf & Country Club

住所 Barangay Dagatan, Lipa City 4217, Batangas
電話 043-756-7008 / 043-706-9806 (Golf Bookings)

ゴルフ場　マニラ近郊

Sherwood Hills Golf Club

住所 Brgy. Cabezas, Trece Martirez City Cavite
電話 046-419-0671

ゴルフ場　マニラ近郊

South Forbes Golf Club

住所 Sta. Rosa, Laguna Blvd, Silang, Cavite
電話 0917-702-3815

ゴルフ場　マニラ近郊

Sta. Elena Golf Club

住所 Borrio. Malitlit, Sta. Rosa, Laguna
電話 02-8862-8873

ゴルフ場　マニラ近郊

Summit Point Golf & Country Club

住所 Brgy Plaridel, Lipa City, Batangas
電話 0917-504-8584

ゴルフ場　マニラ近郊

Tagaytay Midlands Golf Club

住所 Fairways Drive, Talisay, Tagaytay, Cavite 4120
電話 046-483-0848

ゴルフ場　マニラ近郊

The Manila Southwoods Golf & Country Club

住所 Congressional Rd, Carmona, Cavite
電話 046-419-8190

ゴルフ場　マニラ近郊

The Orchard Golf & Country Club

住所 Aguinaldo Highway, Dasmarinas, Cavite
電話 02-8982-2000 / 046-416-5931

ゴルフ場　マニラ近郊

Eagle Ridge Golf Club

住所 Barangay Javalera, Gen. Trias, Cavite
電話 046-683-3323 / 0917-529-1809 (Golf Bookings)

ゴルフ場　マニラ近郊

Anvaya Cove Golf & Sports Club

住所 Barangay Mabayo, Morong, Bataan
電話 02-7943-4400

ゴルフ場　マニラ近郊

Philippine Army Golf Course

住所 Fort Andres Bonifacio, Bayani Road, Taguig, Metro Manila, Philippines
電話 0930-822-3058

ゴルフ場　マニラ近郊

Eastridge Golf Club

住所 Eastridge Ave, Binangonan, Rizal
電話 02-8651-2275 / 02-8651-2240

ゴルフ場　マニラ近郊

Subic International Golf Club

住所 6900 Binictican Drive, Subic Bay Freeport Zone, 2222 Zambales
電話 047-250-3765 / 0917-319-1156

写真提供：大橋直輝

ゴルフ場　マニラ近郊

Valley Golf & Country Club

住所 Don Celso S. Tuason Ave. Antipolo City 1870
電話 02-8658-4901 ～ 03

ゴルフ場　マニラ近郊

The Riviera Golf Club

住所 By Pass Road Aguinaldo Highway, Silang Cavite
電話 02-8888-9089

Driving Range（ゴルフ練習場）

Makati	**Manila Golf & Country Club**	住所 Harward Road , Bonifacio Global City , Taguig City 電話 02-8815-2641 営業時間 5:00 - 22:00
Taguig	**Philippine Navy Golf Club**	住所 Diego Silang Street, Bonifacio Naval Station (BNS), Fort Bonifacio, Makati 電話 02-8819-2780 営業時間 5:30 - 18:00
Pasig	**City Golf Development Corp.**	住所 1512, J Vargas Avenue, Pasig 電話 02-8683-0620 営業時間 9:00-22:00 （月 - 金）/ 9:00-
	Citygolf Driving Range	住所 Doña Julia Vargas Ave, Pasig 電話 02-8683-0620 営業時間 6:00-20:30（月 - 水）/ 6:00-19:30（木 - 日）
Quezon	**Camp Aguinaldo Driving Range**	住所 EDSA, Camp Aguinaldo, Quezon City 電話 02-8421-1294 営業時間 6:00-20:00
	LogCom Golf Driving Range	住所 Logistical Command, Camp Aguinaldo, Quezon 電話 02-8912-4714 営業時間 6:00-20:30（月 - 金）/ 6:00 - 19:30（土 - 日）
	Veterans Memorial Medical Center Golf Club	住所 Mindanao Avenue, Project 6, Quezon 電話 02-8920-1190 営業時間 24時間（木 - 火）/ 6:00 - 20:30（水）
	Veter Golf Club	住所 46 Mindanao Avenue, Project 6, Quezon City 電話 02-8920-1190 営業時間 9:00-18:00
Pasay	**Villamor Golf Club**	住所 Pasay, Metro Manila 電話 02-8853-4978 営業時間 5:00-22:00
Manila	**Club Intramuros Golf Course**	住所 Bonifacio Drive, Intramuros, Manila 電話 02-8527-6612 営業時間 6:00-14:30
Las Piñas	**Las Piñas Golf Range**	住所 268 Alabang - Zapote Road Pamplona II, Metro Manila, Las Piñas, Kalakhang Maynila 電話 02-8874-3632 営業時間 6:00-21:00
	Southlinks Golf Club	住所 Southvale Dr, Almanza Dos, Las Pinas 電話 8533 3821 営業時間
Mandaluyong	**Wack Wack Golf & Country Club**	住所 Wack Wack Road Shaw Boulevard, Mandaluyong 電話 02-8723-0665 営業時間 5:00-21:00
メトロ・マニラ	**Aquamundo Sports**	住所 G/F Robelle Hotel 877 JP Rizal St., Poblacion Makati City, Philippines 1210 電話 813-2782 / 817-2782 WEB http://www.aquamundosports.com
	Pacific Blue Dive Center	住所 Century Plaza Ground Floor-D, Perea St., Legaspi Village, Makati City e-Mail info@pacificblueasia.com WEB http://www.pacificblueasia.com/
	Summer Cruise and Diving	住所 3677 Bautista St., Palanan, Makati City 電話 0928-554-9185 WEB http://www.asiacruise77.net
	Dive & Trek Manila Office	住所 15 Clipper Ave., Bayview village, Quirino Ave., Tambo, Paranaque City 電話 02-8851-8746/ 0917-881-7186

ダイビングショップ&リゾート

セブ	FUN & SUN	住所 Clotilde Commercial Center, Unit 301 M.L. Quezon Ave, Casuntingan Mandaue City, 6014 Cebu 電話 032-255-4531 WEB http://www.funsundivetravel.com
	Savedra Dive Center	住所 5 Star Dive Center, Panagsama Beach, Moalboal, 6032 Cebu 電話 032-474-3132 WEB http://www.savedra.com
	SCOTTY'S Action Sports Network	住所 Punta Engano Road, Lapu-Lapu City, Mactan 6015, Cebu 電話 032-231-5060 / 032-231-5061 WEB http://www.divescotty.com
	Thresher Shark Divers	住所 thresher shark divers, Malapascua Island, Daanbantayan, Central Visayas 電話 0917-795-9433 / 0927-612-3359 WEB http://malapascua-diving.com
	Sea Explorers Philippines	住所 SeaExplorers Phillippines, 36 Archbishop Reyes Avenue, VCFI Building, Cebu City 電話 032-234-0248 WEB http://www.sea-explorers.com
	Dream of CEBU	住所 3rd flr, Cebu Yacht Club Bldg, F. Martir St, Lapu-Lapu City, 6015 Cebu 電話 0998-966-4868（日本語）NATSUKI UOZUMI e-Mail booking@dreamofcebu.com
パラワン	El-Dive	住所 Rizal street, Barangay Maligaya, 電話 0999-171-2915 営業時間 8:00-20:00 WEB el-dive.com
	Dugong Dive Center	住所 El Rio y Mar, San Jose, Coron, Palawan 電話 0920-951-9100 / 0917-866-9877 WEB https://www.dugongdivecenter.com
	Neptune Dive Center	住所 National Highway, Coron, 5316 Palawan 電話 0921-760-7492 WEB http://www.neptunedivecenter.com
	Submariner Diving Center El Nido	住所 Hama Street Brgy. Masagana, 5313 El Nido, Palawan 電話 0917-140-1188 WEB https://www.submarinerdiving.com/
	Tarvis Dive Center / Diving School Palawan	住所 Roxas, Palawan 電話 0915-795-2404 WEB http://www.tarvisdivecenter.com
	Puerto Del Sol Resort & Discovery Dive Center Palawan	住所 Puerto Del Sol Bay, Concepcion, Busuanga Island, 5317 Palawan 電話 0966-187-7663 WEB http://www.puertodelsolresort.com
バタンガス	Dive & Trek	住所 San Pablo, Bauan, Batangas 電話 02-851-8746 / 0917-881-7186 WEB http://diveandtrek.com/
	Pacifico Azul Resort	住所 Brgy. Ligaya, Anilao, Mabini, Batangas 電話 0918-929-4070 / 0917-577-9270 WEB http://www.pacificblueasia.com/jp/diveshop.html
	Sun Beam Marine Sports Resort Corp.	住所 Sitio Looc, Brgy. Bagalangit Anilao Mabini, Batangas 電話 0920-903-8055 / 0919-352-5568 WEB http://www.divesunbeam.com/
ボホール	Alona Divers	住所 Alona Beach, Tawala Panglao Island, Bohol 6340 電話 038-502-9043 WEB http://www.alonadivers.com
	Balicasag Island Dive Resort	住所 Balicasag Island, Panglao, Bohol 電話 038-502-6001 / 038-501-0674
	Nova Beach Resort Bohol, Inc.	住所 Hoyohoy, Tawala, Panglao, Bohol 電話 0917-553-0454 WEB https://novabeachresort.com
ボラカイ	Aqualife Divers Academy	住所 Manggayad Manoc-Manoc Boracay Island, Malay, Aklan 5608 電話 036-288-3276 WEB http://www.aqualifediversacademy.com
	Boracay Scuba	住所 D'mall Boracay, Staition 2, Malay Aklan 電話 036-288-1784
	Calypso Diving	住所 Calypso Beach & Dive Resort Boracay, Station 3, Manoc Manoc, Boracay Island, Malay, Aklan 電話 036-288-3206 WEB http://www.calypso-boracay.com
	Island Staff Diving and Tour Shopee, Inc.	住所 Angol, White Beach Path, Boracay, Malay, 5608 Aklan 電話 036-288-1318 / 036-288-3316 WEB http://diveshop-islandstaff.jp
	Victory Diver	住所 White Beach Station 2, Boracay Island Malay Aklan 電話 036-288-6056 WEB http://www.victorydivers.com/
ミンドロ	Action Divers	住所 Small Lalaguna Beach, Puerto Galera, Oriental Mindoro 5203 電話 043-287-3320 WEB http://www.actiondivers.com
	Atlantis Dive Resort	住所 Sabang Beach, Puerto Galera, Oriental Mindoro 電話 043-287-3067 WEB http://www.atlantishotel.com
	Big Apple Dive Resort	住所 Sabang Beach, Puerto Galera, Oriental Mindoro 電話 043-287-3134 WEB http://www.divebigapple.com
	Garden of Eden	住所 Sabang Beach, Puerto Galera, Mindoro 電話 0917-812-6625 WEB http://www.cocktaildivers.com
	La Laguna Beach Club and Dive Center	住所 Big La Laguna Beach, Puerto Galera, Oriental Mindoro 電話 043-287-3181 / 0917-794-0323 WEB https://llbc.com.ph
	Octopus Divers in Villa Sabang	住所 Sabang Beach, Puerto Galera, Oriental Mindoro 電話 0919-379-0811 WEB http://www.mac-octopusdivers.com

