



フィリピンでゴルフ! なるほど!フィリピンのBPO産業

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!



在留邦人、日系人の皆さま

ぜひご利用ください!!

RT-PCR検査 無料実施!

2021
8/1~11/30



マニラ日本人会

The Japanese Association, Manila, Inc.



フィリピン日本人商工会議所

The Japanese Chamber of Commerce and Industry of the Philippines, Inc.

海外在留邦人・日系人の生活・ビジネス基盤強化事業

※期間内でも想定数に達した場合は、終了となります。

検査窓口、実施機関



ジャパニーズヘルプデスク

受付時間

月～金(午前9時～午後5時)
土(正午まで) ※日、祝日休み

- ★マカティメディカルセンター(首都圏:マカティ)
- ★セントルークスホスピタルグローバルシティ(首都圏:BGC)
- ★アジアンホスピタルアンドメディカルセンター(首都圏:アラバン)
- ★セブドクターズホスピタル(セブ島:セブ市)
- ★チョンワホスピタルマンダウエ(セブ島:マンダウエ市)
- ★ワンワールドダイアグノスティック(ミンダナオ:ダバオ市)
One world Diagnostic (New World Diagnostics, Qurino : Davao Doctors Hospital 横.)
- ★ノートルダムホスピタル(北ルソン:バギオ市)

step 1 申し込み



ダウンロードができない
環境の方は、メールでの
書類請求も可能です。
メールでご請求ください。

JHD特設ページURL <https://www.j-helpdesk.jp/philippines-pcr>
から必要書類①、②をダウンロードし、ご記入ください!!

お申込、お問合せ
メールにてお気軽に!!
お電話での申込みは
お受けできません。

- ① 無料PCR検査申し込み書
- ② ケース調査フォーム: CIF
- ③ 顔写真のあるパスポートコピー、ACRカード
※日系人の方は、それを証明する書類



①、②に記入後③と併せて下記アドレスへ添付で送信ください!!
jhd-philippines@j-helpdesk

「予約確認票」
を受取り、完了

④ メールにてジャパニーズヘルプデスクからの
「予約確認票」を受信。(検査時にご持参ください。)



step 2 検査実施

検査時に④、⑤持参。

- ④ 予約確認票
- ⑤ 現地住所記載のある
写真付の有効な ID

お申込み時にお伝えする
指定場所でJHDスタッフが
お待ちしております。



step 3 結果受取

お申込み時のご指定方法で
お受け取りいただきます。

※ご帰国のための陰性証明取得の
費用が発生する場合は、個人負担
となります。証明書取付サポートを
JHDへ依頼の場合は、有料となり
ます。お申込時にご相談ください。



お申込みメールは、必ず上記、ステップ1の①、②、③を添付の上送信してください。

メールにて受付中!! jhd-philippines@j-helpdesk.com

電話 02-8817-1289 (JHD 緊急時 24 時間) / 携帯 0917-717-9906 (日本語) / 0917-861-4039 (英語)

《当事業に関するお問い合わせは、上記メールにてお問い合わせください。JHD 各エリアではお受けしていません。》

↓さらに詳しい説明は
こちらから。



Scan QR



Align the QR code with the camera

BDO
pay

BDO

BDO Pay でキャッシュレスでスマートなお支払いを

BDO PayのQR決済で、スマートでキャッシュレスなお支払いができます。
BDO Payをご利用頂ける店舗は日々増えております。
また、BDO Payのアプリでお支払いされる際の割引が 多数ございます。



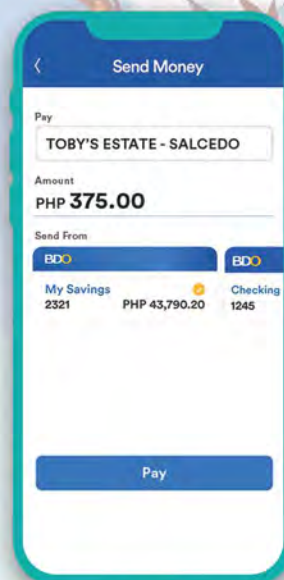
1

“Scan QR”
をタップ



2

BDO Pay
のQRをスキャンする



3

金額を入力して“Pay”
をタップ

BDO Payにお客様ご自身の普通預金口座、当座預金口座、
クレジットカード、ATMデビットカードをリンクし、
お支払い時ごとに「口座から直接」、「カード経由で」お支払いをするかを選択して頂くことができます。



BDO Payアプリのダウ
ンロードはこちらから！



ご登録方法について



Viberの
コミュニティに参加



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。





*The Ultimate in
Deli Shopping Experience*



Wide Selections of Wine





表紙写真提供: Subic International Golf Club, Mike Besa

October/Oktubre 2021 10 Contents

Special Feature

フィリピンでゴルフ 04



- 17 プロ直伝 今晚のおかず まめ知識付 今回の食材
ビール (Beer)
- 20 国際線 主要航路時刻表
- 23 新連載! Go, Grow, and Glow your Health in the Philippines
No.1 コロナ太り解消のためにまず行うべきこと!
- 30 フィリピン経済NEWS
- 32 なるほど! フィリピンのBPO産業

Feature of the Issue

Great things take time" is a philosophy that applies almost in everything, especially in the world of sports such as golf. As one of the most anticipated sports, golf is a game that values patient, focus, and strategy. But behind a series of holes to hit, and strokes to make, is a story that unfolds the beauty of golf as a sports. In this issue, the Philippine Primer brings you closer to the 'game of life' featuring the popular golf courses in the country. We also have insights from Mike Besa, the founder of one of the largest golf-related Facebook groups PinoyGolfer and golf editor of Play It Right and Business Mirror.



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。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。マガジンとあわせてご利用ください。

↓ 最新情報はここから



<https://primer.ph/>

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

■困った時の連絡先(フィリピン国内用)

●大使館・邦人関係機関

在フィリピン日本国大使館.....02-8551-5710
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
邦人援助ホットライン(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(バシグ).....02-8988-1000
アジア・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 705, 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 10月号 Vol.162

(掲載内容は取材時に基づいたもので予告なく変更になる場合があります)



**Philippine Primer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通達のみを行い、それ以上の
対応は出来かねますことも合わせてご了承下さい。

フィリピンでゴルフ

ゴルフ場が豊富なフィリピンは、チャレンジ意欲を掻き立てる難易度の高いコースから、美しい景観を楽しむコースまで様々。会員制のゴルフ場も多いが、会員の同伴でプレーできるところも多いのが嬉しい。今回はフィリピンのゴルフ場を中心に、ゴルフを楽しむための情報をご紹介します！



ゴルフのマナーについて

フィリピンでのゴルフは日本ほど堅苦しくないものの、世界共通のマナーがありきちんと守る必要がある。ゴルフサイトなどを見て勉強したり、詳しい人と一緒にプレーしてマナーを身につけるようにしましょう。

初心者ゴルフナビ

www.golfdigest.co.jp/beginner/basic/manners.asp



右のQRコードをスキャンするとプライマーウェブサイトが開きます



フィリピンのゴルフ場についてMikeさんに聞いてみました！

Mike Besaさんは国内最大級のゴルフグループPinoyGolferの発起人兼管理者にして、プエルトアズールのZamora Championship CourseのChief Marketing Officerも務める。ビジネス情報サイト“Business Mirror”やゴルフ情報サイト“Play It Right”などで数多くのゴルフ記事を執筆。今回はフィリピンゴルフ場の特徴、おすすめのゴルフ場などを聞いてみました！



Mike Besaさん

Q1. フィリピンのゴルフ場の特徴を教えてください

フィリピンの良いゴルフ場は全て会員制です。クラブによっては、旅行者が利用するのが難しいところもあるかもしれませんが、会員でなくてもプレーできるクラブもあります。とても良いパブリックゴルフ場もありますが、数は少ないといった感じです。

Q2. マイクさんのおすすめのゴルフ場3つとその理由を教えてください

カピテのPuerto AzulにあるZamora Championship Courseです。私が経営しているため少々バイアスが入っていますが、このゴルフ場が建設された土地はおそらくフィリピン国内最高のものと言えるでしょう。フロントナインでは原生熱帯雨林、バックナインでは湿地帯と海辺を楽しむことができます。ここまで海の近くでプレーできるコースは国内でも他にないと思います。まだ開発途中ですが、素晴らしいゴルフ場だと思っています。Zamoraとは対照的に山でゴルフを楽しみたいなら、バタンガスのマ

ラヤット山のふもとにあるMount Malarayat Golf and Country Clubがおすすめです。常に最高のコンディションに整備されており、全27ホール、国内でも最も楽しめるコースなのではないでしょうか。最後のおすすめは、北ルソン島のバギオにあるCamp John Hay Golf Club。熱帯気候地帯が多いフィリピンの中では温帯気候になっており、特に10月から3月の間は涼しく、プレーするには気持ちのいい時期です。コース自体は短くは楽しく、ベントグラスのグリーンは硬くて速いです。

Q3. コースとしておもしろい所を3つ教えてください

上記のゴルフ場に加え、バタンガスのCalatagan Golf ClubとLuisita Golf and Country Clubがおすすめです。Calataganは少し遠いですが、1970年にRobert Trent Jones, Jr.氏が作った素敵なコースになっており、行ってみる価値は十分あると思います。Luisitaはターラックにある先祖伝来の会員制ゴルフ場ですが、最近では予約は必須ですが非会員でもプレーすることができるよう

になりました。ここは本当に素晴らしいコースで、アジアでは唯一Robert Trent Jones Sr.がデザインしたコースです。また、同じエリアにあるSubic International Golf Clubはプレー費が少し高額ですが、コンディションは良好で、サービス、クラブハウスの料理はどちらも素晴らしい一言。湿原からBinicticanの峠まで続く楽しいコースになっています。

Q4. 日本人ゴルファーに一言

日本人ゴルファーの方を歓迎します！以前は日本人旅行者の多くがフィリピンへゴルフをプレーしに来てくれていましたが、ここ数年で状況が変わってしまいました。いつかかつての関係を再び作って行けたらと思っています。

全文はウェブサイトでご覧になれます！
右のQRコードから開きます



ゴルフ場紹介

クラブハウスとレストランも!



フィリピンのおすすめゴルフ場をピックアップ!クラブハウスとレストランのおすすめポイントも!

ゴルフ場情報は、
右のQRコードから!
(プライマーウェブ
サイトが開きます)



Canlubang Golf & Country Club

カンルーバン・ゴルフ&カントリークラブ

ラグナにあるカンルーバンは南国らしい景色、広いフェアウェイなどゲストを連れていくにも良いゴルフ場。

コースは北と南それぞれ18ホールの計36ホールあるのが魅力の一つです。北コースは距離が長いホールや難易度の高いホールがあります。6番ショートホールは大きな池越えで、グリーンに届かなければもちろん池ボチャ。南コースの名物ホールは17番谷越えショートホール。正面に大きな木があり、越えたと思ったあたりにも木にひっかかって谷に落ちていくこと多々。

併設のレストランはクラブハウスの2階に位置し、見晴らしが良く、特に北コースの9番と18番グリーンが見下ろせるテラス席は風の通りもよく、ラウンド後の一杯にぴったり。また、カンルーバンの茶屋の定番はマミと呼ばれるフィリピン風ラーメン。

Canlubang Sugar Estate, Canlubang, Laguna ☎049-543-2640 to 2643
●北コース: 18ホール/パー72/6,872ヤード 南コース: 18ホール/パー72/6,795ヤード
●プレイフィー 平日 P1,550/土日祝 P4,050 (要会員同伴)
f cangolfclubhouse



Sta. Elena Golf & Country Club

サンタ・エレナ・ゴルフ&カントリークラブ

ラグナ

施設の充実、行き届いたフェアウェイの管理、またプレイフィーの高さも名門と言えるサンタエレナ。コースは1stナイン、2ndナイン、3rdナインからなる27ホール。どのコースも名門の名に恥じない難しいセッティングで、距離もありグリーン周りのハザードの配置も巧妙で簡単にパーオンをさせてくれるホールがないのが特徴。名物ホール、難ホールはいくつもあがるが、1stナインの5番パー4の難しさは群を抜いている。

サンタエレナは併設のレストランが美味しい。お薦めはシンガポール料理のハイナンチキンライス。ビールも良く冷えている。



Bo. Malilit, Sta. Rosa, Laguna ☎049-543-1034/02-8890-4653

●27ホール/パー108
●プレイフィー 平日 火~金曜 P3,000/土曜 6時~12時 P6,000、12時以降 P4,000/日曜 P4,000 (月曜は祝日の場合を除き定休日) (要会員同伴)
☎ www.staelena.com f StaElenaEstate

Manila Southwoods Golf & Country Club

マニラサウスウッズ・ゴルフ&カントリークラブ

カビテ

ロケーションはマニラ市内から30分ほど南下したSLEX Southwoods出口付近。MastersとLegendsの2コース計36ホールからなるゴルフ場で、マニラ近郊の他ゴルフ場に比べてアップダウンの少ない平坦なコース設定。コースメンテはよく行き届いてますし、クラブハウス等の施設もしっかりしており非常に素晴らしいコース。プロトーナメントのAsian Tourの会場としても利用されている。MastersとLegendsを比較するとMastersのほうが池・クリークが絡み難易度が高い印象。名物ホールはMastersの9番。



Congressional Rd, General Mariano Alvarez, Cavite ☎046-430-0266/0917-502-0784

●Masters course: 18ホール/パー72/7,375ヤード Legends course: 18ホール/パー72/7,181ヤード
●プレイフィー 平日 P2,345/土日祝 P4,085 (要会員同伴)
☎ www.manilasouthwoods.com f manilasouthwoodsgolf

Mount Malarayat Golf & Country Club

マウント・マラヤット・ゴルフ&カントリークラブ

バタンガス

マニラからバタンガス方面に1時間ほどの場所に立地するのがMt. Malarayat。コースはMakulot、Lobo、Malipunyoのそれぞれ9ホール、計27ホールからなり、景観が良く、フェアウェイも広く、とても気持ちの良いコース。また、メンテナンスも良く行き届いています。マラヤットの特徴がグリーン形状。砲台グリーンでうねりが激しく、表面はポテトチップスのように波打っている。名物ホールはMakulotの7番パー5。右ドッグレッグで右サイドは池。グリーンは手前も奥も池のため、できればパーオンとなる3打目をショートアイアンやウェッジでグリーンを狙いた



Brgy Dagatan, Lipa City 4217, Batangas ☎043-404-3000

●Makulot: 9ホール/ Blue パー36/3168ヤード Lobo: 9ホール/ Blue パー36/3116ヤード Malipunyo: 9ホール/ Blue パー36/3208ヤード 計27ホール
●プレイフィー 居住者 平日P2,500/土日祝 P3,550、旅行者 平日P2,800/土日祝 P4,450
☎ malarayat.com f activemalarayatph

Summit Point Golf & Country Club

サミットポイント・ゴルフ&カントリークラブ

バタンガス

南ルソン高速道路をバタンガスに向けて南下し、リマ工業団地があるリバにあるのがサミットポイント・ゴルフ。特徴は各ホールが世界的に有名なコース、例えばセントアンドリュース、ペブルビーチなどメジャー大会が開かれるようなコースをモチーフにしていること。名ホールは9番パー5、セントアンドリュース14番をモチーフとした16番パー5、グリーンの回り全方位バンカーの17番パー3。

サミットポイントのラウンド後はゴルフ場近くの韓国式しゃぶしゃぶDae Jang Gum Shabu-Shabuがおすすめ。



Inusluban, Brgy. Plaridel Lipa City, Batangas ☎043-706-1698

●18ホール/パー72/6,560ヤード(ブルーティール)
●プレイフィー 平日 P1,300/土日祝 P2,000 (要会員紹介もしくは同伴)
☎ stalucialand.com.ph f SummitPointGCC/

The Orchard Golf & Country Club

ジ・オーチャード・ゴルフ&カントリークラブ

カピテ

マニラから1時間弱のカピテ州ダスマリニャスに立地するゴルフ場。Palmerコース、Playerコースと二つのコース計36ホールからなり、それぞれティーグラウンドも黄、青、銀、白、赤の5種類が用意されておりそれぞれのレベルに合わせて楽しめるコースになっている。Palmerは池などが多く配置されておりパーオンの難しいホールが多く、Playerはフェアウェイが狭くショットの正確性が求められる印象。

Orchardはマンゴー、パパイヤの果樹がたくさんあり、5、6月は時期限定の無料マンゴーシェイクが라운드의後に振る舞われるのが嬉しい。



Aguinaldo Highway, Dasmariñas City, Cavite ☎02-982-2000/046-416-5931
 ●Palmer: 18ホール/Blue パー72/6341ヤード Player: 18ホール/Blue パー72/6452ヤード 計36ホール
 ●プレイフィー 会員同伴 9時前 P2,000/9時以降 P1,500、会員紹介 P2,500/非会員・旅行者 9時以降 P5,000
 ☎ www.theorchardgolf.com f theorchardgolfandcountryclub

Hallow Ridge Filipinas Golf Inc.

