



YEAR-END PARTY

今年の忘年会はここで決まり!

ビジネスページは裏面から!

レストラン・ビューティなどの生活情報満載

最新情報はWEBで発信中! www.primr.ph



JAPAN AIRLINES

MANILA TOKYO



マニラ発東京行は 19便/週 運航!

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!

※マニラ発の国際線と国内線を1予約内でご予約いただく場合に限りです。

11月・12月・2023年1月のJAL運航スケジュール **11月よりさらに増便!**

発地	便名	運航曜日	出発	到着	着地
マニラ	JL8746	月 - 水 - 金 - 日	01:05	06:20	
	JL746	毎日	09:40	14:55	成田
	JL742	月火水 - 金 - 日	14:50	20:05	
	JL78	月 - 水 - 金 - -	23:45	04:50	羽田
羽田	JL77	月火水木 - 土 -	01:30	05:30	
成田	JL741	毎日	09:30	13:35	マニラ
	JL745	毎日	18:05	22:10	

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/夜のフライトで、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 23:45 → 羽田着 04:50 国内線へ乗継 羽田発 06:30 → 大阪着 07:45 ⇒ 到着後、一息ついてさあお仕事!

ご予約はお早めに!

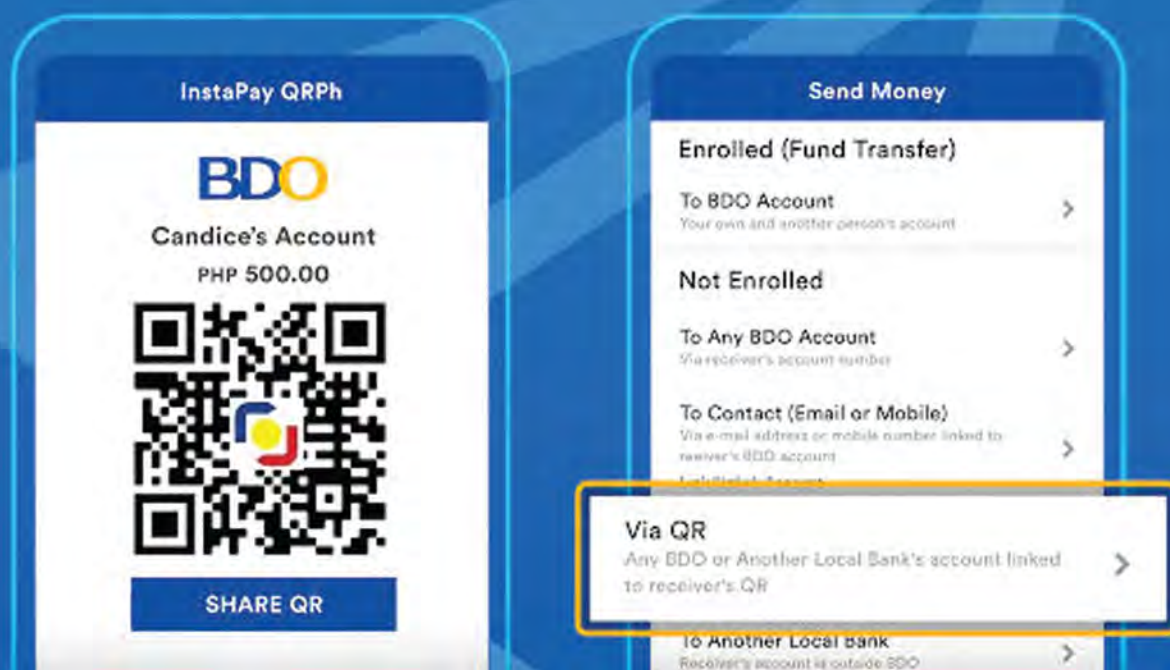
JAL予約センター
+632-8403-2486 <https://www.jal.co.jp/ph/ja/>

PH JAL 検索



明日の空へ、日本の翼

簡単！ QRコードでお金を送れる！ 受け取れる！



QRコードの作成方法

Go to more > Profile Management >
Generate QRの順に進む

QRコードを利用した送金方法

Send Money > Via QR の順に進み、
QRコードをスキャン・アップロードする

長い口座番号の入力は もう必要ありません!!



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。

Restaurants that provide the best quality of food and dining experience at the heart of Yakal.



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



最高級の料理をご提供します。
ぜひご来店になってその味をご堪能ください。



Santis Silang is located at Km. 52, Buho Silang, Cavite
For table reservations and product inquiries
please call 0927-696-1825 / (046) 414-2337



November/Nobyembre

2022

Contents

Special Feature

今年の忘年会はここで決まり! 04



28 プロ直伝 今晚のおかず まめ知識付 今回の食材
Soy Milk (豆乳)

31 Get Healthy! Be Healthy! Be Beautifully! In the Philippines
トレーニングを続けることで広がる世界!

42 HOT TOPICS

43 フィリピン経済NEWS

ビジネスプライマー (裏面からお読みください)..... 43

Feature of the Issue

An upcoming family dinner with returning relatives from abroad? A reunion with college friends? A year-end company party? Those kind of stuff need something a bit more upscale and intimate than dining in at your usual fastfood joint on the next corner.

That's why this time, we've compiled a list of restaurants with private rooms around Metro Manila that can provide dining experiences that can take your special event to the next level. These places range from different cuisines and sizes so you're sure to have enough options.



国際線 主要航路時刻表



最新の国際線フライト
時刻表は右のQRコード
からご覧になれます。



https://primer.ph/guide/living-guide/flight_schedule/

■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(バシッグ) 02-8988-1000
アジアン・ホスピタル・アンド・メディカルセンター
(モンテルノバ) 02-8771-9000
マカティ・メディカルセンター(マカティ)
..... 02-8888-8999
セブ・ドクターズ・ユニバーシティ・ホスピタル
..... 032-255-5555
チョンワホスピタル(セブ) 032-255-8000
ダバオ・ドクターズ・ホスピタル(ダバオ)
..... 082-221-2101
ジャパニーズヘルプデスク
(24時間体制で医師や医療機関を紹介) 02-8817-1289

●空港

ニノイ・アキノ国際空港 (NAIA) .. +632-8877-1109

●航空会社

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

発行・編集・制作

Publishing / Editing / Production
Primer Media社

広告問合せ sales@primer.ph

PrimerMedia社

Unit 705, Greenbelt Mansion Building, 106 Perea St.,
Legaspi Village, Makati City

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

Email : information@primer.ph

URL : <http://primer.ph>

無断転載・複写・引用を禁じます

PRIMER 11月号 Vol.175

(掲載内容は取材時に基づいたもので予告なく変更になる場合があります)

Philippine
PRIMER 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適速のみを行い、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。

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

幹事さん必見 今年の忘年会は ここで決まり!

個室・お店貸し切り

年末年始と言えば、忘年会・新年会。今回は忘年会に使える個室つき、または貸し切りができるお店を集めてみました!個室や店舗の収容人数や料金、お店の雰囲気で見比べて、ぜひぴったりのお店を見つけてください。

プライマーウェブサイトで
でもご覧になれます!
右のQRコードを
スキャンすると
ページが開きます



小 10人以下の個室あり 大 10人以上の個室あり 貸 店舗全体貸し切り可
客単価: P 1コ: P300以下 P 2コ: P300~800 P 3コ: P800~1,500 P 4コ: P1,500~2,000 P 5コ: P2,000以上
SC: サービスチャージ

マカティ

大枡

DAIMASU Japanese "RYOTEI" Restaurant

小 大 貸
P P P P P

マニラにいながら、まるで日本の「料亭」にいるかのような雰囲気が味わえる、高級和食が大枡のコンセプト。落ち着いた佇まいの個室、カウンター席があり、カウンター席では職人が目の前で調理する姿を見ることができる。旬の素材の持ち味を生かし、日本の伝統を守った、一品一品を提供。「日本の大切な精神のひとつ『おもてなし』をスタッフ全員が何よりも大切にし、心のこもったサービスを提供することを心がけている」とお店の方は言う。



料金
●個室: 6名×3部屋
●個室: 大 16名×1部屋 ※8名×2部屋として使うことも可能
●店舗の貸し切りは要相談

Ground Floor, Unit A-1/2/3 Allegro Center 2264 Pasong Tamo Extension Makati
☎02-7121-5200
🕒ランチ: 11時30分~14時、ディナー: 17時~22時 ㊟日曜
📍 daimasu.ph 📘 daimasu.ph 📷 daimasu.ph



Photo Credit: DAIMASU Japanese "RYOTEI" Restaurant

京兎

Kyo-to

小
P P P P P

日本の高級料亭「吉兆」で10年間修業し、2011年から3年半マニラの大使公邸でプライベートシェフを務めてきた河本涼平氏が手掛ける完全予約制の懐石料理店。



Photo Credit: Kyo-to

料金
●個室4人×2部屋
●6人×3部屋 (一人P6,500)

G/F Coyiuto House, 119 C. Palanca Street, Legaspi Village, Makat
☎0917-596-9697/ 8805-7742 to 43 ㊟17時~22時 ㊟月曜
📍 kyo-torestaurant.com 📘 dkyoto.kaiseki.1 📷 kyo.toph

筑地

Tsukiji

小 大
P P P

1989年創業、東京から週4回取り寄せた食材を使った上質な日本料理を提供。近江和牛のすき焼き、ステーキ、しゃぶしゃぶ、そして大人数で食べれる岡島シェフによる舟盛りが最も人気。



Photo Credit: Tsukiji

料金
●5名(焼肉部屋、料金なし)
●6~8名 / P15,000+10% SCコンシューマブル (2時間まで)
●10~12名 / P20,000+10% SCコンシューマブル (2時間まで)
●25名 / P45,000+10% SCコンシューマブル (2時間まで) 2時間を超えた場合1時間につきP15,000+10%SC追加

MilkyWay Building, 900 Arnaiz Ave., corner Paseo de Roxas, Makati
☎02-8843-4285/02-8812-2913 ㊟11時~21時
📍 tsukiji 📘 tsukijirestaurant 📷 tsukiji_makati

割烹なかじ

Kappou Nakaji

大人数でも、お一人様でもゆったり楽しめる、大事な時も普段使いもできる和食レストラン。日本の居酒屋の定番メニューが揃い、日本酒も充実。アルフレスコスペースも利用でき、貸し切りパーティも可能。

料金 ●店舗全体24名 / P40,000コンシューマブル
●テラス席16名 / P20,000コンシューマブル

152 Adelantado st. Gervasia hotel 1F
☎0915-280-2288 (日本語/英語/タガログ語)
🕒17時～23時 📅日曜/祝日
📍kappou.nakaji 📷kappou.nakaji



Photo Credit: Kappou Nakaji

琴乃

Kotono

本格的で美味しい日本居酒屋として、多くの日本人の間で人気のお店。牛タン焼きや合鴨を使った料理が看板メニュー。合鴨のたたき、石川県金沢市の郷土料理である合鴨じぶ煮、合鴨つけ麺そばなどがおすすめ。

料金 ●店舗貸し切りの料金は注文した料理によって変動。最大40名

Mezzanine, Creekside Amorsolo Bldg cor. V.A. Rufino St., Legaspi Village Makati
☎02-211-5775 / 02-255-1071 / 0917-170-7790
🕒4時30分～10時30分 📅日曜
📍KotonoJapaneseRestaurant
📷kotono.makati



Photo Credit: Kotono

相撲茶や関取

Sekitori Japanese Restaurant

元力士が造る本格ちゃんこ鍋の店。鍋のスープは数十種類の素材を長時間かけて毎日仕込むこだわり。野菜もタップリで、日頃の野菜不足も解消間違いなし。鍋の他にも150品以上のメニューが用意されており、月替わりのお勧めメニューも充実。リーズナブルに美味しい料理を楽しめるお店として、マカティに住む日本人の間では定番のお店となっている。



Photo Credit: Sekitori Japanese Restaurant

料金 ●44名収容可能 一部屋 喫煙可能(部屋貸切: 35名以上)
●25名収容可能 一部屋 喫煙可能(部屋貸切: 20名以上)
●26名収容可能 一部屋 貸切時は喫煙可能(部屋貸切: 20名以上)

Little Tokyo, Chino Roces Ave., Makati
☎02-8816-7608 / 02-8894-3876 / 0931-030-3566
🕒火～土曜 11時～14時30分、17時～23時 / 日曜 11時～14時30分、17時～22時 📅日曜
📍www.sekitori.asia 📷sekitori_japan

Ikoma

イコマイ

日本人経営のおしゃれなカジュアルダイニング。手羽先や串かつなど名古屋の名物料理を中心とした日本食が主なメニュー。

料金 ●店内貸し切り70名(最小30名) / P2,000 (ランチ11時～15時)、P2,500 (ディナー17時～21時)
●アルフレスコエリア 20名(最小10名) / P1,200 (11時～15時)、P1,500 (17時～21時)

1/F, ACI Group Building, 147 H.V. Dela Costa, Salcedo Village, Makati
☎0917-709-4809
🕒月～土曜 11時～21時
📍ikoma.today 📷ikomaistreet
📷ikomaistreet



Photo Credit: Ikoma

居酒屋星まつり

Hoshimatsuri

和食をこよなく愛するフィリピン女性が経営する居酒屋。アットホームな雰囲気の魅力。一押しは博多とり皮もつ鍋。特にとり皮はこの店で食してそのイメージが変わったというお客様もいるほどでマストライの一品だ。マカティリトル東京近くのクリークサイド2階。

料金 ●個室20名(料金はなし)
●店舗貸し切り40名 / P60,000 (P3,000のデポジット有) 3時間まで

Mezzanine, Creekside Mall, Amorsolo St., cor. V.A. Rufino St., Legaspi Vill., Makati
☎02-8893-3294
🕒11時～14時、16時～24時
📍HOSHI Matsuri Japanese Restaurant



