



心 ポジティブに、
快適な時間を過ごそう



New Normal 3 もっと便利にもっと快適に

レストラン・ビューティー・ビジネスに関する情報満載
最新情報はWEBで発信中! Primerも皆さんと一緒に頑張ります!



JAPAN AIRLINES

新制服でお客さまを笑顔で
お迎えするその日を心待ちにしております



www.jal.co.jp/phl

 JapanAirlinesWorldwide  japanairlines_jal

ご予約・お問合せ・JALマイレージセンター

+632-8403-2486(日本語対応)

+632-8403-2763(英語対応)



明日の空へ、日本の翼

便利なオンライン・モバイルバンキングに関する日本語表記のガイドラインや日々のお取引のご利用方法を公式ホームページに多数掲載しております。

BDO ジャパンデスク

検索

ジャパンデスクによるウェビナーも開催予定！資産運用や各種保険に関するご相談も承ります。オンラインツールを利用したビデオ通話・会議をご希望のお客様は別途ご相談ください。

BDOのここがポイント！

- ・フィリピン国内銀行唯一の日本語ヘルプデスク設置（メール・お電話）
- ・ジャパンデスク総勢31名在籍（日本語スピーカー11名）
- ・個人のお客様から法人のお客様まで日本人担当者在籍
- ・支店数は1,300店以上、ATMは4,000台以上設置（フィリピン国内）
- ・多数のお取引が利用可能、便利なオンラインバンキング



お取り扱い業務

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

BDO Japan Desk
お問い合わせ先

+63(2)8663-4001 • help-japanese@bdo.com.ph

<https://www.bdo.com.ph/jp/home> • 営業時間：平日8：30～18：00

日本語でお気軽にお問い合わせください。



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**



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

The All-New **XL7**



FIND OUT MORE



1.5L Gasoline Engine
with VVT



Generous Luggage Space



Advance Multi- information
colored LCD



LED Headlamps with DRL



Key Less Push Start System



24/7 Toll FREE Customer Care Hotline



SANTIS Delicatessen

www.santis-deli.com

HOME TO THE FINEST DELICACIES!

最高のおいしさをあなたに。



Chesa Bianca
SWISS RESTAURANT



本物のヨーロッパの家庭の味を
お楽しみください。

**EXPERIENCE REAL EUROPEAN
HOME-STYLE COOKING**

フィリピンプライマー読者の皆様へ

フィリピンでは新型コロナウイルスの感染拡大をうけて、首都マニラでも日々の生活が大きく変わりつつあります。読者の皆様の中にも、日常生活や健康に不安をおもちの方もいらっしゃるでしょう。

Primerでは読者の皆様が少しでも快適に明るく過ごせるよう、国内の最新情報とともに、有益な生活関連情報を自社WEBサイトで随時配信してまいります。

- フィリピン国内の新型コロナウイルス最新情報
- レストラン、ショップ、モールのオープン情報
- 緊急時の問い合わせ先
- 今役立つ生活情報 など

また本マガジン掲載のレストランやショップの最新の営業情報なども、随時ウェブサイトに掲載してまいります。

Primerも皆様と一緒に頑張ります！

フィリピンプライマー一同

↓最新情報はここから



<https://primer.ph/>

Special Feature New Normal 3

もっと便利に！もっと快適に！..... 06



- 20 プロ直伝 今晚のおかず まめ知識付 今回の食材
ティラピア (Tilapia)
- 22 フィリピン生活お役立ち！趣味・余暇活動リスト
- 24 国際線 主要航路時刻表
- 36 フィリピン経済NEWS
- 49 フィリピンで親睦を深めよう！日本人コミュニティリスト

Feature of the Issue

SPECIAL FEATURE — This year is proving to be a very challenging and uncertain one. It's consistently been like one day it's all good, then the next it's all hobble. For a start, the food and beverage sector is just one of the many other businesses at the receiving end of this—having largely turned to delivery services in order to survive. In another issue of Philippine Primer, not only do we give you another list of restaurants where you can purchase a comfort food from amid these trying times, but do we also give you a primer on the available delivery applications for a more convenient experience on ordering food online; as well as the different levels of community quarantine here in the country for a better understanding of things.

And on a lighter side of all these, this issue features the know-how of tidying up as well! Through the use of the danshari method, learn a new way of cleaning up your space as our homes are where we stay the most these days.



Contact Us: Primer Media Inc.,

Tel: +63-2-8836-8381

Telefax: +63-2-8808-2163

<http://primer.ph>

Facebook: Philippine Primer

E-mail: information@primer.ph / sales@primer.ph

Unit 807, Greenbelt Mansion Building, 106 Perea Street,
Legaspi Village, Makati City, Philippines

【お詫びと訂正】

Life Style Guide 2020の記事中一部誤りがありました。謹んで訂正し、お詫びいたします。

P166 SUZUKI PHILIPPINES INC. 様の日本名

(誤) すゞきフィリピン (正) スズキフィリピン

関係者の皆様に多大なるご迷惑ご面倒をお掛けしましたことを心よりお詫び申し上げます。



September/Setyembre

2020

09

Contents

■困った時の連絡先(フィリピン国内用)

●大使館・邦人関係機関

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

●病院

マニラ日本人会診療所(マカティ)	02-8818-0880
東京ヘルスリンク (マカティ)	02-8819-2010
(アラバン)	02-8772-2678
セントルークス・メディカルセンター (グローバルシティ)	02-8789-7700
(ケソン)	02-8723-0101
神戸クリニック(アラバン)	02-8842-5405
メディカル・シティ(パシッグ)	02-8988-1000
アジアン・ホスピタル・アンド・メディカルセンター (モンテルパ)	02-8771-9000
マカティ・メディカルセンター(マカティ)	02-8888-8999
セブ・ドクターズ・ユニバーシティ・ホスピタル	032-255-5555
チョンワホスピタル(セブ)	032-255-8000
ダバオ・ドクターズ・ホスピタル(ダバオ)	082-221-2101

ジャパニーズヘルプデスク
(24時間体制で医師や医療機関を紹介) 02-8817-1289

●空港

ニノイ・アキノ国際空港 (NAIA) +632-8877-1109

●航空会社

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

発行・編集・制作

Publishing / Editing / Production
Primer Media社

広告問合せ sales@primer.ph

PrimerMedia社

Unit 807, Greenbelt Mansion Building, 106 Perea St.,
Legaspi Village, Makati City

Tel : 02-8836-8381 Fax : 02-8808-2163

E-mail : information@primer.ph

URL : <http://primer.ph>

無断転載・複写・引用を禁じます

PRIMER 09月号 Vol.149

(掲載内容は取材時に基いたもので予告なく変更になる場合があります)



**Philippine Primerの
英語版は毎月10日発行!**

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

New Normal 3

もっと便利に! もっと快適に!

マニラがGCQ (General Community Quarantine)からMECQ (Modified Enhanced Community Quarantine)に戻り、一度は再開した公共交通機関やレストランでのイートインも制限されてしまいました。そこで今回はMECQの間も営業中のお店の紹介と同時に、使いこなせるようになると便利な買い物代行サービスをご紹介します!

MECQ中もデリバリーやテイクアウトを提供中のお店紹介!

イートインが制限され、レストランの味が恋しくなっている方、大丈夫!

デリバリーやテイクアウトをして、自宅でも美味しいものを楽しもう!

Patisserie Bebe Rouge

パティスリー・ベベ・ルージュ

日本人パティシエが手掛けるパティスリー。パンやケーキをテイクアウト可能。もしくは、各自でグラブフードでデリバリーを手配して宅配してもらうことも可能。ベベ・ルージュの有名ないちごショートケーキが注文できるのが嬉しい。サイズと価格は1ピース (P155)、ホール12cm (P730)、15cm (P1,050)、18cm (P1,550)。抹茶ロールケーキもあり、こちらは1ピース (P125)、ホール14cm (P440)。支払いはGCashも対応。



Sacred Heart St., cor. Metropolitan Ave.,
San Antonio Village, Makati
☎0917-851-9636/02-8833-2826
🕒9時~16時 📱 PatisserieBebeRouge

Santis Delicatessen

サンティス・デリカテッセン

新サービスDrive & Goでは、店舗に電話で商品を予約し、お店から連絡が入ったら回収に行くことができるシステム。レジでお金を払って商品を引き取るだけなので、店内の滞在時間が最短ですむのがポイント。支払いは現金、もしくはクレジットカードで。回収はGrab Pabili, Lalamoveなどの買い物代行サービスに依頼することも可能 (各自手配)。Drive & Goはすべての支店が対象。回収は当日中に。



WIC Bldg., 7431 Yakal Street, San Antonio
Village, Makati
☎02-8844-1154/0917-844-7123
🌐www.santis-deli.com
📱 SantisDelicatessen

瀬里奈

Seryna

日本人駐在員や日本食好きなフィリピン人の間でも御用達として有名な「瀬里奈」は、いつも新鮮で上質な寿司や刺身が食べられるお店としてリトル東京でも人気の日本食レストラン。

様々なテイクアウトメニューを展開し、寿司・刺身はもちろんお弁当から焼き物のアラカルトまで様々なメニューを提供している。中でもお弁当・御膳メニューはボリューム満点でガッツリ食べたい方にオススメ。すき焼き御膳、てんぷら御膳、鯖塩焼き御膳などお味噌汁付きで各460ペソで販売。

インスタグラムやフェイスブックには実際に提供されている料理とメニュー画像が掲載されているので、オーダーする際には参考にすると良いだろう。

2277 Little Tokyo Complex, Fernando St.
Chino Rocas Ave, Makati
☎02-8894-3855 / 0916-514-2355
🕒11時~19時 (MECQ: 8/18迄)
📱 SerynaPH



おでんハウス

Oden House

まさに王道の日本の味「絶品カレーパン」がデリバリーできる。これはカルティマールの人気和食店・おでんハウスジャパニーズレストランの看板商品の一つ (1個P60)。今20、30個とまとめ買いで求める人も人気の商品だ。

おでんハウスでは現在、外出禁止、感染予防で家にいることが多い近郊の皆さんへ、おでんハウスの通常店内メニューのほか、上記のカレーパン、肉まん、冷凍食品、それに加えて精肉等(USビーフや豚バラのスライス他)のバイク便でのピックアップを行っている。

2/F Magic Star Squire Bldg, 2217 Leveriza
St. Pasayi
📞日本語応答: 0918-948-1012 / 英語 タガ
ログ: 02-8817-9289
📱 ODEN HOUSE Japanese Restaurant/
Oden House Japanese Food Delivery



Hightower J. Foods

ハイタワー・Jフーズ

ホテル・レストラン向けのプロ用日本食材を手軽にご家庭で。毎週の日本から正規空輸で入荷する鮮魚や冷凍食材、さらに輸入肉類などをカタログから注文可。日本の四季・旬をマニラで味わえるよう厳選された、他の食材店では入手できない産地直送の新鮮な海産物が最大の魅力だ。カタログご希望・ご注文はFacebookメッセージで。(日本語対応可)

10/F Ramon Magsaysay Center, Roxas Boulevard, Malate
☎02-8534 0984/02-8523 4099
f HightowerJ.Foods



Ramen Pro Shop

ラーメン・プロ・ショップ

麺、スープの素、器など、ラーメンのサプライを販売するショップ。餃子の皮なども販売。太麺、細麺から選ぶことができ、100g/13.50ペソ。スープの素は味噌やとんこつ醤油などの種類があり、水を加え温めて使う。1Lと500mlの使い切りやすいサイズもある。店舗で直接購入、または買い物代行サービスで自宅まで届けてもらうことができる。

2/F Magic Star Square Building
☎0995-538-5585 ☎ 7時30分~16時
f ramenproshop



Tapella

タペリヤ

日本人の間でも人気のスパニッシュ。2020年8月からはテイクアウトサービスを開始。大人気のシーフードパエリアは(P1,200)で4~6人でシェア可能。Garlic Sauteed Shrimps (P600 4~6人前)やBeef Salpicao (P1,150 4~6人前)もおすすだ。買い物代行サービスにも対応。支払いはGCashやクレジットカード対応。

G/F Greenbelt 5, Ayala Center, Makati
☎0917-712-4546
f TapellaByGaudi



Kefseft

ケフセフト

日本人夫婦が運営している農園から、全品産地直送で自宅まで配達を提供。商品はノンホモジナイズ牛乳 (P80/480ml)、プレーンヨーグルト (P50/130ml)、日本オクラ (P40/80g)、ヤングコーン (P40/80g)、日本ニラ (P70/100g)、お米 (P100/kg)。対象エリアはメトロマニラ、クラーク、アンヘレス、ターラック周辺。まずはお電話でお問い合わせを。

☎0946-054-7313/0906-758-7574
f freshdairyproducts



La Cabrera

ラ・カブレラ

ラ・カブレラの人気ステーキを家庭で食べられる冷凍ステーキを提供。炭火の香りとともに詰め込まれて冷凍おり、フライパンで仕上げるだけでレストランの味を家庭で再現できるようになっている。調理済みの料理も提供。支払いはデリバリーの場合はBDOへ振り込み、テイクアウトの場合はデビット、またはクレジットカード対応。

6750 Building Ayala Business Tower, Glorietta Complex, Ayala Ave., Makati
☎0905-290-0703/0967-236-7940/02-8833-8946 ☎ 8時~17時
f lacabreramanila



志摩

Japanese Restaurant Shima

三重県志摩市出身のオーナーが手掛ける和食レストラン。パラニャーケの高級住宅街BFホームズに所在。豊富な種類の和食メニューを提供している。デリバリー注文の窓口はメッセージ、☎、GrabFood、ウェブサイトのいずれか。注文は17時30分まで(これ以降の注文は翌日配達)。1,500ペソ以上の注文で、無料餃子付きのプロモを現在行っている。

241 Aguirre Ave, BF Homes, Parañaque
☎0918-259-5754
f shimafoods.com f ShimaRestaurantPH



ANI Express

アニ・エクスプレス

ANI Expressは、フィリピン上場企業AgriNuture (ANI) が提供する、オンラインの食品デリバリーサービス。

農家から直接買い取った野菜・果物はもちろん、オーガニックのドリンクやPlant-Baseのアイスクリームなど幅広い商品を取り揃えている。ANI子会社で運営するTully's Coffeeで取り扱う商品のデリバリーにも対応している。

No. 54 National Road, Dampol II-A, Pulilan, Bulacan ☎ sales@ani.com/ph
aniexpress.1ani.com.ph
f ANIExpressPH



七五三

Shichigosan

ラグナに所在するお好み焼き店。神戸と東京から取り寄せた粉とソースを使った本格的なお好み焼きが自慢。鉄板焼、サラダ、焼きそばなどその他の和食メニューも揃えている。注文フェイスブックのメッセージ、もしくは電話で。

Brusmick Place Lot 1, Balibago Road, RSBS Blvd. Santa Rosa
☎0928-5221313/09065757985
☎ 12時~18時 f shichigosan753



買い物代行サービス "Pabili"を利用しよう

飲食店やグロッサリーまで買い物に行ってもらおう 「買い物代行サービス」

新型コロナウイルス拡大感染防止のため、外出を控え、デリバリーに頼ることが多くなった人もいないのでしょうか？自社配達を提供しているファーストフード店や、Grab Food、Foodpandaなどのフードデリバリー専門サービスの他に、飲食店やグロッサリーなどへ買い物に行ってもらえることができる「買い物代行サービス」があるのをご存じでしょうか？

飲食店にデリバリーを頼むと、Grab PabiliやLalamoveを各自手配して・・・なんて言われることがあると思います。これが買い物代行サービス。フィリピンでは「Pabili」と呼ばれているものです。メリットとしては、自社配達をしていないお店や、Grab Food、Foodpandaなどに載っていない飲食店から注文し、届けてもらえること。また、業者によっては複数の店舗から買い物をし、一度に届けてもらうよう指定することもできます。

買い物代行サービスの メリット・デメリット

- メリット**
 - ・自社配達をしていないお店や、Grab Food、Foodpandaなどのフードデリバリーアプリに載っていないお店からも注文し、届けてもらうことができる。
 - ・業者によっては複数の店舗で買い物をしてもらうことができる。
- デメリット**
 - ・買ってほしい商品をかなり明確に記載しないとイケない（商品名、重量など）。
 - ・上限額が決まっており、あまり大きな買い物はできない。

主な買い物代行サービスを比較

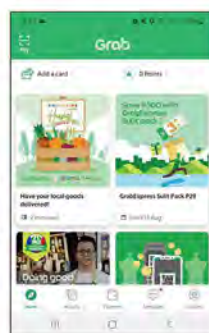
アプリ	Grab (Grab Pabili)	Lalamove	Mr. Speedy
上限金額	P2,000	P2,000	P1,500
上限重量・サイズ	25×32×12cm以下	なし	バイク20kg、車750kg以下以下
お届け時間の設定	不可	不可	2週間後まで予約可能
買い物先を複数指定	不可	可	可
お届け先を複数指定	不可	不可	可



発注の仕方(Grab Pabiliの場合)

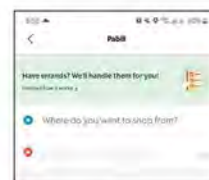
ステップ 1

Grab配車アプリを立ち上げ、Pabiliアイコンをタップ



ステップ 2

Pabiliの最初の画面を開くと、買い物先とお届け先を入力する欄があります。まずは買い物先を入力します（タップすると次の画面に進みます）
ヒント：よく入力する住所は登録しておくとう便利！



Addをタップして最初の画面に戻ります。

ステップ 3

最初の画面に戻り、今度はお届け先を入力します（タップすると次の画面に進みます）

Deliver to...には自宅や会社など、届けてほしい住所を入力します。

Location detailsはお届け先の目録となるもの、**Contact name**、**Mobile number**はステップ2と同様に入力します。

Addをタップして最初の画面に戻ります。



ステップ 4

合計金額を確認して、Nextをタップ



買い物先詳細画面

Where should we start of from?をタップして、買い物先のお店住所を入力します。

Location detailsにはお店の目印となるもの、**Contact name**と**Mobile number**は特にお店側の指定がなければ自分の名前と番号を入れます（空欄のままでは進めないのので何か入力しておく）

Items to Purchaseには商品名と単位（個数、グラム数など）を入力。+ **Add more items**をタップすると入力欄が一つ増えます。

Total (estimated)には合計金額（推定でもOK）を入力します。P2,000が上限です。

マイホームを すっきりきれいに！ 今すぐ断捨離[®]

自宅で過ごすことが多い今、せっかくの時間を利用して家の片づけをしてみたいか？今まで溜め込んできた所持品を整理し、不要なものを捨ててしまえば、お家も心の中も気持ちもすっきりするはず！今回は、日本でもよく知られた断捨離と、不要になった持ち物をどうすればいいのか、をご紹介します！

モノへの執着を捨てて心もすっきり！

だんしゃり
断捨離[®]

断捨離（だんしゃり）とは、もともとは、ヨガ指導者である沖正弘氏が提唱したヨガの思想で、片付け術。モノへの執着を捨てて、身の回りをきれいにするだけでなく、心もストレスから解放されてすっきりすることが目的とされている。2009年にやましたひでこ氏が断捨離の思想を片付けに応用した著書『新・片付け術 断捨離』（マガジンハウス）を出版し、断捨離の名を広く世間にしらした。

断捨離の3つの思想

断 入ってくる要らないモノを断つ

安売りしてるからと言ってつい物を買ってしまい、気が付くと家の中ガラクタだらけ。買う前に、本当に必要かどうかを一度考えてみよう。なくても何とかやっていけそうなら、買わない。衝動買いは絶対にNG。

捨 家にはこびるガラクタを捨てる

持ち物を捨てるのは容易ではない。そんな時は、こんまりメソッド（後述）でも教えられている「触った瞬間にときめきを感じるかどうか」で判断するとよいのだそう。ときめかない物は手放す。こうしていくうちに、持っていて幸せになるものだけに囲まれた生活が実現できる。

離 モノへの執着から離れ、ゆとりある自在の空間にいる私

物への執着を離れることは、物質主義な世の中ではなかなか難しいこと。そういう時は、少しずつ不要なものを手放し、徐々に慣れていこう。物を手放した分だけ、家の中が広々となっていく様子をイメージしよう。特に、外出を控えていたい今は、家の中を住みよい場所にすることが何より大切だろう。

