



フィリピンの医療事情 2022年版 フィリピンの業界別企業紹介

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!



無料 / FREE

フィリピン初の本格的 「料亭」スタイル日本料理 個室もご用意しております



厳選された食材
CAREFULLY HANDPICKED
INGREDIENTS



一流の料理人
FIRST-CLASS AND HIGHLY
EXPERIENCED CHEF



極上の空間
JAPANESE FINE DINING
AMBIENCE



心からの「おもてなし」
HEARTFELT JAPANESE
HOSPITALITY

大料

DAIMASU

☎ +63 27-121-5200

🌐 <https://daimasu.ph>

📍 Ground Floor, Unit A-1/2/3 Allegro Center 2264
Pasong Tamo Extension Makati

🕒 5:00pm-10pm

ご予約・会員登録



春からの新生活に、 BDOのクレジットカードはいかがでしょうか

店舗でのお買い物のほか、オンライン決済やデリバリーの注文、ウォレットアプリの入金など、日々の生活にクレジットカードは欠かせません。BDOでは6つのカードブランドのカードを取りそろえ、ライフスタイルにあったカードをお申込みいただけます。

ご利用履歴の確認やカード利用のお支払いも、モバイルアプリで可能です。お申し込みは help-japanese@bdo.com.ph までお問い合わせください。



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。



Genba
kappouryouri

Japanese Restaurant Coming soon in Aseana City....



f Genbaph
UNIT 101, K1 CENTER BY PRESTIGE BAY, BLOCK 5,
LOT 22, ABUEVA AVE., ASEANA CITY, PARANAQUE
+63 919 0000 666



Canon

Delighting You Always



生産性高いハイブリットワークの実現へ

最適なプリント環境のご提案

ウェビナー、社内イベントに
最適な4Kリモートカメラのご提案

HYBRID WORK



電子化をサポートする
最適なスキャナのご提案

電子化を効率化、省人化する
ソフトウェアのご提案

ハイブリットワークのヒント
ここで確認できます



HIBARI CLINIC®
ひばりクリニック



Special Feature

マニラ医療事情2022年 06



- 26 プロ直伝 今晚のおかず まめ知識付 今回の食材
たまねぎ (white onion)
- 30 国際線 主要航路時刻表
- 33 Get Healthy! Be Healthy! Be Beautifully! In the Philippines
お酒を飲みながらダイエット!!
- 40 フィリピン経済NEWS
- 42 フィリピンの業界別企業紹介 印刷・塗料・工場施工
- 60 HOT TOPICS

Feature of the Issue

A healthy body allows you to live life to the fullest and makes it possible for you to pursue your dreams and passions. It also protects you from financial ruin, especially here in the Philippines, where costly medical expenses can easily flush your hard-earned savings down the drain. So to help you in this endeavor, we're featuring a guide to some of the best and most advanced dental clinics, clinics, pharmacies, and hospitals—some of which provide support in Japanese—in the country. This issue also highlights go-to insurance companies that provide top-notch medical insurance, a list of over-the-counter medicine you can get anywhere in the Philippines, and more interesting health-related stuff!



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(バシグ) 02-8988-1000
アジアン・ホスピタル・アンド・メディカルセンター
(モンテルノバ) 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 04月号 Vol.168

(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。

フィリピン医療事情2022年

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



フィリピンと日本とは医療システムが異なる部分が多く、初めての人には戸惑いも多く感じられると思います。そんな皆さんのために、今回は現場で活躍する医療関係者の方々から聞いた情報を元に、フィリピンの医療事情を徹底解説します！

更に、信頼できる日系の病院・クリニック・医療サービス、フィリピンの大手病院、フィリピンの市販薬、医療保険などの情報もピックアップしました。



フィリピンの医療システム

フィリピンでは自身の主治医に相談後、適切な診療科の先生に診てもらうことになっています。主治医がいない日本人や外国人の場合などは、受付で症状を相談した後に専門医に診てもらうのが一般的です。フィリピンの総合病院内にはそれぞれの医師が個人の診療所を構え、それぞれが独自にサービスや治療価格を設定しています。医師が病院にお金を払い、テナントとして入っているイメージが強いかもしれません。そのため、お気に入りの店(=診療所)を選ぶ感覚で医師を選べるというのが大きな特徴となっています。しかしながら、医師によっては

高額な医療費を請求する人もいたりするので(編集部S&ローカルスタッフ体験談)、口コミで信頼できる医師を探したり、人気のある医師に診てもらうというのが賢い方法といえるかもしれません。また、フィリピンでは日本のような国民保険制度はないため、基本的に自分で医療費を負担しなければいけません。そのため、一定額までの医療費をカバーできる任意保険に加入しておくのが一般的なようです。いざという時のためにも、自分に合った医師や病院についてあらかじめ情報を入手しておきたいものです。

フィリピンの医療事情を現場で活躍する日本人に聞いてみた！

フィリピンの病院は日本とどう違うのか？それぞれ違った現場で活躍する3人の日本人にお話を伺いました。



東京ヘルスリンク

Tokyo Health Link

岡田由香さん

(日本人アカウントマネージャー)

**2004年から
ここフィリピン・マニラでクリニックを運営されている
東京ヘルスリンクの岡田さんに
フィリピン医療の変遷などを伺った。**

**フィリピンで医療機関を運営されようと思われた
きっかけを教えてください。**

話によるとかれこれ30年ほど前の話になりますが、当時クリニックを設立した父は医療機器の販売に携わっていました。遠くはミンダナオまで営業に行くこともあり、医師の方々に出会ったことがフィリピンのクリニックを開くきっかけになりました。医療機器導入の際には運用などに関するトレーニングが不可欠です。医療機器を医院に導入してもらうには、まずは展示場が必要です。そこで展示場とトレーニング場を一緒にした場を作ることにしたのですが、かなりの設備投資になることもあり更に一石三鳥を狙ってクリニックを設立したのが東京ヘルスリンクです。会社設立は2003年8月、当時は日本人向けのクリニックではなく、日本の方が来てくれたらありがたいというくらいでした。

当時と今の医療事情の変遷を教えてください。

一般の住民は金銭的な理由ですぐに民間の病院に行けない状態で、ほとんどの人は公立病院を利用していました。当時一番大きかった国立のPGH (Philippine General Hospital) の院内を見ましたが、入院患者は廊下にベッドを並べている状態で医療機械はドネーションされたものを使っていたようです。公立、民間の病院でも医療機器ほとんど揃っていない状態でした。

医療機器の販売について、当時はフィリピン国内の治安もまだ悪く、営業

に出向くのも困難でした。ビジネスが軌道にのったのは1996年以降、ラモス政権の後くらいだったと思います。2000年頃から民間病院が徐々に増え、医療機器に関しても設備投資で導入が進んでいきました。CTスキャンなどの大型機械は2000年問題を抱えて、対応に苦慮したのを覚えています。

フィリピンの医療事情は日進月歩進、徐々に進歩しています。今ではマカティメディカル、セントルークスのように民間の医療機器を充分整備した総合病院もありますし、民間のすぐれたクリニックも多く設立されています。

**日本人が医療機関を利用するときのために
アドバイスをいただけますか？**

日本人の先生がいらっしゃるかで大きく変わってくると思います。日本人の先生は患者様へ日本語で細かく症状、治療内容などを説明してくれるので日本人の患者様にとっては非常に安心できますね。通訳を介するのと、ダイレクトとでは全然違ってきます。実際に当院の患者様も質問を直接ドクターに回答していただけるのが一番ありがたいとおっしゃっています。

当クリニックも、病気で
お困りの方のお手伝いが
できればと考えておりま
す。今は日本人のドクター
も在籍しており、患者様
からも好評をいただいで
おります。この4月には日
本人の方向けの専用待合
室も設置することになっ
ています。重篤な場合は
アジアンホスピタル、セ
ントルークスに籍を置いているドクターも在籍していますので、連携することが可能です。医療でするので宣伝をするようなものでもないのですが、どこか頭の片隅で東京ヘルスリンクに行けば設備も日本人の先生もいるということを覚えていただけると私どもも大変うれしく思います。



インタビュー全文は
ウェブサイト
ご覧になれます。





神戸クリニック
Kobe Clinic
山本先生
(神戸クリニック・医師)

アラバンで神戸クリニックを運営する山本先生は、フィリピンで数少ない医師資格もつ日本人医師。YouTubeチャンネル「行列の出来る日本人医師医療相談所inフィリピン」も大好評。

フィリピンで医師になろうとされたきっかけはなんですか？

祖父が医者だったことも影響していますが、当時日本で起きていた医学ブームの影響が最も大きいですね。フィリピンの場合、外国人は医師の国家試験に合格すれば証明書を受領することはできますが、医師免許は下りません。ですから私の場合も合格しても医者として治療に携わることはできず、当初はまた大学に行って病院経営学を学んだりしていましたね。

フィリピンと日本の医療現場はどのような相違点がありますか？

またどんな疾患が多いのでしょうか。

フィリピンの病院は両極端ですね。高度な医院は高度、ひどいところはひどいというのが印象です。最新の設備を完備しているセントルークスなどは素晴らしいと思います。ある患者さんはローカル病院に診察に行った際に、あれこれたくさんの検査を受けたが必要なのか、疑問だと話していました。

少し前までは、まだ検査機器も少なく問診と簡単な検査で終わっていたものが、今は最新の設備を導入したことで、逆にそれに頼りがちな面もあるかもしれません。

また、日本人の場合、自分の症状を英語で的確に説明するのは容易ではありません。ですから、検査で確かめるしかないという面もあるかと思います。本来は問診をして既往症を辿れば大体疾患の状況が見えてくるものです。



サンラザロ病院
San Lázaro Hospital
鈴木秀一先生

(サンラザロ病院マネージャー、長崎大学熱帯医学・グローバルヘルス研究科・TMGH戦略職員、薬剤師)

400年の歴史を持つサンラザロ病院で現在コロナ治療チームの最前線を指揮する鈴木先生。専門分野は糖尿病、結核などの感染症だ。今回はフィリピン国内の国立感染症病院・サンラザロ病院のコロナ治療の最前線の状況や、フィリピンの国立病院の状況、フィリピンで生活する上で注意したいことなどを伺ってみた。

コロナの治療最前線で治療チームを仕切っていらっしゃいますが、今の状態はいかがですか？

フィリピンでは感染数は落ち着いているかのように見えます。去年は世界的にコロナのアルファ株とデルタ株が流行りましたが、フィリピンでは既に多くの方がコロナの既往歴があってある程度免疫がついており、感染者数が増えにくい状況であったという面もあるでしょう。ただし、フィリピンの場合は感染者が検査を受けないケースも多く、この数字はあくまで参考値です。

病院の状況としては、未だにコロナ専用病棟やスタッフが配置されています。デルタ株の場合は重症化する患者さんが多く、特に重症化した患者さんを対象にしている当サンラザロやPGH (Philippine General Hospital) は、患者さんは病院内では収まり切れない程でしたが、今年に入ってから病棟も半分以上は空いています。

フィリピンの国立病院の状況はいかがでしょう。

フィリピンの国立病院が日本と大きく違うところは、患者さんの医療費は基本的に無料で国費によって運営されているため、医療機器、薬剤、人材が

日本人がフィリピンの医療を受ける際に気を付けるべき点を教えてください。

まず病院の窓口である受付の態度を見るのがおすすめです。そっけなく対応してくれるか親切に対応してくれるか。そして次はファーストラインにいる看護師です。体温を正確に測るなど基本的なことができているのかを確認してみましょう。あと言葉の問題ですね。やはり多くの日本人が日本語で症状を説明できた方が的確に伝わりやすいと思います。日系の医師のいるクリニックなどはやはり日本人にとってはおさえておきたいですね。



フィリピンで暮らしていて気を付けた方がいいこと

私がよく患者さんに言っていることですが、飲料水には注意が必要です。注意しているつもりでも、たまにアメーバにかかってくる患者さんがいらっしゃいます。水は精製水だけを飲むようにし、レストランでは念のため飲まないようにするのも手です。アメーバにかかるお腹痛や下痢が続いてしまいます。あとは生もの、賞味期限切れの食材にも注意です。最近、和食関係の飲食店も増えていますが、中には和食系の食材を扱う知識のない人が調理しているレストランなどもあるようです。そんな時は注意が必要です。

住居の面でいえば、アレルギー体質の人は気温の変化などで、花粉症と似た症状を出す人はいます。日本人の方の場合は、コンドに住んでいらっしゃる方も多いと思いますが、エアコンのメンテナンスを怠っているケースが多いと思います。フィルターのメンテナンスを業者に頼んでみたら症状が直ったという方もいらっしゃいます。使用頻度に寄りますが、半年に1回はエアコンの掃除をした方がよいと思います。

インタビュー全文は
ウェブサイト
ご覧いただけます。



限られているところです。また、これはサンラザロ特有の問題かもしれませんが、フィリピンの方の傾向としてある程度悪くならないと病院に来ない人が多く、医療に携わる者として、既に重症化してしまった患者さんを救うことができない空しさを感じることも多いです。



コロナ以外の感染症でもフィリピンで生活する上で注意すべき点を教えてください。

結核、A型肺炎、レプトスピラなどの感染症罹患者がフィリピンでは日本と比べて圧倒的に多いです。結核は空気感染しますので人が多いところに行くときは注意し、外から帰ったら、基本の手洗いやうがいや目を洗うようにしてください。また、フィリピンは洪水が多いですが、万が一汚水に浸かってしまったら、すぐに洗ってアルコール消毒をするようにしてください。そして、A型肺炎の場合、例えばいつもと違うレストランで食事をした後、どこかおかしいなと感じたら感染の可能性があるのだと念頭に入れて、すぐに対応しましょう。

フィリピンの薬剤や調剤の上手な活用法を教えてください。

治療と患者さんのQOLの質が研究テーマの一つなのですが、お世話になった石井先生というこの分野の大家の先生に聞いた話で、患者さんに食事に気をつけなさい、運動しなさいと注意しても、モチベーションや優先順位は人それぞれなので、逆にその注意がストレスになってしまうこともあるそうです。だから自分で努力するところはするし、薬に頼れるところは頼ってしまってもよいと考えています。私自身、血圧の薬を2種類飲んでいますが、基本的に日本で普通に処方されるような薬は、ここフィリピンでもほとんどの場合手に入ります。ブランドの薬も買えますし、ジェネリックもあります。処方箋無しで買うことも可能なので、そんなに困ることはないと思います。

インタビュー全文は
ウェブサイト
ご覧いただけます。



病院の事で困ったら!

日本語対応病院・クリニック・医療サービス

異国の地で病気になった時、どうしても言語がネックになってしまいます。

でもそんな不安を取り除いてくれるのは、日本語対応のクリニックや医療サポートサービス。

保険にも対応しているところが多いのも嬉しい。



東京ヘルスリンク

Tokyo Healthlink



2004年にアラバンに開院した日本語対応の総合クリニック。フィリピンでも大型病院並みの設備を誇り、定期健康診断や各種予防接種、各種検査、往診サービス等も提供。アジアンホスピタル、セントルークスに籍を置いているドクターがいるので、重症の場合は病院で対応してもらうことも可能だ。幅広い保険会社に対応していることもポイント。また、車が利用できない人向けに送迎サービスも用意。海外傷害保険でのキャッシュレス受診や国保・社保の請求手続きなどに関しても常駐の日本人スタッフが親切丁寧に対応してくれる。4月には日本人専用の待合室及び診察室もリニューアル予定。CTスキャンも対応可能に。

R-2 El Molito Bldg., Madrigal Ave., Ayala Alabang
☎0917-808-8874 / 02-8822-1465
🌐www.tokyohealthlink.net 📧tokyohealthlink
対応言語: 日本語・英語・タガログ語

神戸クリニック

Kobe Clinic

日本人で数人しかいないフィリピン医師免許を持つ山本医師が経営。幅広い科に対応できる総合クリニックであり、アラバンの大型モールの中に位置する身近なクリニックとして活躍。現在は産婦人科も含め、レギュラーの医師が5人在籍している。抗原検査、RT-PCR検査サービスも提供しており、検査後に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る。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。

2/F Festival Supermall, Filinvest Alabang Muntinlupa City
☎02-8842-5405
🕒9時～17時(月～日曜)
📧kobeclinic.ph 📧toshikobeclinik@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

ジャパニーズヘルプデスク

Japanese Help Desk



マカティメディカルやセントルークスなど、フィリピンのメジャーな病院に設置されているジャパニーズヘルプデスク。診療予約、病院内アattend、医療通訳などのサポートを日本人向けに行っており、英語が苦手、海外の病院のシステムがよく分からない人などでも安心して任せることができる。また、キャッシュレス診療も対応しており、海外旅行保険やヘルスケアプログラムに加入していれば、病院へ現金を持っていく必要がないのもうれしい。

Medical Plaza Makati, Unit: LP-11, Amorsolo St., Legaspi Vill., Makati
☎0917-716-9007 (マカティメディカル) 0917-592-5732 (セントルークスグローバルシティ)
🌐www.j-helpdesk.jp 📧japanesehelpdesk.ph
対応言語: 日本語・英語・タガログ語

ひばりクリニック

Hibari Clinic



HIBARI CLINIC®
ひばりクリニック

BGC「2セレントラ」の向かいにあるHigh Street South Corporate Plaza Tower 内に構えるクリニック。女性医師が対応し、日本語通訳は常駐。各種保険にも対応しており、キャッシュレス支払いも可能。4月から対面診療もスタート。また院内には薬局併設されているため、その場で薬を受け取れる。尚、これまで通りオンラインも提供しており、ビデオ通話で自宅にしながら診察を受けることができる。日本人通訳も同席するので、安心。支払いは銀行振込、海外旅行損害保険も利用可能。

Unit 1201, 12/F, High Street South Corporate Plaza Tower 1 26th St., cor. 9th Ave, Taguig
☎02-7001-2397
🌐hibariclinic.com 📧hibaribgc 📧@hibariclinicph
対応言語: 日本語・英語・タガログ語

マニラ日本人会診療所



マニラ日本人会
The Japanese Association, Manila Inc.

