



マニララーメン大全集 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!



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

ランチ営業始めました。(11:30~14:00)

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



旅先でもスマートに銀行口座の管理を



BDOオンラインバンキングをご利用いただきますとご旅行やご出張先でも主に以下のようなことが可能です。

口座：お取引記録の閲覧、BDO又は他行への送金、公共料金や学費の支払い

ATMデビットカード：お取引限度額の変更、カードのロック・ロック解除

クレジットカード：ご利用明細（当月・過去月）の閲覧、カードのロック・ロック解除

他にもさまざまな機能がございます。

詳しくはBDOジャパンデスクのホームページをご覧ください。お困りの場合は 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。

JAPAN AIRLINES

RESTART!

MANILA TOKYO

HANEDA

2022年6月1日より

oneworld member

いよいよマニラ⇄羽田線再開!

Check! JALマニラ発便をご利用の際は

羽田/成田⇄ 大阪・名古屋・福岡 間の 国内線が無料!

6月・7月のJAL運航スケジュール

発地	便名	運航曜日	出発	到着	到着
マニラ	JL8746	水・金・日	00:50	→ 06:20	成田
	JL746	毎日	10:05	→ 15:35	成田
	JL742	火・水・金・日	14:25	→ 19:55	成田
	JL78	月・水・金	23:25	→ 04:45+1	羽田
羽田	JL77	月・木・土	01:25	→ 05:00	マニラ
成田	JL741	火・水・木・金・土・日	09:30	→ 13:10	マニラ
	JL745	毎日	18:00	→ 21:40	マニラ

国内線へのお乗り継ぎが楽々!

羽田からは国内34空港へお乗継が可能です。

深夜発/早朝着で時間を有効活用!

お仕事を終えて一息ついてから空港へ。早朝到着で日本での時間を有効活用できます。

フレキシブルにフライトを選択可能!

成田便と合わせ朝/昼/晩のフライトで、ご予約を立てやすく便利に。

JALの羽田線なら朝イチで目的地へ!

マニラ
発

23:25 →

羽田
着

04:45

国内線へ乗継

羽田
発

06:30 →

大阪
着

07:35 ⇒

到着後、一息ついてさあお仕事!

ご予約はお早めに!

JAL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

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





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)



Special Feature

2022年版 マニララーメン大全集 06



26 プロ直伝 今晚のおかず まめ知識付 今回の食材
Saluyot モロヘイヤ

30 国際線 主要航路時刻表

35 Get Healthy! Be Healthy! Be Beautifully! In the Philippines
これが世界一簡単な? ! ダイエット

42 フィリピン経済 NEWS

44 フィリピンの業界別企業紹介 法律事務所・会計事務所

60 HOT TOPICS

Feature of the Issue

Thanks to increasing influence, booming tourism and a growing demand, ramen has become one of the biggest food trend in the culinary world. For this issue, we're featuring everything ramen: from popular shops selling upscale ramen to affordable stalls selling the classic tonkotsu ramen in food courts, and everything else in between. We're also giving tips on where to get the best DIY ramen kits as well as a fool-proof recipe so you can make your own from scratch at the comforts of your home.



フィリピン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



June/Hunyo

2022 06

Contents

■困った時の連絡先(フィリピン国内用)

●大使館・邦人関係機関

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

●病院

マニラ日本人会診療所(マカティ) 02-8818-0880
東京ヘルスリンク
(アラバン) 02-8822-1465
セントルークス・メディカルセンター
(グローバルシティ) 02-8789-7700
(ケソン) 02-8723-0101
神戸クリニック(アラバン) 02-8842-5405
メディカル・シティ(パシッグ) 02-8988-1000
アジア・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
タバオ・ドクターズ・ホスピタル(タバオ)
..... 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

Email : information@primer.ph

URL : <http://primer.ph>

無断転載・複写・引用を禁じます

PRIMER 06月号 Vol.170

(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)

Philippines



**Philippine Primerの
英語情報はWEBで**

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過渡のみを行い、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。

2022年版

80年代

新宿ラーメン

1990年代

ラーメン一番館

2006年～2010年

烏骨鶏ラーメン龍

けんじ亭

マニラ ラーメン大全集

マニラの人気ラーメン店が大集結！あなたのお気に入りは何？

右のQRコードをスキャン
するとプライマーウェブサ
イトが開きます



ラーメン大好きな二人が語るフィリピンラーメントーク！

フィリピンでは、いまやこのモールにも1軒や2軒はラーメン店があるほど、ラーメンは広く親しまれています。これまでどんな変遷でフィリピンにラーメン文化が根付いてきたのか、フィリピン歴の長い食通のAさんとBさんに、フィリピンにおけるラーメンについて語っていただきました！

ラーメンブームはいつ来た？ だれがつくった？

編集：今回の編集チームの調査では、1983年に新宿ラーメンができ、それがフィリピンの黎明になったようです。今やラーメンは日本食の代表格にもなっていますが、ここまではどのような流れでラーメン文化がフィリピンに根付いていったのでしょうか。

A：フィリピンのみなさんにラーメンが認知されたのは、一康流、山頭火が出てからではないかと思います。当時、一世を風靡していました。それに続いて優勝軒、そして最後に皿がラーメンの地位を確立したように感じます。

B：私のイメージでは、優勝軒が最初に人気店となり、そのあと優勝軒より先にでた山頭火も人気に火がついてマカティで行列ができるほど人気を集めました。そのころから、フィリピンのみなさんがラーメンを好きになっていったように感じています。

A：当時、山頭火、一康流、吉虎がマカティの三巨頭でした。大翔や三ツ矢堂製麺も人気がありました。

B：三ツ矢堂は日本の昭和チックな内装がすごく受けていました。当時はSNS映える内装のお店はあまりなかったですからね。

A：個人的に素晴らしい経営をされていると思うのは、優勝軒とラーメン黒田ですね。

B：2011年、東北大地震の影響でたくさん

の人が日本へ帰国しましたが、逆に海外拠点を持つために進出する企業も急増しました。このころからフィリピンに日本食進出ブームが来たと感じています。ラーメンだけでなくカレーや豚カツもこの頃からフィリピンや東南アジアなどへどんどん進出してきてたのを覚えていません。

A：SNS普及も大きいと思います。お客さんが自分のSNSに投稿してくれることで、進出してきた日本食レストランが一気にフィリピン国内に広がりましたね。当初フェイスブックは子どもや景色の写真ばかり上げての方が多かったのですが、徐々に食べものや飲食店の写真に移行していった、それが拡散していったという印象でした。

B：そうそう、SNSの影響は非常に大きいですね。

高価格帯から始まったフィリピンのラーメン市場？！

A：フィリピンは貧困層と富裕層の差が大きく、たとえば烏骨鶏ラーメン龍が出した価格P300台はフィリピンでは高いのではないかとされていました。しかし、実際には多くのお客さんを獲得していました。P300以上の高価格帯のラーメンを出した店舗のエリアを大きく分けるとマカティ、BGC、マラテになると思いますが、マラテで上手くいっているところは実は少なかったんですよ。成功のカギは価格帯と場所が大きいと思いますね。

B：そのうち低価格路線のラーメン屋も出始めましたね。

A：そうですね。確かラーメン黒田が低価格路線のラーメンを始めて、それを皮切りに2014年頃から低価格路線が広がって行ったように思います。それまで富裕層向けというイメージを持ったラーメンもこれで、一般に親し

まれるようになってきました。

B：フィリピンでラーメン文化が根付いたのは、最初から低価格で提供せず、高級なものとして始めたのが成功だったと思っています。そのお陰でラーメンは上から下の層まで親しまれる日本食になりました。実際、低価格商品を高価格へで展開するのは難しいといわれます。最初に高級な食べ物というイメージを作ってから一般化させる方が普及しやすいですね。

A：今やラーメンは完全にフィリピン人に認知されていますからね。どこに行ってもありますし。

B：当時は地ビール1本300ペソ、ラーメン、餃子でP1,200くらい払って食べてましたね。ラーメンレストランに赤ワインとか持ち込む人までいてびっくりした記憶があります。それだけラーメンが高級な食べ物として認知されていたんだと。今はラーメンの頼み方や食べ方を徐々に覚えてきたという印象ですね。

昔は人気がなかった!?豚骨ベース

A：ひと昔前、フィリピン人の方は豚骨は合わないのではないかとされていました。フィリピンの人は食べるのが遅いから、すぐにスープが冷めて美味しくなくなってしまうから。

B：なるほど。

A：それをセンセーショナルに変えて行ったのが一康流や黒田でした。この頃からパラダイムシフトが生じて、豚骨が大ブームとなりました。

今後のフィリピンのラーメン市場は？

A：これからのフィリピンのラーメンは二極化していくと思うんですよ。低価格路線は多店舗化して、上の層は日本のラーメン屋の人気店のように、1ブランドで3店舗くらい

マニラ ラーメン 年表

三ツ矢 盛徳屋

YUSHOKEN 優勝軒

吉原

ラーメン山崎火

一庵流福蘭ラーメン

Wrong Ramen

らめめん大塚

花丸軒

ラーメン黒田

ラーメン瓜

一風堂

RAMEN 丸屋

丸屋いるは

Mendokoro Ramenba

らめめん花月庵

丸丸

九十九ラーメン

Ukokkei Japan by Menzo

博多一幸堂

Sigekiya Ramen

博多うま馬

丸屋式 丸屋武一

あらやラーメン

最強濃厚ラーメンはり勝

くらのみ

くらのみ

ラーメン島田

博多一幸堂

白い大地

ラーメン一代元

鎮王けいすけ

Taro Ramen

Ramen Ron

Marudori

Aさん

在フィリピン16年。ビジネスを通じて多くのラーメン店とかわりもつ。ラーメンが大好きで自らラーメン屋を開業し、自給する。

Bさん

在フィリピン25年。日本人駐在員とフィリピン人ハイエンド層と広い交流を持ち、新レストラン情報や流行にも敏感。

でブランドを伸ばしていく手法です。優勝軒グループがまさにそんな感じですね。優勝軒が2店舗、メンドコロが2店舗、そして最近オープンした丸鶏も同じくらいの店舗を出していく。今度はフィリピンの高級ラーメン店はこんな展開をしていくだろうと個人的に思っています。

編集: 普通のレストランでもラーメンを扱うところは増えると思いますか？

A: 普通のレストランはラーメンは出してくると思いますが、ラーメン屋さんといわゆる居酒屋、ラーメンは違います。ラーメン専門店が今はありますから、ラーメン好きな人はそちらに行きますね。

B: ラーメンや天ぷらやお寿司などの日本食が全部あるお店がジャパニーズレストランというのが20年ほどの認識だったと思うんですが、最近では本当に美味しいものは専門のお店で食べるべきだという概念を富裕層が持ち始めているような気がします。だからカレーはカレー屋さん、ラーメンはラーメン屋さんに食べに行く。一つのお店でいろんな種類の日本食は食べられないと分かっているが、あえて専門店を選ぶようになったと感じています。

フィリピン人の富裕層ってHole in the Wall (英語で隠れ家的な意味) が大好きなんです。だから知人のフィリピン人はみんな風呂敷を広げないで、日本から小さいけど話題になるようなお店を1件だけ持ってきて小さくやりたいたいという話をします。よく探してきてって頼まれます(笑)。

A: 今後はクオリティーがより重視されていくでしょうね。

B: 成功してるラーメン屋はオーナーの愛があるから。

A: あの愛態度合い(笑)がないとラーメン屋はできないんですよ。

B: そうそう、もうラーメンがめちゃくちゃ好き！という愛が大事。

A: 本当に今の高級路線で本当に熱意がある人が作っていく一方で、物流や現地の素材のクオリティーの問題などが解決できたら、また新たな世代のラーメン屋が来る可能性はありますね。

B: フィリピン側のパートナーがマニアックな人じゃないと上手くいかない気がするんですよ。どんなにラーメンの作り方を知っている人が来ても、フィリピンのオーナーも本当に真剣にやってる人じゃないと成功は難しいかもしれません。

A: パートナー選びとなると、得てして日本の方は既に経験を持っている人とみんな組みたがるんですよ。でもそういう人は既に持っている店舗のフランチャイズ展開で忙しくなっているから、新しい分野に時間を割いてくれない可能性があると思うんですよ。パートナー選びはとても重要です。

編集: ちなみにふたりが好きなラーメンは？

B: SiGekiYa! あと一本槍のラーメンも好きですね。つけ麺が美味しいです。

A: さっきも触れましたが、ビジネスという観点でいえば優勝軒と黒田が好きですね(笑)つけ麺は三ツ矢堂が好きです。

編集: つけ麺ブームは来ますかね？

A: 来ない(笑) あの食べ方が定着しないと思うんですよ。

編集: 文化が浸透しないといけないうことですかね。

フィリピンへの出店を考えている方へ
これからご出店の方はお気軽にご相談ください！
お問い合わせはinformation@primer.phまで

マニララーメン店 ピックアップ!

ラーメンは人それぞれ好みが分かれると良く言われる。マニラの定番やあまり知られていない穴場まで、ラーメン通なら押さえておきたいラーメン屋をご紹介します!



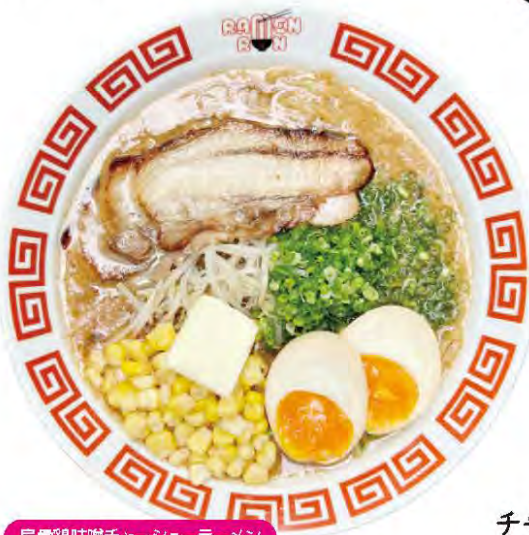
あの有名店が生まれ変わってロックウェルに登場!

ラーメンロン

Ramen Ron

バサイロードあった「鳥骨鶏ラーメン龍」が「Ramen Ron」として、ロックウェルに装いも新たにオープン。鳥骨鶏醤油チャーシューラーメン、鳥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つ近くのラーメンがメニューに並ぶ。10年以上も前にマニラの食通をとりこにした味は今も健在だ。

Rockwell Center, Makati, GF, RS-103, Edades Tower, Amorsolo Dr, Makati
☎0917-628-7245
🕒10時~21時
📍ramenron.pickup.ph
📱ramenron.ph 📷ramenron.ph



鳥骨鶏味噌チャーシューラーメン (P500)

ロックウェル近くの穴場ラーメン屋

タロウラーメン

Taro Ramen

ロックウェルから1本裏に入ったエリアにひっそりと構える日本人経営のラーメン屋。本格的な大衆日本食をリーズナブルに提供することをコンセプトとしており、主にロックウェルやその周辺のローカル層にむけて本格的な日本のラーメンをはじめ、多くのメニューを提供。マストライは五日鰯掛け焼きそば (P220)、プレミアム豚骨ラーメン (P340) など。



プレミアム豚骨ラーメン (P340)

6370 Camia St, Cor Mileguas, Makati, 1211 Metro Manila
☎0966-764-6341 / 02-8567-0371
🕒3時~24時 📍火曜
📱taroramenph 📷taroramenph

優勝軒、めんどころに次ぐ注目のニューフェイス

丸鶏

Marudori

優勝軒、めんどころを手掛けるNippon Hashaグループからのニューカマー。豚骨メインである前述の二店舗と打って変わって、鶏を使った白湯スープが看板メニューとなっている。

Ground Floor, 8 Rockwell, Hidalgo Drive, Rockwell Center 1210 Makati
☎0917-625-9326
🕒月~木曜 11時~21時 / 金曜 11時~22時 / 土曜 10時~22時 / 日曜 10時~21時
📍www.nipponhasha.com
📱ramen.marudori
📷ramen_marudori



塩鶏白湯 (P430)



Tori King Rich Soup (P400)

ラーメンにのった鶏もも肉がインパクト大!