ハローリッジ・フィリピンズ・ゴルフ・インク

ラグナ

旧KC Filipinas Golf。マカティから40分、アラバンからは15分とアクセスの非常に良いゴルフ場。山岳コースのため、打ち上げ打ちおろしのホールが多く、グリーンへの傾斜もきつめ。左右が狭くプレッシャーのかかるホールも多く、好き嫌いの分かれるコースだ。名物ホールはやはり三段池の構える6番ホール(パー5)、だろう。ティーショット、2打目、グリーンを狙う3打目と三回の池越え。バンカーは全ホール共通して距離感のコントロールは難しいので徹底的に避けるのが得策。



Narra Road, San Antonio, San Pedro Laguna ☎0945-771-0540/0969-202-8333
 ●18ホール/パー72/6703ヤード(青ティー)
 ●プレイフィー 平日 P1,600/土日祝 P2,400 (要会員同伴)
 f Hallow-Ridge-Filipinas-Golf-Inc

Tagaytay Midlands Golf and Country Club

タガイタイミッドランドゴルフ&カントリークラブ

タガイタイ

観光地でもあるタガイタイに立地するゴルフ場「Tagaytay Midland」。クラブハウスのテラスからタール湖が一望できる風光明媚なコースでラウンド前のコーヒーは実に贅沢な時間。シンプルながら綺麗なクラブハウス、しっかりとメンテナンスされたコースも魅力的でマニラからは多少距離があるものの何度でも訪れたいゴルフ場。コースの特徴をざっとあげると、OBが無い、グリーンが速い、谷越えとなるティーショットが多い、ドッグレッグのホールが多いなど。

リゾート内に各種レストランが揃っているが、ステーキハウスと中華は特にオススメ。



Fairways Drive, Talisay, Tagaytay, Cavite 4120 ☎0917-886-5228/0917-886-5226
 ●18ホール/Blue パー72/6708ヤード 9ホール(Lucky Nine)/Blue パー36/3029ヤード
 ●プレイフィー 平日 P2,200/土日祝 P3,500 (要会員同伴)
 ☎ https://www.tagaytay-highlands.com/f TagaytayHighlandsSales

Tagaytay Highlands Golf and Country Club

タガイタイハイランド・ゴルフ&カントリークラブ

タガイタイ

観光地タガイタイに立地。Tagaytay Midlandsと同じく高級住宅街Tagaytay Highland内にあるゴルフ場のひとつ。名前が示すようにMidlandより標高の高い位置にあり、コースからはタール湖とタール火山を含む360度の絶景を見下ろすことができる。全18ホール、フェアウェイはティフトン419とディフドーフ芝を使用。山にある10番ホールへ戻るにはケーブルカーを使う。

クラブハウスには子ども向けのミニゴルフ場も。また、Midlandsと同様に、敷地内にあるレストランを利用できる。



Credit: www.tagaytay-highlands.com

Tagaytay Highlands, Tagaytay City, Cavite ☎0977-815-8237
 ●パー70/6119ヤード
 ●プレイフィー 平日 P1,800/土日祝 P2,500 (要会員同伴)
 ☎ https://www.tagaytay-highlands.com/f TagaytayHighlandsSales

Riviera Golf Club

リビエラ・ゴルフクラブ

カピテ

タガイタイからほど近い場所に位置するRivieraは山岳コースでLangerとCouplesの2コース計36ホールからなるゴルフ場。非常に難しいコースとして知られており、順調にラウンドしていても常に大叩きと背中合わせの緊張感あるコース。どのホールも谷、崖が絡んでくるが、名物ホールもやはり谷と崖絡み。緊張感のあるコースセッティングだが、Langerの18番からクラブハウスへ向かうフェアウェイの景観はとて美しい。



By Pass Road Aguinaldo Highway, Silang Cavite ☎046-409-1077 (内線1)
 ●18ホール/パー71/7057ヤード 18ホール/パー72/7102ヤード
 ●プレイフィー 平日 P1,850/土日祝 P3,450 (要会員同伴)
 ☎ www.rivieragolfclub-philippines.com f RivieraGolfPH

Ayala Greenfield Golf Club

アヤラグリーンフィールド・ゴルフクラブ

カランバ

マキリン山のふもとに位置するのがAyala Greenfield。クラブハウスからの景色といい、別荘が並ぶ周辺環境といい高原リゾートゴルフという言葉がぴったり。フェアウェイ、グリーンの状態は良いが、山岳コースのため谷越えが多く、マキリンからの吹き下ろしが強く、風の影響を常に意識する必要がある。景観的にプレッシャーのかかるホールとしては池越えの絡む14番パー3、15番パー4。14番は左、15番は右に曲げると池に入れてしまう。

ラウンド後の楽しみはシャワールームに併設されているサウナと、フィリピン料理がメインのレストラン。



Greenfield Estates, Barangay Puting Lupa, Calamba, Laguna ☎0917-882-4452/049-833-3333
 ●18ホール/パー72/6335ヤード(青ティー)
 ●プレイフィー 要会員紹介 平日 P2,000 (会員同伴はP1,500)/休日 7休日P3,000 (会員同伴はP2,500)
 ☎ www.ayalagreenfieldestates.com.ph f AyalaGreenfieldGolfClub

Eagle Ridge Golf & Country Club

イーグルリッジ・ゴルフ&カントリークラブ

カビテ

ノーマン、アオキ、ファルド、ダイの4つのコース、計72ホールの広大なゴルフコース。カビテの工業団地FCIEの近くに立地している。ファルドはダイに続く難コースで、アップダウンや左右へ曲がるコース取りのため先が見えない、いわゆるブラインドホールが多く、フェアウェイでも傾斜がきつ難いライが多い。初めてのラウンドではメンバーの方やキャディさんのアドバイスをしっかり聞き、池などのハザードがない限りはジャストの距離よりは手前から攻めるのがよいだろう。



Barangay Javalera, Gen. Trias, Cavite

☎02-8985-2294/0917-529-1809

●18ホール/バー72/バー72

●プレイフィー 要会員紹介 平日 P1,200 (メンバー)、P3,000 (非メンバー) / 休日 P2,500 (メンバー)、P4,000 (非メンバー)

☎ stalucialand.com.ph f eagleridgeph

Sherwood Hills Golf Club

シャーウッドヒルズ・ゴルフクラブ

カビテ

マニラ方面からSLEXでカルモナまで南下。高速を降りて西に向かって30分~40分ほどの距離に立地しているのがSherwood Hills GC。フェアウェイ及びグリーンがよく整備され、景観の美しいコースだ。コースの距離は長めの設定で青ティーの距離が6800ヤード、白ティーが6300ヤードとかなりタフな設定になっている。全体的にティーグラウンドからグリーンが見えないブラインドホールが多いのが特徴で、池越え、崖越えの仕掛けも多くチャレンジングなセッティング。初めてラウンドするときは、コースを熟知している方と回らないと打ちどころが分からず難しく感じる。



Brgy. Cabezas & Llana, Trece Martinez City Cavite

☎02-3419-0671

●18ホール/バー72/6,883(blue)

●プレイフィー 要会員紹介 平日 P2,500 (宿泊者はP1,200) / 休日 P3,500 (宿泊者はP2,500)

☎ www.sherwoodhills.ph f sherwoodhills

Manila Golf & Country Club

マニラ・ゴルフ&カントリークラブ

マカティ

フィリピンに数あるゴルフ場の中でも名門中の名門がManila Golf1901年にカローカンに開場。後1949年に現在のマカティ市に場所を移している。都心部の中心に位置しコース脇に高層ビルが立ち並んでいるが、都会の喧騒とは無縁でコース内はとても静かで落ち着いた空間。コース全長は6325ヤードのバー71。長くはないが木や池の配置が絶妙。フェアウェイやグリーンもアンジュレーションがきつ距離以上の長さを感じる。決して簡単ではないが、メンテナンスされたフェアウェイ、美しい景観の中でのプレーは最高だ。



C.C.P.O. BOX 1792, 1219 Makati ☎02-8815-2641/02-8817-0266/02-8817-4948

●18ホール/バー71/6,325

●プレイフィー 現在は会員のみ利用可能

☎ manilagolfclub.com

Wack Wack - Golf and Country Club

ワクワク・ゴルフ&カントリークラブ

マンダラヨン

Wack Wack G&CCはマニラゴルフ同様、都心部に位置する名門ゴルフ場。チャンピオンコースでプロトーナメントも開催されるEast Courseと比較的やさしいWest Courseの2コースからなる計36ホール。West Courseは整備の状態がよく、距離も程よい印象。East CourseはWestと芝質が違い、距離も長く、チャンピオンコースに相应しく難易度が高いようだ。14番パー4の池越えティーショットの景観は印象的。距離的にはそれほどタフな池越えではないが、池が右に大きく口をけているため、右へ曲げたり、薄いつたりだと池を覚悟しないといけない。



Shaw Boulevard, Mandaluyong ☎02-8723-0665

●WEST COURSE: 18ホール/バー72/6,198ヤード(Blue) EAST COURSE: 18ホール/バー72/6,774ヤード(Blue)

●プレイフィー 現在は会員のみ利用可能

プレー中の様々なリスクを補償できるゴルフ保険!

例えばゴルフボールを誰かに当ててしまった時や、ゴルフ用品が壊れたり、盗まれたりした時、ホールインワンを達成した時など、あらゆるリスクを補償してくれる保険、それがゴルフ保険。特にホールインワンはフィリピンだと達成しやすいので、入っておくとお得だ。

補償されるリスクの例

(保険会社によって異なる場合があります)

- 自身がケガをしたとき
- 第三者にケガをさせてしまったとき
- ゴルフ用品が壊れてしまったときや盗まれたとき
- ホールインワンやアルバトロスを達成したときのご褒美

おすすめゴルフ保険はこちら

BDO
We find ways®

BDO Unibank, Inc.

BDOジャパンデスクお問い合わせ先

☎8663-4001

✉ help-japanese@bdo.com.ph

☎ www.bdo.com.ph/jp/home

MAKE THE BEST CHOICE
insurance110
ONE-TEN

Insurance110

●BDO×フライマー読者特典!●

ゴルフ保険をご契約された方先着10名様に、BDOロゴ入りのゴルフ傘がタオルのどちらかお好きな方をプレゼント!

- 左記のBDOチャットデスクまでお申込みください
- お申込みの際は、フライマーを見たことを必ずお伝えください

ゴルフ保険パッケージは年間P800から。

☎02-8552-3688 (日本語対応可)

✉ manila@insurance110ph.com

☎ www.hoken110intl.com

(担当: 高橋広幸)

The Zamora Championship Course at Puerto Azul

カビテ

ジ・ザモラチャンピオンシップコース・アット・プエルトアズール

マニラから車で1時間40分ほど、カビテに位置するPuerto Azul Golf and Country Clubは1978年の創立以来Philippine Openなどの名譽あるゴルフコンペが開催された歴史を持つゴルフ場。数年前にPT&TのCEOである Salvador Zamora, Jr氏の投資によって復旧され、The Zamora Championship Course at Puerto Azulとして生まれ変わった。

コースは熱帯雨林へ入って丘に上がり、9番ホールから海が見え始め、そこからマニラ湾へ向かっていく。周辺のゴルフ場の中でも最も海の近くでプレーすることができる。壮大なマニラ湾はもちろん、手つかずの熱帯雨林も雰囲気は抜群だ。10番ホールのフェアウェイはコースの中でも広く、これから狭いホールが増えて行く前のちょっとした休息を与えてくれる。後半9ホールの特徴としては、12番と15番のダブルグリーンにしては狭く、どちらのホールも上手くティーショットが打てないとグリーンに乗せるのが難しい。17と18番は名物ホール。特に17番は200ヤードあり、風が強いと非常に難しく、18番は235ヤードの海越えがある。

Brgy. Sapang, Ternate Cavite, Southern Luzon

☎0919-472-8296

●18ホール/バー72/7,200ヤード

●プレイフィー 18ホール P3,550 (正式オープン前につきプロモ価格)



Credit: www.playitright.golf

Pradera Verde Golf & Country Club

プラデラ・ヴェルデ・ゴルフ&カントリークラブ

パンパンガ

マニラからNLEXを2時間北上しパンパンガにあるゴルフ場で全27ホール。平坦なコースのため池とバンカーを多く絡めることで難易度を上げているように感じるが、全体的にはフェアウェイが広く気持ちよくラウンドできる。グリーンのメンテ状態の良さも特筆でボールの転がりが良く適度な速さ。山を背景にした7番ホール、12番ホール、浮島ショットの15番の景観が印象的。



2005 Lubao, Pampanga, LUBAO

☎0917-507-9666

●27ホール/バー108

●プレイフィー 平日 P1,100/土日祝 P1,650

☎ praderaverde.com.ph f praderaverdegolf

Valley Golf and Country Club

ヴァリー・ゴルフ&カントリークラブ

アンティポロ

マニラから東、アンティポロに位置するゴルフ場がValley Golf. North CourseとSouth Courseの計36ホールからなるコースで、Valleyの名が示す通り起伏のある山岳コースだ。South Courseはチャンピオンコース。距離も長めでチャレンジングなコースだが、メンバーの同伴が必要。一方、North Courseは青ティーからでも6000ヤードを切る短めのコースだが、山岳コースの特徴であるアップダウンと狭いフェアウェイのため、精度あるショットと戦略的なゴルフを要求される。また、メンバーの同伴がなくても回れるのも魅力。



Don Celso S. Tuason Ave. Antipolo City 1870 ☎02-8658-4901~03

●18ホール/バー72/5839ヤード(North)

●プレイフィー 平日 P1,211.2 (同伴者)、P2,800 (非メンバー)/休日 P2,511.2 (同伴者)、P3,800 (非メンバー)

☎ valleygolf.com.ph f VGCCI

Sun Valley Golf Club

サンバレー・ゴルフクラブ

アンティポロ

こちらは、フィリピンでは知る人ぞ知る人気のゴルフクラブ。通常9ホール、または18ホールが一般的だが、ここのホールは全部で21ホールある。また、ここのコースはすっきりと見晴らしがよいことで有名で、晴れた日にはマニラ首都圏が一望できるほど。敷地内には、ティーハウス、ロッカールーム、多目的ルーム、レストラン、インフィニティプールなどの施設も充実している。料金は18ホールで平日がP1500、週末はP2500。



Brgy. Inarawan, Antipolo City

☎0916-518-9957

●21ホール

●プレイフィー 18ホール 平日 P1,500/週末 P2,500

Luisita Golf and Country Club

ルイシータ・ゴルフ&カントリークラブ

ターラック

マニラから車で1時間半、ターラック市に立地するゴルフ場。そのチャンピオンシップコースはフィリピン国内でも評判が高く、President's Cupなどのゴルフコンペティションが開催されたこともある。

コースの設計は世界でも有名なゴルフ場設計家Robert Trent Jones Sr.で、彼のトレードマークである池や小川がコースの至る所に配置されている。中でも11番ホールのウォーターハザードは難易度が高い。また、コース全体が急な強風に見舞われることがあるのが少々厄介。

プレーには会員の同伴が必要だが、クラブハウスのホテルの宿泊客もゴルフ場を利用することが可能。



Hacienda Luisita San Miguel, Tarlac ☎0917-514-8950

●18ホール/バー72/6,728ヤード

●プレイフィー 18ホール/ P1,800 (要会員同伴)

f Luisita-Golf-and-Country-Club-Inc

Credit: www.playitright.golf

Subic International Golf Club

スービック

スービック・インターナショナル・ゴルフ・クラブ

2019年3月に開業した、フィリピン唯一の日系ゴルフ場。フィリピン有数の経済特区・スービック経済特区 (SBFZ) 内に位置しマニラからの日帰りも可能。

手つかずの原生林に囲まれた18ホール、メンテナンスの行き届いたコース、日本の教育を受けたキャディーたちのおもてなし、クラブハウスでの美しい料理など、日本人リピーターの多いゴルフクラブだ。

コースの機能性にもこだわり、設計段階から、芝の育成や乾季をしのぐため多くの巨大な池を作り、十分な水量を確保。ティーグラウンドからフェアウェイ、グリーンに至るまでコース全域にシームレスなパスバラム芝を採用している。パスバラム芝は農業減少となる地球に優しい高品質の芝で、従来の芝より美しく鮮やかなグリーンカラーを保つ。

また、大型のグリーンを採用し、ビギナーからプロまで幅広いレベルのプレーに利用できる良質のグリーンを実現。手入れの行き届いた繊細なグリーンは通常穏やかなアンデレーションとなっており、微妙なタッチを要求しプレーヤーの心をくすぐる。全コース、チャレンジングで飽きのこないコースデザインで構成されており、上級者には難しく、初心者にはフレンドリーに楽しめる。

6900 Binictican Drive, Subic Bay Freeport Zone, Zambales

☎0917-319-1156 (英語)

日本語デスク(日本語)✉japandesk@subicgolf.com

●18ホール/バー72/7,100ヤード

●プレイフィー ロッカー等一部施設閉鎖中のため特別料金

9ホール P3,500/18ホール P5,000 (キャディ付)

9ホール P2,500/18ホール P4,000 (セルフカート)

(平日・休日同料金/水・木確定休日)

☎www.subicgolf.com f subicgolf



Mimosa Plus Golf Course

パンバンガ

ミモザプラス・ゴルフコース

マニラから車で約1時間、北に位置するパンバンガ、アンヘレス市に構える。小丘や美しい緑の景観が魅力のゴルフ場。2つのチャンピオンシップコースAcacia Lakeview CourseとMountainview Courseがあり、現在は世界でも高い評価を受けるゴルフ場設計家のNelson and Haworthを筆頭に、2021年末のオープンに向けてリノベーションを行っている。リノベーション後はバンカーやグリーンの新ビジュアルに期待できるとのこと。どちらのコースも9ホールで初心者やハンディを持つプレイヤーに優しいが、チャンピオンシップティーにもなると上級者の腕も試される設計になっている。

リノベーションされたばかりのクラブハウスは、ニュートラルカラーを使ったモダンなインテリア。クラブハウスのレストラン Baker J Cafeはフィリピン料理に加え、美味しいパンやペストリーを楽しむことができる。

予約はメールreservations@mimosaplusgolf.comへ、もしくは専用アプリMimosa Plus Golf App (Google Play StoreやApp Storeから無料ダウンロード可)で。



Mimosa Drive, Filinvest+ Leisure City, Clark Freeport Zone, 2023, Pampanga

☎(045) 599 8000 local 1702/1703

●Acacia Lakeview: 9ホール/バー72/5,971ヤード Mountain View: 9ホール/バー72/6,358ヤード

●プレイフィー ※料金は変更になる場合がありますので公式ウェブサイトでご確認ください。

☎mimosaplusgolf.com f mimosaplusgolfcourse

📍mimosaplusgolfcourse

特集

ゴルフ・リゾート

旅行・趣味

美容・ファッション・医療

学習・資格

ビジネス

求人

ゴルフ練習場

注意事項

●ECQ、MECQのゴルフ練習場利用は不可、GCQでは入場に人数制限があります。
●営業時間は変更になる場合がありますので、事前確認をしてください。

Villamor Driving Range

ビリヤモール・ドライビングレンジ



Villamor Air Base, Pasay City
☎02-8853-4978/0956-530-3649
🕒6時～18時
📍1時間 / P350
📱villamorairbasegolfcourse

Southpoint Driving Range

サウスポイント・ドライビングレンジ



Block 22 Parkway corner Spectrum Midway, Filinvest Corporate City, Alabang, Muntinlupa
☎02-8401-2567
🕒6時～18時
📍1時間 / P400 (6時～16時)、1時間 / 500 (16時以降)
📱SPDrivingRange

Army Driving Range

アーミー・ドライビングレンジ



Bayani Road, Fort Bonifacio, Makati
☎02-8845-9555 loc. 4540
📱armygolfcourse

ゴルフショップ



Empire Golf

G/F Erechm Bldg cor. V.A Rufino and Salcedo St., Legaspi Vill., Makati
☎02-7949-3117
📱empiregolfshop.com 📱EmpireGolfph



Pacsports

V.A Rufino Cor Salcedo Str., Legaspi Vill., Makati
☎02-8817-5873
📱PacsportsPhilippines



Golf Depot

Unit 101 South Center Tower Madrigal Business Park
☎02-8850-2455
📱Great-Depot-Golf-Depot-148627158499056/



Srixon Pro Shop

Ground Floor, Commercenter, Filinvest Corporate City Muntinlupa City
☎02-8551-3406
📱Srixon-Pro-Shop-Philippines-1428659980736792



J Ten sports

Ground Floor, Commerce Building, Commerce Ave. Muntinlupa City
☎02-8551-3406
📱J-Ten-Sports-3188356215553555



Puma

Second Floor, Cinema Building, Solenad 3, Nuvali, Don Jose, Santa Rosa, Laguna
☎02-8945-1303
📱about.puma.com 📱PUMAPhilippines/



Adidas

Bldg. D, Solenad 3, Brgy. Santa Rosa, 4026 Laguna
☎049-544 7929
📱www.adidas.com.ph
📱adidasPH



ゴルフサークル

リビエラ会

1992年に発足、29年の歴史を誇るリビエラ会。
“フィリピンでゴルフを楽しもう、上手くなろう”を
モットーに活動を続けています。

☎0917-899-0408
✉yasuma@kanejin.com 担当: 安間

だいやめ会

主に鹿児島出身の方を中心にした会ですが、鹿児島
島に関係のある方(例えば奥さんが鹿児島出身、鹿児島
島での勤務経験がある)などもいらっします。

☎0917-816-9136
✉s_tange@surtecphils.com 担当: 丹下

鷺遊会 (しゅうゆうかい)

1998年にカビテのロサリオEPZAに進出して
いる、日系企業に勤める方々が中心になって発足。

☎0917-507-8215
✉nota@darumacorp.com 担当: 太田

まにらレフティー会

フィリピン駐在員で左利きでゴルフをする人の集まり
2017年9月発足、2か月に1回程度の割合でコンペを開
催しています。左利きであればだれでも参加いただけます。

☎0908-895-2113
✉tadashi-yokotani@next.takatsuki.co.jp 担当: 横谷

マニラ濃青会

京都大学のOB/OG会です。月一回程度のゴルフや
懇親会もしております。お気軽にご連絡ください。

☎0956-457-8410
✉tmautmau@gmail.com 担当: 松原

ゴルフサークル情報募集中!