Photo Credit: Hoshimatsuri

はつはな亭

Hatsu Hana Tei

リトル東京の向かいに建つヘラルドスイツホテル2Fの和食レストラン。2002年の創業以来、伝統的な日本料理を提供。懐石料理や寿司、刺身はもちろんのこと、肉料理や魚料理などのアラカルト、スペシャルティーパッテラや錦糸巻きなど豊富なメニューを取り揃えている。個室も充実しており、仕切りをとって大人数での宴会も可能。

料金 ●個室6名×4部屋、8名×1部屋、10名×1部屋、15名×1部屋

2/F Herald Suites 2168 Don Chino Roces Avenue, Makati
☎02-7759-6270 loc. 2124 / Globe: 09173169250 / Smart: 09399383718
🕒11時～14時 / 17時～21時
📍hatsuhanatei.com 📷HatsuHanaTei 📷hatsuhanatei



Photo Credit: Hatsu Hana Tei

焼肉HIRO

Japanese Yakiniku Restaurant HIRO

レガスピビレッジの人気焼肉店。近江牛を生産牧場から毎月直輸入してるので、「お値打ち価格」で近江牛を食べることができるのが嬉しい。一人前の盛り合わせ「玉手箱」は味も演出も楽しめる。

料金 ●個室4名(料金なし)

1D PALANCA ST. cor. Dela Rosa Street, Legaspi Village, Makati
☎0917-133-2828 (日本語対応可)
🕒11時30分～23時
📍HIRO Japanese Yakiniku Restaurant
📞hirojapaneseyakiniku



Photo Credit: Yakiniku Hiro

和牛マニラ

Wagyu Manila

2022年10月にグランドオープンした和牛マニラ。セブで人気の「韓陽苑焼肉」のマニラ支店。日本で精肉業を営む店主が肉を厳選し、日本から仕入をした高級和牛を使用。早くも人気店に。

料金 ●個室6名個室1室、6名掛けテーブル8台

Unit G-A Marvin building plaza, 2153 Chino Roces, Makati
☎02-8516-0305/0939-888-3412/0945-551-0601
🕒11時30分～22時
📍WagyuManila 📞wagyu_manila



Photo Credit: Wagyu Manila

うな吉

Unakichi

マカティシネマスクエアに構えるウナギ専門店。豊富な種類のウナギメニューに加え、その他の和食メニューも美味しい。鍋料理各種、しゃぶしゃぶ、すき焼き、寄せ鍋、鳥の水炊き、湯豆腐など忘年会にピッタリの料理もご用意している。

料金 ●個室8名(料金なし)

G/F Makati Cinema Square, Amorsolo St., Makati
☎02-7728-2072
🕒11時30分～翌3時
📍unakichimakati.wixsite.com
📞UNAKICHIMAKATI 📞unakichimakati



Photo Credit: Unakichi

漁火

Isaribi

新鮮な魚介類が自慢の居酒屋。日本やフィリピンの海から取り寄せた旬の素材や魚介類などを卓上の網焼きコンロで焼いて食べる。ホタテ浜焼き、サザエ壺焼きなどがおすすめ。刺身やお肉、居酒屋メニューも充実。

料金 ●個室30名(料金はお問い合わせください)

RG-5 Creekside Mall Amorsolo St. Makati
☎02-8801-1770
🕒11時～24時
📞isaribi2020



Photo Credit: Isaribi

三崎

Misaki Bistro

リトル東京の一和(かずわ)が改名。目の前で豪快に焼いてくれる鉄板焼きが人気。アルフレスコエリアも含めフィリピン人、中国人にも人気で連日にぎわう。VIPルームも完備! 生牡蠣、お刺身、創作寿司など、豊富なメニューを揃えている。バーカウンターあり。

料金 ●個室10～12名/P10,000コンシューマブル
●個室12名/P10,000コンシューマブル
●店舗貸し切り 35名(店舗の50%のみ貸し切り可能)料金は要相談

Unit 14, 15, 16, Little Tokyo 2277 Chino Roces ave., Makati ☎0919-792-7777
🕒日～木曜 11時～22時/金・土曜 11時～22時30分 📞misakiphilippines



Photo Credit: Misaki Bistro

屋台居酒屋 大阪 満マル

Japanese Izakaya Restaurant Manmaru

日本国内80店舗以上構える「屋台居酒屋 大阪満マル」のフィリピン1号店。「フラッと立ち寄り、サクッと飲み食い、ゴッツイ美味しいのに、メッチャ安い!」をコンセプトに200種類以上のメニューを提供。

料金 ●個室6～7名×3部屋、8～9名×1部屋、3～5名×6部屋

G-1 Makati Cinema Square, Fernando St., Pio del Pilar, Makati
☎0917 624 9988 🕒11時～24時
📍https://osaka-manmaru.com/brandlist/osaka-manmaru/ 📞manmaruphilippines
📞manmarujapanese



Photo Credit: Japanese Izakaya Restaurant Manmaru

秋田屋

Akitaya

秋田屋という店名の通り、きりたんぼ、ハタハタ、とんぶり、じゅんさい、秋田県人なら知らない人はいない郷土料理の数々を、マニラで楽しませてくれるお店。きりたんぼ鍋はマストライ。定番の居酒屋メニューも充実している。

料金 ●個室 6名×2部屋
●9名×1部屋
●12名×1部屋(料金はなし)

U-148 G/F MILE LONG Bldg., Amorsolo St., Legaspi Vill., Makati
☎02-8813-7475 🕒11時～14時/18時～23時(日曜 17時30分～22時30分)
📞akitaya18



Photo Credit: Akitaya

瀬里奈

Seryna

新鮮なお刺身やお寿司に定評があるリトル東京の老舗和食レストラン。日本人はもちろん、フィリピンの食通の間でも人気が高い。8名程度の個室もあり、落ち着いた雰囲気は接待にも利用できる。

料金 ●個室 4～8名(料金はなし)

2277 Little Tokyo Complex, Fernando St. Chino Roces Ave., Makati
☎02-8894-3855/0916-514-2355
🕒月～木曜 11時～21時/金～日曜 11時～22時
📞SerynaPH 📞serynaph



Photo Credit: Seryna

太郎ラーメン

Taro Ramen

ロックウェルのすぐ近く、日本人オーナーが自ら仕込むスープが自慢のラーメン店。低価格で美味しいラーメンを楽しむことができるラーメン店として人気だが、他の日本の定番居酒屋メニューも充実している。お手頃価格のパーティーを企画の際にはご相談を。

料金 ●店舗貸し切り25名/予約により対応

6370 Camia St, Cor Mileguas, Makati
☎02-8567-0371
🕒15時~24時
📍taroramenph 📧taroramenph



Photo Credit: Taro Ramen

German Club Manila

ジャーマンクラブ・マニラ

フィリピンで歴史ある会員制クラブのひとつ、ドイツのジャーマンクラブ。おしゃれな内装で伝統的なドイツ料理を豊富に提供する。隠れ家的な立地は、わかりづらい場所にあるが友達にドヤれること間違いなし。貸切要相談。

料金 ●The Main Dining 40
●The Library 8~10
●The Veranda 12~20名
料金は1名/P1,000~2,000
●店舗貸し切りは要相談

5F, Eurovilla II, V.A. Rufino St., Legaspi Vill., Makati
☎02-8817-3552/0966-985-4336
🕒11時~23時 📍日曜 📧germanclub.ph
📍german.club.manila.philippines



Photo Credit: German Club Manila

LUSSO

ルツ

グリーンベルト5入口近くに店舗を構える、高級感溢れるイタリアンレストラン。アジアのベスト女性シェフに選ばれたMargarita Fores氏が手掛ける。アルフレスコスペースに昼夜ともセレブが集まる人気店。

料金 ●店舗貸し切り 屋内22名、アルフレスコ30名(料金は予約の際に確認)

G/F, Greenbelt 5, Legaspi Street, Makati C
☎0917-700-5893/02-7756-5893
🕒日~木曜 11時~21時/金・土曜 11時~22時
📍www.margaritafores.com
📍lussomanila



Photo Credit: LUSSO

Kobe Jones

コーベ・ジョーンズ

日本で和食を学んだイギリス人シェフがサルセドで営むレストラン。お刺身やお寿司などの日本料理、フォアグラやステーキなどのヨーロッパ料理がメニューに並び、コンテンポラリーレストラン。日本酒などアルコールも充実。

料金 ●個室6名
●店舗全体45名 / P150,000コンシューマブル6時間まで

Le grand condominium 130 valero street Salcedo village, Makati ☎0915-098-5735
🕒月~木曜 11時~22時/金曜 11時~24時/土・日曜 16時~22時
📍kobejonesph.business.site
📍kobejonesph 📧kobejonesph



Photo Credit: Kobe Jones

Caruso Ristorante Italiano

カルーソ・リストランテ・イタリアーノ

創業20年の老舗イタリアン。世界的な有名人やイタリアの大使など各著名人も訪れる名店。高級感があり、落ち着いた雰囲気の内装は友人同士やデートなどの特別な日、ビジネス、会食など様々なシーンでも利用できる。マニラで知っておくべきお店の1つ。



Photo Credit: Caruso Ristorante Italiano

料金 ●個室 25名 / P70,000
●店舗貸し切り 60名 / P195,000+SC (月・火曜)、P220,000+SC (水・木曜)
※金~日曜は貸し切り不可

LRI Bldg., 210 Nicanor Garcia St., Poblacion
☎02-8895-2451/0915-679-4829 🕒11時~20時
📍CarusoRistoranteItaliano 📧carusoristoranteitaliano

Cirkulo

シルクロ

日本人の間でも人気の高いスパニッシュ。タパスに限らず、パエリアなど多くの伝統的なスパニッシュを揃えると同時に、シルクロオリジナルのメニューも取り入れ充実したメニューを提供。



Photo Credit: Cirkulo

料金 ●個室10~14名 / P15,000+10%SCコンシューマブル
●店舗全体80~100名 / P150,000+10%SCコンシューマブル

MilkyWay Building, 900 Arnaiz Ave., corner Paseo de Roxas, Makati
☎02-8810-8735/02-8810-2763/0927-136-1305
🕒11時30分~14時, 17時~21時
📍www.elcirkulo.com 📍CirkuloRestaurant 📧cirkulo_makati

I'm Angus Steakhouse

アイム・アングス・ステーキハウス

大賞
PPPP

人気デリカテッセン「サンティス」と同じWerdenbergグループがお届けするステーキハウス。少し照明を落とした落ち着いた空間は友人同士の集まりでも接待でも大いに活躍が望める。店名が示す通りアングスビーフがメニューの主役で、こちらはアメリカから輸入。ステーキ以外のメニューもクオリティーが高く、ハズレがない。



Photo Credit: I'm Angus Steakhouse

- 料金**
- 個室 16~24名 P50,000
 - 店舗貸し切り / P120,000
 - メインダイニング45名 / P80,000 (コンシューマブル)

7431 Yakal St., San Antonio Vill., Makati
☎02-8892-5852
🕒11時~15時 / 18時~23時 📅日曜
🌐i-am-angus.com.ph 📘Steakhouse.ImAngus 📷im_angus_steakhouse

Chesa Bianca

チェサ・ピアンカ

大賞
PPPP

サンティスのスイス人オーナーが自らプロデュースしたスイスの本格家庭料理が味わえるレストラン。スイス料理定番のチーズフォンデュは、女性でも飲みやすいスイスワインに合わせるのがおすすめ。スイスの伝統的なウッドパネルを使った壁やカントリー風の家具は温かみがあり、とてもアットホーム。誰と行っても素敵な時間を過ごせること間違いなしの優秀レストラン。



Photo Credit: Chesa Bianca

- 料金**
- 店舗貸し切り P70,000コンシューマブル
 - メインダイニング 45名 / P60,000
 - 個室 30名 / P20,000 (コンシューマブル、4時間まで)

7431 Yakal St. San Antonio Village, Makati City
☎0916-235-1026 or 8892-7524 🕒11時~18時30分(ラストオーダー18時ごろ)
🌐Chesa.Bianca 📷chesa_bianca

Ironman's Steakhouse

アイアンマン・ステーキハウス

大賞
PPPP

日本人経営。近江牛、宮崎牛、US ANGUSなど世界各地の特選BEEFが勢揃い。日本人シェフによる各種コースメニューも充実。伊勢海老やホタテなど鉄板焼き料理も美味しいお店。



Photo Credit: Ironman's Steakhouse

- 料金**
- 個室8名、鉄板前7名
 - 店舗貸し切り可能、応相談
 - 最高47名収容。セミナー向けの教室形式のテーブル配置可能

G/F Ayala Malls Circuit, Carmona, Makati City
☎0992-856-5835 / 02-8811-0144
🕒10時~22時
🌐IronMansSteakHouse

鉄板大河内

Teppan Okochi

大賞
PPPP

マカティ・ロックウェルのパワープラントモール1階に店舗を構える鉄板焼きをメインにした和食レストラン。店内は鉄板焼きカウンターと個室で構成されており、商談にも利用できるスペースだ。自慢のお好み焼きは大阪の味を再現。



Photo Credit: Teppan Okochi

- 料金**
- 個室20名
 - 店舗貸し切り150名 / P400,000前後

Lopez Drive, Power Plant Mall, Rockwell Center, Makati
☎0906-248-3942
🕒月~木曜 11時~22時 / 11時~23時
🌐teppan-okochi-japanese-steakhouse.business.site
🌐teppanokochi 📷teppanokochi

Estate Wine

エステートワイン

大賞
PPPP

レガスピビレッジ、サルセドストリート1階のRepublic Glass Building1階に構えるワインショップで、英国最古のワイン&スピリッツ商であるBerry Brothers & Ruddの独占販売代理。