The Japanese Association, Manila Inc.
Medical Clinic

マニラ日本人会付属の診療所。現在は、コロナ禍の影響により完全予約制で、診療日は月～金曜。診療内容は、健康診断、予防接種、産婦人科(火曜・木曜のみ)、小児科(水曜のみ)、一般外来。ただし、発熱外来(体温37.5度を超える)の場合はPCR検査陰性証明があれば対応している。診療希望の場合は、事前に電話またはメールで予約を。各種海外医療損害保険の利用が可能。

23F Trident Tower, 312 Sen. Gil Puyat Ave, Makati, 1227 Metro Manila
☎02-8818-0880/02-8819-2762
🌐www.jami.ph/clinic
📧jami-clinic@jami.ph
対応言語: 日本語・英語・タガログ語

ウェルビー

WellBe Holdings Limited



フィリピンへ2013年に進出。グローバルに事業展開される日系企業へ「緊急対応」、「事故予防」、「リスクファイナンス」の「三位一体」体制を通じた企業サポート。緊急対応は24時間日本語にて病気、事故発生時の病院予約、救急車手配、通訳スタッフ派遣等。事故予防は海外赴任者特有の重症疾患リスクを考慮した健康診断の企画販売、事例を活用した赴任者向けセミナー。リスクファイナンスは保険代理店としてオリジナル自動車保険、火災、傷害保険等の損害保険の販売。

2 B&C, Blue Sapphire Residences, 30th St., cor. 2nd Ave., Bonifacio Global City, Taguig
☎02-8816-4923
🌐www.wellbemedic.com
対応言語: 日本語・英語・タガログ語

フィリピンの大手病院

St. Luke's Medical Center Global City

セント・ルークス・メディカル・センター・グローバルシティ



総合病院/24時間緊急対応/日本語対応可(ジャパニーズヘルプデスク)
St. Luke's Medical Center, 32nd St. Bonifacio Global City, 1112
☎02-8789-7700
🌐 www.stlukes.com.ph 📘 StLukesPH
ジャパニーズヘルプデスク直通電話: 0917-592-5732

Makati Medical Center

マカティ・メディカル・センター



総合病院/24時間緊急対応/日本語対応可(ジャパニーズヘルプデスク)
Amorsolo St., cor Dela Rosa St. 1229 Makati
☎02-8888-8999
🌐 www.makatimed.net.ph 📘 lamMakatiMed
ジャパニーズヘルプデスク直通電話: 0917-716-9007

The Medical City

メディカル・シティ



総合病院/24時間緊急対応
Ortigas Avenue 1605 Pasig
☎02-8988-1000/02-8988-7000
🌐 www.themedicalcity.com 📘 TheMedicalCity

Asian Hospital and Medical Center

アジアン・ホスピタル・アンド・メディカル・センター



総合病院/24時間緊急対応
2205 Civic Dr, Alabang, Muntinlupa, 1780
☎02-8771-9000/02-8876-5739 (緊急)
🌐 www.asianhospital.com 📘 AsianHospitalPH

クリニック

Asian Eye Institute

アジアンアイ インスティテュート



2001年設立当時から数多くの日本人駐在員の診察と共に日本人通訳がサポートする総合眼科クリニック。診察内容は小児眼科医、メガネ、コンタクト処方箋、斜視、弱視、ドレームレンズ(コンタクト夜間着用、視力回復治療)、レーシック視力回復手術(近眼、乱視、遠視、老眼)、白内障、緑内障、網膜症、角膜移植、眼瞼下垂、下瞼のたるみ・クマ等、専門分野別の眼科医。まずはメールでお気軽に問い合わせを。オンラインショップもあるので、ぜひ利用しよう。

Rockwell Center, Makati City ビル名: Phinma Plaza. 8-10階
☎02-8898-2020/0918-898-2020
🌐 asianeyeinstitute.com 📘 asianeyeinstitute. 📷 asianeyeinstitute
日本語での問い合わせ: ksozaeta@gmail.com (鈴木)

The Medical City Clinic

メディカルシティ・クリニック

総合クリニック
5/F SM City Manila, Concepcion St., cor Aroceros St. and San Marcelino St., Manila
☎02-8527-8605 / 02-8475-4780 / 0917-829-0572
🌐 www.themedicalcityclinic.com/sm-manila/
📘 themedicalcityclinic/

Healthway Family Clinic

ヘルスウェイ・ファミリー・クリニック

総合クリニック
3F Feliza Bldg., 108 V.A. Rufino St., Legaspi Village, Makati City
☎0917-625-1924
🌐 www.healthway.com.ph 📘 HealthwayPhilippines

HealthFirst Clinic - BGC

ヘルスファーストクリニック

総合クリニック
Level 2, Bonifacio Technology Center, 31st Street cor 2nd Ave., BGC, Taguig
☎(+632) 8 832 7689 | 0917 804 2985
🌐 www.healthfirst.com.ph/bgc

歯科医

小林歯科医院・技工所

Kobayashi Dental Clinic & Laboratory



1989年に開院、在留邦人の歯科医療を長きにわたり支えている。フィリピンのデ・オカンボ大学で歯科医学を学び、歯科医師免許を取得した小林先生が設立。現在は歯科医師である奥様のDr. Majorie Kobayashiと技工士であるご子息のDr. Miguel Atom G. Kobayashiがフィリピンの歯科医療に尽力する。技工物を院内で作製、時間短縮と技工物の精度に強みがある。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、一般歯科など、幅広い医療サービスを提供。日本語、英語、タガログ語対応。

401 MAGA Centre, Paseo de Magallanes, Magallanes Village, Makati
☎02-8852-3622/0917-894-7005/0919-430-9932 (日本語可) 🕒9時~17時(月曜日曜・祝日休診) 🌐 www.kobayashclinicph.com

ACERO DENTAL CLINIC

アセロ・デンタルクリニック



岡山大学大学院歯学研究科固定性補綴学講座で歯学博士号を取得したDr. Claver O. Acero Jr.は、息子のDr. Joseph Neil Aceroとともに歯科医療に携わる。現在、両氏は母校であるUE (University of the East, College of Dentistry) の教授として、後進の育成や日本・海外の歯科医師との交流に努めている。歯科用レントゲンやCEREC OmniCAMなど、日本の歯科医院と遜色ない設備を整え、一般歯科の診療を行う。CEREC CAD/CAMを導入したACERO DENTAL CENTERは、マカティ消防署裏のAssembly Grounds (Unit203) 2階に構える。予約制(メールでの問い合わせを推奨)。

The Linear Condominium, Tower 1, Mayapis St. corner Malugay St. San Antonio, Makati City.
☎0917-632-9242/0917-156-1017 🕒月~日曜 10時~19時(完全予約制)
✉ acero2@yahoo.com

YSA Dermatology Dentistry

ワイ・エス・イー



BGCで2008年に開業、オーナーの医師・Marjorie Lapid-Nazal博士が、メトロマニラの人々の健康と豊かな生活のために、皮膚科治療と歯科治療を包括的に、快適な環境の中で提供したいとの思いで当医院を開院した。5歳児から98歳以上の高齢者まで、あらゆる分野の皮膚と歯科医療に対応、また設備も国際標準の機器を完備し、ミニラボも併設。高度な技術に加えて年中無休でオープンしているのも当院の大きな魅力だ。現在メトロマニラのビッグモールのいくつかに分院を展開している。

Forbes Town Center, Rizal Drive, Bonifacio Global City, Taguig
☎02-8856-7878/0917-513-7878 🕒10時~19時



調剤薬局紹介

Seiryu Pharmacy

セイリユーファーマシー

秋田県に薬局を5店舗展開する株式会社青龍のフィリピン店。センチュリーシティ内のメディカルプラザ1階に構える。日本のおもてなしを導入し、ただ薬を販売するだけでなく対面で相談を受けてくれる、利用者にとって安心感のある薬局を目指す。お店に入るとまず「いらっしゃいませ!」の声で迎えられ、常駐の薬剤師がアシストしてくれる。販売する医薬品はブランド、ジェネリックのローカル製品が中心。年会費P1,500でVIP会員になるとVIPルームが利用でき、より密接なサービスが受けられるほか、購入後も医薬品についてのコンサルティングを受けることができるようになる。更に会員限定のディスカウントも。



Centuria Medical Plaza 1210 Makati
☎0956-853-7351
seiryupharmacy.com/
seiryupharmacymakati



薬局リスト

一般薬局

Mercury Drug

マーキュリードラッグ

www.mercurydrug.com
mercurydrugph
mercurydrugph
mercurydrugph

Watsons

ワトソンズ

www.watsons.com.ph
WatsonPhilippines1
WatsonsPH
watsonsp

ジェネリック薬局

Generika Drugstore

ジェネリカドラッグストア

www.generika.com.ph
GenerikaDrugstorePH
generikaPH
generikadrugstore

The Generics Pharmacy

ザ・ジェネリックファーマシー

www.tgp.com.ph
tgpthe genericspharmacy
tgpofficialph
tgpofficialph

フィリピンの代表的な市販薬

用途や用法・用量がわからず購入を躊躇することや望まぬ副作用に悩まされたという経験を多くの人がお持ちではないでしょうか。そこで今回、フィリピンで体調を崩したときに役立つ市販薬について特集します。医薬品には2種類あり、主に医師が処方するRX医薬品と薬局・ドラッグストアなどで販売されているnon-Rx医薬品があります。今回特集するのは薬局・ドラッグストアなどで販売されているnon-Rx医薬品。自分自身で健康管理を行い、軽い病気の症状緩和などに活用してください。

※掲載の市販薬の薬効やカテゴリは、使用される症状の例です ※服用の際は専門家に相談してみましょう



市販薬は
ウェブサイトへ
ご覧になれます。



BAYER Aspirin (Bayer Healthcare)

アスピリン270

【世界共通の薬剤一般名】Acetylsalicylic acid アセチルサリチル酸

【適応症】頭痛・歯痛・抜歯後の疼痛・月経痛(生理痛)・咽喉痛・耳痛・関節痛・神経痛・腰痛・筋肉痛・肩こり痛・打撲痛・骨折痛・ねんざ痛・外傷痛の鎮痛。悪寒・発熱時の解熱。

【特徴、性能、副作用】胃腸で早く溶け、速やかに吸収されるので、痛みや熱によく効く。

【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】日本(バイエルアスピリン、一般医薬品)成人(15歳以上):1回1錠、1日3回まで。

比 成人:1回1~2錠(300~600mg)、食後服用。再服用する際は3~4時間あける。

小児(5歳以上):1回1錠(300mg)、(3~5歳)1回半錠(150mg) 7

(禁忌:アスピリン喘息、出血性疾患、活動性消化性潰瘍、心不全、腎不全の既往のある者。使用上の注意:インフルエンザ・おたふくかぜ・水痘、出血熱等の患者、消化性潰瘍・喘息の既往者、出産間近の妊婦は服用を避ける。)



Photo credit: southstardrug.com.ph

解熱鎮痛薬

TYLENOL (Johnson&Johnson)

タイレノール

【世界共通の薬剤一般名】Acetaminophen アセトアミノフェン

【適応症】頭痛・月経痛(生理痛)・歯痛・抜歯後の疼痛・咽喉痛・耳痛・関節痛・神経痛・腰痛・筋肉痛・肩こり痛・打撲痛・骨折痛・ねんざ痛・外傷痛の鎮痛、悪寒・発熱時の解熱【特徴、性能、副作用】タイレノール(Tylenol)は、ジョンソン・エンド・ジョンソンが販売するアセトアミノフェンを単一成分とする解熱鎮痛剤である。アセトアミノフェンは胃を刺激しないことから空腹時にも使用できることが特徴(ただし、かぜによる悪寒・発熱時を除く)。眠くなる成分は含まれていない。

【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】日本(一般医薬品)成人(15歳以上):1回1錠(300mg)、1日3回

比 成人(12歳以上):1回1~2錠(650mg)、1日3回

(禁忌:消化性潰瘍、重篤な血液・肝・腎障害、心不全、アスピリン喘息。使用上の注意:腎機能・肝機能の低下に注意。3日以上連続して服用するときは医師に相談すること。)



Photo credit: watsons.com.ph

解熱鎮痛薬

ADVIL (Pfizer Consumer)

アドビル

【世界共通の薬剤一般名】Ibuprofen イブプロフェン
 【適応症】頭痛、歯痛、腰痛、生理痛、風邪、筋肉痛、関節、
 炎の軽度な痛み、の鎮痛、悪寒・発熱時の解熱。

【特徴、性能、副作用】酸性非ステロイド性抗炎症薬に分類され
 る解熱鎮痛成分。作用機序は、シクロオキシゲナーゼ活性阻害
 によるプロスタグランジン合成阻害作用により、特に末梢
 に作用してプロスタグランジンを抑え、上気道や関節痛などの
 末梢での炎症を伴った痛みにも効果的である。

【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】日本(ナロンメディカ
 ルなど、一般医薬品)成人(15歳以上):1回200mg、1日2回
 まで。

比成人(12歳以上):1回1~2錠(200~400mg)、1日最大
 1200mgまで。食後服用。

小児:液体薬、用法・用量は年齢によって異なる。添付資料確認のこと。



Photo credit: watsons.com.ph

解熱鎮痛薬

Benadryl One (Johnson & Johnson)

ベナドリル

【世界共通の薬剤一般名】Cetirizine HCl 塩酸セチリジン
 【適応症】アレルギー性鼻炎、じんま疹のほか、湿疹(しっし
 ん)・皮膚炎、皮膚、掻痒症(そうようしょう)、痒疹(ようし
 ん)などの皮膚疾患に伴うかゆみの治療。

【特徴、性能、副作用】効能はクラリチンと同じ。副作用は過
 敏症状(発疹、かゆみなど)が現れることがある。

【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】小児がこれらの薬を
 使用するときは、医師の指示を厳重に守ること。
 日本(コンタック鼻炎Zなど、一般用医薬品)1回1錠(10mg)
 1日1回。

比:成人・小児(6歳以上)1回1錠(10mg)1日1回。

(禁忌:本剤成分または比ベララ誘導体過敏症のある方、重
 度腎障害患者。使用上の注意:妊娠中、授乳中、腎・肝機
 能障害患者、てんかん患者は慎重投与。)



Photo credit: www.benadryl.com.ph

風邪の症状・鼻水

BUSCOPAN (Boehringer Ingelheim)

ブスコパン

【世界共通の薬剤一般名】

Hyoscine-N-butylbromide 10mg,
 paracetamol 500mg

【適応症】消化性潰瘍や胃炎、腸炎等における消化
 管の痙攣、運動機能亢進。

【特徴、性能、副作用】胃腸の過度の緊張や痙攣を
 やわらげ、胃痛、腹痛、さしこみの痛みを鎮める、
 胃腸鎮痛鎮痙薬。

【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】日本(一
 般用医薬品):15歳未満は服用しないこと。1回1錠(ブチルスコボラミン臭化物10mg)を1日
 最大3回。服用間隔は4時間以上。

比成人・小児(6歳以上):1回1~2錠(10~20mg)、1日3~5回まで。

(禁忌:重症筋無力症、巨大結腸症、重篤な肝機能障害、緑内障、前立腺肥大による排尿
 障害、重篤な心疾患、麻痺性イレウス、細菌性下痢患者。)



Photo credit: mims.com

腹痛

ROBITUSSIN-DM (Pfizer Consumer)

メジコン

【世界共通の薬剤一般名】Per 5mL syr Dextromethorphan HBr
 15mg, guaifenesin 100mg, alcohol 1.4% Dextromethorphan

【適応症】通常、感冒、急性気管支炎、慢性気管支炎、気管支拡張症、
 肺炎、肺結核、上気道炎(咽喉頭炎、鼻カタル)にともなう咳や、気管
 支造形術および気管支鏡検査時の咳の治療に用いられる。

【特徴、性能、副作用】脳の延髄(えんずい)にある咳中枢(咳をおこさ
 せる細胞群)の興奮を鎮めて、せきを止める作用をもつ薬。主な副作
 用として、吐き気、めまい、発疹などが報告されている。

【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】日本(メジコン、医療用医薬
 品)成人:1回1~2錠(Dextromethorphan HBr15~30mg)1日3回
 比(シロップ)成人:1回5~10ml(Dextromethorphan HBr15~
 30mg)6時間おき。小児6~12歳:1回5ml、6~8時間おき。

(禁忌:MAO阻害薬服用者。使用上の注意:妊娠中、授乳中、1週
 間以上続く咳、乳児は服用を避ける。)



Photo credit: watsons.com.ph

風邪の症状・咳止め

CLARITIN (Schering-Plough)

クラリチン

【世界共通の薬剤一般名】Loratadine ロラタジン
 【適応症】アレルギー性鼻炎、じんましん、皮膚疾患(湿
 疹・皮膚炎、皮膚そう痒症)にともなうかゆみの治療
 に用いられる。

【特徴、性能、副作用】抗ヒスタミン薬と呼ばれ、ヒス
 タミン受容体の作用を抑制することでアレルギー症状
 を抑える。副作用として、眠気、倦怠感、腹痛、口渇、
 吐き気、嘔吐、発疹、便秘などが報告されています。

【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】日本(クラリチン、医療用医薬品)成人(7歳以上):1
 回1錠(10mg)を1日1回、食後服用。

比成人(12歳以上):1回1錠(10mg)、1日1回。

小児(シロップ、5mg/5ml):体重30kg以上1回10ml、体重:30kg以下1回5ml、1~2歳
 1回2.5ml1日1回。

(使用上の注意:妊娠中、授乳中、肝・腎不全患者は服用を避ける。)



Photo credit: watsons.com.ph

風邪の症状・咳止め

Imodium (Johnson & Johnson)

イモディウム

【世界共通の薬剤一般名】Loperamide HCl ロペラミド

【適応症】下痢症

【特徴、性能、副作用】腸のぜん動を抑え、腸管における
 水分吸収を促進。急性、慢性を問わず、幅広い種類の
 下痢に対応する強力な下痢止め。脳中枢に影響を与えない
 ので、長期服用も安心。低出生体重児、新生児および
 6ヶ月未満の乳児:外国で過量服用により呼吸抑制、全身
 性けいれん、昏睡などの重篤な副作用の報告があります。

【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】日本ロペミン、
 医療用医薬品):1回1mg、1日2回まで。

比成人:初回2カプセル、その後症状に応じて1回1カプセル。1日最大8カプセルまで。

(禁忌:潰瘍性大腸炎、偽膜性腸炎、出血性大腸炎、感染性下痢患者、低体重・2歳未満の
 小児。慎重投与:肝機能異常、妊娠中、授乳中の方。)

※感染症下痢の場合は使用しないでください



Photo credit: www.imodium.com.ph

下痢止め

ZANTAC 75 (GlaxoSmithKline)

ザンタック

【世界共通の薬剤一般名】Ranitidine HCl ラニチ
 ジン

【適応症】胃潰瘍、十二指腸潰瘍、吻合部潰瘍、
 Zollinger-Ellison症候群、逆流性食道炎、上部
 消化管出血

【特徴、性能、副作用】胃酸分泌に関与する物質を
 阻害することにより胃酸が出るのを抑えます。主な
 副作用として、便秘、下痢など消化器症状、発疹、
 そう痒、発熱、血管浮腫、血管炎が報告。

【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】日本(ザン
 タック、医療用医薬品)成人:1回1錠(150mg)を1日1~2回 ※症状により変動

比成人(16歳以上):症状のある場合1回1~2錠(75~150mg)1日1~2回。発症予防には
 1回1錠(75mg)1日1回。

(慎重投与:腎不全、肝不全、急性ポルフィリア、妊娠中、授乳中、16歳以下の小児。)



Photo credit: www.forbes.com

胃酸薬

LACTOMIN PLUS (ProBio Medcare)

ラクトミン

【世界共通の薬剤一般名】

Lactic acid bacteria 乳酸菌

【適応症】下痢や便秘。

【特徴、性能、副作用】乳酸菌の仲間ラクト
 ミンからできている。赤ちゃんや子供を含
 め、各科で広く使われている、おなかの調子
 をよくする薬

【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】

成人:1日1~2包、

小児:1日成人の半量。

食後30分以内に服用。



Photo credit: bibliorganics.com

整腸薬

SENOKOT (Mundipharma)

セノコートン

【世界共通の薬剤一般名】Sennosides A & B センノ
 シド

【適応症】便秘

【特徴、性能、副作用】固い便や長期的便秘に対して大腸
 の動きを助ける。

【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】

成人は1回1~2錠(12~24mg)を1日1回就寝前に服用。
 高度の便秘には1回4錠(48mg)まで増量

比成人:1回2錠(384mg・センノシド17.2mg相当)、1
 日最大4錠まで。

(禁忌:急性腹痛、重症の便秘、痙攣性便秘。)



Photo credit: stjosephdrug.com

便秘

DIZITAB (Amherst Lab)

ディジタブ

【世界共通の薬剤一般名】Meclizine HCl メクリジン
 【適応症】乗り物酔いの吐き気、嘔吐、めまいの予防の
 薬(酔ってからでも効果があるかは不明)。

【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】日本センバ
 一般医薬品)

成人:1回1錠(25mg)、

小児:(7~14歳)1回半錠

比成人(12歳以上):1回1~2錠(25~50mg)

小児6~12歳:1回半錠。車に乗る1時間前に服用。

服用間隔は24時間。
 (慎重投与:緑内障、喘息、肺気腫、前立腺肥大、妊
 娠中、授乳中)



Photo credit: watsons.com.ph

酔酔酔

MOTILIUM (Janssen)

モティリウム

吐き気

【世界共通の薬剤一般名】
Domperidone ドンペリドン
【適応症】
吐き気、消化器機能異常症状
【特徴、性能、副作用】
胃腸の運動を促進させ胃の膨満感と逆流の不快な症状を緩和させる。
【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】
日本(医療用医薬品)
比 成人: 1回1~2錠を4~8時間ごと、食前・食後に服用。
(禁忌: 消化管出血、腸閉塞、プロラクチン血症、妊婦または妊娠している可能性のある方。慎重投与: 1歳以下の小児、肝・腎機能障害のある方。)



Photo credit: www.muramed.com

GNC MELATONIN (GNC)

メラトニン

睡眠改善薬

【世界共通の薬剤一般名】
Melatonin 3mg, vit B6 2mg メラトニン
【特徴、性能、副作用】
「即効作用+タイムリリース作用」で4~6時間かけて少しずつ体内に吸収されるので、入眠の他にも安眠の効果がある。アメリカでは栄養補助食品として販売。
【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】
1日1錠を寝る前に服用 24時間以内に摂取出来る量は1錠のみ
(禁忌: 18歳以下、妊娠中、授乳中)



Photo credit: www.gnc.com.ph

Biogesic® (Unilab)

バイオジェシク

頭痛

【世界共通の薬剤一般名】 Paracetamol
【特徴、性能、副作用】 幼児向けに液体状も販売。
【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】 成人および12歳以上の小児は、1~2錠の500mgを4~6時間おきに経口投与する。24時間以内に4g (500mg×8錠) を超えるパラセタモールの服用は、過剰摂取になる可能性がある。妊娠・授乳中の場合は医師へ要相談。
貧血や心臓、肺、肝臓、腎臓に問題がある人、パラセタモールが成分の1つである配合剤など他の薬を飲んでいる人)



Photo credit: unilab.com.ph

Alaxan® Tablet and Alaxan® FR Capsule (Unilab)