ゴルフサークルを掲載してほしい方は
下記メールまで!

✉information@primer.ph
宛先: Primer 編集部・フィリピンゴルフ係



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

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

漁火 Isaribi
旬の新鮮な魚介類・お肉をご堪能ください。



漁火 Isaribi Japanese Restaurant - Makati
RG-5 Creekside Mall Amorsolo St. Makati
☎ 02-8801-1770 営業時間 11:00-23:00

We're Open!

店内で、またテイクアウト、デリバリーで
瀬里奈の味をご堪能ください。

月-木 11:00-14:00, 17:00-21:00
金-日 11:00-14:00, 17:00-21:30

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

日本食居酒屋 川崎 “美味しい和食を川崎で!”
ご予約お待ちしております



刺身盛り 明太子スパゲッティ 生牡蠣ボン酢 だれ鶏

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 貸し切りは5万ペソより承ります
① Izakaya Kawasaki ●営業時間 16:00~23:00

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)
お問合せ・ご予約は
鴨料理・和食
琴乃
(02) 7211-5775 / (02) 8255-1071
0917-170-7790 / 0921-215-0862
マカティ・クリークサイド
中2階

お家ちゃんこ鍋 当店名物・ちゃんこ鍋
テイクアウト開始

鍋の具材が一式に特製鍋スープがセットに!
お家の鍋に入れて煮るだけなので簡単です。
特製スープはビニール袋に入れてご提供させていただきます。
鍋の中で袋に穴を開けると簡単にスープが注げます。

写真は Msize。Lsize は写真が2セット。

テイクアウト・デリバリー弁当も充実



豚スタミナ焼き弁当 鶏南蛮弁当 牛カルビ弁当 慕の内弁当

相撲茶や関取 Japanese Restaurant SEKITORI <http://www.sekitori.asia>
☎ 02-8816-7608 / 8894-3876 営業時間: 規制により不規則、お問い合わせください。
Little Tokyo, Chino Roces Ave., Makati City 定休: 無休 座席数: 160席 個室: あり

割烹
なかじ




営業時間 月～土 17時～23時
店休日 日曜/祝日
152 Adelantado St, Gervasia Hotel 1F
Tel: 09055133129 (日本語/英語/タガログ)



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ご利用いただいています。

Little Tokyo
Little Tokyo, Chino Roces Ave, Pasong Tamo Corner Amorsolo Street, Legazpi Village, Makati
☎0999-438-5943(SMART)
0977-470-3357(GLOBE)
11:30-24:00

BGC
The Fort Strip, 7th Ave, Taguig
☎0960-546-9961(SMART)
0995-426-3385(GLOBE)
11:30-23:00

リトル東京、BGCで人気沸騰
A5ランク黒毛和牛を扱う銀座の焼肉店








UNAKICHI



うなぎの味をおうちでも!
すべてのメニューは
デリバリー・テイクアウトできます。

G/F Makati Cinema Square, Amorsolo St., Makati City




☎ 02-7728-2072

🕒 11:30～

📱 UNAKICHIMAKATI



満福ステーキハウス・マカティ店は
凡 Bon steakhouse と改め
ザ・ギャラリーに移転いたしました。
これからも変わらぬ美味しさをお届けして参ります。



すべてのメニューが
テイクアウトできます。

がっつり400g!
人気のまんぷくスペシャル
(p850)

クリークサイド・三八食堂右隣り
Amorsolo Street

Creekside Little Tokyo Makati Central Square
Chino Roces Ave

☎ 096-1948-0796

🕒 11:00-22:00 12:00

日本三大和牛近江牛を農家から直送



3秒あぶり
Wagyu Tokujo Aburi

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

P600



期間限定 新メニュー登場!



お昼も焼肉!

新・ランチメニュー始めました

12:00-15:00 (月-金)
※店内飲食のみのメニューでテイクアウト不可です。

キッズプレート
も有ります。

HIROだからできる、今春から
近江牛各部位続々入荷!!

TEL 0917-133-2828 (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



テイクアウトやフードバンダ
からのご注文も承ります



foodpanda

HIRO Official Facebook QR →





あらや あらやラーメン

『ボクの好物は
ピリッと辛い
「あらやスペシャル
からみそ!」』

ARAYA RAMEN & SUSHI BAR

SM Megamall
Food Court
☎ (0925) 815-2227

Dela Rosa
Makati 本店
☎ (02) 8888-4422

SM Sucat
Food Court
☎ (0922) 883-3364

オーナーになりませんか?
Pang Masa Ya Bagtikan店を売却します。
●マカティ・フードコート・Arakiplago内

Pang Masa Ya
Japanese Ramen House



まずオーナーブログをご覧ください→
麵正屋ラーメン (パンマサヤ)

✉ mamagotoinc@gmail.com

7481 Bagtikan Street,
Brgy San Antonio Village, Makati city




We are Open

Dine-in, Take Away & Delivery
Monday to Saturday, 11am to 9pm

(02) 8816-4588 | (0917) 709-4809
G/F ACI Bldg, 147 H.V. Dela Costa St., 1227, Salcedo, Makati

IKOMAI
by CHI DENZU

つむら

TSUMURA SUSHI BAR & RESTAURANT

「瀬祭(だっさい)」や「十四代」など
日本でも希少価値のある日本酒をご用意しております。
ご会食、ご接待にも安心してご利用ください。



2F 88 Corporate Center, Sedeno cor. Varelo St., Salcedo Vill., Makati
☎ 02-8887-4848 ④ Tsumura Sushi Bar & Restaurant
営 11:30-15:00 (L.O.14:30) / 17:30-23:00 (L.O.22:30) 日休

KAZUNORI
JAPANESE RESTAURANT



エビのアーモンド衣揚げセット

事前予約が必要な場合があります。

DELIVERY & PICK UP ORDERS:
0917 836 2695 / 0968 773 3633

2301 Chino Roces Avenue Extension, G/F Mazda Building,
Magallanes, Makati City 1231
BUSINESS HOURS: 10AM to 11PM

手巻き寿司セット

おまかせ寿司テイクアウトスペシャル

築地 TSUKIJI

店内飲食を
再開いたしました。
御利用にあたってはコロナフ
クセン接種の証明書を
ご提示ください。

築地の料理を店内で、ご自宅でお楽しみください!
寿司職人・岡島シェフによる
スペシャル寿司の船盛りや特別弁当は特別な日のお
祝いにも最適です。
■デリバリーはP2500の御利用で無料。マカティ、
ロックウェルには無料配送が可能です。

Please visit
www.tsukiji-restaurant.com
for our take out menus.

02-8843-4285
02-8812-2913
0995-617-9209

3rd floor, Milky Way Building, 900 Arnaiz Avenue
(Pasay Road) corner Paseo de Roxas, Makati City
www.tsukiji-restaurant.com
jgamboa@tsukiji-restaurant.com

↓デリバリーメニューはこちら



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

JEAN LEON 3055 シャルドネ

アメリカのハリウッドで数々の著名人の信奉を集めた伝説のレストラン、「ラ・スカラ」。その創業者ジャン・レオン氏が第2の夢として、カタルーニャの地に立ち上げたワイナリーがジャン・レオン。南国系のフルーティな力強いアロマが特徴。活気のある酸味も持ち合わせており、爽やかに飲み口もすっきりとした白ワインで

+632 8804-5028

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

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



THE WINE CLUB Fine California Wines | DUCKHORN VINEYARDS

Napa Valley Classic

SHOP NOW AT WWW.WINECLUB.PH



✉ Basement 1, Cacho Gonzalez Bldg. 101 Aguirre St. Legaspi Village, Makati City ☎ Monday-Saturday 10am-8pm

BÉBÉ ROUGEのハッピーハロウィン!!

GRABアプリでBGCも配送可能になりました!

HAPPY HALLOWEEN

Delivery also supported via GRAB Food App

0917-851-9636
02-8833-2826

7602 Sacred Heart St,
Corner Metropolitan Ave, San Antonio village
9:00-17:00 [PatisserieBebeRouge](#)

[G](#) GCash [Grab Food](#)

写真のショートケーキは15cmサイズ
10月9日(土)に発売開始!ご予約受付中!
※ケーキのデコレーションは変更になる場合がございます。




Taste Ogawa Taste Japan

OGAWA Traditional Japanese Restaurant

おがわ

BGCの本格和食店。エドサシヤングリラホテルのレストラン「稲穂亭」と「錦」でシェフを務めた実力派シェフの小川記由さんが腕を振るう。コンセプトは純粋な日本料理。フィリピン向けに味を変えず、本来の日本の味をお届けしている。食材は、東京・築地から直送された新鮮な魚介、神戸牛・松坂牛といった高品質の牛肉など、「本物の日本食」への強いこだわりを感じさせる。これほどのクオリティーでありながら価格は高すぎず、とくにランチセットがリーズナブルと評判。

☎ 02-8886-4994 / 0917-856-4292
Store Hours: *subject to change from time to time
Dine-in / Take-Out / Delivery
Store Hours: Tues to Sun
12pm to 3pm Lunch, 5pm to 8:30pm Dinner
[OGAWA Traditional Japanese Restaurant](#)
[ogawa.manila](#)



鉄板 大河内

カウンター席、個室、アルフレスコで
バラエティ豊かな日本の味を
お楽しみください。



BGC 店
ORE CENTRAL BUILDING, 9th Avenue
corner 31st st., BGC Taguig
☎ 02-8254-9826 (0966)-549 3507
営 11:00-22:00

Rockwell 店
Lopez drive, Powerplant Mall,
Rockwell Center, Makati
☎ 02-253-6810 (0906)-8248-3942
営 11:00-22:00

✉ teppanokochi@gmail.com [f](#) [teppanokochi](#) [i](#) [teppanokochi](#)

福 FUKUDAYA Japanese Dining

福田屋では個室も完備会議のあとの懇親会にも最適です。
おまかせコースは一人当たりPHP3,000でリーズナブルにお楽しみいただけます。
営業時間: 11:00-15:00, 17:00-22:00。
7日前までのご予約で承っております。



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](#) [i](#) [@fukudaya.ph](#)

日本料理 石原

魚の目利きが選んだ
よりすぐりの素材の
ご堪能ください。

代々魚の目利きをつとめてきた店主が厳選
した素材で本格的な和食をご提供いたします。

自慢のカツオのたたき

ご注文はこちらから

日本料理石原
☎ 0966-446-1440
f ishihara.japaneserestaurant
📍 BF HOMES 350 El Grande Ave,
Parañaque, 1720 Metro Manila

Grab Food



ODEN HOUSE JAPANESE RESTAURANT ※配達区域以外のご注文は、直接お店にご相談ください

カラダのために素材にこだわるおでんハウスから
食材を直接ご家庭へ! メトロマニラなら何処でもバイク便でお届けできます。

特製プレミアム絹一丁P90
ミンチオ カラカス、無農薬で非遺伝
子組換えの高級大豆使用。

特製スモークサーモン
P300 (100g)
やみ付き必須の自製作! ぜひご試食ください!

特製ビリ辛大衆味噌
P150 (100g)
これだけでごはんがうまい! いただきます!

毎土曜入荷、
個数限定新発売

新発売

人気商品

日本人経営の農場直送の
牛乳とヨーグルト
も配達可能です!

冷凍食品・精肉もデリバリーできます

おでんハウス ジャパニーズレストラン
f ODEN HOUSE Japanese Restaurant
☎ 日本語0918-948-1012/英語・タガログ語02-8817-9289
営業時間 午前7時~午後5時・無休
バサイ・カルデマール生鮮市場横 2F Magic Star Square Bldg



**本格和食をリーズナブルに
Hiromasa Japanese Restaurant**

住所: SSS, Puregold, Remington Plaza, Governor's Dr,
Carmona, Cavite 電話番号: (046) 443 4991
営業時間: 月~土 11:00 - 14:00 / 17:00 - 21:00
※日曜定休



カジュアルな空間で味わえる本
格ヨーロッパ料理を

**L'entrecôte Bistro
and Upper Room**

レントレコート・ビストロアンドアッパールーム

おかわり自由のポテトフライ付き、ハ
ーフバターソース添えのステーキを提供
するスイス・フレンチレストランです。
当店はトマホークリブポンスステーキ(21oz)
など、上質なUSブラックアンガスステ
ーキを提供することで知られております。
最高級のワインも幅広く取り揃えており
ます。

Unit A Bellagio, Forbes Road, Forbes Town
Center, Bonifacio Global City, Taguig
☎ 02-8856-4858
E-mail: info@lenticotemanila.com ②日~木
曜 7時~23時 / 金・土曜 7時~翌1時 ③なし
http: //www.lenticotemanila.com
f /lenticotebistroMNL




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たい
人におすすめ。

☎ 8659-7522 / 0927-460-2495
① Monday-Friday: 11AM-2PM, 5PM-9PM
Saturday * Sunday: 11AM-3PM, 5PM-9PM
DINE-IN, ALFRESCO DINING, TAKE-OUT & DELIVERY
📍 Molito Commercial Complex Madrigal Business park,
Ayala Alabang, Muntinlupa City
✉ wh_steakhouse@yahoo.com
④ woodenhorsebeststeakintown

Rib Eye Steak

Vongole Spaghetti






プロ
直伝!

今晚のおかず

The Simple Japanese Food

ビール (Beer)

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楽しさだけでなく、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。

For inquiries:

simplejapanesefood@gmail.com

youtube.com/c/simplejapanesefood



酵母の力でお肉柔らか!

豚のビール角煮

●材料 (4人前)

豚バラ塊肉	1,600g
水	1200ml
ビール	350ml
砂糖	大さじ6
醤油	大さじ6
生姜	20g
長ネギ	20g

●作り方 (調理時間 2時間)

- 1 豚バラ塊肉を2-3等分に切り、フライパンで表面を焼き付けていく。
- 2 その他材料を全て1に投入。中火で約1時間半煮込んでいく。
- 3 豚肉が柔らかくなったらフライパンから取り出し、適当な大きさに切る。
- 4 煮汁を強火で煮詰め、タレを作る。トロミがついたら完成。
- 5 写真のように盛り付ける。お好みで、野菜、茹で卵を添える。

●Japanese soy braised Pork with Beer

Pork belly block	1,600g
Water	1200ml / 5 cup
Beer	350ml / 1.5 cup
sugar	6tbsp
soy sauce	6 tbsps
ginger	20g
Japanese leeks	20g

●Cooking Directions: Makes 4 serving (Cooking time: 1 1/2 hours)

- 1 Cut pork belly into 2 or 3 portions.
- 2 Sear the pork belly pieces on a frying pan.
- 3 Once seared, add water and the rest of the ingredients. Braise for 1 1/2 hours or until the pork becomes tender.
- 4 Remove the pork and chop into big bite size pieces.
- 5 Simmer the sauce until it thickens.
- 6 Drizzle sauce over the pork. Serve.



Point!