Photo Credit: Estate Wine

- 料金**
- 12人 / P15,000コンシューマブル、3時間まで(スタンディングの場合25人まで収容可。)
 - ※スナックのみ持ち込み可。ご飯や香りの強い料理は持ち込み不可

G/F Republic Glass Bldg., 196 Salcedo St., Makati ☎02-8804-5028
🕒10時~19時 📅日曜
🌐estatewine.com.ph 🌐estatewine
📷estatewine

The Wine Club

ザ・ワイン・クラブ

小賞
PPPP

カリフォルニアのワイン名産地であるナバ、バレーとソノマのワインを数多く取り揃えるレストラン。隠れ家的なこの店は販売はもちろん、おいしい料理と一緒にワインをグラスで安く楽しむこともできる。



Photo Credit: The Wine Club

- 料金**
- 個室 6~10名 / P15,000コンシューマブル
 - 店舗貸し切り P50,000コンシューマブル 4時間まで

101 Aguirre Street, Legaspi Village, Makati ☎02-8893-778
🕒10時~20時 📅日曜
🌐wineclub.ph 🌐wineclubph
📷wineclubph

Milky Way Cafe

ミルキーウェイ・カフェ

大賞
PPP

1962年創業の老舗フィリピンレストラン。カレカレ、ディヌグアン、カルデタ、アドポンシット、ハロハロなどのフィリピン料理は特に有名。奥には大きなパーティールームあり、少人数から12~150名のお集まりにも最適。

- 料金**
- 10~12名 / P6,000+10% SCコンシューマブル。2時間を超えた場合1時間につきP1,000+10%SC追加
 - 30名 / P12,000+10% SCコンシューマブル。2時間を超えた場合1時間につきP2,000+10%SC追加
 - 30~40名 / P30,000+10% SCコンシューマブル。2時間を超えた場合1時間につきP2,500+10%SC追加
 - 50~80名 / P55,000+10% SCコンシューマブル。2時間を超えた場合1時間につきP5,000+10%SC追加
 - 100~150名 / P85,000+10% SCコンシューマブル。2時間を超えた場合1時間につきP5,000+10%SC追加



Photo Credit: Milky Way Cafe

MilkyWay Building, 900 Arnaiz Ave., corner Paseo de Roxas, Makati
☎02-8843-4124 / 02-8843-7124 / 0966-634-5792 🕒11時~21時
🌐 cafe.milkywayrestaurant.com 📘 milkywaycafemakati 📷 milkywaycafe_makati

Romulo Cafe

ロムロ・カフェ

大賞
PPP

日本人の間でも人気のフィリピン料理店。戦後フィリピン外交に尽力したカルロス・ロムロ氏の経歴や功績がモノクロ写真とともに飾られ、歴史も感じることができる。

- 料金**
- 個室25名 / P20,000
 - メインダイニング貸し切り 35名 / P35,000
 - 2階貸し切り / 50~60名 / P55,000
 - 店舗全体貸し切り 150名 / P125,000 (コンシューマブル、4時間まで)



Photo Credit: Romulo Cafe

148 Jupiter, Saturn, Village, Makati
☎8478.6406 / 8691.9069 / 0917.152.3814 / 0915.561.1888
🕒11時~15時、18時~23時
🌐 www.romulocafe.com/rc-makati
📘 Romulo-Cafe-188209314663046/
📷 romulocafeiph/

Haru Korean Restaurant

ハル・コリアンレストラン

小大賞
PPP

焼肉はもちろんのこと、本格的な韓国家庭料理も種類豊富に取り揃える。ひろびろとした店内には、パークウンターの他、個室も完備!パーティや小さな会食にもぴったり。11時~17時の間はP699でアンリミテッド焼肉を提供。

- 料金**
- 個室6名×2部屋、12名×1部屋 一人 / P1,000
 - 貸し切りはメニューにより料金が異なる (要相談)



Photo Credit: Haru Korean Restaurant

1/F #37 Polaris street barangay Bel-Air Makati
☎999-814-1511 Viber: 0995-278-1800
🕒11時~22時
📘 harucuisine2020

Bornga Korean Restaurant

ボンガ

大賞
PPP

ソウルに本店があり、フランチャイズでアジアに80店舗以上を持つ、韓国人も一押し料理店。お肉のクオリティーはもちろん、サンチュの種類と量の多さにも定評があり、マカティでも人気の高い韓国料理店の一つ。

- 料金**
- 個室 25名 / P25,000コンシューマブル
 - 店舗貸し切り 110名 / 一人P3,000 3時間まで



Photo Credit: Bornga Korean Restaurant

Ayala Avenue Extension cor. Malugay St., Makati
☎0905-318-8282 🕒10時30分~22時
📘 BorngaMakatiBranch
📷 bornga_philippines

Kaya Korean Restaurant

カヤ・コリアンレストラン

大賞
PPP

韓国料理レストランで外せないのは、1993年創業のこちらの老舗。お客様の3割は日本人。平日はビジネスマン、週末になるとゴルフ帰りのお客さんも多い。個室が6室あり、最大80人までの団体もOK。人気ニューはユッケ、焼肉、石焼ピビンバ、チャプチェ、パジョン、冷麺など。

- 料金**
- 個室10名、20名、40名、60名 / P10,000++コンシューマブル



Photo Credit: Kaya Korean Restaurant

62 Jupiter St., Makati City
☎02-8895-0404
🕒11時~15時、17時~22時
📘 kayarest 📷 kayakoreanrestaurant

Azuthai

アズタイ

大賞
PPP

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。10年の経験を持つバンコク出身のWateeシェフが腕によりをかけて作る家庭料理は種類豊富。

- 料金**
- 個室10~12名P10,000コンシューマブル+10% SC
 - 個室25~30名P20,000コンシューマブル+10% SC
 - 店舗全体50名P60,000コンシューマブル+10% SC



Photo Credit: Azuthai

G/F Milkyway Bldg., 900 Arnaiz Ave., cor. Paseo de Roxas, Makati
☎02-8813-0671 / 02-8817-6252 / 0927-136-1306
🕒11時30分~14時30分、17時~21時
🌐 www.azuthai.com 📘 azuthairestaurant
📷 azuthai_makati

People's Palace

ピープルズ・パレス

賞
PPP

モダンな雰囲気のあるグリーンベルトのタイ料理店。美しく盛りつけられた目にも美味しいタイ料理を堪能できる。ガーデンエリアがあり、夜はキャンドルライトに照らされ雰囲気は抜群。

- 料金**
- メインダイニング80名 / ランチ P150,000++、ディナー P200,000++
 - ガーデンエリア40名 / P120,000++コンシューマブル



Photo Credit: People's Palace

Greenbelt 3- Ayala Malls Greenbelt, Makati
☎77292888 / 77294375 / 09178194375
🕒11時~22時
🌐 www.peoplespalacethai.com
📘 peoplespalacethai 📷 peoplespalacethai

Pardon My French

パードン・マイ・フレンチ

賞
PPP

2022年にオープンしたばかりのフレンチレストラン。一見落ち着いた雰囲気ファインダイニングレストランだが、夜はライブバンドのパフォーマンスも行っており、80年代などのレトロミュージックを楽しめる場となっている。

- 料金**
- 店舗貸し切り 120名 / P300,000 (日・月曜)
 - 2階貸し切り 60名 / P150,000 (火~日曜)
 - 個室20名 / P40,000 (火~日曜)
 - 個室12名 / P25,000 (火~日曜) (コンシューマブル)



Photo Credit: Pardon My French

110 Jupiter St., Makati ☎0917-823-0091
🕒11時~15時、17時~24時 🌐月曜
📘 pardonmyfrenchmanila
📷 pardonmyfrenchmanila

Dr. Wine

ドクター・ワイン

大賞
PPPP

上海で10年以上同名のワインバーを営んできたフランス人オーナーが2018年7月にオープン。ロックウェルに住むエキスパットやフィリピン人の富裕層が足繁く通う人気店。1階がメインダイニング、3階には個室、ルーフトップにはバーがある。BGCにも支店あり。

料金

- メインダイニング60名、アルフレスコエリア30名 / P80,000 (月~水 12時~16時、P150,000 (月~水 16時~21時) P250,000 (木~日曜 12時~16時)、P300,000 (木~日曜 17時~21時)
- 個室 30名 / P30,000 (月~水曜)、P55,000 (木~日曜)
- ルーフトップ90名 / P200,000 (月~水曜)、P300,000 (木~日曜)

G/F 5921 Algier St., Brgy. Poblacion, Makati City ☎0917-563-8811
 ●月~木曜 17時~翌1時 / 金曜 17時~翌2時 / 土・日曜 12時~翌2時
 f dr.winepoblacion @drwine.poblacion



Photo Credit: Dr. Wine

Blackbird

ブラックバード

大賞
PPPP

アジアやヨーロッパの味を取り込んだモダンな料理がグルメの間で大人気。お店に使われている建物は、マカティに空港があった頃の名残であるNielson Towerと呼ばれる管制塔を改造したもの。雰囲気最高。

料金

- 2階 22名 / P40,000 (ランチ)、P80,000 (ディナー)
- アルフレスコエリア140名 / P80,000 (ランチ)、P160,000 (ディナー)
- アルフレスコエリア280名 / P160,000 (ランチ)、P320,000 (ディナー)
- 店舗全体 180名 / P250,000 (ランチ)、P550,000 (ディナー)、P660,000 (ピークシーズン) (全てコンシューマブル)

Nielson Tower, Ayala Triangle, Makati City ☎02-8828-4888 / 02-8828-1937 / 0917-889-2782 ●11時~22時
 www.blackbird.com.ph
 f BlackbirdAtTheNielsonTower
 @blackbirdatthenielsontower



Photo Credit: Blackbird

Bondi & Bourke

ボンダイ・アンド・ボーケ

大賞
PPPP

マニラで指折りのオーストラリア料理レストラン。料理を手掛けるのはシェフ歴20年、セブのブティックホテルで5年間務めた経験のあるオーストラリア人のWade氏。具だくさんの分厚いハンバーガーやガッツリ食べられるステーキなど、多彩なメニューを提供する。

料金

- 店舗貸し切り P40,000コンシューマブル / 3時間

G/F Cattleya Condominium, Salcedo St, Legazpi Village, Makati ☎0998-840-6268
 ●11時~22時
 f bondiandbourke.com f bondibourkeph
 @bondibourkeph



Photo Credit: Bondi & Bourke

Three Squares Cafe + Bar

スリースクエアカフェ+バー

大賞
PPPP

パソナタモエクステンションのKarrivin Plaza内にあるThree Squares Cafe + Bar。インテリアは清潔感があり、おしゃれな空間のカフェだが、お酒や食事メニューも豊富でレストランとして利用できる。女子会やミレニアル世代の軽いパーティに向いていそう。

料金

- 個室12名
- 店舗全体40名 平日P5,000、土日祝日P6,000コンシューマブル、3時間まで。人数オーバーの場合6名につきP700コンシューマブル追加。時間オーバーの場合1時間につきP1,500コンシューマブル追加。

2/F, The Alley at Karrivin, Karrivin Plaza, Chino Roces Avenue Extension, Makati ☎0917-856-6221 / 0977-424-0275
 ●10時~19時
 f threesquarescafebar
 @threesquarescafebar



Photo Credit: Three Squares Cafe + Bar

BGC

おがわ

Ogawa

小大
PPPP

数々の国の和食店を手がけた実力派シェフ小川さんが腕を振るうBGCのOGAWA。純粋な日本料理がコンセプト。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。コストパフォーマンスが良く、ランチも人気。おすすめは3000ペソからの「おまかせコース」。

料金

- 個室 部屋によっては4~16名、全5部屋 / P6,000~12,000

2/F Fort Entertainment Center, 5th Avenue Corner 28th Street 1630 Fort Bonifacio, ☎0917-856-4292
 ●火~日曜 12時~22時 ●月曜
 f ogawa.manila @ogawa.manila



Photo Credit: Ogawa

焼肉A5徳

Yakiniku A5

大賞
PPPPPP

2020年オープン。東京銀座コリドー街など日本国内に30店舗以上展開し、マニラでもマカティとBGCに店舗を持つ。日本から空輸した黒毛牛のA5ランクのお肉を使用し、焼きには七輪(炭火)を使用。ピビンバ、冷麺など、焼肉店に欠かせないメニューも充実。おすすめの和牛サーロイン (P2,250) はBGC店の限定メニュー。アットホームな店内は気取らない接待にも、女子会などにも使えるような空間だ。すべてのテーブルには、高精度の吸煙口を完備。

料金

- 半個室10名、半個室14名

The Fort Strip, 7th Ave, Taguig ☎0960-546-9961
 ●11時30分~23時
 f yakinikua5tokubgc
 @yakiniku_a5_toku_bgc



Photo Credit: Yakiniku A5

福田屋

Fukudaya

東京、ハワイで飲食店を展開しているグループのマニラ支店。伝統的な和食、寿司に加えて創作和食も人気。アルフレスコのテーブルは開放感がある。フィリピンで採った質の良い材料はもとより、日本から直送の吟味した食材を使用。

料金 ●個室 4~5名 / P6,000+SC、10~12名 / P12,000+SC
●店舗貸し切り 料金は要相談

Unit 7, The Plaza, Arya Residences, McKinley Parkway cor. 8th Avenue, Bonifacio Global City
☎0927-264-0171
🕒11時~15時 / 17時~22時
📍fukudaya.ph 📱FukudayaPhilippines
📷fukudaya.ph



Photo Credit: Fukudaya

小 大 貴
P P P

TED - The European Diner

ザ・ヨーロッパ・ダイナー

BGCのアップタウンモールに店舗を構え、イタリアン、スパニッシュ、ギリシア料理をひとつの店舗で楽しむことができるレストラン。シェフは北イタリアで生まれ育ち、ホテルの飲食業界で長年の経験を持つ。ガーデンをイメージしたインテリアは天井も高く広々とした空間。