アラクサン

筋肉痛

【世界共通の薬剤一般名】
Ibuprofen + Paracetamol
【適応症】 筋骨格系に起因する軽度から中等度の激痛
(例: 筋肉痛、関節炎、リュウマチ、捻挫、緊張、滑液包炎、腱炎、背痛、首こり)の緩和。
緊張性頭痛、月経困難症、歯痛、抜歯後の疼痛、小外科手術の疼痛緩和。発熱の軽減。
【特徴、性能、副作用】 アスピリンなど他の非ステロイド性抗炎症薬で予想される軽度のアレルギー反応(皮膚の発疹など)が報告されています。
【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】 成人は6時間に1錠か、医師の指示に従って服用
(禁忌: パラセタモール、イブプロフェン、アスピリン、その他の非ステロイド性抗炎症薬に対して過敏症の既往のある患者。イブプロフェン、アスピリン及び他のNSAIDsにより気管支痙攣、血管浮腫又は鼻ポリプが誘発される患者。
高度な腎臓病および肝臓病の患者には、イブプロフェンおよびあらゆるNSAIDによる治療を開始しないでください。)



Photo credit: unilab.com.ph

LOVISCOL (Pfizer Consumer)

カルボシステイン

風邪の症状・去痰

【世界共通の薬剤一般名】 Carbocisteine ムコダイン
【適応症】 次の疾患の去痰/上気道炎(咽頭炎、喉頭炎)、急性気管支炎、気管支喘息、慢性気管支炎、気管支拡張症、肺結核・慢性副鼻腔炎の排膿・滲出性中耳炎の排液(小児)
【特徴、性能、副作用】 たんの粘り気を低下させて排出しやすくしたり、たんを溶かして排出しやすくする薬。粘液修復薬に分類される代表的な去痰薬です。喀痰中のシアル酸とフコスの構成比を正常化します。副作用として、ショック、アナフィラキシー症状、肝機能障害、黄疸、皮膚粘膜症候群などが報告されています。
【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】
日本(ムコダイン、医療用医薬品) 成人: 1回 500mg、1日3回
比 成人: 1回1カプセル(500mg)、8時間おき。
小児シロップ、100mg/5ml: 8~12歳1回10~15ml、4~7歳1回7.5~10ml
いずれも食後に服用。
(禁忌: 本剤に過敏症のある方。慎重投与: 肝・心障害のある方、妊娠中の方。)



Photo credit: mypharma.ph

AMBROLEX/AMBROLEX OD (GlaxoSmithKline)

アンブロレックス

風邪の症状・去痰

【世界共通の薬剤一般名】 Ambroxol HCl アンブロキソール
【適応症】 急性・慢性気管支炎、気管支喘息、肺結核、珪肺症、手術後の去痰、慢性副鼻腔炎。
【特徴、性能、副作用】 気道の粘液分泌を高めて気道の潤滑化を促し、痰を出しやすくする。主な副作用として、血管浮腫(顔、眼瞼や口唇のまわりの腫れ)、発疹、じん麻疹、じん麻疹 様紅斑、かゆみ、胃不快感、めまいなどが報告されています。
【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】 日本 (ムコソルバン、医療用医薬品) 成人: 1回1錠(主成分として15mg)を1日3回服用
比: 成人(12歳以上) / 1回1錠(30mg) 1日3回。
小児(6~11歳): 1回1/2錠(15mg)、1日3回。
小児用シロップ (Ambroxol Pediatric Syrup, 15mg/5ml): 6~11歳1回5ml、2~5歳1回2.5ml、1日3回。2歳以下1回2.5ml、1日2回
いずれも食後に服用。
(禁忌: 本剤に過敏症のある方。慎重投与: 妊娠または授乳中の方。)



Photo credit: stjosephdrug.com

外用薬**VOLTAREN RAPID (Novartis Healthcare)**

ボルタレン

外用鎮痛
消炎薬

【世界共通の薬剤一般名】
Diclofenac ジクロフェナック
【適応症】
腰痛、肩こりに伴う肩の痛み、関節痛、筋肉痛、腱鞘炎(手・手指の痛み)、肘の痛み(テニス肘など)、打撲、捻挫の痛みの鎮痛・消炎。
【特徴、性能、副作用】
べとつかず、乾きが早いゲル。優れた経皮吸収性を持つ消炎鎮痛剤。
【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】
日本(ボルタレンゲルなど、一般医薬品) 1日3~4回、患部に塗布。皮膚病や傷のある部位、眼部、粘膜部には塗布しない。
(禁忌: アスピリン喘息、本剤成分に対して過敏症のある方。使用上の注意: 妊婦や小児には使用しない。)



Photo credit: watsons.com.ph

Feldene gel (Pfizer)

フェルデンジェル

外用鎮痛
消炎薬

【世界共通の薬剤一般名】 Piroxicam ヒロキシカム
【適応症】 変形性関節症、肩関節周囲炎、腱・腱鞘炎、腱周囲炎、上腕骨上、頸炎(テニス肘など)、筋肉痛、外傷後の腫脹・疼痛の鎮痛・消炎
【特徴、性能、副作用】 経皮消炎鎮痛剤。
【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】 日本(フェルデンクリム、医療用医薬品) 1日3~4回、患部に塗布。皮膚病や傷のある部位、眼部、粘膜部には塗布しない。
(禁忌: アスピリン喘息、本剤成分に対して過敏症のある方。使用上の注意: 妊婦や小児には使用しない。)



Photo credit: mims.com

Betadine Cream/Ointment (Mundipharma)

ベタディン

【世界共通の薬剤一般名】 povidone iodine
【適応症】 火傷、裂傷、切り傷、擦り傷の感染予防、一般的な皮膚感染症の治療、割れ、抜糸、包帯交換時の感染対策
【特徴、性能、副作用】 有効成分であるポビドンヨードは、皮膚や創傷の感染症でよく遭遇する細菌に対して、ヨードの望ましくない特徴や欠点をなしに、ヨードの幅広い殺菌活性を実質的に保持。
【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】 必要に応じて使用できます。火傷の場合は8時間おきに、それ以外は通常1日1回塗布。
 (禁忌: 患者がヨウ素またはポビドンに対してアレルギーがある場合や患者が甲状腺機能亢進症または甲状腺疾患の場合、患者がリチウム療法を受けている場合、放射性ヨウ素の使用を伴う特定の医療処置の前後。)

切り傷(消毒剤)



Photo credit: mims.com

Daktarin Oral Gel (Johnson & Johnson)

ダクトリン

【世界共通の薬剤一般名】 Miconazole
【適応症】 成人および4カ月以上の小児患者における口腔咽頭および消化管内カンジタ症の治療に
【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】
 乳幼児(4~24ヶ月) 1.25mL (小さじ1/4) を1日4回、成人及び2歳以上の小児は2.5mL (小さじ1/2) を1日4回、食後に塗布する。すぐに飲み込まず、なるべく口内に長く残るようにする。症状が治まってから1週間は使用を続ける
 (禁忌: ミコナゾール、製剤の他の成分、または他のイミダゾール誘導体に対して過敏症の患者の場合。生後4カ月未満の乳児又は嚥下反射が十分に発達していない者。肝機能障害のある患者の場合。)

口内炎



Photo credit: watsons.com.ph

LAMISIL (Novartis Healthcare)

ラミシール

【世界共通の薬剤一般名】 Terbinafine HCl テルビナフィン
【適応症】 白癬症(手足の指の水虫)、カンジダ症、癬風などの皮膚真菌感染症治療に用いる薬。
【特徴、性能、副作用】 絶対に飲んだり目にぬったりしない。
【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】 成人(12歳以上): 1日1~2回患部に塗布。1~2週間経っても軽快しない場合には医師の診察を受けること。
 (禁忌: 慎重投与: 妊娠中、授乳中。)

水虫薬



Photo credit:

DRIXINE (Schering-Plough)

ドリクシン

【世界共通の薬剤一般名】 Oxymetazoline オキシメタゾリン
【適応症】 風邪、インフルエンザ、花粉症、アレルギー性鼻炎による鼻づまりを解消する鼻スプレー。
【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】 日本(ナシビンスプレー、一般用医薬品) 1回2~3回噴射。使用間隔は12時間あける。1日最大2回まで。比成人(6歳以上): 1回2~3回噴射、1日2回。
 (慎重投与: 高血圧、心疾患、甲状腺疾患、糖尿病、前立腺肥大、妊娠中)

鼻づまり



Photo credit: watsons.com.ph

OFF!® Overtime (SC Johnson)

オフ

【世界共通の薬剤一般名】 N, N-Diethyl-meta-toluamide
【適応症】 虫よけ
【特徴、性能、副作用】 塗布後、効果持続は8時間
【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】 露出分に塗布(禁忌: 外用のみ。目や口、過度に日焼けした皮膚や傷んだ皮膚に塗布しないでください。まれに皮膚反応を起こすことがある。プラスチックや合成繊維との接触は避ける。)

虫よけ



Photo credit: off.com.ph

OPTIVE (ALLERGAN)

オブティブ

【世界共通の薬剤一般名】 carboxymethylcellulose
【適応症】 目の乾燥などを融和
【特徴、性能、副作用】 コンタクトレンズとの使用も可。軽い目のかゆみまたは炎症、目のかゆみまたは充血、涙目、目のかすみ、または口の中に不快な味などの副作用が発生する場合もある。

目薬



Photo credit: southstardrug.com.ph

Bactidol (Johnson & Johnson Philippines,)

バクティドール

【世界共通の薬剤一般名】 Hexetidine
【適応症】 ウイルスや細菌の感染による喉の痛みや痒み
【特徴、性能、副作用】 軽度などの痛みを一時的に緩和、口腔組織の色調を整え健康な歯ぐきを維持、歯の表面を保護し虫歯の原因となる酸を形成する細菌を殺菌、口臭の軽減
【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】 1日1回20mlを30秒間うがいする。小さいお子さんは溶液を飲み込まないように注意。

うがい



Photo credit: bacotidol.com.ph

Katinko (Greenstone Pharmaceutical HK, Inc.)

カティンコ

【世界共通の薬剤一般名】 CAMPHOR (SYNTHETIC), MENTHOL, METHYL SALICYLATE
【適応症】 体の痛みやかゆみ、筋肉疲労、首や肩の凝り、捻挫、腰痛、頭痛、風邪、旅行酔い、打ち身、鼓腸、虫刺され
【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】 患部に塗布。1日3~4回まで。2歳以下の幼児への使用は医師に要相談
 (禁忌: 傷や破損した皮膚に塗布しないでください。目や粘膜に使用しないでください。暖房器具と一緒に使用したり、外部から熱を加えたりしないでください。)

虫刺され



Photo credit:

PHYSIOMER (Goemar)

フィジオマー

【世界共通の薬剤一般名】 Ultrafiltrated decalinated natural sea water 生理食塩水
【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】 日鼻の中にスプレーノズルを入れて、霧のような水で鼻水などの汚れを洗浄する1回1~3噴射を1日2~3回。

鼻洗浄剤



Photo credit: southstardrug.com.ph

PROCTO-GLYVENOL (Novartis Healthcare)

プロクトグリベノール

【世界共通の薬剤一般名】 Lidocaine HCl 2%, tribenoside 5%
【適応症】 痔核(じかく)、裂肛(れっこう)の治療に使用する薬(非ステロイド)。
【用量・用法など(禁忌、使用上の注意)】 日本(ボラザG座薬、一般用医薬品): 1回(トリベノシドとして 200mg、リドカインとして 40mg)、1日2回朝夕肛門内に挿入する
 (慎重投与: 肝機能異常、妊娠中)

痔疾用薬



Photo credit: amazon.com

ミニレポート 超病院初心者がアポなしで病院に行ってみた！



①マカティメディカルに行ってみた



②入口では検温とワクチン証明書の提示

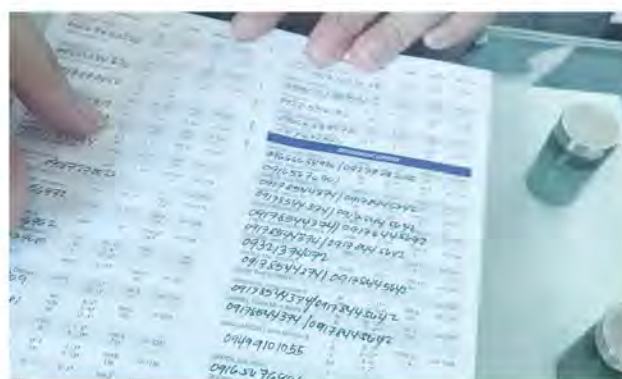


③入ってすぐにあるレセプションエリア

今回選んだのはマカティメディカル。プライベートの大病院として、日本人の方も多く利用している病院です。まずエントランスへ！検温を行い、ワクチン証明書を見せて院内に！コロナ禍のピーク時には飽和状態だったこの病院も、出向いた時にはさほど混んでいない様子。でもどこにいけないのだろうときよきよしていると、あった！レセプション！さっそく「腰が痛いんだけど、どうすればいいの？」と聞くと「予約はしているの？」との返事。「してません！」と元気に答えると「予約しなきゃ見てもらえないですよ、どの先生か選んで予約してくださいね」と、専門分野別に医師らしき名前と電話番号がずらっと並んだリストを見せてくれました。

フィリピンのプライベート病院の場合、医師はその病院に所属しているのではなく、その場所を借りて医療活動を提供していると聞いたのはこのことかと納得！とはいえどの医師を選べばいいものやら？医療通の知人にきいてみるのもしかり、またジャパンヘルプデスクのように、予約などをおこなってくれる機関を利用するものもあり！

筆者の場合は後者を選び、病院を退出！わずか5分のフィリピン初病院体験でした。



④病院に籍を置いている医師のリスト

マニラの医療保険

BDO Insure

BDOインシュア

BDO Insure

1988年に設立されたBDO Insureは、BDO Unibankの完全子会社であり、SM Groupの一員。強力なバックボーンを背景に取引量と収益性がフィリピンの保険業界で常に上位にランクインする。その理念は「We work for you every step of the way from purchase to claim」、豊富な保険知識をもった専門家が保険の選択から請求、すべてのステップで的確なアドバイスをしながら進めてくれる頼もしい総合保険代理店だ。健康医療保険は「Maxicare」と「Valuecare」を取り扱っている。申し込み方法等についてはBDOジャパンデスクへ日本語でお問い合わせ可能。

[BDO Insure]
☎02-8838-2364
✉bdo-insure@bdo.com.ph
対応言語：英語・タガログ語
[ジャパンヘルプデスク]
☎02-8663-4001
✉help-japanese@bdo.com.ph
対応言語：日本語



Cotton&Diaz

コットン・アンド・ディアス

Cotton&Diaz

Cotton&Diazは、大手日系損害保険会社出身の日本人が創業。その専門性とフィリピンでの長年の経験を生かしたリスクコンサルティング・保険アレンジを日系企業へ提供する目的で2003年にフィリピンで設立した。フィリピン大手日系損保現地法人のマネジメント経験者でありかつ保険業界に長年の経験と人脈のあるフィリピン人を共同パートナーに持つ。フィリピン現地事情に明るく、顧客の要望に応じたサービスを提供している総合保険代理店だ。2004年にはセブに支店も設立。マニラとセブを拠点にフィリピン全土を網羅した営業体制を構築している。

Unit 205 One Corporate Plaza 845 Arnaiz Ave.
Legaspi Village Makati City
☎02-8817-8650
🌐www.cotton-diaz.net
✉daisuke_ishii@cotton-diaz.net
担当：石井大祐
対応言語：日本語・英語・タガログ語



インシュランスワンテン フィリピン支店

insurance 110

2010年「海外で働く日本人を保険を通してサポートしよう！」をスローガンに設立された、マニラとセブに拠点を持つ保険総合代理店。日本を離れると気になる「医療保険」そして意外と見落としがちな「公的年金」など、海外での不安を保険を通じて日本語でわかりやすくサポートしてくれる。英語の保険約款をすべて理解するのはとても困難。海外ゆえに疎遠になりがちな保険を、日本にいるかのように「身近な保険」にしてくれるのが強み。

Unit 206 One Corporate Plaza, 845 A. Arnaiz Ave. (Pasay Road) Legaspi Vill., Makati
☎02-8552-3688
🕒9時～18時30分
🌐insurance110bk.com
✉manila@insurance110ph.com
担当：高橋広幸
日本語・英語・タガログ語

●日本語対応可能
●最新デンタル機器完備

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、口腔内管理に!

●対応言語: 日本語・英語・タガログ語 ●開院時間 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 (親知らず)、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、マタニティ歯科、デンチャー、顎関節症の治療など





Makati Rise Towerに
Acero Dental Center

Now Open!

Dr. Chaver O. Acero Dr. Joseph Neil Acero

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

まずご予約を! ☎ 0917-632-9242 ☎ 0917-156-1017 ✉ acero2@yahoo.com
●まずはE-mail、お電話にてお問合せください。

KOBAYASHI
DENTAL CLINIC & LABORATORY

小林歯科診療所・技工所

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
✉ kobayasiclinic.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

LINE

素敵な笑顔で人生を変える

インビザラインで始める 歯列矯正




BGCで2008年に開業、オーナーの
医師・Marjorie Lapid-Nazal博士が、
メトロマニラの人の健康と豊かな
生活のために、皮膚科治療と歯
科治療を包括的に提供。5歳児から
98歳以上まで、あらゆる分野の歯科
医療に対応。設備も国際標準機器を
完備しミニラボも併設。年中無休。
メトロマニラのビッグモールのいく
つかに分院を展開。

Dr. Marjorie Lapid-Nazal

YSA・皮膚科・歯科

住所: Forbes Town Center, Rizal Drive, Bonifacio Global City, Taguig
連絡先: ☎ Tel: +63 2 856-7878 Mobile: +63 917 513-7878
開院時間: 月-日10:00 -19:00

KOBE CLINIC
Bringing expert medical care within your reach

日本人として数少ない
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ます。

2月からレベル2に成り、モールの入場の規制が緩和され、お子さん、妊婦さん、お年寄りの
受診が受けやすくなりました。簡単な定期検診は何時でも出来ます

出張抗原・抗体検査は1日最大100名可能

出張抗原・抗体検査は、検査技師、
看護師がお伺いいたします。
出張抗原検査は、終了後に結果サマリーをお渡し。
出張抗体検査は、採血後クリニックにて検査を行い、
その日にメールで結果サマリーを報告。
両検査とも正式な結果は翌日お渡しできます。
外来での抗原・抗体検査は、一時間で結果をお渡しできます。

抗体検査: P800/人 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 ☎ kobeclinic.ph
営 9:00～17:00 (月-土) ✉ toshikobeclinic@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




田中先生

Tokyo Healthlink Inc.

東京ヘルスリンク

日本人医師による診察
(往診も可能です)

お気軽にお問合せ下さい
携帯番号: 0917-808-8874
Eメール: japanese@tokyohealthlink.net





メニュー
はこちら

桜小会席のご案内

山里の桜小会席では蛤真丈のお吸物、魚介と銀杏の桜葉包み、冷やし茶蕎麦などを取り合わせております。春の訪れをぜひ山里でご堪能くださいませ。

季節の小会席はディナータイムのみ、前日までの事前予約にてご注文を承ります。価格はお一方あたりPhp3,800++でございます。

メニューは季節や商品の在庫状況により変更される場合があります。
価格はフィリピンペソで表記され、12%の付加価値税が含まれております。
別途10%のサービス料ならびに地方税の市税を申し受けます。

ご注文、お問い合わせはお電話にて承ります TEL +63 2 5318 2888 • +63 917 818 9868

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時半～23時

BGC
The Fort Strip, 7th Ave, Taguig
☎0960-546-9961(SMART)
0995-426-3385(GLOBE)
11時半～23時

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

居酒屋星まつり HOSHIMATSURI Japanese Restaurant

当店自慢の美味しい焼き鳥、もつ鍋、とんこつラーメン、ちゃんぽん、お好み焼きをご賞味ください。

鶏皮 P950/10本

もつ鍋 P650

チキン南蛮 P280

☎02-8893-3294

住所: Unit 4 Mezzanine, Creekside Mall, Amorsolo Street, cor. V.A. Rufino St., Legaspi Village, Makati
営業時間: 11時～14時、16時～22時 ① HOSHI MATSURI

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

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11:00-23:00

お陰様で創業から16年。お客様の90%以上が日本人。日本人好みがここにある！
元力士が造る本格ちゃんこ鍋と食いしん坊厳選一品料理が多数

旨さの決め手はスープにあり
月替わりのお薦め品で日本の旬をお届け

喫煙席・禁煙席、テーブル席・座敷席・個室(22名迄対応可)をご用意してます。

相撲茶や関取

Japanese Restaurant SEKITORI <http://www.sekitori.asia>
☎ 02-8816-7608 / 8894-3876 営業時間: 11:00 - 14:30 / 17:00 - 23:00
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

ご予約は
LINEまで➔

QRコード

営業時間 月～土 17時～23時
店休日 日曜/祝日
152 Adelantado st. Gervasia hotel 1F
Tel: 09152802288

日本食居酒屋 **川崎**

“日本の食事は川崎で!”
ご予約お待ちしております

特注・刺身盛り (P10,000)

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5万ベソより承ります
① Izakaya Kawasaki ●営業時間 4:00-22:30

UNAKICHI

店外飲食もできます!