ラーメンけいすけ鶏王

Ramen Keisuke

メニューでまず目に留まるのは、豪快に鶏もも肉を丸ごとのせたラーメン。箸でほぐれるくらい柔らかく煮込んであるので、手でつかまなくても食べることは可能。スープもフィリピンではめずらしい鶏ベースなので、一味違うラーメンを食べたいならこちらがおすすめ。

Unit 1&2 G/F Tower 1, Corporate Plaza, High Street South, Bonifacio Global City
☎0917-320-8879
🕒月~土曜 11時~21時 / 日曜 7時~21時
📍ramenkeisuke.ph 📱KeisukePH 📷ramenkeisukeph

チャーシューたっぷり贅沢ラーメン

らーめん島田

Ramen Shimada

バサイ市からマカティのリトル東京に移転、2021年2月から監修がわり、リニューアルオープン。レシピ、メニューを一新し、今では沢山のリピーターがいるラーメン屋に。おすすめのチャーシュー麺(写真)は濃厚こってりの豚骨スープにたっぷりのチャーシュー。くせになる味で、一番人気。

Little Tokyo, 2277 Pasong Tamo Corner Amorsolo Street Legazpi Village, Makati
☎0910-939-6492
🕒11時30分~23時
📍月曜
📱ramenshimada



チャーシュー麺 (P450)

さっぱりしたラーメンがお好みの人に

くらのすけ

Kuranosuke

リトル東京付近のThe Galleryにオープンしたラーメンと寿司のKuranosuke(くらのすけ)。ラーメンは、濃厚な豚骨スープ、でもさっぱりいただける豚骨塩、豚骨醤油、そしてつけ麺。こちらの店舗はタギック、アヤラサーキットマカティなどに続く4軒目のお店。すべて日本人で製麺業を営む松永明さんが素材を提供し、徹底的に技術指導を行っている。

The Gallery Makati Ave, 1223 Makati
☎0995-633-0277 🕒10時~22時 📱Kuranosuke.ph 📷kuranosuke.amorsolomakati

スープの濃厚さは最強レベル

最強濃厚ラーメンバリ嗎

Ramen Bari-Uma

厳選した醤油ダレをベースとし、豚骨と鶏がら本来の旨みを最大限に引き出した「最強トロ炊き豚骨鶏ガラ醤油らーめん」で知られる広島のラーメン店。一番おすすめのAjitama-Umaラーメン(P380)は、トンコツスープベースで味玉と豚バラチャーシューがトッピングされている。

G/F, Serendra, Bonifacio High Street, BGC, Taguig City
☎0917-129-6165/0915-929-2497
🕒10時~21時
📱www.bariuma.asia 📱bariumaserendra 📷bariumaramenph



にんにく馬(P380)

博多ラーメン源流の味を受け継ぐ

博多うま馬

Uma Uma Ramen

創業28年、博多ラーメンの源流と言われる名店「三馬路」の味を受け継ぐラーメン屋。化学調味料を一切使わないことを信念としており、スープはシンプルに豚骨と日本から取り寄せる秘伝の醤油ダレのみ。コクがありつつも優しい味のスープで塩味が強くなく、のど越しのよい細麺がよく合う。



Uma Uma Ramen (P390)

The Podium, Level 5 12 ADB Avenue Ortigas Center, Mandaluyong
☎02-8638 3011/0917-809-8933 🕒月~水曜 11時~22時/木~日曜 10時~22時
📱umauma.com.ph 📱UmaUmaPH 📷umaumaph 📷UmaUmaPH

ラーメン風の低価格ブランド

博多豚一

Hakata Tonichi

グロリエッタのジャパントウンとSM North EDSAにラーメン風の低価格ブランドとして開業したラーメン店。「誰もが日常で食べられるラーメン」をコンセプトにメニューを開発。4種類の好きなフレーバーを選べる博多ラーメンのほか、餃子やハンバーグカレーなどサイドメニューが充実している。

Glorietta, Glorietta Complex, Makati City
☎02-8255-8150
🕒月~木曜 10時~20時/金~日曜 10時~21時
📱www.hakatattonichi.com.ph 📱hakatattonichiph 📷hakatattonichi



豚一ラーメン(P180)

鶏がらスープの決定版!

あらやラーメン

Araya Ramen

美味しいラーメンを毎日食べたいというわがままな日本人が5年前に開業。価格はP220~500。体にやさしい鶏がらスープがベースの本格的な北海道ラーメン。わずか20席ながら多い日には100杯売れるという。グリーンベルトモールとMMCを繋ぐ高架歩道のほぼ中央、駐車場ビルの1階なので徒歩でも車で便利。



あらやスペシャル(P350)

Dela Rosa Street corner Dela Rosa Rd 1, Legaspi Village 1223 Makati, Philippines
☎02-8888-4422/0925-720-6342 🕒10時~22時
📱araya.ph 📱araya.ramen.DelaRosa 📷araya.ramen.DelaRosa

ラーメンに刺激が欲しい人におすすめ

Si激Ya

Sigekiya

日本人大将杉崎さんの指導の下で提供するラーメンは、地元アラバンで大人気。ラーメンの辛さレベルを選べるようになっており、上限がないためレベル100以上を指定する客もいるとか。スープは豚骨ではなくチャーシューを煮出しており、日本から取り寄せた特製タレで仕上げる。



Sigekiya Ramen (小P350、中P400、大P450)

Ground Floor, Commercenter, 1780 Commerce Corner Filinvest Avenue, Filinvest City, Muntinlupa City
☎02-8805-0400 🕒10時~21時 📱SigekiyaRamenPH 📷sigekiyaamenph

フィリピン人シェフのラーメン愛から 生まれた人気店

豚丸

Butamaru PH

フィリピン人シェフが大分県の製麺所で麺の作り方を学んだモチモチの太麺と、16時間煮込んで作った博多流の豚骨スープが美味しい。香ばしい香りととろけるような柔らかさの炙りチャーシューは、スープと相性が抜群。

Westgate Alabang 1781 Muntinlupa City ☎0927-704-2572
🕒11時30分～22時

🌐www.butamaruramen.com

📱ButamaruPH

📷butamaruph

📺butamaruph



カレー担々麺(P380)



黒王(P450)

「〇王」と言えば
このラーメン屋しかない!

ラーメン風

Ramen Nagi

2013年にマニラにオープンした日本の人気店。豚王、黒王、赤王、翠王という4種のラーメンが看板メニュー。黒王は香ばしく焦がしたニンニクフレーパーで、ミンチ肉を黒ゴマと特注スパイスで仕上げた“黒玉”がのる。オーダーシートに麺の固さ、スープの辛さ、ニンニクの量、トッピングなどを記入し自由にアレンジできる。

5/F SM Aura Premier, 26th St., cor., and C5, McKinley Pkwy, Taguig City ☎02-8828-6793

🕒月～木曜 10時～21時 / 金～日曜 10時～22時

🌐www.ramennagi.com.ph

📱RamenNagiManila

📷ramennagimanila

食べたら思わず幸せになる味

花丸軒

Hanamaruken Ramen

大阪に40店舗ほど展開するラーメンチェーン。スープのベースは豚骨で、大阪の店舗で使用しているのと同じ種類のポークから煮出している。マイルドかつ塩気の強すぎないスープは、ストレート麺との相性が抜群。柔らかく煮込んだスペアリブが豪快にのったSignature Happiness Ramen (P480) が看板メニュー。

2/F Trinoma Mall, North Avenue cor. Edsa 1606 Quezon City, Philippines

☎0917 589 4547 🕒10時～20時

🌐www.tasteless.ph

📱hanamarukenph

📷hanamaruken_ph

📺Hanamaruken_PH



Signature Happiness Ramen
(ハーフP445、ホールP580)

根強い人気を持つ優勝軒の姉妹店

麵処(めんどころ)

Mendokoro Ramenba

ラーメン店「優勝軒」の姉妹店として2014年に開業。オープンキッチンぐるっと囲むようにカウンター席がある珍しい造りの店舗で、オープン当時は話題になった。こってり濃厚な豚骨、麺は歯ごたえのある太麺。これに厚めのチャーシューがのり、ボリュームで満足のラーメンに仕上がっている。

V Corporate Center, Leviste Street, Salsedo Village, Makati City

☎02-8478-9625 🕒月～木曜 11時～21時 /

金曜 11時～22時 / 土曜 10時～22時 / 日曜 10時～21時

🌐www.nipponhasha.com 📱mendokororamen/

📷mendokoro_ramenba



スーパーチャーシューラーメン
(P610++)

安いのに破格のおいしさ!

ラーメン黒田

Ramen Kuroda

パラニャケの高級住宅街BFホームズに始まり、現在マニラ各地に支店を構える。低価格にしてクオリティの高いラーメンを実現し、この価格帯は現在も貫いている。ラーメンは比較的さらりとした豚骨スープとストレート麺を使用。人気メニューは昔から変わらず黒ラーメン、赤ラーメン、白ラーメンの3つだ。

96 Aguirre Avenue, BF Homes, Parañaque City

Parañaque ☎02-7003-6584

🕒10時～21時

🌐www.kuroda.ph

📱kuroda.ph

📷ramenkurodaph



黒ラーメン(P180)

ブームの真っ最中に降臨した ラーメン界の巨人

一風堂

Ippudo

コクのある濃厚なとんこつラーメンで日本人から根強い人気を誇る大手ラーメンチェーン。世界各地に店舗を展開し、フィリピンでも人気を博している。麺は打ち立ての自家製、秘伝のスープは日本より直送。

Mega D, L3, SM Megamall, EDSA Corner J.Vargas

Avenue, 1550 Mandaluyong City

☎02-8252-7821 / 0919-074-4557

🕒月～木曜 10時～21時 / 金～日曜 10時～22時

🌐www.ippudoph.com 📱ippudoPH

📷ippudoph 📺ippudoPH



赤丸新味(P410)

オーセンティックな博多ラーメンが人気!

らあめん大翔

Ramen Daisho

中国で薬膳料理に使われる高級食材、烏骨鶏をスープのベースに使用。麺は日本の製麺所から直送。力強い歯ごたえの縮れ麺、滑らかな舌触りの平麺、博多ラーメン特有の低加水ストレート細麺の3種の麺があり、それぞれのラーメンにあったものを組み合わせる。

Unit 2, Mandala Park, 312 Shaw Boulevard 1550 Mandaluyong,
☎0917-881-7471
🕒10時~20時
📱 ramen.daisho.ph
📷 ramendaisho



塩ラーメン(P345)

一世を風靡したしおらめめん

らめめん山頭火

Ramen Santouka

一世を風靡したしおらめめんは、ゆっくりと時間をかけて煮出したとんこつに、最後に野菜、干魚に水出しを合わせて出来上がった白いスープが美味。スープを沸騰させないのは、旨味と香りを大切に、お子様からお年寄りまで安心して食べられる温度を保つため。

132, Glorietta 4, Hotel Dr, Ayala Center, Makati, 1226 Metro Manila
☎0945-148-0546 🕒11時~21時
📱 santouka.ph 📱 RamenSantoukaPH 📷 santoukaph
📷 SantoukaPH



しおらめめん
(R P385, L P445)

元祖鶏ガラ白湯スープ!

吉虎

Kichitora of Tokyo

吉虎の売りである丸一にかけて煮込む鶏ガラスープともちもちの自家製麺の相性は抜群。看板メニューは吉虎白湯ラーメン(写真)。自慢の鶏白湯スープは鶏の旨みが凝縮されており、オープンして10年になる今もファンが後を絶たない。



吉虎白湯ラーメン
(P545)

2/F, Atrium, SM Megamall, EDSA Corner Julia Vargas Avenue SM Megamall
☎02-8451-2218 🕒10時~21時
📱 kichitora.com 📱 Kichitora-of-Tokyo 📷 kichitoraph 📷 KichitoraPH

創業40年の歴史を持つ山小屋ラーメン

一康流福岡ラーメン

Ikkoryu Fukuoka Ramen

創業40年の歴史をもつYSフード社(山小屋)によるこちらの名店は、2013年にマニラにオープン。日本で人気の秘伝の豚骨スープをマニラで味わえることで多くのリピーターを持つ人気店だ。定番の味玉とんこつを始め、ブラックガーリック豚骨や担々豚骨なども人気だ。

Level 2, SM Aura Premier
Fort Bonifacio Taguig
☎02-8478-8333
🕒10時~23時
📱 www.ikkoryu.ph
📱 ikkoryuph
📷 ikkoryuph



味玉とんこつ(P230)

ラーメン好きで知らない人はいない人気店

優勝軒

Yushoken

東池袋大勝軒から派生したお店で、マニラではアラバン、セブに展開。スープは12時間ほどかけて煮込んだこだわりの自家製豚骨。同じく自家製の麺はやや太めで、スープとの相性は抜群。人気メニューは醤油ラーメン、担々麺など。

Molito Commercial Complex,
Alabang, Muntinlupa, 1781
Metro Manila
☎02-8808-7424
🕒10時~22時
📱 www.nipponhasa.com
📱 RamenYushoken
📱 ramen_yushoken
📷 ramen_yushoken



醤油ラーメン(P460)



濃厚チーズソースつけ麺(P350~)

三ツ矢堂製麺限定



ポークカツラーメン(P260)

三ツ矢堂ラーメン食堂限定

つけ麺の名店&お手頃ラーメン

三ツ矢堂製麺・三ツ矢堂ラーメン食堂

Mitsuyado Sei-Men & Mitsuyado Ramen Shokudo

2012年にフィリピンにつけ麺を浸透させ、今でもつけ麺といえば三ツ矢堂というイメージを根強く残す名店。2019年には姉妹店の三ツ矢堂ラーメン食堂を創業し、P180からの低価格ラーメンを提供している。三ツ矢堂製麺と三ツ矢堂ラーメン食堂ではそれぞれ違うラーメンを楽しむことができる。

<三ツ矢堂製麺> 22 Jupiter, Makati, 1209 Metro Manila
☎0905-284-0123 🕒月~木曜 10時~21時/金~日曜 10時~22時
📱 mitsuyadoseimen 📱 mitsuyadoseimenph 📷 mitsuyadoseimenph
<三ツ矢堂ラーメン食堂> Top of the Glo, Glorietta 2 ☎0956-846-4753
📱 linktr.ee/mitsuyadoramenph 📱 mitsuyadoramenph 📷 mitsuyadoramenph

ラーメンブームが始まるまえからの老舗

けんじ亭

Kenji Tei Ramen

本格派ラーメン店として、2008年にオープン。マニラのラーメン屋ブームが始まる以前からの老舗だ。グリーンベルトなど各地に支店を構え、ラーメンのみならず多くの和食メニューを揃え、ローカルに根強い人気を誇る。

GREENBELT 5
Level 3, Greenbelt 5,
Ayala Center, Makati City
ALABANG TOWN CENTER
Ground Floor, Alabang
Town Center, Service
Road, Filinvest City,
Muntinlupa City
☎02-8511-8980
🕒9時～18時
📍och.ph 📘kenjitei
📱kenjitei 🐦KenjiTei



五目塩
(R P330、L P410)

フィリピンラーメンの元祖!

新宿ラーメン

Shinjuku Home of Authentic Ramen

ラーメン、つけ麺、うどん、焼きそばなど、麺類だけで50種類にも及ぶメニューの充実ぶりが自慢の老舗店。人気の満点ラーメン(写真)は、しょう油ベースで、かに、海老、イカ、豚肉、野菜が、とろみのある濃厚なあんかけスープによく絡んだ全部入りとも言える一品。くせのないスープは思わず最後まで飲み干してしまえる。

Little Tokyo, 2277
Chino Roces Ave 1230
Makati
☎02-8935-9434
🕒11時～21時
📍shinjukuramenhouse



満点ラーメン(P410)

FOOD COURT

フードコートのラーメンも要チェック!

気軽に立ち寄ってさっと食事ができることで何かと便利なフードコート。ここではフードコートの注目すべきラーメン店をピックアップ!

ともちゃんラーメン

Tomochan Ramen Express

2017年に1店舗目をオープン。現在は各地の主要モールのフードコートで展開中。最新店はマカティのランドマークにオープン予定だ。日本人シェフがレシピを手掛けた本格的なラーメンを驚きの低価格で楽しむことができる。



📍tomochanramenph.com
📍tomochanph 📱tomochanph

こちらのフードコートにあります! SM Olongapo, SM Valenzuela, SM Aura, Landmark Makati

あらやラーメン

Araya Ramen

マカティ市に本店を構える「あらやラーメン」が昨年SM MegamallとSM Sucatのフードコートにも出店。体に優しい鶏がらスープの本格北海道ラーメンが各地のSMモールでも楽しめる。



📘ARAYASMMM 📱arayasmmm SM Megamall (B1, Bldg. A)
📘ARAYA.SMSCT 📱araya.smsct SM Sucat (2/F Bldg. A)

烏骨鶏ジャパン

Ukokkei Japan by Menzo

一番ベーシックなラーメンはP199、味玉入りP239、チャーシュー入りP269、どちらも入っているものはP320。安くて本格的なラーメンを楽しむことができる。



📍web.ineons.com/ukokkei 📘ukokkeijapan
📱ukokkeijapanramen

こちらのフードコートにあります! SMメガモール、グロリエッタなど

99ラーメン

99 Ramen

ラーメンは安いものでP99から。クリーミーなチーズ豚骨、辛党におすすめのスパイシー番ラーメンなどが人気。



📘kyukyuramen99 📱kyukyuramen99

こちらのフードコートにあります! グロリエッタ4、SMマカティなど

ツケメン

Tsuke-Men

花丸軒のグループからつけ麺専門店が登場。パワープラントモールのおしゃれなフードコート内にあり、雰囲気は◎麺にコシがあって、スープがぐつぐつと沸騰したまま出てくるので食欲をそそられる。



📍thegridfoodmarket.com 📘tsukemenph
📱tsukemenph

こちらのフードコートにあります! パワープラント、SMモールオアシアなど

オリジナルラーメンをゼロから作りたい人 ラーメンの食材はここで!