参照：やましたひでこ公式サイト yamashitahideko.com



ただ捨てたらもったいない！ 不要なものはこうすれば有効活用できる in Philippines

片づけ中に出てきた不要品をただまとめて捨ててしまうより、他人に譲ったり、買い取ってもらったりしてみてもどうだろうか？不要になったものが次の人の生活に役立ってくれるかも？

●若干古くても大丈夫！周りのフィリピン人に譲ってみよう

お手伝いさんやドライバーさん、コンドミニウムの警備員さんなど、身近なフィリピン人に譲ってみよう。特に日本製のものは喜ばれることが多く、若干の傷や汚れがついていても気にしない人も多い。実家に子供がいる家庭も多いので、おもちゃや子供服なども役立つだろう。「掃除したら出てきたんだけど、よかったら好きなものを持って行って」と気軽に呼びかけてみよう。

●慈善団体に寄付

金銭だけでなく、支援物資募集をしている慈善団体もあるので寄付してみよう。日本人の団体もあるので、英語に自信のない方でも安心。また、ユニクロは自社製品に限られるが、店舗に持っていけばよいので買い物ついでに手間をかけずに寄付できるのがよいところ。

◆ICAN（認定NPO法人アイキャン）へ

1994年、フィリピンを訪れた会社員によって設立。主にフィリピンやイエメン、ジブチの子供たちを支援し、様々なプロジェクトを行っている。

ウェブサイト：www.ican.or.jp

◆Uniqlo（ユニクロ）のシステムを利用

ユニクロ製の服を回収してリサイクルし、国連難民高等弁務官事務所（UNHCR）や世界各地のNGO・NPOと共に被災地や難民キャンプへの寄付を行っている。きれいに洗濯した服を、各店舗に設置してあるリサイクルBOXへ投入するだけでOK。

ウェブサイト：www.uniqlo.com

●不用品を売ってお小遣いを稼ぐ

日本で広く利用されているメルカリなどのフリマアプリはもちろん、フィリピンでもCarousell、Lazada、Shopeeなどのアプリがあり、政府発行のIDがあれば簡単に販売者登録ができる。また、日本人の間で取引がしたいなら掲示板やグループなどに投稿するのもおすすめ。

ちなみにプライマーウェブサイトにも掲示板があるのでぜひご利用を！

片づけを通して内面をみつめる **こんまり[®]メソッド**

片付けコンサルタントのこんまりこと近藤麻理恵さんが編み出した独自の片付け法「こんまり[®]メソッド」。2010年に出版した『人生がときめく片づけの魔法』（サンマーク出版）は、世界40か国で翻訳出版され、シリーズ累計1200万部を超えるベストセラーに。また、2019年からはNetflixで『KonMari—人生がときめく片づけの魔法—』が190か国で放映されるなど、海外でも注目を集めるほど。近藤麻理恵さんは、アメリカの雑誌TIMEの「世界で最も影響力のある100人」に選ばれたこともある。

「こんまり[®]メソッド」の鉄則は、片づけの順番にあるという。まずは衣類、そして本、書類、小物類。最後に手をつけるのが思い出の品となる。思い出の品はつい見入ってしまい、片づけがそっちのけになることもあるがそが肝！興味のある方はぜひこんまりのオフィシャルサイトをのぞいてみよう！

<https://konmari.jp/>

公式サービスとして、片付けレッスンやワークショップ、片付け講座などを提供しており、公式ホームページから申し込むことができる。



一目でわかる MECQ・GCQ・MGCQ 徹底解説

ここでは、MECQ、GCQ、MGCQの各隔離措置の各段階のなかでの日常の活動、交通規制、それに産業カテゴリー別の認可状況を掲載します。
ジェトロ・マニラ事務所にご協力をいただき、資料を抜粋してお伝えします。ぜひご自身の活動のご参考にしてください。

【隔離措置の種類】 ECQ ⇒ MECQ ⇒ GCQ ⇒ MGCQ の順に厳格な制限となります。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

【認められる活動】

	MECQ	GCQ	MGCQ
外出	認可された事業所での勤務、生活に必要な物資やサービスを得る場合に限定される。(ただし、運動、集会、学校については下記参照)		
運動	マスク着用、他者との距離確保、道具の共用なしで、他者との接触のない屋外スポーツは可能(ウォーキング、ジョギング、ランニング、自転車)	MECQに加えて、ゴルフ、水泳、テニス、バドミントン、射撃、乗馬、スケートボードも可能。クラブハウスも基本的なサービスに限り営業可	屋内、屋外を問わず、他者との接触のないスポーツは可能。
集会	宗教関連は5名まで可	宗教関連は10名まで可	会場定員の半分まで可
交通	航空：限られた国際便 管理された入国（フィリピン人の帰国等） 自転車など動力装置のない交通手段を奨励	乗員間の距離を確保し、安全管理を徹底した上で公共交通運行	公共交通、民間交通機関ともに、運輸省ガイドラインの下で通常通り運行（ただし、乗員間の距離を1m以上確保）
学校	対面授業は中止 (学校施設閉鎖)	(基礎教育) 2020年8月24日～2021年4月末を想定 (高等教育) 2020年9月開講を想定 対面授業は最小限の運営	対面授業も限定的に可能 (衛生管理を徹底。地方自治体の了解が必要)
政府	対全員出勤も可能（代替勤務形態を推奨）		

【交通規制】 MGCQ では公共交通を通常運行（乗員間の間隔を1m以上確保）、私用交通も通常運行可能。

	MECQ	GCQ
公共	鉄道、バス、ジープニー、タクシー、TNVS (GRAB 等) トライシクル 公共シャトル	不可 可能 (積載乗員数に制限あり)
私用	私用シャトル 私用車 自転車、バイク、電動スクーター	可能 可能 1名のみ

■本データの掲載について

出所：ジェトロ・マニラ事務所、「フィリピンにおけるコミュニティ隔離措置の最新状況、IATF（新型コロナウイルス感染対策のための省庁横断タスクフォース）の関連決議概要（仮訳）」2020年8月2日更新
※上記より抜粋して転載。

最新情報はWEBでご覧ください。



【産業カテゴリー別の認可業種】 営業／操業を行う人員体制 ★ 通常（100%） ◎ 通常の50～100% ○ 通常の50%以下 △ 最小限 × 営業／操業は不可
(第1種産業カテゴリー) ★ MGCQは通常（100%）の人員体制で営業／操業が可能

業 種	MECQ	GCQ
農林水産業及びその流通	★	★
医薬品、医療用品・器具の製造・原材料や包装資材の供給・流通	★	★
生活に必要な不可欠な物資（食品、ビタミン剤、石鹸、洗剤、おむつ、生理用品、トイレットペーパー、ウェットティッシュ、消毒剤等）の生産者や流通に関わる民間事業者（公設市場、スーパーマーケット、食料品店、コンビニエンスストア、クリーニング店、テイクアウトと配送サービスのみの外食店、飲用水の補給サービス、その他は貿易産業省が認めるもの）	★	★
病院	★	★
医療や緊急対応を要するサービス（人工透析センター、化学療法センターなど）	★	★
診療所（皮膚科、歯科、眼科、耳鼻咽喉科など。美容関連クリニックは除く）	★	★
航空事業者、航空機のメンテナンス、パイロット、航空機の客室乗務員、航空学校の従業員、船舶の船長と乗務員、造船所における造船と修繕	★	★
生活に必要な物資（食料品、医薬品、衣料品、アクセサリ、ハードウェア、家庭用品、学校用品、オフィス用品、ペットフード、ペット用品）の配送またはクーリエサービス（自社対応または外部委託を問わない）	★	★
水の供給と公衆衛生に関する施設とサービス（廃棄物処理、不動産やビルの管理を含む）	★	★
通信事業者、インターネットプロバイダー、ケーブルテレビ事業者、及びそれらの営業やメンテナンス等のサービスを担う外部委託事業者	★	★
エネルギー・電力の事業者及びその取引先やサービス・プロバイザー（送電、配電、発電、電力の小売、石炭・原油・石油・石油製品・その他の発電燃料の採掘・製造・流通（ガソリン・ステーション、石油の精製所や貯蔵所を含む））	★	★
公共事業道路省のガイドラインに基づいて認められる公共工事（隔離施設、医療施設、災害対策、災害復旧、下水、水道設備、デジタル通信設備など）と民間工事（食品製造、農業、漁業、エネルギー、住宅、通信、水道、製造業、IT-BPO） MECQ、GCQ ではその他の工事も可能（ただし、MECQでは小規模な案件は不可）。	★	★
MRT3 号線改修など13の鉄道工事に従事する、運輸省が認可する建設作業員。現場またはその付近での宿泊施設、通勤シャトルサービスの手配が望まれる。	★	★
セメントや鉄鋼製品など、建設に必要な機器や資材を製造・供給する事業者	★	★
報道事業者（ECQ：DOLE 及び PCOO に登録した者のみ勤務可能）	★	★

(第2種産業カテゴリー) MGCQは通常(100%)の人員体制で営業/操業が可能

業 種	MECQ	GQC
その他の製造業・飲料(例:アルコール飲料)・電気機械・木製品、家具・非金属製品・繊維製品、衣料品・タバコ製品・紙及び紙製品・ゴム製品、プラスチック製品・コークス、精製した石油製品・その他の非金属鉱産品・コンピュータ、電気製品、光学製品・電気器具・機械、器具・自動車、トレーラー及びセミトレーラー・その他の輸送機械、その他	○	★
電子商取引事業者	★	★
郵便、クーリエ、配達サービス(ECQはフィルポストの従業員のみのみ)	★	★
(鉱業・採石業を含む)輸出主体の事業者。 ECQ:在宅勤務、職場または近隣における従業員の宿泊施設の確保、通勤用シャトルサービス手配のいずれかを行うこと。 MECQ:職場または近隣における従業員の宿泊施設の確保は不要。	★	★
不動産事業(賃貸)	★	★
不動産事業(賃貸以外)	○	★
コンピュータや住宅設備を含む各種機器の修理やメンテナンス	★	★
電気工事や外装工事等のハウジング・サービス	★	★
オフィス管理、オフィスサポート等のビジネス活動(コピー、請求書発行など)	○	◎
ホテルまたは類似施設は、営業を禁じる(ただし、以下の者に対しては、最小限の人員体制で宿泊提供のみ可能)。レストラン、バー、ジム、スパ等の施設内付属施設による宿泊客向けサービスは認められない。また、宿泊施設が、宿泊客に同じ弁当を配ったり、テイクアウトや配達サービスの注文を受けたりすることは認められる。 a. ルソン地方において2020年3月17日時点で予約を確保していた外国人、またはルソン地方以外において2020年5月1日時点で予約を確保していた外国人 b.すでに長期の宿泊予約を確保していた者 c. 困窮したOFW(フィリピン人の海外就労者)、身動きの取れないフィリピン人や外国籍の者 d. フィリピンに帰還し、所定の隔離措置を受けるOFW e. OFW以外で、強制的な隔離措置を行う必要がある者 f. 保健関係者など、政府が営業/操業を認めている業種に従事する者	△	△
葬儀を行う際の牧師や祈祷師など宗教関係者。新型コロナウイルス以外の原因で死亡した場合、故人の近親者が葬儀に出席することは認められる。	★	★
葬儀・遺体衛生保存サービス。ただし、関係者の宿泊施設またはシャトルサービスを手配すること。	★	★
獣医クリニック(動物病院)	★	★
警備員	★	★
IT-BPO(ITを活用したビジネス・アウトソーシング・サービス)事業者。 ECQ:在宅勤務、職場または近隣における従業員の宿泊施設の確保、通勤用シャトルサービス手配のいずれかを行うこと。 MECQ:職場または近隣における従業員の宿泊施設の確保は不要。	★	★

(第3種産業カテゴリー) MGCQでは通常通り営業が可能(※、*)

銀行、送金サービス、マイクロファイナンス、送金サービスが可能な質屋、信用組合、現金輸送サービス	★	★
資本市場(中央銀行、証券取引所等)	★	★
その他の金融サービス(両替、保険、再保険、非強制的年金基金)	○	○
法務、会計サービス	○	○
経営コンサルタント	○	○
建築、エンジニアリング、関連する技術的なテスト及び分析	○	○
科学研究開発	○	○
広告、マーケティング	○	○
コンピュータ・プログラミング(コード・ライティング、システム・デザインなど)、情報サービス活動(データ・プロセッシングなど)※	○	○
国税庁またはその他の政府当局に認可されている印刷業(Printing press)	★	★
出版・印刷サービス	○	○
映画、音楽、テレビ番組の制作	○	○
レンタル及びリース(不動産を除く。認可業種向け自動車や機械などの賃貸)	★	★
認可業種に対する人材サービス(採用など)	★	★
海外での就業に関する人材サービス	○	○
写真、各種デザイン	○	○
乗り物(車)及び部品の卸売・小売	○	○
乗り物(車)の修理・メンテナンス、洗車サービス	○	○
ショッピングモール、商業施設(娯楽目的以外の小売店舗)	○	○
外食(配達とテイクアウトのみ) 店内飲食については※参照	○	★
理容店、美容室※	×	△
ハードウェア販売店	○	△
衣料品、アクセサリ販売店	○	○
書店、学校用品店、オフィス用品店	○	○
ベビー用品店	○	○
ペットフード、ペット用品	○	○
情報通信機器、電気機器の販売店	○	○
花、宝飾品、ノベルティグッズ、アンティーク、香水の販売店	○	○
火器と弾丸の取引所(当局指示を厳格に順守すること)	○	○
玩具店(子供向けプレイルームやアミューズメント施設は閉鎖)	○	○

(第4種産業カテゴリー) ECQ、MECQ、GQCは営業/操業を禁止。 MGCQでは通常の50%以内の人員体制で営業可能。

フィットネスジム、スポーツ施設
娯楽産業(映画館、劇場、カラオケ・バーなど)
子供向けアミューズメント産業(プレイルーム、遊具など)
図書館、美術館、博物館、その他の文化的施設
観光施設(遊泳場など)、旅行の予約など関連サービス
パーソナル・ケア(マッサージ、サウナ、美顔、ワックスなど)

※外食(店内飲食):ECQ、MECQでは不可。GQCでは7月21日より通常の50%以内の人員体制で可能。

MGCQでは、レストラン、ファーストフード店、(スーパーマーケット、食料品店、調理済食品販売店等)の食品小売店内のイートインコーナーが、席数の50%以下で営業可能。

*理容店、美容室は、保健省の公衆衛生基準や貿易産業省等の指示事項を遵守し、基本的な整髪サービスのみの提供することを条件に、以下のとおり営業再開を認める。

【GQC】6月7日から店舗の30%以内で営業し、2週間毎に当局確認を得つつ、50%まで拡大可【MGCQ】店舗の50%以内で営業し、3週間後に100%まで拡大可

MECQ中も営業中のレストランリスト

MECQの間、営業しているレストランのまとめです。(※MECQ中はデリバリー、テイクアウトのみになります)

最新のレストラン情報はprimer.phをチェック!



<https://primer.ph/eat/>

レストラン名	英語表記	エリア	住所	電話	時間
相撲茶や 関取	Japanese Restaurant SEKITORI	マカティ	Little Tokyo, Chino Roces Ave., Makati	02-8816-7608 / 02-8894-3876	11:30-14:00, 17:00-24:00
漁火	Isaribi	マカティ	RG-5 Creekside Bldg., Amorsolo St. Makati	02-8801-1770	11:00-14:00, 17:00-翌1:00
居酒屋 きくふじ	Izakaya Kikufuji	マカティ	2277 Chino Roces Avenue, Legaspi Village, Makati	02-8893-7319 / 6131	11:00-14:00, 17:30-22:30 (月-金) / 11:00-14:00, 17:00-22:00 (土・日)
花菜串	Japanese Restaurant Hanagushi	マカティ	Ground Floor, The Beacon, Don Chino Roxes Avenue, cor., Arnaiz Avenue(Pasay Road), Makati city 1223	02-7744-1966	11:00-翌2:00 (月-日)
イコマイ・アンド・トチ・デザート	Ikomaï & Tochi Desserts	マカティ	1/F ACI Bldg., 147 H.V. Dela Costa St., 1227, Salcedo, Makati	0917-709-4809 / 02-8816-4588	11:00-22:00 / 日休
樹海	Jyukai	マカティ	Unit C-1 G/F Marvin Plaza Bldg., 2153 Pasong Tamo Ave. Cor. V.A. Rufino St., Makati	02-8831-5341 / 02-8869-0818 / 0917-514-8078	11:00-14:00, 17:00-22:00
牛門	GYUMON	マカティ	Creekside Bldg. 2F, Amorsolo St., Legaspi Vill, Makati	02-8819-0361	16:30-23:00
川崎	Kawasaki	マカティ	7563 Santillan st. Plo del pilar, Makati	0917-872-1022 / 0917-185-1022	18:00-24:00
居酒屋剣心	KENSHIN JAPANESE RESTAURANT	マカティ	The Linear Makati G/F Yakal st, cor. Mayapis st., 1226 Makati	0917-535-1046	11:00-翌3:00
焼肉剣心	Yakiniku kenshin	マカティ	G/F Unit G2, Makati Square Mall, Fernando St, Makati	0917-103-5727	11:00-翌3:00
和徳	Kazunori Japanese Restaurant	マカティ	2301 Chino Roces Avenue Extension, Makati	0917-836-2695 / 02-7746-1780	10:00-19:00
琴乃	Kotono Japanese Restaurant	マカティ	Mezzanine, Creekside Amorsolo Bldg cor. V.A. Rufino St., Legaspi Village Makati	02-7211-5775 / 0917-170-7790 / 0918-945-6246 / 0921-215-0862	16:30-22:30 (月-土)
うな吉	Unakichi	マカティ	G/F Makati Cinema Square, Amorsolo St., Makati	02-7728-2072	11:30-14:00, 18:00-23:00
ユニカセ	Uniquease	マカティ	Unit C, #1036, Hormiga cor Teresa St., Brgy. Valenzuela, Makati	02-8521-6549	12:00-20:00 / 火休
屋台居酒屋 大阪 満マル	Japanese Izakaya Restaurant Manmaru	マカティ	1/F Makati Cinema Square, Legaspi Village, Makati	02- 8254-3170	11:00-翌1:00
鉄板 大河内 ~大阪 満月~	Teppan Okochi -by Mangetsu Osaka-	マカティ	Ground Level Power Plant Mall Rockwell Drive corner Estrella Street.	0917-795-0051	11:30-14:30, 17:30-22:00 (月-金) / 11:00-22:00 (日) / 11:30-14:30, 17:30-23:00 (土)
満福ステーキハウス	Manpuku Steak House	マカティ	Lower Ground Floor, Makati Cinema Square, Chino Roces Ave., Makati	0928-482-3066	10:00 - 23:00
麺正屋(パンマサヤ)ラーメン	Pang Masa Ya Ramen house & Susi Bar	マカティ	7487 Batikan St., Brgy. San Antonio, Makati	02-82834845	11:00-18:00
東京食彩 恵比寿	TOKYO DINING YEBISU	マカティ	106 H.V Dela Costa St. Salcedo Village, Makati City The Infinity Tower Suites 1F	0945-4026-126 (Globe) / 0961-122-2137	11:00-23:00 (LO 22:00) (土・日) / 8:00-23:00 (LO 22:30)
やぎにく DORAGO	Yakiniku Dorago	マカティ	General Luna st. cor Mercado st., Brgy.Poblacion, Makati	DiningPLATINA (Facebook)	18:00-翌1:00
yakiniku A-5 徳	Yakiniku A-5 Toku	マカティ	Little Tokyo, Chino Roces Ave, Pasong Tamo Corner Amorsolo Street, Legazpi Village, Makati	0999-438-5943 (smart) / 0967-435-7466 (globe)	18:00-24:00
アイム・アングス・ステーキハウス	I'm Angus Steakhouse	マカティ	7431 Yakal St., San Antonio Vill., Makati	02-8892-5852	11:00~15:00 / 18:00~23:00
チェサ・ビアンカ	Chesa Bianca	マカティ	7431 Yakal St., San Antonio Vill., Makati	02-8815-1359	9:00-18:00
カルーソ・リストランテ・イタリアーノ	Caruso Ristorante Italiano	マカティ	210 Nicanor Garcia St., Bel-Air, Makati	02-8895-2451	11:00-20:00
アンティポディアン	Antipodean	マカティ	G/F 111 Paseo de Roxas Building, Gil cor. Legaspi St., Legaspi Vill., Makati	0915-751-8980	7:00-19:00
パティスリー・ベベ・ルージュ	Bebe Rouge	マカティ	Sacred Heart St., cor. Metropolitan Ave., San Antonio Village, Makati	0917-851-9636 / 02-8833-2826	9:00-16:00
チャット・バイツ	Chatto Bites	マカティ	2F Assembly Grounds at The Rise Makati, 7248 Malugay St., San Antonio Village, Makati	0917-621-6851	11:00-22:00
シルクロ	Cirkulo	マカティ	GF MilkyWay Building, 900 A. Arnaiz Avenue corner Paseo de Roxas Makat	0966-634-5792	11:00-17:00 (火 - 日)