新メニュー続々登場!
鍋料理も始めました!
(しゃぶしゃぶ、すき焼き等各種)

G/F Makati Cinema Square, Amorsolo St., Makati City
☎ **02-7728-2072**
🕒 11:00～
UNAKICHIMAKATI

GroB Food

お酒のメに
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

一和 KAZUWA

リトル東京に鉄板焼きレストランオープン

リトル東京に新しくオープンした鉄板焼きレストラン。生牡蠣、お刺身、創作寿司、ラーメン、天ぷらなどメニューを揃えています。新鮮で美味しい食材を提供しています。 **Vip Room新設!**

目の前で焼いてくれる鉄板焼き

刺身盛り合わせ

刺身、寿司の船盛り

VIP Room

各種日本酒やウィスキーも揃えています

Kazuwa Japanese restaurant
Unit 14, 15, 16, Little Tokyo 2277 Chino Rocas ave., Makati City
☎ **0919-792-7777**
f kazuwa.ph @kazuwa.ph
https://www.youtube.com/channel/UCINYMcd5qnsqzYD7-YBr4Q

5%割引
クーポンを切り取りスタッフへ提示ください。会計金額から5%割引いたします。お一人様1回のご利用が出来ます。

ミステリアスギフトのプレゼント!
毎月贈呈するスタンプを12ヶ月分集めて2022年12月にお店へ提示すると素敵なギフトをプレゼント!

プライマー読者特典

つむら

TSUMURA SUSHI BAR & RESTAURANT

「瀬茶(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, Sedenor cor. Varelo St., Salcedo Vill., Makati
☎ 02-8887-4848 📍 Tsumura Sushi Bar & Restaurant
営 11:30am~2:00pm(Lo 1:30pm), 5:30pm~10:00pm(Lo 9:30pm)

azuThai

AzuThai で伝統的なタイ料理を召し上がれ!

AzuThaiは、タイ商務省が
「タイ・セレクト」に認定したフィリピン初のレストランです。



日本語メニューをご用意しています。

8817-6252 / 8813-0671 / 0927-136-1306



900 Arnaiz Ave., corner Paseo de Roxas, Makati City 1200 • www.azuthai.com



IRONMAN'S

STEAK
HOUSE

Ayala Malls
CIRCUIT

鉄板焼き特選和牛ステーキが大人気!!



サーキットマカティに堂々オープン

各種和洋折衷の素敵なコースメニューもございます。
右上のQRコードよりF.B.のページをご覧ください。

アイアンマン ステーキハウス
0922 856 5835

ゴルフ後の打上げに最適(駐車場完備)

L. Ground Flr., Ayala Malls Circuit Makati, Hippodromo St., Makati City



IRONMAN'S
正面入口より
250m 1階左
ARMY NAVY 隣

※アヤラモール・サーキットはアヤラ大通りを直進!



日本より直送厳選黒毛和牛!



ゆっくり飲んで食べる
ことができるお店です。

ラーメン
Ramen Noyonoy

濃厚なスープを
ぜひ堪能あれ!



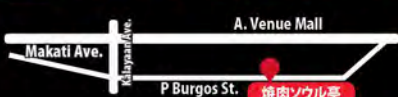
牛肉と寿司と焼き鳥を
ホブラシヨンの焼肉ソウル亭で
お楽しみください



日本直送の厳選和牛と
新鮮なお寿司! V-I P ルームあり!
ゆっくり飲んで食べる
ことができるお店です。



濃厚鶏ガラスープ
ラーメン P400~



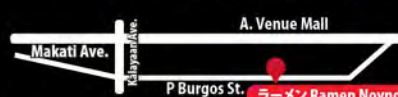
焼肉ソウル亭

☎0967-4420-777(Globe) / 0929-5550-777(Smart)
5739 P Burgos, Poblacion, Makati | 営業時間 11時~14時, 16時~24時



やまたつ
日本食レストラン

☎0997-985-2875 | 113Belfrant Bldg. Scout Lazano St, Tomas
Marato Ave, Quezon City | 営業時間 11時~14時, 17時~23時



ラーメン Ramen Noyonoy

☎0967-4420-777(Globe) / 0929-5550-777(Smart)
5059A P Burgos, Poblacion, Makati, 1210 Metro Manila | 17:00~23:00 日曜定休

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

BÉBÉ ROUGEをGrabアプリからご注文出来ます

GRABアプリでBGCも
配送可能になりました!

デコレーションケーキ承っています。
アレンジなどお店へご相談ください。

DELIVERY IS ALSO SUPPORTED

G! GCash Grab Food

0917-851-9636
02-8833-2826

7602 Sacred Heart St,
Corner Metropolitan Ave, San Antonio village
9:00-17:00 PatisserieBebeRouge

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

MCMANIS FAMILY
VINEYARDS CHARDONNAY

カリフォルニア全域に旋風を巻き起こしたコスパの帝王! コクのあるこの辛口ワインは白身魚、甲殻類、豚のロースト、クリームソース系料理と好相性です。

+632 8804-5028
G/F Republic Glass Building 196 Salcedo Street
Legaspi Village Makati City

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



THE WINE CLUB
高品質なカリフォルニアワイン



ご注文はこちらから
WWW.WINECLUB.PH

9 B1, Cacho Gonzalez Bldg. 101 Aguirre St. Makati Mon-Sat 10am-8pm ☎ 02 8893 7784

HARU
Korean Restaurant and Korean Grocery Store

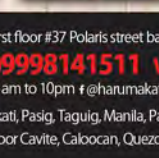
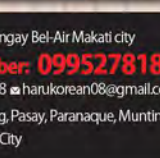
ポブラシオンに
新韓国料理レストランOPEN!

ポブラシオンの新しい焼肉レストランHARU Restaurantでは、美味しい焼肉はもちろん本格的な韓国家庭料理をご提供しています。個室、カウンターバーもあり、またケーキ・リングサービスも充実! 皆さまのご利用をお待ちしています。

First floor #37 Polaris street barangay Bel-Air Makati city
☎ **09998141511** Viber: **09952781800**
@11am to 10pm #@harumakati08 #harukorean08@gmail.com
Makati, Pasig, Taguig, Manila, Pasig, Pasay, Paranaque, Muntinlupa, Bacoar Cavite, Calocan, Quezon City





オーナー募集

**しっかりサポート付き
チキンウイング店の
オーナーになりませんか?**

キオスクタイプ (8~10平方メートル) P600,000
フランチャイズ料/看板/POSスタッフ教育/初期在庫/デジタルマーケティング/厨房設備/マーケティングコラテラル

ホールインザウォール (15~30平方メートル) P1,000,000
フランチャイズ料/看板/スタッフ教育/初期在庫/POS/厨房設備/テーブル・椅子/マーケティング資料/デジタルマーケティング

フードトラック P2,000,000
フランチャイズ料/マンドーズ・フードトラックの看板/スタッフ教育/初期在庫/POS/厨房設備/テーブル・椅子/マーケティングコラテラル/デジタルマーケティング

■詳細はこちらへお問合せください
0917 540 1465 | 7090 2878
mandos.makati@gmail.com

MANDO'S WINGSHACK





「日本のおいしさ」をフィリピンで
モスバーガー



モスチーズバーガー
P169

【フィリピン国内店舗】

Robinsons Galleria・SM MEGA MALL・Glorietta・
Vantage Kapitolyo・Robinsons Place Manila・Eastwood
Food Truck BGC・Food Truck Nuvali (Opening Soon)

BGC・マカティ・オルティガスへ
Grabでお届けします。

日本のお弁当



とりめし弁当



焼鮭弁当

Made by

モスセントラルキッチン

The Vantage, West Capital Drive cor. United St. Kapitolyo Pasig City
大量注文・デリバリーエリア外からのご注文等お気軽にお問い合わせください。

☎09178157766 (日本語対応:水野)

☎09474705456 (English)

✉ info.mosburgerph@gmail.com



GrabFood



メニューはこちら



Kuranosuke
本物のラーメンと寿司
Authentic Ramen and Sushi

くらのすけ

自慢の濃厚な豚骨スープは意外にあっさり! 豚骨塩、豚骨味噌、豚骨しょうゆのほかに担々麺、つけ麺もお試ください。

製麺所を営む松永明さんが、徹底的に技術指導し、変わらぬ味を心地よいサービスを提供します。

タギック、アヤラサーキットマカティなどに続く4軒め。くわしくはWEBで

美味しいラーメン・お寿司を召し上がれ!



濃厚だけどあっさり・とんこつ



新作・人気の担々麺



リトル東京
ギャラリーに
新店舗open!

辛子明太子

住所: The Gallery, Amorsolo St., Makati 営業時間: 10時~22時

TEL: 0995-633-0277

f kuranosuke

Instagram Kuranosuke.amorsolomakati



詳しくはこちらから

日本三大和牛近江牛を農家から直送

HIROだからできる 近江牛各部位続々入荷!!



HIRO 和牛 コース (2人前)

- | | |
|--------------|-------|
| 1. チョレギサラダ | P290 |
| 2. キムチとナムル盛り | P290 |
| 3. 和牛3秒炙り | P600 |
| 4. ユッケ刺し | P390 |
| 5. 和牛盛り合わせ | P2500 |
| 6. ホルモン | P500 |
| 7. カルビスープ | P290 |
| 8. 和牛にぎり寿司 | P700 |
| 9. アイス | P180 |

Total

P5,740

NOW P4,999

SAVE P741



LINE友だち追加でお得なクーポンを!



【友だち追加特典】

一度だけ使える
20%割引クーポン
もらえます!

当店ID @087wyjky



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

HIRO Official Facebook QR→



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

一番搾り
極上生ビール





Your Neighborhood Ramen-ya!



烏骨鶏醤油チャーシューラーメン



烏骨鶏味噌チャーシューラーメン



烏骨鶏塩チャーシューラーメン



冷やし胡麻ラーメン



担々麺



油そば



辛味噌ラーメン
マイルド



辛味噌ラーメン
レベル 7



辛味噌ラーメン
レベル 10

now OPEN!

Located in Rockwell, Makati (G/F Edades Retail Row)
MON - SUN: 11AM - 9PM

For delivery or takeout, visit ramenron.pickup.ph

[@ramenron.ph](https://www.instagram.com/ramenron.ph) [f/ramenron.ph](https://www.facebook.com/ramenron.ph)

a mano

ロックウェルの本格イタリアン
新鮮な食材を使用した本場の味をお楽しみください。



📍 R1 Level, Power Plant Mall, Rockwell, Makati City
☎ Reservations: 0917 552 6266
🕒 Monday - Thursday 11:30am-9:00pm
Friday - Sunday 11:30am-10:00pm
📦 Takeout: amano.pickup.ph
📱 [amano.ph](https://www.instagram.com/amano.ph)

est 日本を感じる、心を感じる

BGC SM Aura
の屋上に
**絶品フレンチ
トースト誕生!**

Est Bakery Cafe
@estbakery estbakerycafe
L5, Skypark Dining, SM Aura Premier
Monday to Friday 11:00am to 10:00pm Saturday,
Sunday & Holidays 10:00am to 10:00pm
※SM Aura Premierの営業時間に準じます。

プライマー読者特典
2名様以上でお越しのお客様に
新商品・フレンチトースト
一皿無料でプレゼント♥

無料お試し券
※点線部分を切り取ってお持ちください。
※2022年4月30日まで有効です。

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。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](https://www.instagram.com/ogawa.manila)



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
Unit 7 The Plaza, Arya Residences, McKinley Parkway cor. 8th Ave., Bonifacio Global City, Taguig
📱 [Fukudaya Philippines](https://www.facebook.com/FukudayaPhilippines) 📱 [@fukudaya.ph](https://www.instagram.com/fukudaya.ph)



KANBE JAPANESE RESTAURANT

TORIYA KANBE JAPANESE RESTAURANT BGC

Tel: 0969-096-1577 (Smart)
028-732-8434 (Landline)

Address: The Fort Strip, 7th Ave. BGC, Taguig City
Open: 15:00-翌2:00
Regular Holiday
📱 Kanbe Japanese Restaurant

21年12月オープン。美肌効果抜群の博多水炊き、福岡名物博多とり皮、福岡のB級グルメをオリジナルにアレンジした官兵衛焼き等、多彩なメニューをご用意しております。
同年8月にオープンしたボホール店と共にご来店お待ちしております。

KUSHIYAKI KANBE JAPANESE RESTAURANT

Tel: 0915-163-6552 (Globe)
(038) 502-1527 (Landline)

Address: Purok 5, Danao Panglao, Bohol
Regular Holiday
📱 Kushiya Kanbe



RAMEN KEISUKE TORI KING



Business hours: Daily 11am-9pm
+63 977-479-1755
 Available for order at
 Grab Food foodpanda PICK-A-BOO

Ramen Keisuke Philippines
 ramenkeisukeph

日本料理 石原

魚の目利きが選んだ
 よりすぐりの素材を
 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
 ishihara.japaneserestaurant
 BF HOMES 350 El Grande Ave,
 Parañaque, 1720 Metro Manila

Grab Food



醉 仁 ~SUIJIN~



お問い合わせ
 ☎ 046 443 4991 ☎ 0977 839 1873
 Land mark: PUREGOLD CARMONA
 9052 REMINGTON PLAZA GOV.
 DRIVE POBLACION 8 CARMONA CAVITE

御予約


マップ


おでんハウス
 ODEN HOUSE Japanese Restaurant

おいしい市場食堂
**カルティマルでのお買い物の際には
 ぜひ、お立ち寄りください。**





おでんハウスジャパニーズレストラン

☎ 日本語 0918-948-1012/
 英語・タガログ語 02-8817-9289

営業時間 午前6時~午後5時・無休
 パサイ・カルティマル生鮮市場横
 2F Magic Star Square Bldg

ODEN HOUSE Japanese Restaurant 店舗、メニューはこちらから




ENTRECÔTE

SINCE 1978
CERTIFIED ANGUS BEEF®
 BRAND



最高級のステーキを
 ご堪能ください。

l'entrecôte

Unit A Bellagio II Burgos Circle at
 Forbes Town Center
 Bonifacio Global City 1634 Taguig.

☎ 0915 8857622

☎ (02) 8856 4858

Facebook @l'entrecotebistroMNL

www.l'entrecotemanila.com

一本橋
IPPON YARI
JAPANESE RESTAURANT

王道の和食。

サンタロサ、カランバ、カビテ、リマの和食なら



広東麺 (P340)



ご飯は全て新潟産こしひかりを使用。これぞ銀しやり！



鶏唐揚げ (P210)



ハイボール (P85)



ビール類 (P65~)



サワー類 (P80~)

f ipponyarijapresto



詳細はこちら

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




WOODEN HORSE STEAKHOUSE

ウッデンホースステーキハウス



Rib Eye Steak



Vongole Spaghetti

BEST STEAK IN TOWN!

ウェスタンをテーマにしたステーキハウス。サイパンで長年
ステーキハウスを営んできた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

① woodenhorsebeststeakintown

NOW OPEN

プレミアム日本食材店 OMAKASE

日本各地からバイヤー厳選のプレミアム海産物や食材、調味料などを直輸入！店内にはお弁当・惣菜コーナー、
デザートコーナーを常設。週末には空輸にて鮮魚を仕入れ、お刺身やお寿司などもテイクアウトしていただけます(事前予約可)。

三陸産水産物や寿司・総菜・弁当、また、仙台牛を使用した和牛ハンバーグ弁当・焼肉弁当など各種揃えております。







OMAKASE Grocery & Deli - Premium Japanese Food Market
Ground Floor of Marvin Plaza Building, 2153 Don Chino Rocas Avenue,
Brgy. Pio Del Pilar, Makati City
店舗前駐車場4台 午前9時00分～午後8時00分
f omakasegroceryanddeli
✉ info.htj@hightower.com.ph

Produced by Hightower J. Foods. Corp
31-C San Victores Street, Seacom Cpd,
San Antonio, Parañaque City




プロ
直伝!

今晚のおかず

The Simple Japanese Food

今回の食材 (White onion)

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



玉ねぎだけでもとっても美味しい!

玉ねぎのかき揚げ

<配信動画>

https://www.youtube.com/watch?v=uZzFUw_CQ4&t=257s

●調理時間 20分 2人前

玉ねぎ	90g	(簡単天つゆ)	
片栗粉	大さじ1	水	大さじ2
小麦粉	大さじ4	醤油	大さじ1
水	大さじ2	みりん	大さじ1
卵黄	1	出汁の素	一つまみ

●作り方

- 1 玉ねぎを細切りにし、ボールに移す。
- 2 小麦粉、片栗粉をボールに加え、玉ねぎがコーティングされるように全体に混ぜる。
- 3 水、卵黄を加え、全体にサックリと混ぜ合わせる。
- 4 揚げ油を170℃に設定し、かき揚げのタネを50gの大きさに分けて揚げていく。
- 5 フライ返しを使い、タネを平にすると均等にうまく揚がる。
- 6 裏表合計2分間。箸で中心に穴を開けながら揚げていく。
- 7 火が通ったら完成。器に盛り付け、天つゆと共に楽しむ。

●Onion Kakaiaige Tempura

[Onion tempura]

Onion	90g/3oz
potato(corn)	starch tbsp1
flour	tbsp4
water	tbsp2
egg yolk	1

[Tempura sauce]

Water	2tbsp
Soy sauce	1tbsp
Mirin	1tbsp
Dashi powder	1pnch (just option)

●Cooking Directions: Makes 2 serving
(Cooking time: 20 minutes)

- 1 Cut thinly slice white onion, then put in mixing bowl.
- 2 Put flour and potato(corn) starch in 1. Mix and Coat all part of Onion.
- 3 Put water and Egg yolk in 2. Mix everything as lightly.
- 4 Heat oil in deep frying pan. Make 170 temp.
- 5 Pick 50g portion from 3. Make flat shape and put in oil.
- 6 Cooking time is total 2mins for both of part.
- 7 Once it's cooked, pick from oil, then Decorate with Tempura sauce.



Point!

シンプルな料理だけに仕込みが大事な料理です。玉ねぎを2-3mm程度の均等の薄さにスライスし、小麦粉&片栗粉が全体にコーティングされるようにボールで混ぜ込んで下さい。そうすることで食べたときに全体がサックリと均等な食感に仕上がります。揚げる際はフライ返し等を使い、均等な厚さになるように揚げましょう!

フィリピン食材 豆知識



最近日本食の中でもジワジワと人気を集めているかき揚げ。元々海老天ぷらは不動の人気メニューであります。かき揚げも飲食店各所で注文されているのをよく見かけます。サクサク食感、いろんな具材が入っていて美味しい。マサラッ! それもそのはず、実はフィリピンでもかき揚げと同じような料理が存在します。その名もUkoy(ウコイ)。見た目もかき揚げとほぼ同じ。違う点は、ウコイは水の代わりに海老の頭や殻で取った出汁を使用します。なんだか美味しそうですね。そして最も違う点は漬けダレ。天つゆの代わりに唐辛子、にんにくが入った酢をつけていただきます。なんだか一気にフィリピンらしくなってきましたね。常夏のフィリピン。ビール片手におつまみとしては最高ではないでしょうか。フィリピン料理レストラン等で見た際は是非一度試してみてくださいね。

そんなかき揚げを今回は家庭で簡単にできるレシピにアレンジしました。玉ねぎだけで美味しいかき揚げ。甘くてサクサク。なんだか美味しい! ご家庭で揃う材料で作れますので気軽にチャレンジしてみてくださいね。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。

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、生鮮食品がおいてあるのも魅力の一つです。

Cake Sushi Vegetable Seafood Delicacy Meat

Always Fresh!

●マカティ店 ☎02-8897-7207, 02-8890-1649
7602 Sacred Heart Street Corner Metropolitan Avenue, San Antonio Village, Makati ☎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

季節感と品揃えにこだわる新タイプの日本食料店

みんなのスーパー

Minnano Supermarket -Japanese Grocery

春いっぱい!

Now Open

マカティ・サルセドストリート・インドネシア大使館近くです!

1F Salamin Building 197 Salcedo st, Legazpi village
☎09668420491 f msuperph

FBIはこちらから ↑ Line登録はこちらから ↑



Yasaka Food Store

Ramen Specialty Store

らめめん食材専門店



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

Shin Mikana Philippines Inc. は、お客様にご満足していただける高品質でおいしい日本食材を数多く提供しております。私たちは、日本食材を世界各地に提供しているJFCジャパン株式会社のフィリピン国内のメインサプライヤーです。



日本食材 調味料 冷凍食品 お菓子
日本酒 ウイスキー 焼酎



"Your No.1 Trusted Provider of Japanese Ingredients."

Shin Mikana
PHILIPPINES INC.