ラーメンプロショップ

Ramen Pro Shop

麺、スープの素、器など、ラーメンのサプライ、餃子の皮なども販売。太麺、細麺から選ぶことができる。スープの素は味噌やとんこつ醤油などの種類があり、1Lと500mlの使い切りやすいサイズもある。

2/F Magic Star Square Building, Cartimar Shopping Center, Pasay
☎0995-538-5585 📧 ramenproshop



シンミカナ

Shin Mikana

業務用の日本食材をメインに取り扱うが、家庭用のアイテムも揃える。店舗に並んでいない業務用商品は事前に注文して店舗での受け取りが可能。2022年3月にはカルティマル、カピテに続き、ケソンに新店舗をオープン。

2209 Leveriza St., Cartimar Shopping Center, Pasay
☎046-402-5838 / 0917-709-6824 📧 ShinMikanaPH



シャラク

Sharaku

麺、ラーメンスープ、餃子の皮など、100%日本品質の食材を誇るラーメン専門店。

Stall #111, CARTIMAR SHOPPING CENTER 1303 Pasay
☎02-8541-9877 / 0905-415-0056 📧 Sharaku-FOOD-Inc-552683961731824



ヤサカフード

Yasaka Food Store

カルティマルに構えるラーメン食材専門店。麺にスープの素、餃子の皮やタレ、メンマ、きくらげなどラーメンの基本の材料、その他の日本食材も販売。麺は工場から直販、尚、麺に使用する添加物は安心、安全な日本製品を使用。

Stall 44 & 45 Cartimar Shopping Center Pasay
☎0999-806-4659 / 0935-441-8380 📧 Yasakacartimar



ラーメン店の味をそのまま家で 麺、スープ、具材が揃ったラーメンセット!

ともちゃんラーメン ラーメンキット

Tomochan Ramen Ramen Kits

麺、スープ、トッピングを含めたセットとなっており、各種調理して器に盛るだけで本格的なラーメンが楽しめる。味噌たんめん (P189)、豚骨スパイシーレッド (P159)、とんこつガーリックブラック (P159) などの種類があり、シングルサイズと4人分セットになったファミリーサイズから選べる。

ここで買えます! Lazada - Tomochan Ramen Express、Shopee - Tomochan Ramen Express、ともちゃん公式サイト・フェイスブック、Shopify
📧 tomochanramenph.com 📧 tomochanph



ニューはっちん

New Hatchin

ラーメンセットは麺、スープの素、チャーシューなどのトッピングがセットとなっており、醤油、とんこつ、味噌の3種類、全てP250。全支店で取り扱うが、購入前に在庫を確認するのがベスト。

ここで買えます! New Hatchin マカティ店、ケソン店、ハサイ店、マラテ店
📧 newhatchin.com 📧 newhatchintradingcorp



自宅で簡単! おじさん一人飯

ピリ辛冷やし豆乳担々麺

おうちでも手軽にお店のような担々麺って作れます!というわけで、今回は大好評につき「手抜き料理のスペシャリスト」を自称するしげじい氏に再登場していただき、氏が開発した独自の担々麺レシピを伝授していただきました。おうちで美味しい担々麺をお試しあれ!

★材料 (1人前)

<肉みそ>

- ・豚ひき肉 100g
- ・ショウガみじん切り 適量(大匙1くらい?)
- ・長ネギみじん切り 適量(同)
- ・紹興酒 適量
- ・豆板醤 適量
- ・オイスターソース 適量
- ・胡麻油 適量

<スープ>

- ・豆乳(無糖のやつ) 200~250ccくらい
- ・鶏がらスープの素とか味噌のような中華あじのベース 適量
- ・豆板醤 好きなだけ
- ・オイスターソース 好きなだけ
- ・練りごま 好きなだけ(多めが美味しい)
- ・すりごま 好きなだけ
- ・胡麻油 少々
- ・塩胡椒 少々
- ・花椒 少々(あれば)

- ・中華麺(生でも乾麺でも)
- ・茹でたほうれん草とか青梗菜
- ・温泉卵
- ・ラー油

★作り方

<肉みそ>

- ・胡麻油しょうがを炒め香りが出たら豆板醤とひき肉を投入し、紹興酒(無ければ酒)を加え、良い感じになったらオイスターソース、長ネギを加えて完成。

<スープ>

- ・練りごまを少量の湯で伸ばして緩くなったら他の材料を全部加えて攪拌(プロテイン用のシェイカーとかがあると便利)して冷蔵庫で冷やしておく。
- ・麺を茹でて冷水で締める
- ・器に麺と冷蔵庫のスープをもう一度よくシェイクしてから入れて、茹でた野菜、肉みそ、温泉卵を載せ、ラー油を散らして完成。



しげじい氏

自称、Primerの読者。2021フィリピン観光省認定トラベルマイスター。トム・クルーズと同じ1962年生まれで、東京五輪を2回経験(出たわけではない)15年近い単身赴任生活のうちほとんどを辺境で過ごしたため、食いたいものは自分で作るサバイバルやつつけ手抜き料理のスペシャリスト。「料理とは、経験と想像力の科学」がモットー。



このレシピについて

在宅勤務中にフード○ンダやインスタントラーメンにも飽きて、なんか冷たくてピリ辛なもの喰いたい!と考えたもので分量等はあやふやですが、まあ、味見しながらやってみてください。豆板醤は多めが美味しいんですが、塩分も多いのでおじさんは気を付けて。ねりごま、すりごまも多めが良いですね。

右のQRコードをスキャンするとレシピをご覧いただけます



一度食べた忘れられない！
こだわり尽くした一品。

らーめん 島田
RAMEN SHIMADA

坦坦麺

Little Tokyo, 1277 Chino Roces Ave., Legaspi Village, Makati

営業時間 朝11時半から23時 (月曜 定休日)

☎ 0910-939-6492 f ramenshimada

YAKINIKU TOA5KU TOKYO

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 f HOSHI MATSURI

お酒のみに
焼酎20種類以上
取り揃えています

合鴨つけそば P480

営業時間 月・金 17:00～23:00(土日休)

お問合せ・ご予約は
鴨料理・和食
琴乃
マカティ・クリークサイド
中2階

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

らーめん好きですか？

Kuranosuke

☎ Kuranosuke.ph
☎ Kuranosuke.amorsolomakati

Kuranosuke

The Gallery, Amorsolo St. Makati
営業時間 10時-22時 0995-633-0277

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

お早目に!



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

割烹 なかじ



ご予約は LINEまで➡



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

つむら
TSUMURA SUSHI BAR & RESTAURANT

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



2F 88 Corporate Center, Sedeno cor. Varelo St., Salcedo Vill., Makati
☎ 02-8887-4848 ① Tsumura Sushi Bar & Restaurant
営 11:30am～2:00pm(Lo 1:30pm), 5:30pm～10:00pm(Lo 9:30pm)

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 ① 11:00～
f UNAKICHIMAKATI



TARO RAMEN 太郎

店主こだわりの味をお楽しみください
低価格で美味しいラーメンをお召し上がりいただけます。

豚骨だけど さっぱりスープ!

川崎市民の ラーメンフード!



プレミアム豚骨ラーメン
Premium Tonkotsu Ramen



ニュータンタンメン
New tantan men

New open
ロックウェル 近く



f taroramenph
@taroramenph
@taroramenph
☎ (02)8567-0371
3pm-0am(火定休)

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

IRON MAN'S

STEAK HOUSE

Ayala Malls Circuit

鉄板焼き特選和牛ステーキが大人気!!



Facebook

おいしい タラバガニ 入荷!

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



IRONMAN MAP



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



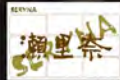
旬の新鮮な魚介類・
お肉をご堪能ください。



漁火 Isaribi Japanese Restaurant - Makati

RG-5 Creekside Mall Amorsolo St. Makati

☎ 02-8801-1770 営11:00-23:00



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

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
月替りのお勧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



HARU
Korean Restaurant and Korean Grocery Store

ボブラシオンに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、またケータ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。




ボブラシオンに新韓国料理レストランOPEN!

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, Bacooc Cavite, Caloocan, Quezon City



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



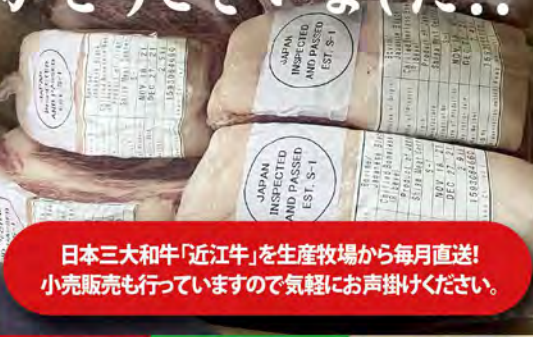
有名店から隠れた名店まで最新情報を続々お届け!
今日の食事に迷ったらぜひチェック!!

プライマー 食べる 

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

Primer web
「2021年焼肉部門」
アクセス
ランキング
1位

2022年3月、過去最高売上更新しました!
たくさんのご来店ありがとうございました!!

日本三大和牛「近江牛」を生産牧場から毎月直送!
小売販売も行っていますので気軽にお声掛けください。

焼肉
JAPANESE RESTAURANT
HIRO

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 → 

LINE友だち追加で20%OFF! 

一番搾り
橋上全店が飲める店

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



酢の物盛合せ



刺身盛合せ



ラブラブの煮付



ロブスターの具足煮



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
 # kazuwa.ph @kazuwa.ph # @kazuwa.ph
<https://www.youtube.com/channel/UCNLNMc5qnsqzYD7-YBrf4Q>

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3%割引いたします。お一人様月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!
毎月開帳するスタンプを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

店内でごゆっくりお召し上がり下さい

18:00まで営業中



0917-851-9636 | 02-8833-2826

7602 Sacred Heart St, Corner Metropolitan Ave., San Antonio village

9:00 - 18:00 PatisserieBebeRouge



プライマーRestaurant

お腹も心も満たす
幸せなお食事のひとときをあなたに



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

プライマー 食べる

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

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

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

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

FOXGLOVE CABERNET
SAUVIGNON

果実生来のナチュラルな美しさが表されたカベルネ・ソーヴィニヨン。パワーに偏らず料理を引き立てるバランスは、秀でたコストパフォーマンスを実感させます。

+632 8804-5028

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

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



「日本のおいしさ」をフィリピンで
モスバーガー



焼肉ライスバーガー
P179

【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

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



からあげ弁当



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



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。



牛肉と寿司と焼き鳥を
ポプランの焼肉ソウル亭で
お楽しみください

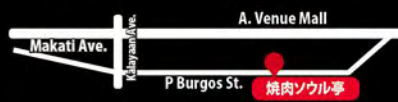


日本直送の厳選和牛と
新鮮なお寿司!VIPルームあり!
ゆっくり飲んで食べることができるお店です。

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



📍 Jupiter
☎0905-284-0123
#22 Jupiter St. Bel-air,
Makati City

📍 Bluebay
☎0967-318-5354
Bluebay Walk, Macapagal Ave.,
Pasay City

📍 Cebu
☎(032) 344-8548
G/F Bonifacio District, F. Cabahug St.,
Cebu City

📍 Glorietta
☎0956-846-4753
4/L Japantown Top Of The Glo,
Glorietta 2, Makati City



みつやど製麺

MITSUYADO SEI-MEN
THE HOUSE OF TSUKEMEN



Cheese
Sauce Tsukemen



mitsuyadoseimen

TENDON 琥珀 KAHAKU

📍 Vertis North
☎0967 304 2027
Level 4, Japan Town @ Vertis Ginza
Ayala Mall Vertis North, Brgy.,
Pag-asá Quezon City

📍 Burgos Park
☎0956 279 2966
Burgos Park, Forbestown Center,
Fort Bonifacio, Taguig City

📍 Uptown Mall
☎0956 279 2961
3/F Uptown Mall, 36th Street cor.
9th Avenue, Fort Bonifacio,
Taguig City

tendonkahaku

UCC

Every coffee, every moment

Biry Curry Rice

Farmhouse Salad

Kori Kori

ucccafe

Chesa Bianca
SWISS RESTAURANT

*A restaurant that serves authentic
Swiss Home Style cooking*

7431 Yakal St. San Antonio Village, Makati City
Tel No. 8815-1359 | Mobile No. 0916-2351026

Serves the best and finest beef in town.

*I'm
Angus*
STEAK HOUSE



Angus beef at its best

Taste Ogawa Taste Japan

OGAWA Traditional Japanese Restaurant

おがわ

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

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



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

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.facebook.com/amano.ph)

est 日本を感じる、心を感じる

BGC SM Aura
の屋上で

**絶品フレンチ
トーストを!**

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。

est プライマー読者特典
この点線部分をご持参の方、
**絶品・フレンチトーストが
100ペソ**でご利用いただけます♥

お得に♡お試し券

※点線部分を切り抜いてご利用ください。
※有効期限 2022年6月1日～2022年6月30日

来店時に「プライマー見ました!」
とスタッフに伝えていただいた
お客様に、前菜を1皿サービス!
右記の4品よりお選び下さい。
※1テーブルに1皿とさせていただきます。

FUKUDAYA
Japanese Dining

Minimum spend of Php1000
The Promo is available on weekdays only

Soy Marinated
Chinese Yam
長芋の溜まり醤油漬

Edamame

Simmered Tuna
鮭の角煮

Garlic Tempura ニンニクの天ぷら

Fukudaya Japanese Dining

Unut 7, the Plaza, Arya Residences,
8th Ave cor McKinley Parkway BGC Taguig
Contact number: 0927-264-0171
Operating hours: Monday to
Sunday 11am - 3pm, 5pm to 10pm



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

@lentrecotebistroMNL

www.lentrecotemanila.com



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

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

🌐 woodenhorsebeststeakintown



**TORIYA KANBE
JAPANESE RESTAURANT**
BCC

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

Address: The Fort Strip,
7th Ave. BGC, Taguig City

Open: 16:00-翌3:00

Regular Holiday

f 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

f KushiYaki Kanbe



檜湯 (ひのきゆ) ルームには、
長野県南木曾町の檜を使用し、
日本の職人が丹精込めて
仕上げた檜風呂をしつらえて
おります。



檜湯(ひのきゆ) ルーム

ホテルオークラマニラ

日本のおもてなしの心をフィリピンのホスピタリティにのせて

詳細はホテル公式ウェブサイト (hotelokuramanila.com)

または予約課宛 (reservations@hotelokuramanila.com) にお問い合わせくださいませ。

元葉

和食
Genba
Kappouryouri



割烹・元葉は、料理人のダイナミックにして繊細な匠の技を目の前にしながら、最高級の日本食を堪能できる伝統的日本料理店です。

炉端焼き、刺身、寿司など当店自慢の料理には、厳選した新鮮かつ栄養豊富な食材を使用しております。料理人の見事な包丁さばき、そして見事な盛り付けも、あわせてお楽しみください。

"人と品質、第一に考える (Put people and quality first)". 元葉はこの经营理念のもと、最高級の日本料理と最高のおもてなしで、食を愛するすべてのお客様の思い出に残るお食事シーンをお届けします。割烹・元葉でお会いできますのを楽しみにしております。



GENBA KAPPOURYOURI, UNIT 101,
K1 CENTER BY PRESTIGE BAY,
BLOCK 5, LOT 22, ABUEVA AVE.,
ASEANA CITY, PARANAQUE



+63 919 0000 666

一本橋
IPPON YARI
JAPANESE RESTAURANT

王道の和食。

サンタロサ、カランバ、カピテ、リマの和食なら



大名ちらし (P495)



ご飯は全て新潟産こしひかりを使用。これぞ銀しゃり！



長崎ちゃんぽん (P370)



海老天から (P385)



大かつ丼 (P355)



ざるそば (P280)



詳細はこちら

f ipponyarijapresto

Marilao, Bulacanに**5/18**
NEW OPEN

NLEXの入り口・出口からアクセス抜群！



かつてのポブラシヨンの名店萬月のメンバーが運営する和食店です。ハイウェイ乗り換えの際にお立ち寄りください。

三日月 Mikazuki Japanese Restaurant
Globe: 09567515283 Smart: 09693266286
JJB Beaufort Building, Batongbacal st. Nlex Road, Patubig Marilao, Bulacan
Mikazuki Japanese Restaurant
mikazukijapaneserestaurant@gmail.com



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

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

ご注文はこちらから




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





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



醉仁 ~SUIJIN~



お問い合わせ 御予約 マップ

☎ 046 445 4991 ☎ 0977 839 1875
Land mark: PUREGOLD CARMONA
9052 REMINGTON PLAZA GOV.
DRIVE POBLACION 8 CARMONA CAVITE




プロ
直伝!

