



www.primr.ph



ALABANG UNPLUGGED: MUST-VISIT SPOTS & TASTY BITES



アラバンで過ごす!おすすめスポット&グルメ



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





MITSUKOSHI
BGC



JAPAN NO.1 HOME
DECOR & FURNISHING
STORE | NOW OPEN • 3/F

First store in Philippines



www.nitori.com.ph

支店でのお手続きには、 事前のオンライン予約が便利です

- BDOウェブサイト右上“Branches”→“Book a Visit”で予約可能。
- ご来店の1日前または当日からのみ行っていただけます。
- 日本語資料「支店訪問のオンライン予約をする方法」をご参照下さい。

BDOウェブサイトから、“Business”→“International Banking”→“Japan Desk”
→“個人のお客様”→“口座関連”に投稿されています。



ご来店前のオンライン予約をお勧めします!

BDO ファミリーセミナー開催のお知らせ

この度、日本人のご家族様に向けた「BDO ファミリーセミナー（参加無料/定員20名/要予約/コーヒー付）」を開催いたします。フィリピンと日本との銀行取引の違いや、活用方法をご案内させていただき、実生活に役立つヒントを共有できる場をお届けします。

日時:5月23日(木) 10:00AM~11:30AM

場所:BDO Salcedo Tower(formerly Shell House), 15F Luzon room

予約方法:(お名前/ご連絡先/お子様の同伴の有無)を(help-japanese@bdo.com.ph)宛にメール送付ください

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

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。

SHARP



ENJOY A CLEANER AND HEALTHIER AIR WITH THE ULTIMATE ALL-AROUND HOME SOLUTION

究極のオールインワンホームソリューションで、よりクリーンで健康的な空気で生活しましょう!

- Air Purifying
空気清浄
- Dehumidifying
除湿
- Laundry Drying
洗濯乾燥

JAPAN TECHNOLOGY



HIGH-DENSITY 7000

DW-E16FP-W
24 sqm.



99% PROTECTION AGAINST AIRBORNE VIRUS, BACTERIA ALLERGENS AND MICROBES



PROVIDES OPTIMAL MOISTURE IN THE AIR



REDUCES ODOR & MOLD MOLECULES



LESS DUST ACCUMULATION

Plasmacluster Ion Air Purifier

プラズマクラスターイオン空気清浄機

Deactivates Airborne Viruses and Bacteria by up to 99.9%

空中のウイルスや細菌を最大99.9%除去します。

CLEAN AND HEALTHY AIR THIS RAINY SEASON

雨の季節こそ、清潔で健康的な空気を!

AIR PURIFIER



Also available in 23, 30, 40 and 60 sq.m

FP-60E-W 48 SQ.M

AIR PURIFIER WITH MOSQUITO CATCHER



Also available in 23, 30 sq.m

FP-GM50E-B 40 SQ.M

AIR PURIFIER WITH HUMIDIFIER



Also available in 21, 28, 38 and 50 sq.m

KC-G60E-W 62 SQ.M



KI-L60P-W 50 SQ.M

WALL MOUNTED AIR PURIFIER



FU-551 KP 40 SQ.M

PLASMACLUSTER ION GENERATOR FOR CAR



IG-NX2E-B/A/W 3.6 SQ.M

SMALL TOWER



FU-NC01-W 10 SQ.M



HIGHLY RECOMMENDED FOR PEOPLE WITH ASTHMA & ALLERGIC RHINITIS



SHARP (PHILS.) CORPORATION

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

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



www.facebook.com/SharpPhilippines



@sharp.ph

ph.sharp

RAMEN R龍RON

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



海鮮ラーメン



キノコと野菜の菜食ラーメン

Enjoy a delicious bowl of Ramen by
Manila's first Ramen Master—Chef Tamura-san!

 **Rockwell**

Ground Floor, Edades Tower,
Amorsolo Dr., Rockwell Center, Makati
Store hours: 11 am - 10 pm
☎ 0917 628 7245

 **BGC**

Lower Ground Floor, Central Square,
5th Ave. cor. 30th St., BGC, Taguig
Store hours: 11 am - 9 pm
☎ 0917 136 1991

Delivery / Takeout: ramenron.pickup.ph

f @ ramenron.ph



May/Mayo
2024 05
Contents

Special Feature

アラバンで過ごす！
おすすめスポット&グルメ 06



28 フィリピン料理をご自宅で！美味しく！

45 HOT TOPICS

48 フィリピンビジネス経済ニュース

70 ビジネス烈伝

IPS, Inc. 代表取締役社長 (InfiniVAN, Inc. Chairman)
宮下 幸治 氏

ビジネスプライマー (裏面からお読みください) 48

〈表紙写真〉
ライフスタイル: Westgate, Festival Mall (プライマー撮影)
ビジネス: BGCのOre Central Tower (プライマー撮影)

Feature of the Issue

This May, join us as we explore this posh neighborhood, where an impressive selection of upscale restaurants, cafes, bars, hotels, and much more can be found. So whether you're planning to drink fine spirits, enjoy a gourmet meal, or unwind at a tranquil spa, Alabang invites you to indulge in its luxurious offerings and embrace the high life in style.



フィリピン各種マップ

特集でご紹介したレストランなどの情報GoogleMapでご覧いただけます。お店探しにぜひご活用ください。



<https://primer.ph/guide/living-guide/map>

国際線 主要航路時刻表

最新の国際線フライト時刻表は下のQRコードからご覧になれます。



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

Contact Us: Primer Media Inc.,

Tel: +63-2-8836-8381

Telefax: +63-2-8808-2163

<http://primer.ph>

Facebook: Philippine Primer

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

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

■困った時の連絡先(フィリピン国内用)

●大使館・邦人関係機関

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

●病院

マニラ日本人会診療所(マカティ) 02-8818-0880
東京ヘルスリンク
(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 05月号 Vol.193

(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



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。

アラバンで過ごす！ おすすめスポット&グルメ

プライマーウェブサイト
でもご覧いただけます！
右のQRコードを
スキャンすると
ページが開きます



マカティの南側、サンタローサの手前にある高級住宅街のアラバン。マカティやBGCに引けを取らない近代都市であるにもかかわらず、緑が多く、そして何よりも広々とした町並みはのんびりした空気が流れる。老舗モールのアラバン・タウン・センターとフェスティバル・モール、比較的新しく高級なレストランが集うモリト、ウェストゲートそしてコマースセンターの5つのモール、そして2022年にオープンしたBLOC 10が注目すべきスポット。他には6軒のホテル、カントリークラブなどもある。P2Pバスを使えば車がなくても直行でマカティから30~40分程で行くことができる。



シーサイド・ダアン・ハリ
Seaside Daang Hari

E アヤラ・アラバン・ビレッジ
Ayala Alabang Village

活用しよう！ アラバンへ直行するP2Pバス

P2Pバスはマニラ各地のモール間を往復する直行バス。時間帯によっては30分が1時間ごとに出発し、時間通りに出発するので安心できる。車内は清潔で快適。マカティからはグリーンベルト1からアラバントウンセンター間を行き来するバスが出ており、運賃片道P110。支払いはBeep card、もしくは現金で。渋滞していなければ、30分ほどで着く。