Main Supplier JFC

JAPANESE GROCERY & FOOD INGREDIENTS

Our Branches:

- 7065 N.R. Tirona Highway Habay 1, Bacoor city, Cavite (Warehouse)
- Cartimar Commercial Arcade & Suite 2209 Laveriza St., Pasay City
- Farmers Market, Cubao

Please contact us for more info

Shin Mikana Philippines Inc.
(046) 402-5838 or 0917 709 6824

JINRO

フレーバーいろいろ!
気分に合わせて選べる **참이슬** **チャミスル**!



#チャミる?



K&L JINRO INCORPORATED

JINRO SOJU
The World's Best Selling Soju

日本食材店やコンビニでも取り扱っています。

K&L Jinro

02-8899-4591 | 3F, GEI Bldg., No. 50 Polaris St., Poblacion, Makati



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

Unit No. GB-2, G/F Agustín 1 Bldg. #28 F. Ortigas Center, Pasig City
sales@hoshizaki.com.ph

詳しくはWEB・FBをご覧ください。



プライマーRestaurant

お腹も心も満たす
幸せなお食事のひとときをあなたに



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

プライマー 食べる



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

POWER-UP
YOUR
WORKOUT

READY-TO-DRINK
BCAA

No.1 Brand in Japan*

AMINO ACID CONTAINED
CARRAGEENAN APPLE FLAVOR
FOOD SUPPLEMENT



amino
VITAL

Amino acids
3000 mg
mainly BCAA

HELPS IMPROVE
ENDURANCE

HELPS REDUCE
MUSCLE FATIGUE

GET ONE NOW!



LazMart



Shopee

Shopee Mall

LazMall

Eat Well, Live Well.



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



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	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 5054 JL 8746 JL 746	0715 / 1225 0930 / 1455 1105 / 1655 0105 / 0620 0940 / 1455	毎日 毎日 水・金 水・金・日 毎日	マニラ⇒札幌 Manila/Sapporo			
成田⇒マニラ Narita/Manila	PR 427 5J 5055 NH 819 JL 745	1325 / 1740 1820 / 2205 1755 / 2155 1805 / 2210	毎日 水・金 毎日 毎日	札幌⇒マニラ Sapporo/Manila			
マニラ⇒羽田 Manila/Haneda	PR 422 NH 870	0855 / 1400 1450 / 2000	月・水・木・金・日 毎日	セブ⇒成田 Cebu/Narita	PR 434	0900 / 1425	土
羽田⇒マニラ Haneda/Manila	PR 421	1520 / 1930	月・火・水・金・日	成田⇒セブ Narita/Cebu	PR 433	1525 / 1945	土
マニラ⇒関空 Manila/Kansai	PR 412	0925 / 1405	毎日	クラーク⇒成田 Clark/Narita			
関空⇒マニラ Kansai/Manila	PR 411	1505 / 1830	毎日	成田⇒クラーク Narita/Clark			
マニラ⇒名古屋 Manila/Nagoya	PR 438	0740 / 1220	月・水・金・土	クラーク⇒関空 Clark/Kansai			
名古屋⇒マニラ Nagoya/Manila	PR 437	1320 / 1655	月・水・金・土	関空⇒クラーク Kansai/Clark			
マニラ⇒福岡 Manila/Fukuoka	PR 426	0945 / 1430	月・水・金・土・日	マニラ⇒香港 Manila/Hongkong	PR 300 5J 272 5J 112	0815 / 1030 0540 / 0755 1650 / 1905	水・水・金 月・火・土・日 月・火・土・日
福岡⇒マニラ Fukuoka/Manila	PR 425	1515 / 1810	月・水・金・日	香港⇒マニラ Hongkong/Manila	CX 903 5J 273 5J 113 PR 301	1615 / 1835 0915 / 1125 2020 / 2245 1145 / 1350	金 毎日 毎日 金・日

〔航空会社コード〕BA=ブリティッシュ航空, BR=エヴァ航空, CI=中華航空, CX=キャセイパシフィック航空,
JL=日本航空, KL=KLM航空, KU=クウェイト航空, LH=ルフトハンザ航空, MH=マレーシア航空, MS=エジプト航空,
DL=デルタ航空, PK=パキスタン航空, PR=フィリピン航空, SQ=シンガポール航空, TG=タイ航空, LX=スイス航空,
UO=香港エクスプレス航空, 5J=セブパシフィック航空, NH=全日空, 3K=ジェットスターアジア, JQ=ジェットスター, JW=バニラエア, GK=ジェットスター
※2022年03月01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)**



We Find the Way



お引越は、NX

LINE で簡単引越準備
今すぐ！登録お試しください！



旧ロゴ
We Find the Way
日本通運
NIPPON EXPRESS
ブランド強化で
22年1月に新ロゴ
マークに変更



(02)8837 - 3415 / (02)8403 - 1106 庄司・山内

発着地	便名	出発/到着時間	運航日	発着地	便名	出発/到着時間	運航日
セブ⇒香港 Cebu/Hongkong				マニラ⇒ジャカルタ Manila/Jakarta	PR 535	2115 / 0020+1	月・水・金・日
香港⇒セブ Hongkong/Cebu				ジャカルタ⇒マニラ Jakarta/Manila	PR 536	0110 / 0615	月・火・木・土
マニラ⇒シンガポール Manila/Singapore	SQ 915 SQ 917 SQ 919 SQ 921 PR 507 SJ 807 SJ 803 SJ 803	0040 / 0425 1405 / 1750 1705 / 2100 1900 / 2245 0925 / 1310 2010 / 2355 2020 / 0005+1 2010 / 2355	毎日 毎日 毎日 火・木・土 毎日 金 火・木・土 月	マニラ⇒クアラルンプール Manila/Kuala Lumpur	PR 525 PR 527 MH 807	0720 / 1105 1105 / 1450 1315 / 1715	火・水・土 月・木 火・水・木・金・土・日
シンガポール⇒マニラ Singapore/Manila	SJ 804 SJ 804 SQ 910 SQ 912 SQ 916 PR 508 SQ 918	0110 / 0500 0135 / 0525 0915 / 1250 1210 / 1550 1405 / 1745 1410 / 1800 1910 / 2250	火・土 水・金・日 毎日 毎日 火・木・土 毎日 毎日	クアラルンプール⇒マニラ Kuala Lumpur/Manila	PR 526 PR 528 MH 806	1205 / 1555 1540 / 1930 0830 / 1220	火・水・土 月・木 火・水・木・金・土・日
マニラ⇒台北 Manila/Taipei	PR 890 BR 272 CI 702 CI 704	0625 / 0840 1250 / 1500 1045 / 1255 1655 / 1905	木 木 水・金 火	マニラ⇒ソウル Manila/Seoul	SJ 188 KE 624 OZ 704	1300 / 1810 2355 / 0515+1 2345 / 0500+1	木・土 毎日 毎日
台北⇒マニラ Taipei/Manila	PR 891 CI 701 CI 703 BR 271	0940 / 1205 0735 / 0940 1335 / 1555 0910 / 1145	木・土 水・金 火 月・木	ソウル⇒マニラ Seoul/Manila	KE 623 OZ 703 SJ 189	1835 / 2145 1920 / 2230 1945 / 2240	毎日 毎日 木・土
マニラ⇒バンコク Manila/Bangkok	TG 625 TG 621 PR 730	1910 / 2125 1310 / 1545 1010 / 1240	火・木・土 月・水・金 月・火・水・木・金・日	マニラ⇒セブ Manila/Cebu	PR 1841 PR 1835 PR 1847 PR 1847 PR 1849 PR 1849 PR 1853 PR 1859 PR 1861 PR 1861 PR 1861 PR 1867	0615 / 0740 0930 / 1055 1100 / 1225 1100 / 1230 1230 / 1355 1230 / 1400 1330 / 1455 1600 / 1725 1800 / 1925 1800 / 1925 1900 / 2025 2115 / 2240	毎日 毎日 月・火・木・金・土・日 水 月・火・木・金・土・日 水 毎日 水・金・土・日 月・火・木・金
バンコク⇒マニラ Bangkok/Manila	TG 624 TG 620 PR 731	1355 / 1805 0745 / 1155 1350 / 1805	火・木・土 月・水・金 月・火・水・木・金・日	セブ⇒マニラ Cebu/Manila	PR 1836 PR 1842 PR 1880 PR 1880 PR 1848 PR 1848 PR 1850 PR 1850 PR 1854 PR 1860 PR 1860 PR 153 PR 2862 PR 1862 PR 2861	0730 / 0855 0840 / 1005 1145 / 1310 1315 / 1440 1315 / 1440 1445 / 1610 1445 / 1615 1545 / 1710 1815 / 1940 2015 / 2135 2015 / 2140 2015 / 2140 2015 / 2140 2115 / 2240	火・日 毎日 毎日 月・火・金・土・日 水 月・火・木・金・土・日 水 月・火・水・木・金・土・日 毎日 木・土 水・金・土・日 月・火・木

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

レンタカー・ドライバーはお任せ下さい。

★長期月間レンタル(運転手付き)
・Php49,500 より(運転手付き)



Vios 1.3E(A/T):
Php3,000 (10時間)



Innova 2.8G(A/T):
Php4,300 (10時間)



Avanza 1.3E(M/T):
Php3,500 (10時間)



Fortuner (A/T):
Php5,000 (10時間)



GL-Grandia 3.0(M/T):
Php5,350 (10時間)



Montero Sports (A/T):
Php5,000 (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 / 02-7506-8743
CP: 0917-311-3027/0917-300-2067
<http://ableph.wixsite.com/able-car-services/car-rent>
(New Office): 316 Duhat St. Comembo
Makati City, Philippines

★バス・レンタル★

観光、チャトルサービスにご利用下さい。



クルマを売るなら



お困りではございませんか?

- ✓ 補任や異動が決まり、車を処分したい
- ✓ 車を売りたいけど、信頼のおける会社に販売したい
- ✓ 個人情報の処理など、売買書類手続きなど不安
- ✓ ペソではなく、円で支払って欲しい
- ✓ 車両売却を社員に任せているが、リポートなど不適切な処理が心配
- ✓ 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/>



3028 Vicente Madrigal Building,
6793 Ayala Avenue, Makati

Seven Angels Massage

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

"RELAXATION AND PLEASURE
WITHIN HEAVEN'S TOUCH"

天国にいるような
リラックス感と喜び

sevenangels003
7angelsmassage

OUR SERVICES:

P1000 2時間フルボディーマッサージ
スウェディッシュ、指圧、タイまたは
コンビネーションマッサージ技術

CONTACT US:

0917-447-6203 / 0908-397-2327 / 02-7219-5770

www.sevenangelsmassage.com

24-7_on-call@sevenangelsmassage.com

Wellness Express

コンドミニアム、アパートへの出張マッサージサービスです。

1時間PHP500からご提供しています。

SWEDISH MASSAGE - 60mins PHP 500 only

THAI MASSAGE - 60mins PHP 500 Only

SHIATSU MASSAGE - 60mins PHP 500 Only

Promo 指圧マッサージ

Ventosa with full body massage 90 minutes Php 799

Hot stone massage 90 minutes Php 899

Foot spa & foot reflex 90 minutes Php 699

Swedish massage 1hr Php 500

Shiatsu & Thai massage 1 hr Php 500

お問合せ・ご予約

Cell: 09276693538 (Globe), 09692963882 (Smart) Tell: 8734 4401

@WellnessExpress5 wellnessexpress21 w3lln3ss21



Rodeo Spa Alabang

アラバンでNO1マッサージ!

Swedish Oil Massage

P800 - 1 HOUR

P1,200 - 1.5 HOURS

P1,400 - 2 HOURS

Shiatsu Dry Massage

P900 - 1 HOUR

P1,300 - 1.5 HOURS

P1,600 - 2 HOURS

Lava Stone Massage

Signature Massage

P1,600 - 1.5 HOURS

P2,100 - 2 HOURS



0905-310-4000 営業時間: 毎日11時~22時
MSA Prime Center building, Level 2 Parking,
Madrigal Business Park, Ayala Alabang, Muntinlupa
@rodeospa.alabang RodeoSpaAlabang



Sweet Massage

オイル&ドライマッサージ - Php 800

ベントサ+マッサージ - Php 1000

白髪除去+マッサージ - Php 1000

BGC P1000 Makati P800 Ortigas P1000
Pasay P800 Malate P800 Parañaque Alabang

ご利用時間: 2時間~

料金は施術場所によって異なります

CONTACT US: 0926-747-4100 / 0928-762-1500



ホーム&ホテルマッサージ
— 24時間営業 —



CS
skin care
solutions

Visit us at the following:

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

**Time To
REVERSE the
Signs of Ageing
with BOTOX**

ボトックスであの頃の
肌を回復!

Botox?
You know
when you
need it.

あの頃の自分を
取り戻したい!と思ったら
ボトックスを!

連載



No.8 お酒を飲みながらダイエット?!

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

■ 太らない飲み方は?

皆さん、いかがお過ごしでしょうか? ポギ金子です。
こうやって月に1度フィリピンにお住まいの皆様へ一
方的な発信ではありますが、関わっていることを嬉し
く思います。

私は今、地元神戸で過ごしていますが2月は環境
にちょっとした変化がありました。昨年11月に帰国し
てから兄が経営している焼肉屋で働いていましたが、
とある縁から神戸に新たにできるジムでトレーナー兼
マネージャーとして働くことになりました。実はそのオー
ナーとはフィリピンで出会って、何か一緒にビジネス出
来たらいいね、という話から数年越しにその話が叶い
ました。マニラにいた頃もそうですが、ホントにボクはフ
ィリピンでの人との出会いに支えられています。トレー
ナーに戻ったのは、お話を頂いたというきっかけもあり
ますが、やはりボクの本能がフィットネス、いや、筋肉
を求めているのだと思います。フィリピンでの出会いか
ら始まった仕事なので、いつかはフィリピンに舞い戻る、
いや、舞うほどの広背筋がボクには未だないので普
通に戻ることを念頭に置いて今は地元の神戸で頑
張ります。その時は読者の皆様と一緒にお酒でも飲
みたいですね。え? 筋肉にお酒大丈夫なの? という
声が聞こえてきますが、大丈夫なのです。その理由を
今回は説明します。本題へのつなぎ目が粗くてすみ
ません。笑

ダイエット中にお酒を飲む際に、「ビールはハイボール
に変えた」「焼酎しか飲まない」よく聞く話です。です

がアルコールそのものにカロリーがあると聞いたことはあ
りませんか?

最近フィリピンでも販売されている日本のストロング
ゼロの缶の表記にもゼロと謳っているにもかかわらずカ
ロリー表記がされています。これはアルコールに含まれ
ているカロリーのことです。

ではウイスキーや焼酎などの糖質が含まれていない
蒸留酒にお酒を置き換えても太るのではないかと
いう疑問が出てきますが、蒸留酒では太りません。理
由はカロリーには種類がありアルコールのカロリーはエ
ンプティーカロリーと呼ばれ栄養素が含まれていま
せん。どういことかと言うと、摂取するとすぐに熱として
代謝されるのでカラダに蓄積されないカロリーなのです。
ここが糖質から摂取するカロリーとの違いで、糖質か
らのカロリーは、エネルギーとして使われなかった分を
カラダは脂肪として蓄積します。



ではなぜダイエットにお酒はあまり良くないという情報
が出回っているのか? 冒頭で説明したようにアルコ
ールは摂取すると即座にカラダの中で代謝されます。
お酒を摂ると顔がほてったり体温が上がるのはそのた
めです。言い換えるとお酒を飲んだ瞬間からカラダが

摂取したものをエネルギーとして代謝する機能を全
てアルコールに奪われてしまうのです。お酒を飲む時
に何も食べないなんて状況は少ないでしょうから、こ
のタイミングで食べたものは、エネルギーとして消費さ
れずに全てカラダに蓄積されます。もし何も食べずに
糖質の含まれていないお酒を飲んだとしても、人間
のカラダは常にエネルギーを代謝しながら生きている
のでその代謝機能もアルコールに奪われるので、脂
肪燃焼がストップします。またその時間がアルコール
を摂取したタイミングから4時間とされています。ま
とめると、お酒を飲むと飲んだタイミングから4時間『
太りやすく、痩せない』ということになります。ではお
酒は飲まない方がいいのか? いえ、飲みましょう。
脂肪燃焼が止まる4時間よりも、仲間と楽しく過
す4時間の方がよっぽど大事です。このアルコールに
代謝機能が奪われるのは、量は関係ありません。で
すので、飲むのであれば毎日のちよい飲みよりも週
1~2のガツ飲みの方がダイエットに向いていると
私は思います。ただガツ飲みすると酔いで判断能力
が鈍り、ガツ食べしてしまうという副作用があるので
お気をつけください(笑)。

執筆者: ポギ金子

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
ラガーマン。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
が得た知見を連載。

Instagram: [pogi_kaneko](#)
Line: 22045





- ① 受け放題プラン (P12,800) **満員御礼!** ※時間帯により相談可
- ② 週1回初心者向けプラン (P6,400) **残り6名様まで**

無料体験実施中!

Orange Fitness Club
住所: 112 Legazpi Street,
Legazpi Village, Makati,
1200 Kalakhang Maynila
営業時間 9時~22時
土曜日8時~19時、日曜定休



Orangeってどんなジム?
Orange Fitness Club 検索



マカティにリニューアルオープン!
グリーンベルト5の真ん前!

**なりたい
自分になる!**
楽しく通えるフィットネス!

**日本人有資格
トレーナーが
指導**

無料体験・開催中! (要予約)

「退居時・入居前の清掃」 キャンペーン実施中!

4/30まで表示料金から20%割引

- 退居時・入居前清掃: 3,300 Php (60㎡まで)
※60㎡以上は 55 Php/㎡
- オプション (例)
 - ・ソファ・マットレス洗浄: 880hp~
 - ・グリーストラップ洗浄: 605Php
 - ・水アカ・ウォーターマーク除去: 1,100Ph



「日本品質」のお掃除をローカルプライスでご提供!!

**大好評の「エアコン掃除」
がおすすめ!**

ウィンドウタイプ: Php 1,320 (税別)
壁掛けタイプ: Php 1,650 (税別)

今ならお得な**年間契約**も受け付け中!