今晚のおかず

The Simple Japanese Food

Saluyot モロヘイヤ

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



簡単調理で栄養満点!

モロヘイヤの胡麻和え

●調理時間 15分 2-3人前

モロヘイヤ 300g
炒りゴマ白 大さじ2
醤油 小さじ2
砂糖 小さじ2

●作り方

- 1 沸騰した湯でモロヘイヤを1分茹でる。
- 2 茹でた後、冷水で冷やす。
- 3 冷やした後、手で絞る、食べやすい大きさにカットする。
- 4 砂糖、醤油、すった炒りゴマと共に3をボールに合わせる。
- 5 よく混ぜ合わせたら完成。器に盛り付ける。

●【Saluyot Goma-ae】Boiled Saluyot with sweet sesame soy dressing

Saluyot 300g (10oz)
roasted sesame seeds 2 tbsp
sugar 2 tsp
soy sauce 2 tsp

●Cooking Directions: Makes 2-3 serving (Cooking time: 15 minutes)

- 1 Boil Saluyot in boiling water for 1min.
- 2 Soak in iced water until cooling down.
- 3 Squeeze water, and cut bite size. keep in mixing bowl.
- 4 Add sugar, soy sauce and grind roasted sesame seeds in 3.
- 5 Mix well. and then decorate on the plate.

<配信動画>

https://www.youtube.com/watch?v=c_E2pqYGugU

<QRコード>



Point!

モロヘイヤは茎の部分と葉の部分で茹で時間が異なります。沸騰した湯にまず茎を入れ40秒程茹でた後に葉を入れ20秒、合計1分程で丁度良い茹で加減となります。茹でる際に塩を少々入れると色鮮やかに仕上がります。茹で上がり後は速やかに冷水に浸しましょう。

フィリピン食材 豆知識



青汁などによく入っている野菜として知られるモロヘイヤ。ネバネバした食感でのごしごしが良く、暑さで食欲がない時にも食べやすい食材の一つです。実はこのモロヘイヤ、野菜の王様と呼ばれる程栄養価が高いことをご存じでしょうか。β-カロテンはゴーヤの約29倍。食物繊維やカルシウム、ビタミン、葉酸なども含まれています。ごフィリピンではその気候柄、年中手に入れることのできる野菜の一つです。フィリピンではスープに入れたり、炒め物に使ったり様々な料理に用いられます。値段は日本と比べて格安で入手可能。安価で栄養満点なモロヘイヤを使って色々なお料理に活用してみてください。モロヘイヤを選ぶ際は、鮮やかな緑色で瑞々しいものを選びましょう。収穫から時間がたつと葉が固くなり食感や味が悪くなります。購入後はポリ袋に入れて野菜室で立てて保存し、1~2日以内に食べきってしまうのがおすすめです。すぐに食べきれない場合はさっとゆでて水分をよく拭き取ってから、ラップできっちりと包んで食品用保存袋に入れて冷凍保存しておくといでしょう。食べやすい大きさに切ってから冷凍しておくことで料理に役立てて便利です。Youtubeチャンネルsimple.japanese.foodでは家庭で簡単に作れる日本食を世界の方々に分かりやすく説明しています。プライマーのレシピも紹介していますので、そちらも是非ご覧ください。

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 -

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 Victor Street, Seacom Cpd,
San Antonio, Parañaque City



New Hatchin 日本食材 専門店
Japanese Grocery

豊富な品揃え! 基本的な日本食材に加え、
生鮮食品が揃っているのも魅力の一つです。

Always Fresh!

●マカティ店 ☎02-8897-7207, 02-8890-1649
7602 Sacred Heart Street Corner Metropolitan Avenue,
San Antonio Village, Makati ☎8:00~17:00 (休) 毎日営業
Makati Branch: Like us on Facebook f newhatchinmakati

●マビニ店 ☎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.jg

Yasaka Food Store
Ramen Specialty Store らあめん食材専門店

当店の麺で使っている添加物は安全のためにすべて日本製です。
All additives used in our noodles are made in Japan for safety.

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

季節感と品揃えにこだわる**新タイプ**の日本食材店

みんなのスーパー
Minnano Supermarket -Japanese Grocery

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

FATHER'S DAY 2022.6.19 SUN. お父様に
ご自身へのご褒美にも

最新の情報を
お知らせします

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

All Your Favorite
Ingredients Is Here!

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

Our Branches:
* 7063 N.R. Tarosa Highway Habay 1,
Bacoor city, Cavite (Warehouse)
* Cartimar Commercial Arcade & Suite
2209 Leveriza St., Pasay City
* Farmers Market, Cubao
Please contact us for more info
Shin Mikana Philippines Inc.
(046) 402-5838 or 0917 709 6824

Shin Mikana PHILIPPINES INC.
Main Supplier JFC

JAPANESE GROCERY & FOOD INGREDIENTS

とびっきり新鮮な野菜を毎週ご自宅に配送!

マニラの生活で新鮮なお野菜にお困りではないですか?
私たちは日本人とフィリピン人のチームが運営するインターネットスーパーです。
自社のネットワークでフィリピンの野菜を買い付け、直接お客様にお届けします。
飲食店への配送も可能です。ぜひお問い合わせください

TFK

クーポンコード
"Primer"でP999/4回

新鮮さと質をお試しください→
<https://thefarmers.kitchen/> +63 9451087122 y@5dots.me

fujimak 信頼の日本品質!

Total support for food business

多くの有名レストラン、ホテルで
fujimakの調理器具をご利用いただいています。

美味しいご飯が1スイッチで250名分!

絶妙な温度管理でサクサク天ぷらを!



立体炊飯器



天ぷらフライヤー

詳しくはこちらから



fujimak フジマック

Mobile : +63 917-626-5451

E-mail: a_miura@fujimak.co.jp



三浦綾人
Ayato Miura



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 Agustin 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。








LET'S RIDE FOR THE WIN!

ARIANA EVANGELISTA

2X ASIA MOUNTAIN BIKE OVERALL CHAMPION
4X PHILIPPINE MOUNTAIN BIKE CHAMPION
31ST SEA GAMES CONTENDER





- READY-TO-DRINK BCAA
- HELPS IMPROVE ENDURANCE
- HELPS REDUCE MUSCLE FATIGUE

NOW AVAILABLE ON



Lazada



Shopee

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！



K&L JINRO INCORPORATED
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

お酒は20歳になってから。飲酒運転は法律により禁止されております。妊娠中や授乳期の飲酒は、胎児・乳児の発育に影響を与える恐れがあります。www.jinro.co.jp JINRO INC

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！



フィリピンプライマーで検索！



LINE 友だち追加

@philippineprimerで検索！

facebook いいね!
最新情報はここから！

twitter

SNSでプライマーをチェック！



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 PR 432 NH 820 SJ 5056 JL 8746 JL 742 JL 746	0740 / 1310 1440 / 2010 0930 / 1510 1105 / 1655 0050 / 0620 1425 / 1955 1005 / 1535	毎日 水・金・日 毎日 月・水・金・日 水・金・日 火・水・金・日 毎日	マニラ⇒札幌 Manila/Sapporo			
成田⇒マニラ Narita/Manila	PR 427 PR 431 SJ 5057 NH 819 JL 745 JL 741	1410 / 1820 0930 / 1335 1820 / 2205 1715 / 2055 1800 / 2140 0930 / 1310	毎日 月・木・土 月・水・金・日 毎日 毎日 毎日	札幌⇒マニラ Sapporo/Manila			
マニラ⇒羽田 Manila/Haneda	PR 422 NH 870	0825 / 1340 1440 / 2000	月・水・金・日 毎日	セブ⇒成田 Cebu/Narita			
羽田⇒マニラ Haneda/Manila	PR 421 NH 869	1505 / 1910 0945 / 1330	月・水・金・日 毎日	成田⇒セブ Narita/Cebu			
マニラ⇒関空 Manila/Kansai	PR 412	0905 / 1415	毎日	クラーク⇒成田 Clark/Narita			
関空⇒マニラ Kansai/Manila	PR 411	1510 / 1825	毎日	成田⇒クラーク Narita/Clark			
マニラ⇒名古屋 Manila/Nagoya	PR 438	0750 / 1300	月・水・金・土・日	クラーク⇒関空 Clark/Kansai			
名古屋⇒マニラ Nagoya/Manila	PR 437	1400 / 1730	月・水・金・土・日	関空⇒クラーク Kansai/Clark			
マニラ⇒福岡 Manila/Fukuoka	PR 426	0945 / 1430	月・水・木・金・土・日	マニラ⇒香港 Manila/Hongkong	PR 300 SJ 272 SJ 114	0755 / 1010 0540 / 0755 1725 / 1955	水・木・金・日 毎日 毎日
福岡⇒マニラ Fukuoka/Manila	PR 425	1530 / 1825	月・水・木・金・土・日	香港⇒マニラ Hongkong/Manila	SJ 273 SJ 115 PR 301	0915 / 1125 2200 / 0035+1 1110 / 1330	毎日 毎日 水・木・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, **SJ**=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04月25日現在 出発・到着時間はそれぞれ出発国・到着国の現地時間。

*上記太字部分は変更時刻・追加便です。

*フライトスケジュールはしばしば変更されます。あらかじめご了承ください。

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

NEX
NIPPON
EXPRESS

We Find the Way

お引越は、**NX**



LINE
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

NEX NIPPON
EXPRESS

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

発着地	便名	出発/到着時間	運航日
セブ⇒香港 Cebu/Hongkong	CX 922	1215 / 1510	水
香港⇒セブ Hongkong/Cebu	CX 921	0815 / 1105	水
マニラ⇒シンガポール Manila/Singapore	SQ 915 SQ 917 SQ 919 SQ 921 PR 507 PR 501 PR 509 SJ 803	0740 / 1120 1415 / 1750 1640 / 2020 1830 / 2220 0900 / 1240 1510 / 1850 1940 / 2320 2030 / 0015+1	毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 毎日 金 毎日
シンガポール⇒マニラ Singapore/Manila	SJ 804 SQ 910 SQ 912 SQ 916 PR 510 PR 508 PR 512 SQ 918	0145 / 0530 0930 / 1305 1200 / 1535 1330 / 1725 0040 / 0430 1340 / 1730 1945 / 2325 1925 / 2300	毎日 毎日 毎日 毎日 土 毎日 毎日 毎日
マニラ⇒台北 Manila/Taipei	PR 890 BR 272 CI 702 CI 704	0605 / 0820 1240 / 1455 1035 / 1250 1645 / 1900	火・木・金・土 水・木・金 月・水・金・土 火
台北⇒マニラ Taipei/Manila	PR 891 CI 701 CI 703 BR 271	0920 / 1150 0720 / 0935 1330 / 1545 0920 / 1140	火・木・金・土 月・水・金・土 火 水・木・金
マニラ⇒バンコク Manila/Bangkok	TG 625 TG 621 TG 621 PR 730 PR 730	1945 / 2200 1255 / 1525 1400 / 1630 0855 / 1130 0925 / 1200	火・木・土・日 水・金 月 月・水・木・金・土・日 火
バンコク⇒マニラ Bangkok/Manila	TG 624 TG 620 TG 620 PR 731 PR 731	1430 / 1845 0725 / 1145 0825 / 1245 1230 / 1710 1300 / 1740	火・木・土・日 水・金 月 月・水・木・金・土・日 火

マニラ⇒ジャカルタ Manila/Jakarta	PR 535	2045 / 2355	毎日
ジャカルタ⇒マニラ Jakarta/Manila	PR 536	0045 / 0610	毎日
マニラ⇒クアラルンプール Manila/Kuala Lumpur	PR 525 MH 807	0815 / 1210 1505 / 1900	月・水・金・土 月・火・木・土
クアラルンプール⇒マニラ Kuala Lumpur/Manila	PR 526 MH 806	1310 / 1710 1010 / 1405	月・水・金・日 月・火・木・土
マニラ⇒ソウル Manila/Seoul	SJ 188 PR 468 PR 468 KE 622 KE 624 OZ 704	1300 / 1810 1405 / 1935 1420 / 1935 1220 / 1525 2350 / 0500+1 2355 / 0500+1	木・土・日 日 水・土 日 月・火・水・木・金・土 毎日
ソウル⇒マニラ Seoul/Manila	KE 621 KE 623 PR 469 PR 469 OZ 703 SJ 189	0750 / 1055 1845 / 2205 2035 / 2335 2035 / 2340 1900 / 2235 1945 / 2245	日 月・火・水・木・金・土 日 水・土 毎日 木・土・日
マニラ⇒セブ Manila/Cebu	PR 1841 PR 1845 PR 1847 PR 2847 PR 1849 PR 1853 PR 1859 PR 1861 PR 2863 PR 1863 PR 1863 PR 2867 PR 1867	0410 / 0535 0600 / 0725 0800 / 0925 0800 / 0925 1020 / 1145 1200 / 1325 1430 / 1555 1700 / 1825 1925 / 2050 1925 / 2050 1950 / 2115 2000 / 2125 2115 / 2240 2115 / 2240	火 火 火・水・木・金・土・日 月 毎日 毎日 月・火・木・金・土・日 水・土 月・日 火 水・木・土 月・金・日
セブ⇒マニラ Cebu/Manila	PR 1836 PR 1842 PR 1842 PR 1846 PR 2848 PR 1848 PR 1848 PR 1850 PR 1850 PR 1854 PR 1860 PR 1860 PR 1862 PR 2864 PR 1864 PR 1864 PR 2868 PR 1868	0505 / 0630 0615 / 0740 0625 / 0750 0825 / 0950 1005 / 1130 1005 / 1130 1025 / 1150 1230 / 1355 1240 / 1405 1415 / 1540 1635 / 1800 1645 / 1810 1915 / 2040 2145 / 2310 2145 / 2310 2210 / 2335 2335 / 0100+1 2335 / 0100+1	月 月・木・金・土・日 火・水 毎日 月 木・金・土・日 月 月・木・金・土・日 火・水 月・木・金・土・日 火・水 月・火・木・金・土・日 水・土 月・日 火 水・木・土 金

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) ★Php49,600 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 / 02-7505-8743
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、シャトルサービスにご利用下さい。

クルマを売るなら

TAU

お困りではございませんか？

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

☎ 0081486010827

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

302B Vicente Madrigal Building,
6793 Ayala Avenue, Makati



小林歯科診療所・技工所 KOBAYASHI DENTAL CLINIC & LABORATORY

歯は口を変え
口は顔を変え
顔は表情を変え
表情は人生を創る!

日本語・英語・
タガログ語対応
/当院は完全予約制です。

医療サービス

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

Tel: 02-8852-3622

Mobile: 0917-894-7005(日本語可)

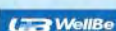
営業時間: 9時~17時 (月曜日曜・祝日休診)

www.kobayashiclinicph.com

kobayashiclinic.lab@gmail.com(日本語可)

利用可能な保険会社:

PRESTIGE INTERNATIONAL
国民健康保険・社会保険



- 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

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

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

Dr. Claver O. Acero Dr. Joseph Neil Acero Dr. Astorvette Acero Vergara Ms. Acero Llanawway
(Philippines & Tokyo, in 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。



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



日本人常駐 年中無休 院内薬局併設

HIBARI CLINIC®
ひばりクリニック



(02) 7001 2597



東京ヘルスリンク

TOKYO HEALTHLINK INC.
MEDICAL and DIAGNOSTIC CENTER

出国前検査証明 発行可能

RT-PCR 検査 はじめました

- 検査費用 P4,030
- 24時間以内に検査結果をメールで通知
- 日本入国用書類の発行

ご予約・お問い合わせは下記まで

☎0917-808-8874

mail: japanese@tokyohealthlink.net

Line: [jp:alabangthi](https://line.me/tv/pjpalabangthi)



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
が受診しやすくなりました。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、
看護士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、一時間でお渡しできます。



抗体検査：P800/人 抗原検査：P760/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 | kobeclinik.ph | toshikobeclinik@yahoo.co.jp
営 9:00~18:00(月-土), 13:00~18:00 (日)

YouTube 行列の出来る日本人医師医療相談所inフィリピン



鍼・指圧マッサージ総合漢方センター

25年間、駐在の皆様の健康維持の
お手伝いに努めてまいりました。

コロナの影響や新規赴任にともなう
生活環境の変化によって、さまざま
な心的・身体的ストレスに起因する
不定形な症状にお悩みの方は多い
と思います。

鍼は痛みの治療だけでなく、西洋医
学ではクリアに対応できない「不定
愁訴」の治療、全身状態の改善に力
を発揮します。当院は当地で唯一、こ
れに対応できる鍼・マッサージを主
に、灸やテーピング、操体など自分
でできる治療法の指導など総合的な漢
方診療をご提供しております。

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) 鍼はごちらへ
(営)13時~20時・予約制(時間外・往診はご相談ください) | (休)なし

ジャパニーズヘルプデスク



フィリピンでの医療受診を安心サポート!!