P2Pバス運賃P110
運行スケジュールは公式フェイスブックで：[f rccgp2pbus](https://www.facebook.com/rccgp2pbus)

E Seaside Daang Hari シーサイド・ダアン・ハリ

海鮮市場と複数のレストランからなる「ダンバ」と呼ばれる複合施設。市場に案内されたら食材を選び、レストランのスタッフに渡し、好みの調理法を指定。個室やKTVが完備されたレストランも多く、家族連れで賑わう。



Photo Credit: Seaside Daang Hari

A Molito Lifestyle Center モリト・ライフスタイル・センター

噴水や芝生のある広々としたエリアにおしゃれなレストランやお店が並ぶ。(詳しくは8ページ)

🏠 molito.com.ph 📘 MolitoAlabangPH



B Alabang Town Center アラバン・タウン・センター

1982年にオープンしたローカル向けの老舗モール。何度か増築を経て2012年にはおしゃれなアウトドアエリアも追加された。モールの中庭ではイベントも行われ、週末はたくさんの人で賑わう。

🏠 ayalamalls.com 📘 AlabangTownCenter

(詳しくは13ページ)



C Westgate Center ウェストゲート・センター

アラバンの中では人が少なめで、ゆっくり食事やショッピングしたい人におすすめ。おしゃれなレストランやマッサージ、スパなどが集まったエリア。会員制スーパーのS&RやホームセンターのHome Depot、ユニクロもある。(詳しくは10ページ)

🏠 www.westgatefilinvest.com
📘 WestgateAlabang



D Madison Galleries マディソン・ギャラリー

2016年にオープンした比較的新しいモール。小規模だが、レストラン、スーパー、ジム、ホームセンターなど生活に必要なお店が揃っている。

🏠 www.madisongalleries.com
📘 MadisonGalleries





のんびり過ごすならクリムゾンホテルのロビーがおすすめ!

8階のラウンジは広々としており、人の通りも少ないため静かで居心地がよく、ゆっくりしたい時におすすめ。コーヒーやサンドイッチなどの軽食メニューも楽しめる。



☎10時~22時

ホテルリスト

- The Bellevue Manila**
North Bridgeway, Filinvest City, Alabang, Muntinlupa
☎02-8771-8181
🏠 www.thebellevuemanila.com
📱 thebellevuemanila
- Vivere Hotel**
5102 Bridgeway Ave, Filinvest City, Alabang, Muntinlupa
☎02-8771-8181
🏠 www.viverehotel.com.ph 📱 viverehotel
- Acacia Hotel**
5400 East Asia Drive cor. Commerce Ave., Filinvest Corporate City, Alabang, Muntinlupa
☎02-7720-2000
🏠 www.acaciahotelsmanila.com 📱 Acaciahotels
- Azumi Boutique Hotel**
2205 Market St., Madrigal Business Park Phase III, Alabang, Muntinlupa
☎02-8869-9888
🏠 azumi.ph 📱 AzumiBoutiqueHotelOfficial
- Crimson Hotel**
Entrata Urban Complex, 2609 Civic Drive, Filinvest City, Alabang, Muntinlupa
☎02-8863-2222
🏠 crimsonhotel.com 📱 Acaciahotels
- B Hotel**
2107 Prime St., Madrigal Business Park, Alabang, Muntinlupa
☎02-828-8181
🏠 www.bhotelalabang.com 📱 bhotelalabang

H Commercenter コマース・センター

4つの映画館があり、Dolby Digital 7.1による高度なサラウンドサウンドと3D映像、広々とした座席が魅力的。レストランの数は多くないもののどれもレベルが高い。食事後に映画を楽しみたい時におすすめ。(詳しくは12ページ)

📱 commercenter

I Festival Mall フェスティバル・モール

1998年にオープン。アラバン・タウン・センターに続く老舗モールだが、2018年に人工川の周りにレストランが並ぶRiverparkと呼ばれるエリアが新オープン。モールの中には子ども向けの列車が走っており、乗ることができる。また、室内のアミューズメントパークにはローラーコースターも。(詳しくは13ページ)

🏠 festivalsupermall.com
📱 festivalmallalabang

F Muradito Home

ムラディト・ホーム
大規模な食器のアウトレットショップ。品質に定評があり、価格帯も幅広く、P150から始まる手頃な小皿から、P1,500の高級カトラリーセットまで、どんな予算にも合う品揃えを誇る。シンプルなミニマリストデザインから、豪華な骨灰磁器に至るまで、どんな食卓にも合う食器が見つかるはず。

☎9時~17時 ☎0962-041-4937 📱 muraditohomeofficial



G Bloc 10

ブロックテン
周囲の住民の憩いの場として人気のモール。2階建ての小規模なモールながらもスーパーやレストランなどが一通り揃う。子どもが走り回れるちょっとした人工芝の広場もある。中でもおすすめは、カーショールーム兼カフェのKarrera Showroom。配管むき出しのラフなインテリアがおしゃれで、展示される車は毎月変わる。パスタなどの軽食メニューとともにコーヒーやワインなどを提供し、友人とくつろげる場として若者を中心にポピュラーなスポットとなっている。

📱 bloc10filinvest



Photo Credit: Bloc 10

Molito

どこで食べようか迷ったら、まずはこちらへ。あらゆるジャンルのレベルの高いレストランが軒を連ね、どこに入っても外れはないほど。定番は、日本食の宮崎。個室もあり、接待に利用する人も多い。大人気ラーメン店・優勝軒の本店、そして姉妹店の麺処もここにある。極めつけは日本人シェフ経営のステーキ屋・ウッデンホース。その他、タイ料理、イタリアン、スパニッシュ、コリアンなど、選択肢にはとにかく困ることはない。

Wooden Horse Steakhouse

ウッデンホース・ステーキハウス

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が腕を振る。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。P1,000以下のリーズナブルなステーキも提供しており、気軽にステーキを食べたい時におすすめ。ステーキ以外のメニューも豊富で、日本食のメニューも提供。

Molito Commercial Complex, G/F Unit 2&3, Madrigal Ave. corner Alabang Zapote Rd. Muntinlupa
☎02-8659-7522 / 0927-460-2495
🕒月～金曜 11時～14時、17時～21時 / 土・日曜 11時～15時、17時～21時
📍 woodenhorsebeststeakintown
📱 woodenhorsesteakhouse



優勝軒

Ramen 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、オルティガス、セブに展開。フィリピンのラーメン店を語るうえで外せない人気店のひとつだ。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。姉妹店のMendokoro RamenbaはマカティヤBGCに店舗を構える。

Molito Commercial Complex, Madrigal Ave. cor. Alabang Zapote Rd. Muntinlupa
☎0917-836-2700 🕒10時～22時
📍 nipponhasa.com 📱 RamenYushoken
📱 ramen_yushoken