レストラン名	英語表記	エリア	住所	電話	時間
アズタイ	Azuthai	マカティ	Milkyway Building, 900 Arnaiz Ave. (Pasay Road) corner Paseo de Roxas Makati	02-8817-6252	11:00-17:00 (火 - 日)
ミルキーウェイカフェ	MilkyWay Cafe	マカティ	Milkyway Building, 900 Arnaiz Ave. (Pasay Road) corner Paseo de Roxas Makati	0966-634-5792 / 02-8817-4042	11:00-17:00 (火 - 日)
ウッデンホース・ステーキハウス	Wooden Horse Steakhouse	マカティ	Unit 2, & 3, Molito Commercial Complex, Madrigal Avenue, corner Alabang - Zapote Road G/F Muntinlupa	0927-460-2495	11:00-14:00 / 17:00-21:00
和食むさし丸	Washoku Musashi-Maru	マカティ	408-409, Roofdeck, Phase 2, Japan Town, Glorietta 2, Makati	02-8583-7060 / 02-8256-5044	10:00-18:00
なんばステーション	Namba Station	タギッグ	The Venice Piazza, 1030 Campus Ave. Cor. Park Avenue, Upper McKinley Rd, Taguig	0906-023-3692	11:00-22:00
焼肉 三田屋	Yakiniku Sandaya	タギッグ	1200 Antonio Arnaiz Ave, Legazpi Village, Makati, Metro Manila	0918-292-1006	12:00-15:00, 17:00-23:00
丸亀製麺	MARUGAME UDON	タギッグ	B7, Unit 982, Bonifacio High Street, Bonifacio Global City	0916-627-0275	11:00-22:00
宮崎牛	Miyazaki Gyu	タギッグ	G/F One McKinley Place, 26th St., cor. 4th Ave., BGC	02-8829-6167 / 0917-168-6673	11:00-15:00, 18:00-翌1:00 (火 - 日)
福田屋	FUKUDAYA	タギッグ	G/F, Arya Residences Tower 1, McKinley Parkway, Bonifacio Global City, Taguig City	02-8800-3563 / 0927-264-0171	11:00-14:00, 18:00-22:00
しゃぶ里	Shaburi	タギッグ	4/F Uptown Mall, 38th St., cor. 9th Ave, Taguig	0917-708-3930	10:00-22:00
おがわ	OGAWA	タギッグ	2/F Fort Entertainment Center, 5th Ave. cor. 28th St. Taguig	02-8886-4994	11:00-14:30, 17:30-22:30
花丸軒	Hanamaruken	アラバン	2/F Alabang Town Center, Alabang, Muntinlupa	02-8869-9857	11:00-21:00 (月 - 金) / 10:00-22:00 (土) / 10:00-21:00 (日)
日本食 たかし	Takashi Japanese Cuisine	オルティガス 周辺	8006 Pioneer cor. United St. Kapitolyo Pasig City (Inside Pioneer Centre)	0905-510-9554	11:30-21:00
モスバーガー	MOS BURGER	オルティガス 周辺	Robinson Galleria ADB ave, Ortigas	02-7747-2695	11:00-22:00
ホテルオークラ	Hotel Okura	パサイ	2 Portwood Street (formerly Palm Drive), Resorts World Manila, Newport City, Pasay	02-5318-2888	11:30-14:30, 18:00-22:00 / 月休
海舟	Kaishu	パサイ	G/F Net World Hotel, Roxas Blvd. cor Sen. G. Puyat Ave., Pasay City	02-8551-1784 (直通) / 02-8536-7777 (内線4番)	11:00-24:00
吉祥	KITSHO	パサイ	3001 Roxas Boulevard Pasay City (Hotel Jen)	02-8994-3623	11:00-14:30, 18:00-22:30
イチバジャパニーズマーケット	Ichiba- Japanese Market	パサイ	2/Floor, Newport Mall, Resorts World Manila, Newport City	02-8865-6859 / 0917-732-2176	12:00-23:00 (月 - 金) / 10:00-23:00 (土・日)
おでんハウス	Oden House & Eatery	パサイ	2F Magic Star Sqre Bldg. 2217 Leveriza St Pasay City	日本語応答 0918-948-1012 英語 タガログ 02-8817-9289	7:00~17:00
ニクマル	NIKUMARU	パラニャーケ	205 Aguirre Ave. BF Homes, Parañaque	02-8771-1169	11:30-14:30 / 16:30-19:00 / 日休
博多 一幸舎	Hakata Ikkousha	パラニャーケ	Upper Ground Floor, Water Garden, Festival Mall, Fillinvest City, Alabang	02-8842-1873	10:00-21:00
ハナカズ	HANAKAZU	パラニャーケ	08 Aguirre Ave. BF Homes Parañaque	02-8850-2512	11:30-14:30, 17:30-22:00 (火 - 日)
ときわ食堂	Tokiwa Shokudo	パラニャーケ	370 Romana Bldg. G/F El Grande Ave, BF Homes Parañaque	02-8995-0264	11:30-22:00 / 木休
居酒屋 けん太	Izakaya Kenta	マニラ	G/F Malate Bayview Mansion, M. Adriatico St. Malate Manila	02-8523-1874 / 0916-218-7958	11:00-翌2:00
とりもも	Torimomo	マニラ	Ground Floor, Robinson's Place Manila Ermita, Ermita, Manila	02-8247-2907 / 0905-271-6922	10:00-21:00 (月 - 金) / 10:00-22:00 (土・日)
吉野家	Yoshinoya	フランチャイズ	Second Floor, Glorietta 1, Ayala Center, Glorietta Complex, Makati	02-625-3662 / 02-893-8176	10:00~21:00 (日 - 木) / 10:00-22:00 (金・土)
三ツ矢堂製麺	Mitsuyado Sei-Men	フランチャイズ	22 Jupiter St., Bel-Air, Makati	02-8511-1390	11:00-23:00
やぶ	YABU	フランチャイズ	1/F Glorietta 2, Ayala Center, Glorietta Complex	02-7729-3864	11:00-22:00 (月 - 木) / 10:00-22:00 (土・日)
ラーメン皿	Ramen Nagi	フランチャイズ	5/F SM Aura Premier, McKinley Parkway Brgy. Fort Bonifacio, Global City, Taguig	02-8828-6793	10:00 - 22:00
とんかつ新宿さぼてん	Saboten	フランチャイズ	1/F Serendra, Bonifacio Global City, Taguig	0917-891-6879	11:00-21:00
とんかつ まい泉	Tonkatsu Maisen	フランチャイズ	1/F Greenbelt 5, Ayala Center, Makati	02-7239-0390 / 0906-568-4216	11:00-23:00
ジャパニーズフードストリート	Japan Fudo Street	その他エリア	Japan Town, Level 4, Ayala Malls Vertis North, Bagong Pag-Asa	0945-492-2530	10:00 - 21:00

新鮮な刺身に美味しいお酒と豊富なメニュー 日の終わりは、川崎で!

日本食居酒屋

川崎

刺身盛り5-6人前 2400ペソ

GCQに戻り次第、
店内飲食とテイクアウト再開いたします。



日本食居酒屋 川崎 © 0917-872-1022 / 0917-185-1022 (どちらも日本人対応)

7563 Santillan St. Pio del Pilar, Makati City
① Izakaya Kawasaki

お席の空き状況はFBで確認ください。
※18時〜21時過ぎからは二部制となっております。

お酒のみに

焼酎20種類以上
取り揃えています

合鴨つけそば
P480

営業時間 月-金 17:00~23:00(土日休)

鴨料理・和食

お問合せ・ご予約は

(02) 7211-5775 / (02) 8255-1071
0917-170-7790 / 0921-215-0862

琴乃

マカティ・クリークサイド
中2階

元力士が造る本格ちゃんこ鍋を是非ご笑味ください 店内での飲食 いざ 営業再開



行政によるコロナウィルス感染防止施策により、テイクアウトとデリバリーのみでの営業でしたが、規制の緩和を受けてイートインの営業を再開させていただきました。感染防止と政府の指導により席数を減らしての営業のために、ご不便をおかけしますがご了承のほど宜しくお願いいたします。ご利用の際はお電話でのご予約をお勧めしております。また、仕入れ状況が不安定のために欠品が発生しております。誠に申し訳ございませんが、あらかじめご了承いただけますようお願い申し上げます。



店内営業は政府及び行政機関の規制に従っております。

店内営業が禁止された場合には営業を自粛しテイクアウトとデリバリーのための営業となります

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

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

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



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

営業時間

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

8893-6131 • 8893-7319

Little Tokyo, Central Business District.
Brgy., 2277 Chino Roces Ave, Makati City

メニュー

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



MAP マカティ B-4

BGCわっしょい3月にリニューアル!
日本食25年の寿司職人が常駐!

網焼き居酒屋 焼肉わっしょい

Japanese Restaurant Wasshoi

BGCのFort Stripにお店を構える網焼き居酒屋 焼肉わっしょい。焼肉と豊富な居酒屋メニューを揃える同店が、この度3月にリニューアルをし寿司カウンターを設置。そこには日本食25年の経験を持つ日本人の寿司職人が厨房に立つ。寿司、刺身は早朝市場から新鮮な物だけを仕入れている。毎月29日は一部焼肉を50%割引で提供している。

日本に本店を持ち、マカティのクリークサイド内にお店を構える海鮮居酒屋 漁火は姉妹店になり、同じ日本人オーナーが経営する。

Unit #4, ground flr., The Fort Strips bldg, 7th ave.
cor. Bonifacio Global City
☎ 02-8808-7608



左上: BGCわっしょい。寿司カウンターと大西氏
左下: 海鮮舟盛り
右上: 漁火マカティ店 銀田氏
右下: 漁火ケソン店 荻原氏



カウ カウ アイス
Cau Cau Ice

Hokkaido Milk / Hokkaido Cheese /
Hokkaido Mix

Viber でご注文ください

☎ 0966 629 1364



SERYNA

瀬里奈

We're Open!

FOR DINE-IN, TAKE OUT & DELIVERY

11 AM - 2 PM | 5 PM - 9 PM, DAILY



@serynaph

LITTLE-TOKYO COMPLEX, CHINO ROCES AVE MAKATI CITY
CALL US AT 8894 38 55 | 0916 514 2355



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



リトル東京で人気沸騰
A5ランク黒毛和牛を
扱う銀座の焼肉店

1月、リトル東京にオープンしたA5ランク高級黒毛和牛を提供している「YAKINIKU A FIVE徳」
高級店のひしめく銀座で培ったノウハウを活かし、炭火を使用した高級焼肉店として人気を博している。
落ち着いた雰囲気、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。

MAP Makati G-3

Yokohama Meat Kitchen

横浜ミートキッチン、5年以上にわたり高品質な日本食を提供して参りました。しかし、現在世界が直面している事態にあたり、当レストランは閉店させていただくことをここにお伝え申し上げます。皆様の長年にわたるご愛顧に心から感謝感謝申し上げます。今後の皆様のご多幸とご繁栄を心より記念申し上げます。くれぐれも安全にお過ごしくださいませ。

当レストランで働いてくれた勇敢なフロントライナーのスタッフたちにもここで感謝の気持ちを伝えます。スタッフはみな、優秀な現代の英雄です！

Thank you for more than 5 Years

5年以上にわたりご愛顧いただき、心より御礼申し上げます。



YOKOHAMA meat kitchen

デリバリーも対応しています

BÉBÉ ROUGE
Patisserie



クラブフードのご利用が可能です。PatisserieBeBeRougeと検索ください。

イーストフード・保存剤・防腐剤不使用

0917-851-9636 • 02-8833-2826

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

9:00-16:00 PatisserieBeBeRouge

プライマー RESTAURANT

お腹も心も満たす

幸せなお食事のひとときをあなたに



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

プライマー 食べる **検索**

<http://primer.ph/eat/>

ホンキのランチセット始めました! 美味しく! お得に! 納得価格で!



焼肉 ファミリーセット
P6,000 1080g

- *Wagyu ribeye 180g
- Wagyu tokujo calbi 180g
- Wagyu jo calbi 180g
- Jo harami 180g
- US rouse 180g
- US jo calbi 180g
- *Kimchi
- bean sprouts namuru
- kangkong namuru
- tamago soup
- 4pc jap. Rice
- *Momidare
- Tsukedare



3秒炙り
Wagyu Tokujo Aburi
Thinly sliced A5 Japanese beef grilling for just "3 seconds" dipping with fresh Egg.

五手箱
Hiro's best selection of assorted meats
Wagyu ribeye, Wagyu tokujo calbi, Harami, A5guri tongue, Gyu tongue.

焼肉 YAKINIKU RESTAURANT HIRO

TEL: 091-6583-0793 (日本語対応可)

1D. PALANCA ST. cor. Dela Rosa St. Legaspi Village, Makati City

●最新の営業時間はWEBサイトをご覧ください





0917-836-2695

BUSINESS HOURS: 11:00am-9:00pm

店内でお食事が可能です。デリバリー、ピックアップもご利用いただけます。

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





おまかせ盛り合わせ



鴨つけそば



大トロにぎり
カンパチにぎり
鰯にぎり

ODEN HOUSE
JAPANESE RESTAURANT



すべてのメニュー
はこちらから！

**カルテイマールの
激ウマカレーパンを
デリバリーで楽しもう！**

※カレーパンの10個以上の
オーダーは前日までに
お願いいたします。

おでんハウス ジャパニーズレストラン 営業時間 午前7時～午後5時・無休
日本語応答 0918-948-1012 英語 タガログ 02-8817-9289
FB: ODEN HOUSE Japanese Restaurant/Oden House Japanese Food Delivery
住所 2F Magic Star Squire Bldg, 2217 Leveriza St Pasay City
★デリバリーメニューおよび店舗メニューはFacebookをご覧ください。FOOD PANDAとGRAB FOOD利用可。

こちらでもデリバリーで！精肉もデリバリー出来ます

Frozen Meat (冷凍肉)

US牛 すき焼き用 US Beef Shortplate (500g)	¥300.00
豚ロース とんかつ用 Pork Tonkatsu (500g)	¥200.00
豚バラスライス Pork slice (500g)	¥210.00
豚ロースしゃぶしゃぶ用 Pork loin slice (500g)	¥220.00
鶏もも肉 Tori Momo (500g)	¥180.00
手羽先 Tebasaki (500g)	¥190.00

マストライの肉まん P 60 (1個) おうちでラーメンセット (醤油トンコツ) P 210~230 冷凍ハンバーグ P 180

Chicken Teriyaki Special Beef Tendon Curry Gyudon

冷凍チキン照り焼き P 180 冷凍牛筋カレー P 230 冷凍牛丼の具 P 240

福 FUKUDAYA
Japanese Dining

個室もご用意しておりますのでぜひご利用ください。
上マグロ、中マグロのせ丼が以下の価格でお楽しみいただけます

P 980
新営業時間 11時～21時

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

f Fukudaya Philippines @fukudaya.ph

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

BEST STEAK IN TOWN!

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

8659-7522 / 0927-460-2495

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

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



OKURA ホテルの味をご自宅で At Home

ホテルオークラマニラ和食料理長 毛利隣之介監修の繊細な品々を、ご自宅で寛ぎのひとつに
お楽しみいただける、Okura At Homeサービスを開始いたします。

メニュー詳細とご注文方法につきましては、ホテルオークラマニラのFacebookページをご参照くださいませ。
お電話でのお問い合わせは、5318 2815 または 0917 818 9868 にて承ります。

Hotel Okura
MANILA

Okura At Home 営業時間: 月曜日から日曜日迄
午前9:00から午後8:00迄 • 配達時間: 午前11:00から午後6:00迄

2 Portwood Street, Resorts World Manila, Newport City, Pasay City 1309
公式WEBサイト: hotelokuramanila.com • Facebook & Instagram: @HotelOkuraMNL



**SCAN FOR
THE MENU**

プロ
直伝!

今晚のおかず

The Simple Japanese Food
ティラピア (Tilapia)

Chef TAKASHI

日本食レストランのシェフとして活躍する傍ら、コンサルタントとして様々なプロジェクトに参加。料理学校にて和食のおいしさだけでなく、作る楽しさなども伝えている。レシピのご質問などはこちらからどうぞ。
More inquiries
simplejapanesefood@gmail.com



ティラピアを丸々一匹使った!

ティラピアの南蛮漬け

●材料 (2人前)

ティラピア	2匹
塩	大さじ1 (下処理用)
酒	100g (下処理用)
片栗粉	(フライ用)
油	(フライ用)
玉ねぎ	100g
キャベツ	100g
レタス	お好みで
ごま油	大さじ1
醤油	大さじ1
砂糖	大さじ2
酢	大さじ3
炒りゴマ	一つまみ

●作り方 (30分)

- 1 下処理を終えたティラピアに塩と酒で洗い、水気を拭き取る。
- 2 片栗粉をまぶして、170℃くらいに熱した油でティラピアを揚げていく。
- 3 揚げている間に玉ねぎ、キャベツを薄切りにして水にさらす。
- 4 ごま油、醤油、砂糖、酢、胡麻をボールで混ぜ合わせる。
- 5 ティラピアが揚げたら、写真のように盛り付け、4をかけて完成。

●Tilapia Nanban-zuke (Fried Tilapia with Soy vinegar)

Tilapia	2pcs
salt	1tbsp (for under prep)
sake	100g (for under prep)
corn starch	2tbsp (for fry)
cooking oil	(for fry)
white onion	100g
cabbage	100g
lettuce	(option)
sesame oil	oil 1tbsp
soy sauce	1tbsp
white sugar	2tbsp
vinegar	3tbsp
roasted sesame	1pnch

●PROCEDURE Good for 2 persons (Cooking time:30min)

- 1 After under prep Tilapia, wash with salt and sake. Remove moisture by kitchen paper.
- 2 Put cornstarch, then fry Tilapia in 170°C oil.
- 3 During fry, thin slice onion and cabbage. Soak them in water.
- 4 Mix Sesame oil, soysauce, sugar, vinegar and sesame seeds in mixing bowl.
- 5 After fried Tilapia, decorate on plate like picture. Drizzle 4 on it.



Point!

ティラピアには独特な臭みがあるので、調理前の臭み抜きをしっかりと行うことで仕上がりが変わってきます。内臓を抜いた部分、外側、えらのうち側しっかりと塩を振り、10分後にボールに入れた酒で洗うように塩を流して下さい。その後、キッチンペーパーでしっかりと水気を拭き取りましょう。

フィリピン食材 豆知識



フィリピンの大衆魚の一つティラピア。淡水魚で生命力が強く、非常に繁殖力が強いので、養殖魚としても広く世界で親しまれている魚の一つです。実はこの魚、メジャーではありませんが日本でもイシミダイという名前が通流されています。また、場所によっては脂が多いのでアブラウオ、色が黒いのでクロウオなどとも呼ばれることもあるようです。タイのようなたんばくなく、川魚特有の臭みはあるものの、きちんと処理をすれば美味しく食べられます。フィリピンでは丸ごと焼いたり、揚げたり、それにチリやカラマンシー (フィリピンのすだち) をつけて食べられることが多いようです。1キロ300円程 (3匹くらい) というお手頃な価格帯ということもあり、家庭料理、またフィリピン料理レストランでも広く消費されています。購入場所は、一般的なスーパーの鮮魚コーナーや市場など。フィリピンでは1.2を争う程のポピュラーな魚なので、どこでも手に入れることができます。中には養殖環境や保管方法により、臭いが出てしまっている場合もあります。エラの部分を開いてエラが綺麗な赤色のもの、身のハリがあるものが新鮮です。活魚として売られている場合もありますので、新鮮なものを選びましょう。また、売っている人に頼むと内臓やエラ、鱗を丁寧に取ってくれます。調理の手間も省けるので、是非頼んでみて下さい。

YOSHINOYA

店内でのお食事、テイクアウト、デリバリーでご利用いただけます。

GrabFood

foodpanda

& LALAFood

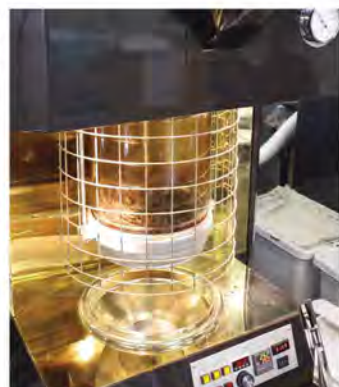
MAP マカティ D-4

店舗併設のイタリアンレストランオープン!
食後にコーヒーはいかがですか?