●対面診療 ●オンライン診療 ●予防接種
●健康診断 ●処方薬配達等 ●PCRテスト



日本人スタッフが院内 JHD オフィスに常駐し、しっかりサポート!!



《マニラエリア》

JHD セブエリアも日本人スタッフが常駐。

マカティメディカルセンター/マカティ 02-7618-9802 (小林)
マニラ日本人会診療所/マカティ 02-7506-7986 (仲山)
セントルークス/グローバルシティ 02-7506-7985 (守)
エイジアンホスピタル/アラバン 0917-819-5461 (英語)

緊急24時間受付 02-8817-1289/日本語可



Rodeo Spa Alabang

アラバンでNO1マッサージ!

Sweedish 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 f RodeoSpaAlabang



Sweet Massage

ホーム&ホテルマッサージ
— 24時間営業 —

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



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



**1時間半
1000ペソ** **OPEN
24 HRS**

**出張マッサージ
Home & Hotel Services**

※写真はイメージ。施術内容は行政の決定をご確認ください。

ANGEL'S REMEDYでリラックス!

SERVICE MAKATI | MALATE | PASAY |
AREAS: MANDALUYONG | ORTIGAS | ALABANG

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

Blue Orchids Spa

マッサージサービスご提供エリア
Quezon City, Mandaluyong, Pasig, Ortigas,
Greenhills, Makati, Pasay and Manila

1時間
P500~P800
2時間以上
ご利用ください。

CONTACT US:
Smart: 0919-288-6179 / 0968-647-3964 0968-608-3446
Globe: 0926-632-3637 0906-469-4775

Wellness Express

PROMO 2HOURS FOR ONLY 900

VENTOSA WITH FULLBODY MASSAGE	90 Minutes	799
HOT STONE MASSAGE	90 Minutes	899
FOOT SPA & FOOT REFLEX	90 Minutes	699
SWEDISH MASSAGE	1 Hour	500
SHIATSU & THAI MASSAGE	1 Hour	500

Contact us at: Tell: 8734 4401
Cell: 09276693558 Globe
Cell: 09692963882 Smart



コロナで運動不足だけど…
運動を続けられるか不安なあなたへ

週1 デイユースキャンペーン

週1回、平日9:00~15:00 でのご利用限定で…

1ヶ月分の会費で (6,400php)
2ヵ月間お試し!!

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

無料体験実施中!
詳細はコチラ →



日本人有資格トレーナーだから
安心して運動を続けられます

自分一人では3日坊主で終わってしまうトレーニングも、
トレーナーさんに教えてもらうことで楽しく続けることが出来ます。
どの部分に効いているのか細かく教えていただき、
意識しながらトレーニングすることで、全身くまなく鍛えられている実感があります。
まだ1か月ですが、身体を鍛えることで心も身体も軽くなりました!
トレーニング以外にもいろいろお話ししていただき、パピーとも遊べて、
ふたりともリフレッシュしています。ありがとうございます!

(M.Hさん)

代謝が良くなって運動をしている実感があります。
1人でやっているのと筋トレのやり方が分からなくてなんとなく苦手意識がありましたが、
週一で通うだけでもそれが払拭されて、今はとても楽しくできているのが嬉しいです。
あとやはり日本人トレーナーさんだと話しやすいですね。

(Y.Kさん)







skin care solutions

UNDERARM
Php 3,400
 per session

PROMO PACKAGE
 of 6+2 for
Php 20,400

Alma Laserの超脱毛(SHR™)

素早く快適に脱毛ができます!

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

下記住所にお越しください。

Unit 1-H, The Grand Hamptons Tower 1, 31st St. corner 2nd Ave., BGC, Taguig City
+63917.4338172 • 8856.6960

222 South Parking Building, SM Mall of Asia, Pasay City
+63917.5980599 • 8556.7272

連載



No.10 これが世界一簡単な?!ダイエット

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

日本にやっと訪れた春を堪能していると同時に、7年ぶりに過ごす冬と夏の間の陽気にどんな服装をしていいかわからないことに戸惑っているボギ金子です。

さて、日本もやっとあったかくなってきました。7年ぶりの日本での生活なので、この季節が移り変わっていく感覚は懐かしいです。気温は20度前後なのでボク的にはタンクトップで十分なのですが、流石に日本の街中でその姿は躊躇しました。ボクにもまだ人の目を気にするというモラルが残っていたようです。当たり前のようにタンクトップでパッと出かけられていたマニラ生活が恋しいです。

仕事の方は、神戸元町でジムの運営とトレーナーをしています。そして5月から神戸の岡本という街で女性専用ジムの新たにオープンし、そちらの運営とトレーナーも兼任します。岡本という高級住宅地で知られる芦屋のすぐそばで、落ち着いた雰囲気がある素敵な街です。そんな素敵な街で、女性専用と謳っているにもかかわらずゴリラみたいなトレーナーがいるジムが受け入れられるかは置いておいて本題に入りましょう。

ボク自身ダイエットを長年行っているので自分の体質は理解しています。ですがそれが他人に当てはまるかと言ったら違います。ですので、『ダイエットを始める』という言葉は、『自分の体質を理解しようとする』ことを始める』と言い換えることが出来ます。

そこで、体質にも千差万別ある中、皆が共通して当てはまるダイエットに有効でそして何より最も簡単に始められることがあります。それは食事の際『よく噛むこと』です。

よく噛む!しっかり噛む!



出来たり、お腹が張っている感覚が1日中あったり、代謝が下がって汗をかかなくなりました。それは咀嚼回数が少ないことに原因があり、噛まないことによって腸に負担がかかり、悪玉菌が発生し腸内にガスを発生させ、また食べたものをうまく消化できないことから栄養も吸収できずに食べているのにエネルギー不足でした。

そこで1口30回と定めて実行した結果、ニキビやお腹の張り、代謝低下が全て改善しました。汗をかきやすくなり食べたものがきちんとエネルギーへと変換されていると実感できます。そして何より食べるのに時間がかかり、結果満腹感が得られます。小学生の保健の授業で習うようなことですが、こんな簡単に始められて自分のカラダにとって良い方向に働かならやらない手はありません。

便秘や下痢で悩んでいる方、ダイエットをはじめようと思うけど一歩踏み出せない方。是非アゴの仕事量を少し増やして腸を休ませてあげてください。その腸からのお返しがあなたのカラダに現れるはずです。

これだ!超簡単に超効果的なダイエット法

昨今、トレーニング法やダイエットの情報が溢れすぎていて、正直何が正しいかわかりません。なぜかという、人はそれぞれ違うから。顔、性格、髪の毛の質が違えば、体質や内臓の性質も異なります。外見は違っても中身は同じなんてことはありません。

前置き長すぎて、結論ショボい感じが否めないですが、マジなんです。

ボク自身、筋肉を大きくするために1日3000kcal食べると定めて食事を摂っていましたが、あまり噛まずに流し込んでいました。すると身体に異変が起こりました。出来たことのない場所にニキビが

執筆者: ボギ金子
 フィリピンで3年間パーソナルトレーナーをつとめてきたラガーマン。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。

 pogi_Kaneko
 Line 2204s



SHARP

PLASMACLUSTER ION 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を!



幅広いシーンでご利用いただけます。

Recommended for Boutique

Air Purifier w/ Dehumidifier
DW-E16FP-W Room Size: 24 sq.m

商店におススメ!
除湿空気清浄機

HIGH-DENSITY 7000

商店におススメ!
カビの発生を抑制

Recommended for Car

Plasmacluster Ion Generator
IG-NX2E-A/B/W Room Size: 3.6 sq.m

車におススメ!
車搭載用イオン発生機

HIGH-DENSITY NEXT

嫌なにおいを消臭!

ヘルメットの消毒にも使用できます。

Recommended for Home/Bedroom

Air Purifier w/ IoT (Internet of Things)
FP-J80EP-H | Room Size: 62 sq.m

家の中・寝室におススメ!
IoT機能付き空気清浄機

HIGH-DENSITY 25000



ホコリやペットのフケを除去し、
お肌をきれいに!

Recommended for Restaurant

Air Purifier w/ Humidifier
KC-G60E-W | Room Size: 50 sq.m

飲食店におススメ!
加湿空気清浄機

HIGH-DENSITY 7000

効率的な稼働

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ィルスと細菌を99.9%除去します。



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 Hospital/Clinic

Air Purifier

FP-J60E-W | Room Size: 48 sq.m

病院・クリニックにおススメ!
空気清浄機

HIGH-DENSITY 25000

空気中の
アレルゲンを抑制

Recommended for School

Air Purifier w/ Mosquito Catcher

FP-GM50E-B | Room Size: 40 sq.m

学校におススメ!
蚊取機能付き空気清浄機

HIGH-DENSITY 7000

病原菌を運ぶ蚊を捕獲

Recommended for Office

Wall Mounted Air Purifier

FU-551KP | Room Size: 40 sq.m

オフィスにおススメ!
壁掛け空気清浄機

HIGH-DENSITY 25000

付着ウィルスを不活性化

Recommended for School

Wearable Personal Ion Generator

IG-NM1-W | 80 cm

学校におススメ!
装着機能付きイオン発生機

HIGH-DENSITY 25000

外出中のウィルス対策に



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](https://www.instagram.com/sharp.ph)

[ph.sharp](https://www.ph.sharp)





Existing beyond time,
for all time.

The Newest Classic
KING SEIKO
— Reborn in 2022 —

SEIKO
SINCE 1881

STORE LOCATIONS:

MAKATI: G1-125 Glorietta 1, Ground Flr., Ayala Center,
Makati City Tel No.: (632) 7621-1522

QUEZON CITY: WB 206 SM City, North Ave, corner Edsa,
Quezon City Tel No.: (632) 8929-3097

PARAÑAQUE: Unit 2263-10, Second Floor Ayala Malls Manila Bay
Macapagal Blvd cor. Aseana Avenue, Parañaque Tel No.: (632) 7916-7699

TAGUIG: 2nd Floor SM Aura, Bonifacio Global City, Taguig
Tel No.: (032) 8242-9499

MANDALUYONG CITY: 5th Floor, 5116-B SM Megamall, Brgy. Wack-wack
EDSA Mandaluyong City Tel No.: (632) 8942-6245

CEBU: Lower Ground Floor, SM City Cebu North Reclamation Area, Cebu City
Tel No.: (032) 414-2579

Stall 230 Level 2 Ayala Center, Cebu Business Park, Cebu City
Tel.: (032) 415-6133

3rd Level, SM Seaside, South Road Properties, Cebu City 6000
Tel.: (032) 255-0424

住居も店舗も!快適に!

日本品質・ローカルプライスのお掃除サービス

プライマー購読者様 限定 割引キャンペーン

ご好評につき、6月30日まで

全サービス10%割引継続!

「プライマーを見た」とお申し付けください。

ペストコントロール(害虫、ネズミなどの駆除・制御)も受付中!

OUR SERVICES

PRICES

●住居・コンド・オフィス・飲食店清掃

①エアコン清掃(ケミカル+高圧洗浄)※室外機含む

P1,320(窓タイプ)~

②しっかり清掃(グリーストラップなど無料オプション付き)

P3,168~(P52.8/SQM)

③ポストコンストラクション(退居時・入室前清掃)

P3,630~(P60.5/SQM)

④ハウスキーピング(通常清掃)

P1,000(2時間コース)

⑤ソファ/マットレス/カーペット洗浄

P660~/アイテム

⑥車内洗浄+ヘッドライトポリッシング

P2,750~

⑦グリーストラップ機の洗浄

P550/1機

⑧フロアポリッシング(ワックスかけ)

P45(P33)/SQM

⑨ペストコントロール(害虫、ネズミなどの駆除・制御)

無料でお見積りいたします。

●レストラン・飲食店用 スペシャルクリーニング

①キッチン清掃(床・コンロ・水回りなど)

P90/SQM

②レンジフード掃除(油・汚れの除去)

P1,100Php/SQM

※その他のお掃除もご相談ください。別途お見積りいたします。

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)

お掃除コラボ 「相撲茶や関取」& 「EZY LIFESTYLE」



コラボ
レストラン様
募集中

お客様スペースを中心にお掃除をしていただきました。エアコンの効きも良く、床は驚くほどきれいになりました!有難うございました。(マージ店長)



SEKITORI
SUMO CHAYA JAPANESE RESTAURANT

☎ 02-8816-7608
8894-3876

コラボ第2弾は、マカティリトル東京の「関取」様にて客間のお掃除とペストコントロールをさせていただきました。清掃後に、ご友人の方に紹介・宣伝までしていただきました!ご満足いただき、うれしい限りです!

ぜひ「関取」様にお越しください!(EZY 野田)



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



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. 11

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ども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

こどもが「離れたくない」と泣く理由

弊園では、3年ぶりに入園式を行うことができました。1年8カ月のオンライン授業を経て、やっと開催できた入園式に感慨深い気持ちになりました。4月は、日本の保育園・幼稚園にとって、とても大切な月です。職員は、園児と触れ合いながら、信頼関係を築くことに努めます。弊園でも遊びの時間を通常より多くし、職員が遊びに加わりながら、園児とコミュニケーションを深めました。

また、4月から初めて登園する園児もたくさんいます。もちろん、保護者とお別れの時に泣き出してしまいう園児もいます。保護者からは、「先生、ご迷惑かけてすみません。」とお詫言の言葉をいただいているのですが、職員の立場からすると、保護者との関わりがしっかりとできているのだから、と微笑ましく思っています。

こどもが保育園・幼稚園の前で「保護者と離れたくない」と泣いてしまうのは、アタッチメント※1という情緒的な結びつきが保護者との間で形成されているから

です。アタッチメント（愛着）とは、こどもと養育者の間にある深い愛情をもとにした心と心の絆のことです。園の前で泣いてしまいう園児は、安心・安全を感じることができる保護者がいなくなること、不安な気持ちになるから泣いてしまうのです。それは、保護者からたくさんの愛情がそそがれていることの表れだとも言えます。



アタッチメントは、日々のこどもへの親密な関わりを積み重ねることで形成されます。例えば、泣いているこどもに、「泣いちゃダメ」と声を掛けるのではなく、「どうしたの?」とこどもに寄り添い、抱きしめてあげることでアタッチメントは育まれます。

幼児教育の分野では、こどもにアッ

チメントが形成されているかどうかは、非常に重要なことだと考えられています。なぜなら、アタッチメントが形成されているこどもには、「自分は愛されている存在だ」という自己肯定感も育まれるためです。自己肯定感、前向きな気持ち・好奇心・協調性・やり抜く力といった非認知能力※2の土台になります。

園の前で泣いてしまいう園児も、しばらくすると、「行ってきま〜す!」とケロッと挨拶して登園するようになります。それは、心の成長とともに、保護者と一時的に離れていても、アタッチメントを維持できるようになるからです。アタッチメントがしっかりと形成されれば、離れていても愛情を感じることができるのです。逞しく成長するこどもを見て、今度は保護者の方が寂しくなってしまうかも知れませんね…。

※1アタッチメント（愛着） イギリスの精神分析家ジョン・ボウルビーがアタッチメント理論を提唱したことがはじめ。

※2非認知能力 点数や指標などで明確になる「認知能力」とは異なり、こどもの将来や人生を豊かにする一連の能力のこと。たとえば、やり抜く力、目標に向かって頑張る力、自制・自律性、自己肯定感、他者へ配慮、コミュニケーション能力、論理的な思考力などが該当する。

元気に開園中!

■ 2022年度募集園児 ■

3歳児（2018.4.2生～2019.4.1） 4歳児（2017.4.2生～2018.4.1）
5歳児（2016.4.2生～2017.4.1）

※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。

2022年度
入園申込
2月から受付開始

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。



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 コミュニティーを広げ、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ー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

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
に聞ける便利です。英文の音読は、家族の前などでは少し
恥ずかしく、一人の時に聞いています。



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

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](https://line.me/tv/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。

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!