Photo Credit: Ramen Yushoken

Gardini by Dario

ガルディーニ・バイ・ダリオ

イタリア人オーナーが経営するイタリアンレストラン。小ぢんまりとした店内だが、上品な内装はランチやちょっとした接待に利用できそう。2階にも席がある。パスタやピザなど、定番のメニューが揃い、特にピザはテイクアウトのお客さんも多いとのこと。

Madrigal Business Park, Unit 17B, Building 4, Molito Commercial Complex, Ayala Alabang, Muntinlupa, 1780 Metro Manila
☎0966-857-9498
🕒12時～15時、17時～22時 / 土・日曜 12時～23時
📱 gardinibydarior



Photo Credit: Gardini by Dario



Centrale

セントラルーレ

フレンチとイタリアンを提供するカジュアルなお店。小ぢんまりとしているが、本格的なピザ窯を導入しており、これを使って焼くピザが人気。また、フレンチオニオンスープやエスカルゴなどのメニューもおすすめ。デザートにはガレットやティラミスをお試しあれ。

Molito Lifestyle Center, Muntinlupa City
☎(02) 8800-8843 / 0915-973-2923
🕒金・土曜 11時～14時、18時～翌0時 / 日～木曜 11時～14時、18時～22時
📱 Centrale 📱 centralerestaurant/



Photo Credit: Centrale



宮崎

Miyazaki Japanese Restaurant

新鮮で安全な日本食を提供している宮崎には、寿司をはじめ様々なメニューが揃う。肉類、海鮮類、野菜類など、顧客のさまざまな要望に柔軟に対応。新鮮で最高品質のネタで作られたロール寿司や刺身そして、鉄板焼きもまた絶品だ。インテリアは、居心地がよく伝統的な日本食料店の雰囲気を取り入れながらもモダンな印象。スタッフは素敵な笑顔で接客してくれるので、アットホームな雰囲気の中楽しく食事ができる。接待で利用する人も多い。

Molito Complex, Alabang, Muntinlupa City
☎02-8856-1693 🕒9時～23時
📱 miyazakiph 📱 miyazakiph



Photo Credit: Miyazaki Japanese Restaurant



Mantra Indian Kitchen & Bar

マントラ・インディアン・キッチン・アンド・バー

こじんまりとしていながらも高級感のあるインド料理店で、ビジネスマンなどが利用する。バーもあり、おしゃれなカクテルとともにインド料理を楽しむことができる。伝統のインド料理を提供し、香り高いバスマティライスを使ったビリヤニ、豆を使った栄養価の高いダールタルカをはじめ、豊富な種類のメニューがある。価格はリーズナブルと評判で、どのお皿もシェアできる量なのも嬉しい。

Molito Life style Building Unit 11 A, Alabang, Muntinlupa
☎0966-192-8803 🕒月～日曜 11時～14時、17時30分～22時
📱 mantragroup.ph 📱 mantrabistro
📱 mantrabistroph



Photo Credit: Mantra Indian Kitchen & Bar



Terry's

テリーズ

スペイン出身のベテランシェフ、テリー氏が手掛けるレストラン。1号店のパソタモ店が大ヒットし、以降サルセドビレッジやボディウム、モリトなどにも展開。日本人の間ではよく知られたスパニッシュレストランであり、接待で利用する人も多い。伝統的なスペイン料理が自慢だ。ベストセラーのPaella Negraは、イカ墨と海鮮のパエリア。



Photo Credit: Terry's



Unit 7, Building 8, Molito Lifestyle Center
Alabang-Zapote Road, cor Madrigal Ave,
Alabang
☎02-8561-4900/0915-932-5408
🕒10時~22時
🌐terryselection.com 📘TerrySelection
📷terrysph

Nara Thai

ナラ・タイ

バンコク発祥で、香港、ミャンマー、ムンバイ、スリランカ、台湾、そしてマニラに支店を構えるNara Thaiは、フィリピンのタイ王国大使館から、名誉ある「タイセレクト」を授与された。明るく開放的な店内は会食などにぴったり。静かな2階席もあり、接待にも利用できる。おすすめメニューは定番のパッタイヤやピーナッツの風味が食欲をそそるマッサマンカレー、葉にくるんだ香ばしいチキンなど。



Molito Complex Madrigal Ave, Ayala
Alabang, Muntinlupa
☎0917-139-8434
🕒11時~22時
📘narathaiph 📷narathaiph

Exchange Alley Coffee House

エクスチェンジ・アリー・コーヒー・ハウス

おしゃれな工業系インテリアは居心地がよく、主に学生やフリーランス、ジョギング帰りのお客さんに人気。エスプレッソに使われる豆は主にブラジルから取り寄せているが、その他にブキッドノンやバタンガスの農場で育てたローカル産の豆も多く使用している。サラダ、バスタ、サンドイッチ、ハンバーガーなどの軽食もあり、軽い食事を済ませるのに便利。



Unit 3, Molito Lifestyle Bldg 7, Madrigal,
cor Commerce Ave, Alabang, Muntinlupa
☎0917-817-3697 🕒7時~23時
🌐shop.each.coffee 📘exchangealley
📷each.coffee

Un Cuenca Restaurant

ウン・クエンカ・レストラン

フィリピン風味を取り入れたスペイン料理を提供するアラバンのお店。広々とした明るい空間で、家庭的な雰囲気。シェフ兼オーナーのAriel Manuel氏が提供する看板料理は、プーゴンポークレクション、ハモンセラールとチョリソ、ビステックエンセボリヤードなど。定期的に、ワイン、サングリア、ステーキの食べ放題も提供する。

Photo Credit: Un Cuenca Restaurant



Molito Lifestyle Bldg. Bldg No.5 Cluster
3 Unit 11B, Ayala Alabang, Muntinlupa
City, Metro Manila
☎02-8815-4811
🕒月~日曜 11時~14時、18時~22時
📘uncuenca 📷emunacuenca

Just Thai

ジャスト・タイ

アラバンで長年にわたり愛され続けるJust Thaiは、本場タイから取り寄せたスパイスとタイ人シェフの手による料理が自慢のタイ料理レストラン。仏像やアートワークが彩る温もりあふれる空間は、タイの伝統とトロピカルな雰囲気を融合。カジュアルな食事に最適で、座席数は40席。タイの味を気軽に楽しめるお店だ。



MOLITO LIFESTYLE CENTER, ALABANG
MUNTINLUPA, Muntinlupa City
☎02-8808-4058
🕒8時30分~21時
📘justthaiph 📷justthaiph

東京ヘルスリンク

Tokyo Health Link

マニラで暮らす人々や旅行者の健康をサポートする日系クリニック。アジアンホスピタルやマカティメディカルセンターに在籍する専門医と連携し、18の診療科目を提供。常駐する日本人スタッフによるきめ細かなサポートも魅力。健康診断、予防接種、様々な検査、最新のリハビリテクノロジー「WINBACK」を含む幅広いサービスを展開しており、気軽に相談できる体制が整っている。