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

マカティ北にあるマカティ市役所から近くにある珈琲専門店、フレッシュロースター珈琲問屋。お店の最大の特徴は、世界各国から集めた約60銘柄の珈琲生豆と、日本製の焙煎機を利用したオンデマンド形式の注文方法。焙煎度合いまでその場で指定できるので、あなたのお好みのコーヒーもきっとみつかるはず。専門器具も豊富に取り揃えています。WEBからも注文可能となります。現在営業時間、日時に関しては調整しながら営業しております。詳しくは店舗までお問い合わせ下さい。

1331 Angono Street, Makati, 1208 Metro Manila ☎02-750-6200
WEB: www.coffeetonyaph.com
☎ Coffee Tonya



SM Megamall SM North Edsa Glorietta

ご贈答や家呑みにピッタリのワインが勢揃い

Estate Wine

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

WINE & SPIRIT MERCHANTS

MASTROJANNI,
BRUNELLO DI MONTALCINO

伊レンツィ首相が米オバマ大統領にプレゼントした素晴らしいブルネッロ。力強いルビーの色調に、赤い小さな果実やスミレの花の華やかさと多様なスパイスとミネラルのニュアンスとスモーキーさが優雅に折り重なるデリケートな香りです。

+632 8804-5028

G/F Republic Glass Building 196 Salcedo Street
Legaspi Village Makati City

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



New Hatchin Japanese Grocery 日本食材 専門店

豊富な品揃え! 基本的な日本食材に加え、生鮮食品がおいであるのも魅力の一つです。

Always Fresh!

●マカティ店 ☎02-8897-7207, 02-8890-1649
7602 Sacred Heart Street Corner Metropolitan Avenue,
San Antonio Village, Makati (営 8:00~19:00 (休 毎日営業))
●マカティ支店 ☎02-8400-9478
住所: 2119 A, Mabini St. Malate, Manila
営業時間: 10:00~21:00 (休 毎日営業)
●カルティマル店 ☎02-8833-8905, 02-8834-1384
住所: Unit 6 Cartimar Plaza, Leveriza Street, Pasay City
営業時間: 7:00~17:00 (月~土), 7:00~14:00 (日)
●ケソン店
133 Katipunan Road, Brgy. St., Ignatius, Quezon City
営業時間: 10:00~22:00
sales@newhatchin.com White Plains Branch: ☎ Like us on Facebook f newhatchin.jg



プライマー RESTAURANT

お腹も心も満たす

幸せなお食事のひとときをあなたに



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

プライマー 食べる 検索

<http://primer.ph/eat/>

MAP マカティ B-4

なんでも揃う! あなたの街のグロサリー

Teppen

日本・韓国総合食品 てっぺん

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

お店隣りの日本食レストラン「樹海 JYUKAI」にも注目です!

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

Unit C, G/F Marvin Plaza Bldg., 2153 Don Chino Rocas Ave. cor. Rufino, Makati
0917-514-6814/0917-514-8078/02-8553-4673/02-8808-1140
FAX: 02-8553-4673
営 月~金曜 7時30分~22時 土・日曜 8時~20時
休 なし E-mail: teppen.intl.philippines@gmail.com
teppenintl.philippines@gmail.com
f [teppen.japlor.grocery](https://www.facebook.com/teppen.japlor.grocery)



広々とした清潔な店内

Teppen International Inc.
Japanese-Korean Grocery

こちらの1階です

V.A. ルフィノ通り

Marvin Plaza Little Tokyo Makati Cinema Square

チノ・ロセス通り

緑の看板を目印に探そう

MAP マカティ B-3

穴場発見! お馴染みのシャンプー類はここで揃う!

TPE

台湾グロサリー ティー・ピー・イー

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

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

G/F Jaka Center 2111 Chino Rocas Ave., Makati ☎02-8551-7522 営9時~23時 休なし

マカティメディカルから徒歩すぐ!




MAP マカティ B-4/G-3

広々空間で、ゆっくり選べる日本食グロサリーの定番

Seikyo Japanese Grocery Store

日本食品グロサリー 生協

日本ではおなじみの調味料から、カップ麺、菓子パン、おやつ、おつまみ、お酒などの食品だけではなく、洗顔フォームや歯磨き粉などの日用品まで取り扱うバラエティに富んだセレクトショップが魅力のグロサリーストア生協。一部製品を除き、オールドライグッツ90ペソ、冷蔵物100ペソで販売しています。お馴染みのリトル東京店の他に、2019年12月にはジュビターストリート店をオープンし、よりアクセスしやすくなりました(駐車場完備)。日本食材をお求めの際はぜひお越しください。

ジュビター店: #38 Jupiter St. Barangay Bel-air Makati City
☎0947-536-2676
営 10:00 am - 7:00 pm
f [Seikyo-Japanese-Grocery-Store](https://www.facebook.com/Seikyo-Japanese-Grocery-Store)



日本でお馴染みの食品をお求め頂けます



生協 ジュビター店

Eat Well, Live Well.

Aji
AJINOMOTO

STAY FIT AND HEALTHY BRING YOUR A-GAME



NOW AVAILABLE IN



フィリピン生活お役立ち! 趣味・余暇活動リスト

スポーツ

Alabang

▶ Philippines Gymnastics and Athletics Academy ☎02-3377-5461 キッズ歓迎
Alabang/Manila

▶ SM Skating Rink (スケート、アイスホッケー) ☎02-8800-0426 キッズ歓迎

Cavite

▶ Two Wheelers (野球) ☎0929-894-3350 日本語可

Makati

▶ 極真空道連盟 ☎0917-861-1022 / 0915-564-0063 日本語可

▶ ELORDE BOXING GYM ☎02-8710-2151

▶ 不動心 合気道 道場 ☎02-8843-4410 / 0917-887-6373

▶ MANILA HAPONS(ラグビー) ☎0917-509-5788 (野久尾)

▶ 日本プロゴルフ協会中山プロ ゴルフスクール ☎0919-214-9777 日本語可

▶ ACE STRIKES(男女バレーボール) ☎0917-899-5700(日本語可) (山内)

▶ マニラ日本人会テニス同好会 ☎0920-914-4727 日本語可 日本人会

▶ ZONE (バドミントン) ☎02-8893-1600

▶ マニラ熱血バトミントン部 ☎0905-497-7128

▶ Perry Sovidal ballet (バレエ) ☎02-8895-7812 / 0917-525-5370

▶ THE BEST CENTER ザ・ベストセンター(総合) ☎02-8372-3065 キッズ歓迎

▶ The city club IGA(剣道) ☎0916-369-1218 日本語可

▶ Makati 少林寺拳法マニラ支部(拳法) ☎0917-888-5249 日本語可

▶ Makati The City Club IGA (剣道) ☎0916-369-1218 日本語可

Rockwell

▶ Rockwell Club ロックウェルクラブ(総合) ☎02-3450-2994 キッズ歓迎

▶ Manila Bullets(男女バスケットボール) ☎0917-860-5194 日本語可

Taguig

▶ Manila All Japan FC(サッカー) ☎0917-590-3342 日本語可

▶ マニラブレッツ(バスケット) 向山 ☎0917-718-1874 ✉e1006209@gmail.com

Ortigas

▶ マニラ剣道クラブ ☎0917-825-9178 キッズ歓迎

Pasay

▶ Agile Philippinesマニラ/バドミントンクラブ

Facebook: Agile Philippines - マニラ/バドミントンクラブ 日本語可

その他

Makati

▶ マニラ弦楽合奏同好会 ☎0918-493-3138 (安藤)

▶ マニラエクスプレス(日本ポップバンド) ☎0917-622-0898 日本語可

▶ M Company (ポップ・ジャズダンス) ☎0917-622-0898 日本語可

▶ マニラ日本人社交ダンス部 ☎0906-577-3925 、0917-622-0898

▶ バレエ(パリースタジオ) ☎0915-312-2980 日本語可

▶ EUPHONY Music Center&Studio ユーフォニーミュージックセンター&

スタジオ ☎02-8844-5289 キッズ歓迎

▶ YK Spa (ヒロット教室) ☎0906-508-0061 日本語可

▶ Manila Glee Club(男性合唱団) ☎0908-306-0020 / 0999-882-1917

日本語可 日本人会

▶ 日本人会女声コーラス同好会 ラ・メール ☎0949-994-7035 日本語可 日本人会

▶ Bicram Yoga ☎02-8889-0126 / 0917-800-3512

▶ 日本人会コンタクトブリッジサークル ☎02-8810-7909 メンバー募集 / 日本人会

▶ Malubay Abacus / そろばん教室(渡邊先生)

☎0917-643-5023 / 0927-921-1349 日本語可 キッズ歓迎

Quezon

▶ Tiny Kitchen タイニーキッチン ☎02-3410-2279

※詳しい内容については、各サークルへお問い合わせください。

Calling all

BUSINESSES!



Partner with Pokémon for
Christmas 2021.



OUR PREVIOUS PARTNERS



THE INFANTREE, INC.

Official Pokémon Philippines
MASTER LICENSEE



FOR LICENSING
INQUIRIES:

info@infantree.com.ph

0949 631 6192

0995 514 5554





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

フィリピン⇄日本及び近隣諸国 国際線 主要航路時刻表

発着地	便名	出発/到着時間	運航日
マニラ⇒成田 Manila/Narita	PR 428 NH 820 JL 742 JL 746	0640 / 1210 0930 / 1505 1425 / 1955 1005 / 1535	火・木・金 月・水・木・土・日 火 水・土
成田⇒マニラ Narita/Manila	PR 427 NH 819 JL 741 JL 745	1310 / 1700 1715 / 2055 0930 / 1310 1810 / 2150	火・木・金 火・金 火 金
マニラ⇒羽田 Manila/Haneda	PR 422 NH 870	0825 / 1340 1440 / 2000	月・水・日 月・水・金
羽田⇒マニラ Haneda/Manila	PR 421	1505 / 1855	月・水・日
マニラ⇒関空 Manila/Kansai	PR 412	0905 / 1410	火・金・日
関空⇒マニラ Kansai/Manila	PR 411	1505 / 1815	火・金・日
マニラ⇒名古屋 Manila/Nagoya	PR 438	0630 / 1130	水・土
名古屋⇒マニラ Nagoya/Manila	PR 437	1400 / 1710	水・土
マニラ⇒福岡 Manila/Fukuoka	PR 426	1020 / 1505	日
福岡⇒マニラ Fukuoka/Manila	PR 425	1705 / 2000	日

マニラ⇒札幌 Manila/Sapporo			
札幌⇒マニラ Sapporo/Manila			
セブ⇒成田 Cebu/Narita			
成田⇒セブ Narita/Cebu			
クラーク⇒成田 Clark/Narita			
成田⇒クラーク Narita/Clark			
クラーク⇒関空 Clark/Kansai			
関空⇒クラーク Kansai/Clark			
マニラ⇒香港 Manila/Hongkong	PR 300 CX 906	0755 / 1010 1045 / 1320	金 毎日
香港⇒マニラ Hongkong/Manila	PR 301 CX 907	1110 / 1330 0720 / 0935	金 月・木

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

※2020年08月03日現在 出発・到着時間はそれぞれ出発国・到着国の現地時間。
*上記太字部分は変更時刻・追加便です。
*フライトスケジュールはしばしば変更されます。あらかじめご了承ください。

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

レンタカー・ドライバーはお任せください

Vios 1.3E(A/T): Php3,000 (10時間)	Innova 2.8V(A/T): Php4,300 (10時間)	Avanza 1.3E (M/T): Php3,500 (10時間)
Starex 2.5CVX(A/T): Php5,000 (10時間)	GL-Grandia 3.0(M/T): Php5,350 (10時間)	Montero Sports(A/T): Php4,700 (10時間)

【ドライバー派遣も承ります】

- ・1日(10時間) Php1,500~
- ・1ヶ月(週5日) Php25,000~

A. Watanabe Car Rental
(ABLE CAR SERVICES)

a.watanabecarph@gmail.com (日本語対応可)
Tel: 02-8277-1032 / 02-7505-8743
CP: 0917-311-3027 / 0917-300-2067
<http://ableph.wixsite.com/able-car-services/car-rent>
(New Office): #14-C JPRizal Ext. Corner Tanguile St. Comembo, Makati City



【長期月極レンタル(運転手付)】

- ・Php49,500 (運転手付き)
 - ・ナンバーコーティングには別車両を提供
 - ・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

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



- 今晚のおかず
- 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
もあるので要見です!!

Q プライマー コラム 検索

発着地	便名	出発/到着時間	運航日
セブ⇒香港 Cebu/Hongkong			
香港⇒セブ Hongkong/Cebu			
マニラ⇒シンガポール Manila/Singapore	SQ 917 PR 507	1415 / 1755 0935 / 1315	火・金 月・水・金
シンガポール⇒マニラ Singapore/Manila	SQ 910 PR 5508	0930 / 1305 1415 / 1805	火・日 月・水・金
マニラ⇒台北 Manila/Taipei	PR 890 BR 272 CI 702 CI 704	0605 / 0830 1240 / 1455 1035 / 1250 1645 / 1900	水 月・水・金 木 木・日
台北⇒マニラ Taipei/Manila	PR 891 CI 701 CI 703 BR 271	0930 / 1140 0720 / 0935 1330 / 1545 0920 / 1140	水 日 火 月・金
マニラ⇒バンコク Manila/Bangkok	PR 730 PR 732	0945 / 1215 1910 / 2135	水 月・水・金・土
バンコク⇒マニラ Bangkok/Manila	PR 731 PR 733	1330 / 1800 2255 / 0315+1	水 水・金・土

マニラ⇒ジャカルタ Manila/Jakarta	PR 535	2100 / 2355	日
ジャカルタ⇒マニラ Jakarta/Manila	PR 536	0045 / 0555	月
マニラ⇒クアラルンプール Manila/Kuala Lumpur	PR 527 MH 705	1145 / 1540 1505 / 1900	土 日
クアラルンプール⇒マニラ Kuala Lumpur/Manila	PR 528 MH 704	1630 / 2035 010 / 1405	土 日
マニラ⇒ソウル Manila/Seoul	KE 622 KE 624 OZ 704	1220 / 1720 2350 / 0500+1 2355 / 0500+1	月・水・金 毎日 月・木・土
ソウル⇒マニラ Seoul/Manila	KE 623 OZ 703	1845 / 2205 1900 / 2225	月・火 水・木・土
マニラ⇒セブ Manila/Cebu	PR 1849 PR 2849 PR 1859 PR 2859	1020 / 1150 1020 / 1150 1520 / 1650 1520 / 1650	月・火・水・金・土・日 水 月・火・水・金・土・日 水
セブ⇒マニラ Cebu/Manila	PR 1850 PR 2850 PR 2860 PR 1860	1230 / 1355 1230 / 1355 1750 / 1915 1750 / 1915	月・火・水・金・土・日 水 水 月・火・水・金・土・日

マニラ⇄セブ便は他にもございます。詳細はUHIのWEBサイトwww.universalholidays.com または 電話02-8593827/28まで

フィリピン生活お役立ち! プレスクール & 習い事リスト

プレスクール

- Alabang**
- ▶ EDITH International preschool ☎02-8823-3129
 - ▶ Toddlers Unlimited (スケート、アイスホッケー) ☎02-8850-4064
- Alabang, Makati, Manila**
- ▶ Cambridge ☎02-8844-8392
- BGC**
- ▶ International School Manila ☎02-8840-8488
 - ▶ Genius English Academy in BGC ☎02-8869-59-11
 - ▶ Summit School ☎02-8881-9032
 - ▶ The British School Manila ☎02-8860-4800
 - ▶ The Little Gym ☎02-8815-1735
 - ▶ Topia English Learning Center ☎(02) 7368-6717 / 0917-843-1852
 - ▶ マミー・インターナショナル マニラ校 ☎02-807-2199 / 02-807-2178
 - ▶ ウイズこども園 <https://whizkids.jp/>
- Makati**
- ▶ Casa Montessori International ☎02-810-9722
 - ▶ Fun-D-Mentals Preschool ☎02-818-9764
 - ▶ Family Partners Learning Center (FPLC) ☎02-8550-1376
 - ▶ TESZARA Inc. ☎02-8812-6062
 - ▶ オイスカマニラ日本語幼稚園 ☎02-8894-3114 日本語可
- Paranaque**
- ▶ German European School Manila (パレエ) ☎02-8776-1000
- Rockwell**
- ▶ Happy hearts Preschool ☎02-7216-7500 / 0917-811-3731

語学

- Manila**
- ▶ まにら新聞カルチャーセンター (タガログ語) ☎0928-262-3961 日本語可
 - ▶ WEXCEL ☎02-313-5443 (英会話)
- Makati**
- ▶ 倉田チュートリアル(英語) ☎02-8813-7202 キッズ歓迎 日本語可
 - ▶ Alliance Francaise de Manila (フランス語) ☎02-895-7585
 - ▶ Basic English Camp ☎02-887-1863/0956-879-7597 日本語可
 - ▶ Grand Line ☎0916-275-2428 日本語可
 - ▶ PJ Link Language Center (英語) ☎02-8332-5735 日本語可
- Pasig**
- ▶ Domus Schola International School ☎02-635-9743 / 0918-947-9002
- Mandaluyong**
- ▶ Japanese Language Research Center ☎02-7358-0565
- Quezon**
- ▶ English Breakthrough (英語) ☎02-881-5455 日本語可
- Ortigas**
- ▶ UNMEI 日本語センター ☎02-584-7811 / 0916-236-3426 日本語可

アート

- Pasig**
- ▶ My Masterpiece マイマスターピース ☎0915-432-7439 キッズ歓迎
- Salcedo**
- ▶ Jolli jam arts ジョリジャムアーツ ☎02-8392-6220 キッズ歓迎

塾

- Salcedo**
- ▶ Jolli jam arts ジョリジャムアーツ ☎0906-356-6378 / 0949-413-4760 キッズ歓迎

ピアノ

- Makati**
- ▶ Gymboree Play and Music ☎7798-1718

※詳しい内容については、各サークルへお問い合わせください。



ゆったりとくつろげる広いデッキの 豪華なカタマランで大物狙い！

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



@SUBICFISHING
WWW.SUBICFISHING.COM

EC38カタマラン 価格

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

ワサビ号/フック号 価格

5時間 25,000ペソ 9時間 45,000ペソ



送迎サービス

マニラ ⇄ スービック: 6,500ペソ

※: 料金にはドライバー費、燃料費、高速費が含まれています。

釣り道具のご持参可能ですが、日本の最新釣り道具をご用意しておりますので、良いタックルでの
釣りをお楽しみいただけ、手ぶらでご参加いただけます。

クーラーをお持ちいただけましたら、ご自身で釣った新鮮な魚をお持ち帰りいただけます。
お食事・お飲み物のお持ち込みは自由です。



美味しい魚が沢山釣れています！持ち帰って自宅で料理してみよう！



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



60cmオーバーのランカーバスも釣れる！ フィリピンでバスフィッシング

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

BASS777

価格

パッケージA: 1日バスポートでのブラックバス釣り 13,500ペソ

料金にはバスポート、燃料、ガイド/キャプテン、最新のバス用釣り具一式、釣り許可書が含まれています。

パッケージB: 1日バス釣り+クラークからの送迎付き 20,000ペソ

料金にはバスポート、燃料、ガイド/キャプテン、最新のバス用釣り具一式、釣り許可書、クラークからの
送迎費（マニラからの場合は追加2,500ペソになります）が含まれています。

パッケージC: 1.5日バス釣り+クラークからの送迎
+パンタブンガンでの宿泊付き 25,000ペソ

料金にはバスポート、燃料、ガイド/キャプテン、最新のバス用釣り具一式、釣り許可書、クラークからの
送迎費（マニラからの場合は追加2,500ペソになります）、パンタブンガンでの宿泊費が含まれています。

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

集合場所

GOOGLEマップで検索:

INTANG, VIEW OF PANTABANGAN RESERVOIR



@PANTABASS
WWW.PANTABASS.COM



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

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

担当者(マービン):

日本語対応(青田):



+63-998-553-3835



+63-998-967-5801



marvluckyhook@gmail.com

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

すべてが洗練された極上のゴルフコース
スービック・ベイに誕生

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

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

心に残る至極の時を存分にご堪能ください

PLAYING RIGHTS MEMBERSHIP

会 員 権 好 評 販 売 中

2020年ご入会者さま限定特別プラン

詳しくはホームページ・TEL・メールにて

©KEN TENZING



SUBIC INTERNATIONAL GOLF CLUB

ご予約・お問合せ / ☎047-250-3765 ☎0917-319-1156

ジャパンデスク 🇯🇵 / 📧 japandesk@subicgolf.com

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

WWW.SUBICGOLF.COM

SHARP

JAPAN TECHNOLOGY

Be Original.