その他のおすすめ清掃サービス

OUR SERVICES

- 住居・コンド・オフィスの「しっかり清掃」(2,750Php~)
 - 定期的な「通常清掃・ハウスキーピング」(1,000Php)
 - 車内洗浄 / ヘッドライトポリッシング (2,750Php~)
- 多数オプションあり! 日本人担当にご相談ください。

お客様の声 (エアコン掃除)

VOICE

気になっていたカビのような汚れが落ち、嫌なニオイもなくなりました。冷房の効き具合も良い感じです。

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 優

LINEから



PRESAGE

SEIKO

SINCE 1881



ZERO HALLIBURTON

PRESAGE

SEIKO PRESAGE Sharp Edge Series
ZERO HALLIBURTON Limited Edition

🌐 shop.seikoboutique.com.ph

📱 @seikophilippines

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！

幅広くご利用いただけます

Recommended for Boutique

Air Purifier w/ Dehumidifier

ブティック店などにおススメ！
除湿空気清浄機

HIGH-DENSITY 7000

DW-E16FP-W

24sq.M
ROOM SIZE

Recommended for Home/Bedroom

Air Purifier w/ IoT (Internet of Things)

家の中・寝室におススメ！
IoT機能付き空気清浄機

HIGH-DENSITY 25000

FP-J80EP-H

62sq.M
ROOM SIZE

Recommended for Restaurant

Air Purifier w/ Humidifier

飲食店におススメ！
加湿空気清浄機

HIGH-DENSITY 7000

KC-G60E-W

50sq.M
ROOM SIZE

Recommended for Car

Plasmacluster Ion Generator

車用におススメ！
車載用イオン発生機

HIGH-DENSITY 75000

IG-NX2E-A/B/W

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

Air Purifier

病院/クリニックにおススメ!
空気清浄機

HIGH-DENSITY 25000

FP-J60E-W

48 SQ.M
ROOM SIZE



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

Wall Mounted Air Purifier

オフィスにおススメ!
壁掛け空気清浄機

HIGH-DENSITY 25000

FU-551KP

40 SQ.M
ROOM SIZE

Recommended for School

Air Purifier w/ Mosquito Catcher

学校におススメ!
蚊取り機能付き空気清浄機

HIGH-DENSITY 7000

FP-GM50E-B

40 SQ.M
ROOM SIZE



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



すべてのウィズキッズへ！ フィリピンの日系幼児教育施設から Vol.9

基本的な様々な能力がはぐくまれる大切な幼少時代、フィリピンで暮らす子供たちの未来のために何が大切で、何を今すべきなのか！！ 会社員から保育士に転職、BGCでウィズこども園を運営されている小野さんが連載でお伝えします。

ウィズこども園・事業統括責任者・保育士 小野誠さん



ほめることの重要性は？

北京オリンピックで活躍した日本人選手の中には、10代の選手が13名もいました。昨今、スポーツの世界だけでなく、さまざまな分野で活躍するこどものニュースで見ていると、「（自分のこどもの頃と比べて）最近の子は、すごいなあ」と感嘆してしまいます。そんな大舞台で活躍するこどもたちが多くいるにもかかわらず、日本のこどもの自己肯定感、世界のこどもと比べると低いようです。2015年の国立青年教育振興機構が行った日本、米国、中国、韓国の高校生を対象とした意識調査によると、日本の高校生は、「自分はダメな人間だと思うことがある」という問いへの回答に対して、「とてもそう思う」「まあそう思う」と回答した割合が、他国より高いとのことでした。

「自分は価値がある存在だ」という自己を肯定的に評価する感情を自尊心といいます。自尊心が育まれると、自分を評価し受け入れることで、自分に自信を持ち、目前にある課題に積極的に取り組むようになります。たとえ失敗したとしても、次はどのようにすれば成功するこ

とができるのか、試行錯誤を重ね、目標達成に向けて邁進するようになります。その経験の積み重ねが、人生を豊かにしていくのです。

誤解されがちですが、自尊心が高いことは、他の人より自分が優れていると思うことではありません。むしろ、自尊心が高いこどもほど、自分を肯定的に受け入れる力があるため、周りの人との優劣を気にせず、他者を受け入れていくことができるようになります。

まさに、高度な能力を持ったオリンピック選手たちが勝敗の結果に関係なく、選手同士でお互いを称えあう姿をみると、高い自尊心を持っていると思わざるを得ません。



自尊心は、幼少期からどのように周囲の大人と接しているかで、大きく左右さ

れます。幼少期に周囲の大人からほめられる経験を多くするほど自尊心は高くなります。ほめるといっても、ただほめるだけでなく、具体的にほめてあげることが大切です。例えば、こどもが花の絵を描いて見せに来た時も、「上手だね」「いいね」だけで終わらず、「お花の色をよく見て、丁寧に描いているね！」、「お花の形って、たしかにこうなっているよね、よく見て描いたね！」など、こどもが工夫したこと、がんばったことを想像しながら、具体的にほめることです。

「どのお花の色が一番好き？」「どこを描くところが大変だった？」など、質問をしてあげることも大切です。

また、家族で一緒に過ごす機会が多いほど、こどもの自尊心が高い傾向にあります。家族で一緒に料理やスポーツをしたり、海や山にお出かけをしたりするなど、家族で幸せな時間を共有することで、こどもは自分が必要とされていることを認識し、自尊心を高めていきます。

それこそ、春休みの時期です。お子様をたくさんほめて、たくさん楽しい時間を一緒にすごしてください。

元気に開園中！

■ 2022年度募集園児 ■

3歳児（2018.4.2生～2019.4.2） 4歳児（2017.4.2生～2018.4.2）
5歳児（2016.4.2生～2017.4.2）

※年度の途中入園も可能です。

現在、感染症対策のため受け入れ人数を調整しています。
詳細は、お問い合わせください。

園内見学可
お問い合わせください。
※必ず事前予約をお願いします。



2022年度
入園申込
2月から受付開始

お問い合わせは info@whizkids.jp までご連絡ください。



SHINANO
International Language Centre, Inc.

語学レッスンを通じて コミュニティを広げ、真の国際人!



【当センターの強み】

- 初心者～上級者まで各個人レベルに即した学習法に対応
- 英語、日本語、タガログ語、中国語、韓国語などあらゆる言語、あらゆるニーズに対応
- 語学学習を通じて、ビジネス、趣味などフィリピンでのコミュニティを広げることができます。
- 日系企業社員の日本語教育の実績多数

オンライン対応

個人・グループレッスン

☎ (0917) 373 2243 (中原)

Unit 704 Cityland Herrera Tower #98 V. A. Rufino Street corner
Valero Street, Salcedo Village Bel-Air, Makati City
shinanointernational

無料体験レッスン
実施中

日本企業のフィリピン法人が運営する 英会話サービス

シェア C-ELA 英会話 スピーキングコース



無料
体験レッスン
実施中!

一人ひとりの
オリジナルカリキュラム

- ・1レッスン 50分 500円
- ・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



<https://c-ela.com/>

英語に不安がある方も安心

「天気のこと」や「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!

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

CCK City Network Inc.,

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

オンラインで英会話・日本語スクール



【日本企業運営・安心の日本人窓口】

- 初級～中・上級まで最適なコースを選択可
- 製造業中心に赴任前・後学習で多数問合せあり
- 初心者の方には、日本語解説付きテキストで効率よく安心して勉強していただけます(自動化コース)

英会話レッスン
(マンツーマン) P600/50分

- タスクベースコース ■ ビジネス英語コース
- トピックベースコース ■ 自動化コース

ローカル社員の日本語教育に最適!
日本語クラス

マンツーマンクラス
グループクラス(個人、法人向け)
日本人とオンライン交流のチャンスあり!

*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



各コース説明動画



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

☎ 02-8832-5735 / 0917-154-9283

E-mail: pjlink.language.center@gmail.com (日本語対応)

Website: <http://pjlink-manila.com> LINE ID: pjlink2020

読者特典
無料カウンセリング&レベル
チェック
EmailまたはLINEから
お問合せできます。

ビジネス英会話レッスン

学習法「忙しいビジネスパーソンでも毎日実践できる
隙間時間を利用する「体で覚える英会話」



ビジネス経験を積んだビジネスプロ講師

2003年より大手日本企業の英会話研修を
日比で行なっております。

学習者の体験談【弘将さん】

- Q: 担当講師の満足度はいかがですか?
A: 大変良いです。理解が追いついていない時なども丁寧に
対応してくれており、満足しています。
Q: 「体で覚える英会話」習得法でやりやすさや改善が必要な
ポイントなどあればお願いします。
A: スマホに取り込んで持ち運んでいるので、ちょっとした時間
に聞けて便利です。英文の音読は、家族の前などは少し
恥ずかしく、一人の時にしています。



マカティのビジネス英会話スクール



お申し込み、
お問い合わせは
左のQRコードより

Instagram
@dceenglish

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!

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
間に終わるというお声を頂いております。

安心の日本人経営

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 LINE @sjp1344g

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

<https://stepforward-learning.com/>
☎ 708-99953

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。

住友鉱山出資のニッケル アジア、21年は92%増益 帰属純利益78億ペソ、EV用需要などで市況大幅上昇

フィリピンの有力ニッケル鉱山会社であるニッケル アジア コーポレーション社(ナック社、証券コード: NIKL)は、3月10日、2021年(1月~12月)の決算速報を発表した。

2021年の鉱石販売量は前年比(以下同様)1%減の1,794万ウェットメトリックトン(WMT)にとどまった。しかし、1WMT当たりの加重平均実現価格が30%上昇し29.13米ドルに達した。日本や中国向け輸出価格は、1WMT当たり40.40米ドルであった。その結果、総収入は26%増の274億ペソへと二桁増加した。二桁増収効果に加え、総現金費用が11%増の173億ペソと増収率を大幅に下回る伸びにとどまったことなどで、帰属純利益は92%増の78億ペソ、EBITDA(利払い・税金・償却前利益)は52%増の144億ペソと大幅増加した。

サモラ社長兼最高経営責任者(CEO)は、「建設、製造、石油・ガス部門の回復によるステンレス鋼の生産量の急増と電気自動車バッテリー業界からの需要の加速により、ニッケルの需要は引き続き堅調であり、さらに、インドネシア鉱石の輸出禁止と新型コロナウイルス対策としての地域隔離措置にともなうニッケル供給不足がニッケル価格を引き上げている」と説明した。

ナック社は世界有数のニッケル資源国であるフィリピンにおいて、最大規模のニッケル鉱石生産を行う鉱山会社である。そして、住友金属鉱山の重要な戦略パートナーとなっている。住友鉱は、ナック社に2009年に資本参加した。現時点で、100%子会社である住友金属鉱山フィリピン ホールディングス(SMMPH)を通じてナック社株約26%を保有している。SMMPHは2010年に、フィリピンでのニッケル事業に関する地域統括会社として設立された。

米国スペースX、比で衛星インターネット事業展開意向 公共サービス法改正法案成立で外資参入容易に

フィリピン投資委員会(BOI)は、イーロン・マスク氏によって率いられている米国宇宙開発企業スペース・エクスプロレーション・テクノロジーズ(スペースX)との間で、衛星インターネットサービス事業のフィ

リピンでの展開に関する協議を継続していると発表した。

昨年、スペースXとフィリピンサイドが、衛星インターネットサービス事業に関する初期的討議を開始、今年2月初めにフォローアップオンライン会議が行われた。それらの会議では、スペースXの子会社であるスターリンクが、フィリピンの遠隔地へのブロードバンド接続を提供する衛星インターネットサービス事業を展開するフィリピン現地法人を設立する計画を表明した。スターリンクは、2021年時点時点で1,600を超える衛星を備えた最先端の衛星ブロードバンドインターネットシステムを提供している。

なお、ドゥテルテ大統領が2月に、公共サービス法改正法案に署名した。この公共サービス法改正法案では、公益事業の定義を明確にし、公益事業の範囲に入らない業種への外資参入の投資や参入を促し、独占あるいは寡占状態にある公共サービスに公正な競争原理を導入することによって、公共サービスの質の向上とコスト低下を目指している。

公共サービス法改正法案では、電気通信、国内海運、鉄道と地下鉄、航空会社、高速道路と有料道路、および空港が公益事業の定義から除外されている。すなわち、通信事業への外資100%参入が可能となる。BOIは、「スターリンクがフィリピンに参入することで、高速衛星ブロードバンド接続が全国の顧客、特に現在接続が困難な地域で提供されることが期待されている」と表明した。

東ソーの比子会社MVC、電解設備68%増強 苛性ソーダ等の需要拡大に対応、投資額14億円

東ソーのフィリピンにおける苛性ソーダなどの製造・販売子会社であるマブハイ ビニール コーポレーション(PSE上場、証券コード: MVC、本社: マカティ市)は、3月1日、PSE回覧01210-2022号にて、「イリガン工場(所在地: ミンダナオ島北ラナオ州イリガン市)の電解設備の生産能力を68%増強する。投資額は約6億3,000万ペソ(約14億円)」との情報開示を行った。

MVCに87.975%を出資する東ソーによると、フィリピンの苛性ソーダ需要は、食品工業洗浄用途を中心に幅広い産業で需要が拡大しており、今後も堅調な成長が見込まれる。一方、塩素需要も、インフラ整備が進む上下水道の殺菌用途や、漂白剤用途等で需要が伸長している。こ

鍼・指圧マッサージ総合漢方センター

25年間、駐在の皆様健康維持の
お手伝いに努めてまいりました。

コロナの影響で生活環境が変わり様々な心的・身体的ストレスによって色々不定型な症状にお悩みの方は多いと思います。

こういった心身症状というものは「不定愁訴」とされ、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、日本語による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 (営)13時~22時・予約制(時間外・往診はご相談ください) | (休)なし

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

のような環境下、MVCは、電解設備の生産能力を大幅増強することで、フィリピンにおける苛性ソーダおよび塩素誘導品の需要の拡大に対応し、安定供給体制の確立を図る。なお、三菱商事もMVCに6%出資するとともに、原料の塩類を供給してきている。

現行の電解設備生産能力は、苛性ソーダ換算で年産1万9,000トンであるが、同1万3,000トン(68%)増強し、同3万2千トンとする計画である。増産完工は2023年11月と予定している。また、この電解設備増強計画では、電力および蒸気の消費量削減や、更なるエネルギー有効活用を併せて実施することで、二酸化炭素の排出量を増強前よりも削減する。

MVCは1934年にマブハイラパー社として設立され、1960年に化学品、PVC製品事業を開始した。1965年から苛性ソーダ年産4千トンの生産能力で生産・販売を開始し、1966年に現在の社名に変更した。その後、フィリピンにおける苛性ソーダの需要拡大に伴い生産増強を行っており、フィリピン唯一の電解メーカーとして、その地位をより確固たるものとしてきている。現在の売上高の99%は苛性ソーダと塩素化合物で占められている。2020年末の従業員数は160名である。1997年2月5日にフィリピン証券取引所(PSE)に上場した。東ソーは2015年にMVCを子会社化、2021年12月末の保有比率は87.975%となっている。

2021年9カ月の売上高は前年同期比(以下同様)1.9%増の15億4,503万ペソ、出荷増で増収となった。原材料価格上昇で原価が6%上昇したことで粗利益は3%減の6億5,910万ペソ、帰属純利益は8.2%減の2億1,869万ペソと小幅ながら減益となった。新型コロナウイルス感染再拡大や地域隔離措置の再強化という厳しい環境下で、出荷量が増加、底堅い業績推移だったといえよう。

比トヨタが20年連続の三冠王、累計販売200万台突破 21年の市場シェア46.3%と断トツ、過去最高、ASEANで最高

トヨタ自動車の製造・販売拠点であるトヨタモーターフィリピン(TMP、比トヨタ自動車、所在地：ラグナ州サンタロサ市)の創業以来約33年半の累計販売台数が200万台を突破した。

TMPの累計販売台数が100万台を突破したのは2015年4月であっ

た。100万台達成は創業から26年半後であったが、100万台突破から200万台突破までは僅か7年間弱であった。100万台突破、200万台突破ともに、フィリピン自動車業界初のことであり、TMPの強さが際立っている。

TMPは、2021年まで20年連続でフィリピン自動車市場の三冠王(総販売台数、商用車販売台数、乗用車販売台数いずれもトップ)を維持している。個別モデル販売ランキングにおいても常に上位を独占している。2021年は、上位6モデル(ヴィオス、ハイラックス、ウィゴ、イノーバー、フォーチュナー、ラッシュ)を独占している。8位にハイエースがランクされており、上位10モデルのうち7モデルを占めている。2021年の市場シェアは46.3%で前年の41.3%から一段と上昇、過去最高を更新するとともに、ASEAN市場で最高となっている。

ラグナ州サンタロサ市に国内最大の自動車製造工場を有し、現在はサブコンパクトセダン「ヴィオス」や多目的車「イノーバ」を生産している。TMPの累計生産台数は95万8,000台を突破、グループ全体の雇用数は6万人超、累計投資額670億ペソ、累計輸出額163億米ドル、累計納税額約4,260億ペソに達し、業界の発展に大きく貢献するのみならず、フィリピン経済や人々の生計向上に寄与してきている。

TMPは、「トヨタ環境チャレンジ2050(TEC2050)」のもとで環境を経営の最重要課題のひとつと位置付け、CO2排出ゼロにとどまらず環境へのプラスを目指すトヨタグループの一員として、クルマの製造時におけるCO2排出量ゼロを目指す「工場CO2ゼロチャレンジ」など環境マネジメントも強化している。工場は環境保全を最優先にデザインされており、太陽光発電システムの導入なども積極的に進められている。更に、ハイブリッド車(HV)の啓蒙・普及やそれによる環境保全啓蒙活動も加速化している。

TMPは1988年8月3日にトヨタ自動車のフィリピン車両製造/販売拠点として設立された。現在の出資比率はトヨタ自動車34%、三井物産15%、メトロポリタンバンク&トラスト(メトロバンク、証券コード：MBT)グループの持株会社GTキャピタル ホールディングス(証券コード：GTCA)51%となっている。現在、全国に73の販売代理店を有している。また、版社「レクサス マニラ」を通じて、ハイブリッド車を含む各種レクサス車の輸入販売を行っている。2009年1月に開業し今年周年を迎えた「レクサス・マニラ」は三井物産との合弁企業であり、TMPCの出資比率は75%、三井物産の出資比率が25%となっている。

フィリピン経済・金融・投資情報

独自情報がメルマガかサイトから簡単に入手できます。

定期購読や試読はwcl@pheconomist.comか

情報サイト<https://pheconomist.com/>

伊佐治 稔 Minoru Isaji (日本証券アナリスト協会検定会員)

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



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 プライマーかねじと検索!

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

安心安全の日本人対応

就労ビザ専門

9gビザ 9dビザ PEZAビザ



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 CA-2021-004

#Unit 503 Cattleya Condominium, 235 Salcedo st., Legaspi village, Makati City

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

業界別 企業紹介

印刷

塗料

施工場

NIHON HOUZAI LAGUNA CORPORATION | 日本包材ラグナコーポレーション

パッケージ製品/包装製品(印刷有リ化粧箱/段ボール・プラスチックトレイ等々)の設計・開発から製品まで対応



日本包材は、1973年2月に日本の品川区で創業。1996年にフィリピンマニラに現地法人を設立した。

同社は、あらゆる種類の包装資材の販売・組立、顧客の要望に応じた包装製品の設計・開発など、様々な業務サービスを提供する。

また、ISO 9001:2015とISO 14001:2015に認定されており、日本、タイ、中国、香港、マレーシアなどアジア各国に拠点を持つ。

同社は段ボールや印刷ディスプレイカートンボックス、EPSとEPPクッション、プラスチック成形トレイやプリスター、プラスチックチューブ、PEバッグ、ジップロック、バブルシート、PEとPUフォーム、レンズ封筒、マニュアル、ダンブラBOX、包装テープ、ストレッチフィルム、コーナースト、プラスチック、木と紙のパレット等、広範囲の包装材料の販売をてがけている。また、日系企業様の消費者向け製品のフィリピン市場での販売増加に伴い、「日系企業様の製品のフィリピン市場でのセールス・プロモーション活動の御提案～販促物(キャンペーンパッケージ含む)の生産」も手がけ、好評を得ている。

●担当者の方のメッセージ

品質、納期、価格においては、同業他社様以上にお客様に満足頂けるように、努めて参

印刷・梱包

包装製品・パッケージ製品の設計・開発

日本品質

グループとしてのグローバル化

手厚い対応

ります。何卒、宜しく御願ひ申し上げます。

☎ 049-308-4500-4506 (セールの直通)

✉ nishimura@houzai.com.ph,
razal@houzai.com.ph, mseda@houzai.com.ph
🌐 <https://nhio-philippines2.mn/>

代表者: 西村 隆男
担当者: 前田 康至
所在地: Laguna Technopark



MIZUTANI PAINT PHILIPPINES INC. | ミズタニペイントフィリピン



**【短納期】【調色】
高性能床用塗料のボウジンテックス**



水谷ペイント(MPPI)は、フィリピンの日系企業へ、長年、塗料や床用塗料を提供し、実績を積みあげてきた。

エポキシ系床材はもちろんのこと、帯電防止などの高機能塗料を提供することにより、求められる抵抗値等の厳格なリクエストに応えている。

MPPIは更に、不安定なエネルギー事情や、高騰する電気料金、企業の責任として求められるカーボンニュートラルへの取り組みに対し、

消費電力を効果的に削減するための高機能、低コストの遮熱塗料、快速サーモBIO(HEAT SHIELD BIO)をご提供する。

同社ではシリコン系の高耐候・超耐久性の内外壁用塗料、「ナノシリコンW」の現地調色を開始し、外壁塗装についても日本の厳しいスペックに準拠している。

高耐久性とは品質自体の維持だけでなく、「色を長く保持すること」が塗料というペイント素材には最も重要だ。

この点、ナノシリコンWは品質の耐久性が12-15年、高耐候性による色の保持率が8年以上と高く、5年以内などの短期の塗り替え工事(足場設置など)によるコストを削減するのに非常に効果的だ。

顧客の希望する色の外観やコーポレートカラーの「色」を長く保持し、ブランドイメージを守りたいと言うご要望に長期にわたって貢献

塗料

建築用塗料の製造・販売

日本人対応

高機能

安全・安心

しており、同社の取組が注目される。

●担当者の方のメッセージ

日本品質の高性能塗料は弊社にお任せください。

☎ (02) 8809-1316
(0949) 889-1631 (セールの直通)

✉ h.kuwano@mizutanippi.com
🌐 <http://mizutanippi.com/>
📱 [mizutanippi](https://www.facebook.com/mizutanippi)

担当者: 桑野
所在地: Merville, Parañaque



今回のビジネス特集は印刷・塗料・工場施工を中心にフィリピンで活躍する日系企業を取り上げました。
ぜひ御社のフィリピンでのビジネス展開にお役立てください。
またJETROコラムは「フィリピンのEV産業について」です。WEB記事も合わせてご覧ください。

JMATERIALS CORPORATION

ジェイマテリアルズコーポレーション



迅速・安心の日系設備商社 工場向け冷却設備の安定稼働に貢献



ジェイマテリアルズコーポレーションは、フィリピン国内における冷却設備、エアコン、エアコンプレッサー、その他周辺機器等の販売、据付、メンテナンスに対応している。

また、2018年からはグローバルIND.1メーカーダイキン社の認定代理店として活動の幅を広げた同社は、ユニットの供給だけでなく「時間通りの作業開始、完璧な養生、作業前より現場を美しく清掃」をモットーとし、活動を展開、徹底した日本品質のサービスの提供により、業界ナンバーワンなるべく、日々邁進する。同社が考えているのは「根本的な問題解決」だ。