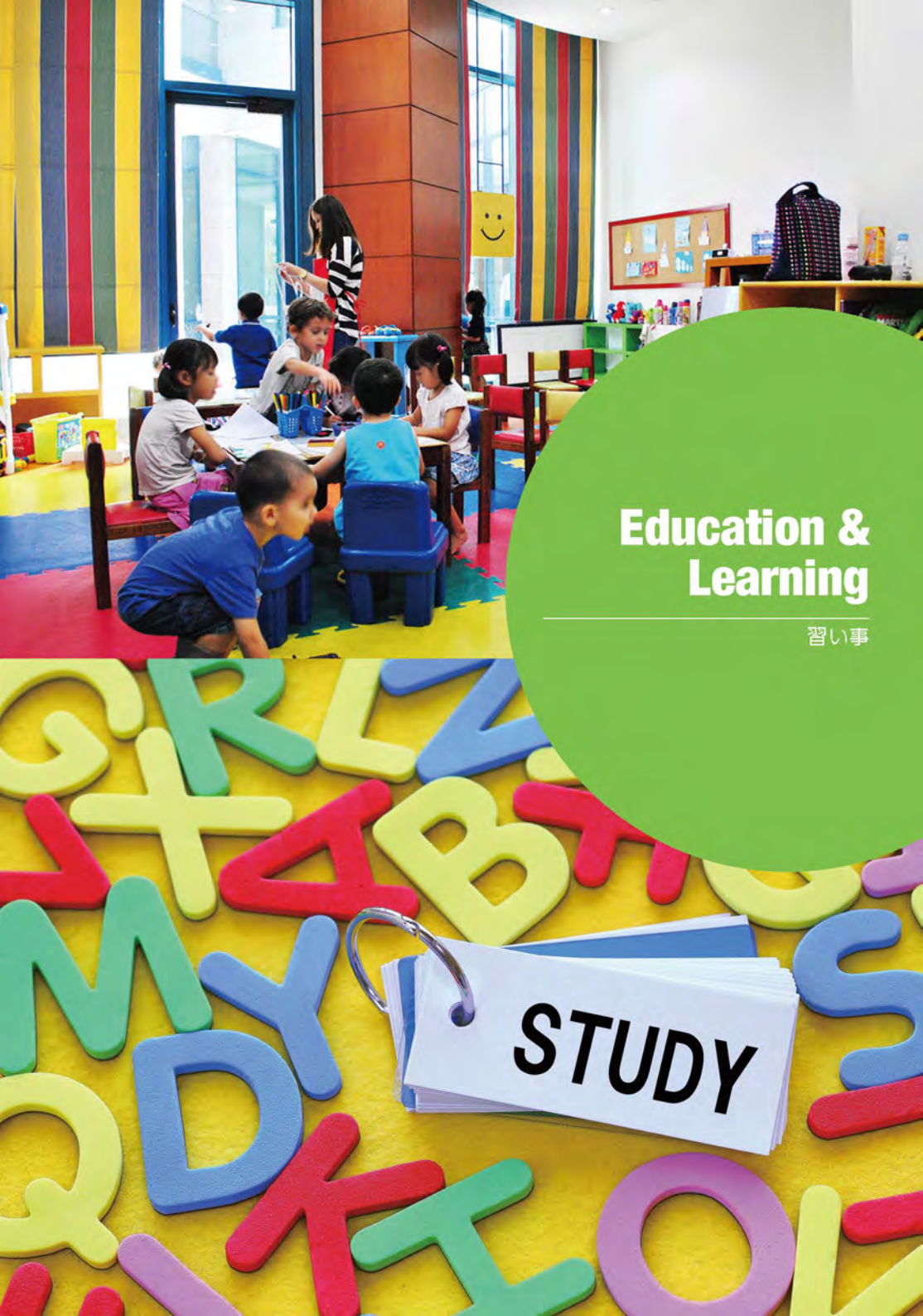
スポーツ・ダンスサークル・グループ

		TEL	備考
Makati	極真空手道連盟	0917-861-1022 / 0915-564-0063	日本語可
	ELORDE BOXING GYM　02-8710-2151	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）	日本語可
	日本プロゴルフ協会中山プロ ゴルフスクール	0919-214-9777	日本語可
	ACE STRIKES(男女バレーボール)	0917-899-5700（山内）	日本語可
	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
	マニラ日本人社交ダンス部	0906-577-3925,0917-622-0898	日本語可
	バレエ（ペリースタジオ）	0915-312-2980	日本語可
	Bicram Yoga	02-8889-0126 / 0917-800-3512	
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）	0917-718-1874（向山）	
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
Alabang/Manila	SM Skating Rink (スケート、アイスホッケー)	02-8800-0426	キッズ歓迎
Alabang	Philippines Gymnastics and Athletics Academy	02-3377-5461	
Cavite	Two Wheelers (野球)	0929-894-3350	日本語可
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

ゴルフサークル・グループ

リビエラ会	y0917-899-0408 ／ asuma@kanejin.com
鷺遊会（しゅうゆうかい）	0917-507-8215 ／ nota@darumacorp.com
だいやめ会	0917-816-9136 ／ s_tange@surtecphils.com
まにらレフティー会	0908-895-2113 ／ tadashi-yokotani@next.takatsuki.co.jp
マニラ濃青会	09493533160：h.kano@glv.ne.jp
マニラ関大会	riyo.yamamoto@ph.yusen-logistics.com
マニラ立命館大学校友会 ゴルフ部	+62-921-762-3420：ise-z@wni.com
待兼会・咲耶会	0917-500-7674,：seiji.mukai@cscl.ph

※連絡先は変更になる場合がございます。最新の情報は Primer の WEB サイトをご確認ください。
※本リストに掲載ご希望の団体様は Primer（Information@primer.ph）までご連絡ください。



Education & Learning

習い事

Education & Learning

教育・習い事

フィリピンにはどんな学校があるの？やっぱり日本語で学ばせた方がいいの？　でもせっかく海外にいるのだから、国際的な環境で英語も学ばせたい。お子様の将来にかかる学校選びは、慎重に行いたいものです。また駐在員の方が学べる習い事も紹介します。

※各施設等のオープン・運営状況は、変更されている場合がございます。「学ぶ」のカテゴリをご覧いただくか、直接各施設にご連絡のうえご確認ください。

〈プレスクール〉プライベートスクール

Cambridge Child Development Center
ケンブリッジ・チャイルド・デベロップメント・センター

住所 2F Cambridge Centre, 108 Tordesillas St, Salcedo Vill, Makati
電話 02-8844-8633/ 02-8844-8392/ 0915-661-0901
WEB http://cambridge.com.ph/
FB https://www.facebook.com/CambridgePhilippines/

〈プレスクール〉プライベートスクール

GYMBOREE PLAY & MUSIC
ジンボリー・プレイ&ミュージック

住所 Manila Polo Club, 17 McKinley Road, Forbes Park, Makati
電話 02-817-0951
WEB www.gymboree-ph.com

〈プレスクール〉ジャパニーズスクール

Childcare Center Whiz
ウィズこども園

住所 3F Grand Central Park, BGC, Taguig City
電話 02-8529-2129
WEB https://whizkids.jp/

〈エレメンタリースクール〉ジャパニーズスクール

Manila Japanese School
在フィリピン日本国大使館付属 マニラ日本人学校

住所 University Park, Bonifacio Global City, Taguig, Metro Manila,
電話 02-8840-1424
WEB http://www.mjs.org.ph/

〈プレスクール〉プライベートスクール

Happy Hearts @ Rockwell Club
ハッピー・ハーツ @ ロックウェル・クラブ

住所 23 Amorsolo Drive, Rockwell Center, Makati City 1200
電話 02-798-1736 / 0917-811-3731
WEB www.happyhearts.ph

〈プレスクール〉ジャパニーズスクール

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

住所 69 Paseo de Roxas St, Urdanate Village, Makati
電話 02-8894-3114　WEB www.oisca-youchien.com

〈エレメンタリースクール〉インターナショナルスクール

International School Manila
インターナショナル・スクール・マニラ

住所 University Parkway, Fort Bonifacio Global City, Taguig City
電話 02-8840-8400
WEB http://www.ismanila.org/

《エレメンタリースクール》《インターナショナルスクール》

Brent International School Manila
ブレント・インターナショナル・スクール・マニラ

住所 Brentville Subdivision, Barangay Mamplasan, Biñan, Laguna
電話 02-8779-5140 / 049-544-5100 / 049-511-4330 / 4333
WEB http://brent.edu.ph/

《エレメンタリースクール》《インターナショナルスクール》

British School Manila
ブリティッシュ・スクール・マニラ

住所 36th Street, University Park, Bonifacio Global City, 1634 Taguig City
電話 02-8860-4800
WEB http://www.britishschoolmanila.org/

《プレスクール》《プライベートスクール》

9th Avenue School　ナインス・アベニュー・スクール

住所 M/F Active Fun Bldg., 9th Ave. cor. 28th St. Bonifacio Global City, Taguig City
電話 02-8856-1478
WEB http://9thavenueschool.com/

《エレメンタリースクール》《プライベートスクール》

Ateneo Grade School アテネオ・グレード・スクール

住所 Katipunan Avenue, Loyola Heights, Quezon City 1108
電話 02-8426-6001
WEB http://www.ateneo.edu/
FB https://www.facebook.com/ateneodemanila

《プレスクール》《プライベートスクール》

Acacia Waldorf School
アカシア・ウォルドルフ・スクール

住所 Hacienda Sta. Elena, Sta Rosa, Laguna
電話 0917-554-0435 / 0998-980-8185
WEB http://acaciawaldorfschool.com/

《エレメンタリースクール》《プライベートスクール》

Colegio San Agustin コレヒオ・サン・アグスティン

住所 Palm Avenue, corner Carissa Street. Dasmariñas Village, Makati City
電話 02-8844-3723/ 02-8844-3603
WEB http://csa.edu.ph/
FB https://www.facebook.comCSAMAAOfficialAccount/

《プレスクール》《プライベートスクール》

Fun-D-Mentals Preschool
ファン・ディー・メンタルズ・プレスクール

住所 Ground Floor Salcedo Mansion, 109 Tordesillas Street, Salcedo Village, Makati City
電話 063-281-8964
WEB http://fundamentalspreschool.weebly.com/index.html

《エレメンタリースクール》《プライベートスクール》

Caritas Don Bosco School カリタス・ドン・ボスコ・スクール

住所 Laguna Blvd., Laguna Technopark, Brgy. Biñan, Biñan, Laguna
電話 049-541-2954
WEB http://caritasdonbosco.weebly.com/
FB https://www.facebook.comCaritasDonBoscoSchool/

《プレスクール》《プライベートスクール》

Maria Montessori Foundation
マリア・モンテソーリ・ファウンデーション

住所 Maria Montessori Foundation, Caimito Drive, Ayala Alabang Village
電話 02-8842-4409
WEB http://www.mmfi.edu.ph/

《エレメンタリースクール》《プライベートスクール》

La Salle Green Hills ラ・サール・グリーン・ヒルズ

住所 343 Ortigas Avenue, Mandaluyong
電話 02-8721-2000
WEB http://www.lsgh.edu.ph/
FB https://www.facebook.com/La-Salle-Green-Hills-est-1959-115488105460079/

《プレスクール》《プライベートスクール》

Montessori de Manila
モンテソーリ・デ・マニラ

住所 73 Pablo Roman St., BF Homes Executive Village, Las Piñas City
電話 02-8805-9863/ 02-8805-0871
WEB https://www.montessoridemanila.edu.ph/

《エレメンタリースクール》《インターナショナルスクール》

Nord Anglia International School Manila
ノード・アングリア・インターナショナル・スクール・マニラ

住所 Bradco Avenue, Aseana Business Park, Paranaque City
電話 02-8519-5799　WEB https://www.nordangliaeducation.com/our-schools/philippines/manila/international

《プレスクール》《プライベートスクール》

St. Michael's Playhouse
セント・ミカエルズ・プレイハウス

住所 G/F 6241 Palma corner Mañalac Streets, Poblacion, Makati City
電話 0939-925-0848
WEB http://stmichaelplayhouse.com/

《エレメンタリースクール》《インターナショナルスクール》

Domuschola International School
ドムスコーラ・インターナショナル・スクール

住所 #13 J. Cruz Street, Baranggay Ugong, Pasig City
電話 02-8635-2002
WEB http://domuschola.dis.edu.ph/