型崩れ防止のために、豚肉の表面をしっかり焼きつけていきましょう。余分な脂と臭いを落とす効果もあります。ローカルの豚肉は繊維質が強いため、硬いと感じた時は少し跳めに煮込んで下さい。アメリカ産などの輸入肉が手に入る場合はそちらで作るのもオススメです。煮込む前にビールに30分程漬けておくと柔らかさがアップします。

フィリピン食材 豆知識



フィリピンのビールは激安! インフレが続くフィリピンでは年々ビールの価格も上昇傾向にありますが、一般スーパー販売価格で40-50ペソ程 (2021年現在)。ビール好きの方にはお財布に優しい価格設定となっています。有名なメーカーはフィリピンビール市場をほぼ独占しているサンミゲルのビール。日本のビールに近い味わいのビールセン。飲み口の軽いさらさらとしたライト。アップルなどのフルーツ香料の入ったタイプは飲みやすく、若い女性にも人気のようです。ローカルの飲食店はもちろん、日本食レストランでもほぼ必ずと言って良いほど置かれています。そんなビールですが、飲料用としてだけでなく、実は料理用としても幅広く活用できるということをご存知でしょうか。ビールに含まれる酵母にはタンパク質を分解する効果があり、漬けておくだけでお肉を柔らかくする働きがあります。また、多くのアミノ酸が含まれており、煮物料理に使うと旨味とコクをアップしてくれます。天ぷらやフライなどの揚げ衣にビールを使うと衣がサクッと仕上がります。そんなビールを使って今回は豚の角煮のレシピをご紹介します。Youtubeチャンネルsimple.japanese.foodでは家庭で簡単に作れる日本食を世界の方々に分かりやすく説明しています。プライマーのレシピも紹介していますので、そちらも是非ご覧ください。

極上のスペシャルティコーヒーを 当店で、デリバリーで お楽しみください。

日本でもコーヒー好きの間でブームになっている
スペシャルティコーヒーとは?
詳しくはSCA Diploma Holderの当店WEBをご覧ください。



Himawari

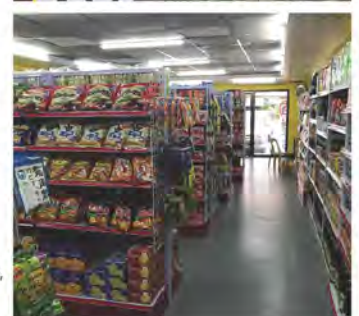
リトル東京にNEW FACE誕生! ジャパニーズグロッサリー ISEYAオープン!

Iseya Food Store イセヤ

リトル東京にNEW FACEが誕生しました!
日本食材ISEYAはリトル東京の外側、チノ
ロセス通り沿い。元日本食料店の跡地で
10月にソフトオープンしています。
ISEYAの大きな特長は、日本人になじみ深い
麺類、菓子類、日用品などに渡り何でも
取り扱っています。ご希望の商品あればお
問い合わせ可能です。
今後冷凍食品なども充実していくこと。
リトル東京の新しい顔になりそうです。夜
22時まで営業しているのもうれしいところ
です。日用品、消耗品のリクエストも出来、
フィリピン生活をサポートしてくれます。

Little Tokyo 2277 Chino Rocas Ave., cor
Fernando St., Brgy. Pio Del Pilar, Legazpi Village,
Makati

☎ 営業時間: 12:00 - 20:00 (年中無休)



穴場発見! お馴染みの
シャンプー類はここで揃う!

TPE

台湾グロッサリー ティー・ビー・イー

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

8種類あり、中でもベストセラーは、チキン照り焼き (P195) お弁当の中身はおかずが5品目はいています。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。

TPE Market Place 台北 超市



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!

New Hatchin 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 8:00~17:00) (休) 毎日営業
Makati Branch: ☎Like us on Facebook f newhatchinmakati
●マニラ店 ☎02-8400-9478
住所: 2119 A. Mabini St. Malate, Manila
営業時間: 9:00~18:00 (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: 8:00~17:00
●ケソン店
133 Katipunan Road, Brgy. St., Ignatius, Quezon City
営業時間: 8:00~17:00
sales@newhatchin.com White Plains Branch: ☎Like us on Facebook f newhatchin.jp



Yasaka Food Store

Ramen Specialty Store

らめん食材専門店



麺工場から直販!! スープは日本製!!

Factory Direct Sales Store Soup is made in Japan

☆その他の日本食材を揃えております ☆We have other Japanese ingredients

Stall 44 ~50 Cartimar Shopping Center Pasay City

Smart 0999-806-4659 Globe 0935-441-8380

Please feel free to contact us f yasaka food store



HOSHIZAKI

HOSHIZAKI PHILIPPINES CORPORATION

品質の良さと耐久性ある製氷機、
冷蔵庫・冷凍庫はホシザキへ

ICE MAKER | REFRIGERATOR | FREEZER



A-FIT 2.0
SERIES



CUBE
ICE MACHINE

02) 8839-2861 / (02) 8839-2862
HOSHIZAKI PHILIPPINES CORPORATION
2274 UDC Building B, Don Chino Rocas Ave., Makati City
ales@hoshizaki.com.ph

詳しくはWEB・FBをご覧ください。



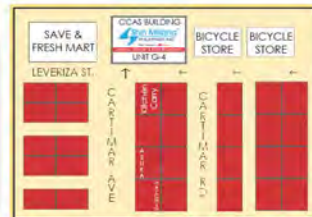
Main Supplier JFC JAPAN INC.

- Importer
- Distributor
- Retailer
- Wholesaler

- Dry Products
 - Frozen Products
 - Japanese Sake & Whiskey
- "Your No.1 Trusted Provider of Japanese Ingredients."

JAPANESE GROCERY & FOOD INGREDIENTS

Shin Mikana Philippines provides solutions to your Japanese foodstuff/Dry and Frozen needs, considering our world class products such as Shiosaba, Hamachi, Japanese Sake and Whiskey. We Serve and Deliver quality Japanese products for your Restaurants and Hotels.



We are located at
Cartimar Commercial Arcade & Suite
2209 Leveriza St., Pasay City
Please contact us for more info
f Shin Mikana Philippines Inc.
(046) 402-5838 or 0917 709 6824

POWER-UP YOUR WORKOUT

Ajinomoto
**READY-TO-DRINK
BCAA**

No.1 Brand in Japan*

AMINO ACID CONTAINED
CARRAGEENAN APPLE FLAVOR
FOOD SUPPLEMENT

**amino
VITAL** アミノバイタル

Amino acids
3000mg
mainly BCAA

**HELPS IMPROVE
ENDURANCE**

**HELPS REDUCE
MUSCLE FATIGUE**

GET ONE NOW!  LazMart |  S-Mart
POULLED BY SHOPEE |  Shopee Mall |  LazMall

Eat Well, Live Well.
Ajinomoto



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 GG, G/F Marvin Plaza Bldg., 2153 Don Chino Rocas Ave. cor. Rufino, Makati
0917-514-6814/0917-514-8078/02-8808-1140
FAX: 02-8843-2926
☎ 月～金曜 7時30分～22時 土・日曜 8時～20時
📞 なし E-mail: teppen.intl.philippines@gmail.com
teppen.intl.philippines@gmail.com
📱 @JapaneseAndKoreanGroceryStore


Japanese - Korean Grocery



広々とした清潔な店内



緑の看板を目印に探そう

100%日本製

最新の栄養学に基づくペットフードです

あなたが選んでいるペットフードは
大丈夫ですか?

日本でも大人気!いつまでも一緒にいたいペットの健康を保ち、体調の良さと毛並みの美しさを実感。

獣医師監修のペットフード
【ビューティープロ】をお届けします。



日本語での製品説明はこちら
日本語版カタログ・サポートをご提供します。
電話番号: +63 917 868 6123



ご注文はこちらから



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 **02-8859-3858/11** 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 5J 5050 5J 5050 JL 8746 JL 746	0650 / 1210 0930 / 1510 0915 / 1505 1105 / 1655 0050 / 0620 1005 / 1535	毎日 毎日 水 金 水・金・日 月・火・木・土
成田⇒マニラ Narita/Manila	PR 427 5J 5059 5J 5059 NH 819 JL 745	1310 / 1645 1620 / 2005 1620 / 2020 1715 / 2055 1800 / 2140	毎日 水 金 毎日 毎日
マニラ⇒羽田 Manila/Haneda	PR 422 NH 870	1825 / 1340 1440 / 2000	月・水・金・日 毎日
羽田⇒マニラ Haneda/Manila	PR 421	1505 / 1830	月・水・金・日
マニラ⇒関空 Manila/Kansai	PR 412	0905 / 1355	毎日
関空⇒マニラ Kansai/Manila	PR 411	1520 / 1815	毎日
マニラ⇒名古屋 Manila/Nagoya	PR 438	0805 / 1300	月・水・金
名古屋⇒マニラ Nagoya/Manila	PR 437	1400 / 1700	月・水・金
マニラ⇒福岡 Manila/Fukuoka	PR 426	0945 / 1415	水・金・日
福岡⇒マニラ Fukuoka/Manila	PR 425	1555 / 1825	水・金・日

発着地	便名	出発/到着時間	運航日
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 918 5J 272	0755 / 0955 1740 / 2015 0530 / 0750	水・木・金 火 水
香港⇒マニラ Hongkong/Manila	CX 907 CX 907 CX 919 5J 273 PR 301	0740 / 0935 0740 / 0955 1405 / 1630 0910 / 1125 1125 / 1330	水・木・金・土・日 月 火 月・火・水・木・金・日 水・木・金

《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

※2021年08月25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)**



トヨタ サンタローサ ジャパンデスク誕生!



伊藤 恵理
Ito Eri



桑原 望
Kuwabara Madoka

お手頃価格の中古車も取り揃えております。

サービスを開始いたしました!

- ・新車、中古車販売
 - ・本社決済資料作成補助など
 - ・修理 & ボディリペア
 - ・3年間残価設定ローン
- 全て 日本語で ご相談ください。

0939-915-7546 | platinum@toyotasantarosa.com.ph
www.ToyotaSantaRosa.com

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	CX 921	0815 / 1105	火・金・日
マニラ⇒シンガポール Manila/Singapore	SQ 913 SQ 917 SQ 919 PR 507 5J 707 5J 807	0040 / 0420 1415 / 1755 1640 / 2020 0945 / 1315 2025 / 0010+1 2015 / 0005+1	毎日 毎日 毎日 毎日 火 木・土
シンガポール⇒マニラ Singapore/Manila	5J 808 5J 808 SQ 910 SQ 912 PR 508 PR 508 PR 508 SQ 918	0110 / 0500 0135 / 0525 0930 / 1305 1200 / 1535 1430 / 1805 1500 / 1835 1500 / 2115 1925 / 2300	水 金・日 毎日 毎日 水 月・火・木・金・日 土 毎日
マニラ⇒台北 Manila/Taipei	PR 890 BR 272 CI 702 CI 704	0615 / 0830 1240 / 1455 1035 / 1250 1645 / 1900	水・木・土 月・水 水・金・日 火
台北⇒マニラ Taipei/Manila	PR 891 CI 701 CI 703 BR 271	0930 / 1140 0720 / 0935 1330 / 1545 0920 / 1140	水・木・土 水・金・日 火 月・火・水・木
マニラ⇒バンコク Manila/Bangkok	TG 625 TG 625 PR 736 PR 730	1945 / 2200 2215 / 0030+1 1100 / 1310 1015 / 1225	火・木・土 金 火・金
バンコク⇒マニラ Bangkok/Manila	TG 624 TG 624 PR 737 PR 731	1430 / 1845 1700 / 2115 1410 / 1825 1345 / 1800	火・木・土 金 火 火・金

発着地	便名	出発/到着時間	運航日
マニラ⇒ジャカルタ Manila/Jakarta			
ジャカルタ⇒マニラ Jakarta/Manila			
マニラ⇒クアラルンプール Manila/Kuala Lumpur	PR 525	0735 / 1115	土
クアラルンプール⇒マニラ Kuala Lumpur/Manila	PR 526	1210 / 1555	土
マニラ⇒ソウル Manila/Seoul	5J 188 PR 468 KE 624 OZ 704	1255 / 1805 1445 / 1935 2355 / 0500+1 2345 / 0510+1	木・土 水・木 毎日 毎日
ソウル⇒マニラ Seoul/Manila	KE 623 OZ 703 5J 189 PR 469	1845 / 2205 1900 / 2225 1940 / 2245 2035 / 2335	毎日 毎日 木・土 水・木
マニラ⇒セブ Manila/Cebu	PR 1845 PR 1847 PR 2847 PR 1849 PR 2849 PR 1853 PR 1859	0610 / 0730 0800 / 0920 0800 / 0920 1040 / 1200 1040 / 1200 1330 / 1450 1630 / 1750	毎日 月・火・日 水 月・火・日 水 毎日 月・火・水・日
セブ⇒マニラ Cebu/Manila	PR 1846 PR 105 PR 1848 PR 1850 PR 1854 PR 1860 PR 508	0820 / 0940 0830 / 0950 1030 / 1150 1300 / 1420 1600 / 1720 1900 / 2020 1955 / 2115	毎日 月 月・火・日 月・火・日 毎日 月・火・水・日 土

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02-88593827/28まで

MAP マラテ Q-2

since 1987
KANEJIN K PROPERTY BUSINESS MANAGEMENT SOLUTION INC.

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

賃貸・新築物件

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



**9g、9dの就労
ビザ取得**

47 a2/Peza Visaも申請可能

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

電話 02-8521-1151 to 52

メール info@kanejin.com URL プライマーカネ基 と検索!

営業時間 平日 9時~17時/土曜 9時~12時

住所 3-23B, Legaspi Towers 300, Roxas Blvd. cor. Vito Cruz, Malate Manila



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.
2/F Zeta II Building #25D, 191 Salcedo Street,
Legaspi Village, Makati City 1229

お問い合わせ【担当:磯崎】 ☎ (02) 7218-3535 ✉ isozaki@aab.co.jp
http://aab.co.jp



健康診断ご予約受付中

パッケージA	24,000ペソ
パッケージB	16,750ペソ
パッケージC	14,850ペソ

※基本パッケージ以外にもご希望の検査項目のみでオリジナルパッケージを組むことも可能です。

ご予約・お問い合わせ
0917-808-8874
jp_alabang@tokyohealthlink.net



東京ヘルスリンク

ysa
Dermatology & Dentistry

Forbes Town Center
Rizal Drive
Bonifacio Global City

+ 63.917.513.7878

since 2008



KOBE CLINIC
Bringing expert medical care within your reach

日本人で3名しかいない
フィリピン医師免許を持つ日本医師が
皆さんの健康をサポートします。

抗原検査

RT-PCR検査

会社で抗原検査可能・1日最大60名

出張抗原検査は、看護師、技術者各1名がお伺い。
抗原検査、RT-PCR検査は鼻粘膜から検体を採取。
痛みも最小限です。

即日結果レポート

出張抗原検査は終了後に結果サマリーをお渡しし、翌日には正式な結果
をお渡しできます。外来での抗原検査は1時間で結果をお渡しします。

抗原検査 P960/人 RT-PCR検査 P3360/人

神戸クリニック KOBE CLINIC

2/F, Festival Supermall, Filinvest Alabang Muntinlupa City, Philippines

☎ 02-842-5405

📧 kobecclinic.ph

📅 9:00~17:00 (月-土) 📧 toshikobecclinic@yahoo.co.jp

📺 YouTube 行列の出来る日本人医師医療相談所inフィリピン



お手持ちのスマホで
受診や医師への相談ができます
オンラインでの受診がますます便利に！

かんたん！
べんり！

オンライン診療



【LINE ID】@hibariclinicph

HIBARI CLINIC®
ひばりクリニック

- 日本語対応可能
- 最新デジタル機器完備

Acero Dental Clinic・Acero Dental Center

アセロデンタルクリニック (マカティ) アセロデンタルセンター (マカティRiseタワー2階)

フィリピンでの歯の治療、口腔内管理はAcero Dentalへ。

●対応言語：日本語・英語・タガログ語 ●開業時間 月-土11:00-19:00 完全予約制
●診療項目：一般歯科、予防歯科、小児歯科、歯科矯正、歯周病治療、口腔外科（現知らず）、根管治療、口臭治療、ホワイトニング、審美
歯科、インプラント治療、咬合改善、マニティ歯科、デンチャー、顎関節症の治療など ●まずはE-mail、お電話にてお問合せください。



6月号掲載のAcero
先生のインタビューは
こちらから



Dr. Claver Q. Acero



Dr. Joseph Neff Acero



Makati Rise Towerに
Acero Dental Center
近日オープン！



Acero Dental Center
Unit 213 second floor
Assembly Grounds 7248
Malugay street,
San Antonio, Makati



Acero Dental Clinic
The Linear Condominium, Tower
1, Mayapis St. corner Malugay
St. San Antonio, Makati

お問合せはこちらから ☎ 0917-632-9242 ☎ 0917-156-1017 ✉ acero2@yahoo.com



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

Tel: 02-8852-3622 Mobile: 0917-894-7005 (日本語可)
営業時間: 9時~17時 (月曜日曜・祝日休診)

🌐 www.kobayasiclinicph.com ✉ kobayashiclinic.lab@gmail.com (日本語可)

利用可能な保険会社:

PRESTIGE INTERNATIONAL
国民健康保険・社会保険





No.1 コロナ太り解消のためにまず行うべきこと!

Get Healthy! Be Healthy! Be Beautifully! In the Philippines

どのくらい食べてますか?

基礎代謝はどのくらいですか?

すっかりコロナ禍での生活がニューノーマルとなったマニラ在住の方は、外出、運動の機会が減り、太ったと感じている方が多いと思います。このままでは太る一方で何か行動を起こさないといいけないのはわかっているけど、下ろした腰を持ち上げるのは容易ではないことです。

人は、行動を起こす前に先のことを予想して、実際に起こるかもわからない出来事を懸念して実行するのを諦めてしまいます。ですが実際には懸念していたような出来事は起こらず、やってみると思っていたより簡単だったという場合がボクの経験上ほとんどです。

ダイエットに置き換えてみると、『明日から糖質減らして、走って、筋トレも初めて、フードデリバリーをやめて自炊を始めなきゃ。家に食材ないから買い出し行かなきゃいけないし、あー無理。ダイエットはまたの機会で』なんて具合に人間、習慣付いていないタスクが降り注ぐと強いストレスを感じてしまいがちで、習慣というのは連鎖します。ですので、まず1つ何か簡単なことから始めるだけでいいです。

そこでまず始めるべきことは『自分の食べているカロリーを知ること』。この段階では食事を制限する必要はなく、ただ自分がどのくらいカロリーを摂取しているか把握するだけでいいです。新たに運動を始めたりする必要はありません。これを続けると何か食べるたびに、『これどれくらいカロリーあるんだろう?』と調べようになります。それがストレスなくできるようになれば、次は『アンダーカロリーの状態を作る』すなわち、自分が1日で消費するカロリー以内に摂取カロリーを抑えることです。ここで初めて食べる食材を選ぶ必要が出てきます。と同時に自分かどのくらい1日にカロリーを消費するかを知る必要があります。これは基礎代謝(何もしなくても1日消費するカロリー) + 活動量(動いて消費するカロリー) です。

基礎代謝はネットで検索し、年齢、体重、身長を入力すれば出ます。このベースのカロリー計算が出来ていれば、夜糖質を抜いたりする必要もありません。



寝る前に糖質が実はカラダにいいの?