通常、ローカル会社の場合は、「清掃」の依頼を受けたので「清掃のみ」を行うのが普通で、根本的な問題解決には向き合う事は少ない。

しかし、同社は例えお客様より「清掃」の依頼を受けたとしても、「清掃の依頼」一何かしら問題があるのでは?と考える。何故なら、ほとんどのお客様が「清掃さえ行えば問題が解決する」と考えているからであり、実は清掃では解決しない問題もたくさんある。「エアコンが冷えない」「水漏れする」という問題の場合、清掃で解決できる場合とそうでない場合があり、出来る限りお客様から事前にヒアリングを行い、清掃以外にも必要と思われる工具や材料も準備したうえでお客様を訪問し、一度で問題を解決するように努めるのが同社の「根本的な問題解決」のポリシーであり、同社が選ばれる大きな要因となっている。

●お客様へのメッセージ

弊社エンジニアが定期的にお客様先を訪問し機械の状態をチェックさせていただき、問題が起こる

工場施工

エアコン及び工場向け冷却設備の
販売・据付・メンテナンス

日本人対応

納期厳守

高精度

前にメンテナンスの提案をさせていただくなどアフターサービスも充実させております。常駐の日本人スタッフがおりますのでお気軽にお問い合わせください。

☎ (0917) 622-1839 (セールズ直話)

✉ tamura@jmaterials.com
🌐 https://www.jmaterials.com/
📱 mizutanippi

代表者: 田村 巨樹
担当者: 田村 巨樹
所在地: Makati



Fone Philippines Inc. | エフワンフィリピンインク



フィリピン唯一の日系防水施工会社。 機能重視、多発する自然災害に立ち向かう。



エフワンフィリピンインクは、『移り変わる時代のニーズに応える』という会社理念を「FALL NEEDS」の言葉で表し、社会にどのように貢献できるかを考え、屋上防水・浴室改修・コンクリート意匠に特化した開発・改良を重ねて来た。

近年、世界各国で多発する自然災害は今までの防水に対して、想定を遥かに超えている。特に地震発生時には、防水層や躯体の破損箇所の究明が困難で、また台風では、防水層の剥離・飛散事故による漏水被害が起こって

いる現状だ。

従来の一般防水では、「意匠重視」で、残念ながら後に起こる自然災害や改修工事を想定していない工法・納まりなどが散見される現状だ。その結果、改修工事の際に多大な費用がかかることになり、特に病院やこども園、福祉施設などでは、騒音・粉じん等の環境問題も大きな負担となっている。

その点同社は、「防水とは本来「機能重視」であり、将来ユーザー様の大きな負担にならないようにすることが使命である」と考えて業務に取り組む。そのため、建物を長期的にわたって漏水から守ることは勿論のこと、新築時から経年劣化・自然災害・改修工事・環境問題を想定したシンプルな構成とし、且つトータルライフコストを大幅に削減することに果敢に取り組む頻りになる会社だ。

●お客様へのメッセージ

工場施工

防水工事

安心の
10年保証

日本品質

厳格技術審査
証明書取得

お客様に満足される質の高い商品技術を、時代のニーズに応じて多様なバリエーションでご提供させていただきます。

☎ (0917) 622-1839 (セールズ直話)

✉ tamura@jmaterials.com
🌐 https://fonenueco.jp/about/
📱 Japan Excellent Technology and Systems Inc.

代表者: 齊 賢吾
担当者: 田村 巨樹
所在地: Cavite Export Processing Zone Rosario



業界別 企業紹介

印刷

建築

工場

OPERATION & MAINTENANCE TECHNOLOGY PHILS, INC (OMTPI)

オペレーションアンドメンテナンステクノロジーフィリピン



**緊急の設備修理の呼び出しにも即対応！
設計・工事・据付～アフターケアまで！**



オペレーションアンドメンテナンステクノロジーフィリピンは、建機設備・オフィス運営支援事業における幅広い分野のリーディングカンパニーだ。設計・施工からメンテナンスに至るまでトータルにサポートする。

取り扱うのは、主に、空調管理・給排水衛生設備・防災設備・オフィス改装などの設計・修

理・工事・据付・設備機器の故障診断・海外からの輸入・官庁への申請代行等まで、幅広い分野で高い技術でサービスを提供できるのが強みだ。

また、業務を推進する中で必要なエアコン・ボイラー・クーラー・消防設備等に対する定期的な保守点検サービス(年間契約)も行っており、緊急時には、クライアントの要望に合わせて、24時間365日体制のもと、不測の事態に対応しているという。

また、同社では創立当初からチームワークとプロ意識の向上を重視しており、ハイレベルな技術者集団を目指す。そのために社内外の研修を行うことによって、高い技術力を持った技術者を養成し、様々な新しいサービスに挑戦する。同時に、クライアントに寄り添い、クライアントにとって何が最善かという観点でサービス向上を図っている。

工場施工

建機・設備の保守・設計・工事・据付・その他エンジニアリング

日本人対応

納期厳守

高精度

将来的には、「設備保守・メンテナンスの分野においてもリーダーカンパニーになると共に国内外問わず世界標準の企業となる」を目標に、果敢に日々業務に取り組んでいる。

☎ (049)-541-0541 (セールス課)

✉ ttanaka@omtpl.com.ph

sales@omtpl.com.ph

🌐 https://omtpl.com.ph/

代表者: 田中 秀幸

担当者: 田中 純

所在地: Don Jose Sta. Rosa City Laguna



North Valley Engineering Services(NVES) | ノースヴァリーエンジニアリングサービシーズ



**建築、土木、設備に関する
設計、施工、設置は当社にお任せください。**



ノースヴァリーエンジニアリングサービシーズは、2003年にPCABライセンスNo.34861-category Bで建築・土木・設備の設計・施工会社としてフィリピンで設立した。経験豊富で熟練した日本人技術者がヘッドディレクターを務め、日系企業の厳しい監査基準に対応した体制を整えているのが特徴だ。設計・施工のプロとして建築、土木に関するアドバイザーも担っており、日本人技術者が打合せの段階から技術的観点で顧客の様々な質問に成えている。

同社は、工場などの建機施工、40N/44-50N/55機械基礎、主要構造物、高強度コンクリートの打設、屋内クレーンの設置、事務所内装などを取り扱っており、これまでの大手企業始め、厳しい施工基準、安全基準に適合した多くの実績を持っている。フィリピンでは、工事を進めるうえで日本人では想定しづらい特有の規制や障壁が多数存在し、不都合なことが頻発すること多いが、同社はこれまでの知見とコネクションをフル活用し、安全な工事、品質と納期に徹底してこだわることで信頼を得てきた。日本での建築・土木経験があるエンジニアも在籍しており、日系企業担当者の高い要望を実現するよう進行できることが強みだ。

、2019年、Philippine Top Choice Awardsにおいて建築・土木企業として表彰されている。

●担当者からのメッセージ

コロナ禍の終焉をにらみ、今後ますますフィリ

工場施工

建築・土木・設備・屋内クレーンの
設計・施工・設置、内装施工

日本人対応

安全・安心

熟練技術者

ピンでの建設・土木需要は高まっています。弊社においても安全管理の徹底、品質の維持、納期の順守を徹底しクライアント満足度の高いサービス提供をしています。

☎ (0)49-608-3054 (セールス課)

✉ mrtad@nvess2002@gmail.com

🌐 North-Valley-Engineering-Services

代表者: 多田 昌利

担当者: 多田 昌利

所在地: Sta. Rosa Business Park Rosario



KAWABATA TECHNOLOGY | カワバタテクノロジー



製造機械の設計・製造・設置・修繕
小ロット、短納期の特注品の製造が強い



富山県黒部市に本社を置き、めっき装置や省力化装置などの製造設備の設計・設置や大型、小型問わず金属部品の製造、機械組み立てなどの事業を展開するカワバタテクノロジー。小ロット、短納期の特注品を得意とする。

同社は2013年に設立し、ステンレス、鉄製の（主にコンベアー等の搬送装置、メッキ装置）部品や溶接フレーム等の製作、据え付け、クライアント工場内の既存設備の補修（配管含む）、改造などを手がける。また、クライアントが日

本などから設備を導入する場合も、設備メーカーの指示のもと据え付け、試運転までをお手伝いする。

事業は3つの分野に分かれる。一つめは製造設備の設計・製造・設置。設置後のアフターケアも同社スタッフが、クライアントは安心して発注ができる。また、他社製設備の設置工事や修繕なども行なう。

二つめはダクト・タンク等の製作。クライアントの工場建築や用途に合わせた規模、材質などで製品製造を行うことで好評を得ている。

三つめは大型・小型問わずに手がける金属部品の設計・製造。既製品では対応できない部品など特注品・小ロット製品製造を行うことが可能だ。

部門間での十分な話し合いや協力体制で、高品質の製品づくりに努め生産一貫体制を徹底して行う。対応可能な業務範囲が幅広いの

工場施工

製造設備の設計、製作、据え付け、配管施工、メンテナンス

短納期

小ロット

多品種

でクライアントも安心して相談をしてくれるそうだ。

●担当者からメッセージ

お困りことはぜひお気軽にご相談ください。

☎ (049) 534-0308 (セールスデスク)

✉ m.otsubo@kawabata.com.ph

🌐 <http://www.kawabata.co.jp/>

📍 Japan Excellent Technology and Systems Inc.

担当者: 大坪

所在地: Greenfield Autopark SEZ



ビジネスコラム フィリピンビジネス関連の様々な情報を JETRO マニラにご寄稿いただきます。

フィリピンのEV産業について

昨今、EV（注）への関心が世界的に高まっています。そうした中で、フィリピン国内においてもEVを導入あるいは生産する動きが起きています。本稿では、フィリピンのEV産業について概況を説明します。

(1) フィリピンでのEVの普及状況

2010年から2020年までに1万2,965台がフィリピンでEVとして登録されました（図1を参照）。なお、新型コロナウイルスの感染拡大の影響を受け、2020年は登録台数が2019年比で

35.4%減となっています。

同期間に登録されたEV全体の54.8%（7,100台）が電気トライシクル（電動三輪自動車）で、多くを占めます。その他、電動バイクが37.4%（4,845台）、電気ジブニー（乗り合いバス）が5.2%（679台）、電気自動車（EV）が2.1%（276台）の割合で登録されています（図2および「ビジネス・ミラー」紙2021年9月23日付参照）。

フィリピン電気自動車連盟（EVA）によると、大半の電気トライシクル

と電気ジブニーがフィリピン国内で生産されています。一方、電気自動車の多くは輸入車です。図2から分かるように、フィリピンで流通している「EV」は、国際的な大手自動車メーカーが生産する「電気自動車」ではなく、電気トライシクルをはじめとするフィリピンのローカルな移動手段を電動化した車体が中心となります。

(2) フィリピンでのEV普及に関する課題

フィリピンでEVの普及が進展するにあたり、いくつかの課題が存在します。1つ目の課題は、充電スタンドの数が非常に少ないことです。フィリピン貿易産業省（DTI）によると、2022年1月時点でフィリピン国内に126の普通充電方式（交流（AC））のスタンド、11の急速充電方式（直流（DC））のスタンドが設置されているのみです。また、スタンド

JETRO

日本貿易振興機構（ジェトロ）

吉田 晴彦さん

Mr. Akira Yoshida

日本貿易振興機構

（ジェトロ）マニラ



の多くは大都市部に集中して設置されています。一方、日本では、商業施設や宿泊施設など、公共の場で誰もが使える充電スタンドの数は、2021年3月末時点で2万9,233基です（ゼンリン調べ）。

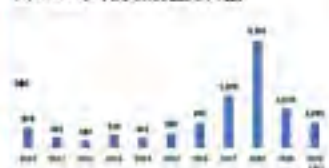
（以下WEB）

EV産業の二つの展望、そして気になるフィリピンでのEV利用の状況はWEBをご覧ください！



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

図1: EVの年間新規登録台数



出所: フィリピン陸運局 (LTO)、フィリピン政府統計局

図2: 登録されたEVの構成 (2010年~2020年)



出所: LTO、フィリピン貿易産業省 (DTI)

様々なビジネス情報は製造業 web で！

ビジネス情報はPrimer ビジネスWEBで！
PrimerのビジネスWEBでは、フィリピンで活動する様々な業種の企業をご紹介するとともに、ビジネス関連の知見を得られるコラムなどを掲載しています。ぜひご覧ください。

●フィリピンの法律 ●フィリピンのコンサル
●フィリピンの会計 ●フィリピンビジネス新聞 など
<https://primer.ph/business/>



フィリピンで 役立っ! フィリピン法律あらかると

第84回『フィリピンの選挙』



今月の事例

Q.今年のフィリピンの選挙について教えてください

フィリピンでは今年は6年に一度の大統領選が行われる年です。フィリピンでは5月第2月曜日を選挙日としており、今年は5月9日に大統領・副大統領だけでなく、上院議員(定員の半数の12名)、下院議員(全員)、州知事や市長選なども同時に行われます。住民登録に基づいて自動的に投票所に行けば投票できる日本と違い、フィリピンでは有権者が投票するためには事前に有権者登録を行う必要があります。なお、今年の選挙日のための有権者登録は既に締め切られています。今回はフィリピンの選挙の仕組みについてご説明します。

まず大統領・副大統領選挙ですが、立候補できるのは、生まれながらのフィリピン人であること、40歳以上であること、有権者登録をしていること、直近10年以上フィリピンに在住していることという要件を満たした人に限られます。既に今年の大統領・副大統領選挙への立候補は締め切られており、本稿脱稿時点で大統領選の立候補者は10名、副大統領選の立候補者は9名となっています(選挙管理委員会が以後、立候補を無効とする場合もあります)。なお、フィリピンの大統領選挙はアメリカのそれとは異なり、大統領と副大統領候補にセットで投票するのではなく、それぞれに投票をします。そのため、現在もそうになっていますが、大統領と副大統領が全く違う政党からの候補の組み合わせになる場合もあります。

次に上院議員選挙(Senate)ですが、上院議員の定数は24名で任期は6年であり、3年ごとに半数の12名が選挙で選ばれることになります。生まれながらのフィリピン人であり、35歳以上であり、直近2年以上フィリピンに在住していれば立候補が可能です。選挙区は区分けされておらず、全国区での選挙であり、得票数の多かった順から当選が決定します。

次に下院議員選挙(House of Representative)ですが、下院議員の定数は前回の選挙から12名増えて316名となり、任期は3年であり、全員が改選されます。生まれながらのフィリピン人であり、25歳以上であり、直近1年以上フィリピンに在住していれば立候補が可能です。選出方法は、253の小選挙区から選出される議員と、パーティーリスト制と呼ばれる、日本の比例代表制に似た方式により63名の議員が選出されます。

なお、選挙活動は5月9日の投票日の2日前まで行うことができます。また、外国人はフィリピンの政治活動に関わることは禁止されています。その他、投票日とその前日はリカーバンとなり、一部の限定された場所を除き外で飲酒をすることも酒を買うこともできなくなりますので、注意が必要です。そして、選出された大統領・副大統領・上下院議員の任期は6月30日に開始されます。

結論

A.今年は正副大統領、上下院議員、州知事や市長選等が同時に行われます。



弁護士 上村 真一郎



弁護士 鳥養 雅夫

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

取扱業務: 会社設立、企業法務、倒産、労務問題、税務問題、一般民事、相続等

Quasha, Ancheta, Peña & Nolasco
Don Pablo Building, 114 Amorsolo Street, Makati City,
1229 Metro Manila, Philippines

電話: 02-8892-3011(代表)
02-8892-3020(日本語対応)
0917-851-2987

E-mail: japandesk@quasha-interlaw.com
URL: <http://www.quasha-interlaw.com>

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



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: 0917-654-9876 (木口)



詳細はこちら: [Link](#)

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.

Lot 4A, 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

トヨタ サンタローサジャパンデスク誕生!



お手頃価格の中古車も取り揃えております。

[各種ドレスアップも承ります]

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



カーコーティングもトヨタサンタローサで!

キャンペーン
実施中

大切なお車を守るために、トヨタサンタローサではカーコーティングのキャンペーンを実施しています。
当店のみのサービスです。この機会に是非ご利用ください。ご質問がございましたらお気軽にご連絡ください。



熱、紫外線から車体を保護
HEAT and UV Rays Protection

施工後の洗車が簡単に
Easier to Clean



撥水
Water Repellent

新車の輝きを長期間キープ
Lasting Gloss

Coated

Non Coated



カーコーティング (ThreeBond製) を当店にてご購入
いただいたお客様、先着10名様に抗菌スプレープレゼントx

ThreeBond6735 (可視光応答型光触媒スプレー) は酸化タングステンによる消臭(防臭)、抗菌、抗ウイルス効果があります。太陽光、車内灯などの光をあてることで効果は約1年持続します。



フィリピンビジネス通信

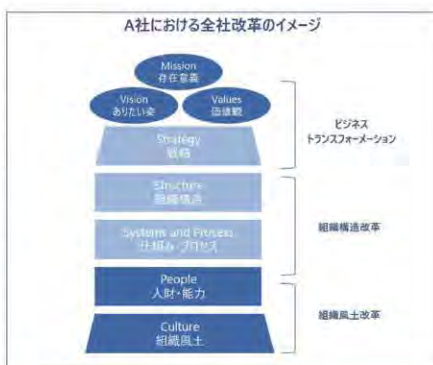


ビジネストラansフォーメーションを支える『組織風土改革』～プロジェクト事例

野村総合研究所 (NRI) シンガポールマニラ支店では、組織風土改革や人事評価・報酬制度等の人事制度改革、データを用いた戦略的人事の変革支援等、組織・人事領域におけるコンサルティングサービスを提供しています。

今回は、NRI シンガポールマニラ支店がフィリピンのコングロマリット傘下の企業向けに実施した「ビジネストラansフォーメーションにおける組織風土改革」の事例をご紹介します。

フィリピンのコングロマリット傘下にあるインフラ開発・運営を行う A 社では従来のコアビジネスに加え、テクノロジーを活用した新規ビジネスを立ち上げ、全社大でビジネストラansフォーメーションを進めてきました。社員は 3 千人以上いますが、過去の合併・統合や新規ビジネスのために異業種から経験者採用を進めた結果、背景や価値観の異なる様々な“DNA”が混合していました。また、「異才融合」には至っていませんでした。組織として大切にすべき「バリュー（価値観）」が明記されたものはありましたが、それが意味するところはリーダー層の中でも異なっていました。また、「イノベーション」や「アジリティ（俊敏さ）」と掲げていても、長年コアビジネスを行ってきた社員からすると「絵に描いた餅」というのが現実でした。コアビジネスでうまくやってきた仕事の進め方や意思決定プロセスを「アジャイルに（素早く）！」と言



われても「なぜ変える必要があるのか」、「何をどう変えるべきなのか」、ピンと来ないのも想像に難くありません。

このような背景の下、A 社ではビジネス自体のトラansフォーメーションと同時並行で、組織構造改革、そして「人の意識・文化の醸成」に焦点をあてた組織風土改革を行うことになったのです。変革・改革プロジェクトが失敗に終わる大半の理由は戦略や手法ではなく、「人の意識や感情」といった心理的要因だと言われています。そして、人の意識や組織風土の改革には強いリーダーシップが必要です。A 社でもまず行ったのは、経営幹部層とのワークショップです。そこで組織風土の重要性について同じ認識を持ち、言語の共通化を図りました。組織風土の醸成・強化が今後のビジネストラansフォーメーション牽引の源泉となることでした。



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



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

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 →



中小企業の皆様へ

フィリピンに渡航しないで、
日本にいながら
リモートで会社設立～運営管理が可能です！

現地駐在員は
もういらない！

経理 代行 事務 代行 人事 給与 会社 設立 ビザ 取得 サービス

2007年にマニラに設立。IT系の日系企業を中心に、ワントタイムとしては法人の設立、ビジネスパーミット取得、労働ビザ取得。毎月の契約としては、記帳代行と税務申告、決算関連、給与計算、社保の報告と支払いを行っております。完全リモートでの、法人設立、運営も十分可能ですのでご相談ください。

Offshore Management

オフショア マネジメント

詳しくは
こちら→

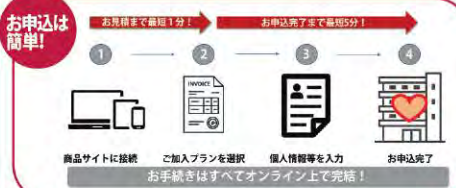


フィリピンのコンドミニアム専用保険【CondoCARE】

ここがすごい！CondoCAREのポイント

- オーナーや隣家への賠償責任が発生した際の補償内容が充実。
- 申込手続きが簡単。インターネット上で簡単に見積もりができ、お申し込み・お支払い・証明書の発行まで数分で完結。

フィリピンのお住まいでも、まさかの備え、できていますか？



開発秘話は
こちらから→



PGA Sampo Insurance Corporation

PGA Sampo Insurance Corporation

"Your Trusted Partner in Protection"

5th Floor Corinthian Plaza 121 Paseo de Roxas, Legazpi Village, Makati City 1229 Philippines

■ジャパンデスク:

海堀俊 skalihori@pgasampo.com/

0939-902-3386

セニア友貴里 info@pgasampo.com/

0966-551-7456



・弊社はフィリピンの保険会社として格付機関AM Best社のRatingを持ち、財務基礎が格付けされている数少ない会社です。

・またデジタル化の取組にも注力しています。2021年には権威ある保険専門誌Asia Insurance Magazineから"Virtual Insurance of the year"としてアジア25か国の中から選ばれ、表彰されました。



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



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。



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
海外学費保険



ペソ建て
運用保険



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

insurance 110 マニラ支店 旧 HOKEN-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

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。
日本語で対応
いたします。

BDOが入っている
建物の2階 ※駐車場有り



BDO セブン
イレブン

旧 Pasay Road

日本橋亭 BDO

Paseo de
Roxas

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>



Repair Service

クルマ、オフィス、自宅を快適に!