〈エレメンタリースクール〉〈インターナショナルスクール〉

Reedley International School リードリー・インターナショナル・スクール

住所 J. Cruz St. Brgy. Ugong, Pasig City
電話 0917-507-9306
WEB https://reedleyschool.edu.ph/
FB https://www.facebook.com/reedleyphilippines/

〈エレメンタリースクール〉〈インターナショナルスクール〉

MGC New Life Christian Academy
MGC・ニュー・ライフ・クリスチャン・アカデミー

住所 Lot 2, Block 18 University Parkway Fort Bonifacio Global City, Taguig
電話 02-8816-4233
WEB mgcnewlife.ph

その他

英語学校	**CHUNGDAHM** チュン・ダム	住所 15F Wilcon IT Hub, 2251, 1231 Chino Roces Ave, Makati 電話 02-8822-7988
	Grand Line グランドライン	住所 205 N Garcia St Bel-air, Makati 電話 02-8817-4594 / 02-8845-4193 WEB http://teacher.grandline.asia
	English Breakthrough イングリッシュ・ブレークスルー	住所 Block 5, Lot 14, GarielaSilang St, New Capital Estates-1, Commonwealth, Quezon City 電話 050-3706-3636 / 0947-994-6607 WEB http://english-breakthrough.com
	Basic English Camp ベーシック・イングリッシュ・キャンプ	住所 53 Balagtas St., Chrysantemum Village, San Pedro City, Laguna 電話 02-8887-1863 / 0956-879-7597 WEB www.english-bec.com/
	WEXCEL ウェクセル	住所 Burgundy Westbay Tower, 820, Ocampo st, Malate 電話 02-313-5443 WEB wexcel-ph.com
	PJ Link Language Center ピージェイ・リンク・ランゲージ・センター	住所 4F Ricogen Building, 112 Aguirre Street, Legazpi Village, Makati City 電話 02-8832-5735 / 0917-813-0693
	Genius Academy ジーニアス・アカデミー	住所 Upper Ground F1 HOTEL, 32nd Street, Bonifacio Global City 電話 0927-294-8953 / 0949-473-4506 / 02-8869-5911 WEB https://www.geniusacademy.eu/en/
	StepForward ステップ・フォワード	住所 Unit 2108 Trade and Financial Tower, 7th Ave cor. 32nd St., BGC, Taguig 電話 0920-696-4099 / 0927-391-1246 WEB https://stepforward-learning.com/
	Dela Cruz English Club (DCEC) デラ・クルーズ・クラブ	住所 22A Chatham House, V.A. Rufino St. Salcedo Village, Makati City 電話 02-8550-1376 WEB https://www.delacruz-jp.com/
日本語学校	**Japanese Language Research Center** ジャパニーズ・ラングエッジ・リサーチ・センター	住所 Unit 506 Cityland Shaw Tower, Shaw Blvd, Mandaluyong 電話 02-7358-0565 WEB http://jlrcphil.com/
	JELLYFISH EDUCATION PHILIPPINES ジェリーフィッシュ・エデュケーション・フィリピンズ	住所 Unit 902A Philippine Stock Exchange Center East Tower Exchange Road, Ortigas Center, Pasig City 1605 電話 02-8570-1290 WEB https://jellyfisheducation.com.ph/

日本語講師養成学校	**EZOE Japanese Language Institute Inc.** **江副日本語学校** **江副日本語教師養成学校**	住所 3/F University Mall, 2507 Taft Avenue, Brgy. 709, Zone 078, Malate 電話 0939-939-6674 / 0917-160-2630 / 02-8563-7797 WEB https://www.facebook.com/ejliofficial
習い事	**Danspace** **ダンスペース**	住所 Manila Polo Club, McKinley Road, Forbes Park, Makati City, Philippines 1220 電話 0908-860-1438 WEB http://danspacemanila.com
	Fame Artists' Studio **フェイム・アーティストズ・スタジオ**	住所 2/F, Three Salcedo Place Building, 123 Tordesillas Street, Salcedo Village, (inside Jollijam Arts Center), Makati 電話 02-8664-8558
	Step Dance Studio **ステップ・ダンス・スタジオ**	住所 8465 KalayaanAvenue,Brgy. Poblacion, Makati City 電話 02-621-6186 / 0917-532-7360 / 0917-898-1419 WEB www.stepsdancestudio.ph
	Manila Symphony Orchestra Music Academy **マニラ・シンフォニー・オーケストラ・ミュージック・アカデミー**	住所 3/F, Glorietta 5, Ayala Malls, Ayala Avenue, Makati 電話 MSO Academy Desk 02-8354-7709 Glorietta 5: 0916-408-7549 WEB http://www.manilasymphony.com
	Kumon Philippines **公文フィリピン**	住所 19th Floor Philamlife Tower, 8767 Paseo de Roxas, Makati 電話 02-8885-0226 WEB https://ph.kumonglobal.com/
	The Little Gym (Makati Branch) **ザ・リトル・ジム（マカティ）**	住所 Level 1, Bonifacio Technology Center, 31st St.& 2nd Ave., Fort Bonifacio, Taguig 電話 02-8815-1735 / 02-8815-1779 WEB http://www.thelittlegym.com.ph
	Shonan Bellmare Soccer School Manila **湘南ベルマーレサッカースクール マニラ校**	住所 209 The Park West, Grand Central Park,36TH St. Fort Bonifacio, Taguig e-Mail bellmare.fukyu@gmail.com
	Manila Soccer Academy **マニラ・サッカー・アカデミー**	住所 17 Mckinley Rd., Forbes Park, 電話 0917-841-5530 WEB www.manilasocceracademy.com
	Kaya FC Academy **カヤ・エフシー・アカデミー**	電話 090-6503-7607 / 0917-827-1703 WEB www.kayafcacademy.com **・International Little League Association of Manila** e-Mail illam.manila@gmail.com WEB http://www.illam.org
	Yamaha School of Music **ヤマハ音楽教室**	住所 339 Gil J. Puyat Avenue, Makati City 1200 電話 02- 8897-2338 e-Mail yamahaschool@yupangco.com
	Topia **トピア**	住所 Soho unit 102 Avida Cityflex Tower, 7th Avenue corner Lane T, Bonifacio Global City, Taguig 電話 0917-843-1852

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.

Hospital & Clinic

クリニック・歯科

ジャパニーズヘルプデスクの安心医療サポート

ジャパニーズヘルプデスクのスタッフがサポート!
日本人スタッフも常駐しています。

適切な専門医を紹介致します。

■海外旅行保険、クレジットカード付帯海外旅行保険、プレステージ・インターナショナルのヘルスケアプログラムをお持ちの患者様はキャッシュレスで弊社のサービスを利用可能です。
保険未加入の方は現金でのお支払いとなります。
※クレジットカード付帯保険をご利用の方は事前に引受保険会社様にご連絡ください。

■保険未加入の方　現金でのお支払いとなります。

https://www.j-helpdesk.jp

マカティー地区

★マカティメディカルセンター
02-7-618-9802

Makati Medical Center Tower 1, 2nd floor, Hall C (Asian lifeの隣)

タギック地区

★セントルークス/BBC
02-7-506-7985

St. Luke's Medical Center, Rizal Drive cor. 32nd St and 5th Ave, Taguig

アラバン地区

エイジアンホスピタル
0917-819-5461

Asian Hospital and Medical Center 2205 Civic Drive, Filinvest Corporate City, Alabang, Muntinlupa City

アンヘレス地区

★AUFメディカルセンター
0917-717-9906

AUF Medical Center MacArthur Highway Barangay Salapungan Angeles City

メディカルシティ/クラーク
0917-635-3132

★･･･日本人スタッフ常駐

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

Hospital & Clinic

【クリニック・歯科】

フィリピンには設備の整った総合病院、女医や日本人医師・スタッフが在籍している病院があり安心です。また、病院へ行く前に連絡しておくと安心なジャパニーズヘルプデスクの存在は、心強いこと間違いなしです！

※各施設のオープン状況は、変更されている場合がございます。最新情報は、primer.ph で美容、医療のカテゴリをご覧いただくか、直接各施設にご連絡のうえご確認ください。

フィリピンの代表的な市販薬はこちらから

※服用に当たっては、医師、薬剤師などにご相談ください。

マニラ日本人会診療所 (Japanese Association, Manila)

内科／小児科／婦人科／日本語対応可／女医在籍

診療時間 月～金曜8時30分～11時30分 / 13時30分～16時 / 土曜8時30分～11時

産婦人科

診療時間 火・木曜9時30分～11時30分（急患により時間の変更があり。来院前の確認がオススメ）

小児科

診療時間 水・金13時30分～16時

住所 23F Trident Tower, 312 Sen. Gil Puyat Ave. Salcedo Village, Makati City

電話 02-8818-0880 / 02-8819-2762

ジャパニーズヘルプデスク直通

電話 02-8506-7986

※診察の場合は事前予約の必要はなし。国民健康保険、組合健康保険の方は、一旦全額負担となり、日本で還付請求が可能です。

マカティメディカルセンター (Makati Medical Center)

総合病院／予約不可／女医在籍

診療時間 月～日曜24時間

住所 No.2 Amorsolo St. Legaspi Village, Makati City

電話 02-8618-9802

ジャパニーズヘルプデスク直通

電話 02-8888-8999

アジアン ホスピタル アンド メディカル センター Asian Hospital and Medical Center

診療時間 緊急外来24時間

住所 2205 Civic Drive, Filinvest City, Alabang, Muntinlupa

電話 02-8771-9000 /

ジャパニーズヘルプデスク直通

電話 0917-819-5461

東京ヘルスリンク (Tokyo Healthlink)

クリニック予約優先／日本語対応可能／女医在籍

診療時間 月～土曜8時～20時 / 日曜9時～18時

Makati 住所 Sunnyvale Building (Kodak Building) # 2247 Don Chino Roces Ave. Makati City

Makati branch では人間ドッグ健康診断や医師が自宅に往診してくれるサービスを提供しています。日本語で対応可能な電話はこちら！

電話 02-8819-2010

Alabang

住所 Unit R-2 El Molito building, Madrigal Ave. Ayala Alabang, Muntinlupa City

電話 02-8772-2678

Rehab

住所 Renab Medicine and PT Clinic Ground Floor Common Goal Tower,Madrigal Business Park Ayala Alabang, Muntinlupa City

電話 02-8850-8607

St. Luke's Medical Center Quezon City

総合病院／予約必要／日本語対応可／女医在籍

診療時間 月～金曜8時～17時

住所 279 E.Rodriguez Sr. Boulevard, Quezon city

電話 02-8723-0101

St. Luke's Medical Center Global City

総合病院／24時間緊急対応／日本語対応可

住所 St. Luke's Medical Center, 32nd St. Bonifacio Grobal city, 1112

電話 02-8789-7700

ジャパニーズヘルプデスク直通

電話 02-7506-7985

一般診療／緊急医療

ジャパニーズ・ヘルプデスク・クリニック
Japanese Help Desk Clinic

日本語対応、夜間・土曜日でも受診可能、日比ハーフのドクター駐在のクリニック。薬局を併設。海外旅行保険、プレステージインターナショナルのヘルスケアプログラムはキャッシュレスで受診可能。

日比ハーフの医師 Dr. モディーナが駐在

住所 Medical Plaza Makati, Unit LP-11, Amorsolo St., Legaspi Village., Makati（マカティメディカルセンター隣）
電話 0917-861-2587

デンタル

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

豊富な経験・信頼できる技術・安心できる価格設定。日本語で治療を受けられる安心と、丁寧な治療が評判で、患者の9割は日本人。フィリピンに住む日本人のみなさんにとって、大きな支えとなっている。

住所 401 MAGA Centre, Paseo de Magallanes, Magallanes Village, Makati
電話 0917-894-7005（日本語可）
営業時間 9:00-17:00（日・祝日定休）