2-WAY AIR PURIFICATION SYSTEM

2つの空気浄化システムで快適に！

Passive Filtration (through filters)
(フィルター使用)

Active Filtration (through Plasmacluster Ions)
(プラズマクラスター・イオン)

AIR POLLUTANTS

**99.97% PROTECTION AGAINST
AIRBORNE VIRUSES AND BACTERIA**

空中のウィルス、細菌を
99.97%除去します！

FILTERS



PRE - FILTER

DEODORIZING
FILTER

HEPA
FILTER

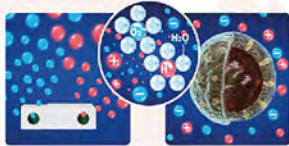


FP-J60E-W 48 sq.m



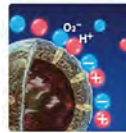


プラズマクラスターイオン技術の優れた作用



1 プラズマクラスターイオンの放出

プラズマクラスターイオンは、プラスイオンとマイナスイオンがあり、自然界のものと類似。イオンは空気中に放出されると水分子に包まれます。



2 プラズマクラスターイオンは空気中の脅威を攻撃!

イオンは、カビや細菌の表面に付着し、活性酸素(OHラジカル)を形成。それらを物理的に分解し、細菌の細胞膜のタンパク質を断片化して不活化します。



3 イオンは水として空気中に還元

活性酸素(OHラジカルなど)は水素(H)と結合して水(H₂O)になり、空気に戻ります。

Adhering Odors

付着臭

Airborne Viruses

浮遊ウイルス

Dust and Allergens

粉じんとアレルゲン

Dust mites

ダニ

Pet hair and dander

ペットの毛やふけ

Air Purifier with Humidifier
加湿空気清浄機

Air Purifier with Mosquito Catcher
蚊取機能付空気清浄機

Air Purifier with Dehumidifier
除湿機付き空気清浄器

Air Purifier with AiOT
AiOT付き空気清浄器

HIGH-DENSITY 25000

KS-G60E-W 50 sq.m
KS-G50E-W 38 sq.m

FP-GM50E-B 40 sq.m

Air Purifier
空気清浄器

FP-J30E-B/A/P 23 sq.m

DW-E16FP-W 24 sq.m

FP-J80EP-H 62 sq.m



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





ジャパニーズヘルプデスク

St. Luke's Medical Center

日本人スタッフが皆様のサポートをいたします。



専門医のご予約

内科、小児科、婦人科、皮膚科、消化器科、耳鼻科、整形外科、眼科など



✓ 受診予約

✓ 薬の手配

✓ 医療通訳

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

セントルークス病院 ☎ 02-7-506-7985 / 0917-592-5732(日本語対応)

St. Luke's Medical Center, Rizal Drive cor. 32nd St and 5th Ave, Taguig

病院 to メディカルセンター ☎ 02-618-9802/0917-716-9007(日本語対応)

Makati Medical Center Tower 1, 2nd floor, Hall C (Asian lifeの隣)

アジアンホスピタル ☎ 0917-819-5461

Asian Hospital and Medical Center 2205 Civic Drive, Filinvest Corporate City, Alabang

<https://www.j-helpdesk.jp> ☎ 02-8-817-1289(24時間対応)

MAP マカティ



小林歯科診療所・技工所

KOBAYASHI DENTAL CLINIC & LABORATORY

歯は口を変え 口は顔を変え
顔は表情を変え 表情は人生を創る!

日本語・英語・タガログ語対応/当院は完全予約制です。



医療サービス

- 審美歯科
- 歯列矯正
- 口腔外科
- 補綴技工
- インプラント治療
- 根管治療
- スポーツ歯科
- 小児歯科
- 予防歯科
- 一般歯科

Website: www.kobayasiclinicph.com

Email: kobayashiclinic.lab@gmail.com (日本語可)

Tel: 02-8852-3622 Mobile: 0917-894-7005 (日本語可)

営業時間: 9時~17時(日・祝日休診)

利用可能な保険会社: PRESTIGE INTERNATIONAL

国民健康保険・社会保険



MAP マカティ D-4

待望のマカティ店がレガスピビレッジにまもなくオープン!

KIYOSA

Japanese Total Beauty

おかげさまでBGC本店は5周年を迎え、毎月1800人以上のお客様にご来店頂いております。

マカティ店でも高品質なネイル・マツエク・ヘアのサービスをご提供させていただきます。本店同様、日本人が各セクション常駐しておりますので、安心の日本クオリティー。

また、熟練の研修ノウハウによって、フィリピン人施術者でも高品質なサービスをお約束します。是非一度足を運んでみてください。

MAKATI店

The Palisades ground floor, 107 Perea, Legazpi Village, Makati City

BGC本店
F1 Hotel ground floor, 32nd Street Corner Lane Q, Bonifacio Global City, Taguig City

◎ 予約専用ダイヤル

☎ 02-8805-8888 / 0939-915-8888

☎ 11:00~20:00

🌐 <http://kiyosa-beauty.com/>



マカティ店舗



BGC店舗



フィリピンでエステ、スパをお探しなら
フィリピンブライマー。

初めてのフィリピン旅行の方から在住者の方まで
役立つエステ、スパ情報満載!



ブライマー ビューティ Q

<http://primer.ph/beautiful/>

SCS
skin care
solutions

PROMO PACKAGE
脇の下のレーザ
ー脱毛6 + 2
Php 15,000

Alma Laserの超脱毛(SHR™)

素早く快適に脱毛ができます!

- ▶ 実績のある安全記録 褐色肌にも
- ▶ 痛みなし! 治療はほとんど痛みがなく、マッサージのような感覚です
- ▶ すべての肌色とヘアに対応 明るめの肌や暗めの肌、粗い体毛や細い体毛にも効果的です。
- ▶ 日焼けした皮膚にも この施術は、日焼けした肌にも、1年中いつでも行うことができます。
- ▶ 迅速な施術 この施術は、脚や背中などの広い領域でも非常に迅速です。
- ▶ ダウンタイムなし 施術後すぐにジムでのエクササイズなどもOK!通常の活動にすぐ戻ることができます。
- ▶ 全身に施術可能 耳、鼻孔、ビキニラインなどのデリケートな場所や手の届きにくい場所にも施術できます。

下記住所にお越しください。

Unit 1-H, The Grand Hamptons Tower 1, 31st St. corner 2nd Ave., BGC, Taguig City

+63917.4338172 • 8856.6960

222 South Parking Building, SM Mall of Asia, Pasay City

+63917.5980599 • 8556.7272

免疫力を高めよう！ BATTLE-READY

戦いの準備！！ Guyamaaxは、体内の免疫システムを強化するように設計された免疫ブースター・Guyabano、マンゴスチン、ターメリック、および非酸性ビタミンCを含む天然のスーパーフードサプリメントです。



www.guyamaax.com
www.facebook.com/guyamaax
www.instagram.com/guyamaax



近日オープン!!

オープン前 体験予約受付中!

■ 入会特典 ■

- 入会金5000ペソ 無料
- シェーカー+プロテイン 3日分プレゼント!!!

月額9800ペソで
『パーソナル受け放題』
『サプリメント飲み放題』の
パーソナルジムが、
BGC・セレンドラに誕生!!

ORANGE FITNESS CLUB
HIDAMARI PLACE



パーソナルトレーナー
マブーティ・章太
NESTA PFT所持、
YouTuber

パーソナルトレーナー
ホギ・金子
ラガーマン、得意分野は
ボディメイク全般

まず、無料体験! →

お申し込みはこちらから

2/F Serendra, 11th Ave,
Bonifacio Global City (Beyond Yoga内)
TEL: 0916-500-4113 (日本人対応)



NEW OPEN
TOKYO GLAM
EYELASH & NAIL SALON

カフェ併設。お連れ様もくつろぎながら
お待ち頂くことができます。

マツエクネイルを同時に施術可能。
お客様の時間短縮が可能に。

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

日本人アイリスト・ネイリスト駐在



ホームサービス開始 → インスタグラム・Mobile からご予約可能です

4/F, Ayala Malls Manila Bay, Aseana Avenue cor. Macapagal Blvd.
Aseana City, Paranaque City
営業時間はQRコード先のWEBサイトよりご確認頂けます

Tel: (+632) 7 900 7072 Mobile: (+63) 917 143 3804

Email: tokyoglamph@gmail.com www.tokyoglamph.com @tokyoglamph

More info * QRコード



アクセス(Ayala Malls Manila Bay 内)

モールに準たら、
Lumbera (フィリ
ピン料理Manam
の脇)と標記のある
入り口から入る。

4階までエスカレ
ーターで上がり、
The Bed Room
というお店の方向
まで進み、右折。

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



オーナーの女性大美容士の駐在による

J!NS SCREEN

PROTECT YOUR EYES

ブルーライトから目を守るメガネ



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

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

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

マカティの ビジネス英会話スクールDCEC

オンライン
体験レッスン
無料

DCECの特徴は

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

グローバルなビデオ会議で英語の
重要性が増す新しい時代
GCQ期間も、オンラインレッスンで
英語力アップ!



2. 日本水準のサービス
DCEC PHの代表は長年日本で大手企業とビジネスを
行い日本水準のサービスの重要性を理解しています。
まずは体験レッスンでご確認ください。

DCEC PH

www.tesara-english.com/dcec

<https://www.tesara-english.com/sl>

Tesara Inc.
22A Chatham House, 116 Valero St.,
Salcedo Village, Makati City 1209
+632-8-550-1376 +632-7-215-7802



MAP BGC K-2

BGC校オープン!
1レッスンあたり550ペソから!

WEXCEL x 個別指導塾 Y's Hope

マニラでは数少ない日本人経営の英語
学校WEXCELがBGCでもオープンしま
した。

個別指導塾を行う Y's Hopeと業務提
携を結び、その一室にて開講!!

アップタウンモール隣!
仕事帰りや学校のお迎え前に!

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



マカティで英会話・タガログ語 スクール

安心の日本人窓口対応(日本人経営)



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

マンツーマンレッスン (英語・タガログ語 50分)

■ 一般 P500 ■ オンライン P500
■ TOEIC P600

講師企業派遣 (英語・タガログ語)

■ マンツーマン/グループ
■ 授業料・交通費相談可

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

ニューノーマルの今
私たちの
オンラインクラスで
語学を学びましょう!



読者特典
無料カンセリング
& レベルチェック
完全予約制
下記E-mailに
ご連絡ください

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

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

☎ 02-8832-5735 / 0917-813-0693

E-mail: pjlink.language.center@gmail.com (日本語対応) Website: <http://pjlink-manila.com>

いつでも好きな時に過去の コラムをご覧ください

気になるコラムを見逃した方は、
プライマーWEBサイトまで



- 今晚のおかず
- 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
もあるので要見です!!

Q プライマー コラム 検索

MAP ラグーナ

ラグーナからの仕事帰りに！
費用対効果の高い集中合宿も！

Basic English Camp

ベーシック イングリッシュ キャンプ

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

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



楽しい！
週末合宿
集中レッスン

わかった時の快感・楽しさが実感できます

自宅で楽しくレッスン



吉本の芸人さん
ハポン3さんも受講！

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

MAP ケソン

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

English Breakthrough

イングリッシュ・ブレイクスルー

マカティから約1時間のケソン市にあるEBで英語力弱点の克服が可能。「発音矯正」「ビジネス英会話」「リスニング強化」等、個別ニーズに完全対応。夜11時まで、朝8時前に到着して8-19時で10時間集中受講。学長がスカイプで英語力を確認して事前学習プランと授業プランを提案。50時間マンツーマン授業を申し込み、12週間いつでも受講可能(日程・授業数も自由に設定可能)。

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

Block5, Lot14, Gabriela Silang st., New Capitol Estates-1, Brgy. Batasan Hills, Quezon City
☎携帯: 0947-994-6607 固定: 02-8881-5455
☎7～23時 ☎なし http://english-breakthrough.com/ EB in the Philippines



厳しい特訓を受けた教師によるマンツーマン授業で集中学習



10年超の学校運営で証明された授業メソッドで効果抜群

マニラ在住の
日本人200名以上が通う



ステップフォワードBGC校 「オンライン英語レッスン」開講

POINT 1



ニーズを満たす！
個別指導カリキュラム

一人ひとりの目的に合わせたカリキュラムを作成。
ご要望に応じたプログラムを提供可能です。

POINT 2



日本人指導歴が長い！
厳選された優秀な講師陣

マニラ首都圏の優秀な大学を卒業した講師陣。
英語力とホスピタリティの高い講師陣を採用。
多くの受講者の皆さまにも好評を頂いております。

POINT 3



使える英語を身につける！
1回たっぷり50分レッスン！

短くて消化不良にならない、1回50分の
レッスン。楽しく話せるので、それでも集中して
あつという間に終わるというお声を頂いております

安心の日本人経営

法人様・団体様へ

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

料金	1レッスンあたり700ペソ～(税込) ※【期間限定】お得なキャンペーンを実施中！ ※ 20レッスン (有効期限4ヶ月) ～
営業日	平日 7:10～23:00 土曜 8:10～17:00 日曜 12:10～17:00

無料体験レッスン
受付中！

詳しくは下記までお問い合わせください
☎ info@stepforward-inc.com ☎ 020 5017 3440

Unit 2108 The Trade & Financial Tower,
7th Ave cor. 32nd St., BGC, Taguig
☎ https://stepforward-learning.com/
☎ 0277-516-217

フィリピンの情報ならPrimer!

生活に必要な情報、役立つ情報をおとどけます。

マニラのライフスタイルをお届けする特集
今晚のおかず

ビジネス烈伝

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見です!!

プライマー コラム 検索

オンライン
幼稚園も
好評開園中

入園金不要
途中入園可能
月～金毎日60分

楽

Experience

小学校入学準備
日本語
オンライン授業
1回30分/週2回



知

Brain

期間・人数限定
**入園金無料
キャンペーン
実施中**

◆キャンペーン対象者◆
開園後、すぐに登園できる方
最低6か月の在園が可能な方
詳細はお問い合わせください。

動

Move

ウィズこども園

こどもは、みんな・神童です。

体育の先生が教える

体操教室開講

BGC内
送迎無料

上手に走るためのトレーニングや、
とびばこ・てつぼう・マット・ボー
ル運動などを楽しく指導します。
衛生管理の徹底のため、1クラス
2名まで。2名の生徒に2名の職
員がひとりひとりのレベルに合わ
せて指導します。

対象年齢：満4歳～満8歳

平日：16:00 / 17:00

土日クラス：9:30 / 10:30 / 13:00

週1回 50分

※隔離措置の状況に応じて、開講が遅れる場合もあります。

4歳
～
8歳

個別指導



※隔離措置の状況に応じて、開園が遅れる場合もあります。

●開園時間 平日 9:00～15:00

※祝日はフィリピンのカレンダー通り。

※春休み・夏休み・冬休みがあります。

●募集園児

2歳児 (2017.4.2生～2018.4.1生) 4名

3歳児 (2016.4.2生～2017.4.1生) 15名

4歳児 (2015.4.2生～2016.4.1生) 15名

5歳児 (2014.4.2生～2015.4.1生) 15名

●送迎サービス BGC内

お問い合わせは info@whizkids.jp までご連絡ください。



Childcare Center

WHiZ

ウィズこども園

209, The Park West, Grand Central Park, 36TH ST.
FORT BONIFACIO, TAGUIG CITY ☎ 02-8529-2129

🌐 <https://whizkids.jp/> 📘 @whizjapan



海外引越しのCROWN LINE GROUP

クラウンラインの 引越しサービス

JIMA
日本海外引越協会



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います。

Crown Line Philippines, Inc URL: <http://crownline.jp/>
(クロネコヤマトの海外引越フィリピン代理店)

お電話・メールにてお気軽にお問合せください。

☎: +63-999-436-6907 (日本人担当: 伊佐)

+63-917-508-8987 (日本語対応)

E-Mail: isa@crownline.jp (日本人担当: 伊佐)



Together we do great things.



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

お客様のDX実現に貢献



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

UCHIDA

製造発売元

UCHIDA YOKO GLOBAL LIMITED (UGL)

Email: s-iwadate@uchidayoko.com 岩橋 伸司
robertchan@uchidayoko.com Robert Chan

Tel: +852-2877-3663
日本語でお問合せください



フィリピン市場内田洋行正規販売店

INFINUS CORPORATION

#30 ITC Compound Saint Dominic Street Brgy. Canumay East
Valenzuela City Philippines

Email: vdelavega@infinus.ph
cyam@infinus.ph

Mr Gil Dela Vega
Ms Charmaine Yam

Mobile +63 917 821 3444 / +63 977 806 0815 (英語のみ)
+63 927 731 8503

テレワークを快適に！

日本の大手企業でも採用されている内田洋行製
オフィスチェア EPOチェアとA-STACKテーブル
コンパクトなデザインで、ホームユースにも最適
在宅勤務を少しでも快適に！！

マニラに在庫しており、特別価格でご提供させていただきます。
お気軽にお問合せください。(1脚からお届けいたします)



スタッキングA-STACKと
EPOチェアのコンビ



ITのお悩みをすべて解決！

パソコンソフトの新規購入・入れ替え

- ・パソコン/サーバー/ネットワーク機器
- ・セキュリティソフト/マイクロソフト製品

業務システムソリューション

- ・ERP統合管理システム(SAP)
- ・人事給与システム・文書管理システム
- ・在庫管理システム・電子申請・承認システム

メンテナンス(IT機器、ネットワーク)

- ・メール/ストレージ
- ・インターネット/LAN接続
- ・技術サポート/ヘルプデスク

ITインフラ/オフィス内装デザイン

- ・ネットワーク/モバイル環境の構築
- ・設計/デザイン/施工工事全般

細かい作業や煩わしいIT関係は弊社へお任せ下さい
リーズナブルな価格でご予算を抑えられます！



お問い合わせください

1. お問い合わせ
電話・メール・FAXにて
お問い合わせください。

2 お打ち合わせ
貴社にお伺いし現状の確認。
その他、各種ご希望・改善した
い点などをヒアリング

3 ご提案
お見積書・IT環境改善のご提案を
させていただきます。ここまで
料金は発生しません。

4 作業の実施
作業実施後、ご希望により保守・
メンテナンスを承ります。



Alsons / AWS Information Systems, Inc.

4th Flr, Don Jacinto Bldg., 141 Salcedo St, Legaspi Village Makati City
☎02-8823-5689

✉ tomoaki.tsutsumi@awsys-i.com
🌐 <http://www.aaisi.com.ph/>

フィリピン 経済NEWS

By WCL Solutions (Phil.) Corp.