料金 ●個室45~50名 / P60,000、35名 / P20,000
●店舗貸し切り P80,000++
●アルフレスコ20名 / P20,000++

G/F Uptown Mall, 9th Ave., Bonifacio Global City, Taguig City
🕒日~木曜 11時30分~22時 / 金・土曜 11時30分~翌2時
📍ted.bgc 📱ted.bgc



Photo Credit: The European Diner

大 貴
P P P

L'entrecôte Corner Bistro

レントレコット・コーナー・ビストロ

フランス語でサーロインステーキを意味するl'entrecôte。その名の通り店の看板メニューはステーキ。スイス生まれのオーナーシェフが手掛ける。

料金 ●2階貸し切り 10~15名 / P25,000 (月~木曜ランチ)、P30,000 (金・土曜ランチ、月~木曜ディナー)、P40,000 (金・土曜ディナー)
●2階貸し切り 15~25名 / P30,000 (月~木曜ランチ)、P40,000 (金・土曜ランチ、月~木曜ディナー)、P50,000 (金・土曜)
●店舗貸し切り(1・2階) 120名 / P300,000

Unit A Bellagio II Burgos Circle at Forbes Town Center Bonifacio Global City 1634 Taguig
☎0915-885-7622 / 02-8856-4858
🕒11時~24時
📍l'entrecotebistroMNL 📱l'entrecotemnl



Photo Credit: L'entrecôte Corner Bistro

大 貴
P P P P

Empty Stomach BGC

エンプティ・ストマック BGC

イタリアンやアメリカン、フィリピン料理など提供するカフェ&ラウンジ。曜日によりイベントやショーが行われる。内容はFacebookページでチェック。フィリピンのショーを見たい人にはおすすめ。貸切可。

料金 ●個室25名
●VIPエリア20名
●店舗貸し切り150名 (平日P100,000、土日P150,000コンシューマブル)

2/F Fort Pointe Bldg., Fort Strip, 28th St. cor. 7th Ave., Bonifacio Global City, Taguig City
☎0917-701-9698
🕒月~木曜 11時~24時 / 金・土曜 11時~翌4時 / 日曜 11時~翌2時
📍emptystomachbgc 📱emptystomachph



Photo Credit: Romulo Cafe

大 貴
P P P

Manduca Taberna

マンドウカ・タベルナ

オーソドックスなスペインの家庭料理が自慢で、スペイン、オーストラリア、ローカルなどの厳選された上質な素材を使っている。上質なお酒をリーズナブルな価格で提供しており、シェフのおすすめはスパニッシュワイン。

料金 ●店舗貸し切り100名 / P150,000
●2階のみ 35名 / P35,000 (いずれも4時間まで)

31st corner 4th Ave., Bonifacio Global City, Taguig City
☎0917-146-4852
🕒8時~24時
📍manducamn1 📱manduca_mnl



Photo Credit: Manduca Taberna

大 貴
P P P

Caravan Black

キャラバンブラック

コーヒーや玄米などを使ったヘルシーなGrain Bowlsが人気。夜はカクテルやワインも提供。普段は賑やかな雰囲気のカフェも25名までで1万ペソで貸切可能。おしゃれなお店でエキスパートにも人気が高い。

料金 ●店舗全体25名 / P10,000コンシューマブル

G/F Seven Neo Bldg., 4th Ave., Bonifacio Global City, Taguig City
☎0917-122-8795
🕒日~木曜 8時~19時 / 金・土曜 8時~21時
📍caravanblackcoffee 📱caravanblackcoffee



Photo Credit: Caravan Black

大 貴
P P

UCC Clockwork

UCCクロックワーク

UCCは誰もが知っている、フィリピン各地に40店舗近く展開するカフェチェーンだが、実は料理も充実。カクテルやサングリアなどのお酒も提供、支店によっては個室を完備しており、パスタやサラダも充実している。

料金 ●10名 / P5,000コンシューマブル (3時間まで。それ以降は別途料金有)

Burgos Circle Park Forbestown Center, BGC Taguig Center
🕒7時~24時
📍ucc-apac.com/ph 📱UCCclockwork
📷uccclockwork



Photo Credit: UCC Clockwork

小
P P P



その他エリア

一本槍

Ipponyari

工場エリアの日本人の憩いの場「一本槍」。近隣のフィリピン人にも大人気。1996年創業、ラグナ、バタンガス、カピテに支店を出し、近日アラバン店もオープン予定。日本人客のニーズに合わせてメニューも豊富。各支店には12人から50人のパーティまであらゆるシチュエーションに対応できる個室を完備。

料金 ●個室12名、20名(詳細は店舗にお問い合わせ)

2/F Piazza Bldg., Sta. Rosa-Tagaytay Rd., Brgy. Don Jose, Santa Rosa Laguna
☎049-541-1634
🕒月～土曜 11時～14時30分、17時～23時 / 日曜 11時～14時30分 / 17時～21時30分
📍ipponyarijapresto 📷 ipponyari



Photo Credit: Ipponyari

The Black Pig

ザ・ブラック・ピッグ

2013年にオープン間もなく食通の間で話題となり、今でもアラバンのレストランの中で根強い人気を保っている。ミシュラン星付きのレストラン出身のスペイン人シェフが手掛ける。

料金 ●個室12～15名 / P15,000コンシューマブル
●店舗貸し切り 70名 / P100,000コンシューマブル

2/F Commerce Center, Commerce Ave., Muntinlupa City
☎0917-845-0744
🕒11時～10時30分 📍theblackpigbar.com
📍theblackpigmanila 📷 blackpigph



Photo Credit: The Black Pig

La Cabrera

ラ・カブレラ

ブエノスアイレス店はラテンアメリカのトップ50レストランに常にランクイン。そんな名店のアジア唯一の支店が、フィリピンのマカティとオルティガスにある支店だ。スタイリッシュな店内での熟成肉のステーキは◎。

料金 ●個室25名
●半個室20名
●メインダイニング55名

Mezzanine Level, Tower Wing, EDSA Shangri-La Hotel, Ortigas
☎0905-290-0703 🕒11時～21時
📍lacabreramania 📷 lacabrera_mnl



Photo Credit: La Cabrera

Royal Sakura

ロイヤルさくら

マラテの本格日本食店。「フィリピンで味わえる本物の日本の味」を提供すべく、長年の経験を積んだ日本人シェフ2名が厨房を率いる。料理には厳選された食材が使用され、日本から輸入されている食材も多いとの事。おすすめはお刺身の魚介系、すき焼きなどですが、何を食べても美味しくコスバが良いと評判。4人、6人、10人と個室があり80名程度まで貸切可。マラテのRemediosサークルから徒歩1分。



Photo Credit: Royal Sakura

料金 ●個室4名、6名、10名
●店舗貸し切り 1階32名 / P80,000 2階 58名 / P124,000

534 Remedios Street, Malate, Manila
☎0906-552-4498 (Globe) / 0949-439-8274 (Smart) / 02-8244-7950 (Landline)
🕒11時～14時30分 / 17時～23時
📍royal-sakura-phil.com 📍RoyalSakuraJapResto 📷 royal_sakura.jpnrst

元葉

Genba

料理人を目の前で見ることができ、高級な日本食を堪能できる伝統的な日本料理店 割烹・元葉。炉端焼き、刺身、寿司などの料理長自慢の料理には、厳選した新鮮な食材を使用している。「美味しい料理はもちろん、料理人の包丁さばきや盛り付けを楽しみください。」と親方は語る。



Photo Credit: Genba

料金 ●個室1～4名、6～8名、18～20名 (料金はなし)

Unit 101, K1 Center By Prestige Bay, Block 5, Lot 22, Abueva Ave., Aseana City, Paranaque
☎0919-000-0666 🕒12時～14時、17時～24時 📍Genbaph 📷 genbaph

和らぎ

Yawaragi

ホテルオークラの5階アトリウムロビーにある「和らぎ」。ビュッフェは水～土曜ランチがP2,950、日曜ランチがP4,300、水～日曜日ディナーはP3,150。ビュッフェは貸し切りでも利用できる。日本の名物料理やフィリピンの人気料理を取り入れたインターナショナルグルメを提供。和モダンな雰囲気の中で食事を楽しめる。

料金 ●個室10名 / P15,000++ (月～木曜ランチ)、P20,000++ (月～木曜ディナー)、P28,000++ (土曜ランチ)、P30,000++ (金～日曜ディナー)、P45,000++ (日曜ランチ)
●店舗貸し切り100名(料金は要相談) 4時間まで

2 Portwood Street (formerly Palm Drive), Newport World Resorts, Newport City, Pasay
☎02-5318-2888 / 0917-842-9067
🕒朝食 6時30分～10時30分 / ランチ 12時～14時30分 / ディナー 18時～22時 / 深夜 22時～24時
📍www.hotelokuramanila.com/dining/yawaragi 📍hotelokuramnl



Photo Credit: Yawaragi

山里

Yamazato

小大
PPPP

1962年に東京のホテルオークラに開業以降、伝統をふまえた日本料理を提供し、高い評価を受けてきた「山里」。マニラ店は2019年にオープン。

鉄板焼きカウンター付きの個室や寿司カウンターを併設する全90席の高級和食レストラン。雰囲気の良い店内でのオーセンティックな懐石料理を提供。2002年にはヨーロッパの日本食レストランとして初めて、アムステルダムの山里がミシュラン一つ星を獲得。以来マカオやバンコク、台湾へと店舗を広げてきた。



Photo Credit: Yamazato

- 料金**
- 個室10名 / P20,000++ (ランチ)、P25,000++ (ディナー)
 - 個室8名 / P15,000++ (ランチ)、P20,000 (ディナー)
 - 個室18名 / P40,000++ (ランチ)、P50,000 (ディナー)
 - 鉄板焼き付き個室8名 / P30,000++ (ランチ)、P40,000++ (ディナー)
 - 鉄板焼き付き個室5名 / P20,000++ (ランチ)、P30,000++ (ディナー)
 - しゃぶしゃぶ用個室8名 / P30,000++ (ランチ)、P35,000++ (ディナー)

2 Portwood Street (formerly Palm Drive), Newport World Resorts, Newport City, Pasay
 ☎山里: 02-5318-2888 Okura At Home: 02-5318-2815 / 0917-818-9868
 ☎火~日曜 ランチ 11時30分~14時30分 / ディナー 17時30分~21時30分 ☎月曜
 🏠 www.hotelokuramanila.com/dining/yamazato 📱 hotelokuramnl

酔仁

Suijin

小大
PPPP

カビテのカルモナに構える和食居酒屋。リーズナブルなお刺身、焼き鳥、とんかつ、唐揚げ、おでんに小皿料理など。普段使いできるお店。ゴルフ帰りの日本人、近隣にお住まいの日本人にも人気のお店。



Photo Credit: Suijin

- 料金**
- 個室4名×2部屋、8名×1部屋
 - 店舗貸し切り 32名 1時間 / P10,000

PUREGOLD Carmona 9052 Remington Plaza
 Gov. Drive Polabcion 8 Carmona Cavite
 ☎046-443-4991 / 0977-839-1873
 ☎月~金曜 11時30分~14時、17時~21時 /
 土曜 11時30分~21時 / 日曜はご予約のみ
 📱 lzakaya Suijin 酔仁

Prologue

プロローグ

大貴
PPPP

ケソンとグリーンヒルズに2店舗あるカフェレストラン。コーヒーやラテに定評があるが、ここのインターナショナル料理が人気。料理の種類はパスタ、ピザ、パン、スコーン、生牡蠣など多岐に渡るが全てのクオリティーが高い。それもそのはず元ひらまつフレンチミシュランシェフが手がける店。



Photo Credit: Prologue

- 料金**
- 個室12名
 - 店舗貸し切り80名 (料金は店舗にお問い合わせください)

OSquare 2 Greenhills Shopping Center, San
 ☎0939-861-7018
 ☎月・火曜 11時~22時 / 水~日曜 11時~18時
 🏠 prologue.ph 📱 prologue.ph 📱 prologue.ph

Lola Cafe

ロラ・カフェ

大貴
PPPP

おしゃれな雰囲気やWiFiでフィリピン料理を楽しむたい人におすすめのLola Cafe。マニラに4店舗あり、今回はS Maison店をご紹介。広いアルフレスコエリアはマニラ湾をバックに。たまには違った雰囲気やパーティをしたい人におすすめ。



Photo Credit: Lola Cafe

- 料金**
- 店舗全体80名
 - アルフレスコエリア30名
 - バーエリア20名
 - メインダイニング35名。1名P700~900 (メニューによる)

2/F S Maison Conrad Mall, Pasay City
 ☎0917-108-3370 / 02-8805-7649
 ☎日~火曜・金曜 10時~21時 / 木曜 10時~23時 /
 土曜 10時~翌1時
 🏠 lolagroupe.com 📱 lolacafe.ph 📱 lolacafe

XO 46 Heritage Bistro

エックスオー・46・ヘリテージ・ビストロ

大貴
PPPP

日本人の口にも合うフィリピン料理は?と聞かれたら、おすすめできるレストランのXO 46。料理の見た目はモダン風でも伝統の味は失われておらず、本格的なフィリピン料理を味わうことができる。



Photo Credit: XO 46 Heritage Bistro

- 料金**
- 30名 / P30,000
 - 35名 / P50,000
 - 50名 / P45,000
 - 70名 / P55,000
 - 80名 / P60,000
 - 店舗全体80人名 / P75,000 (各コンシューマブル)

2/F, S Maison, Conrad Manila
 ☎02-8553-6566 / 0945-615-8255 / 0927-590-7335 ☎10時~22時
 🏠 xo46filipinostore.ph 📱 XO46HeritageBistro
 📱 xo46heritagebistro