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

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



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

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-learning.com 0917-8124134

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。

JICA支援の高性能大型巡視船1番船が就役 三菱造船製でヘリ用設備も装備、2番船も到着へ

三菱重工グループの三菱造船(本社：横浜市西区)がフィリピン運輸省(DOTr)より受注して建造した大型の多目的対応船(大型巡視船)2隻のうち、1番船の命名・就役式典が、5月6日に開催された。船名は対外抵抗運動のヒロインにちなんで「BRPテレサマグバナア」と命名されている。2番船についても、5月中旬にマニラへ到着、9月頃に命名・就役式が開催される予定である。

5月6日にマニラのフィリピン沿岸警備隊(PCG)本部において開催された1番船命名・就役式典は、DOTrのアーサー・ツガデ大臣が主導、PCG幹部、越川和彦駐フィリピン日本国大使、国際協力機構(JICA)フィリピン事務所の坂本威午所長らが出席した。

この多目的対応船は、PCGに配備され、荒天時の救難活動や沖合・沿岸域での巡回業務において重要な役割を担う。長さ約96.6メートル、最大速力24ノット、4,000海里以上の航続距離能力を有するほか、排他的経済水域(EEZ)を監視する能力を持つ通信設備やヘリコプター用設備、遠隔操作型の無人潜水機、高速作業艇など、海洋状況の把握と海事法執行活動に必要な装置や機器を装備している。フィリピンのEEZや公海における海難事故や海上犯罪への迅速な対応能力の向上に寄与する。

この多目的対応建造資金は、2016年10月に調印された「フィリピン沿岸警備隊海上安全対応能力強化計画(フェーズ2)」での円借款供与(供与限度額：164億5,500万円、金利：年0.1%、償還(据置)期間：40年[10年の据置期間を含む]、調達条件：日本タイド)のもとで調達。

なお、日本は、フィリピンの海洋安全対応能力強化を多面的かつ継続的に支援してきている。2013年12月に調印された「フィリピン沿岸警備隊海上安全対応能力強化計画(供与限度額：187億3,200万円)で、PCGに巡視船(全長44メートル)10隻供与を決定、2016年8月に引き渡しを開始され、2018年8月に10隻目の引き渡しが完了した。また、「経済社会開発計画」のもとで、13隻の15メートル級高速ゴムボートもPCGへ無償供与されている。また、2017年から2018年にかけては、海上自衛隊練習機「TC-90」5機のフィリピン海軍への引き渡し(移転)も行われた。さらに、航行安全の向上のため、沿岸無線

通信整備、灯台・浮標等の修復・増設、航路標識施設船供与なども行っている。

技術協力プロジェクトでは、「海上保安人材育成プロジェクト」、「海上保安教育・人材育成管理システム開発プロジェクト」、「海上法執行実務能力強化プロジェクト」などを通じ、PCG職員の教育システムの構築や法執行・船舶運航に関する教育訓練プログラムの開発・強化に取り組んできている。また、日本国内においては、JICAと海上保安庁などの協力によるフィリピンを含む各国の海上保安機関向けに、海上犯罪対処能力、海難事故・油流出事故への対応能力向上などのための各種研修が継続的に実施されている。

東急建設と飛鳥建設、マニラ地下鉄建設を受注 SM系メガワイドと連合、オルティガス2駅とトンネル工事

フィリピン初の地下鉄プロジェクトである日本支援の「マニラ首都圏地下鉄事業(マニラ地下鉄)フェーズ1」建設が始動しつつある。

フィリピン運輸省(DOTr)鉄道セクターは、4月22日、マニラ地下鉄フェーズ1建設パッケージ104に関して、東急建設、飛鳥建設、メガワイドコンストラクション(メガワイド、証券コード：MWIDE)の3社連合に、落札通知を送付した。

パッケージ104は、オルティガスノース駅とオルティガスサウス駅の2駅舎建設、両駅舎を結ぶシールドトンネル工事で構成される。落札額は約132億6,130万ペソと約112億2,750万円(約44億9,000万ペソ)、合計約177億6,100万ペソである。なお、メガワイドは、フィリピンの有力財閥SMグループ傘下の大手建設企業である。

マニラ地下鉄フェーズ1は、深刻な交通渋滞の緩和を目的に計画されたもので、首都圏北部バレンスエラとアキノ国際空港が位置する南部ウエスタンビクターランを結ぶ32.4キロメートルの地下鉄区間に、17駅舎と1車両基地を整備するというものである。JICAが、マニラ地下鉄事業フェーズ1第1期を対象として1,045億3,000万円、第2期を対象として2,533億700万円を限度とする円借款貸付契約を締結済みである。

既に、清水建設、フジタ、竹中シビルエンジニアリング、コーチェン

since 1987
基 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
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 プライマーかね基と検索!

営業時間 平日 9時~17時/土曜 9時~12時

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

クルマを売るなら



お困りではございませんか?

- ✓ 帰任や異動が決まり、車を処分したい
- ✓ 車を売りたいけど、信頼のおける会社に販売したい
- ✓ 個人情報の処理など、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処理が心配
- ✓ 事故や故障をしてしまい、修理せず売却したい

☎ 0081486010827

株式会社タウ 海外営業部 渡辺万理

Email: manila@tau.co.jp https://www.tau.co.jp/



302B Vicente Madrigal Building,
6793 Ayala Avenue, Makati

コ財閥傘下のフィリピン有力建設企業であるEEI(証券コード: EEI)で構成される4社連合が、3駅舎(タンダンソラ駅、キリノハイウェイ駅、ノースアベニュー駅)と1車両基地、それらを結ぶ3区間のシールドトンネル工事を計1,040億円を受注している。

2020年12月には、住友商事及び総合車両製作所(J-TREC)がマニラ地下鉄向け車両240両を575億円で受注。更に、2022年2月には、三菱商事がマニラ地下鉄向け鉄道システム一式(軌道、信号・通信設備、受電設備、電車線、自動改札機、ホームドア等)の設計・製造・据付けを1,400億円を受注している。

セブ・マクタン第3橋梁道路(8.9キロ)、4月30日開通 料金: 乗用車等90ペソ~大型トラック等270ペソ

セブ・マクタン第3橋梁プロジェクト(第3橋梁プロジェクト)の民間側の事業主体であるメトロ パシフィック トールウェイ(MPTC)は、セブ コルドバ リンクエクスプレスウェイ(CCLEX、全長8.9キロメートル)が、4月30日午前5時08分に開通と発表した。CCLEXの開通式は4月27日に開催済みであり、ドゥテルテ大統領が開通式を主導した。

第3橋梁プロジェクトは、第1橋梁と第2橋梁がセブ島とマクタン島間の水路が最も狭くなっているマングラウエ市とマクタン島を結んでいるのに対し、マングラウエ市の南のセブ市とマクタン島の南側のコルドバ町を有料高速道路CCLEXで結ぶというものである。既存の第2橋梁から橋から約7.5キロメートル南西の地点で、2018年からPPP方式で建設されている。総工費は300億ペソとされている。MPTCはセブ市やコルドバ町と合併でセブ コルドバ リンク エクスプレスウェイ会社(CCLEC)を設立、プロジェクトを推進してきている。

地方通行料規制評議会(LTRC)によって承認されたCCLEXの通行料金は、クラス1(乗用車、バン、ジープニー、バイク等)90ペソ、クラス2(中小型トラック、バス等)180ペソ、クラス3(大型及び多車軸のトラック・トレーラーなど)270ペソとなっている。なお、バイクについては、当面は4000CC以上のみが通行可能、7月までに125~399CCのバイクの通行が可能となる。125~399CCのバイク通行料金は今後決定される。通行料は、全面的に自動料金徴収システムによる支払いとなるが、5月末までは現金での支払いも可能である。

このように、第3橋梁プロジェクトは完工したが、渋滞が激しいマングラウエ市とマクタン島を結ぶ新たな橋梁建設の必要性は一段と高まっており、第4橋梁建設構想が浮上、JICAは2019年3月発表の「メトロ・セブ都市交通システム開発マスタープラン」を発表、マングラウエ市の埋立地から沿岸に沿って6.2キロメートルのマングラウエ沿岸道路、そこから分岐してマクタン島ラブラブ市の輸出加工経済区に直結する橋梁を第4マクタン橋として整備することを提案した。そして、2020年6月、フィリピン政府との間で、セブ・マクタン橋(第4橋)及び沿岸道路建設事業借款契約(金額: 1,192億2,500万円)に調印するに至った。

模型のタミヤ、セブに20億ペソで新工場建設 海外唯一の製造拠点の生産能力20%増強へ

プラモデルやラジコンモデルの大手である株式会社タミヤ(本社: 静岡県駿河区)は、フィリピンのセブの製造子会社「タミヤ フィリピン」(本社工場: セブ・マクタン島特別輸出加工区)の生産能力増強のために20億ペソを投資する。これまで、投資額は15億ペソなどと報じられていたが、20億ペソに達する見込みである。

4月26日付けフィリピン通信社(PNA)報道によると、フィリピン貿易産業省(DTI)は、4月26日、「タミヤの田宮俊作会長兼社長は、タミヤ フィリピンがセブ ライトインダストリアルパークに新工場を設置するという報道を確認するとともに、そのための投資額は20億ペソと表明した」と発表した。

タミヤ製品は、新型コロナウイルス禍による巣籠り需要もあって堅調に推移している。製品によっては、20%以上の伸びを見せている製品もあることから、セブでの生産能力増強決定に至った。タミヤ フィリピンのセブ・マクタン島特別輸出加工区の工場は、現在タミヤの唯一の海外製造拠点であり年間輸出額は2,400万ドル、タミヤ全体の輸出額の80%を占めている。面積は約4万平米、従業員数は約1,200名。

建設が決定された新工場は2023年9月完工予定、全体の生産能力を20%増加させる。また、300人の追加雇用につながるとのことである。DTIのラモン・ロペス大臣は、「タミヤは、フィリピンで約30年間事業展開している。新型コロナパンデミック禍にもかかわらず拡大計画を進めていることは、フィリピン人雇用の質や効率性への信認のあらわれである」とコメントした。

フィリピン経済・金融・投資情報

独自情報がメルマガから簡単に入手できます。

定期購読や試読はwcl@pheconomist.comが

情報サイト<https://pheconomist.com/>

伊佐治 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。



大手日系企業様 導入実績多数

N-PAXのITソリューションとサービスで グローバルビジネスの勝者へ

人事勤怠給与システム

人事におけるエンドツーエンドプロセス採用から退職まで対応



フレキシブルなシステム設定により様々な就業規則に対応

導入からサポートまで経験豊富なチームが対応

BIR・DOLEなど各種定型帳票出力対応

mcframe GA グローバル経営管理ソリューション

グローバル企業のための
海外現地法人を支える会計

欲しい経理情報を
直感的に可視化し
経営判断をサポート

ノンカスタマイズ・短納期で
導入コンサルが強力に支援

25ヵ国・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種
で管理が複雑
●エクセルなどレポート作成が
目的になっている
●特定時点の過去の情報しか
把握できない

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

N-PAX Philippines, Inc (エヌパックス)

購買・販売・在庫システム

BI・データ分析

会計システム

DX・IoTシステム開発

人事勤怠給与システム

sales@n-pax.com (担当: 伊藤)

WWW.n-pax.com WEBはこちら



業界別 企業紹介

法律事務所

会計事務所

Momo-o, Matsuo & Namba | 桃尾・松尾・難波法律事務所



企業法務に精通したあらゆるニーズに
社会・経済情勢の変遷に応じて対応します。



弊事務所は、1989年4月に現在のネーミングパートナーである3人の弁護士を中心に発足した事務所です。渉外、企業法務及び訴訟を中心とするそれまでの経緯を踏まえ、依頼者のニーズに的確に応え、依頼者から真に信頼される事務所になることを目指してスタートしました。その後、弁護士に対する企業の需要が拡大する中で、かつ、社会・経済情勢の変化に応じて変遷する依頼者のニーズに応じて、弊事務所も、幅広い分野において、高い専門性と豊富な景觀に基づき、依頼者に対してきめの細か

いリーガルサービスを提供して参りました。また、弊事務所は国際的なローファームのネットワーク、interlawの日本における唯一のメンバーです。特に、進出需要の伸びているアジア地域における依頼者に対する法律業務の提供に力を入れており、フィリピンにおいては同じくinterlawのメンバーである、Quasha, Ancheta, Pena & Nolasco法律事務所と協働して日系企業に対するフィリピン法関連業務を提供しており、日本、フィリピンのいずれにおいてもご相談に対応させていただいているほか、中国律師をチームに加えた中国法チームを設置し、また、ベトナムやタイにおいても現地法律事務所と緊密に協力して、シームレスな対応を提供できる体制となっております。

【担当者メッセージ】

弊事務所では日本の法律事務所によるサービスをフィリピンにおいても信頼できる法律

法律事務所

国内・渉外企業法務一般(M&A、進出業務、独禁法、知的財産法、紛争解決(訴訟及び仲裁)、コーポレート・ガバナンス、事業再生等)

日比双方で
対応可能

労務問題

知財

事務所と提携することにより提供することをモットーとして行わせていただいております。ご相談につきましては日本でも、フィリピンでも対応させていただけますので、お気軽にご相談いただければと思います。

☎ +813-3288-2080 (事務所代表)

✉ mmn@mmn-law.gr.jp

🌐 <https://www.mmn-law.gr.jp/>

担当者: 上村真一郎

所在地: 東京都千代田区

詳しくはこちらから
ご覧ください↓



GVA TNY Consulting Philippines, Inc. | ジーヴィエー・ティーエヌワイ・コンサルティング・フィリピン



フィリピン特有の経営課題も、
海外の各拠点を含む課題も相談できる

業務範囲	外国法令調査	国際訴訟・国際仲裁	海外子会社管理/一般企業法務
	→ 海外企業との立派な → 契約書の現地法との整合性確認 → 労務関係調査 → 現地事業運営上の法令チェック → 各法人の個人情報保護法対応 → 取引相手の信用調査	→ 海外における債権回収 → 外国企業との国内紛争 → 海外における訴訟紛争 → 国際仲裁による紛争解決 → 国際取引による紛争解決 → 紛争予防のための契約書	→ 各種契約書の作成/レビュー → 自社規程のリーガルチェック → 合併・買収のリーガルチェック → 合併・買収のリスク分析・管理 → コンプライアンス体制構築支援 → 情報管理・セキュリティ支援 → 内部通報制度構築支援

GVA TNY Consulting Philippines, Inc.は弁護士法人GVA法律事務所とTNY国際法律事務所が合併で設立したグローバルコンサルティングファームです。GVAとTNYそれぞれのグループが有する東京・バンコク・マニラなど計10拠点のネットワークを用い、コンサルティングサービスを提供しております。

現在、上場企業から中小・ベンチャー企業、個人のお客様(セブ地域を含む。)まで幅広く対応させて頂いております。

法律業務に関しては、フィリピン弁護士事務所DLC Law Office(代表弁護士Vann dela

Cruz)が担当します。弊社は翻訳・法的課題についての方針や戦略決定などについて日本法弁護士としてサポート業務を行っております。弊社代表日本法弁護士金子知史は、DLC Law Officeのジャパンデスクを統括しております。グローバル、そしてフィリピン国内におけるDLC Law Officeとの連携体制を構築することにより、日本法に関する課題とフィリピンその他の地域に関する課題をワンストップで解決可能な体制を整えております。

【担当者から】

弁護士登録(日本法)以来、渉外法務、特にフィリピンに関する案件に力を入れて、多くの顧問先等のお客様をサポートさせて頂いております。2019年に、所属する弁護士法人GVA法律事務所及びTNY法律事務所の合併の形で、GVA TNY Consulting Philippines, Inc.を設立し

弁護士事務所

進出法務・新規ビジネス構築・各種役員就任・M&A・コーポレート・ガバナンス・個人情報・外資規制その他

10拠点の
ネットワーク

親身で迅速な
対応

スムーズな
問題解決

代表取締役役に就任しました。私自身がフィリピンで事業の立ち上げを行っていることもあり、できる限り事業の目線にたったスムーズなアドバイスを心がけております。

☎ +81-3-6712-7525 (日本語) /
+63-917-538-9360 (英語)

✉ c.kaneko@gva.ph

🌐 <https://gvalaw.jp/offices/philippine>

🐦 twitter.com/gvatny_ph

代表者・担当者 金子知史
(日本法弁護士・大阪弁護士会所属)
所在地: Salcedo Village, Makati

詳しくはこちらから
ご覧ください↓



今回のビジネス特集はフィリピンのビジネスに役立つ法律事務所・会計事務所のご紹介です。
またJETROコラムは、ビルドビルドビルドの振り返りです。WEB版と合わせてご覧ください。

T&K Partners | T&K法律事務所

T&K Partners 現地での問題意識、日系企業の目線で ワンストップのリーガルサービスを提供



当事務所は、2016年に、各分野を専門とする弁護士が日本の大手事務所から独立して設立した事務所で、想定を超えた法律問題に対応するための柔軟な発想及び案件の全体を見渡す広い視野をもち、解決策を導き出す、解決型の法律事務所です。

国内法務における豊富な経験に加えて、海外法務にも広く対応しています。特に、フィリピン法務については、当事務所の所属弁護士は、2013年から6年間にわたりフィリピンの現地事務所に所属し、パイオニアとして、フィリピンに

常駐する日本人弁護士による日本語での日系企業サポートサービスを開拓、発展させてきました。現地事務所とスムーズに連携しながら、現地ならではの問題意識、日系企業の目線を踏まえて、ワンストップでの日本語によるリーガルサービスを提供しています。

サービスの提供にあたっては、日本企業の皆様にとって実効的な解決となるよう、現状を把握した上で、将来の問題発生を未然に防ぐために、積極的に課題を発見し、改善策を提示しています。

【担当者から】

フィリピンでは日本の常識が通じず、日々の生活面、ビジネス面ともに、思い通りにならないことが多いと思います。当事務所は、現地ならではの感覚を生かしつつ、日本語かつ日本のクオリティで、皆様の抱える法律解決のお手