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

第2四半期GDP成長率-16.5%、過去最悪に 鉱工業-22.9%、サービス-15.8%、農林水産+1.6%

フィリピン統計庁(PSA)は、8月6日(木)午前10時より、2020年第2四半期(4月~6月)の国内総生産(GDP)など国民勘定統計を発表した。

それによると、第2四半期のGDP実質成長率は前年同期比(以下、同様)マイナス16.5%となり、前年同期の5.4%、前期(2020年第1四半期)のマイナス0.7%(改定値)から悪化、現行方式での集計が開始された1981年からの最低記録となった。セクター別では、農林水産業がプラス1.6%、鉱工業がマイナス22.9%、サービス業がマイナス15.8%であった。そして、上半期GDP成長率はマイナス9.0%となった。

7月のインフレ率2.7%、6カ月ぶりの高水準 交通・輸送費が急加速、コアインフレ率は3.3%

フィリピン統計庁(PSA)発表によると、2020年7月の総合インフレ率(総合消費者物価指数、2012年=100)は2.7%(速報値)で前月から0.2%ポイント上昇、2020年1月の2.9%以来、6カ月ぶりの高水準となった。しかし、フィリピン中央銀行(BSP)の7月のインフレ予想(2.2%~3.0%)範囲内に収まった。また、年初7カ月間の平均インフレ率は2.5%となり、政府の2020年インフレ目標(2%~4%)圏内で推移している。

交通・輸送費の上昇率が前月の2.4%から6.3%に加速し、7月のインフレ率上昇の要因となった。また、酒類・煙草(19.3%)、住宅・水道・光熱(0.8%)、外食・雑貨・サービス(2.5%)も前月の上昇率を上回った。一方、食料品では、トウモロコシ(コーン)、野菜、果実、魚類の物価は低下した。米、砂糖・ジャム・蜂蜜・チョコレート・菓子類は7月もマイナス成長を継続した。

7月の特定食品・エネルギー関連品目等変動の激しい品目を除いたコアインフレ率は3.3%で、前月から0.3%ポイント上昇した。7カ月間の平均のコアインフレ率は3.1%であった。

7月の総合インフレ率を地域別で見ると、首都圏(NCR)は2.2%で前月から0.2%ポイント上昇、地方は2.9%と前月から0.2%ポイント上昇した。インフレ率が最も高かった地域は、ビコール(4.2%)、次いで中央ルソン(3.5%)、西ビサヤ(3.2%)。最もインフレ率が低かった地域は、ダバオ(1.2%)、次いで東ビサヤ(1.7%)だった。

なお、フィリピン中央銀行(BSP)発表によると、7月の総合インフレ率2.7%への寄与度は、外食・サービス他0.3%、酒類・煙草0.3%、食品・非アルコール

飲料0.9%(うち食品0.9%)、交通・輸送費0.5%、住宅・水道光熱費0.2%、衣料・靴類0.1%、家具・住宅設備管理0.1%、健康・医療0.1%、教育0.0%。一方、年初7カ月間の総合インフレ率2.5%への寄与度は、外食・サービス他0.3%、酒類・煙草0.3%、食品・非アルコール飲料1.0%(うち食品0.9%)、住宅・水道光熱費0.2%、家具・住宅設備管理0.1%、衣料・靴類0.1%、教育0.1%、健康・医療0.1%、交通・輸送費0.0%。

比セブン6月末2,930店で断トツも4億ペソの赤字に 上半期売上11%減の241億ペソ、第2四半期31%減収

フィリピンのコンビニエンスストア(コンビニ)首位の比セブン-イレブンは、台湾系のプレジデント・チェーン・ストア(ラプアン)ホールディングスが52.216%(2020年6月末現在)を所有するフィリピン・セブン社(PSO)によって運営されている。PSOは1982年11月に設立され、1998年2月にフィリピン証券取引所(PSE)に上場した。1984年2月にケンソン市エドサ通り沿いに1号店オープン、その後、店舗網拡充に注力、2013年末に1,000店の大台を突破、2019年末には2,864店に達した。

2019年6月末の店舗数は2,930店に達し、前年同月末の2,664店から266店、率にして10%増加した。2019年末からは66店、率にして2%の増加となっている。そして、ミニストップ(2020年6月末511店)やファミリーマート(同推定75店)、ローソン(同推定65店)などとの差を拡大させている。

6月末のセブン-イレブンの店舗数2,930店の地域別内訳は、ルソン地域2,222店(うちマニラ首都圏1,019店)、セブを中心とするビサヤ地域425店、ダバオを中心とするミンダナオ地域283店。また自営店が45%、フランチャイズ店が55%となっている。

このように、比セブン-イレブンの営業基盤、競争力は強固であるが、2020年は新型コロナウイルス感染拡大やそれに伴う地域隔離措置の影響を被っている。地域隔離措置のもとでもコンビニエンスストアは常に営業継続を要請されているが、来店客数の減少に加え、移動制限により、従業員の出勤に支障が生じ臨時休業に追い込まれた店舗もある。したがって、2020年上半期は減収赤字決算を強いられた。ただし、一時は30%に達した臨時休業店比率は、6月末に10%弱、7月末には5%へと低下、業績底打ちが期待される状況である。

PSOは、8月6日、PSE同報第05571-2020号にて、2020年上半期(1月~6月)の決算速報を開示した。それによると、PSOの2020年上半期のグループ売上高は前年同期比(以下同様)10.9%減の240億6,800万ペソにとどまった。最終損益は3億8,970万ペソの赤字となり、前年同期の4億8,530万ペソの黒字から激変した。特に第2四半期は、グループ売上高が31.4%減の99億2,030万ペソ、最終損益が4億9,350万ペソへと大幅悪化した。

安心安全の日本人対応

就労ビザ専門

9gビザ 1年間 7万5千ペソ

観光ビザ延長

メトロマニラ内 オフィスまで集配します!

メトロマニラ内配達

ICARD・ECC・ダウングレード

時間が無い場合、ご相談ください!

VALUEASIA Philippines Inc. 入管認可番号 A-210-2014

#101 VM Condominium, 146 Amorsolo St., Legaspi Village Makati City

TEL. 0917-817-6549 (三宅) visa@valueasia-ph.com

フィリピンの プロ通訳手配は お任せ下さい。

商談・工場監査・裁判・

展示会・弁護士とミーティングなど

1時間2,500ペソ(最低4時間から)

VALUEASIA Philippines Inc. 入管認可番号 A-210-2014

#101 VM Condominium, 146 Amorsolo St., Legaspi Village, Makati City

TEL. 0917-817-6549 (三宅) visa@valueasia-ph.com

当面は、新型コロナウイルス感染拡大下で需要が増加している生活必需品の販売を強化するとともに、デジタル化を推進、更なるキャッシュレス化を目指す。2020年当初計画では、年間で400店を新規オープン、新規出店を中心とする設備投資額は40億ペソと予定されていた。しかし、新型コロナウイルス感染拡大により、年間新規出店数は200店、設備投資額は20億ペソへと下方修正された。ただし、新型コロナウイルス感染拡大が続けば、さらに下方修正される可能性はあるし、閉鎖店舗数が増加する可能性もある。設備投資計画は依然流動的といえる。

日清の比即席麺事業、上半期23%増収で31%増益 業績一段と向上、新型コロナでの外出制限で内食需要拡大

日清食品グループ(日清グループ)は、フィリピンにおいて、ゴコンウェイ財閥の有力食品企業ユニバーサル・ロビーナ・コーポレーション(URC)との合弁企業「ニッシン・ユニバーサル・ロビーナ・コーポレーション」(ニッシンURC、1996年設立、会計期末12月、本社：マニラ首都圏ケソン市)を通じて即席麺(インスタントラーメン)事業を展開、カップ麺ではトップ企業となっている。現在の日清グループのニッシンURC株式保有比率は49%となっている。

このニッシンURCの業績が堅調に推移している。8月3日に発表されたURCの2020年上半期(1月~6月)事業報告書によると、ニッシンURCの2020年上半期の売上高は前年同期比(以下同様)23%増の37億5,500万ペソ、EBITDA(税前・償却前・利払い前利益)は30%増の7億8,100万ペソ、純利益は30%増の4億7,900万ペソで二桁増収増益決算となった。

新型コロナウイルス感染対策としての外出・移動制限措置のもとで、家庭内食事(内食)需要や保存食需要が高まり、継続購入の動きが強まったようだ。新型コロナウイルス感染以前の業績も上昇基調を続けてきている。なお、フィリピンでの袋麺のトップ企業は、「ラッキーミー」ブランドで知られるモンデ・ニッシンである。社名には「ニッシン」が含まれており紛らわしいが、モンデ・ニッシンは現地資本企業であり、日清食品など日本企業との資本関係は全くない。

なお、東南アジア地域は、麺食文化がもともと存在することに加え、近年の継続的な経済成長による即席麺の消費量・販売額が堅調に推移している。世界ラーメン協会(本部：大阪府池田市、事務局：東京都新宿区新宿)発表によると、フィリピンの2019年の即席麺の総需要は前年比2.3%減と成長一服ながら、38億5,000万食で世界第8位、ASEANではインドネシアとベトナムに続く第3位の市場となっている。そして、世界総需要約1,064億食のうちの3.6%を占めている。一人あたりの年間消費量は40食に近づいている。

即席麺は手頃価格で簡単に食べられることから、フィリピンでは人気は衰えず需要は拡大傾向にある。スープタイプでは特にシーフード味が人気。パンシット

・カントンと呼ばれる焼きそばタイプも人気で、カラマンシー(スダチ)味やホトリトリ味が好まれている。メリエンダと呼ばれる午後のおやつ(習慣)があり、メリエンダ向けなどにミニサイズのカップ麺販売も好調である。カップ麺は今後も人口増加や経済力の向上にともない、さらなる市場拡大が期待されている。

特に近年は1人当たりのGDPや可処分所得が増加したことにもともない、より付加価値の高いカップ麺の需要が高まっており、ニッシンURCの主力製品である「Cup Noodles」の販売は好調に推移している。そして、フィリピン即席麺全体の需要の伸びを上回る成長を続け、上記のようにニッシンURCは増収増益を続けている。

日本の緊急無償資金協力によるアビガンが比に到着 新型コロナウイルス臨床研究前進への貢献期待

在フィリピン日本国大使館は、8月6日、「日本の緊急無償資金協力によるアビガンがフィリピンに到着した」と発表した。発表の概要は以下のとおり。

・新型コロナウイルス感染症の沈静化に向けて治療薬の開発は極めて重要である。アビガンは、新型コロナウイルス感染症への有効性は未確立であるが、ウイルスの増殖を防ぐ薬として、海外の多くの国から関心が寄せられており、日本は、各国からの要請を踏まえ、希望する国々と協力しながら、新型コロナウイルス感染症に係るアビガンの臨床研究を拡大する考えである。

・こうした観点から、日本は、新型コロナウイルス感染症の感染者が発生している国々に対する支援を実施するための緊急無償資金協力を行うことを決定した。フィリピン政府に対しては、100人分のアビガンを無償で供与することを決定し、今般、このアビガンがフィリピンに到着した。

・アビガンには催奇形性という副作用があることから、それを十分に認識した上で医学的に適正に処方・使用されることが重要であり、これにより、アビガンの臨床研究の前進に寄与することが期待される。

なお、アビガン(一般名：ファビピラビル)は、富士フイルム富山化学が開発した抗インフルエンザウイルス薬である。日本において、他の抗インフルエンザウイルス薬が無効または効果不十分な新型または再興型インフルエンザウイルス感染症が発生し、当該インフルエンザウイルスへの対策に使用すると国が判断した場合に、患者への投与が検討される医薬品として、2014年3月に承認を取得している。ウイルスのRNAポリメラーゼを選択的に阻害することでウイルスの増殖を防ぐというメカニズムを有している。このようなメカニズムの特徴から、インフルエンザウイルスと同種のRNAウイルスである新型コロナウイルスに対しても効果が期待されており、既に臨床研究や観察研究の枠組みの中で新型コロナウイルス患者に対する「アビガン」投与が開始されている。

フィリピン経済・金融・投資情報

独自情報がメルマガから簡単に入手できます。

定期購読や試読はwcl@pheconomist.comか

情報サイト<https://pheconomist.com/>

伊佐治 Minoru Isaji (日本証券アナリスト協会検定会員)

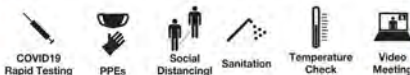
情報提供サービス・経営コンサルティング・アウトソーシングサービス会社WCLソリューションズ・フィリピン・コーポレーションの最高経営責任者(CEO)兼代表取締役社長、及び現地有力証券会社ABキャピタル証券の特別顧問。フィリピン在住。日本証券アナリスト協会検定アナリストとして20年以上にわたって経済、株式等の調査活動に従事。フィリピン進出日系企業・個人を支援している。



コンドミニアム
レストラン
オフィス
リノベーション
インテリアデザイン

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.



INTERIOR DESIGN & BUILD

日系施設の
設計施工の
エキスパート

トキョーグランドリノベーション



TGR
TOKYO GRAND RENOVATION INC.

9110 LA CAMPANA
ST. COR TRABAJU ST
BRGY OLYMPIA
MAKATI CITY
TEL
(02) 8832 1676



www.tgr.com.ph

エアコンの清掃、修理はJMCにお任せください!



COMPLETE PROTECTION
AND SAFETY GEAR



ご家庭、オフィスのエアコンに気になることはありませんか?

JMCのセールスポイント!

- ✓ 遅刻はしません! 時間通り作業を開始します
- ✓ 作業時には完璧な養生を行います
- ✓ 作業後はきちんと清掃を行います



JMC Technicians

JMATERIALS CORPORATION
www.jmaterials.com

日本語連絡先: 田村
tamura@jmaterials.com
+81 80 4054 1789
☎ +63 917 622 1839

Contact: Camille
sales@jmaterials.com
☎ +63 917 630 7105

CHECK OUT HOW WE DO OUR SERVICES AT **JMC-Daikin**

信頼できる あなたの 不動産パートナー

- 不動産相談
- 物件、リース管理
- 名義譲渡、所有権変更、契約書作成
- 販売、事前販売、入居準備
- 分譲マンション、一戸建て、ビルの販売
- 農地、農地、ビーチサイドの販売
- SRRビザ取得もサポート

PHILSWORLD DOCUMENTATION SERVICES



PRA Accreditation 187934153-1811
Maria Lourdes "Malou" G. Santos, Lic. REB
philsworld.docserve@gmail.com
philsworld.net.ph
☎ 0906-474-0395 / 0961-288-7340
☎ +63 8546-3095
PRC REB Lic. No. 0020342 | HLURB Reg. No. 007881

フィリピンで創業17年。

法人様、企業様向けの保険のプロが
皆様の安心を全力でサポートします!



医療保険



火災保険



自動車保険



その他、各種保険について、お気軽にお問合せください。

Cotton and Diaz Insurance Services Inc.



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

担当: 石井



プライマースタッフブログ

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

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



MAKE THE BEST CHOICE
insurance 110
ONE-TEN

保険のことならおまかせ

みなさまの海外生活を日本語でサポート

ファイナンシャルに特化したサービスも充実

医療保険



自動車保険



ゴルフ保険



火災保険



老後のための
積み立て保険



親御さん必見
海外学資保険



ペソ建て
運用保険



Insurance 110 マニラ支店長 高橋
保険一筋! 在住10年の私に対応いたします!

insurance 110 マニラ支店 (旧 hoken-no 110Ban!! マニラ支店)
Unit 206 One Corporate Plaza, 845 A. Arnaiz Ave. (Pasay Road) Legaspi Village, Makati City
☎ 02-8552-3688 (日本語対応可)
FAX: 02-812-6576 営業時間: 9:00~19:00
manila@insurance110ph.com http://www.hoken110intl.com/

いつでもお気軽に
お電話ください。
日本語で対応
いたします。

BDOが入っている
建物の2階 ※駐車場有り



フィリピンで 役立っ! フィリピン法律あらかると

第66回『フィリピンのADR（裁判外紛争解決手続）について』



今月の事例

Q. 売買代金の支払いがないのですが、回収するにはどうしたらよいでしょうか。裁判手続きは時間がかかると聞いていますので、それ以外の方法はないでしょうか。

＜フィリピンの裁判外紛争解決手続き(ADR)＞

既にご存じのとおり、フィリピンで民事裁判を提訴して判決を得ようとする、相当の時間及び費用がかかります。そこで、裁判外での紛争解決手段（いわゆるAlternative Dispute Resolution; ADR手続）が期待されています。フィリピンにおいて、いわゆる仲裁を含む裁判外の紛争解決手段に関する法律として共和国法第9285号（ADR法）と共和国法第876号（仲裁法）があり、仲裁法は国内仲裁に関する規定を置き、ADR法は調停（Mediation）および国際仲裁に関する事項を規定しています。

＜調停と仲裁の違い＞

ADR法という調停とは、紛争当事者により選任された調停人が意思疎通及び交渉を促進し、紛争当事者が紛争となっている事項について自発的に合意に至ることを援助する手続きをいい、調停人が自ら裁定を下すということはありません。よって、調停が不調に終わった場合、裁判により解決を図ることになります。フィリピンにおいて調停機関としてよく使われるのは、知的財産権に関する知的財産庁（Intellectual Property Office of the Philippines; IPOPHL）が行う調停が挙げられます。

これに対し、仲裁は紛争当事者により選任された仲裁人が仲裁判断を出すことにより紛争を解決するという、仲裁人自らが判断を下し、それに紛争当事者が従う義務を負うという点で、調停とは異なる手段となります。

なお、全ての法的問題が調停や仲裁により解決可能というものではなく、例えば、労働問題や、市民権、婚姻の有効性や刑事責任といった事項については裁判所その他法律により定められた機関により判断されることが必要です。

＜フィリピン国内の仲裁＞

仲裁により紛争当事者間の紛争を解決するためには、まず、当事者が紛争を仲裁により解決することを合意していることが必要です。具体的には、当事者が紛争の元となった取引に入るときに締結した契約書に紛争が生じた場合にはそれを裁判ではなく、仲裁により解決することに合意する条項（仲裁条項）を入れることになります。仲裁条項の中にどの仲裁機関を用いるか、仲裁人の人数や選定方法等につき、合意することが必要です。

仮に有効な仲裁合意があるにもかかわらず、一方当事者が仲裁手続による解決を拒絶した場合、仲裁を申し立てた当事者は裁判所に申し立てを行い、他方当事者が仲裁に応じることを命じる命令を出すことを求めることができます。

＜フィリピンの仲裁機関＞

フィリピン国内の主要な仲裁機関としては、以下が挙げられます。

- ① Philippine Dispute Resolution Center Incorporated (PDRCI)
1996年にフィリピン商工会議所により設立された仲裁機関です。
- ② Philippine International Center for Conflict Resolution (PICCR)
2019年にフィリピン弁護士会により設立された仲裁機関です。
- ③ Construction Industry Arbitration Commission (CIAC)
大統領命令第1008号に基づき、フィリピン国内における建設に関して締結された契約に基づく問題については、CIACが専属の仲裁機関となっており、他の仲裁機関で仲裁を行うことはできません。

結論

A. フィリピンにも裁判外紛争解決手続きがありますので、紛争当事者の合意により、それらの利用が可能です。



弁護士 上村 真一郎



弁護士 鳥養 雅夫

弊事務所は、下記のフィリピンの法律事務所と提携しており、フィリピン進出中の日本企業及び在留邦人の方々に日本語での法律面でのサポートを提供させていただいております。

取扱業務：会社設立、企業法務、倒産、労務問題、税務問題、一般民事、相続等

Quasha, Ancheta, Peña & Nolasco
Don Pablo Building, 114 Amorsolo Street, Makati City,
1229 Metro Manila, Philippines
電話：02-8892-3011 (代表)
02-8892-3020 (日本語対応)
0917-851-2987
E-mail: japandesk@quasha-interlaw.com
URL: <http://www.quasha-interlaw.com>

桃尾・松尾・難波法律事務所
〒102-0083
東京都千代田区麹町4丁目1番地
麹町ダイヤモンドビル
電話：+81-3-3288-2080
FAX：+81-3-3288-2081
E-mail: uemura@mmn-law.gr.jp
torikai@mmn-law.gr.jp
URL: <http://www.mmn-law.gr.jp/>

クルマを売るなら



お困りではございませんか？

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

☎ 0081486010827

株式会社タウ 海外営業部 渡辺万理
Email: manila@tau.co.jp https://www.tau.co.jp/



1004 Vicente Madrigal Building,
6793 Ayala Avenue, Makati

給料前払いサービス salaryex Q

(会社)リスクなし(社員)ハッピー♪
新しい福利厚生を検討しませんか？

経営

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

管理

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

社員

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



ホームページ・メール・電話よりお問い合わせください。
日本人スタッフが親切丁寧に対応いたします。
メール inquiry@salaryex.com
電話 +63-929-336-9265

住所 23F TOWER6789, Ayala Avenue
6789, Makati City 1209 Metro Manila

SalaryEX.