Santis Deli-Cafe

サンティス・デリカフェ

小大
PPPP

各地に13店舗構える老舗デリカテッセン。ヨーロッパの食材、ワイン、生ハムやチーズ、その他生鮮を揃え、日本人の間でもよく知られた人気店。カビテのシランに構える支店はカフェとしても営業し、イートインができるようになっている。



Photo Credit: Santis Deli-Cafe

- 料金**
- 店舗貸し切り 60名 / 一人P1,500のスペシャルセットメニューの注文が必須。3時間まで

Km. 52 Aguinaldo highway Buho, Silang Cavite
 ☎046-14-2337 / 02-8514-5120 / 0927-696-1825 ☎6時~18時
 🏠 www.santis-deli.com 📱 SantisDelicatessens
 📱 antisdelicatessen

Deo Gracias

デオ・グラスアス

小大
PPPP

ケソンにあるおしゃれなスペインッシュレストラン。一軒家を改装したレストランはパーティにもってこい。いつもと違った場所での忘年会はいかが? ゆったりとしたアルフレスコエリアがあり少人数可。個室は10名から20名まで。



Photo Credit: Deo Gracias

- 料金**
- 個室10名 / P12,000コンシューマブル
 - 16名 / P23,000コンシューマブル
 - 20名 / P30,000

12 11th Jamboree St., Quezon City
 ☎02-7005-6741
 ☎月~土曜 11時~15時、17時~24時 / 日曜
 11時~15時、17時~22時
 📱 deogracias.ph 📱 deogracias.ph

フィリピンで味わう日本の伝統料理、寿司
熟練の職人が「匠の味」をお届けいたします
個室、お座敷もご用意しております



厳選された食材
CAREFULLY HANDPICKED
INGREDIENTS



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



極上の空間
JAPANESE FINE DINING
AMBIENCE



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

大枡
DAIMASU

🌐 <https://daimasu.ph> ☎ +63 27-121-5200

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

🕒 11:30-14:00, 17:00-22:00 (日定休)
各種クレジットカードがご利用いただけます

ご予約・会員登録



※オープン・営業時間の最新情報は、PRIMERサイト (https://primer.ph/) をご覧ください。

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 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-土 16:30~22:00 Monday - Saturday

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



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, Legaspi 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



一度食べたなら忘れられない! こだわり尽くした一品。



らーめん 島田
RAMEN SHIMADA

坦担麵

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

営業時間 午後3:30~午前4:00 (月曜 定休日)

☎ 0910-939-6492 ramenshimada

MISAKI 三 C 号

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。



目の前で焼いてくれる鉄板焼き

VIP Room

刺身盛合せ

Misaki Bistro
Unit 14, 15, 16, Little Tokyo, 2277 Chino Roces Ave. Makati City
☎ 0919-792-7777

misakiphilippines
misakibistro

各種日本酒やウィスキーも揃えています

食べ物・レストラン

旅行・観光

美容・ファッション・インテリア

生活・健康

エンターテインメント

※オープン・営業時間の最新情報は、PRIMERサイト (<https://primer.ph/>) をご覧ください。

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)

C/F Makati Cinema Square, Amorsolo St., Makati City
02-7728-2072
11:00~ UNAKICHIMAKATI

Grab Food

NAKAJI
JAPANESE RESTAURANT

OPEN
MONDAY TO SATURDAY
5PM TO 11PM
☎: 09152802288

AMORSOLO ST
152 ADELANTADO ST, GERVASIA HOTEL G/F,
LEGAZPI VILLAGE, MAKATI

Kobe Jones イギリス人シェフが提供する、本格和食とステーキのお店です。

マカティ、サルセド・Kobe JonesのオーナーシェフTomさんは日本で修行、本格的な和食とステーキをご提供します。バーカウンターもある落ち着いた店内で、ぜひ至極のひとときをおすごしください。日本酒イベントも開催中!

+63 915 098 5735
kobejonesph 5:00 pm - 10:00 pm

IRON MAN'S
STEAK HOUSE Ayala Malls CIRCUIT

鉄板焼き特選和牛ステーキが大人気!!

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。

Facebook IRONMAN MAP

アイアンマン ステーキハウス
0922 856 5835
ゴルフ後の仕上げに最適(駐車場完備)

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

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

※オープン・営業時間の最新情報は、PRIMERサイト (<https://primer.ph/>) をご覧ください。

LA CABRERA

THE PERFECT GIFT BOX FOR THOSE WITH AN APPETITE FOR CELEBRATION

CALL FOR DETAILS
+63 905 290 0703
+63 967 236 7940

CIRKULO

RESTAURANT

料理のお持ち帰りもできます。冷凍食品も販売しております。

日本語メニューもご用意しております

1995年の創業以来、シルクロではタバス、バエリア、サングリアなどを続けて提供してまいりました。Gambas al Ajillo、Lengua Sevillana、Cochinillo Asado など定番のスペインッシュや、Slow Roasted U.S. Beef Belly with horseradish cream、Paella Montaña with Portobella Mushrooms、Huevos Rotos、65 degree eggs with shoestring potatoes、crispy sucking pork sisig などの看板料理を、当店のシェフ J Gamboa がお届けいたします。

02-8810-8735 / 02-8810-2763
0927-136-1305

Ground Floor MilkyWay Building 900 Arnaiz Ave.,
corner Paseo de Roxas, Makati City 1200

chefjgamboa@elcirkulo.com * www.elcirkulo.com

Chef J. Gamboa | Dining Room

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

MCMANIS FAMILY VINEYARDS CABERNET SAUVIGNON

大好評頂いていますマックマニス。再入荷致しました!

+632 8804-5028

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

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

日本人が手がける洋菓子店

普段のお茶菓子からプレゼントまで、幅広いシーンで喜ばれるパイストリーやケーキをご用意しています。

11月からクリスマスギフト販売開始!

日本人パティシエが監督しています

0917-851-9636 | 02-8833-2826

7602 Sacred Heart St, Corner Metropolitan Ave, San antonio village
9:00 - 18:00 PatisserieBebeRouge

HARU

Korean Restaurant and Korean Grocery Store

ポブラシオンに新韓国料理レストランOPEN!

ポブラシオンの新しい焼肉レストラン HARU Restaurant では、美味しい焼肉はもちろん本格的な韓国家庭料理をご提供しています。個室、カウンターバーもあり、またケー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。

📍 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, Bacoor Cavite, Caloocan, Quezon City

食べ物・レストラン

旅行・観光

美容・ファッション・医療

生活・情報

ビジネス



Wagyu Manila
JAPANESE BEEF RESTAURANT

セブ島でNo.1の 韓陽苑焼肉がマニラに上陸!

11月のプロモ
仙台牛肩ロース
薄切りカルビ
1人前380ペソ



ブランド和牛 各種ギフト承ります

和牛マニラでは松阪牛神戸牛 オリーブ牛を中心に
ステーキギフト、すき焼ギフト、焼肉ギフトを
お客様の御予算御要望に合わせて承っております。
是非お気軽にお問い合わせ下さい。

ご宴会メニュー

和牛マニラ全店ではお客様のご予算ご要望に合わせて
パーティーご宴会メニューをご提供させて頂いております。



ブランド牛多数取り扱っています

マカティ店

☎ 02-851-60-305 ☎ 0939-888-3412 / 0945-551-0601

11:00~15:00 / 17:00~22:00 (L.O 21:30)

Unit G-A Marvin building plaza, 2153 Chino Roces, Makati city, Makati, Philippines

マラテ店

☎ 02-851-68-148 ☎ 0981-590-4061

11:00~15:00 / 17:00~22:00(L.O 21:30)

1615 (Unit 9) J. Bocobo Street Bellagio Square Malate Manila



CARUSO

RISTORANTE ITALIANO

CARUSO RISTORANTE ITALIANO

伝統的なイタリアン料理の中でもよりすぐりの
イタリアン料理をご提供しております。
ぜひ当店にお越しいただき、イタリアの本場の味と
雰囲気をご堪能ください。



Bistecca all Fiorentina



Roasted potato



Bocelli and Caruso

世界的に有名なテノール歌手、アンドレア・ボッチェリ氏は2016年に行われた一夜限りのコンサート「Cinema World Tour」の成功を祝して、Caruso Ristorante Italiano を訪れました。イタリアの Massimo Roscigno 大使とイタリア商工会議所会長の Sergio Boero 氏などの著名人も参加。ボッチェリ家のブドウ園で生産されたボッチェリ・プロセッコのフィリピン発売開始の記念にボッチェリ氏がこのレストランに来店されたことをオーナーである Emilio Mina 氏は誇りに思いました。

Andrea Bocelli: 有名なオペラ歌手であり作曲家である彼もカルーソのお客様です。



(02) 8895-2451 / 09 15-679-4829

210 Nicanor Garcia St. Bel Air Makati City

Business Hours: 11:00 am - 8:00 pm (営業時間は変更になる場合がございます。ご確認ください。)

[f Caruso Ristgorante Italiano](#) • [✉ ancaffe_caruso@yahoo.com](mailto:ancaffe_caruso@yahoo.com) • www.carusoristoranteitaliano.com



※オープン・営業時間の最新情報は、PRIMERサイト (<https://primer.ph/>) をご覧ください。



Rice is Life!

キムチ焼肉 ライスバーガー P 249

Rice is Life! フィリピン人はお米が大好き。だからフィリピンのモスではライスバーガーが一番人気です。日本と違いフォークを使って具材とご飯を混ぜていただきます。お米は白米がガーリックライスをお選びいただけます。日本の美味しさをフィリピンスタイルで召し上がれ!



NEW OPEN!

アラバントウンセンター店

アラバントウンセンター地下1階に10月下旬オープンいたします。日本の美味しさとおもてなしをお楽しみください。ご来店お待ちしております。



住所: UNIT 1023-1025 GROUND LEVEL,
ALABANG TOWN CENTER, BRGY.
AYALA ALABANG, MUNTINLUPA CITY

キッズメニューも
あるよ!



マニラでも日本の味
モスバーガーです。

- グロリエッタ店
- SMメガモール店
- ロビンソンプレイスマニラ店
- Food Track BGC店
- ロビンソンガレリア店
- イーストウッド店
- バンテージカピトリオ店
- アラバントウンセンター店 **10月下旬OPEN**
- Food Trackブルーベイウォーク店 **11月OPEN予定**
- Food Trackヴァーティスノース店 **11月OPEN予定**

ALL YOU CAN MEAT

JAPANESE SHABU - SHABU AND YAKINIKU

4/L Japantown Top of the Glo
Glorietta 2, Ayala Center, Makati City

@shaburiandkintanph
MOBILE: 09178115625 TEL: (02)7719-5141

MUGEN GROUP
Avail your Mugen Group Card at the nearest participating store to enjoy exclusive perks.

Japanese Bento KITCHEN

No. 22 Jupiter St., corner Galaxy St.
Brgy. Bel-Air, Makati City

Text, call or message us via Viber to order
0976 289 6845

PAY VIA GCash

GCASH QR CODE

GRABFOOD QR CODE

FOODPANDA QR CODE

※オープン・営業時間の最新情報は、PRIMERサイト (https://primer.ph/) をご覧ください。

Primer web
「2021年焼肉部門」
**アクセス
ランキング
1位**

マカティで 和牛を美味しく!お得に!



**日本三大和牛
「近江牛」を生産牧場から毎月直送!**

特別な日には
肉ケーキを!



サプライズ肉ケーキで
パーティを盛り上げましょう!



焼肉
JAPANESE
YAKINIKU RESTAURANT
HIRO

TEL 0917-133-2828 (日本語対応可)

1D.PALANCA ST. cor. Dela Rosa St. Legaszpi 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!





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。

New open
ロックウェル
近く



豚骨だけど
さっぱりスープ!

プレミアム豚骨ラーメン
Premium Tonkotsu Ramen



具たくさん!
さっぱり味の夏の定番!

冷やし中華
Hiyashi Chuka(cold ramen)



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



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
ポプランオ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 18時~3時(月定休)

**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

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

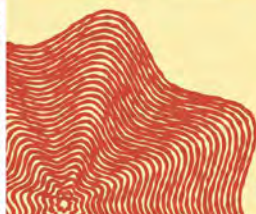


amano

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



Manduca
 マンドウカ

BGCで注目の新しいスパニッシュレストランといえばこちら。オーソドックスなスペインのコンフォートフードが自慢で、スペイン、オーストラリア、ローカルなどの厳選された上質な素材を使っている。また、シェフのAmado氏曰く、お酒はなるべくリーズナブルな価格で提供できるようにしている。シェフのおすすめはスパニッシュワイン。日本人のお客さんにはタパスやステーキ、そしてワインが人気だそう。

📍 1/F Commerce Center Bldg, Bgc 31st cor. 4th Ave., 1634 Fort Bonifacio
 ☎ 0917-146-4852
 🕒 8時~24時
 📷 <https://www.facebook.com/manducamnl>
 📷 https://www.instagram.com/manduca_mnl/



SMオーラ (BCG) でステキなカフェ時間♡

📷 @estbakery 📷 estbakerycafe



HAPPY HOUR



海鮮鍋始めました!
 ローカルビールが半額のハッピーアワー
 (日曜日~木曜日)もやっています!
 ご予約・ご来店をお待ちしております!

HAPPY HOUR
50% OFF

Local Beers
 Lemon Chu - Hi (Lemon Dou)
 Classic Cocktails
 Sunday - Thursday From 5PM to 8PM



Fukudaya Japanese Dining
 Unit 7, The Plaza, Arya Residences, Mckinley Parkway, BGC, Taguig City
0927-264-0171
 Monday to Sunday 11am to 3pm, 5pm to 10pm

※オープン・営業時間の最新情報は、PRIMERサイト (<https://primer.ph/>) をご覧ください。

ヨーロッパの味覚の旅へ!