Photo Credit: Tokyo Health Link



R-2 El Molito Bldg., Madrigal Ave., Ayala
Alabang, Muntinlupa City
☎02-8822-1465/0917-808-8874
🕒月~土曜 8時~18時 📷日曜
🌐www.tokyohealthlink.net 📘tokyohealthlink



Westgate

先に紹介したMolitoと同様に、レベルの高いレストランが揃っている。一軒家レストランのキャビアは、アットホームながらも洗練された雰囲気の中でファインダイニングを楽しむことができる。また、レストランに限らず、ネイルサロンやロシア人トレーナーが経営する格闘ジムなども地元民に人気だ。会員制スーパーのS&R、大規模なホームセンターのHome Depot、そしておなじみのユニクロもここに集まり、地元住民の生活を支えている。

Photo Credit: Caviar Restaurant and Champagne Bar

Caviar Restaurant and Champagne Bar

キャビア・レストラン・アンド・シャンパン・バー

Westgate Centerにあるハイエンドなフレンチ&地中海料理レストラン。シェフを務めるオランダ人のFrank氏はオーナーでもあり、更に店舗のインテリアデザインも手掛ける。入り口から入るとアットホームなラウンジとパーエリア、右手にはガラス張りのワインセラーに隔てられた豪華なダイニングエリアが広がる。食材は主にヨーロッパ諸国から輸入した上質なものを使用。ベストセラーはフランスのボルドー産の生牡蠣。また、Roast Venison Loin and Lamb Shoulder Torchonはフランスのブルゴーニュ産のベニソン（鹿肉）のステーキ。ワインの種類も豊富で、料理とのペアリングには欠かせない。生牡蠣にはシャンパン、ベニソンには赤ワイン、ホタテには白ワインがおすすめ。

Unit A-206 Westgate Center, Muntinlupa City
☎02-8552-7930 📅火曜～月曜 17時30分～22時 / 日曜 10時～14時、17時30分～22時 📍caviarrestaurantmanila 📷caviarrestaurant



Dough & Grocer

ドウ・アンド・グロセー

ヨーロッパと日本の高級ブランドのチョコレートやパン、輸入品のビーフやラム、シーフードなどを豊富に取り扱う、スペシャリティグロッサリー。2020年にオンライングロッサリーからスタートし、ケソン市、オルティガス、アラバンに実店舗をオープン。美人鍋のコラーゲンスープなど、他のグロッサリーではなかなか手に入らない食材も取り扱っている。メトロマニラ内へはデリバリーを実施している。

Westgate Center, Commerce Ave., Alabang, Muntinlupa
☎0949-777-7308 📅11時～19時
📍www.doughandgrocer.com
📍doughandgrocer 📷doughandgrocer



Neil's Kitchen

ニールズ・キッチン

Neil's Kitchenでは、シェフNeil Ramos氏が独自のアレンジを加えたフィリピン料理を提供している。主な料理にはBagoong Paella with Kare-kare、Boneless Chicken Inasal, Fried Suman, Mangga and Chocnutなどがあり、カジュアルからビジネスまで様々なシーンに対応。プライベートイベント用の会場もあり、アルコールも提供。黒白のモダンな内装がインスタ映えする雰囲気演出する。

Lot C 701 - 704, Westgate Filinvest City, Alabang, Muntinlupa, 1780 Metro Manila
☎0917-311-2916 📅月～木曜、日曜: 11時～21時 / 金・土曜: 11時～22時
📍neilskitchen.bonellis 📷neilskitchen

Photo Credit: Neil's Kitchen



Tips N' Toes

ティップス・エヌ・トウス

女性と男性向けのサービスを提供。20年以上の経験を持つ老舗ブランドで、地元でも人気のネイルサロン。マニキュア・ベディキュアはP500、ネイルエクステはP1,200～1,700。キッズ用のネイルサービスもあり、ナチュラルマニキュアがP100とお手頃。男性はハンド・フット・ネイルスパサービスを利用可能。

Westgate Center, Alabang, Muntinlupa
☎02-8771-7771 📅月～金曜 11時～23時 / 土・日曜 10時～22時
📍tipsntoes.com.ph 📍tipsntoesnailsalonph
📷tipsntoesnailsalonph

Photo Credit: www.westgatefilinvest.com



Budnikov Martial Arts (BMA) Center

ブドニコフ・マーシャル・アーツ(BMA)センター

ロシア人格闘家が経営する格闘ジム。空手、合気道、ムエタイ、ボクシング、ブラジリアン柔術など多種多様な格闘に対応したグループレッスンを提供する。また、設備を個人トレーニングにも利用することも可能。キッズにも大人にも対応。清潔で設備が整っており、コーチ陣の教え方も評判が良い。スケジュールは公式サイトやSNSで公開しているので、確認して電話かメールで予約を。

C301 Westgate Center, Alabang, Muntinlupa ☎0917-308-9652
📅11時～20時 日曜
📍www.bmartialarts.com 📍bmacenter
📷bmacenter



華道

Hanamichi Japanese Restaurant

地元で人気の日本食レストラン。刺身、和牛・押し寿司等のアラカルト料理ほか接待用のコースも各種取り揃える。ミニマリストデザインとダークウッドのインテリアが、モダンな日本の雰囲気を加えており、寿司カウンター、個室、座敷も用意。大切なお客様のおもてなしにぜひ利用したいレストランだ。日本人料理人が在籍し、腕を振るう。

Westgate Center, Alabang, Muntinlupa, 1781 Metro Manila
☎02-8352-6369 🕒11時30分~22時
f hanamichicorp @hanamichiph

Photo Credit: Hanamichi Japanese Restaurant



Shinomiya Japanese Restaurant

Shinomiya Japanese Restaurant

日本人経営のカジュアルな和食レストラン。リーズナブルかつ豊富なメニューは地元の日本人に人気で、毎日多くの日本人客でにぎわう。おすすめの目玉焼きカレーは二つの目玉焼きがご飯の上にトッピングされたボリュームミーなカレー。新メニューも続々登場しており、お客さんを飽きさせない。

Commerce Ave. Westgate Center Alabang Muntinlupa city
☎0977-284-1257 🕒12時~15時、17時~22時
f shinomiya031816



Southbank Cafe

Southbank Cafe

おしゃれな若者に大人気のカフェ兼バー。コーヒー、ワイン、ジン、ウイスキー、カクテル好きにたまらない憩いの場となっている。30年以上の経歴を持つスペシャルティコーヒーブランドAllpress Espressoを使用し、100年以上の歴史を持つコーヒーマシンメーカーのVictoria Arduinoのエスプレッソマシンを導入するなどのこだわりを持つ。軽食メニューもある。

Westgate, Alabang, Muntinlupa, 1780 Metro Manila ☎0969-291-8266
🕒月曜~水曜 7時~24時、木曜~土曜 7時~翌1時、日曜 7時~24時
f www.southbankcafelounge.com
f southbankcafelounge @southbankcafelounge