『寝る前に糖質を摂ると太るのか?』何となく太りそうな印象ですね。様々なダイエット関連の記事においてもNGな行為として記されています。私も寝る前の糖質は避けてきました。理由はエネルギーを消費する予定がないタイミングでエネルギー源となる糖質を摂取するとそのエネルギーは使わずに寝ている間にエネルギーの貯蔵庫である脂肪細胞へと蓄積され脂肪増加につながるためです。

では果たして本当にそうなのか? 答えはNOです。寝る前に糖質を摂っても太りません。太るどころかむしろいい作用があります。寝る前に糖質を摂ると少なからず空腹で睡眠に入ることになります。空腹の症状が現れるということはカラダが飢餓という合図です。結果睡眠が浅くなってしまい疲労が抜けず日中の活動に影響しエネルギー燃焼効率が悪くなります。そこで、寝る前に糖質を摂取することで満たされた状態で睡眠でき、睡眠の質が向上します。ダイエットを短期間でみた場合、空腹で寝るという行為は有効かもしれませんが、先ほ

ろ述べた通り飢餓状態であるため長続きはしません。そして1~2週間の短期間ダイエットで減る体重のほとんどは水分であって脂肪ではありません。体重の数値とともにお腹の脂肪も減らしたい場合は最低2ヶ月程をダイエット期間と設定する必要があります。

そうすると鍵となるのは『いかに自分を満足させるか』ということ。以上の理由から、寝る前の糖質摂取という行為は自分を満足させるため、カラダを飢餓状態にさせないために必要なのです。自分のカラダという容器に溢れる量の水を入れなければ、注ぐタイミングをいかに変えようとも溢れることはない、ということです。逆に容器に収まらない水の量を注ぐと、注ぐタイミングにかかわらず、やがて溢れてしまうということ。そして溢れた水は余ったエネルギーとして脂肪となります。ですので、お腹の贅肉を無くしたいと思う場合は、漠然と糖質を取らない、走るという行為をする前まず、自分の1日で消費するカロリーの把握、そしてそのカロリーを超えない食事。これらを設定する必要があります。

ダイエットにおいて糖質は敵ではなく、このアンダーカロリーの設定をめぐらしている自分が何よりの敵です。煩わしく聞こえますが1度やってみるとそんな難しい話ではありません。そして更長くて1週間続けてみると習慣について意外と楽に感じるものです。(以下次号)

執筆者: ボギ金子

フィリピンで3年間パーソナルトレーナーをつとめてきたラグーマン。フィリピン在住者に、ダイエットやフィットネス、マッスルトレーニングなどを指導していく中で自身が得た知見を本号から本誌にて連載。

Instagram: pogi_kaneko
Line: 22045



日本人向けお掃除品質なのにローカルプライス!!

Before

After

こんなにキレイに!

新サービスも続々追加!

【来月予告】 ●グリースストラップ ●ペストコントロール

サービス内容

OUR SERVICES

- 水回りお掃除
- 3か月に一度のしっかり清掃
- 週一回の通常清掃
- 自分では洗えないソファ/マットレス清掃
- オフィスもコンドも一軒家も!

先月のお客様の声

VOICE

この間のお掃除に本当に感動したので、結構色々な人に話をしています(笑)。友人がちょうど引っ越しの話をしていたので、すぐ勧めてしまいました!

EZY LIFESTYLE
イージーライフスタイル

☎ +63 945 520 4211

✉ jpdesk@ezy-lifestyle.com

🌐 https://www.ezy-lifestyle.com/



担当: 野田 健

Lineからもご連絡ください



SHARP

PLASMACLUSTER ION AIR PURIFIER

プラズマクラスターイオン空気清浄機で、どこでも健康的でクリーンな空気です！

幅広く
ご利用いただけます

Recommended
for Boutique
ブティック店などにおススメ！

HIGH-DENSITY 7000

DW-E16FP-W

24 sq.M
ROOM SIZE

Air Purifier
with Dehumidifier
除湿空気清浄機

Recommended
for Car
車用におススメ！

HIGH-DENSITY 75000

IG-GC2E-B/P/N

Ion Generator
for Car
車載用イオン発生機

Recommended
for Home/Bedroom
家の中・寝室に
おススメ！

HIGH-DENSITY 25000

FP-J80EP-H

62 sq.M
ROOM SIZE

Air Purifier with IoT
IoT機能付き空気清浄機

Recommended
for Restaurant
飲食店におススメ！

HIGH-DENSITY 7000

KC-G60E-W

50 sq.M
ROOM SIZE

Air Purifier
with Humidifier
加湿空気清浄機

PLASMACLUSTER ION TECHNOLOGY



プラズマクラスターイオンテクノロジーで空気中のウイルスと細菌を99.9%除去します。

**Recommended
for Hospital/Clinic**
病院/クリニックにおススメ!

HIGH-DENSITY 25000

FP-J60E-W

48 SQ.M
ROOM SIZE

Air Purifier
空気清浄機

**Recommended
for School**
学校におススメ!

HIGH-DENSITY 7000

FP-GM50E-B

40 SQ.M
ROOM SIZE

**Air Purifier
with Mosquito Catcher**
蚊取り機能付き
空気清浄機



SCAN ME!

プラズマクラスターの効果に関する
より詳しい情報は、当社WEBサイトを
ご覧ください。

上記は長崎大学感染症共同研究拠点・熱帯医学研究所の研究結果に基づく。

Based on the study conducted by the National Research Center for the Control & Prevention of Infectious Diseases

**Recommended
for Office**
オフィスにおススメ!

HIGH-DENSITY 25000

FU-551KP

40 SQ.M
ROOM SIZE

**Wall Mounted
Air Purifier**
壁掛け空気清浄機



HIGHLY RECOMMENDED
FOR PEOPLE
WITH ASTHMA
& ALLERGIC RHINITIS



SHARP (PHILS.) CORPORATION

Km 23 West Service Road, South Superhighway, Alabang, Muntinlupa City

Tel. Nos.: (+632) 8842-0525 to 29

Fax No.: (+632) 8842-0530

Toll Free No.: 1-800-1-888-4952



www.facebook.com/SharpPhilippines



@sharp.ph

ph.sharp





出張マッサージ
Home & Hotel Services

SERVICE: MAKATI | MALATE | PASAY | MANDALUYONG |
AREAS: ORTIGAS | ALABANG | PASIG | SAN JUAN | PARANAQUE

2時間 1000ペソ OPEN 24 HRS

※写真はイメージ 施術内容は行政の決定をご確認ください。

ANGEL'S REMEDYでリラックス!

GLOBE: 0926-049-0806 • SMART: 0929-426-6927 • 02-8727-9462
angelsremedy008 09260490806 angelsremedy008

マカティ 日本式マッサージ・鍼の専門家!
はり・マッサージ・総合漢方クリニック

コロナによる規制のなか、在住の皆様は心身のストレス下でお悩みのことと思います。病院に行くのをためられるような、なんとなくといったような心身の不調、そういったお悩みをお持ちの方に、当院はお役に立ちます。

マッサージは慰安、娯楽ではありません。漢方医療の一部です。漢方医学の日本人専門家に、日本語で体調の不安を相談し、心身両面のストレス、不具合の相談・解決ができる日本式鍼灸・指圧マッサージ、操体、漢方相談等、フィリピン唯一の漢方クリニックとして皆様のお役にたちたいと願っております。

心身症状というのは、西洋医学ではとるに足らない愁訴として取り上げてもらえないことがほとんどです。当地でこれに対応できるのが鍼、マッサージ、日本語カウンセリングを含む当院の総合的な漢方だと自負しております。皆様のご来院をお待ちしております。

ご相談に関してはお電話やe-mailでも可能ですが、ご来院でのご相談をお勧めいたします。

1688 Dian St., San Isidro Makati
☎0921-939-8358(日本語・小泉) 鍼はこちらへ
☎13時~22時(時間外はお電話ください)
※なし*人数規制のため、事前にお電話ください



丁寧な対応の元日本鍼灸師会講師、小泉さん



日本人の技術指導のもと、日本式マッサージで施術



SCS skin care solutions

Underarm laser hair removal **Php3,000**
PROMO PACKAGE 6+2 for Php18,000

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、粗い体毛や細か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

WIL TAILORS English Speaker Only

We are experts in tailoring different kinds of uniforms and made-to-order clothing.

ユニフォームやオーダーメイド衣料のご要望はWILTALORIC!



PPE's / Office uniforms / Hotel uniforms / Restaurant uniforms / Corporate uniforms

50% downpayment and 50% upon delivery

ご依頼時に料金の50%を、また配達時に50%を承ります。

☎ 09052825114 / 09682037057
📍 B24 L12 Kariktan St. Karangalan Manggahan, Pasig City

🕒 Monday to Saturday (9am to 7pm)
✉ wil.tailors27@gmail.com
📞 Wil Tailors

Beauty

**フィリピンでエステ、スパをお探しなら
フィリピンプライマー。**

**初めてのフィリピン旅行の方から在住の方まで
役立つエステ、スパ情報満載!**



プライマー ビューティ

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

げんきいっぱいウィズキッズ!



2021年度
入園申込
受付中!



小学校入学準備
日本語
オンライン授業
生徒募集中!

ウィズこども園

こどもは、みんな 神童です。

お問い合わせは  info@whizkids.jp までご連絡ください。

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

PRIMER

プライマー ブログ 検索



体で覚える英会話

DCEC
Philippines

毎週金曜日に30分の無料レッスン!

今すぐメッセージを送ってください。

忙しいビジネスパーソン

でも継続でき

1ヶ月で

上達を実感できる学習法です。

自宅で快適に勉強できます!

マカティのオンライン
ビジネス英会話スクールDCEC



お申し込み、
お問い合わせは
左のQRコードより

Instagram
@dceenglish

DCEC PH

7F, Finman Centre,
131 Tordesillas St.,
Salcedo Village, Makati City,
Philippines 1227
Tel: + 63 9175571528

駐在員・日本人
学校からの人気NO.1



ステップフォワードBGC 校

「オンライン英語レッスン」大好評実施中!

安心の日本人経営

POINT 1



ニーズを満たす!
個別指導カリキュラム

一人ひとりのレベル・目的に合わせたレッスンを提供。
日常英会話や発音矯正、仕事上のシチュエーションなど
ご要望に応じたプログラムで学習いただけます。

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ご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ることがない、1回50分の
レッスン。楽しく話せるので、50分でもあっという
間に終わるという声を頂いております。

対面レッスン再開!

安全・衛生面に配慮し、学校での
対面レッスンを再開しました。

料金

1レッスンあたり 700ペソ〜 (税込)

※ 20レッスン (有効期限4ヶ月) 〜

営業日

月曜〜金曜 7:10〜23:00

土日 8:10〜17:00

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 09175571344g

Unit 1602 One Park Drive, 11th Drive,
Cor 9th Ave, BGC, Taguig

https://stepforward-learning.com/
708-99953

フィリピン株を一緒に勉強しませんか

Amazon
ランキング
1位 取得

- 初心者でもわかりやすい!
- フィリピン投資の原理原則がわかる

ライフシフト合同会社 代表 町田 健登 (まちだ けんとう)

フィリピン投資・経済アナリスト。FP2級、証券外務員2級、TOEIC915点。1988年生まれ、筑波大学卒業。日系企業駐在員として渡比のち投資を開始。31歳で無借金、純資産1億達成。日系フォールディングスの役員を務めた後、2020年ライフシフト同協会社創業。月額20〜30件の資産運用・節税の相談に乗り多くの投資家の信頼を集めている。

フィリピン株セミナー開催!

セミナー 予定内容 何故、いまフィリピンなのか? 初心者こそ、フィリピン株が最適な理由 口座の開設方法 等。

10/19(火) フィリピン時間 午後7:00〜 ONLINE にて開催

参加
無料

申込先
は
コチラ



私、町田 健登の
TWITTERも
是非ご覧ください

Life Shift

ライフシフト合同会社
東京出張所: 東京都大田区蒲田 2-1-6-502

https://lifeshift-ex.com/lp/
info@lifeshift-ex.com

無料体験レッスン実施中！

- ・フィリピン人の講師が担当
- ・マンツーマンレッスン
- ・お支払いは1回単位
- ・スマホでの受講可能
- ・カメラ機能OFFでの受講OK

1レッスン 50分で 500円



● 日常のシーンを想定してレッスン

英語に不安がある方は「天気のこと」「家族のこと」など、最初は写真を使用した簡単な英会話からスタート。徐々に、実際に英語圏で生活を想定した内容に変化していきます。

● 一人ひとりそれぞれのオリジナルカリキュラム

初回のレッスンでは、テストを受けていただいています。その結果をもとに、受講者様の英語レベルに合ったカリキュラムでレッスンを行います！

お問い合わせ先 ✉ kazuya@cck-network.com 担当者：坂詰（さかつめ）

CCK City Network Inc.,

住所：34th Floor One San Miguel Avenue Condominium,
San Miguel Avenue, Ortigas Center, Pasig City

サービス・ご予約はこちらから
<https://c-ela.com/>



フィリピンの最新情報をお届けします！

- 生活情報
 - ビジネス情報
 - その他のフィリピン情報 など
- SNSからも情報発信中！ ぜひご活躍ください！



@philippineprimerで検索！

SNSでプライマーをチェック！

いいね！

LINE 友だち追加

facebook

最新情報はここから！

twitter

YouTube

フィリピンプライマーで検索！

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。

ADB初の海洋保全債券、第一生命等が全額取得 明治安田生命と3億米ドル相当、教育債取得実績も

アジア開発銀行(ADB)駐日代表事務所によると、ADBは9月10日、アジア・太平洋地域の海洋関連プロジェクトへの融資を目的とした、オーストラリア(豪)ドルおよびニュージーランド(NZ)ドル建てのデュアルトランシェ・ブルーボンドを初めて発行した。

2億800万豪ドル(約1億5,100万米ドル)の15年債は、第一生命保険が購入し、シティグループ・グローバル・マーケット・リミテッドがそのアレンジを担当した。2億1,700万NZドル(約1億5,100万米ドル)の10年債は、明治安田生命保険が購入し、クレディ・アグリコル・CIBがそのアレンジを担当した。この債券は、ADBの拡大されたグリーン&ブルーボンド・フレームワークの下で発行された。

これらのブルーボンドは、2019年に発表されたADBの海洋保全と持続可能なブルーエコノミーのための行動計画に沿ったもので、2024年までに少なくとも50億米ドルの投融資と技術協力を提供することにより、アジア・太平洋地域における持続可能な投資を促すことを目的としている。

ADBのブルーボンドは、再現可能性や拡張性が確保されており、アジア・太平洋地域の海洋経済の発展を目的としている。その収益は、生態系の回復、天然資源管理、持続可能な漁業・養殖業、海岸・沿岸域における汚染の削減、循環型経済、海洋再生可能エネルギー、環境に優しい港づくりや海洋輸送を通じて、海洋保全を増進するためのプロジェクトに充てられる。同時に、これらの投資は、将来に向けた持続可能な経済成長と雇用の創出を後押しする。

開発途上加盟国は、ADBのアプローチを採用し、ソブリン債としてブルーボンドを発行することにより、海洋資源の保護や急務である経済の活性化を促すのに不可欠な海洋保全プロジェクトのための資金を獲得できる。

なお、ADBは、今年2月アジア・太平洋地域における技術・職業教育訓練を含む教育セクター関連事業に資金支援をするため、教育債(エデュケーション・ボンド)を初めて発行した。新型コロナウイルスのパンデミックにより教育制度に深刻な影響が及んでいる開発途上加盟国への支援を後押しするものであった。この10年豪ドル建て教育債も、第一生命保険が全額7,500万豪ドル(約60億円)を購入した。

東洋建設、パシグ・マリキナ河川改修で269億円受注 単独事業で172億円、清水建設とのJVが194億円

東洋建設は、9月10日、「フィリピン公共事業道路省が発注するパシグ・マリキナ河川改修事業(フェーズIV)のうち、工区パッケージ2を単独で、パッケージ3を東洋建設が幹事会社を務める共同企業体(清水建設とのJV)で受注、2021年7月19日に契約署名式が執り行われた」と発表した。

東洋建設はこれまで同事業のフェーズII、フェーズIIIを施工しているので、今回で3フェーズ連続の受注となった。受注金額はパッケージ2が約172億円、パッケージ3が東洋建設分約97億円(JV受注総額約194億円)の合計約269億円となった。なお、同工事は日本国政府開発援助(ODA)の有償資金協力(円借款)のうち、本邦技術活用条件(STEP)として実施される。

東洋建設がフェーズII、フェーズIIIで護岸整備及び河道浚渫を行ったことにより、周辺地域の洪水被害は大幅に低減され、また川に親しむ護岸構造になっている整備部分は、地域住民の憩いの場となっている。さらに周辺には公園や商業施設、超高層住宅等も次々と整備され、本プロジェクトが地域の発展に大きく貢献していることが伺われる。

今回受注したフェーズIVは、その上流部の整備となり、下流部同様、氾濫防止のための嵩上げを含む護岸の整備及び流下能力を向上させるための河道浚渫を行うことにより、周辺地区の洪水被害を低減させる効果がある。周辺から川に流れ込む雨水や生活排水についても、同時に行われる排水溝等の整備により環境の改善が見込まれる。また、本工事エリアについても、下流部同様地域の経済発展に大きく寄与することが期待されている。

東洋建設は、自然災害が多い国の一つであるフィリピンに1973年に進出して以来、様々な事業に参画している。大規模な河川工事分野では、アグノ川流域緊急復旧工事(ルソン島中部)、オルモック市洪水対策工事(レイテ島)、ラオアグ川治水・防砂工事(ルソン島北部)、パシグ・マリキナ河川改修工事フェーズII、フェーズIII(マニラ首都圏)、カガヤンデオロ洪水対策工事(ミンダナオ島北部)等、数多くの施工実績を積み上げてきた。

1976年4月には、フィリピンの大手建設業者であるCDCP社とC&A社との共同出資で、CCTコンストラクターズ社(CCT社)を設立した。CCT社は、主に日系企業及び欧米系企業を中心として、工場や倉庫など277件の施工実績を有する。建設業ライセンスはAAA(トリプルA)、従業員は、日本人職員11名、

月額料金はそのまま!スピードアップ!