TED - The European Diner

TEDは、イタリア料理とスペイン料理を中心に、洗練されたワインやカクテルと組み合わせ、本物のヨーロッパ体験を提供するマニラで最初のレストランです。

オーナーシェフのパオロとヘッドシェフのジャン、そして彼らのチームによる本物のレシピで、あなたをヨーロッパの味覚の旅へ誘います。

営業時間

日曜日~木曜日 | 11:30~22:00
金・土曜 | 11:30~翌2:00

G/F Uptown Mall, 9th Avenue, BGC,
Taguig City (タグギグシティ
アップタウンモール、9番街)



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/>



TORIYA KANBE JAPANESE RESTAURANT BGC

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 Kushiya Kanbe



l'entrecôte The CAB Flambée

US Certified Angus Beef 12oz Sirloin
and a 6oz Tenderloin Steak
flambeed with Chateau De Laubade Armagnac.

Served with
a Fole Gras "Carbonara Spaghetti", Truffle French Fries,
and a cheesy Mushroom Risotto.

Plus: Our Secret Herb Butter Sauce, Red Wine Sauce and Fine Sea Salt.

0915 8857622

(02) 8856 4858

@lenticotestbistroMNL

www.lenticotestmanila.com

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



Good for
2 to 3 persons



We recommend
this Special Wine:
Clos du Val
Cabernet Sauvignon 2015
Napa Valley, USA



おでんハウス

ODEN HOUSE Japanese Restaurant

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



おでんハウスジャパニーズレストラン

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



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

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



Marilao, Bulacanに5/18

NEW OPEN

NLEXの
入り口・
出口から
アクセス抜群!

かつてのポブラシオ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



さくら

Royal Sakura
Japanese Restaurant

マラテに本格日本料理店 新規オープン!

日本の味が恋しくなったらロイヤルさくらへ!!

マニラはマラテ中心部に本年4月末に新規開店!

「フィリピンで味わえる、本物の日本の味」

にこだわり、長年の経験を積んだ日本人シェフが
日本から取り寄せた食材で腕を振ります!
静かに寛げる、ゆっくりご商談もできる、

多くの個室をご用意しております。

ご家族と、ご友人と、お仕事
のお仲間と、ご商談にと、是非ご利用くださいませ。
日本クオリティでおもてなしさせていただきます。



【Royal Sakura Japanese Restaurant】

534 Remedios St. Malate, Manila
Open Everyday 11:00-14:30, 17:00-23:00
0906-552-4498 (Globe)
0949-439-8274 (Smart)
02-8244-7950 (Land)
e-mail: info@royal-sakura-phil.com
ご予約は日本語どうぞ!



ホームページ



Primerを見て新規ご来店頂いたお客様にサーモン刺身一皿サービス致します!

※オープン・営業時間の最新情報は、PRIMERサイト (<https://primer.ph/>) をご覧ください。

Genbaは、新鮮で栄養価の高い、高級な食文化をご提供します。
新鮮な食材、シェフの卓越したカットと調理の技術、そして絶妙な盛り付けをお楽しみください。
Genbaは、「人と品質を第一」という経営理念のもと、質の高い料理とサービス、快適なお部屋と上品な和の空間を提供し、食を愛するすべての人々に思い出しに残るひとときをお届けしています。

午前11時30分～午後2時
午後5時～午前0時30分

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

0919 0000 666

2F Alabang West Parade

一本槍・アラバン店

11月

OPEN!

一本槍

IPPON YARI

JAPANESE RESTAURANT

※くわしくはFBをご覧ください。

ご飯は全て新潟産こしひかりを使用。
これぞ銀しゃり!

刺身鉢盛り (P1360)

大名ちらし (P495)

広東麺 (P360)

かつ丼 (P355)

鍋焼きうどん (P385)

ざるそば (P280)

ハイボール (P105)

サンタロサ、カランバ、
リマ、アラバンの和食なら

ipponyarijapresto

詳細はこちら

食べ物・レストラン

旅行・趣味

美容・ファッション・医療

生活・健康

ビジネス

謹製おせち

三の重
伊勢海老雲丹ソース焼
鮑旨煮 鶏照焼き
鮭レモン焼 鰯西京焼
帆立貝黄味ソース焼
和牛サーロインアスパラ巻
山里特製黒豚角煮
菊花大根甘酢漬け
干柿レーズンチーズ巻
青梅甘露煮



一の重
金箔黒豆 鮭昆布巻
数の子 亀甲付け
田作り 伊達巻
紅白小袖蒲鉾
栗金団 海老艶煮
蟹拵巻 小蛸柔煮
いくら 醤油付け
穴子八幡巻
はじかみ生姜
メ鯖紅白生寿

二の重
葉付金柑蜜煮 絹さや
和牛ローストビーフ
大黒しめじ 小手毬麩
蟹つみれ団子 南瓜
子持ち鮎昆布巻
里芋煮 筍煮 椎茸
梅人參煮 鰻山椒煮
松笠くわい揚煮
手網蒟蒻 花蓮根
管牛蒡 印元

写真はイメージです。内容は食材の仕入れの都合により変更となる場合がございます。

おせち三段重 PHP 36,500

おせち二段重 (一の重、二の重)

PHP 25,500

価格には、12%の付加価値税、10%のサービス料、および該当する地方の市税が含まれています。

数量限定、ご予約制にて承ります。

12月15日までにご予約ならびにご決済をお願い申し上げます。

おせちは、12月31日 (14時から

17時まで) に山里店頭での

お引渡しとなります。

ご注文、お問い合わせは

お電話にて承ります

TEL +63 2 5318 2888

+63 917 818 9868

山里

YAMAZATO

※オープン・営業時間の最新情報は、PRIMERサイト (<https://primer.ph/>) をご覧ください。

カピテカルモナの居酒屋 酔仁 ～SUJIN～

ゴルフ帰り、お仕事帰りに是非お立ち寄りください。



焼き鳥、レバー串、砂肝串、手羽先など揃えています。

☎ 046 443 4991 ☎ 0977 839 1873
 LANDMARK: PUREGOLD CARMONA | 9032 REMINGTON PLAZA GOV. DRIVE POBLACION 8, CARMONA CAVITE
 平日 11:30～14:00 / 17:00～21:00
 土曜日 11:00～18:00 日曜日 御予約のみ




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





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。看板料理のリップアイステーキは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

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
 @philippineprimerで検索!

facebook
 いいね!
 最新情報はこちらから!

twitter

SNSでプライマーをチェック!

食べ物・レストラン

旅行・観光

美容・ファッション・医療

子育て・教育

ビジネス

プロ
直伝!

今晚のおかず

The Simple Japanese Food

Soya Milk (日本語: 豆乳) (英語: soy milk)

Chef TAKASHI

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



For inquiries:

t.kawasaki@simplejapanesefood.com
[youtube.com/c/simplejapanesefood](https://www.youtube.com/c/simplejapanesefood)

豆乳で作る!

濃厚坦々麺

<https://www.youtube.com/watch?v=4VDSLmuR0EY>

●材料 (1人前)

ラーメン用生麺.....1袋 (100g)	<トッピング>
ほうれん草.....10g	豚ひき肉.....50g
<スープ>	しょうがみじん切り.....3g
水.....200ml (0.8cup)	長ネギみじん切り.....10g
豆乳.....100ml (0.4cup)	油.....10g
クノールポークキューブ..1/2pcs (5g)	砂糖.....5g
ピーナツバター.....大さじ2	醤油.....5g
シラチャーソース.....大さじ1	シラチャーソース.....5g
醤油.....小さじ1	
穀物酢.....小さじ1	

●作り方 (15分)

- 1 フライパンに油をひき、トッピングの材料を全て炒める。
- 2 ①が完成したら、そこへスープの材料を全て入れ、温める。
- 3 ラーメンは別の鍋で、茹でる。ほうれん草も一緒に茹でる。
- 4 ②が温まり、③が好みの硬さにゆったら、器で合わせる。
- 5 好みのトッピングを乗せて、完成。

●Soy milk Tantan ramen

Ramen noodles ... 1pack (100g)	<Toppings>
Spinatch 10g	Ground pork 50g
<Soup>	Minced ginger 3g
Water 200ml (0.8cup)	Chopped
Soy milk 100ml (0.4cup)	onion leaks 10g
Knorr pork cube... 1/2pcs (5g)	Oil 10g
Peanut butter 2tbsp	Sugar 5g
Sriracha sauce 1tbsp	Soy sauce.....5g
Soy sauce..... 1tsp	Sriracha sauce.....5g
Vinegar 1tsp	

●Cooking Directions: Makes 1 serving (Cooking time: 15 minutes)

- 1 Make toppings. Heat oil in a frying pan and fry all the topping ingredients.
- 2 ① Once completed, add all soup ingredients and heat it.
- 3 Boil the ramen in a separate pot. Boil Spinatch together.
- 4 When ② is warmed and ③ is boiled, put it in a bowl.
- 5 Top with your favorite toppings to complete.



Point!

鍋に豆乳を入れた後は煮こぼれやすくなるので、沸騰しないように火加減を調整しましょう。盛り付けるとき茹でたラーメンを先に入れ、その後にスープをゆっくり注ぐように盛り付けましょう。そうすることによって綺麗に挽き肉が上に見えるように盛り付けられます。辛味が苦手な方はシラチャーソースで調整してください。

フィリピン食材 豆知識



豆乳は、大豆を水に浸してすりつぶし、水を加えて煮つめた汁を濾して作ります。煮詰めた汁を濾して残ったのがおからになります。ここフィリピンでは大豆を多く生産しているため、様々な大豆製品もよく見かけます。日本と同じような製法で作られるタホ (TAHO) は元々日本人がフィリピンで作り方を教えたのがきっかけで豆腐に似た呼び名になったという説があります。フィリピンでは黒蜜やフルーツをかけてスイーツとして食べることが主流です。ここ最近日本でもアジアのスイーツとして見かけることが多くなりました。バギオで食べるイチゴ味のタホも美味です。是非召し上がってみてください。スーパーへ行ってみると色々な種類の豆乳を手に入れることができます。冷蔵品はもちろん、お国柄、常温保存できるロングライフパックも多々あります。一点気を付けなければならないのはブランドによって加糖、無糖がある点。甘い飲料として飲む需要が高いため、パッケージの表記には気を付けましょう。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。

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。





七賢
SHICHIKEN

白州の清らかな水と響きあつ
銘酒をフイリピンで

名峰の巖のような力強い旨味と切れ味。
これぞ甲斐駒ヶ岳に育まれた白州の酒。

【七賢酒造正規販売代理店】
Cellar Solutions Corporation
セラーソリューションコーポレーション

CELLAR SOLUTIONS

■ショールーム (10:00 - 18:00/マカティセントラルスクエア近く)
G/F L&H Building, 2310 Chino Roces Avenue, Makati
☎+63 2 893-3270 +63 917 573-2934 info@cellarsolutions.com.ph



Shin Mikana
PHILIPPINES INC.
Main Supplier

JAPANESE GROCERY & FOOD INGREDIENTS
"Your No.1 Trusted Provider of Japanese Ingredients"

MARUKIN SUZUNARI

わさび粉
WASABIKO
Horseradish Powder

Our Branches:

- 7065 N.R. Tirona 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



季節感と品揃えにこだわる新タイプの日本食料店

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

Now Open

おうちパーティーに!
ギフトにも!

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 msuperph

最新の情報を
お知らせ

FBIはこちらから ↑ Line登録はこちらから ↑



New Hatchin
Japanese Grocery 日本食材 専門店

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

Always Fresh!

Cake Sushi Vegetable
Seafood Delica Meat

●マカティ店 ☎02-8897-7207.02-8890-1649
7602 Sacred Heart Street Corner Metropolitan Avenue,
San Antonio Village, Makati (営) 8:00~17:00 (休) 毎日営業

●マニラ店 ☎02-8400-9478
住所: 2119 A. Mabini St. Malate, Manila
営業時間: 9:00~18:00 (休) 毎日営業

●カルティマル店 ☎02-8833-8905.02-8834-1384
住所: Unit 6 Cartimar Plaza, Leveriza Street, Pasay City
営業時間: 8:00~17:00

●ケソン店
133 Katipunan Road, Brgy. St., Ignatius, Quezon City
営業時間: 8:00~17:00
sales@newhatchin.com

White Plains Branch: Like us on Facebook f newhatchin.jg



プライマー Restaurant

お腹も心も満たす
幸せなお食事のひとときをあなたに

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

プライマー 食べる

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



Himawari
自家焙煎 (Coffee Beans Roaster)

当店はコーヒースペシャリストである
SCA Deploma Holderのお店です。
お好みにあわせた焙煎を承ります。
カフェ、店舗の方もご相談ください。

詳細はこちら ↑

食べ物・レストラン

旅行・観光

美容・ファッション・医療

学習・教育

エンターテインメント

※オープン・営業時間の最新情報は、PRIMERサイト (<https://primer.ph/>) をご覧ください。

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海産物や食材、調味料などを直輸入! 店内にはお弁当・お惣菜コーナー、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いただけます(事前予約可)。

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



OMAKASE Grocery & Deli - Premium Japanese Food Market
 Ground Floor of Marvin Plaza Building, 2153 Don Chino Roces Avenue,
 Brgy. Pio Del Pilar, Makati City
 店舗前駐車場4台 午前9時00分~午後8時00分
 f omakasegroceryanddeli
 info.htj@hightower.com.ph
 Produced by Hightower J. Foods, Corp
 31-C San Victores Street, Seacom Cpd,
 San Antonio, Parañaque City



日本工場からの

直送価格 3ケースから 配送可能

安 定 供給

商品ラインナップ
充実の

など **醤油** ソース



kikkoman®

品揃えやお見積り、各種お問い合わせは
 ShopeeまたはMessengerより ▶

キッコーマン商品 フィリピン正規販売店 KTPH MARKETING



エアコンの清掃, 修理はJMCにお任せください!