Photo Credit: www.westgatefilinvest.com



Da Gianni

Da Gianni

比伊ハーフの俳優Mateo Guidicelliさんがイタリア人である祖父へのトリビュートとしてはじめたレストラン。店内はモダンかつアットホームな雰囲気。友人や家族とのランチにぴったり。レンガの壁にはMateoさんの祖父であるGianniさんの絵も。Canadian Salmon, Wild Mushroom Puff, Italian Lemon Sorbetなどの注目メニューも見逃せない。

WestGate Hub WestGate Center Filinvest Alabang, Muntinlupa City
☎0908-815-3856 🕒11時~21時
f dagiannimanila @dagiannimanila

Photo Credit: Da Gianni



Alba Restaurante Español

Alba Restaurante Español

1952年にスペイン人のアナスタシオ・デ・アルバ氏によって作られたスペイン料理レストラン。老舗ならではのクオリティーで親しまれており、日本人の間でも人気は高い。パエリアは種類が豊富で、中でもチキン、ポーク、シーフード、野菜と具だくさんのPaella Valencianaが人気。その他、伝統的なスパニッシュ料理を豊富に揃え、どれもハズレなし。

Westgate Center, Commerce Ave., Filinvest Corporate City, Alabang, Muntinlupa City
☎02-8771-2178 to 79 / 0917-510-3456
🕒10時~22時 f alba.com.ph
f alba.restaurante.espanol @albarestaurante_ph

Photo Credit: Alba Restaurante Español



Melo's Steakhouse

Melo's Steakhouse

1987年創業の老舗ステーキ屋で、ゲストが牛肉を等級で選ぶグレードシステムをフィリピンでいち早く導入したレストラン。現在はアラバン、BGC、ケソン市に店舗を構える。USDA認定アンガスビーフ、オーストラリア産プレミアム和牛、A5近江和牛などを使用。ステーキのほかにも、パスタやシーフードメニューも提供する。スープ、サラダ、ステーキ、デザートがセットになったシェフスペシャルもおすすめ。

Lot 41, Westgate Center, Alabang, Muntinlupa
☎02-8771-2288 🕒11時~23時
f melosalabang @meloscarmelosofficial

Photo Credit: Melo's Steakhouse



Bean & Yolk

Bean & Yolk

ビーン(コーヒー豆)とヨーク(卵の黄身)を意味する店名通り、コーヒーと卵を使った料理がー押し。とろとろとした半熟の黄身やふわふわしたスクランブルエッグなど、何らかの形で全ての料理に卵を盛り込んでおり、卵好きにはたまらない。コーヒーの抽出法はエアプレスやエスプレッソマシン、ドリップなど。甘いコーヒーが好きなら、バラの色と香りを楽しめるIced Rose Latteがおすすめ。

Westgate Hub, Alabang, Muntinlupa
☎0916-570-4878 🕒木曜~火曜 7時~17時、土・日曜 7時~18時
f beanandyolkph @beanandyolkph

Photo Credit: Bean & Yolk



Tipsy Pig

Tipsy Pig

主にフィリピン料理やアメリカンにインスパイアされたバーフードや軽食、がっつり食べられる肉料理などを提供。深夜までワイワイ飲めるお店として、若者を中心に様々な客層に人気。おすすめはカリカリの皮と柔らかいお肉が美味しいTipsy Boneless Cripsy Pata、丸ごとチキンの中にライスが詰めてあるRCB、エビフライとソルトエッグのサラダの組み合わせが美

Westgate Center, Commerce Avenue, Filinvest Ave, Alabang, Muntinlupa
☎0962-637-1541 🕒月~日曜 7時~24時
f tipsypigph @tipsypig_ph

Photo Credit: Tipsy Pig



特集

旅行・観光

旅行・観光

旅行・観光

旅行・観光

旅行・観光

旅行・観光

旅行・観光

旅行・観光

旅行・観光

Commercenter

MolitoやWestgateほどの規模はないものの、ここにも少数精鋭のレストランが集まる。辛いラーメンが人気のシゲキヤ、モダンなスペインッシュが楽しめるブラックピッグ、そしてギリシャ人オーナー監修の本場ギリシャ料理が人気のアクトリイ、安定の老舗コリアン・アウォンなど、どれも外れはない。食事をした後は、サービスに定評のあるコモドスパ、最近オープンしたシミュレーションゴルフのフレンズゴルフでのんびり過ごそう。

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ったお店。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作り出す料理は、ローカルの食材を上手に使ったモダンなヨーロピアン。

Commercenter Building, Filinvest Ave. corner, E Asia Dr, Filinvest Corporate City, Alabang, Muntinlupa
☎0917-845-0744 ☎火～日曜 11時～22時30分/金・土曜 11時～23時30分 ☎月曜
🌐 www.theblackpigbar.com 📘 theblackpigmanila
📷 blackpigph

Photo Credit: The Black Pig



Akrotiri Real Greek Restobar

アクトリイ・リアル・ギリク・レストバー

Commercenterのギリシャ料理店。オーナーのギリシャ人が味のチェックをしており、ギリシャ人客も舌鼓を打つくらい本場の味を再現しているという。一面ガラス張りの店内はアラバンの緑がよく見え、雰囲気の良いテラス席もある。おすすめのGyrosは薄切り肉を棒に刺し、棒を回転させながら火で炙るギリシャの定番料理のひとつ。

Commerce Center, Commerce Avenue, cor Filinvest Ave, Alabang, Muntinlupa ☎0926-732-0279 ☎火曜～月曜 10時30分～21時30分/金曜～日曜 10時30分～22時 🌐 akrotiri.ph 📘 AkrotiriPH 📷 akrotiriph

Photo Credit: Akrotiri Real Greek Restobar



Sigekiya

シゲキヤ

横浜店の日本人大将の指導の下で提供するオーセンティックな味は、たちまち地元のアラバンで大人気に。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。ラーメンによってストレートの太麺と細麺の2種類の麺を使い分ける。

Commerce Center Building Filinvest Corporate City, Muntinlupa City
☎02-8805-0400 ☎10時～22時
📘 SigekiyaRamenPH 📷 sigekiyaramenph

Photo Credit: Sigekiya



Friends Screen Golf by Alpha Sports

フレンズ・スクリーン・ゴルフ・バイ・アルファ・スポーツ

韓国のカカオVXの技術を搭載したシミュレーションゴルフ。友人と練習やコースラウンドを楽しむことができる。完全個室もあり。また、キンパなどの軽食やドリンクも注文できる。ドライブレンジはP1,000/1時間、18ホール標準シミュレーターはP1,800/一人。お得なパッケージ料金も。

2/F Commerce Avenue cor Filinvest, E Asia Dr, Alabang, Muntinlupa ☎0967 498 4745 ☎7時～24時
🌐 www.friendsgolf.ph
📘 Friends Screen Golf Alabang by Alpha Sports
📷 friendsgolf.ph