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



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上でいつでもご確認頂けます。

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・数日もお待ちさせることはありません。



CONTACT US 日本人スタッフがサポートいたします。

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

シェア回線 SMEプランもご紹介します

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。

現地職員257名、顧客数142社(2021年3月末現在)となっている。工場・倉庫建設部門の売上高は2019年に日系1位となった。

東洋建設は、2020年度を初年度とする3カ年の中期経営計画「Being a resilient company」において、海外事業への更なる展開、インフラ整備事業への更なる参画に向けて、事業拡充を目指すとしている。3年後には、海外4拠点(フィリピン、ミャンマー、インドネシア、ケニア)による事業体制を確立し、各拠点が補完し合える安定した事業展開を行い、3年間の受注高700億円、営業利益28億円を目指すとしている。そして、海外建設事業においては、フィリピンを最重要拠点国として位置付けている。

約半世紀近いフィリピンでの事業は、東洋にとってかけがえのない財産となっている。これから地域に根差した事業展開を進め、保有する技術の移転や人材育成などを行い、フィリピンの社会・経済発展に寄与して行く方針である。

比のエコバッグや詰め替え商品使用比率、世界最高 リサイクル意識旺盛：電通のサステナブル調査

電通で海外事業を推進するグローバル ビジネス センターと、電通総研は、2021年7月に12カ国(日本、ドイツ、イギリス、アメリカ、中国、インド、インドネシア、マレーシア、フィリピン、シンガポール、タイ、ベトナム)を対象に「サステナブル・ライフスタイル意識調査2021」を共同で実施、その結果を、9月8日に発表した。

この調査は、二酸化炭素の排出抑制やプラスチックごみの削減、サステナビリティに対する意識などについて、国ごとの違いとともに、2010年に実施した「サステナブル・ライフスタイル意識調査」と比較することを目的に実施した。

その発表によると、日本は10年前よりサステナビリティのイメージが具体化され、エコバッグ利用や詰め替え商品の購入も一般化した。しかし、買い物時にはある程度エコを意識する機会がある一方で、環境コスト負担を受け入れ、社会活動を支援する層は一部にとどまり、使用・廃棄まで人びとの意識が行き届いているとは言えない。さらに、次世代につなぐことよりも、今の生活を守ることに精いっぱいという人の割合が高く、このことは日本以外の経済先進国においても同様の傾向である。

日本の対極にあるのは、フィリピン、インドネシア、ベトナムといったASEANの国々である。社会活動への支援が活発で、公的な意義を優先した消

費への意欲をもち、リサイクル行動を実践する人の割合も高い結果となった。さらに、社会課題に関心を持つきっかけは「SNS投稿」と、ニュース優勢の経済先進国とメディア接触の状況が異なる。ASEANは若年人口構成比率が高く、SNS利用度とサステナビリティ意識の相乗効果が表れているとみられる。項目別の動向は以下のとおり。

＜関心のある社会課題＞

日本は1位「自然災害」57.2%、2位「少子化・高齢化」45.6%、3位「大気汚染」41.6%。イギリス、ドイツ、シンガポールは「海洋プラスチックごみ」、アメリカは「人種差別」、「医療制度・設備」、中国、インド、ベトナムは「大気汚染」、「水質汚染・水不足」、フィリピン、マレーシア、インドネシア、インドは「公衆衛生」、タイは「失業率」が上位と、関心を寄せる社会課題には大きな地域差が見られた。フィリピンは「公衆衛生」が72%で、「貧困・飢餓」77%に次ぐ2位であった。

＜リサイクル行動＞

フィリピンの「エコバッグ」使用率は87.3%で首位、2位の日本の78.8%、12カ国全体の60.6%を上回った。「詰め替え商品」購入率も74.3%で、12カ国全体の53.3%を大幅に上回る1位であった。日本は67.8%で3位であった。マイボトルを持ち歩く比率は72.3%で2位であり、フィリピンのリサイクル行動が活発であることが反映されている。

＜社会活動の支援＞

フィリピン、インドネシア、ベトナムは約8割が「社会活動」の高関与者(イベントを企画するリーダー+参加するメンバー+情報を広げるサポーターのいずれかを選んだ人の合計)となり、高関与者が半数に満たないイギリス、ドイツ、日本と比べて、社会活動が可視化されやすい地域といえる。

＜社会課題に関心を持つきっかけ＞

日本は「ニュース・記事」が56.0%、ASEANは「SNS投稿」の方が高い。日本と同様にイギリス、中国、ドイツでは「ニュース・記事」が「SNS投稿」を上回る。ASEANでは「SNS投稿」が「ニュース・記事」を上回り、社会活動の高関与者の多さとの関連をここでも確認することができる。

＜サステナビリティのイメージ＞

全体の1位である「地球環境」は不動。10年前は「つながり・関係性」、「責任・義務」、「子供・次世代」「忍耐」など、次の時代に期待する漠然としたイメージの言葉が上位であったが、2021年では「循環型社会・サーキュラーエコノミー」、「社会的影響」、「多様性」など、より具体的に現実的な、現在進行形の社会課題という認識が変わった。

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が

情報サイト<https://pheconomist.com/>

伊佐治裕 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。



COMMUDE PHILIPPINES, INC.

WE ARE A GLOBAL DIGITAL PRODUCTION COMPANY

WEB DESIGN

SYSTEM DEVELOPMENT

WEB DEVELOPMENT

IOS/ANDROID APP DEVELOPMENT

COO: KEN KASAI
+63 9565016294

KEN_KASAI@COMMUDE.PH
UNIT 505 CAMPOS RUEDA BLDG. 101 URSAN AVE, PIO DEL PILAR MAKATI CITY 1230

より良いスキームをご提案

開発～運用×マーケティング～サポートなどトータルにデザイン。

グラフィックデザイン・動画作成・マニュアル作成・開発・構築・運用・マーケティング・サポート & MORE

Xtreme Offshore Outsourcing Inc.
(02)7906-1073 / info@primemanpower.jp

なるほど！ フィリピンの BPO 産業

今回のビジネス特集はフィリピンの BPO 業界です。

フィリピンで活況を呈している BPO 産業。今やフィリピンにおける一大産業となっています。その市場規模や変遷、そして今後の見通しは？ また日系企業で活躍する会社は？ 業界についてお話を伺ったのは日本貿易振興機構（JETRO・ジェトロ）マニラの吉田さん。特に最近ではフィリピンにおける経済のデジタル化に向けた動きもあるそうです。本特集の詳細は WEB にも掲載しています。ぜひ右ページ下の QR コードにアクセスしてご覧ください。

豊富な若年理系人材と語学力で、比の一大産業へ

BPO とは？ 比の市場規模は？

BPO とは Business Process Outsourcing のことで、業務委託全般を指し、様々なサービス分野を包含しています。たとえば、バック・オフィス業務（データ入力、書類管理）、顧客対応業務（コールセンター、テレマーケティング）、財務・会計、システム管理・ヘルプデスク、調査、顧客分析、リスクマネジメント、技術開発・新製品設計等が挙げられます。

フィリピンにおける BPO 産業の市場規模を見ると、2020 年の収益は 267 億ドル（対前年比 1.4% 増）、雇用者数は 132 万人（対前年比 1.8% 増）にも及びます（出所：「ビジネス・ミラー」紙 2021 年 6 月 11 日付）なお、フィリピンの個人送金の受取額は 349 億ドルですから、（世界銀行データ参照）、それから見ても、いまいかに大きな産業に成長しているか、お分かりいただけると思います。

比で BPO 産業が活況となった背景は？

欧米企業側からの視点とフィリピン側からの視点で、フィリピン BPO 産業の変遷をご説明しましょう。

まず欧米系企業側からの視点では、1990 年代以降、主に米国企業において、①市場競争の激化によるコスト削減圧力によって社内業務の一部をアウトソースする誘因が発生したこと ②社内資源のコア・コンピタンスへの集中により比較的給与水準の低い国にサービス業務を移転する誘因が発生したこと、この 2 つの要因が挙げられます。その背景にはインターネットの普及等で、情報・通信技術が発達、サービス業務の国際間の受発注が容易になったことが大きいでしょう。

フィリピン側からの視点でみると、外貨獲得源、就労機会提供の観点から、フィリピン政府が BPO 産業の立地を支援し、BPO 産業に関する投資に対して、投資誘致機関であるフィリピン経済特区庁（PEZA）や投資委員会（BOI）が税制

面でのインセンティブを付与したことが挙げられます。

それらの背景の中、多国籍企業を中心とした BPO 産業がフィリピンに集積してきました。1992 年にはアクセンチュア・グループの企業がコンタクトセンターをフィリピンに設置し、また 1990 年代終盤から 2000 年代前半にかけては、米国系をはじめとする多国籍企業によるコンタクトセンターの設立が相次ぎました。フィリピンの BPO 産業は、サービス精神旺盛な英語話者を豊富に供給できることを強みに急成長を遂げてきたのです。

BPO 産業内の内訳と主な輸出先を教えてください

フィリピンにおける BPO 産業の内訳をみると、コールセンターを含む、カスタマー・リレーションシップ・マネジメント（IT を活用した顧客との関係を管理するサービス）の割合がトップ、次いで、コンピューター・プログラミング等が挙げられます。

FIGURE 4 Income and Expense for the Top Five Industries of IT BPO Sector by Industry Sub-class: Philippines, 2017



サービスの輸出先は、2017 年のデータでは米国が 65.7% を占め、次いで、オーストラリア（8.5%）、英国（6.3%）、オランダ（2.1%）。となっています。また、フィリピンの BPO 産業の特徴として、主要企業の大半は米国系の多国籍企業（アクセンチュア、Concentrix、JP モルガン・チェース等）が占めていることが挙げられます（DFA 資料より）。

一方フィリピンの地場資本企業は比較的小規模な企業です。これは、欧米企業が発注を行う際に、受注側がある程度の水準を保ってサービス提供を行なう必要があることと関係が考えられます。多国籍 BPO 企業は、入社後、社内研

吉田 暁彦さん

Mr. Akihiko Yoshida

日本貿易振興機構（ジェトロ）
マニラ / Japan External Trade
Organization (JETRO) Manila



2015 年、ジェトロ入構。本部、ジェトロ名古屋を経て、2020 年 9 月より現職。フィリピン経済についての調査・情報発信と、日系スタートアップに対するフィリピンへの展開支援を主に担当。

修・トレーニングが非常に充実しており、社員のマネージメントも効率化されている傾向にあります。そのため、一定水準のサービス提供が可能となっているのです。

比で BPO 事業を行うメリットと留意点は？

メリットとしては、高度な能力を持つ、若年の理系人材がフィリピンでは比較的豊富に供給されていることが挙げられます。そして、賃金の上昇率が近隣の東南アジア諸国と比較しても低位に抑えられていることも挙げられます。英語が公用語であることも大きな要因ですね。

一方フィリピンで BPO 事業を行うにあたり特に留意すべき点としては、フィリピンでの法人設立を検討した場合、手続き面で労力が発生すること。また、法人税率が高かったことです。ただし、CREATE の成立によって、税率が 30% から 25% に低下したため（条件を満たす小規模事業者は 20% まで下がった）、状況は改善しつつあるといえます。

今フィリピンは、経済のデジタル化に伴い、技術・サービスをフィリピン市場に展開する動きが生まれつつあります。このなかで、サービスの高度化を目指している BPO 企業はスタートアップのターゲットにもなりつつあり、JETRO マニラでもフィリピンへの参入にあたり日系企業から相談を受けるケースが増えています。この中で日系企業の留意点、JETRO としてのサポートを次にお話ししたいと思います。（以下上の QR コードから WEB へ）

■フィリピンの日系 BPO 関連企業紹介■



Reno Happia BGC INC.
リノ・ハピア ビージーシー

マンション、アパート、ビルなどの修繕工事を 50 年以上にわたり手掛けて来た同社。高い技術を持ったオペレーターが作図を行い、経験豊富なスタッフが図面の検査を行う事で高精度の図面を提供する。丁寧で確実な施工はもちろん、安全面、環境面への配慮も怠らない。そして建物改修を通じて顧客に喜んでいただき、地域の皆様の役立つ会社を作っていくこと、そのために社会に貢献できる人材の育成が不可欠だと考える同社は、「リノ・ハピア」という社名に込めた想いを通じて、社員一人一人が高い意識で業務に取り組む。国内外の最新案件に携わる技術者・経験者を揃え、高度な作成技術にも対応可能だ。日本企業は ISO9001、ISO4001 認証。



代表取締役・CEO
渡邊 清彦さん

- 対応言語：日本語・英語 ●対応エリア：日本
- サービス内容：CAD データサービス 2 次元の少量案件から大規模案件まで、仮設図、外壁補修図や積算などで必須となる 3 次元での作図も対応可能
- ☎：+813-3748-4481 ●✉：y-sasagawa@reno-happia.co.jp
- WEB：http://www.renohappia-bgc.com/
- 担当者：笹川芳和（ササガワ ヨシカズ）

フィリピンに拠点をもち、フィリピンの特性を活かしながら活躍する
日系の BPO 関連企業をご紹介します。



Xtreme Offshore Outsourcing Inc.
エクストリームオフショアアウトソーシングインク

XOO Inc は 2019 年に設立。まだ新しい会社だがメンバー全員が長年、フィリピンで様々な分野のアウトソーシングを経験しているプロフェッショナル集団だ。BPO の単なる「Asis」業務ではなく、新たな革新的なツールやソフトウェアの紹介、ブリッジ人材を置いたアウトソーシングサービスの確立など、今までにない視点で顧客の課題解決のための提案を行う。

コスト削減を維持しつつ、サービス品質の向上の付加価値をつける BTO (Business Transformation Outsourcing) が最も得意とするサービスだ。

IT 分野では、フィリピンの開発エンジニアやクリエイターが、US など全世界から最新のテクノロジー情報をサーチし、最適なソリューションを用いて開発、納期短縮とコストの削減を実現する。幅広い分野で対応するのも同社の特長だ。

- 対応言語：日本語・英語・タガログ語 ●対応エリア：フィリピン・日本
- サービス内容：SES（システムエンジニアリングサービス）、ドキュメントビジネス、コンタクトセンタービジネス
- ☎：(02) 7906-1073 ●WEB：https://www.primemanpower.jp/xoo
- ✉：info@primemanpower.jp ●担当者：宮崎

代表者の林さんが2007年にゼネコンを退社した後にフィリピンに設立した同社。外注しにくいと言われている日本の大規模建築（意匠図のみ）の作成をメインに行っている。

AutoCAD用のプログラムを自社で作成し、属性や外部参照、エクセルとの連携などにより、やみくもにマンパワーで作図するのではなく、効率的な作図を行っているのが特長だ。林さんによれば、フィリピンにおけるBPOをうまく利用するコツは、「言葉をなるべく使わず、画像や図表を使って、正確なコミュニケーションを行えるかどうかにかかっている」という。林さんは一級建築士 米国公認会計士 (WA) の資格をもち、現在は日本で同社のマネジメントを行っている。日本国内でフィリピンの会社に設立からエンジニアの採用、運営、税務申告までサポートしてくれる。「一度請けた仕事からは逃げません」とのモットーで、AutoCADでも会社整理に設立時にも力強い味方になってくれる。

- 対応言語：日本語・英語 ● 対応エリア：日本、フィリピン
- サービス内容：AutoCADを使った日本の大規模建築物の詳細図作成
- ☎：(02)8831-2822 ● WEB：https://www.offshorecad.com.ph/
- ✉：info@offshorecad.com.ph ● 担当者：林 秀生

2017年設立した同社。翌年5月にはフィリピンの英語の通じる豊富な人材を武器に、オフショアでの映像制作、2D、3DCG、アニメーション、キャラクター制作、各種DTPデザイン等のマルチメディアデータ制作サービスを提供するBPOマルチメディアラボ事業を立ち上げた。現在は、主に日本の印刷・制作系企業のDTP、切り抜き、トレース（図形や画像修データ修正）や3DCG（カタログ用データ制作）を請け負う。日本の企業文化を理解し、品質や納期管理はフィリピンで運用していても日本品質で提供。クリエイティブツール情報や動向は英語ベースで最新のものを取り揃える。人事管理や作業環境構築はすべて同社BPOサイド管理のため、顧客が本来の業務に集中できる。英語で最新のクリエイティブツールの情報が入手でき、世界で勝負できるxRDXを共に創るパートナーとして活躍している。



担当：土田さん

- 対応言語：日本語・英語・タガログ語
- 対応エリア：フィリピン、日本、英語圏
- サービス内容：動画制作、DTP制作、3DCG・CAD
- ☎：(02) 810-5966 ● WEB：https://www.howay.com/bpo/
- ✉：tsuchida@howay.com ● 担当者：土田

2012年にPEZAの認定を受け、日本顧客向けはCADセンターとして設立した同社だが、現在はCADにこだわらない幅広いアウトソーシングサービスを展開し、日本全国から様々な案件を受注。フィリピンでは、PICS（ピクス）という愛称で親しまれている。親会社のイシハラ株式会社は1949年の創業。愛知県豊橋市に本社と東海に8社のグループ会社がある。日本に一級建築士を有し、建築CADでは様々なソフトに対応。またコールセンタースタッフやプログラマー、Webデザイナー等も受け入れ可能だ。主に日本の住宅向け建築図面の作成を請け負い、アウトソーシングサービスというに会社設立の言質にこだわらないシェアオフィスを展開している。



担当：井口さん

- 対応言語：日本語・英語・タガログ語 ● 対応エリア：日本全国、フィリピン全土、その他英語圏
- サービス内容：建築系CAD（トレース、パース作成等）、建築図面業務、その他CAD、各種デザイン制作、ネットショップ運営、各種サイト制作、コールセンター、動画編集※その他CAD以外はおアウトソーシングサービスのみ対応可能
- WEB：https://www.ishihara-group.co.jp/pics/
- ✉：info.pics@ishihara-group.co.jp / iguchi@ishihara-group.co.jp
- ☎：(02) 8800-7992 ● 担当者：井口 哲

株式会社東栄住宅のCAD作図拠点として2014年4月にフィリピンマニラにて創業。日本人スタッフ指導のもと、フィリピン人スタッフによる日本製のCADソフトを使用した作図を行っており、約83,000戸の供給で培った東栄住宅のノウハウを活かし、高品質で安定した図面を提供している。

年間5000棟近くの作図を行っており、スタッフのスキルアップは目覚ましい。これまでは日本の親会社（株式会社東栄住宅）からの受注が100%を占めていたが、今後は事業拡大のために他社から作図依頼を受けることも計画中だという。

同社では日本人がフィリピン人スタッフの指導にあたることも多く、顧客は日本語で細かい規制や条件を正確に伝えられる。その一方で、コストパフォーマンスがとても良いので初めて海外のBPO企業を利用される日系企業にもメリットは大きいそう。

- 対応言語：日本語・英語・タガログ語 ● 対応エリア：フィリピン全土
- サービス内容：CAD 日本の戸建住宅の建築図面や完成予想パースなどを作成、日本製のCADソフトを使用。建築確認申請図、電気図、基礎・土台図、住宅の外観パースやおよび内観パース（静止画、3Dパノラマ、VR、AR）
- ☎：(02) 8821-1844 ● WEB：http://www.touei-cad.com/
- ✉：info@touei-cad.com ● 担当者：山内（日本語／英語）

日本の銀行・保険システムなどの金融システム開発で25年以上の実績がある天晴グループ。そのキャリアを活かし日本基準の高品質なシステム開発をオフショア・現地で提供するほか、BPO事業も行っている。そのサービス内容は、英語圏向けのコールセンターやカスタマーサポート、フィリピン国内向けのコールセンターやカスタマーサポート（英語、タガログ語）英語圏・フィリピン国内向けのバックオフィスサービス（RPA提供による自動化にも対応）、書類の電子化（書類管理システムの開発・提供）のほか動画編集など多岐にわたる。IT企業という強みを活かし、BPOを活用したDXを提供できるのが天晴フィリピンの強みだ。



マネージャー：
西川さん

- 対応言語：日本語・英語・タガログ語
- 対応エリア：日本国内／フィリピン国内
- サービス内容：コールセンター、カスタマーサポート、バックオフィスサービス、書類の電子化、動画編集
- ☎：(02) 8634-9033 ● WEB：https://www.tenseiph.com/
- ✉：contact@tenseiph.com ● 担当者：Armando M. Osias Jr.