COMPLETE PROTECTION
AND SAFETY GEAR

ご家庭、オフィスのエアコンに気になることはありませんか?

JMCのセールスポイント!

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



JMC Technicians

JMATERIALS CORPORATION
www.jmaterials.com

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

Contact: Vince
sales@jmaterials.com
☎ +63 905 376 8517

CHECK OUT HOW WE DO OUR SERVICES AT JMC-Daikin

レンタカー・ドライバーはお任せ下さい。

★長期月極レンタル(運転手付き)
・Php49,500 より(運転手付き)



Vios 1.3E(A/T) :
Php3,000 (10時間)



Innova 2.8G(A/T) :
Php4,300 (10時間)



Avanza 1.3E (M/T) :
Php3,500 (10時間)



Fortuner (A/T) :
Php5,000 (10時間)



GL-Grandia 3.0(M/T) :
Php5,350 (10時間)



Montero Sports (A/T) :
Php5,000 (10時間)

【ドライバー派遣も承ります】

・1日(10時間) Php1,500~

・1ヶ月(週5日) Php25,000~

A. Watanabe Car Rental (ABLE CAR SERVICES)

a.watanabecarph@gmail.com (日本語対応可)
Tel: 02-8277-1032 / 02-7505-8743
CP: 0917-311-3027 / 0917-300-2067
http://ableph.wixsite.com/able-car-services/car-rent
(New Office): 316 Duhat St. Domembo
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。



連載



No.15 トレーニングを続けることで広がる世界!

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

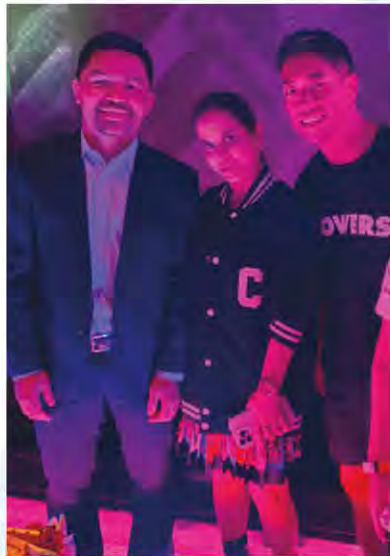
■ パックヤオに会いました!

みなさん! 自慢させてください!!

冒頭から唐突に失礼ですが、先日埼玉で行われたR I Z I Nという格闘技イベントでメイウェザーと朝倉未来の試合が行われ、とある縁からその試合に招待してもらって見に行ってきました! 朝倉陣営にはマニー・パックヤオがコーチとして招かれ、朝倉未来本人もフィリピンへ渡り、パックヤオ氏のジムで練習していたのが本人のYOUTUBEにもあがっていましたが、そういったフィリピンも絡んでいる経緯から、ボクがマニーで筋肉を通じて得た出会いをきっかけに、今回招待してもらえることに繋がりました! 今回で筋トレのメリットはモチベーションだけではなく実感しました! 『モチベーションと実感したことがないせ』というご意見はお断りさせていただきます。しかも試合の後の銀座で行われたシークレットパーティーにも呼んでもらって、パックヤオ氏と話して写真も撮らせていただきました!

比国のヒーローと対峙した感想は、ベンチプレス対決ならボクが勝るけど、ピクピクな方なのに謙虚な低姿勢さはボクのKO負けでした。しかし、隣に居られたジンキー・パックヤオことパックヤオ氏の奥さんの方が強そうでした(笑)。目力やオーラなどいろいろ込みで、一緒に撮った写真を見ていただくとなんとなくわかると思います(笑)。あと、パックヤオ氏と写真を撮りにきていた、今大会のスポンサーだった湘南美容外科クリニックの社長

の娘さんの顔が整いすぎていてびっくりしました(笑)。やはり美容業界のトップに君臨する血筋のポテンシャルはすごいんだ、と実感しました。ポテンシャルだと信じたい(笑)。そのほかにもYouTuberのてんちむ、ソフトバンク Mの白戸家でお馴染みのダンテさんなどが居られてお話しすることが出来て、なんだか異世界を感じてきました。それもこれもフィリピンで筋肉していたおかげです。



■ やり続けることで得られる副産物

トレーニングで得られるメリットは、外見や内面も

含め様々ですが、今回感じたことは、トレーニングに限らず、自分が没頭できることを周りに遠慮することなくやり続けると、それが自分の幸せなオーラとなり周りに伝染し人生が好転していくのだということです。これは理屈では説明できないけど、自分を幸せにしてあげることに労力を注ぐことが、周りを幸せにすることに繋がるのではないかと思います。

南国で目覚めた筋肉ゴリラが偉そうに人生の哲学を語っていますが、その人の価値はその人の周りにいる人で測れるのではないかと感じます。その点ではボクは恵まれすぎています。今回のお話もちろんそうですが、帰国したにもかかわらず未だ記事を書かせていただいているプライマーさんはじめ、読者の方々ともこうして繋がれていることに感謝です。

すべては筋肉がきっかけです! ボクの場合は!
(笑)何も没頭できることが見つからない方は、ぜひ筋トレ始めてみてください! カラダや内面はもちろん、出会う人々を通じて人生好転するはずですよ!!

執筆者: ポギ金子

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

pogi_kaneko
 Line 2204s



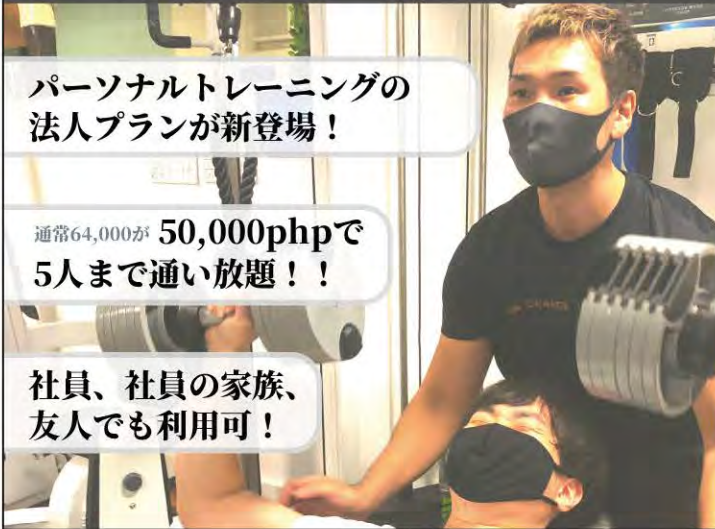
社長!!

これが社員の健康を促進する
最も簡単な方法です!!

パーソナルトレーニングの
法人プランが新登場!

通常64,000が **50,000php**で
5人まで通い放題!!

社員、社員の家族、
友人でも利用可!



会員様のリアルな声

通い始めて1ヶ月もしないうちから
長年あった肩こりや首のこりが改善されたことに驚きました。

体つきも徐々に変わってきて、とても嬉しいです。
一人でトレーニングするよりも 楽しい上に、しっかりと追い込めるので、
今後も通い続けたいと思っています。(C.Kさん)

マンツーマンのパーソナルトレーニングはもちろん、
ほかのメンバーと一緒にトレーニングする時間も楽しいです。

もう運動が生活の習慣になり、やめられなくなりました(笑)
自分ではそこまで変化に気づいていなかったのですが、
トレーニングを始めて数ヶ月経った頃、周りの友達や久しぶりに会った人に
「締まった」「一回り小さくなった」と言われ、嬉しかったです。(kumlさん)

マニラ唯一の日本人トレーナーが経営するパーソナルジムです

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0時~19時、日曜定休



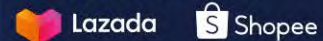
先着5社限定!
今すぐ公式LINEから
問い合わせる →→→



LEVEL UP ANY SPORT

- Ready-to-drink BCAA
- Helps improve endurance
- Helps reduce muscle fatigue

NOW AVAILABLE ON



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

ezy
LIFESTYLE

ランドリーサービス開始記念!全サービス10%割引!
アプリからの予約で「15%割引」(11月30日まで)

週2回

ピックアップ・デリバリー
EZYランドリーサービス
マカティ& BGC



定額制:3,500PHP/月

今なら初月:2,300PHP/月

●サービス内容:

- ①折たたみ返却 ②アイロンがけ返却
- ③ドライクリーニング(4着/月まで、5着以降は追加料金)

●対象コンド

Makati: Park Terraces, One Rockwell,
Residences at Greenbelt
BGC: One Serendra, Two Serendra

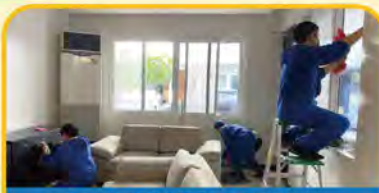
※どどん拡大予定(ご希望コンドがありましたらお問い合わせください)

- 1回にお預かり可能な量:70cm×65cmのランドリーバックに入る量になります。詳しくはお問い合わせください。

●ランドリーサービス 問い合わせ先:

jpdesk@ezy-lifestyle.com

担当:石村



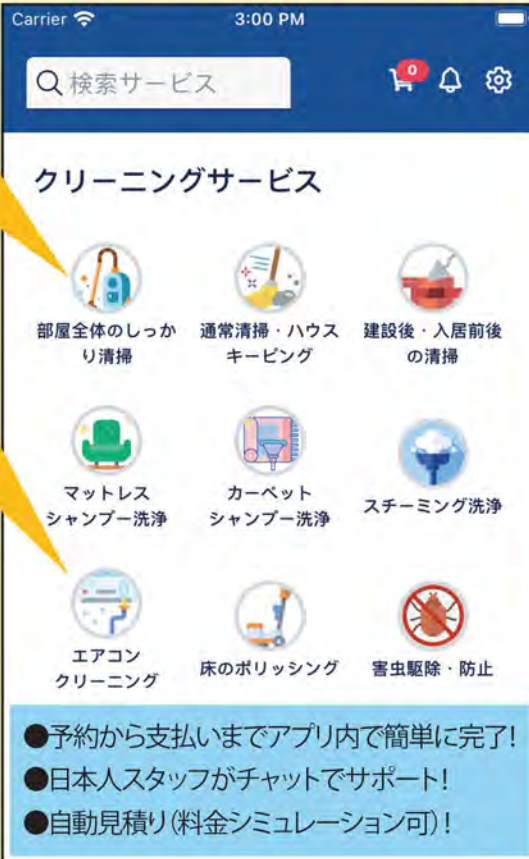
しっかり清掃 P 2,750~



エアコン清掃 P 1,320~



※アプリからお申込の場合、手続き完了後に日本人スタッフが割引などの調整を行います。
※ご質問は下記担当にお問い合わせください。



クリーニングサービス

- 部屋全体のしっかり清掃
- 通常清掃・ハウスケーピング
- 建設後・入居前後の清掃
- マットレスシャンプー洗浄
- カーペットシャンプー洗浄
- スチーム洗浄
- エアコンクリーニング
- 床のポリッシング
- 害虫駆除・防止

- 予約から支払いまでアプリ内で簡単に完了!
- 日本人スタッフがチャットでサポート!
- 自動見積り(料金シミュレーション可)!

お掃除コラボ 「HISAMITSU」 & 「EZY LIFESTYLE」



コラボ企業様
募集中!

今回はオルティガスオフィス内の照明・窓の清掃、椅子とカーペットの洗浄をお願いしました。全体的に綺麗にさせていただきましたが、特にカーペットの汚れを落としていただき満足しています。有難うございました。(Country Manager 小野寺様)



Hisamitsu 久光製薬 マニラ支店
電話: (02)7956-3609

今回は、「久光製薬マニラ支店」様のオルティガスオフィスの清掃をさせていただきました。もともと全体的に綺麗でしたので、カーペット洗浄とオフィスチェアの洗浄を重点的にさせていただきました。終了後、小野寺様、遠藤様からお礼の言葉と「サロンパス」をいただきました。有難うございました。(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



SHARP



蚊取り機能付き空気清浄機

Air Purifier with Mosquito Catcher

蚊媒介感染症を防止します。

1
Attracts mosquito with
UV Light



2
Enticing
Black Body



3
Ideal mosquito's
Entrance Size



5
Powerful catch by
Strong Glue
Sheet



4
Guides mosquito by
Powerful Air
Flow & Suction



- 5段式蚊取り装置
- のり付きシート
- UVライト
- HEPAフィルター
- プレフィルター



FP-JM40P-B 30 sq.m

HIGH-DENSITY 7000

World's First!
Air Purifier with
MOSQUITO
CATCHER



除湿機能付き空気清浄機

Air Purifier with Dehumidifier

HIGH-DENSITY 7000

- 自動除湿機能付き
- 洗濯物の脱臭効果
- カビ・ウイルス活性化防止



DW-E16FP-W 24 sq.m



HIGHLY RECOMMENDED
FOR PEOPLE
WITH ASTHMA
& ALLERGIC RHINITIS



プラズマクラスターイオン空気清浄機

空気中のウイルスや細菌を最大99.9%除去します。



RECOMMENDED FOR HOSPITAL/CLINIC
AIR PURIFIER

FP-J60E-W 48 sq.m HIGH-DENSITY 25000

病院・クリニックにおススメ!
空気清浄機



ヘルメットの消毒にも
使用できます。

RECOMMENDED FOR PERSONAL USE CAR
ION GENERATOR FOR CAR

IG-NX2E-B 3.6 sq.m HIGH-DENSITY NEXT

パーソナルカーにおススメ



RECOMMENDED FOR RESTAURANT
AIR PURIFIER WITH HUMIDIFIER

KI-L80P-T 62 sq.m HIGH-DENSITY 25000

飲食店におススメ!加湿空気清浄機



RECOMMENDED FOR PERSONAL USE
WEARABLE

IG-NM1-W 80 cm HIGH-DENSITY 25000

学校におススメ!
装着機能付きイオン発生機



RECOMMENDED FOR HOME/BEDROOM
AIR PURIFIER WITH IOT (INTERNET OF THINGS)

FP-J80EP-H 62 sq.m HIGH-DENSITY 25000

家の中・寝室におススメ!
IoT機能付き空気清浄機



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。

空気中に浮遊する新型コロナウイルスに対し、30秒で91.3%
減少する効果を実証

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



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)



Summer Cruise Diving Resort

日本人経営のダイビングスクール! PADI講習は日本語で受講できます!