デンタル

Navales Dental
ナバレス デンタル

お子さまも安心な全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。日本と米国で医師免許を習得した確かな腕、世界水準の歯科治療を提供している。Navales 女医は、日本語対応も可能。

住所 Suite 1405 Medical Plaza Makati Bldg. Amorsolo corner Dela Rosa St. Legaspi Village Makati City
電話 02-7751-8101
営業時間 9:00-17:00（火・日・祝日定休）

デンタル

Fashion Smile Dental Health and Spa
ファッション・スマイル・デンタル・ヘルス・アンド・スパ

快適に過ごせる治療室でプロ資格を持つ歯科医が最新の設備を使用し治療している。

住所 Unit 601 6th Flr. Heart Tower 108 Valero St., Salcedo Village, Makati City
電話 02-8478-7738 / 0917-509-2010
営業時間 月 - 土 10:00-19:00

眼科

Asian Eye Institute
アジアン・アイ・インスティテュート

緑内障や白内障を始め、角膜や網膜の病気など、あらゆる眼の悩みに対応している眼の専門病院。各疾患の専門医が常駐しているため、複雑な手術の際にも対応可能。日本語や韓国語などの外国語通訳サービスも。

住所 9th and 10th Floors, Phinma Plaza Rockwell Center, Makati
電話 02-8898-2020
営業時間 8:00-17:00（日・祝日定休）

デンタル

DS and Associates Dental Clinic
DS・アンド・アソシエイツ・デンタル・クリニック

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

住所 Unit 106 SOHO @Avida CityFlex Towers, 7th Ave. Corner Lane T, BGC
電話 0917-845-0076
営業時間 月 - 土曜 10:00-13:00、14:00-18:00

デンタル

Estetico Dental
エステーティコ・デンタル

それぞれの患者に合わせた、高品質、思いやり、そして痛みのない歯科サービスを提供。オーラルケアを始め、黄ばみが気になる歯、歯並びの悪い歯など様々な悩みに対応。美しい歯へと導いてくれる。

ESTETICO MANILA DENTAL CLINIC

住所 Unit 501 Oakridge Plaza, 1012 San Antonio St. Paseo de Magallanes, Makati
電話 02-8887-5787
営業時間 9:00-17:00（日・祝日定休）

for Business

仕事関連

不動産の総合サービスをお探しの皆様へ

弊社では、
日本人向けのサポートが充実しています

- 不動産に関してのご相談やサポート
  - a.) 不動産の売買
  - b.) 不動産の借上
  - c.) 不動産の賃貸
  - d.) ビジネスオフィスの賃貸
- 不動産契約に関しての書類のサポート
- 不動産の検索、物件の精査
- 不動産に関する法律、税金などのご相談サポート
- 住宅ローンなど金融サポート

SHEMARAH PROPERTY INC.

1ヘクタールから土地や不動産の開発、購入を承っております。

Contact US Now!

お気軽にご連絡ください。

Telephone: (02) 8833-2614
Email: info@landtechphils.com
Website: www.landtechphils.com

LANDTECH
INNOVATIONS

お気軽にご連絡ください

Globe: 09662633729 | Smart: 09283476145
Telephone: (02) 8800-0111
Email: info@shemarah.net | Website: www.shemarah.net

日本への人材派遣はお任せ下さい

フィリピン海外雇用局（POEA)認可のフィリピン人人材派遣会社、
プロデンシャル・エンプロイメント・エージェンシー。
2019年は、フィリピン国内最多2,087名のフィリピン人技能実習生を日本へ送り出し。

私たちが選ばれる理由は、日本側の監理団体、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遂行することです。

- ●約束を守り、誠実な事業運営及び正確なコミュニケーション
- ●迅速な対応（日本人職員が常駐しています）
- ●きめ細やかな事前日本語教育の実施（4ヶ月間合宿研修）

姉妹会社である、さくら日本語学校では、出国前の事前研修を4ヶ月間に実施し、合宿研修にて日本語、日本のマナー、ルール、文化、コミュニケーション等を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。

技能実習生といえば『プロデンシャル・エンプロイメント・エージェンシー』
特定技能、介護人材にも対応

PRUDENTIAL EMPLOYMENT AGENCY, INC.
TEL: 02-8403-2823 / 8871-1625
日本語対応可（酒井・三宅）
0917-651-6076(Globe) / 0998-588-6187(Smart)

POEA License: POEA-066-LB-072414-R
E-mail : Fujimoto@prudentialemployment.com
HP : http://prudential-ph.com
Units C, D, E, F, & H, 2nd Floor, Unit F & G, 3rd Floor,
Miki Mari Building, Sta. Cecilia Road,
Talon 2, Las Piñas City, Metro Manila, Philippines

治工具の表面処理　保護・付着防止・腐食防止・離形性向上

フッ素樹脂コーティング

【半導体部品用、自動車部品用メッキ治具】
○耐薬品性、耐熱性、すべり性
○膜厚：50μm～300μm

【食品用金型、部品】
○離形性、耐熱性　○膜厚：30μm

設備担当者様・技術担当者様
お気軽にご相談ください！

- ☑ 現地調達にしてコストを見直したい
- ☑ 治具作成からコーティングを一括発注して発注の手間を省きたい
- ☑ 治具の清掃時間を短縮して生産効率を上げたい
- ☑ コーティングの仕様を見直したい

株式会社ナカヤマ工業
フッ素樹脂コーティング工房

Nakayama Kogyo Phils., Inc.
☎ (049) 523-0424　infoph@nakayama-industry.biz
Lot 1, Block 4, Phase 7B, Laguna Technopark, Brgy. Mamplasan, Biñan City, Laguna 4026

for Business

仕事関連

フィリピンの企業やサービスを、各ジャンルごとに紹介します。また、フィリピンの日系企業もご紹介します。

銀行

BDO Unibank, Inc.
ビー・ディー・オー・ユニバンク

住所 6th Floor, South Tower, BDO Corporate Center, 7899 Makati Avenue Makati City 0726, Philippines
電話 02-8878-4350
e-Mail Info-japanese@bdo.com.ph

METROPOLITAN BANK & TRUST COMPANY
メトロポリタン・バンク&トラスト・カンパニー

住所 Metrobank Paza, Buendia, Makati, City
電話 02-8857-5371
e-Mail consumeraffairs@bsp.gov.ph

RCBC
アール・シー・ビー・シー ジャパンデスク

住所 11F, Yuchengco Tower, RCBC Plaza, Ayala Ave., Makati
電話 02-8894-9986
WEB rcbc.comhttp://www.rcbc.com/

Bank of the Philippine Islands (BPI)
バンク・オブ・ザ・フィリピン・アイランズ

住所 4/F Ayala Wing, BPI Head Office Bldg., Ayala Ave. cor. Paseo de Roxas, Makati City
電話 8818-5541 ～48

Philippine National Bank (PNB)
フィリピン・ナショナル・バンク

PNB Financial Center, Pres.Diosdado
住所 Macapagal Blvd., Pasay City
電話 8573-8888
e-Mail customercare@pnb.co.ph

Bank of Tokyo-Mitsubishi UFJ, Ltd
三菱東京 UFJ 銀行 マニラ支店

住所 14/F, 6788 Ayala Ave., Makati City
電話 8886-7371

Mizuho Bank, Ltd., Manila Branch
みずほ銀行

住所 25/F, Zuelig Bldg., Makati Ave., cor. Paseo de Roxas, Makati City
電話 8860-3500

SUMITOMO MITSUI BANKING CORPORATION
三井住友銀行

住所 20/F Rufino Pacific Tower, 6784 Ayala Ave., Makati City
電話 8811-0845

Asian Development Bank
アジア開発銀行

住所 6 ADB Ave., Mandaluyong City
電話 8632-4444

Japan Bank for International Cooperation(JBIC)
国際協力銀行

住所 11/F Tower 1, The Enterprise Center, 6766 Ayala Ave., cor. Paseo de Roxas, Makati City
電話 8856-7711 ～14

生命保険・損害保険

BPI / MS Insurance Corporation
三井住友海上火災保険

住所 16/F, Ayala Life-FGU Center Bldg., 6811 Ayala Ave., Makati City
電話 8840-9200/9201

PGA SOMPO INSURANCE CORPORATION
損保ジャパン日本興亜

住所 5/F Corinthian Plaza, 121 Paseo de Roxas, Legaspi Village, Makati City
電話 8811-3417
e-Mail marketing@pgasompo.com

MALAYAN INSURANCE COMPANY, INC.(TOKIO MARINE DIVISION)
マラヤン保険株式会社 (東京海上日動火災)

住所 6th & 7th Floors, Y. Tower 2, Legaspi cor. Gallardo St., Salcedo Village, Makati City
電話 8818-5211

insurance110

住所 2/F 206 One Corporate Plaza, Pasay Road(A.Arnaiz Ave.), Legaspi Village, Makati City
電話 8552-3688
e-Mail ph@hoken1110intl.com

WELLBE INTERNATIONAL INSURANCE BROKERS LTD.
ウェルビー株式会社

住所 Level 10-1 One Global Place, 25th Street & 5th Avenue, Bonifacio Global City, Taguig City
電話 02-3224-2145

Cotton and Diaz Insurance Services Inc.
コットン・アンド・ディアス・インシューランス・サービス

住所 Unit 205 One Corporate Plaza 845 Arnaiz Ave. Legaspi Village, Makati City
電話 02-8817-8650 / 02-8817-8680
WEB www.cotton-diaz.net

証券

DBP-Daiwa Capital Markets Philippines, Inc.
大和証券

住所 18th Floor, Citibank Tower, 8741 Paseo de Roxas, Salcedo Village, Makati City, Republic of the Philippines

BDO Securities Philippines Incorporated

住所 18/F Tower 2 The Enterprise Center, 6766 Ayala Ave., Paseo de Roxas
電話 8886-5240

リース

ORIX METRO Leasing and Finance Corporation
オリックス　メトロ　リーシング アンドファイナンス　コーポレーション

住所 21/F GT Tower International, Ayala Avenue corner H.V. dela Costa Street, Salcedo Village, Makati, 1227
電話 02-8858-8888 / 8982-9400
e-Mail autoauction@orix.com.ph

BOT LEASE AND FINANCE PHILIPPINES, INC.
東銀リース　フィリピン

住所 Unit 148,14th floor, Multinational Bancorporation Centre, 6805 Ayala Avenue, Makati City, Metro Manila
電話 8 846-9228

人材

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

住所 Units E, F & H, 2nd Floor, Miki Mari Buildingm Sta. Cecilia Road, Talon 2, Las Pinas City, Metro Manila
電話 02-8403-2823/ 8871-1625
e-Mail info@prudentialemployment.com

J-K Network Manpower Services.
ジェーケー・ネットワーク・マンパワー・サービス

住所 Unit 3 UKLMN 3rd floor Crissant Plaza Building No.272 Commonwealth Avenue Old Balara, Quezon City, Philippines
電話 02-8245-2829
e-Mail jkmanpower@jp-network-e.com

NOSPHIL CONSULTANCY AND MANPOWER SERVICES INC & PHILNOS CORPORATION
ノスフィル・コンソルタンシー・アンド・マンパワー・サービス・インク・フィルノス・コーポレーション

住所 3F OAC BUILDING, 27 SAN MIGUEL AVENUE, ORTIGAS CENTER, PASIG CITY
電話 02-8638-9499 / 9498
e-Mail y.tsunoda@nosco.co.jp

SAGASS Consulting
サガス・コンサルティング

住所 Unit 2402, 24th/ Floor, 139, Corporate Center, Valero Street, Salcedo Village, Makati City 1227
電話 02-8893-8815
e-Mail jph@sagass.com

John Clements Recruitment
ジョン・クレメンツ・リクルートメント

住所 12B LKG Tower, 6801 Ayala Ave., Makati City
電話 02-8884-1169 / 02-8884-1418
0917-828-5134 (田渕)
0917-818-9054 (宮田)
e-Mail tabuchi@johnclements.com, miyata@johnclements.com