より詳しい情報はwebで！

PrimerのWEBサイトでは、今回特集したフィリピンのBPO産業について、より詳しい情報を掲載しています。

- 各日系BPO関連企業の強み、沿革
- フィリピンのBPO企業を利用するときに特に注意すべき点、知っておきたいポイント
- 日系のBPO企業を利用するメリットは？
- 将来のクライアントへのメッセージ



https://primer.ph/guide/living-life/it-solution/

まだまだあるフィリピンの日系、外資系、ローカル BPO 関連企業を一挙にご紹介します！

Well Treasure ウェルトレジャー

- ☎ : 02 7217 2008
- ✉ : Info@welltreasureph.com
- WEB : <http://welltreasureph.com/>

American TESOL Institute Philippines アメリカンテソルインスティテュート

- ☎ : (02) 584 7200
- WEB : <http://www.americanatesolphilis.com>

Fusion BPO Services Philippines, Inc. フュージョンビーピーオーサービス

- ☎ : (02) 506 8932
- ✉ : deepak.chauhan@fusionbposervices.com
- WEB : <http://www.fusionbposervices.com>

eData Services Philippines Incorporated. グイーデータサービスフィリピン

- ☎ : (02) 884 1567
- ✉ : edata@edataservices.com
- WEB : <http://www.edataservices.com>

Flat Planet (Philippines) Inc. フラットプラネット

- ☎ : (02) 8479 1870
- ✉ : info@flatplanet.com.au
- WEB : <https://flatplanet.com.au/philippines-2/>

Transnational Diversified Group トランスナショナルダイバーシファイドグループ

- ☎ : (02) 830 8888
- WEB : <http://www.tdgworld.com>

TELUS International Philippines テルスインターナショナルフィリピン

- ☎ : (02) 638 9440
- ✉ : information@telusinternational.com.ph
- WEB : <http://www.telusinternational.com.ph>

TeleTech テレテック

- ☎ : (02) 7739 7510
- ✉ : hcsc-contactcenter@teletech.com
- WEB : <http://www.teletech.com>

TaskUs ユタスクアス

- ☎ : 046 856 4416
- ✉ : info@taskus.com
- WEB : <http://taskus.com>

SPi Global Inc. エスピーアイグローバル

- ☎ : (02) 2 884 6222
- ✉ : content@spi-global.com
- WEB : <http://www.spi-global.com/>

Concentrix コンセントリックス

- ☎ : (02) 423 8700
- ✉ : info@concentrix.com
- WEB : <http://www.concentrix.com/>

Sykes Asia, Inc. サイクスアジア

- ☎ : (02) 817 8781
- ✉ : businessdevelopment_mnl@sykes.com
- WEB : <https://www.sykes.com/philippines/>

Teleperformance Philippines テレパフォーマンスフィリピン

- ☎ : (02) 82345678
- ✉ : helpdesk@titanium.ph
- WEB : <https://www.titanium.ph/>

Genpact Service ジェンパクトサービス

- ☎ : (02) 8792 2702
- WEB : <http://www.genpact.com/>

IBM Business Services アイビーエムビジネスサービス

- ☎ : (02) 423 7585
- ✉ : comms@ph.ibm.com
- WEB : <https://www.ibm.com/my-en/services>

Alorica Philippines Incorporated. アロリカフィリピン

- ☎ : (02) 717 7500
- ✉ : info@alorica.com
- WEB : <http://www.alorica.com/>

VXI Global Holdings ヴィクシーグローバルホールディングス

- ☎ : (02) 899 2200
- ✉ : info@vxi.com
- WEB : <https://vxi.com/>

IBEX Global Solutions Philippines Inc. アイベックスグローバルソリューションズフィリピン

- ☎ : (02) 667 1100
- ✉ : contact.us@ibexglobal.com
- WEB : <https://www.ibex.co/>

Sitel Philippines サイテルフィリピン

- ☎ : (02) 860 0000
- ✉ : BarkadaMaxConnect@sitel.com
- WEB : <https://philippines.sitel.com/>

Sutherland Global Services Philippines Inc サザーランドグローバルサービス

- ☎ : (02) 459 2900
- ✉ : catherine.ileto@sutherlandglobal.com
- WEB : <http://www.sutherlandglobal.com/>

フィリピンの最新情報をお届けします！



- 生活情報
 - ビジネス情報
 - その他のフィリピン情報 など
- SNSからも情報発信中！ ぜひご活躍ください！



@philippineprimerで検索！

SNSでプライマーをチェック！

いいね！

LINE 友だち追加

facebook

最新情報はここから！


twitter

YouTube

フィリピンプライマーで検索！

空間設計とIoTを融合した 新たなオフィスを提供します

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/
プロジェクト管理を
含めてトータル
一元サポート。
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会議や
個人用PC手配など
テレワークに必要な
環境といったBCPのための
サービスをご提供します。

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
職場環境を
ご提供します。



【お問い合わせ】

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>

フィリピンで役立っ! フィリピン法律あらかると

第79回『CREATE法施行規則』



今月の事例

Q.CREATE法の施行規則が発表されたとのことですが、特に既存のプロジェクトに関して新たに判明したことはどのようなことがありますか?

2021年4月11日に発効したCREATE法(共和国法第11534号)において、同法の施行規則を90日以内に発表することとされていたところ、6月23日に財務省(DOF)及び貿易産業省(DTI)がその施行規則(IRR)を発表し、既に同施行規則は発効しています。CREATE法の内容につきましては既にいろいろな媒体で説明がなされていますので、本稿では今回発表となった施行規則のうち、CREATE法の施行前に優遇措置を受けているプロジェクトに対する優遇措置に関連して規定された事項につき、ご紹介させていただきます。

CREATE法により、これまでいろいろな投資促進機関(PEZA庁など)が付与してきた各種の優遇措置につき、原則として財政インセンティブ審査委員会(FIRB)が付与するものとし、ただし、投資資本が10億ペソ以下の場合、各投資促進機関に優遇措置の付与を承認する権限を委任することとしました。そこで、CREATE法施行以前に登録された事業に対する優遇措置がどのように変更されるのかが大きな関心事となっていました。これに関し、主要な点につきましてはCREATE法第16条により新たに挿入された内国歳入法典第311条に規定されていましたが、さらに詳細について今回の施行規則に規定がなされました。具体的には、施行規則のPart VI, Rule 18においてCREATE法発効前に付与された優遇措置の内容により分類を行い、各分類について、以下のとおりとすることが明らかにされました。

(1)所得税免税(ITH)のみが付与された事業体の場合

従来付与された期間の満了まで所得税免税の優遇を受けることが可能です。ただし、所得税免税が付与されたものの、CREATE法の発効時までにまだ所得税免税の利用が開始されていない場合、開始が可能となった後、従来付与されていた期間満了まで所得税免税の優遇を受けることができます。

(2)所得税免税(ITH)後、総稼働所得に対する5%課税が付与された事業体の場合

従来付与されていた期間につき所得税免税の優遇を受けたのち、総稼働所得に対する5%課税の優遇を受けることができますが、両方の優遇を受けられる期間は合計で10年間に限られます。(下線部が今回の施行規則で明らかとなった部分です)

(3)現在、総稼働所得に対する5%課税を利用している事業体の場合

継続して10年間、引き続き総稼働所得に対する5%課税の優遇を受けることができます。

なお、上記の優遇措置が完了した後は、優遇措置は消滅し、通常の課税がなされることになります。もっとも、適格な拡張、完全に新たなプロジェクトや追加投資がなされたような場合は、新たに優遇を受けるための申請が可能となる場合があります。

今回の施行規則の発表によりCREATE法の施行に関する規則等は一応出そろいましたが、優遇対象を設定する戦略的投資優先計画(SIPP)が未発表となっており、その発表が待たれています。

結論

A.CREATE法発効前に所得税免税及び総稼働所得の5%課税の優遇を受けることとなっていた企業に対する優遇措置の内容がより明確になりました。



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/>

RenoHappiaの高度なCAD技術で

建物を元気に! 人を笑顔に!

リノ・ハピアBGCは長年培ってきた大規模修繕工事におけるデータサービスに特化した事業を展開しています。主にCADを用いてトレース、外壁調査図やカラーシミュレーション、3DCADを用いた積算業務など、お客様の大切な資産を守るためのお手伝いをいたします。

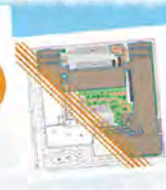
RenoHappia
BGC
Reno Happia BGC Inc.



外壁調査・補修図の作成



仮設計画図



足場仮設図



代表取締役社長・CEO
渡邊 清彦

2次元の少量案件から大規模案件、また仮設図、
外壁補修図や積算、カラーシミュレーションも対応致します。



CADリーダー
JASON

(+81)-3-3748-4481(JP)
(+63)-2-864-4100(PH)
bgcinfo@reno-happia.co.jp

Reno Happia BGC.リノハピアBGC

26th Floor Twenty-Four Seven McKinley Building, 24th Street corner 7th Avenue, Bonifacio Global City, Taguig, Metro Manila, Philippines 1634



大手日系企業様
導入実績多数

N-PAXのITソリューションとサービスで グローバルビジネスの勝者へ

人事勤怠給与システム

人事におけるエンドツーエンドプロセス採用から退職まで対応



フレキシブルなシステム設定により様々な就業規則に対応

導入からサポートまで経験豊富なチームが対応

BIR・DOLEなど各種定型帳票出力対応

mcframe GA グローバル経営管理ソリューション

グローバル企業のための
海外現地法人を支える会計

欲しい経理情報を
直感的に可視化し
経営判断をサポート

ノンカスタマイズ・短納期で
導入コンサルが強力に支援

25カ国・地域
BIR要件のCASに対応!

データ分析ツールの 決定版 貯める→活用へ



Powered by MB MOTION BOARD

- 情報のデータソースが多種
で管理が複雑
- エクセルなどレポート作成が
目的になっている
- 特定時点の過去の情報しか
把握できない

- 一元化されたプラットフォームで
情報の可視化・分析が可能
- レポート・ダッシュボード作成の
機能が充実
- 多方向の切り口でデータを見る
ことで新たな気づきを発掘できる

N-PAX Philippines, Inc (エヌパックス)

購買・販売・在庫システム

BI・データ分析

会計システム

DX・IoTシステム開発

人事勤怠給与システム

sales@n-pax.com (担当:伊藤)

WWW.n-pax.com WEBはこちら



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。



Aisons / 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/

フィリピンビジネス通信



～コンサルの視点から～

カーボンニュートラル潮流への対応

『フィリピンでできる脱炭素化対策とは』 ～カーボンニュートラル化へのステップ

野村総合研究所 (NRI) シンガポールマニラ支店では、産業・市場動向調査、新規事業立案支援、業務改善等に関するコンサルティングサービスを提供しています。今回は、近年よく耳にするようになった「カーボンニュートラル」、「脱炭素化」について、聞いてはいるが何から手を付けたらよいかわからないという企業様向けにフィリピン国内で取りうるステップ・方策をご紹介します。

◆フィリピン政府も温室効果ガス排出削減目標を発表

グローバルなカーボンニュートラルの潮流を受けて、フィリピン政府は 2021 年 4 月、パリ協定に基づき「国が決定する貢献 (Nationally Determined Contribution, NDC)」をフィリピン国として初めて提出しました。今回発表された目標では 2020 年から 2030 年の間に、何も対策をせず現状を維持した場合 (Business As Usual) に比べ、再生可能エネルギーや代替燃料を活用したクリーンエネルギーシナリオ下で CO2 をはじめとする温室効果ガスの 75% 削減を目指しています。75% のうち 2.71% は自国の努力のみによって達成、残りの 72.29% は先進国からの財務的・技術的支援を受けて達成を目指すという条件付き目標ではありますが、フィリピンも脱炭素化に向けて進みだしました。

◆企業内での取り組みはどうすればいいのか？

在フィリピン日系企業でも、カーボンニュートラルに向けた自社目標設定など、上位計画となるロードマップの策定を検討されていたり、日本本社や顧客からの要望でカーボンニュートラルに向けたアクションプラン策定や対策実行に迫られていたりするところが増えてきているようです。カーボンニュートラル (CN) 化プロセスでは、まず企業としてのありたい姿を示す CN ビジョンや CO2 排出量削減目標、削減対象となる業務プロセス、削減方策などを決めた CN 計画を策定し、次いで排出量の測定方法や算出方法など、現状の見える化をする方法

を決定した後、方策を実行していきます。(図1)

では、フィリピンではどのような脱炭素化対策が取れるのでしょうか。脱炭素化対策は大きく分けて、①使用するエネ

ルギーをクリーンなものに代替する、②クレジットや証書を利用しオフセットする、の二通りが考えられます。フィリピンでは現状どちらの対策も実施可能です。石炭火力発電が主力のフィリピンでは、CO2 は発電時に多く排出されます。使用する電力を再生可能エネルギー (再エネ) 由来の電力に変えることで CO2 排出量を削減できます。再エネ利用には、自社内に太陽光発電設備を導入し自家消費する、再エネを指定して購入するといった選択肢があります。一部の電力小売事業者はクレジットもサービスの一環として提供しており、オフセットも対策のひとつとして検討可能です。まずは自社の達成目標や顧客からの脱炭素化要求を整理・明確にし、自社で実行できる方策を検討することが重要です。NRI では企業様のカーボンニュートラル対応のための方策策定支援を行っております。支援内容についてご興味がおありの場合は、ぜひお気軽にお声がけください。



図1 カーボンニュートラル化プロセス

(出典) NRI作成

フィリピンでの各種調査、事業推進、人事・組織開発を支援します。

野村総合研究所グループは、1997年に野村総合研究所マニラ支店を設立以来、フィリピンで各種調査、事業支援、人事、組織開発等に関するコンサルティングを提供しています。事業課題や予算等に応じて各社の要望に沿った支援内容を提案します。お気軽にご相談ください。

<事業・サービス内容>

■産業・市場動向調査

産業・市場動向、規制調査、競合分析、バリューチェーン分析等

■事業支援 (ビジネスコンサルティング)

新規事業立案支援、業務改善、M&A 準備・実行支援等

■リーダーシップ開発、組織開発、組織風土改革

人事評価・報酬制度等の人事制度改革、データアナリティクスによる戦略的人事への変革支援等

野村総合研究所マニラ支店

nrimanila-inquiry@nrisg.com

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

過去の記事についてはこちらから
アクセスしてご覧ください →



マニラ支店 支店長
高岡 真紀子



シニア・マネージャー
嶋田 絵美



シニア・ビジネスアナリスト
山下 ちえ

フィリピンの レーザー板金加工は



一貫したプロセス管理により、
少量/多品種/超短納期
が可能です。



レーザー切断

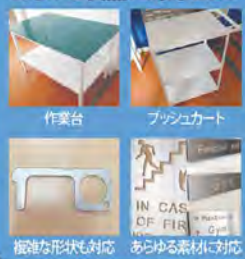
ステンレス鋼、軟鋼、アルミニウム、
アクリル、プラスチック、木材、
真鍮、銅等幅広い材質に対応
加工可能板厚例
鉄 ~12mm
ステンレス~10mm



金属加工

曲げ加工、溶接、塗装、組立にも対応

あらゆる製品に対応します



T&S Global Solutions Inc.

Lot4A, First Philippine Industrial Park, Sta. Anastacia, Sto. Tomas, Batangas

☎ (043) 405 5098 Mobile: 0917-804-9973 (伊藤)

Email: ito@tands.co.jp Web: www.tands.com.ph

フィリピンでのお困りごとをご相談ください。

- 労働許可
- 就労ビザ
- 永久ビザ



Boutique Law Firm of the Year
法律事務所としてアワードを受賞しています。

その他のイミグレーション等に関する
ご質問にお答えします。

Contact: immigration@avenidalawoffice.com

(632) 8817 - 8920 look for Ms. Tin

<https://avenidalawoffice.com>

※私たちは入国管理局の認定の法律事務所です。



テクノロジーのリーダーは 明日を創る。

テクノロジーのサービスにおいて、
Trendsはフィリピンのリーディングカンパニーです



28 years
of excellence
in the ICT industry
28年の実績



61st
among 15000
PH corporations in
2019-2020
比中61番の規模



Gold and
Platinum Partner
of Global Leaders
グローバルリーダー達との
強いパートナーシップ

お問い合わせはこちらから!

✉ konnichiwa@trends.com.ph ☎ +63 917 653 9263 🌐 www.trends.com.ph



SUZUYO WHITELANDS LOGISTICS, INC.