フィリピンにおける
プロモーションを日本品質で実現します。
開所式、周年事業、展示会、セミナーなど企画から運営までトータルにサポートします。

各拠点の日本人スタッフが
対応いたします。

● AAB INC.
大阪/東京

★ AAB VIETNAM ホーチミン/ハノイ
■ AAB INDONESIA

🇺🇸 AAB MALAYSIA
🇫🇷 AAB FRANCE

Contact office
■ AAB SINGAPORE
■ AAB CAMBODIA

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



一気通貫!! ワンストップショップ

大型貨物の輸出入手続きから輸送・組み立て・据え付けまで

- ① 輸出入通関、内陸輸送、離島へのバース輸送、組み立て設置をワンストップショップで完了させます
- ② 発電所プラントの機器組み立て設置や、工場機器の組み立て据え付け
- ③ コンテナサイズの貨物から、鉄道レールや鉄塔の超長尺貨物の輸送
- ④ 200トンを超える重量貨物から、橋桁や巨大マシンのオーバーサイズ貨物の輸送
- ⑤ 機械の解体・引き出し・輸出梱包(パレット梱包から真空梱包・木枠梱包・スチール梱包まで)



安全・安心・信頼の・梱包資材の燻蒸・製作・組立・積み込み

- ① 資材の燻蒸は、自社設備で安全・安心
- ② 梱包方法やサイズは、日本規格で安心
- ③ 緩まない強力なラッシング技術で安心



J.P. MARZAN PROJECT VENTURES, INC.

ジェイピー マルザン プロジェクト ベンチャーズ

お問い合わせ・ご相談は、お電話やメールでお気軽にどうぞ

☎ (049)832-1111 / (02)8520-8913 ✉ info@jpmarzan.com

http://www.jpmarzan.com



ロンブロン島
風力発電設備輸送・組立

バタンガス州
火力発電所160ton発電機取り換え更新

安全第一

お任せください!

ラグナ州
1600tonプレスマシン組立・据付け

マニラ首都圏
MRT3レール輸送・仮置き・配送



NO.4 NRI が考える DX とは

新型コロナウイルス等の影響であらゆる業界においてデジタル化による業務革新や新事業創出が重要な経営課題となっています。野村総合研究所（NRI）では、DX（デジタルトランスフォーメーション）の取り組みを通じて社会や企業が「変化が激しい時代の未来を切り開く」支援をしています。今回は、NRI が考える DX の定義と DX に関する具体的な活動についてご紹介します。



Senior Business Analyst 土屋 和生

■ DX の背景

DX（デジタルトランスフォーメーション）とは、スウェーデン・ウメオ大学のエリック・ストルターマン教授が 2004 年に「人々の生活のあらゆる面においてデジタル技術が影響を与えるようになる」という概念を示す言葉として提唱したことが始まりであると言われています。デジタルトランスフォーメーション（Digital Transformation）を DX と表記する理由について、英語圏では接頭辞「Trans」が交わりを意味することから X と表記することが多く、「トランスフォーメーション」が「X」に代わり、「Digital Transformation」⇒「DX」と表記されるようになりました。

■ NRI が考える DX の定義

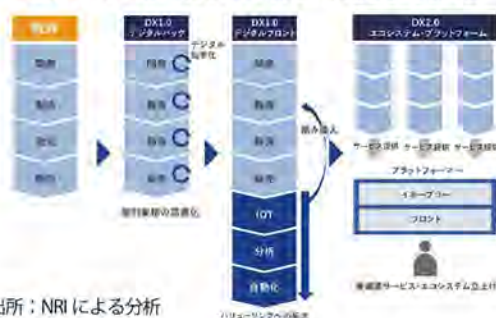
DX については、政府や企業が様々な定義を発表しておりますが、NRI が考える DX の定義をご紹介します。NRI には様々な業界や業務プロセスに精通した経営コンサルタントや IT ソリューションに関する経験・ノウハウを有するシステムエンジニア多数在籍しており、様々な形態の DX 支援を行っています。NRI では DX には DX1.0 デジタルバック、DX1.0 デジタルフロント、DX2.0 の 3 つのカテゴリーがあると考えています。それぞれの定義について簡単に説明します。

● **DX1.0 デジタルバック**・・・既存業務の効率化。例えば、オフィス業務の自動化、生産設備の予防保全を基にした稼働率の向上等、開発、製造、物流、販売など様々な業務における最適化・効率化を含みます。

● **DX1.0 デジタルフロント**・・・事業や経営の流れ全体にかかわる課題解決。例えば、IoT（物のインターネット化）等のデジタル技術駆使して製品 / サービス販売後の利用状況に関する情報を取得・分析等することで、顧客の新たなニーズを把握し付加価値のある提案を行うことが挙げられます。また、当該取得情報・分析結果に基づき、既存のプロセスを変更することも考えられます。

● **DX2.0**・・・企業の枠を超えたプラットフォームとしての価値の提供。例えば、顧客の真の目的を実現するために、必要に応じて複数の企業・組織間で協調して様々な製品やサービスを統合して提供することです。

図 1：NRI が考える DX のフェーズおよびその内容



出所：NRI による分析

■ DX 施策の事例

より具体的に DX の内容をお伝えできるよう考えられる具体的な取り組みをご紹介します。

● **DX1.0 デジタルバック**・・・以下図 2 に記載している業務効率化や、特にフィリピンにおいては、BPO において電話・メールで受けていた問い合わせ対応をチャットボット（AI を用いた自動会話プログラム）を利用して機械で対応する等の取り組みもあてはまります。

● **DX1.0 デジタルフロント**・・・以下図 2 に記載している顧客に対する CRM（顧客関係管理）等に加え、新型コロナウイルスの影響で対面での顧客対応が難しいなかで顧客との関係性を維持する様々なアフターサービスの施策もこのカテゴリーに含まれます。また、フィリピンではユニオンバンクが UBX というフィンテック企業を設立し、既存の銀行サービスとデジタル技術を掛け合わせた新たな高付加価値サービスの提供を行っている事例があります。

● **DX2.0**・・・複数の企業・組織間で協調したプラットフォームの構築が考えられ、例えば、Instagram や Facebook などのソーシャルメディアと e コマース（電子商取引）を組み合わせる行販促進等が考えられます。また、より身近な事例では、Grab（自動車配車アプリ）が、同社のプラットフォームにおいて、当初の事業である自動車配車サービスの枠組みを超えて、様々な企業 / 組織を巻き込みながら食事配達、配送等のサービスを開始しています。

図 2：DX のフェーズにおいて考えられる施策例



多様な業種においてデジタル化の流れが加速し、また、デジタル化のニーズが高まっていることを踏まえると、業種を問わず様々な企業・組織において DX 活動を促進することが推奨されます。上記で記載した施策例のうち各社 / 組織において適用できる内容もあるのではないのでしょうか。実際に多くの企業で DX 活動は行われています。例えば、デジタル技術を用いた既存業務の効率化（DX1.0）等については程度の差はあれ業種を問わず多くの企業で既に行われています。今後大切なことは、既に行われているデジタル化の取り組みを DX1.0 から DX2.0 へと進めて、社会のデジタル化の波に乗り遅れず競争力を維持・発展させることです。NRI では、社会や企業が DX を通じて「変化が激しい時代の未来を切り開く」支援をしています。

新型コロナウイルスの影響によりコスト削減に関する相談が最近増えております。コスト削減の一環として「報酬体系の見直し」や「職務遂行ができていない低パフォーマンスへの対応」についてのご相談がありましたらお気軽にどうぞ。

● **本リサーチおよびコンサルに関するお問合せはこちらへ**

Nomura Research Institute
Singapore Pte. Ltd Manila Branch

26th Fl., Yuchengco Tower, RBC Plaza 6819
Ayala cor Sen. Gil J. Puyat Avenues, 1200 Makati

✉ nrimanila-inquiry@nri.co.jp

あらゆる「常識」が変わっていく

さあ、New Normalを始めよう

Presented By KDDI Philippines



デザイン
施工



IT環境
構築



BCP



Smart
Office

新しい物件探しから、
設計/デザイン/施工/
プロジェクト管理
含めてトータル全ポート。
日本品質のオフィス内装を
ご提供します

オフィスだけではなく
工場LANまで。
高品質なIT環境と、
クラウドやIoT、RPAなど
最新テクノロジーを
ご提供します。

サテライトオフィスのご紹介、
Web会議システムや個人用
PC手配など
テレワークに必要な環境、
BCPサービス
ご提供します。

オフィスにIoTのような
最新テクノロジーを
融合させ、省エネで
低コストな新しいワーク
スタイルの環境を
ご提供します。



【お問い合わせ先】

Address : 25th Floor Rufino Pacific Tower 6784 Ayala Avenue cor. V.A Rufino Street, Makati City

E-mail : sales@kddi.ph

URL : <https://ph.kddi.com>



おかげさまで、私たちRCBCは創立60周年を迎えることができました。

1960年の設立以来、私たちがここまで歩んできたのは、ひとえに、お客様、皆様がたの長年にわたるご愛顧の賜物であり、心より感謝申し上げます。

従業員一丸となって、引き続き質の高い商品・サービスの提供に努めて参ります。

皆様には、今後ともより一層のご支援、ご愛顧を賜りますよう、心からお願い申し上げます。



RCBCは近年以下の表彰を受けています。

ASSET ASIAN AWARDS 2019:

- ・再生可能エネルギー案件に関する受賞 (BIM再生可能エネルギー案件)
- ・PPP案件に関する受賞 (MPCALA社に関する案件)
- ・交通案件に関する受賞 (セブ・コルドバ高速道路に関する案件)

ASIAN BANKING AND FINANCE CORPORATE AND INVESTMENT BANKING AWARDS 2019:

- ・シンジケートローン案件に関する受賞 (セブ・コルドバ高速道路に関する案件)
- ・M&A案件に関する受賞 (IPEOPLEとAC EDUCATIONに関する案件)

INVESTMENT HOUSE ASSOCIATION OF THE PHILIPPINES:

- ・2019年間最優秀プロジェクトファイナンス金融機関: RCBCキャピタル
- ・2019年間最優秀プロジェクトファイナンス案件: RCBCキャピタル社によるMPCALA社案件
- ・2019年間最優秀案件: RCBCキャピタル社によるセブ・コルドバ高速道路案件

Rizal Commercial Banking Corporation (RCBC) is regulated by the Bangko Sentral ng Pilipinas (BSP). For Inquiries, please visit our nearest branch, call RCBC Customer Care at (02) 8877-7222 or the BSP Financial Consumer Protection Department at (02) 8708-7087. Deposits are insured by PDIC up to P500,000 per depositor.



物件を売却したい方！ 買いたい方を探します！



- ▶不動産物件を売りたい方、または探したい方のお手伝い
- ▶不動産購入の無料相談実施中
- ▶店舗仲介も実施中

お気軽にご連絡ください。



Unit UG21 Cityland Pasong Tamo Tower Inc. Makati City Philippines
TEL: 02-7752-1733/
0967-213-5285(Globe)/
0917-174-4361(Globe)
MAIL: jnp-real-estate@billionaire-club.jp

ベッド&ゴー
BED&GO
SERVICE STATION
400 VGP Center, 6772 Ayala Avenue, Makati City, PHILIPPINES 1226

+63-2-856-7764
0998-556-5887(石橋)
info.bedandgo8888@gmail.com

2020 SEP

コンドミニアムの賃貸・売買・管理なら私達にお任せ下さい。

物件貸出
不動産を買いたいオーナー様にテナント様を紹介。

物件探し
不動産を借りりたい方に希望の物件をご紹介します。

物件改装
不動産を買いたい方にプロのインテリアコーディネート。

物件販売
売買希望のオーナー様にバイヤー様をご紹介します。

物件管理
オーナー様の物件管理。民泊運用代行。

ベッド&ゴーは、おもてなしの心でサービスをご提供いたします。

MAP マカティ C-3

アジア進出、事業拡大、起業をお考えのみなさまへ

日系レンタルオフィス CROSSCOOP

即入居可

GT Tower 23階
3~30名用個室

- 高速インターネット
煩わしい手続きは一切必要なし
- コミュニティ
入居企業様同士による情報交換や相互協力体制を促進
- 会社登記
入居企業様の会社登記手続き代行サービス
駐在員事務所、現地法人ともに登記可能です
- 日本人スタッフ常駐
どんなことでも親身に相談にのります



INCUBATION OFFICE
CROSS COOP
Where you meet Asia's entrepreneurs,
Chances, and Success!

CROSSCOOP MANILA

GT Tower International 23F, 6813 Ayala Avenue (corner HV Dela Costa), 1227 Makati City, Philippines

Tel: +63-2-8464-7100 (担当: 南木)

Email: crc-ph@crosscoop.com Website: https://crosscoop.com/

CROSS COOPの
南木と申します。
よろしくお願いします！



Leopalace21 2号店オープン!

Serviced Office Manila

日系最大
コワーキングスペース
レンタルオフィス

GRAND OPEN

好条件!

コワーキングスペース

1ヶ月P5,000~(24時間)利用可能!

- ✓ 1日P550
- ✓ 1日のご利用からも可能
- ✓ 24時間365日エアコン稼働
- ✓ 高速インターネット
- ✓ コーヒー、ウォーターサーバー利用
- ✓ 鍵付きロッカー利用可能

レンタルオフィス

- ✓ 個室利用 24時間365日
- ✓ 1名から36名様用のお部屋が49部屋ご用意
- ✓ バリエーション豊かなお部屋が1ヶ月~利用可能
- ✓ アヤラアベニュー沿いの便利な立地
- ✓ レンタル会議室 1時間P1,000(10名)
- ✓ レンタル会議室の連結で最大収容人数20名



Leopalace21
LEOPALACE21 PHILIPPINES INC



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

+63-2-8801-3417

日本でもお気軽にお問い合わせください(担当: 高橋マナミ/日本)
0915-278-5090 / 0917-818-4632



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

fabbit

ビジネスセミナーイベント毎月開催中!

フィリピンでのビジネスに直結する交流会、ビジネスセミナーを開催しています。

レンタルオフィス コワーキングスペース

・ファビットカンファレンス

毎月上場企業社長セミナーや注目のビジネステーマに即したセッションイベントを行っています。

詳細や今後のスケジュールは下記までお問い合わせください。

参加費
無料

fabbit Philippines Inc.

26th Floor, Twenty-Four Seven McKinley, 24th Street corner 7th Avenue, Bonifacio Global City, Taguig

詳しくは、お電話・メールにて、日本語でお気軽にお問合せください。

TEL: 代表 **02-8864-4100 / 0917-306-1809** 日本語専用 **02-7618-0928**

✉ **info@fabbit.com.ph**



MAP マカティ



フィリピン最大手建設会社 信頼と実績のDMCI HOMES

DMCI Homesは創業60年以上のフィリピン最大手の建築会社DMCIグループを母体とした、フィリピンを代表するコンドミニウム開発会社（ディベロッパー）です。

DMCIグループが建築会社として培ってきたノウハウは、住居だけでなく、有名ホテル、商業施設、高速道路スカイウェイやブルネイ王国の宮殿の建築を担うほどまでに世界的な評価を受けています。

DMCI Homesは不動産開発会社としてフィリピン国内最高位ライセンスAAAA（クアドラブルA）に国内で初めて認定され、海外での国際入札に対応出来るようになりました。

DMCI HOMESの強み

- 頭金なしで月々3万円から購入可能
- お問い合わせ、物件内覧、契約手続き全てを日本人スタッフが対応
- 賃貸管理部門が社内併設で安心
- 入居率が高いDMCI HOMESは資産運用・投資にも最適
- リタイアメントビザ取得のお手伝いもさせていただきます



ブライマーにインタビュー記事をお願いいたしました。ブライマー、DMCI、動画を掲載してください

DMCI Homes特選物件

ALLEGRA GARDEN (アレグラガーデン)

場所: パシグ市

特徴: 57階建高層タワー、室内バスケットコート完備、BGCや空港へのアクセス良好、LRT4の最寄駅が完成予定。

完成: 2024年7月 (建設中)

部屋タイプ: 1BR, 2BR

広さ: 36sqm, 57sqm (バルコニー 込み)

価格: 4,783,000ペソ (1,053万円) 1BR

価格: 7,552,000ペソ (1,662万円) 2BR

※各種割引、支払方法有



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

マーケティングパートナー募集中。
詳細お問い合わせください。

DMCI HOMESの中矢と申します!
お気軽にご連絡ください!



日本のようなRISEインターネット

安定した高速インターネットでお客様のビジネス拡大のお役に立ちます

シェア回線 SMEプラン

小規模オフィスやバックアップにオススメ!



up to
50 Mbps

月額 10,000PHP

速さは最大50Mbps! 混雑時も5Mbps保証!

専用線 定速ENTERPRISEプランもご紹介します

CONTACT US 日本人スタッフがサポートいたします。

✉ sato.kotsuchi@rise.ph 高土 日本語&English OK!

ご希望のビルやエリアをお調べいたします。是非お問い合わせください。

常に速い

安定した接続を維持する様、冗長性のあるネットワークを構築しています。エンジニアが監視するネットワーク状況は、お客様もWEB上でいつでも確認頂けます。

光ファイバー

光回線を利用し、安定した高速インターネットをお届けします
アップロードもダウンロードも双方向でスピードを保証します。

迅速なサービス

接続に関するお困り事やご質問は、直接エンジニアにご連絡頂けます。ご安心頂ける様WEB上で返信時間を開示し、数時間・数日もお待たせすることはありません。

TRUSTED BY



その他多くの企業様にご利用頂いております。



フィリピンでの
お仕事探しなら、
当社へ
ご相談下さい



Unit 2402, 24th/Floor, 139, Corporate Center
Valero Street, Salcedo Village, Makati City 1227
☎02-8893-8815 日本人担当: 田中
E-mail: jph@sagass.com Web: www.sagass.com.ph

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



- 今晚のおかず
- 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
もあるので要見です!!

プライマー コラム 検索

人材紹介はジョンクレメンツ ジャパンデスクにお任せください!

JC John Clements
Your Partner for Life.

PERSOL
PHILIPPINES

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

企業向け人材紹介サービス

1

100万人以上の
データベース

2

40年以上の
実績

3

W
スクリーニング

4

日本人採用
転職サイト **doda**
無料広告掲載

ワンストップサービス

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

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

お仕事を探している方へ

丁寧なカウンセリングでご希望に合ったお仕事探しをサポート

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

こんな方からの
ご連絡
お待ちしております!



日本で就労しながら転職成功

● 海外営業の経験を積みたい ● 日本では営業経験
7年経験 ● 給与はこだわらずまずは英語のスキル、マネジメント力
男性30代 をつけたい ● キャリアアップを目指し転職

転職
成功
事例

▶ 商社企業にて営業職内定!ご努力の甲斐あり2年後に
本社採用決定!

採用人事をさらに増やし、人材採用をサポート!

John Clements. Recruitment, Inc.
PERSOL PHILIPPINES JAPAN DESK

(パーソルホールディングス【PERSOL】パートナー企業)

[代表責任者]

0917-828-5134 (田淵) tabuchi@johnclements.com

[工業団地エリア担当]

0917-818-9054 (宮田) miyata@johnclements.com

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



採用するなら、内田クレペリン検査で 適性を事前にチェック!

人事担当者の心強い味方!!

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

★新サービス★

簡易判定:

P800/1人 +12%VAT

結果提示方法: エクセルデータ

最も実績あるご利用方法の「採用」において、簡易判定でも判定が可能です。

Uchida-Kraepelin
PERFORMANCE TEST

標準判定:

定価P1,200/1人 (+12%VAT)

結果:個人2枚、グループ5枚、エクセルデータ1つ
詳細の判定が可能な「標準判定」です。

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



内尾(UCHIO) 中津(NAKATSU) 浅野(ASANO)



フィリピンでの実施は
「One World Human Resources Development INC.」まで!