MMCから2時間のバタンガスで
ダイビングライセンスを
安全に!リーズナブルに取得!

Summer Cruise Diving Resort
 ✉ maki3677@gmail.com ☎ 0969-241-7880
 Facebook Summer Cruise Diving Resort 🌐 www.asiacruise77.net
 住所 Brgy. Balite, San Luis, Batangas

オーナー高柳豊文(左)

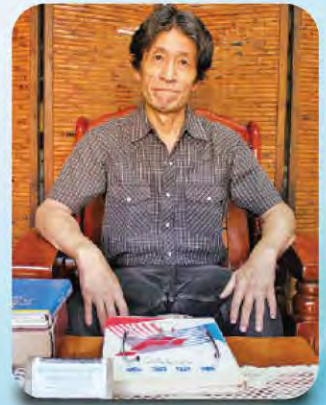
鍼・指圧マッサージ総合漢方センター

25年間、駐在の皆様のご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、操体など自分の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) 鍼はこちらへ (営)13時~20時・予約制(時間外・往診はご相談ください) | (休)なし



TOKYO HEALTHLINK

ご予約・お問合せ:
0917-808-8874
japanese@tokyohealthlink.net

Unit R2 El Molito Bldg., Madrigal Ave. Alabang, Muntinlupa City, Metro Manila

東京ヘルスリンク アラバン

アラバンザボテ通り

健康診断

- 胃カメラ
- 大腸カメラ

各科目診察

- 総合診療科
- 産婦人科
- 耳鼻科
- 呼吸器科
- 外科
- 眼科
- 心療内科
- 内科
- 整形外科
- 循環器科
- 糖尿病科
- 皮膚科
- 小児科
- 泌尿器科

超音波・レントゲン・臨床検査

リハビリテーション

患者様から大人気!

田中医師
総合診療医

健康診断の結果、最近の体の変化、不調、気になることが少しでもありましたらお気軽にご相談ください! 日本語でご説明致します。

フィリピンの最新情報をお届けします!

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



@philippineprimerで検索!

SNSでプライマーをチェック!

LINE 友だち追加

facebook いいね!

twitter

YouTube フィリピンプライマーで検索!

最新情報はここから!

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 2397



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。

- 定期検診 ● コロナ抗原検査 ● RT-PCR
- Japanese Help Desk 常駐でキャッシュレス診療可能な海外旅行保険が増えました。

● 美白及び脱毛
を始めました。



神戸クリニック KOBE CLINIC

UG, Festival Supermall, Filinvest Alabang Muntinlupa City, Philippines

☎ 02-842-5405 📧 kobclinic.ph 📧 toshikobclinic@yahoo.co.jp

営 9:00~18:00(月-土), 10:00~18:00 (日)



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 ● 最新デジタル機器完備
Acero Dental Clinic・Acero Dental Center
アセロデンタルクリニック (マカティ) アセロデンタルセンター (マカティRiseタワー隣)

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



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



invisalign

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
Dermatology + Dentistry

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



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



プライマー ブログ 検索



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
Globe:0926-632-3637

0968-608-3446
0906-469-4775



J&J Need Massage

400/hr

2hrs minimum massage
in any hotel room massage
service and price may vary
by location

Services offer: Swedish massage, Shiatsu massage,
Thai massage, Twin massage, Couple massage,
Foot massage, Deep tissue massage, Ventosa,
Bodyscrub, Ear candling

Services area's: Makati, Pasay, Bgc,
Mandaluyong, Parañaque, Malate, Pasig,
Ortigas, San Juan, Sta Ana, Manila

Contact details:
Globe: 09959920965/09666395257
Smart: 09993416068/09696204248
Landline: 8996-1345

@jnneedmassageofficial @jnneedmassage
jnneedmassage 09959920965
jnneedmassage 09959920965

Rodeo Spa Alabang

アラバンでNO1マッサージ!

Swedish Oil Massage
P800 - 1 HOUR
P1,200 - 1.5 HOURS
P1,400 - 2 HOURS

Shiatsu Dry Massage
P900 - 1 HOUR
P1,300 - 1.5 HOURS
P1,600 - 2 HOURS

Lava Stone Massage
Signature Massage
P1,600 - 1.5 HOURS
P2,100 - 2 HOURS

**RODEO SPA ALABANG
VIP CARD
MEMBERSHIP**

GOLD
Get 10% OFF all Massages

PLATINUM
Get 20% OFF all massages

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

MIT Meralco PLDT ZAPOTE Pure Gold ATC

Seven Angels Massage

24時間対応 自宅、コンドミニウム、ホテルなど、ご連絡いただいた
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

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 Pasay P800
Makati P800 Malate P800
Ortigas P1000 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






マニラにある日系幼児教育施設

ウィズこども園



Childcare Center Whiz Inc. UNIT 209, 1ST FLOOR PARK WEST VERITOWN,
7TH AVE. CORNER 36TH ST. BGC, TAGUIG CITY
TEL: 02-8529-2129 info@whizkids.jp https://whizkids.jp/ @whizjapan



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、真の国際人へ!



【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

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

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。

📍 4F Ricogen Building, 112 Aguirre St., Legazpi Village, Makati City
☎ 02-8832-5735 / 0917-154-9283
✉ pjlink.language.center@gmail.com (日本語対応)
🌐 http://pjlink-manila.com pjlink2020

ビジネス英会話プライベートレッスン



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」

(初心者でも1ヶ月で上達を実感できます。)

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。

ビジネスパーソンの体験談【テリーさん】

「体で覚える英会話」は通勤時間を勉強に充てられる
のでやりやすいです。また講師は雑談中でも文法ミス
を訂正してくれたり、意図を汲み取ってよりナチュラル
な表現に直してくれ非常に満足しています。



お申し込み、
お問い合わせは
左のQR
コードより

マカティのビジネス英会話スクール **DCEC**
Philippines

Instagram
@dceenglish

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

駐在員・日本人
学校からの人気NO.1



ステップフォワードBGC校

「オンライン英語レッスン」大好評実施中!

POINT 1



ニーズを満たす! 個別指導カリキュラム

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

POINT 2



日本人指導歴が長い! 厳選された優秀な講師陣

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

POINT 3



使える英語を身につける! 1回たっぷり50分レッスン!

短くて消化不良になることがない、1回50分の
レッスン。楽しく話せるので、50分でもあっという
間に終わるというお声を頂いております。

安心の日本人経営

対面レッスン再開!

安全・衛生面に配慮し、学校での
対面レッスンを再開しました。

料金 1レッスンあたり 700ペソ〜 (税込)
※ 20レッスン (有効期限4ヶ月) ~

営業日 月曜～金曜 7:10～23:00
土日 8:10～17:00

無料体験レッスン 受付中!

詳しくは下記までお問い合わせください

📧 info@stepforward-imp.com 📞 @dcp1344j

Unit 1602 One Park Drive, 11th Drive,
Cor 9th Ave, BGC, Taguig
🌐 https://stepforward-learning.com/
☎ 708-99953

Leopalace21と
EEI Corpとの合併
新しい日本語ス
クールです。

LearnJPは、御社フィリピン人スタッフの
日本語スキル教育に最適な新しい日本語スクールです。

YES!

WE ARE NOW

OPEN

Service offered

- 日本語学習トレーニング
- TITP/SSWに関するビジネスサポート
- 和訳・英訳・通訳サービス
- オンラインクラス

日本語学習トレーニング

- A. 日本語検定N5級向きカリキュラム 480時間 3万ペソ(@P62.5/1時間)
- B. 日本語検定N4級向きカリキュラム 520時間 3万ペソ(@P57.7/1時間)
- C. JFT (Japan Foundation Test) 200時間コース 200時間 2万ペソ(@P100/1時間)
- D. ビジネス日本語専修コース 20時間(土曜日のみ) 1クラスは6名以上 1万ペソ(1名)

VISIT us on www.learnjp.com.ph

CONTACT us on 09913762905/
0956-0921606



Leopalace21
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

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

+63-2-8801-3417
日本語でお気軽にお問い合わせください(担当:馬波 マナミ)
0915-278-5090

HP: www.leopalace21.ph.com E-mail: info_ph@leopalace21.com FB: [leopalace21philippines](https://www.facebook.com/leopalace21philippines)

**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!

LINE 友だち追加

facebook いいね!
最新情報はこちらから!

twitter

YouTube
フィリピンプライマーで検索!

HOT TOPICS in Manila

神戸クリニックが
エステサービスを開始!

神戸クリニック Kobe Clinic

アラバンの神戸クリニックがエステサービスを始めました。お肌の若返り効果が期待できるSkin rejuv 4+1パッケージでは、P4,000で毛穴の引き締め、美白、アンチエイジングを受けることができます。また、シミが気になる方へのおすすめはレーザー治療のBlack Doll (P1,499)。他にも多くのサービスを提供しているので、詳細は公式SNSでチェックしてみてください。ご自身の肌の状態が知りたい方は、まずP800でコンサルテーションを受けてみるのがおすすめ。日本人経営、安心のエステサービスで理想の肌を!

UG Flr. Festival Supermall Alabang, Muntinlupa
(02) 8842 5405
<https://www.facebook.com/kobeclinic.ph>
toshikobeclinic@yahoo.co.jp
9時~18時(月~土曜)、10時~18時(日)



エステサービスを開始



アラバンのフェスティバルモール内にあるクリニック

11月20日アイアンマンステーキハウ
スにて沖縄フードフェスティバル開催!

沖縄フードフェスティバル

沖縄祖国復帰50周年にあたる今年もマカティにて沖縄フードフェスティバルを開催します。

このフェスティバルは、食文化を通じて沖縄に関心を持ってもらい、沖縄への観光客の誘致、そして県産品の販路拡大を主な目的として、昨年より開催しております。今年の目玉は何と言っても沖縄でトップシェアを誇るオリオンビールのご紹介です。もちろん、昨年同様、沖縄そば、豆腐よう、サーターアンダギーなど沖縄の料理や酒のつまみをお楽しみ頂けます。さらに、今回はじめて、タギッグ市立大学の大学生による「エイサー」踊りをご披露しますので、この機会にぜひお越しください。

ご参加のお申し込みは2022年10月30日迄、参加者は200人にて締め切らせて頂きますが、希望者多数の際には抽選となる場合があります。下記へ早めにお申し込みください。

日時: 11月20日(日)午後4時~9時
場所: Ironman's Steakhouse G/F Ayala Malls Circuit, Carmona, Makati City.
参加費: 無料。但し、ビール2杯目からは有料にてサンミゲルビールをお楽しみください。

お申込: Philippine United Okinawa Association (PUOA)のフェイスブックページからメッセージされるか、yara@asahi.phへお申し込みください。追ってメッセージ又はe-mailにてご招待状を送付させていただきます。参加ご希望の方のお名前(アルファベットにて)と携帯番号を明記してください。



昨年11月14日、第一回沖縄フードフェスティバルの様子



ビールとつまみと肴も提供されます!

モスバーガー、アラバン店オープン!

MOS Burger モスバーガー

日本の大人気ハンバーガーチェーンのモスバーガーが、10月下旬にアラバン支店をオープンします!

2020年にマニラに上陸して以来、1号店のロビンソンガレリア店を筆頭に、フィリピン各地に展開を続けるモスバーガー。今回はついにアラバン初の支店を大型モールのアラバントウンセンターにオープンします。近くにお住いの方は、ぜひ遊びに行ってみてください!

そんなモスバーガーで今アツイのは、ライスバーガー。お米が大好きなフィリピンならではの人気商品です。おすすめはキムチ焼肉ライスバーガー (P249)。白米がガーリックライスをチョイスできます。全ての支店で注文できますので、ぜひお試しください。

Unit 1023-1025 Ground Level, Alabang Town Center, Brgy. Ayala Alabang, Muntinlupa City
<https://www.facebook.com/mosburgerphilippines>



モスバーガー、アラバン支店オープン!



フィリピンで人気、キムチ焼肉ライスバーガー

先着5社限定!
オレンジフィットネスから法人プラン登場!

Orange Fitness Club オレンジフィットネスクラブ

レガスピレッジに構える日本人経営のオレンジフィットネスクラブから法人プランが新登場!

オレンジフィットネスクラブでは日本人トレーナーが、マンツーマンで、もしくは他のメンバーと一緒に指導してくれるパーソナルジム。通常P64,000のプランが法人プランだとP50,000に!こちらのプランでは5人までジムに通い放題。社員だけでなく、社員の家族や友人でも利用できます。この機会に、ぜひ社員の健康をサポートしてはいかがでしょうか?先着5社限定なので、今すぐLINEからお問い合わせしてみてください!

Orange Fitness Club
112 Legazpi St, Legazpi Vill, Makati
月~金曜 9時~22時/土曜 8時~18時(日曜休業)



日本人トレーナーが指導してくれます!



法人向けプランで社員の健康をサポート!



先着5社!今すぐLINEからお問い合わせを

CELEBRATE WITH US!

クリスマスや新年を、心のごもったお食事で友人と一緒に過ごしませんか?
ジャーマンクラブで祝いしながら最高の思い出をつくりましょう!

RESERVE NOW AT RESERVATIONS@GERMANCLUB.PH
OR GIVE US A CALL AT (02) 8817-3552

Interested to join the German Club? Email us at membership@germanclub.ph