Photo Credit: Friends Screen Golf by Alpha Sports



A-Won

エー・ウォン

韓国人のオムニ（お母さん）が手作りにこだわった本場の韓国料理を提供。無料のキムチや付け合わせは種類が豊富で、オムニが毎日厨房の先頭で伝統の味を守っている。同店の自慢は、ココナツ炭を使用した本格韓国焼肉と、注文を受けてから水槽より取り出して捌く新鮮なウナギやラブラブ等の海鮮料理。本場韓国料理の味を心ゆくまで楽しめる人気店だ。

2/F The Commercenter Alabang, Commerce Ave, Filinvest City, Muntinlupa
☎02-8519-5183 / 0917-852-9955 ☎10時～23時
📘 A-won Korean Restaurant - Alabang



Pigpen Restaurant & Bar

ピグペン・レストラン・アンド・バー

同モールに構えるThe Black Pigの姉妹店。シェフはスペイン人Carlos Garcia氏が手掛けており、The Black Pigと同じコンセプトの料理をコストを抑えて提供。シェフのクリエイティブさが光るアジアとヨーロピアンコンペニションは味はもちろん、インスタ映えもばっちり。メニューはソロとシェアサイズの両方があり、友人たちと騒ぎながら楽しむのにぴったり。

G/F Commercenter Alabang, Filinvest, Muntinlupa
☎0917-657-6469 ☎水曜～月曜 11時～21時 ☎火曜
🌐 www.pigpenph.com 📘 pigpenph 📷 pigpen.ph

Photo Credit: Pigpen Restaurant & Bar



Comodo Spa

コモド・スパ

地元で人気のマッサージ&スパ。指圧もしくはスウェディッシュマッサージとフットスパのコンビネーションマッサージ（P1,030/90分）が人気。また、ヒロットボディセラピー（P1,100/90分、P1,350/120分）やホットストーンボディセラピー（P1,200/90分、P1,500/120分）はお店の一押しメニュー。

G/F, The Commerce Center, Filinvest Ave, Alabang
☎0915-215-3135 ☎12時30分～23時
📷 comodo_spa

Photo Credit: Comodo Spa



Thinkers and Toddlers Unlimited

シンカーズ・アンド・トドラーズ・アンリミテッド

アラバンに構える教育施設、Thinkers and Toddlers Unlimitedは1995年設立。幼児から小学生まで、小規模クラスで個々の思考力を育成。プログレッシブ教育を基に、遊びと学びのバランスを大切に。特に、おもちゃのクッキーを使った分割学習など、創造的な教育方法が特徴。対象年齢は1～12歳。

GF & 2F Commercenter Commerce Ave cor East Asia Drive, Filinvest Corp. City, Alabang, Muntinlupa
☎02-8371-0800 / 0917-898-2557
🌐 toddlersunlimited.com 📘 ToddlersUnlimited
📷 toddlersunlimited95

Photo Credit: Thinker and Toddlers





Alabang Town Center

生活に必要なお店やレストランチェーンが一通り揃い、買い物やちょっとした食事に便利なモール。木々に囲まれた屋外の広場では子ども用の乗り物に乗ることができ、また、定期的にイベントなども開催される。

Kiwami Food Hall

キワミ・フード・ホール

YABU、一風堂、金子半之助、焼き鳥の八兵衛、北海道ソフトクリームの5店舗が一堂に会した日本食ブランド専門のフードコート。それぞれのブランドを専門の料理人チームが担当している。



G/F, Corte de las Palmas Alabang Town Center, Ayala Alabang, Muntinlupa
☎0919-074-4541
🕒月～水曜、金曜 11時～21時 / 土・日曜 10時～21時
📍kiwamiph 📷kiwami.ph

The Spa Wellness

ザ・スパ・ウェルネス

フィリピン初のスーパーブランド認定を受けたTHE SPA WELLNESSは、国際スパ協会 (ISPA) の認定メンバーでもある。豊富なトリートメントメニューを提供し、デラックスルームからプレミアスイートまで様々な客室があり、12歳以上の利用が可能。



L/G Alabang Town Center, Alabang, Muntinlupa, Metro Manila
☎0956-361-4612 🕒12時～20時
📍www.thespa.com.ph / 📷thespawellness
📷thespawellness

Festival Mall

老舗モールに改築を重ねて拡大し、アラバンのモールの中でも断トツの広さを誇る。人工の川などの癒しスポットをはじめ、トランポリン場や広大な屋内アミューズメントパーク兼ゲームセンターもあり、エンタメ要素はばっちり。食事にはラーメン店の博多一幸舎や老舗コリアンのソガミガなどがおすすめ。また、日本人医師常駐の神戸クリニックもここにある。

Las Flores

ラス・フローレス

BGCなど数か所に支店を構える人気スパニッシュ店。アラバン店はフェスティバルモール敷地内の1924年に建てられた歴史ある一軒家がまるまるお店になっており、他の支店と違う広くて豪華な内装が特徴。パエリアやガンバスなど、定番のスパニッシュの他におしゃれなカクテルなどが人気。



Heritage Building, Expansion Wing, Festival Mall, Alabang, Muntinlupa, 1770 Metro Manila ☎9159774156 / 0916 619 3365
🕒月～木曜 10時～21時 / 金・土曜 10時～22時 / 日曜 10時～21時
📍bistro.com.ph 📷lasflores.ph 📷bcnbylasflores

Soga Miga

ソガ・ミガ

アラバンの人気韓国焼肉店。モダンで清潔な店内は排煙設備もしっかり整い、炭火の煙もまったく気にならないのが嬉しい。メニューは正統派韓国料理で、定番の炭火焼肉に加え、石焼ビビンバ、冷麺、キノコ入りブルコギ、骨付きカルビの煮込みなど、その他多彩な品揃え。ビーフは上質なUS産や和牛を使用。



Watergarden Festival Supermall Expansion, Alabang, Muntinlupa City
☎0920-105-7757 🕒11時～22時
📍sogamiga 📷sogamiga_premium_beef

博多一幸舎

Ikkousha Ramen Manila

セブとマニラに店舗を構える博多元祖泡系のラーメン店。2つの特注巨大羽釜で豚骨を長時間炊き、熟成追い炊きで旨味を引き出したスープが自慢。豚骨の香りと、脂と水の組み合わせが生み出される泡が、軽快でキレのある味わいに！



Upper Ground Floor, East Wing, Festival Mall, Muntinlupa City ☎0962-086-6843 🕒10時～21時
📍www.ikkousha.com
📍ikkousharamenmanila 📷ikkousharamenmanila

神戸クリニック

Kobe Clinic

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するクリニック。Japanese Help Desk常駐でキャッシュレス診療可能な海外旅行保険にも対応。安全なモール内にあるのも嬉しいポイント。美白及び脱毛などの美容サービスも提供。