とても便利、お手頃価格でご利用いただけます。

エアコンの保守・修理ならおまかせください!



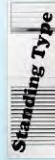
Auto AC



Split Type



Window Type



Standing Type



Refrigerator

■サービス内容

- エアコンのクリーニング
- エアコンの点検、修理
- 冷媒フリオンの補充
- エアコンの納入、設置
- 取り外しと移設

CONTACT US:

0916-2598945

02 - 8897-4890

金属精密切削加工は

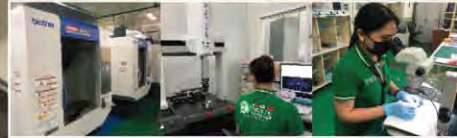
ISO9001

ISO14001

ISO013485 (医療関連)

Parts Seiko Philippines, Inc.

- フィリピンでトップクラス! 320台以上の工作機器!
- 多品種小ロット~ 機械加工~表面処理まで 一貫生産対応!
- 徹底したQCで日本品質実現!



私たちの夢を乗せて走るシンボル、PSP Jeepney



Parts Seiko Philippines, Inc. パーツセイコーフィリピン

Lot 16 Block 16 Main Avenue, Phase IV CEZ Rosario, Cavite, 4106 Philippines

+63(0)46-437-2437 | shiro_mochizuki@parts-phils.ph

ASUS | BUSINESS



お問い合わせはこちらから

あなたのビジネスを未来へ

ホスピタリティ向け
タッチモニター付き
ミニPC PNシリーズ



VT229H

Mini PC PN63 S1

SMB/SME向け
ビジネスモニター付き
ミニPC PBシリーズ



BE24EQK

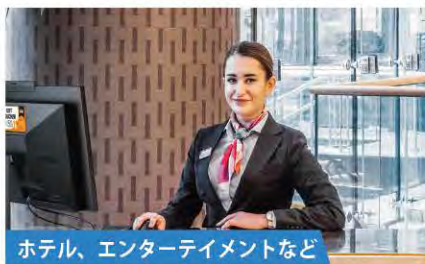
Mini PC PB60G

製造業向け
産業用マザーボードと
エッジコンピュータ



N5105I-IM-A

Tinker Board 2S



ホテル、エンターテイメントなど



スマートオフィス、コールセンターなど



工場、スマート倉庫など



asus.com/ph/business



asusforbusinessph



company/asus-philippines-corporation



梱包
資材

のプロ!

実例 96個 → 192個へ

BEFORE

AFTER



最大200%
収納率UP!



MIRAI
PHILIPPINES
ご提案の
秘策は



①コストダウン ②品質アップ
③効率アップ



輸送資材によるトータルソリューションで
御社の物流課題を解決します。

MIRAI PHILIPPINES CORP.

Unit 5 Start Factory, Lot 3-D Greenfield Automotive Park, Sta. Rosa, Laguna

☎ 049-523-8865

携帯 0917-631-6684 (若山)

Website: www.miraiphilcorp.com/

✉ awakayama@miraiphil.com



AIR WATER GROUP

在庫管理サービスで 物流コスト・在庫コストの 削減と調達業務をサポート

弊社は2013年にエア・ウォーター・マテリアル(株)(当時は井上喜(株))のフィリピン
現地法人として設立。当地フィリピンでは、電子部品・半導体、プラスチック・ゴム
成型の分野に化学品等の消耗品を中心に輸入販売している。

物流面では、ラグナテクノパーク内に倉庫を構えており、独自の調達物流“VMI
(Vendor Management Inventory) サービス”をご提供いたします。お客様のキ
ャッシュフロー改善、JIT対応、在庫削減等による利便性を実現します。



化学品の取り扱い

日本及び東南アジアのネットワーク

在庫管理サービス(VMI)

INOUEKI PHILIPPINES, INC.

業務内容: 化学品、電気絶縁材料、電気・電子材料、機械・器具の販売

2F Panorama Bldg. 5&6, South Science Ave., Laguna Technopark,

Sta. Rosa, Laguna 4026 Philippines

0917-887-5555(神戸), 0917-576-2595(武田) | kido@inouekiphil.com / takeda@inouekiphil.com



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「バイオニア・
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

✉ yokoi@sppc.com.ph

☎ 09778136775

担当: 横井



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

日本から
上陸
しました!

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

※清潔、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。

HOT
NEWS

世界初!次亜塩素酸水の空間噴霧の
安全性がヒトを用いた臨床試験で確認!

全国130社が加盟する一般社団法人次亜塩素酸水溶液普及促進会(代表理事:越智 文雄)は、
新型コロナウイルスのエアロゾル感染に対する効果が期待されている次亜塩素酸水の空間噴霧
について、世界で初めてヒトによる臨床試験の結果を発表しました。



オフィスもご自宅もマレラ水の空間除菌で安心安全
専用室内噴霧器・除菌ブースレンタル開始!

NEW



除菌ブース

100cm x 100cm
x 220cm



室内噴霧器

30cm x 30cm x 100cm
重さ3.7kg

電解次亜塩素酸水・マレラ水の消毒を毎日利用したい!
そんなご要望にお答えして、オフィスで簡単、便利に利用する
ことができる室内噴霧器のレンタルを開始いたしました。

●室内噴霧器

マニュアルタイプ 600P/月

デジタルタイプ 1000P/月

●除菌ブース 1800P/月

※最低契約期間1年です。

※電解次亜塩素酸水・マレラ水は、別料金になります。

※除菌ブースと室内噴霧器は別契約となります。

※詳しい内容は右のQRコードからご覧ください



☎ 0919-098-9738

✉ h.uemoto@jpmarzan.com

担当: 植本



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。

Large	Medium	Small
Recommended for up to 100 users	Recommended for up to 35 users	Recommended for up to 25 users
100 Mbps	50 Mbps	30 Mbps
200 Mbps	75 Mbps	50 Mbps
2,000 USD/月	1,000 USD/月	700 USD/月

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!

専用線 定速ENTERPRISEプランもご用意

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。

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



グローバル企業のための
海外現地法人を支える会計

ノンカスタマイズ・短納期で
導入コンサルが強力に支援

欲しい経営情報を
直感的に可視化し
経営判断をサポート

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



- 情報のデータソースが多様で管理が複雑
- 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



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



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。日系ホールディングスの役員を務めた後、2020年ライフシフト合同会社創業。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 口座の開拓方法 等。

2022年4月21日(土) フィリピン時間 午後7時~ ONLINE にて開催

参加
無料

申込先
は
コチラ



話題
沸騰



31歳で資産1億円を築いた
経済成長率
世界No.1!!
株式・債券・不動産
フィリピン投資で
成功するならこの3つ!!

ASIN: B08K8XXP51 発売日: 2020/9/9 出版社: 幻冬舎 (2020/9/9) 著者: 日本版フィリピン株投資家 町田 健登



私、町田 健登の
TWITTERも
是非ご覧ください



ライフシフト合同会社
福岡出張所: 福岡市中央区地行2-3-14

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

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以上のお荷物はこ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・食材(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

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!



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!

BED&GO REAL ESTATE
 Room 400, VGP Center, 6772 Ayala Ave.,
 Makati City, Philippines, 1226
 TEL. NO. (02) 8256-9663
 SMART: 09498179455
 GLOBE: 09276808872
 EMAIL: ask.bedandgo@gmail.com
 弊社ホームページ

ベッド&ゴーは、おもてなしの心で接客いたします。

物件賃貸 不動産を貸したいオーナー様にテナント様を紹介

物件販売 売却希望のオーナー様にバイヤー様を紹介

物件管理 オーナー様の大切な不動産をきめ細やかに管理します

物件探し 不動産をみたい方・借りたい方にご希望の物件を紹介

好評! Ms. アネスの物件バーチャルツアー
 ご質問はこちら

**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

Leopalace21 2号店オープン!
 Serviced Office Manila

GRAND OPEN

日系最大
コワーキングスペース
レンタルオフィス

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

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

**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。**

- 現地大手ディベロッパー(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

OFFICE PRO

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！

DMCI HOMES
日本公式 マニラ・フィリピン不動産

YouTube チャンネル開設！

最新物件や購入者の声など”旬”な情報をお届け！

「DMCI Homes 日本公式 マニラ・フィリピン不動産」



新規物件発売開始！！

The Oriana / ザ・オリアナ

LRT 2 Anonas駅から徒歩6分！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



DMCI HOMES
Feels real good to be home

お気軽にお問い合わせください

Mail : info@dmcihomes.jp

HP : www.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▶



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

- ▶ **ソフィア会 上智大学** ✉ k.shigeta.aa@ph.azbil.com
☎0919-060-7439(重田)
- ▶ **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)
- ▶ **拓殖大学校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
✉ daisuke_ishii@cotton-diaz.net (石井)
- ▶ **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
✉ aogakumnl@gmail.com (堀住)
- ▶ **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 ☎0998-588-3579 (有路)
- ▶ **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
✉ hoseiph.2020@gmail.com (宮脇・小山田)
- ▶ **如水会 マニラ支部 一橋大学** ☎0917-571-4486 /
✉ k.kiyota@ms-ins.com 清田
- ▶ **マニラ青葉会** 東北大学 ☎0999-220-88 (石井)

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)
- ▶ **フィリピン石川県人会** ✉ ishikawakenjinkai.philippines@gmail.com (小原)
- ▶ **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
✉ daisuke_ishii@cotton-diaz.net (石井)
- ▶ **マニラ日本人会診療所** ☎(02)8818-0880
- ▶ **Little Japan** (フィリピン人と交流しています)
🌐 www.meetup.com/Little-Japan-in-Manila/
- ▶ **フィリピン日本人ビジネス協同組合** 🌐 <http://jbaph.com>

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



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.

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

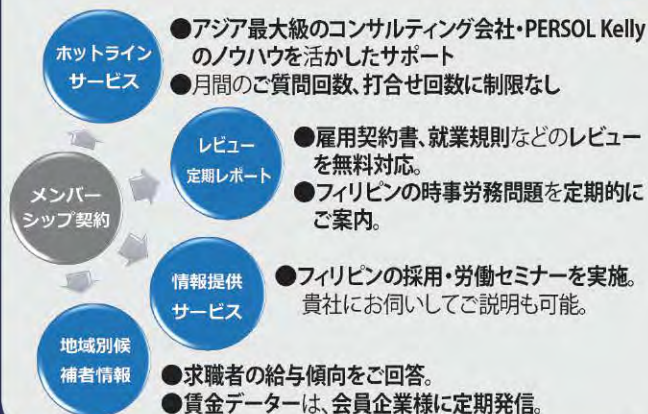
パーソルホールディングス(旧テンプホールディングス)は、40年以上の歴史を持つフィリピン国内最大手の総合人材サービス企業"John Clements"と事業提携しております。

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



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

お仕事をお探しの方はこちらへ↓



フィリピンの最新の
情報をお届けします。

- 生活情報
 - ビジネス情報
 - そのほかフィリピン関連の情報 など
- SNSからも情報発信中! ぜひご活用ください!

@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!



J-K NETWORK

Recruitment Services and Consultancy, Inc.

様々な業種、職種、キャリアレベルでの
様々な言語の求人があります。

給与のレンジは
P70,000からP250,000
です。
リモートワーク・
オフィスワーク

他の福利厚生:
HMO保険
就労ビザ手続き
移動補助、食事、通勤手当ほか
日本人の方が一時的に日本で勤務
できる求人案件もあります。

日本語、中国語(北京語)、
韓国語、タイ語、ベトナム語、
スペイン語、ドイツ語、フランス語、
イタリア語、その他のヨーロッパ、
アジアやスカンジナビアの諸言語
を話す様々な言語や国のアプリカ
ントをご紹介します。

様々な経歴を持ったアプリカントがいます。
24時間から48時間以内にアプリカントを紹
介出来ます



J-KNetworkはフィリピンを代
表する人材紹介会社です!

フィリピン ナンバーワンの人材紹
介会社として知られています。

2021年12月現在、フィリピンの
700

を超えるグローバル企業と提携し
人材を紹介しています。

2013年以来 約

8,500+

名のバイリンガルが様々な業
種や職種で採用されました。

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。



毎日、朝8:00から夜12:00まで営業しています。(月曜日から金曜日まで)

連絡方法(求職者様)

jkmanpower@jp-network-e.com
0936-973-4028 | 0932-213-3275
8245-2829
http://jknetwork-jobs.com/

連絡方法(求人企業様)

jkhr@jp-network-e.com
jkmarketing@jknetwork-jobs.com
0917-638-1951
8245-2829
http://jknetwork-jobs.com/
forclients

J-K Network
で仕事をゲットし、
素敵なギミーグッズも
ゲットしよう。



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!



LINE 友だち追加

facebook いいね!
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!

HOT TOPICS in Manila

PGASOMPOから
コンドミニアム専用保険「CondoCARE」新発売

CondoCARE コンドケア

損保ジャパンのフィリピン現地法人であるPGASOMPOがコンドミニアム専用保険を開発しました。保険の普及がまだ浸透していないフィリピンでは、住居を借りる際に保険の案内をしてくれる不動産業者も少ないといわれています。大家さんやお隣さんに万が一賠償責任が発生した時、巨額の賠償額をカバーする事態になりかねない。そんな日本人の心配を払拭してくれる保険が、「CondoCARE」です。充実した補償内容に加え、パソコンや携帯電話で簡単に見積もりができ、申込、支払い、証明書の発行までわずか数分で完結できる手軽さが売り。とても便利なCondoCAREですが、その誕生の背景には様々な苦労が…！ブライマーウェブサイト掲載のインタビューをご覧ください。補償内容の詳細・お申込みは右記のQRコードからご覧いただけます。コンドにお住まいの方、これからお住まいになる方、必見です！

ウェブ: www.pgasompo.com.ph
Eメール: digitalmarketing@pgasompo.com
電話: 02-8811-3278 / 02-8892-3922
■ジャパンデスク:
海堀俊 skaihor@pgasompo.com 0939-902-3386
セニア友香里 info@pgasompo.com/0966-551-7456



CondoCAREの誕生秘話を原田史彦さん (President & CEO)、渡辺鳳馬さん (Vice President, Head of Marketing)、セニア友香里さん (Japanese Desk Officer) の3人にインタビューしました！



コンドケアの詳細は上記のQRコードからご覧いただけます

ケソンシティに日本食材店オープン！

Shin Mikana Philippines シンミカナ

カルティマールに構えるマニラの日本食材店、Shin Mikana Philippines (シンミカナ) がケソンシティに新店舗をオープンしました！2階建ての広々とした店内は、1階がグロサリー、2階がショーケース機能を兼ね備えたスペースになっています。業務用から家庭用まで、様々な日本食材を豊富に取り扱っており、2階の1角にはラーメンやお弁当を食べられるイトインスペースも。冷凍の塩サバやハマチ、そして3パックで95ペソの納豆など、日々のメニューに大活躍の商品も。もちろん、お茶やお菓子なども販売しています。今後は日本酒や日本食を楽しめるイベントの開催なども予定しています。店舗では「菊正宗」や「大関」、「伝心」などを販売しており、高級ラインナップも揃えています。お店の向かいにパーキングもありますので、オルティガスなどでのショッピング後にも気軽に立ち寄れます。ぜひ、立ち寄ってみてください。

Shin Mikana Japanese Supermarket (Araneta City Farmer's Market) Corner Session Road and Gen. MC Arthur Avenue, Farmers Market, Araneta City, Cubao.



ファーマーズマーケット



広々とした店内

日本のお弁当デリバリーサービス新登場！

MOS Japanese Bento kitchen

モスジャパニーズ弁当キッチン

自宅へ出来立ての日本のお弁当を届けるサービスが開始しました！ファストフード店への食材供給拠点だからこそ出来る本格的な味をGrab FoodとFoodpanda経由でお客様にお届けいたします。お弁当はとりめし弁当、焼鮭弁当など、美味しくてボリュームなメニュー。BGC、マカティ、オルティガスへ届けられます！大量注文、デリバリーエリア外からの注文もお気軽に問い合わせみてください。美味しくて満足のお弁当デリバリー、ぜひお試しください。



とりめし弁当



焼鮭弁当

The Vantage, West Capital Drive cor. United St., Kapitolyo Pasig City
0917-815-7766 (日本語対応・水野) / 0947-747-5456 (English)
Info.mosburgerph@gmail.com

あの老舗ラーメン屋が新しくなってカムバック！

Ramen Ron

ラーメンロン

パサイロードあった「烏骨鶏ラーメン龍」が「Ramen Ron」として、ロックウェルに装いも新たにオープンしました！烏骨鶏醤油チャーシューラーメン、烏骨鶏味噌チャーシューラーメンなどの人気メニューをはじめ、9近くのラーメンがメニューに並びます。更に餃子、豚まん、から揚げ、炒飯などの豊富なサイドディッシュやデザートも。日本酒もあります。Lalamove、Mr.Speedy、Grabなどのサービスを利用してピックアップも可能。店舗でも自宅でも美味しいラーメンを楽しんでください！

Rockwell Center Makati, GF, RS-103, Edades Tower, Amorsolo Dr, Makati | 11時～21時
ピックアップはこちら: [ramenron.pickup.ph](https://www.ramenron.pickup.ph)
FB: [ramenron.ph](https://www.facebook.com/ramenron.ph) IG: [ramenron.ph](https://www.instagram.com/ramenron.ph)



Ukkokei Shoyu Chashu Ramen



ロックウェルにオープンした店舗
イトインもできます！

German Club Manila

訪れる価値のある場所-ジャーマンクラブマニラ！

ジャーマンクラブの115年以上の歴史と伝統-それは幾年を重ねたコミュニティです。クラブのプライベートな雰囲気と素晴らしい料理を、ぜひお楽しみください。

人気の料理は、ホームフライドポテトを添えたポークシュニッツェル (Pork Schnitzel with Homefried Potatoes)、フライドポテトを添えた (Currywurst with fries)、クリスピーポークナックル (Crispy Pork Knuckle) などドイツの伝統的な料理を取り揃えています。

ジャーマンクラブレストランには、メインダイニング、図書室、ペランダ (喫煙ラウンジ)、バーの4つのエリアがあります。ここでは、ビジネスパートナーとのミーティングを行ったり、本格的なドイツ料理やビールを飲みながら友人や愛する人と一緒に楽しむことができます。

ここはもう、旅に出ずにドイツにいるようなものです！今すぐ応募してメンバーになりましょう！

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



写真①: 月間経済フォーラム
写真②: スタッフはフレンドリーで行き届いたサービスを提供
写真③: メインダイニング
写真④: バー 写真⑤: Schnitzel, Currywurst





午前中をゆっくりと!

午後をゆったりと!

JL742 • JL741

マニラ⇒成田

成田⇒マニラ

1425マニラ発

1310マニラ着

の運航を再開!

水・金・日曜日はマニラ発を3便運航中!

JALフライトスケジュール (3/27-5/31)

2022/3/25現在

	便名	運航曜日	出発	到着
マニラ ↓ 成田	JL8746	水・金・日	0050	0620
	JL746	毎日	1005	1535
	JL742	火・水・金・日	1425	1995
成田 ↓ マニラ	JL741	火・水・木・金・土・日	0930	1310
	JL745	毎日	1800	2140

ご予約はお早めに!

国際線予約センター
+632-8403-2486

PH JAL

検索

<https://www.jal.co.jp/ph/ja/>

明日の空へ、日本の翼

Certified Angus Beef® CHUCK FLAP



名称
Chuck Flat(チャックフラット)

特徴
風味のよい霜降り牛肉。
ショートリップのように
煮込み料理にもお使いいただけます。
28日以上熟成し、
デンバーステーキ用に
カットして焼いても美味しく
お召し上がりいただけます。



BODEGA
GARZÓN
URUGUAY