DENCOM Consultancy & Manpower Services
デンコム・コンサルタンシー＆マンパワー・サービス

住所 Unit 3008-9 Cityland Pasong Tamo Tower 2210 Don Chino Roces Avenue
電話 02-8813-6977 / 02-8621-1572
0919-677-5493 (日本語, 24時間対応)
e-Mail dencomphil@gmail.com

Reeracoen
リーラコーエン

住所 6th Floor, First Life Center, 174 Salcedo St., Legaspi Village, Makati City 1229
電話 02-8893-7276（総合受付）
e-Mail info@reeracoen.com.ph

One World Human Resources Development Inc.
ワン・ワールド・ヒューマン・リソーシーズ・デベロップメント

住所 Room207,560 Quezon Ave. Brgy. Tatalon, Quezon city, Philippines
電話 0917-118-9300 / 0917-842-9569
e-Mail info@one-world-hrd.com

Akisa Employment Agency
アキサ・エンプロイメント・エージェンシー

住所 2F 1850-B M. Natividad St. Sta Cruz, Manila
電話 (02) 7752-4421 / 0956-775-3433 / 0998-398-0139
WEB https://www.facebook.com/akisaemploymentagency/

物流・輸送・引越し

C&D Domestic Cleaning
C&D　ドメスティック・クリーニング

住所 418 Cityland Herrera Tower V.A Rufino St. Makati City
電話 0966-455-2777 / 0921-368-6777 / (02) 8247-7628
WEB https://www.facebook.com/CDDomesticCleaning/

We Sanitize
ウィ・サニタイズ

住所 Roadstar Enterprises at The Fort 32nd Street, Taguig BGC, Metro Manila
電話 02-7907-3399
WEB www.wesanitize-ph.com

TRANS TECH
トランステック株式会社

住所 29th Floor, Ayala Life, FGU Center Building, Ayala Avenue, Makati, 1226 Metro Manila
電話 02-8403-4576
e-Mail teamlbc@e-transtech.com

CROWN LINE Philippines, Inc
クラウン・ライン・フィリピン

住所 Unit 103 & 104 JJM Buildin II, Ninoy Aquino Ave., Paranaque City 1700
電話 02-8771-2613 / 0999-436-6907
e-Mail isa@crownline.jp

Nippon Express Philippines Corp
フィリピン日本通運株式会社

住所 Lot 85-A&B, Avocado Road, FTI, East Service Road, Taguig City, Metro Manila
電話 02-8403-1106（日本語）／02-8837-3415 ／02-8815-0301
e-Mail myamauchi@nittsu.com.ph

YAMATO LOGISTICS CO., LTD
ヤマトロジスティクス株式会社
フィリピン代理店（クロネコヤマト）

電話 02-8851-7565

OCS ANA GROUP
オー・シー・エス・アナ・グループ

住所 G/F FCC Bldg. Rada St. Legaspi Vill Makati
電話 02-8894-0341 / 02-8817-8282
e-Mail info@ocsmnl.com.ph

R.V. MARZAN LOGISTICS, INC.
アールブイ・マルザン・ロジスティクス

住所 MNA Building, Bonifacio Drive Corner 2nd Street, Port Area, Manila Philippines
電話 02-8536-5579
02-8528-0434
e-Mail frands.armas@rvmarzan.com

Nakahiro Philippine Logistics Company,Inc.
ナカヒロ　フィリピンロジスティクスカンパニー

住所 0172 A BAYANAN ROAD BAYANAN BACOOR 4102 CAVITE PHILIPPINES
電話 046-970-9038 / 0917-421-6911

TRANCY LOGISTICS PHILIPPINES, INC.
トランシィ・ロジスティック・フィリピン・インク

住所 4th Floor Ramon Magsaysay Center, 1680 Roxas Boulevard, Malate, Manila
電話 02-8521-1581 ～ 84

Sun Logistic Technology, Inc.
サン・ロジテック・テクノロジー

住所 Sitio Aratan, Brgy., Pulong Sta Cruz, Sta. Rosa City, Laguna
電話 049-541-2834 to 37 / FAX 049-541-2822 / 0918-963-0156（山田）/ 0918-942-4351
e-Mail d.yamada@slsi.com.ph

不動産

ABLE
エイブル

住所 8th Fl 111 Paseo de Roxas Bldg. 111 Paseo de Roxas St, Legaspi Village Makati City.
電話 02-8551-1914
e-Mail able-manila@kk-lead.co.jp

East Builders Engineering Services
イースト・ビルダーズ・エンジニア・サービシーズ

住所 No. 16 2/F Vista Verde Ave. cor. Burgos st., Vista Verde Executive Village, Cainta, Rizal
電話 0915-107-9867
e-Mail kctampes@gmail.com

Modernbrands
モデムブランド

住所 Suite 213, LRI Design Plaza, 210 Nicanor Garcia st., Bel-Air II, Makati City
電話 02-3416-0948 / 0917-811-9392
e-Mail dm@modernbrandsinc.com

7CZ Angel Corporation
セブン・シーズ・エンジェル・コーポレーション

住所 Unit 1105, 11th floor, Bonifacio Primer Center, Lot 14 Block 2, McKinley Business Park, BGC, Taguig
電話 0917-847-5845
e-Mail yuri.yamada7sea@gmail.com

81 PROPERTY MANAGEMENT Inc.
81 プロパティ・マネージメント

住所 2nd floor U101 L&H Corporation Building, 2310 Don Chino Roces Avenue, Makati City
電話 02-8801-3009 / 03-8570-1365

JNP REALESTATE CORP.
ジェイ・エヌ・ピー・リアルエステート

住所 Unit UG21 Cityland Pasong Tamo Tower Inc. makati City
電話 02-7752-1733
0915-332-1555 (Globe)
0977-676-7815 (Globe)
e-Mail jnp-real-state-@billionaire-club.jp

DMCI HOMES
ディー・エム・シー・アイ・ホームズ

住所 1321 Apolinario St., Brgy. Bangkal, Makati City
e-Mail info@dmcihomes.jp

spectrum
スペクトラム

電話 0917-823-2612 / 02-7217-3034
e-Mail inquire.spectrumleasing@gmail.com

KANEJIN
かね甚

住所 3-23B, Legaspi Towers 300, Roxas Blvd. cor. Vito Cruz, Malate Manila
電話 02-8521-1151 / 52
e-Mail info@kanejin.com

Aun Philippines,Inc.
アウンコンサルティング株式会社子会社

住所 12F Jaka Bldg, 6780 Ayala Avenue,Makati City 1226, Metro Manila
電話 02-8833-4929
e-Mail aph.realestate@auncon.co.jp

Hawkins Condo Rental
ハウキンズ コンド レンタル

住所 Cityland Pasong Tamo Tower, 2210 Don Chino Roces Ave, Makati City
電話 02-7501-3985 / 02-7307-7875 / 0927-816-6080 / 0927-834-8380
e-Mail marissahawkins@yahoo.com
condorentalsphillippines@gmail.com

Ayala Land Premier
アヤラ・ランド・プレミア

住所 2/F Tower One & Exchange Plaza, Ayala Triangle, Ayala Avenue, Makati City, Philippines 1226
電話 02-8848-5000

Limónz Inc.
リモンズ株式会社 (Limónz Inc.)

住所 unit 2015 scho,ETON Tower Makati 128 Dela Rosa street, Makati City 1229
電話 +63 917-955-4740
e-Mail team@limonz-inc.com

Megaworld Projects
メガワールド・プロジェクト

電話 02-8624-8907 / 0917-810-4374 / 0939-922-8946
e-Mail sales@global-estate.ph

HONOBONO CORPORATION
ほのぼのコーポレーション

住所 505 VGP Center, 6772 Ayala Avenue, Makati City, Metro Manila
電話 02-8811-5555

Bed & Go

住所 400 VGP Center, 6772 Ayala Avenue, Makati City
電話 0998-556-5887
WEB http://airbnb-philippines.com/company/

Infinity Realty
インフィリニティ・レアリティー

住所 G/F Victoria Bldg. Manalac St., Poblacion, Makati City
電話 02-8852-0744 / 02-8664-0676
WEB www.infinityrealty.com.ph

レンタルオフィス

Leopalace21 Philippines
レオパレス 21 フィリピン

住所 23 F Tower6789, 6789 Ayala Avenue, Makati City, Metro Manila, Philippines
電話 0915-278-5090
0956-039-5577
e-Mail info@laopalace21ph.com

BTTC Centre
ビー・ティー・ティー・シー・センター

住所 12/F BTTC Centre, #288 Ortigas Ave. cor. Roosevelt St. Greenhills, San Juan
電話 02-8655-1888 / 02-8655-2222 / 092-867156630 / 02-8507-8992
e-Mail hantex@pldtdsl.net

Crosscoop
クロスコープ

住所 23F GT Tower International, 6813 Ayala Avenue
電話 02-8464-7100
e-Mail crc-ph@crosscoop.com

Optimal Office Space Solutions
オプティマル・オフィス・スペース・ソリューション

住所 Unit 330 Milelong Bldg., Amorsolo St., Brgy. Pio del Pilar, Makati
電話 02-8317-6677
e-Mail inquiry@o2space.ph

FABBIT PHILIPPINES
ファビット・フィリピン

住所 26 Twenty Four Seven Mckinley, 24TH STREET, CORNER 7TH AVENUE, BONIFACIO GLOBAL CITY
電話 02-8864-4100 / 02-8618-0928 / 0917-817-7206
e-Mail info@fabbit.com.ph

レンタカー

Sara rent-a-car
サラレンタカー

住所 Office: Cityland Pasong Tamo Tower 2210 Don Chino Roces Ave
電話 02-8501-3985 / 0927-816-6080

THE RYOAKI TAXI INC.
ザ・リョウアキタクシー 株式会社

住所 182 Angelina Canaynay Ave., San Dionisio Paranaque City
電話 02-8403-8197 / 0908-143-9438
e-Mail contact@ryoaki.com

ABLE CAR SERVICES
エイブル・カー・サービス

住所 189f 28th Avenue East Rembo Makati City 1216 Philippines
電話 02-7505-8743 / 02-7919-0268 / 0917-311-3027

携帯電話

TECHBOX
テックボックス

住所 Tao Technology Building, P. Antonio Cor, F. Legaspi St., Ugong Pasig
電話 02-8836-5828

WIFIレンタル

WIFI-HIRE.COM
ワイファイ・ハイヤー・ドットコム

住所 Fukuchi Building 4th Floor, 6-29-8 Shinjuku-ku, Tokyo, Japan 160-0022
電話 050-5527-4918（日本国内）
e-Mail mn_eca@vision-net.co.jp

法律事務所

Quasha, Ancheta, Peña & Nolasco
桃尾・松尾・難波法律事務所

住所 Don Pablo Building 114 Amorsolo Street, Makati
電話 02-8892-3011 / 02-8892-3020
e-Mail japandesk@quasha-interlaw.com

会計事務所

JAPAN QUALITY BUSINESS SOLUTIONS INC.（JQB）
ジャパン・クオリティ・ビジネス・ソリューションズ

住所 205 Nicanor Garcia st., Corner, Costellation Brgy Bel-Air, Makati City 1209
電話 02-8845-4263
WEB https://jqb-solutions.com/

P&A Grant Thornton
P&A グラントソントン

住所 19th and 20th Floor, Tower 1, The Enterprise Center, Ayala Avenue, Makati City, Philippines
電話 02-8988-2288
e-Mail markets.communications@ph.gt.com

KPMG
ケー・ピー・エム・ジー

住所 9/F The KPMG Center 6787 Ayala Avenue
電話 02-8885-7000

Deloitte
デロイト・フィリピン

住所 Navarro Amper & Co. (Main office)19th Floor Net Lima Plaza 5th Avenue, Corner 26th Street Bonifacio Global City Taguig 1634, Philippines
電話 02-8581-9000
e-Mail PHCM@deloitte.com