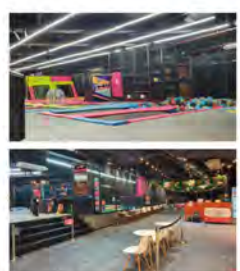


2/F, Festival Supermall, Filinvest Alabang Muntinlupa
☎02-8842-5405 🕒8時～20時
📍kobeclinic.ph

WiiJump Trampoline Park

ウィージャンプ・トランポリン・パーク

国内最大級のトランポリンパーク。充実した施設ではバスケやフリーランなど、楽しみ方も自由自在。利用費はP499/1時間、平日午前中はP399。10時間や20時間のパッケージもある。入り口では中で使用するグリップソックスの他に、ドリンクなども販売。



Festival Supermall, 1781 Civic Dr, Alabang, Muntinlupa
☎0969-327-7020 🕒10時～21時
📍www.wiijump.com.ph 📷wiiJUMPPH
📷wiijumptrampolinepark

Other Areas

モールや複合施設以外のエリアにもたくさんのレストランがある。The Nestから見る夜景は絶景で、プロポーズの場としても人気。ゴルフ帰りに大人気の日本食レストラン一本槍も見逃せない。迷ったら、とりあえずホテルのレストランに入ってみるのもいいだろう。締めくくりは話題のスピークイージーバー・Alibiでカクテルを片手にのんびり過ごしたい。

Tiago's Restaurant

ティアゴス・レストラン

ミシュランスターレストラン出身のシェフ、Carlos Garcia氏が手掛けるモダンダイニングレストラン。Black Pig、Fiddle Leaf、Pigpenの姉妹店。おすすめメニューは、Pres Iberica、Fresh oyster、Prawns with saffron bisqueなどがあり、カクテルも提供。

Filinvest City, Somerset Hotel, 3409 Spectrum Midway, Alabang, Muntinlupa
☎0917 130 0568 ☎火～土曜 17時～22時 ☎日・月曜
📍 tiagosrestaurant.com 📍 TiagosAlabang
📍 tiagosalabang

Photo Credit: Tiago's Restaurant



The Nest

ザ・ネスト

Vivere Hotelの最上階にあり、アラバンをほぼ全貌できる半屋外のレストラン・バー。遠くに朝日やマニラ湾の夕日、夜には街の夜景を見渡すことができる。店内にあるプールの水面に月が写りこむ様子はとてもロマンチックと評判。実際デートに利用するカップルが多く、こちらでプロポーズをする人も多いのだとか。プールわきのソファ席などは居心地がよく、つい長居したくなる。

31/F Vivere Hotel, 5102 Bridgeway Avenue, Filinvest City, Alabang ☎02-8771-7777 ☎17時～翌1時
📍 www.viverehotel.com.ph 📍 henestlalabang

Photo Credit: The Nest



Villa Parmigiano

ヴィラ・パルミジャーノ

2023年3月に開店したVILLA PARMIGIANOは、Parmigianoグループ人気イタリアンレストラン。イタリア人一家経営で、特製のFettuccine Con Aragostaやピスタチオクリーム製のピザが看板。企業のランチや家族の祝いに最適で、110名まで収容可能なダイニングと30名までのメザニンフロアを備える。

Daang Hari Road, Alabang West, Las Piñas
☎02-8254-1694 / 0917-937-7795 / 0927-884-7535 ☎11時～23時
📍 ParmigianoPH 📍 parmigianoph

Photo Credit: Villa Parmigiano



Screen Golf by KGolf Alabang

スクリーン・ゴルフ・バイ・Kゴルフ・アラバン

LG Electronicsとのパートナーシップによる最先端の技術を誇るゴルフシミュレーション。リアルな練習モードにオンラインゲーム機能を組み合わせており、プライベートルームは最大5人までのプレイヤーに対応。ルームを繋げることも可能。プライベートルームの使用は一人につきP1,300/18ホール(6時～15時)それ以外の時間はP1,500、ドライビングレンジはP1,000。

Ground Floor Unit 2&4, Filinvest Avenue, One Trium Tower, Pacific Rim, Alabang
☎02-7000-5900 / 0966-398-3426 / 0969-153-9343
☎6時～翌2時 📍 kgolfalabang 📍 kgolfalabang

Photo Credit: Screen Golf by KGolf Alabang



Hanakazu Japanese Restaurant

ハナカズ・ジャパニーズ・レストラン

高級住宅街BFホームズで長年親しまれてきた日本食の老舗。2022年にベルビューホテルに移転。メニューの種類は豊富で、定食やキッズメニューも。メインダイニングに加え、焼肉ルーム、カウンター席、最大32人の個室も完備。

The Bellevue Manila, 2F Tower Wing, Filinvest City, 5139 N Bridgeway, Alabang, Muntinlupa
☎02-8252-5142 / 0917-156-7276
☎火～日曜 11時30分～14時30分、17時30分～22時
📍 www.onlyathanakazu.com 📍 onlyathanakazu
📍 hanakazujapresto

Photo Credit: Hanakazu Japanese Restaurant



Nishijin Japanese Restaurant

ニシジン・ジャパニーズ・レストラン

パームズカントリークラブ内の日本食レストラン。クラブのメンバー、またはメンバーの同伴であれば利用可能。オーソドックスな日本食メニューを提供し、種類も豊富。メンバーの間で人気のお店だ。

C26M+8VW The Palms Country Club, Laguna Heights Dr, Alabang, Muntinlupa
☎02-8771-7171 ☎土・日曜 11時～14時30分、18時～22時/月～金曜 18時～22時
📍 thepalmsclub.com

Photo Credit: Nishijin Japanese Restaurant



一本槍

ipponyari

ラグナ、カビテ、バタンガス、アラバンに支店を構える、日本食の老舗。ラーメン、寿司、刺身、カレー、中華、天ぷら、丼物など、本格的な日本のソウルフードを提供している。ラーメンとうどんの麺は自家製で毎日打ちたてを用意。日本米は厳選された国産コシヒカリを全品に使用。また、ケータリングも開始し、ホームパーティーから企業イベント等の大規模な行事まで、様々なニーズに対応している。

2F Alabang West Parade, Daang Hari Road, Brgy, Almanza Dos, Las Pinas
☎0917-152-5935 (Globe) / 0928-524-7716 (Smart)
☎月～金曜 11時～22時/土・日曜 11時～23時
📍 ipponyarijapresto 📍 ipponyari



Photo Credit: Ipponyari

Alibi

アリバイ

アラバンのCrimson Hotelにあるシークレットバー。入場にはパスコードが必要で、お店の携帯番号に連絡することで入手できる。このパスコードは毎日変わるので、行くたびに新しいものを教えてもらう必要があるので注意。店内は高級ホテルならではの洗練された空間。

G/F Entrata Urban Complex, Civic Drive, Filinvest City, Alabang
☎0998-595-3770 🕒17時～翌1時 📅日曜
🌐 alibiloungebar.com 📱 alibiloungebar
📍 alibiloungebar