3F 7433 Yakal Street, San Antonio Village, Makati City

☎ 02-8350-5970

日本人直通:

輸出入: (0917) 885 9336(鈴木)

コールドチェーン: (0917) 6580635(石那田)



詳細はこちら

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販売したい
- ✓ 個人情報処理など、売買書類手続きなど不安
- ✓ ペソではなく、円で支払って欲しい
- ✓ 車両売却を社員に任せているが、リ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/>



302B Vicente Madrigal Building,
6793 Ayala Avenue, Makati

フィリピンで創業18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。

マニラやセブなど、フィリピン全土でサービスをご提供しております。

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

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 1.8E (M/T):
Php3,500 (10時間)



Starix 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
Tangula 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



MAKE THE BEST CHOICE
insurance110
ONE-TEN

保険のことならおまかせ

みなさまの海外生活を日本語でサポート

ファイナンシャルに特化したサービスも充実

**医療
保険**



**自動車
保険**



**ゴルフ
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 長橋
保険一筋!在住10年の私が対応いたします!

insurance 110 マニラ支店 **旧 HOKEN-110BANインターナショナル 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: 02-8812-6576 営業時間: 9:00~19:00
manila@insurance110ph.com <http://www.hoken110intl.com/>

いつでもお気軽に
お電話ください。
日本語でご対応
いたします。

BDOが入っている
建物の2階 ※駐車場有り



SPPC

ショウワポリマー・プロセス・コーポレーション
ISO9001 Certified

**フィリピンで25年以上、様々なゴム製品を製造。
お客様のご期待以上の製品をご提供しています。**

フィリピンで「ハイオニア・
ステータス」を獲得



ハッチスポンジ



フレキシブルジョイント



自動車ランプ用ソケットカバー



フォークリフト部品



金具付きゴム製品

●金型の設計 ●ゴム射出成型
●プレス成型 ●押出し成型

コンパウンドミキシングから出荷まで

他社にはない製品のコンパウンドの開発から練り、加硫、検査、出荷まできめ細やかなサービスをご提供致します。ゴム部品はフィリピン25年の豊富な経験とISO9001-2015に基づき高品質低価格を実現する弊社にお任せください。

SPPC ショウワポリマー・プロセス・コーポレーション
B4 L3 Laguna International Industrial Park
Mamplasan, Binan, Laguna 4124 Philippines



お問合せ
お待ちしております

✉ noriko@sppc.com.ph
☎ 09178481187
担当: 押見





J.P. MARZAN PROJECT VENTURES, INC.

ジェイビー 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

安全・安心・信頼の・梱包資材の燻蒸・製作・組立・積み込み

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)

お任せください!



☎(049) 832-1111 / (02) 8520-8913

✉ info@jpmarzan.com <http://www.jpmarzan.com>

☎ 0917-155-2208

✉ yusuke.kondo@jpmarzan.com



あらゆる細菌を日本の技術で、安心確実に

除菌滅菌消臭!

Marella Disinfection System

Marella water (マレラ水)を用いた日本の技術で
技術者が安全・安心、確実に除菌・滅菌、消臭します

電解次亜塩素酸水・マレラ水発売開始!

- ご家庭の利用に最適!
お子様やペットがいても安心してご利用いただけます。
- 電解次亜塩素酸水・マレラ水
1ガロン(3.785リットル)1800ペソ

*適量、使用する際は、必要量を水道水で10倍に希釈してご利用ください。



LBC Transtech の航空便なら 日本からフィリピンのお荷物を迅速にお届けします!

LBC Transtechが、日本からフィリピンに向けて、あなたのお荷物を迅速に、安全にそして簡単にお届けします。
フィリピン国内で最大かつ最も信頼されているLBC Transtechの航空貨物サービスをぜひ、ご利用ください。

税、すべての料金は
表示価格に含まれます。



PARCEL

WEIGHT (KG)	METRO MANILA	LUZON	VISAYAS	MINDANAO
0.50 KG	¥4,600	¥5,100	¥5,600	¥6,500
1.00 KG	¥5,500	¥6,000	¥6,500	¥6,500
2.00 KG	¥6,500	¥7,000	¥7,500	¥7,500
3.00 KG	¥7,100	¥7,600	¥8,100	¥8,100
4.00 KG	¥7,600	¥8,100	¥8,600	¥8,600

AIRBOX

SIZE (CM)	METRO MANILA	LUZON	VISAYAS	MINDANAO
SMALL (34 X 33 X 18) 5 KG	¥7,900	¥8,400	¥8,900	¥8,900
MEDIUM (34 X 33 X 35) 10 KG	¥13,700	¥15,200	¥16,700	¥16,700

10kg以上のお荷物はごちらにご連絡ください。

ご送付可能物 洋服、靴、玩具、書籍、デザイナーズバック、機器、学校用品、食品・食料(チョコレート、
キャンディー、スナック、缶詰製品、麺、ラーメン、レトルト食品、調理器具など)、その他各種

Contact our NEW HOTLINE: **050 5893 6374** for more information.

✉ sales@e-transtech.com



オフィスの設立、拡張、移転に関するご相談はOFFICE PROへ。

OFFICE PROはオフィス物件に特化した
日系の不動産会社です。

- ・現地大手デベロッパー(Ayala, Robinson, SM, Megaworld, Filinvest等)との太いパイプにより豊富な物件をご紹介可能です。
- ・メトロマニラ以外の地方エリア(クラーク、セブ、イロイロ、ダバオ)の物件も対応しております。
- ・フィリピンの最新のオフィス不動産マーケット情報をご提供させていただきます。
- ・専門のコンサルタントがLandlord(オーナー)との契約交渉をサポートします。
- ・日本人ヘルプデスクによる日本語対応も可能です。



お問合せはこちらから

inquiry@officepro.ph
www.ja.officepro.ph

10-1 One Global Place 5th Avenue
Bonifacio Global City, Taguig



フィリピン不動産なら 信頼と実績の DMCI Homes

お問い合わせから契約手続きまで日本人スタッフが対応します！
賃貸管理部門を社内に併設しているので安心です！
フィリピン国内の入居率が高く、資産運用・投資にも最適です！

日本語版 WEB サイトリニューアル OPEN！
公式の日本人向け窓口を開設しました！
Webサイト：www.dmcihomes.jp



新規物件発売開始！！

The Oriana / ザ・オリアナ

LRT Anonas駅が最寄駅の物件！物件完成時には地下鉄も開通予定！
30万人の学園都市のため賃貸需要も高い！詳しくはお問合せください



右：桐原隆
左：中矢健太郎



DMCI HOMES
Feels real good to be home

まずはメールにてお問い合わせください

Mail：info@dmcihomes.jp

無料メルマガ会員募集中

毎日お得な情報を発信しています！

会員登録はこちらから▶



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！

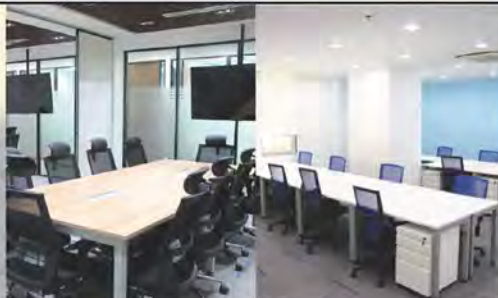
コワーキングスペース

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



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

☎ **+63-2-8801-3417**

日本語でお気軽にお問い合わせください(担当:馬渡*マナミ)
0915-278-5090



HP: www.leopalace21ph.com
E-mail: info@leopalace21ph.com
FB: [leopalace21philippines](https://www.facebook.com/leopalace21philippines)

3ヶ月フリーレント(無料)実施中

個室オフィスまたはフリー席を6ヶ月以上のご契約で3ヶ月間賃料を免除。
期間限定:2021年10月31日まで。

コーワーキングスペース

シェアオフィス



感染予防対策

- ・パーティションの配置
- ・ビニールカーテン
- ・空気清浄器配置
- ・消毒作業など



・法人登記住所の利用・ラウンジの利用・キッチン、無料コーヒー・会議室の無料使用枠、割引価格での利用・24時間アクセス・受付け代行・電話/ファクス/郵便物の代理受領
・無料WiFi / LAN・コピー複合機の使用(従量制)

・無料WiFi ・キッチン、無料コーヒー
・会議室の割引利用(マンスリー会員)
・コピー複合機の使用(従量制)

1日利用 P500

fabbitt 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 **0917-707-1068**

✉ **info@fabbitt.com.ph**



J-K Network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プリケーション。

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 | 0917 813 9678 | 0917 638 1951

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

バイリンガル向けに100以上の求人があります!
通勤またはリモートワークを提供するグローバル企業で働こう。
月80,000ペソから月250,000ペソの給与案件があります。

皆様のお仕事探しのサポートをします。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。

jkmnpower@jp-network-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 | 0936 973 4028 | 0929 315 9901

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で仕事をゲットして素敵なギミックグッズもゲットしよう。



クライアントと求職者の皆様へ、詳細はQRコードをスキャンしてください。

人材紹介、人事労務管理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。

ご依頼
急増

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

人事労務管理のメンバーシップサービス

- ホットラインサービス**
 - アジア最大級のコンサルティング会社・PERSOL Kelly のノウハウを活かしたサポート
 - 月間のご質問回数、打合せ回数に制限なし
- レビュー定期レポート**
 - 雇用契約書、就業規則などのレビューを無料対応。
 - フィリピンの時事労務問題を定期的にご案内。
- 情報提供サービス**
 - フィリピンの採用・労働セミナーを実施。貴社にお伺いしてご説明も可能。
- 地域別候補者情報**
 - 求職者の給与傾向をご回答。
 - 賃金データは、会員企業様に定期発信。

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)

mlyata@johnclements.com

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

お仕事をお探しの
方はこちらへ↓



最新のフィリピン関連
ニュースを配信!

プライマーのSNSで最新情報をゲット!



YouTube

フィリピンプライマーで検索!



友だち追加

facebook

最新情報はこちらから!

twitter

@philippineprimerで検索!

SNSでプライマーをチェック!

SAGASS

サガスフィリピン・日系人材紹介会社

SAGASS Consulting

フィリピンでの
お仕事探しなら、
当社へ
ご相談下さい



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

プライマースタッフブログ

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

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



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) **NOSPIL 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

NOSPIL 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「21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8つの国と地域で展開をしており、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 Adviser
柴田 淳



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

0908-815-4938 (柴田直通)

✉ **shibata@reeracoen.com.ph**

41st Floor, G.T. International Tower,
6813 Ayala Avenue, H.V. Dela Costa, Makati

https://www.reeracoen.com.ph/ja

※コロナ禍は在宅勤務のため、携帯へご連絡ください。
※日本語、英語両方対応可能です。



◀フィリピン国内にて
就職・転職をお考えの方へ
【新規求人毎日更新中!
自社 HP をご覧下さい!】

Business Can Be Simple

Canon
Delighting You Always

ハイブリットワークで 印刷量が減ったお客様へ



コスト削減の最適なプリント環境をご提案します



Ryoko Kawaguchi

Japanese Accounts

✉ ryoko_kawaguchi@canon.com.ph

☎ (63) 916 762 6024

HOT TOPICS in Manila

神戸クリニックの抗原検査、RT-PCR検査サービス
会社への出張検査・即日結果レポートも

Kobe Clinic

神戸クリニック

神戸クリニックはアラバンの大型モールに構えるクリニック。日本人で3名しかいないフィリピン医師免許を持つ山本医師が皆さんの健康をサポートしています。その神戸クリニックでは、抗原検査、RT-PCR検査サービスを提供。各種検査は鼻粘膜から検体を採取し、痛みも最小限なので安心。出張抗原検査も行っており、会社で1日最大60名まで検査を受けることが可能。検査後は結果サマリーが渡され、翌日には正式な結果を受け取ることができます。外来の場合は1時間で受け取ることが可能です。抗原検査は一人P960、RT-PCR検査は一人P3,360。

住所: 2/F Festival Supermall, Filinvest Alabang
Muntinlupa City
☎ 02-8842-5405
🕒 月～土曜 9時～17時 (日曜定休)
📧 kobeclinic.ph ☎ toshikobeclinic@yahoo.co.jp
📍 行列の出来る日本人医師医療相談所フィリピン



KOBE CLINIC
Bringing expert medical care within your reach

アラバンにある日本人経営の神戸クリニック



日本人で3名しかいないフィリピン医師免許を持つ山本医師

日本人向けの品質でローカルブライス！
安心して頼めるお掃除サービスが始まりました

EZY Lifestyle

イーザーライフスタイル

日本人が安心して頼めるお掃除サービスが始まりました。その名もEZY Lifestyle！週1回の通常清掃、3ヶ月に一度のしっかり掃除などの定期清掃サービスがあり、水回りのお掃除や自分では洗えないソファやマットレスの清掃などもしっかりやってくれるのが嬉しい。オフィス、コンド、一軒家、どれも対応可能。清掃スタッフは研修専門施設にて技術/マナー指導を行っており、日本品質のサービスが期待できます。このクオリティーでローカル価格なのもおすすめポイントです。時間が無い時やもっとしっかり掃除がしたいと思った時など、お気軽に利用でき・随時サービスとしてご活用ください。

☎ 0945-520-4211
📧 jpdesk@ezy-lifestyle.com
🌐 www.ezy-lifestyle.com



水回りのお掃除もこの通り！



清掃後は床もピカピカに！

高級なヨーロッパ食材、日本食材も！
スペシャリティグロッサリー Dough & Grocer
が店舗をオープン

Dough & Grocer

スペシャリティグロッサリーのDough & GrocerがPrologueの向かいに店舗をオープンしました！ヨーロッパの高級ブランドのチョコレート、パン、輸入品のビーフ、ラム、シーフード、日本食材、Origins Roasterのコーヒーなどを取り扱うDough & Grocer。2020年にオンライングロッサリーからスタートし、2021年には実店舗もオープン。美人鍋のコーゲンスープなど、他では手に入らない食材も取り扱っています。メトロマニラ内ヘデリバリーを提供しており、デリバリー料は通常P200だがP2,500の購入で無料。また、各自GrabやLalamoveを手配して店舗でのピックアップも可能です。これらのホリデーシーズンに向けて、ギフトにぴったりの商品もたくさん販売しています。ぜひご利用ください。

住所: 86 Sct. Gandia, Quezon City ☎ 0917-525-0813
🌐 www.doughandgrocer.com 📧 doughandgrocer



ケソン市のPrologueレストランの向かいにオープン！



豊富な種類の高級食材を販売しています

こってりさっぱり、ごきげみのラーメン店
リトル東京・ギャラリイオープン！

Kuranosuke

リトル東京付近のThe Galleryにまた新しいレストランが誕生しました！今回オープンしたのは、ラーメンと寿司のKuranosuke (くらのすけ)。ラーメンは、濃厚な豚骨スープ、でもさっぱりいただける豚骨塩、豚骨醤油、そしてつけ麺。その他寿司や丼物や日替わり弁当など、種類も豊富です。The GalleryのKuranosukeはタギック、アヤラサーキットマカティなどに続く4件目のお店。すべて日本人で製菓業を営む松永さんが素材を提供し、徹底的に技術指導を行っています。しめのラーメンにぜひ足を運んでみてください。

住所: The Gallery, Amoroso St., Makati
☎ 0971-133-8332
🕒 10:00～22:00



さっぱりいただける豚骨塩ラーメン



The Galleryに新オープン！ぜひ足を運んでみてください

フィリピンの会員制クラブ・ジャーマンクラブで
新たな交流の輪を広げてみませんか？

German Club Manila

115年もの歴史をもち、フィリピンでも有数の伝統を誇るジャーマンクラブ。長きにわたり、フィリピンのビジネスパーソンや政治家、駐在員の方々がご利用されて来ました。

会員は、クラブの提供する雰囲気と素晴らしい料理、そして幅広いコミュニケーションをお楽しみいただけるほか、バー、個室、セミナールームの優待利用も可能。さらにメンバー限定のフォーラムやイベントへの参加、提携施設での優待を受けることができます。

ぜひフィリピンの新たな交流の場として御利用になってみませんか？

5F, Eurovilla II, VA Rufino St., Legaspi Vill., Makati
02-8817-3552 / 0966-985-4336
reservations@germanclub.ph
Monday - Saturday, 11AM-11PM
www.germanclub.ph

詳しくは
こちらから



- ① 伝統的なドイツビールはタップから直に
- ② Schnitzel, Currywurst
- ③ The Veranda
- ④ クラブ内のバー
- ⑤ 月次経済フォーラム





f @subicfishing
SUBIC FISHING AND YACHT CHARTER



EC37 カタマラン

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

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や
深海釣り用など各種揃えており、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。



セブで好評いただいた70%もスービックで活動中!



フィッシングガイド マービン



キャスティング・トロリングでロウニンアジ



トロリングで大型のオキザワラも釣れる!



日本語デスク 青田

集合場所

GOOGLEマップで検索:
SUBIC FISHING AND BOAT CHARTER



行き方 マニラからEDSAを経由し、パリンタワグからNLEXに入り、SCTEXを経由してスービック
へ。スービック・ティオ・エクスプレスウェイから、リーサルハイウェイに右折し、1.4Km
程先にある橋の手前100mを左折。

送迎サービス 乗車定員8名様まで

マニラ ⇄ スービック: 8,000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。



EC37カタマラン 価格 乗船定員8名様まで

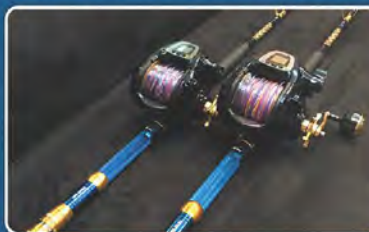
5時間 45,000ペソ 7時間 55,000ペソ

9時間 64,000ペソ 12時間 90,000ペソ

フック号 価格 乗船定員4名様まで

5時間 25,000ペソ 9時間 45,000ペソ

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。



Crystalwave
Services Ltd, Inc.

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

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



担当者(マービン):

0998-553-3835/0916-582-8999



047-2514125



日本語対応(青田):

0998-967-5801



marvluckyhook@gmail.com



OKURA
At Home

秋鮭弁当

秋の味覚をお愉しみください。

Okura At Homeでは秋鮭弁当のご提供を開始いたします。
秋鮭と木の子の甘酢餡掛け、稲荷寿司各種(サーモン、穴子、蟹かまぼこ、
錦糸玉子)やようかん等を取り合わせております。

ご提供期間は2021年9月15日から10月31日迄でございます。

ご注文やお問い合わせは、+63 2 5318 2888
または +63 917 818 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9:00迄 • お引取時間: 午前11:00から午後9:00迄

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



メニューは
こちら