弁護士事務所

会社設立、M&A、合併会社の設立、撤退、労務問題、知的財産権の登録・侵害対応、現地当局との折衝、各種申請手続代行等

フィリピン法務

日本語での
日系企業サポート

経験豊富な
日本人弁護士

伝いをさせていただいております。少しでも気になることがあれば、問題が大きくなる前に、まずはお気軽にご相談ください！

☎ +81-3-6265-4739 (担当直通)

✉ okazaki@tandkpartners.com

🌐 https://tandkpartners.com/

担当者：岡崎友子(弁護士)

所在地：東京都千代田区

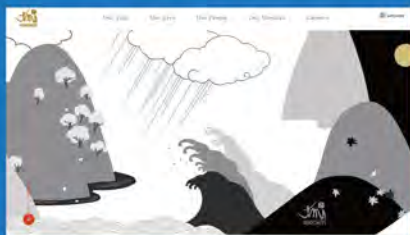
詳しくはこちら
をご覧ください↓



TMI Associates | TMI総合法律事務所



日本発、グローバル総合法律事務所。フィリピンの 有力法律事務所弁護士とともに課題解決します。



TMI総合法律事務所は、日本発のグローバルな総合法律事務所として発展を続けており、日本企業の海外での活動を法務面からサポートするため、現在15の海外拠点を有しています。

フィリピン現地デスクは、2022年から常駐者を2名に増強させ、フィリピン滞在歴7年の日本法弁護士(フィリピンのロースクールを卒業しています。)を中心に、弊所各拠点の弁護士その他の専門家、フィリピンの有力法律

事務所の弁護士とともに案件に応じたチームを組んで皆様の課題解決に取り組んでいます。

フィリピンの法制度は、多くの法令が複雑に入り組んでいること、法律に書かれていることと実際の運用が異なることがままありますが、フィリピン現地デスクにおいては、これまでの多数の取扱案件から得られた豊富な知見を基に、ビジネスを円滑に進行するお手伝いを心がけています。

【取扱案件】

現地進出、投資、M&A、労務、現地法人運営、不正調査、コンプライアンス対応、個人情報保護、知的財産、紛争解決(民事及び刑事)、税務、個人の資産管理及び相続等

【担当者から】

「いつ何を弁護士に相談するべきかどうか

弁護士事務所

現地進出、投資、M&A、労務、現地法人運営、不正調査、コンプライアンス対応、個人情報保護、知的財産、紛争解決(民事及び刑事)等税務、個人の資産管理及び相続等

グローバルな総合
法律事務所

フィリピン
現地デスク

日本法弁護士
在籍

わからない」というご意見を時折耳にしますが、皆様と一緒に問題点を見つけ出すことも我々の大事な業務ですので、どうぞお気軽にお声がけください。

☎ +81-3-6438-5511 (代表)
+63 917 549 1414 (フィリピン直通)

✉ mdan@tmi.gr.jp

🌐 https://www.tmi.gr.jp/

担当者：團雅生

所在地：Rockwell Center Makati

詳しくはこちら
をご覧ください↓



産・消費

美容・ファッション・医療

学習・資格

ビジネス

業界別 企業紹介

法律事務所

会計事務所

Japan Quality Business Solutions Inc.

ジャパンクオリティビジネスソリューションズ



フィリピンの会計・税務に精通した 日本人スタッフがビジネスをサポート



弊社のメインビジネスは、会計、税務、給与計算及び、周辺の各種行政手続きに関するサービスです。現在は日本人が3名常駐しており、いずれも日本、及び、フィリピンの会計、税務の分野において、実務経験がある日本人が対応しています。また、フィリピン人スタッフについても、会計、税務サービスにおいては必ずCPA保有者をメイン窓口にしておりますので、専門的なやりとりもスムーズに行うことができます。

弊社の強みは、日本の会計・税務の分野で実

務経験を積んだ日本人専門家が対応窓口になっている点です。特に、日本とフィリピン間での取引については、両国で直接サポートできる体制を整えています。

フィリピンの会計や税務はルールが曖昧な点が多く、各種の意思決定の場面において、非常に悩まれるケースが多いかと存じます。

弊社では法的な理論を踏まえつつ、お客様の直面する実務上の問題をとにかく解決できるようサポート・アドバイスをさせていただくことを心がけています。また、フィリピンでのビジネスがうまくいくよう実務家としての私たちの経験等がお役に立てますと嬉しく思います。

【担当者から】

フィリピンと日本の会計税務において、経験豊富かつ専門家としての人材が揃っている点が弊社の大きな強みだと考えております。弊社の

会計事務所

税務/会計、国際税務/税理士/税理士法人、会社設立/法務/弁護士/法律事務所等
●就労ビザ/ビザ申請●進出支援等

実務経験豊富な日本人駐在

CPA保有者が窓口担当

フィリピンビジネス実務家に相談可能

サービスを通して、皆様のフィリピンでのビジネスの支えとなるよう尽力して参ります。

☎ 0917-598-3836 (セールス直通)

✉ inquiry@jqb-solutions.com

🌐 https://jqb-solutions.com/

📱 Japan-Quality-Business-solutions-Inc

代表者: 金光 淳規

担当者: 佐藤 健一

所在地: Salcedo Vill, Bel-Air, Makati

詳しくはこちらから
ご覧ください↓



Fair Consulting Group Philippines, Inc.

フェアコンサルティング・フィリピン



日本発の会計事務所系グローバルコンサルティング ファームで品質高いソリューションを提供



フェアコンサルティンググループは日本発の会計事務所系グローバルコンサルティングファームです。世界17ヵ国/地域、29のグローバル拠点(※2022年5月現在)に直営の事務所を設け、日本人会計士などの専門家を配置しております。海外各国の様々な課題に対して、一つのご契約でまとめてカバーします。また、現地日本人公認会計士等による日本語による対応が可能です。

【専門性】

全拠点において、日本人公認会計士や現地国税当

局出身者等の高度な専門家が多数在籍しており、日本語で現地における会計・税務の専門的な対応を行います。フィリピンにおいても、日本人とフィリピン人の経験豊富な会計士複数名を擁し、日本的観点を保持しながら現地の専門的課題に対応し得る、品質の高いソリューションを提供しています。

【直営】

グローバル拠点は提携先ではなく、フェアコンサルティング直営拠点です。フランチャイズ的経営ではないためグループ内の縦横の繋がりが強固であり、複数か国にわたるプロジェクトでクロスボーダーチームを組成するなど、直営ならではの水準・スピードで対応致します。必要に応じて日本のご本社とのコンタクトも容易です。

【M&A やシステム導入のソリューション】

日本などの主要拠点には、M&A アドバイザリーやシステムソリューションのチームを配置。会計事務

会計コンサルティング

進出支援コンサルティング、会計・税務コンサルティング、人事・労務コンサルティング、各種プロジェクト支援業務

世界17ヵ国/地域・29の拠点

高度な専門家が多数在籍

直営ならではの水準・スピード対応

所系としての会計・税務の対応のみならず、様々なソリューションでフェアコンサルティンググループは支援いたします。

☎ +632-8832-5408 (セールス直通)

✉ yo.sugiyama@faircongrp.com

🌐 https://www.faircongrp.com/offices/manila/

担当者: 杉山 陽祐

所在地: Gil J. Puyat Ave, Makati

詳しくはこちらから
ご覧ください↓



Offshore CAD & Management Inc. | オフショア・キャド・アンド・マネジメント

Offshore Management

オフショア マネジメント

渡航をせずに会社設立から採用、
運営、税務申告までサポートします。

中小企業の皆様へ

フィリピンに渡航しないで、
日本にいなから
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、拠点運営も十分可能ですのでご相談ください。

2007年にマニラのMAKATIに設立。IT系の日系企業を中心に、会計周りのサービスを提供しています。ワンタイムサービスとしては法人の設立、ビジネスパーミット取得、労働ビザ取得などを行い、毎月のサービスとしては、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、拠点運営も十分可能です。実際に多くのお客様が完全リモートで拠点運

営をしております。

フィリピンの役所周りのことで疑問点、不明点があればChatwork、Skype、LINEなどでお問い合わせいただければすぐにお返事いたします。毎月の会計費用に若干の追加費用をお支払いいただくだけで、ほぼ全ての役所および銀行関係の手続きを代行する、『事務のサブスク』もごございますので、小規模な事業者様であれば事務担当を採用せずに運営が可能です。

また、私どもが提供するサービスはすでに価格が決まっており、常に明細会計を心がけております。ご契約の無い方でもサービス費用一覧をサイトからダウンロードできます。私自身、現地に日本人を一人も駐在させずに30人のローカルスタッフを5年以上マネジメントしておりますので、そのあたりでお悩みの経営者の方は、色々なマネジメント法につい

会計事務所

税務/会計/会社設立/法人設立/就労ビザ/ビザ申請/進出支援/コンサルティング/許認可/ライセンス取得等

実務経験豊富な日本人駐在

CPA保有者が窓口担当

フィリピンビジネス実務家に相談可能

てお力になれるかもしれません。

いざやってみると経営難易度が高いと言われるフィリピンではありますが、不平不満を言っても始まりません。『傾向を知り、対策を打つ』を共に実践していきましょう。

☎

info@offshorecad.com.ph

http://www.offshore-management.com.ph/

代表者：林 秀生

担当者：林 秀生

所在地：Ayala Ave., Makati

詳しくはこちらから
ご覧ください↓4時間以上お待たせしません
ご質問は、メール、Skype、LINEにて、
随時、お答えいたします。
※契約中のお客様に限りです

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。

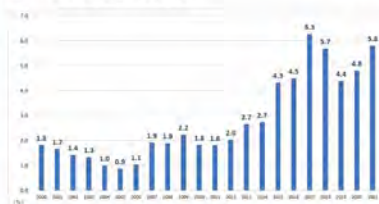
ビルド・ビルド・ビルドを振り返る

ドゥテルテ政権は、政権の重点政策として10のアジェンダを挙げました。その中で、「GDP5%相当のインフラ支出」を行い、「インフラの黄金時代」を築き上げる、通称「ビルド・ビルド・ビルド」は同政権の最重要政策の1つと位置付けられてきました。今回はビルド・ビルド・ビルドの概要について、政策の振り返りも含め説明します。

(1) インフラ支出の水準について

インフラの水準が低いことは、フィリピン経済の脆弱性の1つとして従前より

図1:インフラ支出の対GDP比



図(出所)「フィリピン開発研究所(PDS)、『Review of the Build, Build, Build Program Implications on the Philippine Development Plan 2017-2022』(2020)や各種報道よりJETRO作成。

問題視されてきました。例えば、2005年に発表された世界銀行のレポートにて、フィリピンでは十分にインフラが整備されておらず、経済成長や貧困削減を実現する上で大きな制約となっているとしています。

2000年からドゥテルテ政権成立する2016年まで、インフラ支出の対GDP比が5%台に達することはありませんでした。ドゥテルテ政権が目指した「5%」は過去政権の実績からするとかなり高い目標であったと言えます。

前アキノ政権では、民間企業と公共機関が連携して公共サービスを提供するPPP(官民連携)を目玉政策としていました。一方、ドゥテルテ政権では一般政府歳出やODA借款からの資金拠出を重視し、政府が主導してインフラ投資を行うことを目指しました。その理由として、PPPと比較して、一般政府歳出やODA借款による資金拠出の方が

より迅速にインフラ投資を実行できるとドゥテルテ政権が考えていたことが挙げられます。結果として、ドゥテルテ政権成立以降、4~6%台の高い水準でインフラ支出が行われました。

(2) 旗艦プロジェクトについて

ビルド・ビルド・ビルドの中で、特に優先度の高い案件については「旗艦プロジェクト」としてフィリピン国家経済開発庁(NEDA)がリストを公開しています。2017年には75件のプロジェクトが掲載されていましたが、その後、掲載案件のリバイスがあり、2021年5月時点のリストでは112件まで増大しています。また、2017年のリスト掲載案件全体のコスト総額は1兆6,000億ペソ(約4兆円、1フィリピンペソ=2.5円)でしたが、2021年のリストでは4兆7,000億ペソまで増加しています。112案件のうち、2022年1月3日時点で8件が完成、77件について建設が進行中、27件について計画が進行中と発表さ

JETRO

日本貿易振興機構(ジェトロ)

吉田 暁彦さん

Mr. Akihiko Yoshida

日本貿易振興機構

(ジェトロ)マニラ



れています。

旗艦プロジェクトを分野別に分けると、輸送・モビリティが76件であり、旗艦プロジェクト全体の67.9%を占めています。その他の案件として、都市開発12件(10.7%)、水資源10件(8.9%)、ICT8件(7.1%)、健康4件(3.6%)、電力・エネルギー2件(1.8%)と続きます。

(以下WEBへ続く)

きになる(3)今後の課題についてはwebをご覧ください。



https://primer.ph/business/

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、ビジネス周辺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烈伝 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86回『小売業自由化法の施行規則』



今月の事例

Q.小売業自由化法の改正法の施行規則が発表されたそうですが、どのような内容ですか？



2022年3月22日に2000年小売業自由化法(Retail Trade Liberalization Act of 2000;共和国法第8762号)の改正法(共和国法第11595号)の施行規則

(Implementing Rules and Regulations; IRR)が発表されましたので、その主な内容につきご紹介させていただきます。先に公表された小売業自由化法の改正により、外資による小売業への参入へのハードルが引き下げられましたが、実際の運用に際しては施行規則の定めがどうなるかが待たれていましたので、今回その施行規則が発表されたことにより、参入のための条件がより明らかとなりました。

<外国小売業者の登録等の要件>

払込資本の40%以上を外国資本が占める法人(以下、外国小売業者といいます。)は、a) 2500万ペソ以上の最低払込資本金を有し、b)その国がフィリピン人に対しても同様に小売業への参入を認めている場合は小売業に従事又は投資することができます。また、外国小売業者のSECへの登録に際しては、a)2500万ペソ以上の資本金の払い込みがなされたことに関する銀行等が発行する証明書、b) 前記b)の要件を満たしていることにつき、当該国の政府職員又は大使館等が発行する証明書の提出が必要とされます。

また、上記の要件は外国小売業者がオンラインでの小売業に従事する場合も必要であることが明示されました。既にオンラインでの小売業に従事している外国小売業者は、上記の最低払込資本金まで資本金を引き上げる必要があり、これを怠ると罰金が課されたり、将来的な事業の停止等の処分が課さ

れる可能性があります。

さらに、フィリピン人資本が60%以上の場合は、2500万ペソの最低資本金要件や1店舗あたりの最低投資要件も適用されないこととされました。改正法前は少しでも外国資本が入る場合には厳しい最低資本金の要件がありましたので、フィリピン側が60%以上の出資の場合は小売業への参入がかなり容易になりました。

<必要条件の遵守に関する規則>

外国小売業者は2500万ペソの払込資本金を常に維持することが求められますが、当該金額は店舗あたりの投資要件を充足するために使用することは可能です。

1店舗以上の実店舗により小売業に従事する外国小売業者は1店舗あたり1000万ペソ以上を投資する必要があります。もっとも、共用の施設等への投資もそれを利用する店舗数に応じて上記投資額として考慮することが可能です。

改正法により、外国小売業者に対する一定の割合でのフィリピン国内製品の取り扱い義務は撤廃されましたが、国内製品の取り扱い(店舗におけるフィリピン部門のスペースの確保、袋や箱といった梱包製品の国内製品の利用、国内産原料の使用等)が推奨されます。

外国小売業者は、最低資本金の維持及び利用、店舗の所在地、店舗あたりの投資及び操業状態、(適用ある場合)現地生産品の在庫、その他要求される事項につき、毎年SEC又はDTIに報告することが義務付けられました。

結論



A.外国小売業者がSEC登録するための要件が更に規定されるとともに、登録後の遵守事項についても明らかにされました。



弁護士 上村 真一郎 弁護士 鳥養 雅夫

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

取扱業務: 会社設立、企業法務、倒産、労務問題、税務問題、一般民事、相続等

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

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

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

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



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. 586, 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



金属精密切削加工は

ISO9001

ISO14001

ISO13485 (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!



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-phil.ph



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@spcc.com.ph

☎ 09778136775

担当: 横井



J.P. MARZAN PROJECT VENTURES, INC.

ジェイビー マルザン プロジェクト ベンチャーズ お問い合わせ・ご相談は、お電話やメールでお気軽にどうぞ

あらゆる細菌を日本の技術で、安心確実に

除菌滅菌消臭!

Marella Disinfection System

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

電解次亜塩素酸水・マレラ水発売開始!

- ご家庭の利用に最適!