コンサルティング・会社設立

Value Asia Philippines Inc.
バリュー・アジア・フィリピン・インク

住所 #101 VM Condominium, 146 Amorsolo St., Legazpi Village, Makati City
電話 0917-817-6549
e-Mail visa@valueasia-ph.com
sansiro@pmlc.net

NIHON CONSULTANCY SERVICE INC
日本コンサルティングサービス

住所 69 Don Benito Hernandez St., 1300 Pasay City
電話 02-8832-0704 / 02-8832-0706

Nomura Research Institute Singapore Pte. Ltd Manila Branch

住所 26th Fl., Yuchengco Tower, RCBC Plaza 6819 Ayala cor Sen. Gil J. Puyat Avenues, 1200 Makati
電話 +63(2)7757-1946
e-Mail nrimanila-inquiry@nri.co.jp

MCCK CONSULTING GROUP
エム・シー・シー・ケー・コンサルティング・グループ

住所 Unit 204 The Asia Tower, Benavidez Street corner Paseo de Roxas, Legaspi, Legaspi Village, Makati, 1229 Metro Manila
電話 02-8893-1100 / 02-8893-1200 / 02-8893-1300 / 02-8816-4312
e-Mail info@mcckgroup.com
outsource@e-manage-inc.com

TERADATRUST ADVISORY INC.
テラダトラスト・アドバイザリー

住所 Unit 1501, Liberty Plaza Building, 102 H.V. deta Costa St., Salcedo Village, Makati City
電話 02-8551-0080

TOKYO CONSULTING FIRM CO,. LTD
(株) 東京コンサルティングファーム

住所 Unit 2C LHN Bldg. 2310 Pasong Tam, Chiho Roces Ave., Makati City
電話 02-8744-6837

WCL SOLUTIONS
WCLソリューションズ・フィリピン

住所 9F Phil AXA Life Centre Bldg., 1286 Sen. Gil Puyat Ave., Makati City 1200
電話 02-8856-2393 / 02-8856-1305

翻訳・通訳

DENCOM
デンコム

住所 Unit 3008-9 Cityland Pasong Tamo Tower, 2210 Don Chino Roces Avenue, Makati City
電話 02-8813-6977 / 02- 8621-1572 / 0919-677-5493
e-Mail dencomphil@gmail.com

ビザ申請

VALUEASIA Philippines Inc.
バリューエイジア・フィリピン

住所 101 VM Condominium, 146 Amorsolo st., Legaspi Village Makati City,
電話 0 917-869-6549 (西江)

Friendship Tours
フレンドシップ・ツアーズ

住所 3F Dusit Thani Manila Ayala Center Makati city Metro Manila Philippines 1223
電話 02-8840-1060 / 8818-8896 / 8894-1124 / 8819-5644 / 8893-0291

Almarcas
アルマルカス

住所 NO17 Phivedec Industrial Estate,Veterans Center,Taguig City
電話 02-8579-4041 / 02-8822-1990

PHILIPPINE RETIREMENT AUTHORITY(PRA)
フィリピン・リタイアメント・オーソリティー

住所 29th Floor, Citibank Tower, 8741 Paseo De Roxas, Makati
電話 02-8848-1412 (TEL)
02-8848-7106 (FAX)
e-Mail inguiry@pra.gov.ph

イベント企画

AAB Philippines Inc.
エー・エー・ビー

住所 Unit 409 Cattleya Condominiam, 235 Salcedo St., Legaspi Village Makati City, Metro Manila, Philippines
電話 02-7218-3535
e-Mail isozaki@aab.co.jp

資格

All Asia Aviation Academy
オール・アジア・アビエーション・アカデミー

住所 Unit 4A - 5A Building 4, Salem International Complex, Domestic Rd, 191 Zone 20, Pasay, 1300 Metro Manila
電話 0917-875-1111 / 02-8551-6520
e-Mail academy@aaa-central.com

食品

BIO-NORMALIZER TRADING PHILS. INC.
バイオ・ノーマライザー

住所 5563 BRGY. SAN LUIS, STO. TOMAS, BATANGAS

Nattural Quality Corporation
ナチュラル・クオリティ・コーポレーション

住所 88 place 59 Betty Go Belmonte street, New Manila, Quezon City
電話 02-8723-1828 / 02-8410-1540
e-Mail nqc.sales@gmail.com

Sanriku Japan
三陸ジャパン

住所 VVS Warehouse Compound, Multinational Avenue Access Road, Brgy. Sto Nino, Paranaque City
電話 02-8806-0789 / 02-8806-234
e-Mail fruscorp@gmail.com

飲料

Otsuka-Solar Philippines Incorporated

住所 No. 7 & 9, Brixton Street, Brgy. Kapitolyo, Pasig City, 1603 Philippines
電話 02-8888-6774 / 02-8844- 9266

Yakult
ヤクルト

住所 1461 F. Agoncillo cor. J. Escoda Streets, Ermita, Manila 1000
電話 02-8892-5858
(8-YAKULT)0922-881-8366
e-Mail yakult-ph@yaklut.com.ph

Asahi Brewery, Ltd.
アサヒビール株式会社

住所 6th Floor PNB Allied Bank Center
Ayala Avenue, Makati City
電話 02-8816-3421 to 25
e-Mail contactus@asia-brewery.com

Lakan
ラカン （フィリピン・クラフト・ディスティラーズ．・インク）

住所 Unit 704, Common Goal Tower Finance St. Madrigal Business Park, Ayala Alabang, Muntinlupa City.
電話 02-8556-9788
e-Mail acm@philippinedistillers.com

HOTEI JAPANESE PREMIUM INC
ホテイ・ジャパニーズ・プレミアム

住所 6th Floor PNB Allied Bank CenterAyala Avenue, Makati City
電話 0917-723-9126
WEB www.liquor.ph

UCC Ueshima Coffee Philippines Corporation
UCC・上島コーヒー・フィリピン・コーポレーション

住所 No. 12 Brixton St, Brgy. Kapitolyo, Pasig City
電話 02-8636-5559
WEB https://www.ucc.co.jp/eng/

アパレル

UNIQLO
ユニクロ

住所 Building A, J.W. Diokno Boulevard, Mall of Asia Complex, CBP-1A, Pasay City 1300,
e-Mail customersupport@uniqlo.com.ph

PHILIPPINE WACOAL CORP
フィリピン・ワコール株式会社

住所 3/F, 6788 Ayala Avenue, Makati Sky Plaza, Makati City, Metro Manila
電話 02-8892-5706

Paris Miki
パリス・ミキ

住所 1st level S'maison, Pasig
電話 02-8772-2373
e-Mail customercare@parismiki.ph

コスメ

Best Buy World Philippines
ベスト・バイ・ワールド・フィリピンズ

電話 0945-107-9308（日本語可）
e-Mail info-ph@bestbuy-world.com（日本語可）

おもちゃ

BANDAI PHILIPPINES INC.
バンダイフィリピン

住所 Phase 2A, Block1, Lot 2, J.P. Rizal Avenue, Lima Technoloy Center SEZ, Lipa City, Batangas
電話 043-455-6915

衛生機器

TOTO Asia Oceania Pte, Ltd.
トートー・アジア・オセアニア

住所 Unit706, Rufino Building, Ayala Avenue Corber V.A, Rufino Street Makati City
電話 02-8887-6296 / 02-8887-6643

建設・内装

NORTH VALLEY ENGINEERING SERVICES(NVES)
ノース・バリー・エンジニアリング・サービス

住所 103 Brain Train Building Center, Lot 11, Block 3, Sta. Rosa Business Park, Greenfield, Brgy. Don Jose, Sta. Rosa City
電話 0917-678-7379
e-Mail ctsc52tada2002@yahoo.co.jp/ nves.mtada@gmail.com

TPSC PHILIPPINES CORPORATION / Toshiba Plant Systems & Services
東芝プラントシステム＆サービス

住所 Unit 1601, 88 Corporate Center, 141 Valero St., Salcedo Village, 1209 Makati City, Mertro Manila, Philippines
電話 02-8625-5834（英語、タガログ語対応）
e-Mail tpsc-ph@toshiba-tpsc.co.jp（日本語、英語対応）

DARUMA CORPORATION
ダルマ・コーポレーション

住所 Room 502, 5th Floor, Marbella Condominium, 2223 Roxas Blvd
電話 02-8551-1912 / 15

CHODAI CO., LTD. MANILA REPRESENTATIVE OFFICE
株式会社長大

住所 Unit 9C, 8 Rockwell, Rockwell Center, Makati City, 1210, Philippines
電話 02-8552-8238

EL MAR FUENTE SERVICES CORP.
エルマーファンテ

住所 S24, 2nd Floor, Sunbar Plaza Building, Amorsolo St. corner Pasay Road, Makati City
電話 02-8817-0078 / 02-8817-4163

TAIHEI ALLTECH CONSTRUCTION (PHILIPPINES), INC.
太平アルテック株式会社

住所 Cityland Condominium 10 Tower, Rm. 2108, 156 HV dela Costa St., Salcedo Village, Makati City, Metro Manila
電話 02-8818-1960 / 02-8819-7207

KYOMAPLANTTECH CORPORATION
キョウマプラントテックコーポレーション

住所 22nd Floor, Tower 1, Insular Life Corporate Center, InsularLife Drive, Filinvest Corporate City, Alabang, Mantinlupa City, Metro Manila
電話 02-8511-0350

Tokyo Grand Renovation
トウキョウ・グランド・リノベーション

住所 9110 La Campana St. Cor. Trabajo St. Brgy. Olympia Makati City
電話 02-8832-1676
WEB www.tgr.com.ph

Shemarah Property
シマラ・プロパティ

電話 02-0966-263-3729 / 0928-347-6145 / 02-8800-0111

ペイント

KANSAI PAINT
関西ペイント

住所 Unit 8A South Luzon International Business Park, Brgy. Batino, Calamba, Laguna 4027.
電話 TEL/FAX 02-8519-4276 / 0917-545-3259 / 0917-886-8861

MIZUTANI PAINT PHILIPPINES INC.
水谷ペイント　フィリピン　インク

住所 M. Greenfield Industrial Complex, Km 14 Merville Access Road, Brgy. Merville, Paranaque City, Metro Manila, 1709, Philippines
電話 02-8809-1316

オフィス機器

CANON MARKETING(PHILIPPINES), INC.
キャノン・マーケティング

住所 7th Floor and Ground Floor, Commerce and Industry Plaza (CIP) Bldg, Campus Avenue corner Park Avenue, McKinley Hill, Brgy. Pinagsama, Fort Bonifacio, Taguig City 1634
電話 02-8884-9000

ECopy Corpration
イーコピー・コーポレーション

住所 eCopy Showrooms: 5837 Zobel Roxas St., Makati City / 65 Senator Gil Puyat Avenue, Makati City eCopy Cebu - G/F MDC Bldg., 520 A. Cortes Avenue, Ibabao, Mandaue City
電話 02-8525-9911 / 02-8522-1771 / 02-8536-0174 / 032-346-3976
e-Mail sales@ecopy.com.ph

BROTHER INTERNATIONAL PHILIPPINES CORPORATION
ブラザー・インターナショナル・フィリピン・コーポレーション

住所 6/F Marajo Tower, #312 26th Street West corner 4th Avenue, Bonifacio Global, 1634 Taguig City
電話 02- 8581-9800 / 02-581-9898 (Customer Service)

FUJI XEROX PHILIPPINES, INC.
富士ゼロックス・フィリピン

住所 25th Floor, SM Aura Tower, 26th St. Cor. Mckinley Parkway, Taguig
電話 02-8856-9910 / 02-8720-9888
WEB www.fujixerox.com.ph

家具

Setsuyo change to Movaflex Designs Unlimited Inc.
セツヨ・チャンジ・ツー・モバフレックス・デザインズ・アンリミテッド

住所 136 Calbayog st., Mandaluyong City
電話 0917-886-6990 (Philip Borromeo)