担当: 中津 0917-118-9300 / 浅野 0917-842-9569

✉ info@one-world-hrd.com ① one-world-hrd.com

Room207, Elements Building, 560 Quezon Avenue, Brgy. Talon, Quezon City



MAP オルティガス O-5

POEAから日本向けの技能実習生送り出し機関として認定を受けました



フィリピンで30年以上の実績と経験から人材をサポート

比国内向け派遣業務 (DOLE LICENSE No.NCR-PFO-7491-110413-120) **NOSPHIL CONSULTANCY AND MANPOWER SERVICES INC**

- フィリピン国内の建設プロジェクト向け技術者、現場監督、アドミ要員、ワーカーの派遣
- 女性オフィススタッフの派遣(経理・人事・総務・秘書・エンジニア等...派遣社員ベース)

Tel: +63-2-8687-1978 Fax: +63-2-8687-1979 URL: www.nosphil.com.ph

日本向け派遣業務 (POEA LICENSE No.153-LB-080118-R) **PHILNOS CORPORATION**

- 建設プロジェクト向け技術者、現場監督、アドミ要員、ワーカーの派遣
- IT技術者、英語教師、技能実習生の派遣

その他海外向け派遣業務

- 建設プロジェクト向け技術者、現場監督、アドミ要員、ワーカーの派遣

海外向け派遣 Tel: +63-2-8638-9499/9498 Fax: +63-2-8687-1979 URL: www.philnos.com.ph



フィリピン人の人材派遣専門会社

英語に堪能なフィリピン人スタッフの派遣は当社にお任せください

日本人担当: 角田までご連絡ください。

E-mail: y.tsunoda@nosco.co.jp

3F OAC BUILDING, 27 SAN MIGUEL AVENUE, ORTIGAS CENTER, PASIG CITY

NOSPHIL CONSULTANCY AND MANPOWER SERVICES INC.

フィリピンでの人材採用なら、Reeracoen Philippines 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!



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。



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



フィリピンにお
ける労働支援に
貢献したとして、
マカティ市から
表彰されました。

Certificate of
Appreciation



まずはお気軽にご相談くださいませ
日本語・英語 対応可能

0945-502-7653 (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
【新求人毎日更新中!
自社HPをご覧ください!】



AKISAは、
さまざまなご家庭に対応ぴったりの家政
婦さんを派遣するエージェントです。



- ✓ 安心料金で、質の高い家政婦さんをご紹介します。
- ✓ 当社は、家政婦さんへのトレーニングを無料で提供している、メトロマニラでは唯一のエージェントです。
- ✓ 当社は、ハウスキーピングの技術だけでなく、心構えも徹底して教育しています。
- ✓ FDA認証CoVid検査 無料。

仲介手数料はP13,000です(6か月契約)

TEL. (02) 7752-442 / 0915-268-4250 (GLOBE) 0998-398-0139 (SMART)

✉ akisaemployment1@gmail.com f akisaemploymentagency

2F 1850-B M. Natividad St. Sta. Cruz, Manila DOLE License: M-19-00-084



フィリピンで親睦を深めよう! 日本人コミュニティーリスト

同窓会

- ▶ **関西学院同窓会マニラ支部弦月会** 関西学院大学
☎0917-804-4834(小林)
- ▶ **マニラ関大会** 関西大学
✉manila.kandaikai@gmail.com(山本)
- ▶ **拓殖大学学友会フィリピン支部** 拓殖大学
☎0917-856-1705(峠崎)
- ▶ **東京外語会マニラ支部** 東京外国語大学
☎0917-373-2243(中原)
- ▶ **フィリピン不老会** 名古屋大学
☎0917-854-3504(鈴木)
- ▶ **マニラクローバー会** 同志社大学・同志社女子大学
☎0918-916-1439(小川)
- ▶ **マニラ紫紺会** 明治大学
☎0927-791-5516(中村)・0917-598-3836(金光)
- ▶ **マニラ稲門会** 早稲田大学
✉hishikawa@pgasompo.com(石川)
- ▶ **マニラ三田会** 慶應義塾大学
☎0917-834-8920(山田)
- ▶ **マニラ桜友会** 学習院大学/女子大学/高等科/他
☎ouyukai.manila@gmail.com(後藤)
- ▶ **マニラ校友会** 立命館大学/立命館アジア太平洋大学
☎+63-917-866-2248 /
✉hirata@ph.hh-express.com(平田)
- ▶ **フィリピン待兼会** 大阪大学 ☎0920-970-5964(高村)
- ▶ **マニラ白門会** 中央大学 ☎0998-967-6687(高橋)
- ▶ **マニラ九大OB会** 九州大学
✉nishimoto-k@intl.taisei.co.jp(西本)
- ▶ **青山学院校友会マニラ支部** 青山学院大学
✉nagai_mkk@yahoo.co.jp(永井)
- ▶ **神戸大学同窓会** 神戸大学 ☎0917-848-3341(谷本)、
0977-824-2811/asiakira@gmail.com(後藤)

- ▶ **マニラ顕桜会** 日本大学 ☎0917-188-0157(町田)
- ▶ **フィリピン濃青会** 京都大学 ☎0947-575-7401
✉h.kano@glv.ne.jp(叶)
- ▶ **マニラ立教会** 立教大学 ☎092-8508-0466(秋元)
- ▶ **マニラ若葉会** 筑波大学附属駒場高等学校附
✉kkohmi@gmail.com(大見)
- ▶ **咲耶会マニラ支部** 旧大阪外国語大学・大阪大学外国語学部
✉tsukiyotenmatay@gmail.com(テンマタイ)
- ▶ **法政大学フィリピン交友会** 法政大学
☎09171835224(小山田)

日本人会リスト

- ▶ **マニラ日本人会** ☎(+632)8810-7909
- ▶ **北ルソン日本人会** ☎074-442-4708
- ▶ **フィリピン沖縄県人会** ☎(02)8421-6147
- ▶ **マニラ静岡県人会** ☎0918-889-6744
- ▶ **マニラ長崎の会** tabata_m.ph@jtbap.com(田端)
- ▶ **マニラ岐阜県人会** ☎0998-597-6590(石田)
- ▶ **信濃の國の会** ✉nakahara1117@gmail.com(中原)
- ▶ **大阪府民会** osakafumin.ph@gmail.com
- ▶ **茨城県人会** ☎0915-356-2929
✉matsumoto.teruyoshi_j01@joyobank.co.jp(松本)
- ▶ **マニラ福岡県人会** ☎0917-805-6672(藤本)
- ▶ **マニラ福井県人会** ✉manila_fukui@outlook.com(三宅)

その他

- ▶ **マニラ猛虎会** ☎0908-868-2501(会長:太田)
- ▶ **マニラ昇竜会** 中日ドラゴンズ
☎0920-467-5621(石井)
- ▶ **マニラ日本人会診療所** ☎(02)8818-0880
- ▶ **Little Japan** (フィリピン人と交流しています)
☎www.meetup.com/Little-Jap-in-Manila/
- ▶ **フィリピン日本人ビジネス協同組合** http://jbaph.com

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



J-KNetworkはフィリピンを代表する人材紹介会社です!

J-K Network

Recruitment Services and Consultancy Inc.,

仕事を提供し、人生を変える。

5,000

を超えるバイリンガルジョブの提供実績があります。

J-K Networkには、下記の言語や国籍のバイリンガルがいます。

日本語、韓国語、マンダリン (中国語)、タイ語、スペイン語、ドイツ語、その他アジア、ヨーロッパやスカンジナビアの言語話者や国籍のアフリカン

70名を超えるリクルーターが御社の採用活動をサポートいたします。

J-K Networkは毎日午前8:00から深夜12時まで営業しております。(土日、祝日も営業しております)

連絡方法:

メール: jkmktg@jknetwork-jobs.com

電話番号: 8245-2829 | 09178139678

企業専用ウェブページ: <https://jknetwork-jobs.com/forClients>

J-K Networkには、100を超える

月収P70,000からP200,000までのバイリンガルの求人案件があります。

皆様のお仕事探しのサポートをしますので、日本語履歴書、職務経歴書、英文履歴書を下記のメールアドレスまで送ってください。

jkmktg@jknetwork-e.com

または、まずは下記の電話番号までお電話ください。

電話番号: 8245-2829 | 09369734028

詳細な求人情報は求職者様用ページ: <http://jknetwork-jobs.com/>でご覧いただけます。

J-K Networkでお仕事をゲットすると人気のオリジナルパーカーをプレゼントいたします!



こんにちは。ギミ
ーです! 仕事をあ
げます!



あたらしいJ-Kファミ
リーのメンバーです!



いつでも好きな時に過去のコラムをご覧ください



WEBでしか読めない特別な記事バージョンもあるので要見です!!



プライマー コラム

検索

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

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



LUZON

ILOCOS
1 hour
BAGUIO
6 hour
MANILA

バス・車で移動
飛行機で移動

VISAYAS

1 hour
LEGAZPI
1 hour
LEYTE
1.5 hours
CEBU
1.5 hours
2 hours
DAVAO

MINDANAO

Philippines



Intramuros / Roxas Boulevard

イントラムロス/ロハス・ブルバード

旅行者の目を楽しませる
スペイン情趣あふれる街並み

Malate

マラテ Map ④

マニラ湾沿いに広がる地域で、
飲食店やホテルも多く
観光客に人気のスポット。



Pasay

パサイ Map ⑤

ニノイ・アキノ国際空港があるこの街には、
通称MOAと呼ばれるアジア最大級の
大きさを誇るショッピングモールが有名。



Entertainment City

エンターテインメント・シティ

カジノを中心としたリゾート施設が立ち並ぶ。



Makati

マカティ Map ①

高層ビルが立ち並ぶ
フィリピン随一の近代エリア。
買い物天国として有名!
洒落たカフェやレストランも多い。

Caloocan City (North)



Quezon City

ケソン・シティ Map ⑦

元首都の面影を残す、
歴史とエンターテインメントの街

Eastwood

イーストウッド

音楽を楽しみながら
飲み明かすならココ!
近代的総合コミュニティ



Greenhills

グリーンヒルズ

掘り出し物をもとめる
地元客で連日大賑わい!
賢く使いたい
おすすめスポット



Ortigas

オルティガス Map ③

マカティに次ぐビジネスセンター。
駅前のメガモールには
韓国・日本人留学生が集まる

Bonifacio Global City

ビージーシー Map ②

欧米系の駐在員家族や
地元のハイエンドな方々を
ターゲットにした高級感溢れるエリア



Alabang

アラバン Map ⑥

ゆったりとした時間が流れる
メトロマニラ西の高級ベッタウン

Muntinlupa City

Las Piñas City

Parañaque City

Taguig City

Pateros City

Pasig City

San Juan City

Manila City

Caloocan City

Malabon City

Valenzuela City

Navotas City

HOT TOPICS in Manila

いまなら法人向けインターネット回線契約で
2ヶ月分無料をゲット!

RISE ライズ

日本と同等のインターネット回線速度を提供するRISE。
フィリピンのインターネットは遅く不安定なことも多いですが、RISEでは光回線を使っているため、インターネットスピードが速く安定しています。このRISEが今、お得なキャンペーン中!!!
キャンペーン期間に契約するとプラス2ヶ月分が無料でついてきます!どのプランも対象となっています。
その他キャンペーンも同時開催中!詳細やキャンペーン期間についてはお問い合わせください。

☎ +63 995 614 8196 (高士)
✉ sato.kotsuchi@rise.ph
🌐 https://rise.ph/jp

RISE
Get your business
back on track with the
RISE promos
FOR A LIMITED TIME ONLY

RISE

コミュニティ隔離措置期間も
上質な寿司と刺身を堪能できる!

Seryna 瀬里奈 (セリナ)

日本人駐在員や日本食好きなフィリピン人の御用達の日本食レストランとして有名なリトル東京の「瀬里奈」。いつも新鮮で上質な寿司や刺身が食べられることで人気ですが、このコミュニティ隔離措置の期間もテイクアウトメニューを展開。寿司・刺身はもちろんお弁当から焼き物のアラカルトまで様々なメニューを提供しています。瀬里奈のインスタグラムでは実際に提供されている料理の画像とメニュー画像が掲載されているので、オーダーする際にはぜひご参考ください。

瀬里奈インスタグラム: www.instagram.com/serynaph

住所: 2277 Little Tokyo Complex, Fernando St.
Chino Rocas Ave, Makati
営業時間: 11 AM - 7 PM (MECQ: 8/18迄)
☎: 8894 3855 | 0916 514 2355



新鮮な魚介がたっぷりの色鮮やかなチラシ



単品での注文も可能、画像は炙りしめ鯖

ご自宅で
あの名店のステーキを楽しめます!

La Cabrera ラ・カブレラ

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位を獲得したマニラで人気のステーキ屋さん「ラ・カブレラ」。地元シェフが、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、いまデリバリー・テイクアウトでもこの名店の味を堪能できます。おすすめはGrill Ready Frozen Steaks (調理前の冷凍ステーキ)、OJO DE BIFE 500g (Rib Eye) P3,245 (無料サイドディッシュが4点付き)。調理済のステーキやパスタ、サンドウィッチなども。デリバリーは、P250ペソ、toll feeは別チャージ。デリバリーの場合はBDOへの振込。

営業時間: 8:00-17:00 (オーダー受付時間)
連絡先: 0905-290-0703 / 0967-236-7940 / 02-8833 8946
住所: 6750 Building Ayala Business Tower,
Glorietta Complex, Ayala Ave, Makati



Grill Ready Frozen Steaks (調理前の冷凍ステーキ)

有名スパニッシュ料理を
デリバリーで味わおう!

Tapella タペラ

マカティ・グリーンベルトにあるスパニッシュレストランのTapella。フィリピンでも指折りのステーキ店と名高いこのスパニッシュレストランが8月からテイクアウトサービスを始めました!デリバリーは宅配アプリを使用 (Grabやlalamove, Mr.Speedy, My Kuyaなどで手配可能。) お薦めは、シーフードバリエア P1200 (4~6人前)、Beef Salpicado P1150 (4~6人前) Garlic Sauteed Shrimps P600 (4~6人前) 支払いはGCashやBPIなど他クレジットカードで対応。

営業時間: 10:00 - 18:00 (火~日曜)
連絡先: 0917-712-4546
住所: G/F Greenbelt5, Makati



シーフードバリエア



Beef Salpicado

在外選挙の 制度と手続 について

大使館で登録申請を行う
場合には、来館予約が必要
です。電話で来館予約を
お取りください。

在外選挙登録資格

- 1 満18歳以上で
- 2 日本国籍を持っていて
- 3 海外に3か月以上お住まいの方 (出国時登録申請を除く)

同居家族による 代理申請もできます。

申請者の上記書類と署名入り在外選挙人名簿登録申請書と申出書。代理の方の旅券を御用意ください。

※申請書と申出書は領事窓口または総務省のホームページから入手できます。

詳しくは、在フィリピン日本国大使館 TEL: 02-8834-7508 在ダバオ日本国総領事館 TEL: 082-221-3100 在セブ領事事務所 TEL: 032-231-7321, 7322 または 外務省 在外選挙 検索 まで。
Mail: ryoji@ma.mofa.go.jp Mail: cojd2@ma.mofa.go.jp Mail: cebucoj@ma.mofa.go.jp

登録・投票は簡単です

必要書類を準備し
申請書に記入、大使館、
総領事館窓口で登録申請

3か月後に大使館
などから住所確認の
連絡を受ける

選挙人証の受取

用意する物

- ・旅券
- ・申請書
- ・居住している事を証明できる書類 (在留届を提出済の方は不要です。)

大使館

電話又は来書

選挙人証

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

在外投票は次の3つの方法から選択できます

在外公館投票

直接
投票

直接日本大使館・総領事館
(領事事務所) に向いて
投票する方法。

郵便等投票

郵送
投票

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

日本国内で投票

国内
投票

一時帰国した方や帰国直前で入
国届を提出して3か月未満の方は、
日本国内でも投票できます。

1. 平成22年5月に憲法改正国民投票法が施行されました。在外選挙人証をお持ちの方は国民投票にも投票できます。
2. 平成30年6月から出国時登録申請が始まりました。国外転出する際に市区町村の窓口で申請できます。

フィリピンでも 選ばれています。

日経電子版 Pro



チームの生産性・成果を向上させる 法人向け専用サービスが充実！

ワンクリックで英文！便利な翻訳機能

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



記事
自動翻訳
機能



より深いビジネス情報をお手元に

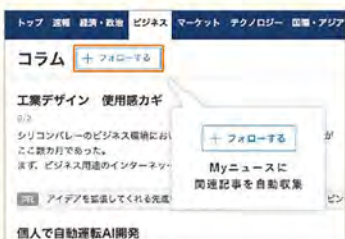
専門紙・日経産業新聞、日経MJ、日経ヴェリタスの記事も自動収集。
さらにきめ細かく、効率的にビジネス情報のチェックを行えます！



日経ヴェリタス

フォロー機能で記事を自動収集

気になる企業・業界・トピック・コラム・キーワードを登録しておくと、その企業・業界に関する記事を自動収集します。自社や取引先の最新情報を見逃しません。



記事保存&検索で効率的に情報収集

気になった記事は保存して、後から読み返すことができます。
また、過去の記事を検索することができるので、求めている情報に効率的にアクセスすることができます。



個人契約ではカバーしていない機能・コンテンツを網羅！営業・広報・人事等、様々な部署で活用いただけます！

日経電子版 Pro

基本料金(月額) HK\$500(1ライセンス)
※1ライセンスにつき1名様をサービス利用者として登録できます。

複数名でのご利用は
ご相談ください

キャンペーンコード
PHPR

詳細は日経中国社までお問い合わせください。

NIKKEI

日経中国(香港)社 NIKKEI CHINA(HONG KONG)LTD.
6/F Nan Fung Tower, 88 Connaught Road Central, Hong Kong
TEL:852-2598-1771 FAX:852-2845-7768
E-mail:nikkei@nikkei.com.hk (日本語)(中国語)(英語)

お問い合わせ

www.nikkeiasia.com/enquiry/form





Your Partner in Shuttling

We make moving people easy, safe, and comfortable. Our extensive product range is well-suited for the daily transport of frontliners, clients, and personnel.



CANTER

Passenger Van



ROSA

Light Bus



CANTER COMMUTE

Class II Modern PUV



CANTER EXPRESS

Class III Modern PUV

Get in touch with our FUSO authorized dealers nationwide:

Best Southern Genesis Motors, Inc. FUSO Kawit
(02) 519 4516

Carworld FUSO Pampanga, Inc.
(045) 649 4836

Diamond Motor Corporation - FUSO Quezon Ave.
(02) 243 0661

Fast Autoworld Philippines Corp.- Fuso Mactan
(+63) 998 999 7881

METRO MANILA Citimotors - Las Pinas (02) 875 1704, Makati (02) 892 0331, Alabang (02) 659 0118; Diamond Motor - Greenhills (02) 727 0353, Marcos Highway (02) 645 4801, Quezon Ave. (02) 372 3901, Valle Verde (02) 671 9590, Fairview (02) 930 0274; Peak Motors Philippines - Jose Abad Santos, Manila (02) 708 2968, Manila Bay (02) 846 4565; Union Motor - Kalookan (02) 563 8461, Paco (02) 563 5686 LUZON Alpine Motors - Carmona (046) 404 6902; Best Southern Genesis Motors - Kawit (02) 519 4516, Calamba (02) 861 0730; Caleb Motor - Pili, Camarines Sur (054) 871 5125; Carworld - Malolos (044) 791 2405, Marilao (044) 711 2895, San Fernando, Pampanga (045) 963 1111, Subic (047) 250 0808, Tarlac (045) 982 5551; Evolander Motor - Taytay (02) 470 0777; Freeway Motor Sales of Baliuag (044) 766 4235; Freeway Motor Sales of Cabanatuan (044) 463 1391, Isabela (078) 682 8401, Tuguegarao (078) 377 1461; Jabez Baco Motor (046) 435 8183, Dasmariñas (046) 416 5968; Maximotors - Palawan (048) 433 0209; Motorplaza - Baguio (074) 300 3571, Calasiao, Pangasinan (075) 523 7163, La Union (072) 700 3835, Urdaneta, Pangasinan (075) 568 3312; SFM Sales - Lipa (043) 756 5522, San Pablo (049) 562 0690 VISAYAS Avescor Motors - Bacolod (034) 433 5088, Iloilo (033) 337 4455, Roxas (036) 621 1676; Fast Autoworld Philippines - Cebu South (032) 261 7355, Dumaguete (035) 419 9194, Tacloban (053) 325 3876, Tagbilaran (038) 412 2661, Mandaue (032) 345 1233, Ormoc (053) 560 8124 MINDANAO Fast Autoworld Philippines - Butuan (085) 341 1162, Cagayan de Oro (088) 323 2768, Ozamiz (088) 521 2351; Kar Asia - Bajada (082) 222 1111, Tagum (084) 308 0396; Mindanao Integrated Commercial Enterprises Inc. - Gen. Santos (083) 302 0586; Zamboanga Motors (062) 991 2199

For PLDT landline nos., dial the prefix number 8 first; for Globe landline nos., dial the prefix number 7 first.