お子様やペットがいても安心してご利用いただけます。

- 電解次亜塩素酸水・マレラ水

1ガロン(3.785リットル) 1800ペソ

※適量、使用する際は、必要量を水道水で10倍に希釈してご利用ください。

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



室内噴霧器

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出来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



フィリピンビジネス通信



～コンサルの視点から～

お客様からの声：Enomoto Philippine Manufacturing, Inc. (EPMI) 様

現地化を進めるための組織作り 「透明性で国民性にあった人事制度を構築」

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支援している Enomoto Philippine Manufacturing, Inc. (EPMI) の馬場社長にお話を伺いました。

Q: フィリピンにいられてからの主な役割、取り組んで来てこれたことを教えてください。

2015 年にフィリピンへ赴任してから、一番のミッションである現地化を進めて行くために主に組織体制作り、人材育成、システム構築（仕組み作り）に注力して来ました。

組織体制作りは自分であるべき組織体制を描き、それと現実とのギャップを埋めていく作業を愚直に進めてきました。特にローカルの管理職クラス採用、生産技術課を新たに設立しエンジニアを大幅に増員する等組織力を強化してきました。システム構築にあたっては自助努力だけでなく、取引先様からノウハウを得たり、NRI をはじめ外部コンサルタントのサポートを得ながら仕組み作りを速やかに進めて来ることができました。

Q: 当地でリーダーとして組織運営、経営をするにあたり大事にされていることは何ですか。

赴任当初は日本企業の常識や考え方を一方的に押し込んで来ましたが、一緒に仕事を進めていく中でフィリピンでは特に Mutual Understanding と

今回のお客様

企業名	Enomoto Philippine Manufacturing, Inc. (EPMI)
事業内容	コネクタ用プレス部品、リードフレーム、インサート成形品及び金型用部品の製造・販売
WEB サイト	https://www.enomoto.co.jp/company/

Communication が一番大切であると学びました。お互いに国、文化、常識、相手を理解してリスペクトすることで強い信頼関係が構築されると思います。



社長 馬場一也様

Q: NRI とのパートナーシップで得られた成果や気づきなどがあれば教えてください。

現地化・人材育成を進めるために、まずは経営層や幹部の意思疎通を深めることやコーチングスキルをあげる必要がありました。そこで実績のある NRI とパートナーシップを結びコーチングやチームビルディング等をコンサルティングしていただきましたが、とても実効性があるものでした。また属人的で目つ不透明だった従来の人事制度を再構築するためにやはり NRI の力をお借りした結果、非常に透明で目つ国民性に沿ったポジションベースの新たな人事制度を構築することができました。

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ーションを提供しています。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
makiko.takaoka@nrisg.com

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

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 →



MIRAI PHILIPPINES
INNOVATION FOR THE FUTURE

NEW PRODUCT

COLLAPSIBLE PALLET RETURNABLE

VS

ONE WAY

With locking system in the cover & bottom part

詳しくはこちら

MIRAI PHILIPPINES CORP.
Unit 5 Starts Factory, Lot 3-D Greenfield Automotive Park, Sta. Rosa City, Laguna
☎ 049-523-8865 ☎ 0917-631-6684
www.miraiphcorp.com awakayama@miraiph.com

✔ コンパクトな保管スペース
✔ コンパクト収納による運搬効率向上
✔ ワンウェイパレットナールによる運搬費削減の促進
✔ トレーなどを利用した効率的な収納による物流費の大幅削減

Suzuyo

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

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**

9H

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

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。

Special Feature

Food and Restaurant

Travel and Hobby

Beauty, Fashion and Medical

Study and License

Business

Recruit

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

プライマースタッフブログ

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

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

PRIMER



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

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

税、すべての料金は
表示価格に含まれます。



PARCEL

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

AIRBOX

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

10kg以上のお荷物はごちらにご連絡ください。

ご送付可能物 洋服、靴、玩具、書籍、デザイナーズバック、機器、学校用品、食品・食材(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 レーザー板金加工は



一貫したプロセス管理により、
少量/多品種/超短納期
が可能です。



レーザー切断

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



金属加工

曲げ加工、溶接、塗装、組立にも対応

あらゆる製品に対応します



T&S Global Solutions Inc.

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

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

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



より良いスキームをご提案

開発~運用 X マーケティング~サポートなどトータルにデザイン。

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

Xtreme Offshore Outsourcing Inc.

(02)7906-1073 / info@primemanpower.jp

ASUS | BUSINESS

最新のカスタマーエクスペリエンスを 実現する完全なソリューション



製品・ソリューションに
ついてはこちらから

Mini PCs
小型・軽量のフル機能PC。



産業用マザーボード
高度な機能。
コンパクトなサイズ。

ASUS
10-point Touch

ティンカーボード

豊富なコネクティビティを持つ超小型PC

タッチスクリーンモニター

IPSパネルによる10ポイントタッチ。

エッジコンピュータ

24時間365日稼働の先進的
なAIoTコンピューティング。



サイネージ



キオスク



ゲートウェイ



POS



Rommel Dela Peña

Commercial Product Manager

✉ rommel_delapena@asusph.com

☎ +63 9177-0894-44



お問い合わせはこちら



asus.com/ph/business



asusforbusinessph



company/asus-philippines-corporation

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。

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

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!



<https://www.cotton-diaz.net/>

医療保険



火災保険



自動車保険



その他、各種保険について、お気軽にお問合せください。

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



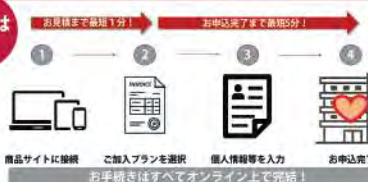
フィリピンのコンドミニアム専用保険【CondoCARE】

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?

お申込は
簡単!



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,
Legaspi Village, Makati City 1229 Philippines
■ジャパンデスク:
海堀 俊 skaihor@pgasampo.com/
0939-902-3386
セニア友希 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、
財務基盤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。



MAKE THE BEST CHOICE
insurance 110
ONE-TEN

保険のことならおまかせ

みなさまの海外生活を日本語でサポート

ファイナンシャルに特化したサービスも充実

医療
保険



自動車
保険



ゴルフ
保険



火災
保険



老後のための
積み立て保険



親御さん必見
海外学資保険



ペソ建て
運用保険



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

insurance 110 マニラ支店 **旧 HOKEN-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



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 口座の開設方法 等。

顔出し、名前出し
不要でも
可観です。

参加
無料

申込先
は
コチラ



2022年6月25日(土) フィリピン時間 午前9時〜 ONLINE にて開催



私、町田 健登の
TWITTERも
是非ご覧ください

Life Shift

ライフシフト合同会社
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



フィリピンで親睦を深めよう! 日本人コミュニティリスト

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 ✉ kazuma.nakagomi@ph.ey.com (中込)
- ▶ **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 ✉ aogakumni@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 / ☎0917-800-9110 / ✉ zorigt.b.khongor@mitsubishicorp.com ソリグト(三菱商事)
- ▶ **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。

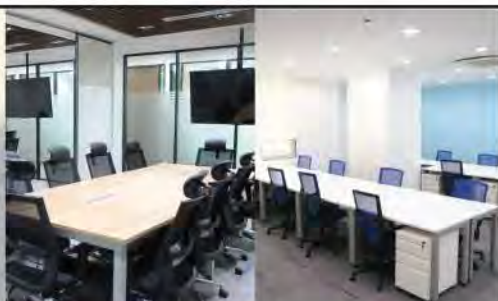


Leopalace21 2号店オープン!

Serviced Office Manila

日系最大
コワーキングスペース
レンタルオフィス

GRAND OPEN



好条件!

コワーキングスペース

1ヶ月P5,000~(24時間)利用可能!

- ☑ 1日P550
- ☑ 1日のご利用から可能
- ☑ 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

Leopalace21

LEOPALACE21 PHILIPPINES INC



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

+63-2-8801-3417 0915-278-5090



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

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!



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▶



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





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

売却希望のオーナー様にバイヤー様を紹介 **物件販売**



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

不動産を買いたい方・借りたい方にご希望の物件を紹介 **物件探し**



好評!
Ms. アネスの
物件バーチャ
ルツアー



ご購入は
こちら



SAGASS

サガスフィリピン・日系人材紹介会社
SAGASS Consulting

フィリピンでの
お仕事探しなら、
当社へ
ご相談下さい



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



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。



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。



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)

ビジネス

POEAから日本向けの技能実習生送り出し機関として認定を受けました



フィリピンで30年以上の実績と経験から人材をサポート

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

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

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

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

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

その他海外向け派遣業務

- 建設プロジェクト向け技術者、現場監督、アドミ要員、ワーカーの派遣

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



フィリピン人の人材派遣専門会社

英語に堪能なフィリピン人スタッフの派遣は当社にお任せください

日本人担当: 角田までご連絡ください。

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

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

NOSPHIL CONSULTANCY AND MANPOWER SERVICES INC.

フィリピンの最新の 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!

人材紹介、人事労務管理はジョンクレメンツジャパンデスクにお任せください!

JC John Clements
Your Partner for Life.

PERSOL
PHILIPPINES

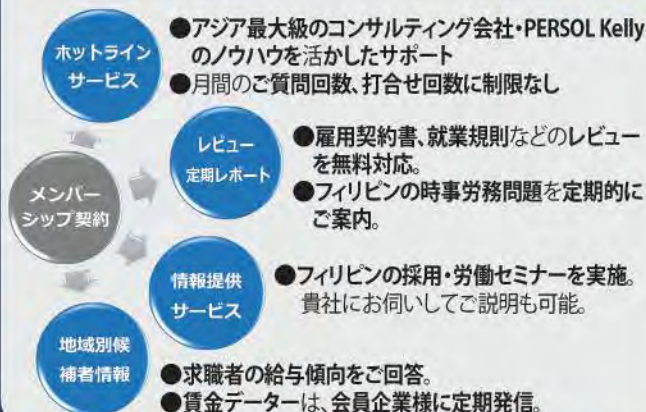
パーソルホールディングス(旧テンプホールディングス)は、40年以上の歴史を持つフィリピン国内最大手の総合人材サービス企業"John Clements"と事業提携をしております。

ご依頼
急増

企業向け人材紹介サービス

- 1 100万人以上のデータベース
 - 2 40年以上の実績
 - 3 Wスクリーニング
 - 4 日本人採用
転職サイト **doda**
無料広告掲載
- ワンストップサービス**
フィリピン国内にて40年以上の人材総合サービスを提供する実績を誇るJohn Clements社との提携により、人材紹介、労務コンサルティング人材育成まで幅広いサービスの提供が可能となりました。
- 人材紹介、採用代行、労務コンサルティング
 - フィリピン人の国外紹介、国外就労ビザ取得代行
 - エグゼクティブサーチ

人事労務管理のメンバーシップサービス



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↓



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

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

ミスユニバースジャパン3位園田悠希さん、
動画配信サービスと契約
フィリピンで芸能活動を開始!

Yana Fuentes ヤナフエンテス

2020年のミスユニバースジャパンで3位を獲得した日比ハーフの園田悠希さんが、今年3月からフィリピンに拠点を移し、『YANA FUENTES(ヤナフエンテス)』として芸能活動を開始しました!6月4日にローンチ予定の動画配信サービス「AQ Prime」と契約し、同サービスのオリジナルコンテンツである映画やドラマに出演し、女優としてこれから活動する予定とのこと。AQ Primeはネットフリックスに対抗すべく立ち上げられたフィリピン発の動画配信サービス。オリジナル映画はもちろん、ライブイベントなどのオンデマンド配信なども提供予定。スマートTVやスマホでの視聴もできます。これからの活躍は公式Instagramなどでも発信されるので、是非チェックしてみてください!

ヤナさん公式アカウント: yanafuentes_
ヤナさんの芸能活動アカウント: yanafuentes_update
AQ Prime公式FB: aqprimestream
AQ Primeウェブサイト: www.aqprimestream.com



ミスユニバース3位の園田悠希さんと、YANA FUENTES



AQ Primeオリジナル映画での活躍に期待!

定期開催される本マグロの解体ショーは必見!

Genba Kappouryori 元葉

パサイに構える高級日本食料理店「元葉」では、約2ヶ月毎に本マグロの解体ショーを開催予定です!

5月12日木曜日は、記念すべき初の解体ショーが開催されました。多くの来客が見守る中、シェフの山下さんが次々と100Kg越えの本マグロを捌く様子はまさに匠の技。

解体ショーの後は、本マグロはもちろん、たくさんの美味しいお料理が振る舞われました。元葉では日本から取り寄せた新鮮な食材を中心に、シェフの山下さんによる最高級のお料理と、日本のおもてなしを楽しむことができます。

Unit 101, K1 Center By Prestige Bay, Block 5, Lot 22,
Abueva Ave., Aseana City, Paranaque
☎ 0919-000-0666

Genbaph
genbaph



100Kg越えの本マグロの解体は必見!



最高級の日本食を元葉で

毎週新鮮野菜が自宅に届く!
まずはトライアルボックスを試してみよう

The Farmers' Kitchen ザ・ファーマーズ・キッチン

自宅に選んだ野菜が毎週届くサービスができました!The Farmers' Kitchen(TFK)では、環境にやさしい農業を目指すエコファームと組み、厳選された上質な野菜をお客さんの食卓に届けてくれます。お客さんが注文した分だけ収穫するので、売れ残った野菜が廃棄されることもありません。野菜は収穫後24時間以内に届くので、新鮮そのものです。家庭はもちろん、レストランへの卸も行っています。まずは27ページのQRコードからクーポンコード「Primer」で P999/4回のトライアルボックスをお試しください!

thefarmers.kitchen/
☎ 0945-108-7122
y@5dots.me



エコファームと組んで、上質で環境にもやさしい野菜をお届けします!



選んだ野菜が毎週自宅に届くサービスを是非お試しください!

車両にかかる費用がコミコミの毎月定額サブスクリプション登場!

KINTO ONE キントワン

社用車、家庭車を持つことは便利ですが、車両購入の手続きや毎月の車両管理、その他の諸経費の支払いがちょっと面倒...そんな方へのおすめは、社用車、家庭車サブスクリプション「KINTO ONE」です!

こちらは車両代金や登録諸費用、自動車保険の他、トヨタ販売店での定期メンテナンスや消耗部品交換、車両管理コンシェルジュ・サービスなどの充実したサポートが全て含まれたご安心の定額プランとなっています。まずは下記にお問い合わせを。

KINTOPhilippines: kinto-ph.com/
inquire@kinto-ph.com
問合せ窓口: 酒井 0918-910-0164
HYOE.SAKAI@TOYOTA.COM.PH

トヨタから車両リースの新しいご提案です!

社用車・家庭車サブスクリプション

KINTO ONE
BUSINESS

面倒な手続きも、車両管理も、諸経費も毎月コミコミ定額プラン

サブスクリプションに含まれる主なサービスと費用

- 車両代金
- 登録諸費用
- 自動車保険
- トヨタ販売店での定期メンテナンス
- 消耗部品交換(タイヤ・ブレーキ等)
- 車両管理コンシェルジュ(メンテナンスや事故対応など)
- トヨタコミットメント(保険料・車両代金)

トヨタだから車種の豊富さはもちろん、すべて前車からお選び頂けます! まずは以下までお気軽にお問い合わせ下さい!

TOYOTA FLEET SOLUTIONS

【問合せ窓口】 酒井 TEL: 0918-910-0164 メール: HYOE.SAKAI@TOYOTA.COM.PH

詳しくはお問合せを!

ストレスフリーなRISEインターネット

企業向け光回線インターネット! 安定性の指標となるピアリング数フィリピンNo.1! ネットワーク状況をWebで公開!
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。

Fiber SME

小規模オフィスやバックアップにオススメ!

up to
100 Mbps

月額 **10,000PHP**

速さは最大100Mbps! 遅延時も10Mbps保証!



Large

Recommended for up to 100 users

100 Mbps
200 Mbps

2,000 USD/月



Medium

Recommended for up to 35 users

50 Mbps
75 Mbps

1,000 USD/月



Small

Recommended for up to 25 users

30 Mbps
50 Mbps

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!

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。



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

©KENTENZING



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

トヨタから車両リースの新しいご提案です!

社用車・家庭車サブスクリプション

KiNTO ONE

BUSINESS

面倒な手続きも、車両管理も、諸経費も毎月コミコミ定額プラン

サブスクリプションに含まれる主なサービスと費用



車両代金



登録諸費用



自動車保険



トヨタ販売店での定期メンテナンス



消耗部品交換
(タイヤ・バッテリーなど)



車両管理コンシェルジュ
(メンテナンス予約や保険請求手続きなどの代行)



トヨタコネクテッド
(車両状態・運転の見える化)



トヨタだから車種の豊富さはもちろん、すべて新車からお選び頂けます!
まずは以下までお気軽にお問合せ下さい!



TOYOTA
FLEET SOLUTIONS
DRIVING VALUE TO YOUR BUSINESS

✉ inquire@kinto-ph.com
f [KINTOPhilippines](#)
🌐 kinto-ph.com

【問合せ窓口】 酒井 TEL: 09189100164 メール: HYOE.SAKAI@TOYOTA.COM.PH