Modernbrands
モダンブランド

住所 Suite 213, LRI Design Plaza, 210 Nicanor Garcia st., Bel-Air II, Makati City
電話 02-3416-0948 / 0917-811-9392
e-Mail dm@modernbrandsinc.com

UCHIDA YOKO GLOBAL LIMITED
内田洋行グローバル・リミテッド

住所 GF Valderrama Bldg., 107 Esteban St., Legazpi Village, Makati City
電話 02-8990-6644 loc 118 or 131 / 0917-800-6898
e-Mail uchida@valiant.ph ／ clim@valiant.ph

印刷

Mr.Printer
ミスター・プリンター

住所 101A Cattleya Condominium 235 Salcedo St., Makati City
電話 02-8893-3671 / 0905-340-2785

TSUCHIYA KOGYO PHILS., INC.
土屋工業フィリピン

住所 Light Industry & Science Park III, Batangas
電話 04- 530-9988

Tamiya Chuo Philippines
タミヤ・チュウオウ・フィリピン

住所 Light Industry & Science Park III, Batangas
電話 032-341-3900
e-Mail h-shikama@tamiyachuo.com

内装・設備・空調

SAFETY SERVICE KINDNESS PHILS., INC.(SSK)
セーフティー・サービス・カインドネス・フィルス

住所 189 Katipunan Avenue, Brgy. Bayanihan, Quezon City 1109
電話 02-8912-0880 / 0949-889-5983
e-Mail sske_saito@yahoo.co.jp
ssk.admin@sskphinc.com

Noa
株式会社ノア

住所 Cocofed Bldg., 144 Amorsolo St., Legaspi Village, Makati City/
電話 02-8511-0781

ALMEXTECH INC.
アルメックステックインク

住所 Phase4, block18, lot 9, to 7, Cavite Economic Zone, 4106 Rosario, Cavite
電話 046-437-0807

NIGATA POWER SYSTEMS PHILIPPINES INC.
新潟原動機株式会社

住所 2nd Flr. BJ Marthel Bldg., No.5 Acsis Avenue, Km. 16 West Service Road, Paranaque City, Metro Manila
電話 02-8822-3678 / 02-8822-5271 / 02-8822-6765 / 02-8822-5859

MUNDO DESIGN + BUILD
ムンド・デザイン＋ビルド

電話 02-8905-5150
e-Mail info@mundobuilders.com

BUIL-TECH GLOBAL TRADING CORPORATION
ビルテック・グローバル・トレーディング・コーポレーション

住所 8F JECOPRIME BUILDING, 20th Corporate Drive Center 20th Drive, Mckinley Business Park, Bonifacio Global City, Taguig City
電話 02-8330-0572
e-Mail builtechgtc@buil-tech.ph

Techtal
テックタル

住所 3F Ardan Building II, Meralco Ave., Brgy. San Antonio, Pasig City Metro Manila, Philippines
電話 0917-701-7813 / FAX 02-8696-7813
e-Mail techtal.joy24@gmail.com

JMaterial Corporation
ジェーマテリアル・コーポレーション

住所 Room 400 VGP Center, 6772, Ayala Avenue, Makati City
電話 02-8856-7764
WEB www.jmaterials.com

セキュリティ

1Q smart system and support Inc.
ワンキュー・スマート・システム・アンド・サポート

住所 #678 Maysilo circle, Plainview, Mandaluyong City
電話 02-8671-7027 / 925-79-55 / 925-75-47
e-Mail lma.1qsmartcctv@gmail.com

テレビ

CHANNEL BOX
チャンネル・ボックス

住所 Aguirre Ave., BF Homes Paranaque
電話 0916-222-2499 / 0999-345-2369 / 0995-964-8928（日本語）

BBMAX TECH INC
ビー・ビー・マックス・テク

住所 Unit2709 Cityland Pasong Tamo Tower, 2210 Don Chino Roces ave, Makati City
電話 02-8833-8952 / 02-8729-8708 / 091-7675-0060 / 091-7675-0061
e-Mail ph@myslingtv.com

RYOWA TRADING
リョーワ・トレーディング

電話 02-8400-6728 / 0906-405-2556
e-Mail info@neotv.info

ReASIA Philippine
リ・アジア・フィリピン

住所 10F Jaka Bldg., 6780 Ayala Ave, Makati City
電話 02-8856-0395 / 0916-665-9000（英語）/ 0917-497-3000（日本語）
e-Mail info@itv-world.com

メディア

NIKKEI CHINA (HONG KONG) LTD.
日本経済新聞　日経中国（香港）社

住所 LEVEL21, No.28, Hennessy Road, Wanchai, Hong Kong
電話 65-6336-4122 / 852-2598-1771
e-Mail sales@nikkei.com
nikkei@nikkei.com.uk

浄水器

MJC Water Dispenser Installation Services, Inc.
エム・ジェイ・シー・ウォーター・ディスペンサー・インストレーション・サービス

住所 42 Tropical Avenue BF Homes International Las Piñas City
電話 02-850-0807 / 0917-521-1478
e-Mail mjcwater@yahoo.co.kr

電気・電子機器

Panasonic Philippines
パナソニック・フィリピン

住所 Ortigas Ave, Taytay, 1920 Rizal
電話 02-8635-2260
e-Mail satoshi.kono@ph.panasonic.com

Panasonic Manufacturing Philippines Corporation
パナソニック・マニファクチャリング・フィリピン・コーポレーション

住所 14th Floor, 6788 Ayala Ave., Makati City, Philippines 1226
電話 02-8886-6291
e-Mail yosuke.tanaka@ph.panasonic.com

SHARP Philippines
シャープ・フィリピンズ

住所 KM23 WEST SERVICE ROAD, SOUTH SUPERHIGHWAY ALABANG, MUNTINLUPA CITY, 1770, METRO MANILA, PHILIPPINES
電話 02-8842-0525

Azbil Philippines Corporation

住所 3rd floor, Pilgrim Building, 111 Aguirre Street, Legaspi Village, Makati City
電話 02-811-0916/17/34/36

MDS CIRCUIT TECHNOLOGY, INC.
エム・ディー・システムズ サーキット テクノロジー インク

住所 9th Floor, Ner One Center, 26th St. corne 3rd Ave., BGC, Taguig
電話 02-8818-0506

Azbil Philippines Corporation
アズビル・フィリピン・コーポレーション

住所 3rd floor, Pilgrim Bldg., 111 Aguirre st., Legaspi Village, Makati City
電話 8811-0916 (loc. 101)
e-Mail y.uchida.bc@ph.azbil.com

DAIKYO INTERNATIONAL PHILIPPINES, INC.
大協インターナショナル・フィリピン（株）

住所 #103,Quality Drive, PEZA, SEPZ, Carmelray Industrial Park 1, Canlubang, Calamba, Laguna
電話 049-549-2412 / 049-549-0844DL

通信

RISE
ライズ

住所 6/F OPL Building, 100 C. Palanca st., Legaspi Village, Makati City
電話 0995-614-8196
e-Mail sato.kotsuchi@rise.ph

Infinivan
インフィニティバン

住所 17th floor, Hanston Square Building San Miguel Avenue, Ortigas Cente
e-Mail t_ohba@ipsm.co.jp

ソフトウェア・システム開発・デザイン

KDDI Philippines
ケー・ディー・ディー・アイ・フィリピン

住所 25F Rufino Pacific Tower 6784 Ayala Ave., Makati City
電話 0917-832-7052 / 02-8887-2536
e-Mail sales@kddi.ph

DTSI Group
ディー・ティー・エス・アイ・グループ

住所 12/F, Zuelling Building Makati Avenue Makati City 1225 Philippines
電話 0998-974-1231
e-Mail sg.ent3@dtsigroup.com

BroadLeaf I.T. Solution Inc.
ブロードリーフ・アイティー・ソリューション・インク

住所 Unit 604 Vicente Madrigal Building 6793 Ayala Ave. Makati City
電話 0977-824-2811
e-Mail akira.goto@broadleaf.co.jp

WEB MAKATI
ウェブ・マカティ

住所 Unit 803, Cityland, 7648 Dela Rosa St., Makati City
電話 02-8816-3641

Yoyo
ヨーヨー

住所 Unit 3H, Seibu Tower 6th Ave., cor. 24th St., BGC, Taguig City
電話 0917-135-8515
WEB www.yoyo-holdings.com

ITP/SVEN PHILIPPINES INC.
アイ・ティー・ピー / セブン・フィリピンズ

住所 29 Bulletin Street, West Triangle, Quezon City,1104
電話 0917-650-5309（日本語／英語）
e-Mail ichikawa@itp-sven.ph

A.T. PRIME SOLUTION CORP.
A.T. プライム・ソリューション株式会社

住所 Unit 1904 Hanston Square, #17 San Miguel Ave, Ortigs Center, Pasig City 1605 Philippines
電話 02-8654-2817

Alsons/AWS Information Systems, Inc.
アルソンズ・エーダブリューエス・インフォメーション・システムズ

住所 4th floor, Don Jacinto Bldg 141 Dela Rosa Street Legazpi Village, Makati City Philippines
電話 02-8823-5689

EXCITE MEDIA SERVICES
エキサイトメディアサービス

住所 16FOledan Square, 6788 Ayala Avenue, Makati City 1226 Philippines
電話 02-8844-1637
WEB http: // www.excite.ph

J-SYS PHILIPPINES, INC.
ジェーシス・フィリピン

住所 25th Floor Tower 2, Insular Life Corporate Center, Insular Life Drive, Filinest Corporate City, Alabang, Muntinlupa City 1781
電話 02-8846-0120

TSUKIDEN GLOBAL SOLUTIONS, INC
月電・グローバル・ソルーション・インコーポレイテッド

住所 Unit 2102, 21st floor, One Corporate Center, Dona Julia Vargas ave. corner Meralco Ave., Ortigas Center, Pasig City, Metro Manila
電話 02-8477-8474

GMO
ジー・エム・オー

電話 02-8465-9297
e-Mail info.cloud.en@z.com

ソリューション

VALTES Advanced Technology,Inc
ヴァルテス・アドバンス・テクノロジー

住所 Unit 2A Trafalgar Plaza, H.V. dela Costa Street, Salcedo Village, 1227 Makati City, Philippines
電話 02-8823-8391（フィリピン）/ 03-6860-9004（日本国内）
e-Mail vat-inquiry@valyes.com.ph

INFORESTA PHILIPPINES, INC.
インフォレスタ・フィリピンズ・インク

住所 3rd floor, Makati Sky Plaza, 6788 Building, Oledan Square, 1226
電話 02-8894-3523

自動車

Isuzu Philippines Corporation
いすゞ自動車

住所 114 Technology Avenue, Laguna Technopark, Binan Laguna,4024
電話 Manila:02-8757-6070 / Laguna: 049-541-0224

SUZUKI PHILIPPINES INC
スズキ フィリピン

住所 126 Progress Avenue, Carmelray Industrial Park 1,Carmeltown, Canlubang, Calamba City, 4028, Laguna,
電話 Manila Line (02) 8462-5000
Laguna Line (049) 9502-1458
Mobile (0917) 806-4256

Toyota Motor Philippines Corporation
トヨタ・モーターフィリピン・コーポレーション

住所 15, South Luzon Expressway, Parañaque City, 1700 Metro Manila
電話 02-8633-9941

MITSUBISHI MOTORS
三菱自動車

住所 No.1 Auto Park Ave, Greenfield Automotive Park Spedal Economic Zone, Santa Rosa, Laguna 4026
電話 632-948-9999

TAU CORPORATION
タウ・コーポレーション

住所 1004 Vicente Madrigal Bldg., 6793 Ayala Ave., Makati Binan Laguna,4024
電話 02-8809-2118
e-Mail manila@tau.co.jp

自動車部品

SAN-ESU JAPAN INC.
サンエスジャパン

住所 LOT 5, Malvar St. National H-way Brgy, Tubigan, Binan City, Laguna
電話 049-8576-7707 / 02-8736-5317
e-Mail sasaki@nippon-engine.co.jp
san-esu@nippon-engine.co.jp

RENERGY SYSTEM INC.
レネジー・システム

住所 19 Joe Borris Street, Bagong Ilog, Pasig City, 1600 Metro Manila
電話 0916-435-3232

GLTEK Trading Corporation
ジーエルテック トレーディング コーポレーション

住所 Unit 2B2 Philexcel Business Park M.Roxas Highway Clark Freeport Zone
電話 045-499-3094

ITO SEISAKUSHO PHILIPPINES
伊藤製作所 フィリピンコーポレーション

住所 Lot C2-1B Carmelray Industrial Park , Brgy.Calamba City
電話 049-545-5152

樹脂

Mirai Philippines Corp.
ミライ・フィリピン・コーポレーション

住所 Unit 5 Starts Factory, Lot 3-D Greenfield Automotive Park, Sta. Rosa Laguna, Philippines 4026
電話 049-523-8865 / 0917-832-8167

FIBER GLASS SPECIALIST
ファイバー・グラス・スペシャリスト

住所 158 P.Tuazon Boulevard, Cubao, Quezon City, Philipines
電話 02-995-8888

CALAMBA SHIN EI IND PHILS CORP
カランバ新銳インダストリー・フィリピンズ

住所 Block6 Lot2, Calamba Premiere International Park, (CPIP) Bo .Prinza Calamba, Laguna, Philippines
電話 63-49-545-2035

金属

DOHO METAL (PH) CORPORATION
DOHO メタル（フィリピン）コーポレーション

住所 P.Imes Bldg, Block 16 Phase IV C.E.P.Z.,, Rosario, Cavite
電話 046-437-2432

CREATIVE DIECAST PHILIPPINES
クリエイティブ・ダイカスト・フィリピンズ

住所 Blk. 7, Lot 5 People's Technology Complex, Bo. Maduya, Carmona, Cavite 4116
電話 046-430-2252 to 55

商社

ELEMATEC PHILIPPINES, INC.
エレマテック・フィリピン株式会社

住所 18/F 6788 Ayala Avenue, Oledan Square, Makati City, Metro Manila
電話 02-8817-7552

ITOCHU CORP., MANILA BRANCH
伊藤忠商事株式会社 マニラ支店

住所 16th Floor, 6788 Ayala Avenur, Oledan Square, Makati City, Metro Manila
電話 02-8857-1111

KAMOGAWA Laguna Phils., Inc.
カモガワ　ラグナ　フィリピン

住所 Unit C Metrococo Compound Bldg. 1 Lot 3F/3G on American Road, Greenfield Automotive Park, Sta. Rosa, Laguna, 4026 Philippines
電話 02-750-1278

NGK SPARL PLUGS (PHILIPPINES). INC.
フィリピン NGK 株式会社

住所 Unit 2003, 20th Floor, 88 Corporate Center, 141 Valero corner Sedeno St., Salcedo Village, Makati City
電話 02-8750-1278

Stahl materials Philippines, Inc.
シュタールマテリアル

住所 Block 1 Lot 6-B Dalichi Industrial Park-SEZ Maguyam Road, Silang Cavite
電話 046-482-0829

Vessel Co.,INC.
株式会社ベッセル

住所 大阪市東成区深江北 2-17-25
電話 06-6976-7778

航空

All Nippon Airways（ANA）
全日本空輸

住所 15th Floor, Tower 2, RCBC Plaza, 6819 Ayala Ave. Corner Sen Gil Puyat Ave. Makati City
電話 02-8553-7000

Japan Airlines（JAL）
日本航空

住所 2nd Floor, 6788 Ayala Avenue, Oledan Square, Makati City
電話 02-8403-2486

Philippine Airlines (Head Office)
フィリピン航空

住所 PNB Financial Center, Macapagal Ave Pasay City
電話 02-8855-8888

SKYJET
スカイ・ジェット

住所 Unit 08 Aseana One tower, Bradco Ave., Paranaque City
電話 02-8875-9538

サービス・その他

JICA
ジャイカ

住所 40th Floor, RCBC Plaza, Yuchengco Tower, 6819 Ayala Ave, Makati
電話 02-8889-7119

NIPPON KAIJI KYOKAI
一般財団法人日本海事協会
マニラ事務所

住所 Unit 902 Pearl of the Orient Tower, 1240 Roxas boulevard, Ermita Manila
電話 02-8567-7734 / 02-8567-3892

THE JAPAN FOUNDATION, MANILA
国際交流基金マニラ　日本文化センター

住所 23rd Floor, Pacific Star Bldg., San. Gil Puyat Ave. cor. Makati Ave., MakatiCity, Metro Manila
電話 02-8811-6155 ～ 58

Yasuragi no sato
財団法人 やすらぎの里

住所 Roxas Boulevard cor Sen, Gil Puyat Ave, Pasay City（事務所）
電話 025-834-7777 / 0998-842-2437（日本語対応）

MUSIC21
ミュージック 21

電話 02-8371-7856 / 02-8853-3635 / 02-8809-7391 / 02-8522-5941 / 02-8478-1685

Salary Ex
サラリー・エックス

住所 C9 , 23F Tower 6789, Ayala Avenue, 6789, Makati City
電話 0961-286-0289
WEB www.salaryex.com

JCB International Asia Pacific Pte. Ltd. Manila Branch

住所 2/F, 6788 Ayala Avenue, Oledan Square 1226 Makati City
WEB http://ph.jcb/

【ご登録方法】

本リストへご登録をご希望の法人様は、下記 URL をご覧ください。
（掲載は無料です。）

http://primer.ph/business/nikkei_kigyo_list/

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

DMCI HOMES

Feels real good to be home

DMCI Homes

担当:中矢 0995-963-4948

住所: 1321 Apolinario St. Brgy. Bangkal, Makati City, Philippines

Email: info@dmcihomes.jp

Web: www.dmcihomes.jp

TOKYO GRAND RENOVATION INC.

High quality interior design by Japanese level craftsmanship.
Most of materials are made in Japan.
Will be imported directly from Japanese company.

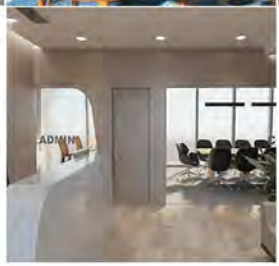
COVID19 Rapid Testing | PPEs | Social Distancing! | Sanitation | Temperature Check | Video Meeting

INTERIOR
DESIGN
& BUILD

TGR

TOKYO GRAND RENOVATION INC.

www.tgr.com.ph



9110 La Campana
St.cor Trabajo St
Brgy Olympia
Makati City
Tel
(02) 8832 1676

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。
Recruitment Advisor / Team Leader
山崎 茜

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。

CITY GOVERNMENT OF MAKATI
CERTIFICATE OF APPRECIATION
Reeracoen Philippines Inc.

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
0945-502-7653（山崎直通）

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！】

Emergency Numbers

緊急時の連絡先

なにかあった時のための緊急時の連絡先リストです。警察署、消防署の他、日本語対応のクリニックもあります。

コミュニティ隔離措置期間の情報はこちらにアクセス!
(Philippine Travel Advisory)

在フィリピン日本国大使館　TEL 02- 8551-5710
※開館時間：平日 8 時 30 分～ 17 時 15 分　（土、日、祝日は休み）
住所：2627 Roxas Boulevard, Pasay City，Metro Manila
邦人援護ホットライン TEL02）8551-5786

フィリピンの緊急通報電話番号（警察・救急車）TEL 911

警察署	マカティ	電話 02-8887-2484 / 0927-505-1518
	マニラ	電話 0998-598-7889
	パサイ	電話 02-8831-7433 / 02-8831-7322
	パシック	電話 02-8654-4939
	パラニャーケ	電話 02-8826-8121 / 02-8826-8182
	ケソン	電話 0977-807-0228
	マンダルヨン	電話 02-8532-2145 / 0915-9370-382
	タギック	電話 02-8642-2060 / 02-8642-3582
	カピテ	電話 046-471-0213 / 0917-5027-862
	アラバン	電話 02-8842-2433
消防署	マカティ	電話 02-8818-5150 / 02-8816-2553
	マニラ	電話 02-8749-7194 / 02-8740-7480
	パサイ	電話 02-8844-2120 / 02-8843-6523
	パシッグ	電話 02-8641-1939
	パラニャーケ	電話 02-8826-9131 / 02-8829-2076
	ケソン	電話 02-8924 1922
	マンダルヨン	電話 02-8532-2189 / 02-8532-2402
	タギック	電話 02-8837-4496 / 02-8837-0740 / 0906-211-0919
	カピテ	電話 046-471-3747
	アラバン	電話 02-8842-2201
空港関連	ニノイ・アキノ国際空港	電話 02-8877-1109/7888
	クラーク国際空港	電話 045-499-1468
	マクタン・セブ国際空港	電話 032-340-2486
	全日空	電話 02-8553-8000
	日本航空	電話 02-8403-2486
	フィリピン航空	電話 02-8818-0111
	セブパシフィック航空	電話 02-8702-0888
	エア・アジア航空	電話 02-722-2742
	デルタ航空	電話 02-8841-8822

大使館・邦人関係機関	在フィリピン日本国大使館	電話 02-8551-5710
	領事部直通（日本語）	電話 02-8834-7508
	マニラ日本人会	電話 02-8810-7909
	フィリピン日本人商工会議所	電話 02-8892-3233
	マニラ日本人学校	電話 02-8840-1424～27
	フィリピン退職庁	電話 02-8848-1412
	人援護ホットライン（24時間対応）	電話 02-8551-5786
交通機関	マニラ運輸省	電話 02-8727-7960 / 7890
	Light Rail Transit Authority (LRT)	電話 02-8853-0041
	Metro Rail Transit (MRT)	電話 02-8924-0052
電機・ガス・水道	マニラ水道	電話 1627
	MERALCO メラルコ（電気）	電話 16211 / 0920-971-16211 / 0917-55-16211
	Solaine LPG ソレイン（ガス）	電話 02-8887-5555
病院	Makati Medical Center	住所 Amorsolo St., LegazpiVill., Makati 電話 02-8888-8999 WEB www.makatimed.net.ph
	St. Luke's Medical Center（タギッグ）	住所 32nd St., Bonifacio Global City, 1112 電話 02-8789-7700 WEB www.stlukesmedicalcenter.com.ph
	ジャパン・ヘルプデスク（24時間体制で医師や医療機関を紹介）	電話 02-8817-1289
	神戸クリニック（アラバン）	電話 02-8842-5405
	メディカル・シティ（パシッグ）	電話 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）	電話 02-8771-9000
	赤十字社（レッドクロス）	電話 143 / 02-8527-0000
日本語 OK なクリニック	マニラ日本人会診療所	住所 23/F Trident Tower, 312 Sen. Gil Puyal Ave., SalcedoVill., Makati 電話 02-8818-0880 / 02-8819-2762 WEB www.jami.ph/clinic
	東京ヘルスリンク <マカティ店>	住所 Sunnywale Bldg., 2247 Don Chino Roces Ave., Makati 電話 02-8819-2010 / 02-8506-8989（日本語対応） WEB www.tokyohealthlink.net 診療時間 月～土曜 8:00～20:00、日曜 9:00～18:00
	東京ヘルスリンク <アラバン店>	住所 Unit R-2 El Molito Bldg., Madrigal Ave., Ayala Alabang, Muntinlupa 電話 02-8772-2678 / 0917-808-8874（日本語対応） WEB www.tokyohealthlink.net 診療時間 8:00～20:00
動物病院	Animal house（24時間）	電話 02-8896-3704／0917-847-5233

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）

お申込・お問い合わせはWEBで

www.nikkeiasia.com

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

2020

Philippine Lifestyle Guide

PHILIPPINE **LIFESTYLE** GUIDE