Photo Credit: Alibi

Prost Bar and Restaurant

プロスト・バー・アンド・レストラン

憩いの場として地元の人に人気のバー。オクトーバーフェストの時期になると、伝統的なドイツのビアガーデンに変身し、バイエルンの音楽や最新のヨーロッパEDMが流れ、特別なイベントも目白押し。サーバーは親しみやすくフレンドリー、食べ物も雰囲気も良いと評判。ビリヤードを楽しむこともできる。

Parkway Avenue corner Corporate Avenue Filinvest City, Muntinlupa
☎02-8808-9961 🕒月～日曜 12時～14時、17時～翌2時
🌐 prost.ph 📱 prost_ph



Photo Credit: Prost Bar and Restaurant

Romulo Café

ロムロ・カフェ

マカティのジュピターストリートに本店を持つフィリピン料理の老舗。日本人の間でもよく知られた定番のレストランで、個室もあるため接待にもおすすめ。シックな店内には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。

Azumi Hotel, 2205 Market St, Alabang, Muntinlupa, Metro Manila
☎02-8556-1443 / 09171826226 🕒11時～21時
🌐 romulocafe.com 📱 romulocafe 📍 romulocafe



Photo Credit: Romulo Café

Phoenix Court Chinese Restaurant

フェニックスコート中国レストラン

アラバンのThe Bellevue Manilaにあるレストラン。マレーシア出身のシェフ、Cheong Kwan Loong氏が厨房を仕切る。中国に限らずアジア各国にインスパイアされた創作料理も数多く提供。材料が揃えばメニューに載っていない料理のリクエストも受け付けている。

2/F The Bellevue Manila, Filinvest City, 5139 N Bridgeway, Alabang, Muntinlupa
☎287718181 / 0917 622 5757
🕒11時30分～14時30分、18時～22時
🌐 www.thebellevuemanila.com 📱 thebellevuemanila



Photo Credit: Phoenix Court Chinese Restaurant

Cafe Eight

カフェ・エイト

Crimson Hotelのメインレストラン。アラバンで一番のビュッフェを目指すべく、イタリアン人シェフによる多国籍料理で挑む。アラカルトメニューも充実しており、月ごとに変わる限定メニューは見逃さない。クリエイティブなデザートもまた見もの。

8th Floor, Crimson Hotel, Entrata Urban Complex, 2609 Civic Dr, Filinvest City, Alabang, Muntinlupa
☎02-8863-2222 🕒6時～22時
🌐 www.crimsonhotel.com 📱 CrimsonFilinvestCity
📍 crimsonfilinvestcity



Photo Credit: Cafe Eight

Acaci

アカシ

アカシアホテルのビュッフェレストラン。床から天井までの大きなガラス窓からは、フィルインベストシティや近隣の通りが一望でき、その景色は格別。開放的な空間は、友人や家族とのリラックスした時間を過ごすのに最適だ。

Filinvest Corporate City, 5400 East Asia Drive, corner Commerce Ave, Alabang, Muntinlupa
☎02-7720-2000 🕒日～木曜 6時～10時、12時～14時、18時～22時 / 金・土曜 18時～22時
🌐 www.acaciahotelsmanila.com 📱 Acaciahotels
📍 acaciahotelsmanila



Photo Credit: Acaci

Qsina

クシーナ

ベルビューホテルのレストラン（旧名Cafe d'Asie）。フロリダ州のリゾートを含め、多くの高級リゾートなどで経験を積んだシェフXerxes "X" John D. Narciso氏がメニューを手掛ける。朝食はビュッフェを提供し、ランチとディナーはアラカルトのみ。

2nd Floor of The Bellevue Manila, North Bridgeway, Filinvest City, Alabang, Muntinlupa
☎02-8771-8181 🕒6時～10時、11時30分～14時30分、18時～22時
🌐 www.thebellevuemanila.com 📱 hebelleuemanila
📍 bellevuemanila



Photo Credit: Qsina

Firehouse Pizza

ファイアハウス・ピザ

アラバンのクリムゾンホテル内にあるFIREHOUSE PIZZAは、サラダやパスタ、ピーガンオプションからカクテルまで提供するイタリアンレストランだ。キッチンテイクオーバーや毎月変わるピザメニューが特徴。看板料理は「Firehouse Pizza with Burrata」。パーティオレンジのレンガ壁が印象的な店内は、家族や友人との食事や特別なイベントにぴったり。アルコール類も豊富に取り揃えている。

Entrata Urban Complex, 2609 Civic Dr, Alabang, Muntinlupa, 1770 Metro Manila
☎02-8282-5699 🕒11時～22時
🌐 firehousepizzaalabang.com 📱 FirehousePizzaph 📍 irehousepizzaph



Photo Credit: Firehouse Pizza

Fiddle Leaf Restaurant

フィドル・リーフ・レストラン

The Black Pigで知られるスペイン人シェフのCarlos氏が手掛けるカフェレストラン。サマーセットホテルの4階に位置し、心地よい屋外席からはアラバンの景色を楽しむことができる。メニューはシェフ独自のアレンジを加えたスペイン料理がメイン。

Filinvest Corporate City, Somerset Alabang Manila, Singapura Rd, Alabang, Muntinlupa
☎0917 143 6447 🕒10時30分～22時
🌐 www.fiddleleafmanila.com 📱 fiddleleafalabang
📍 fiddleleaf_alabang



Photo Credit: Fiddle Leaf Restaurant

IT'S BURGER SEASON, SANTIS LOVERS!

Elevate your burger and
ground beef with the best

ハンバーグとひき肉をワンランクアップしました!



It's the only ground beef certified for flavor.
Trust us, your guests will taste the difference.

これが唯一、風味を保証されたひき肉。お客様は間違いなく違い
を感じます。



SANTIS
Delicatessen

available at

PREMIUM ITALIAN SPARKLING DRINKS

プレミアム・イタリアン・スパークリングドリンク



santislover@santis-deli.com



www.santis-deli.com



@santis-delicatessen

※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。

身体に優しい手作り家庭料理で、**ほっとするひと時**を!
クリークサイド4階でおまちしております。

自家製ショウマイ
温野菜サラダ
オクラのお漬物
煮込みハンバーグ
めんたいごクリームパスタ

ごはん処
ひだまり
"Hidamari"
Japanese Restaurant

- 生ビール、焼酎、ウイスキー、日本酒、ワインなど多数
- 完全個室2部屋完備 (8名~10名様・16名様~18名様)
- 貸切り可 (40~55名様。ご予算はご相談ください)
- クレジットカード全種類、Gcash可
- 日本人ママ、日本語が話せるスタッフ在中

ご予約をお待ち
申し上げます。

☎ **09954068678 (日本語対応)**

📍 17時~24時 (日曜定休)

リトル東京、マカティすぐ! クリークサイド4階です。
⇒詳しくはQRコードからご覧ください。
4th Floor, Penthouse, Creekside Building, Amorsolo corner
V.A. Rufino Sts., Legaspi Village, Makati City

詳しい道案内は
こちらから

AKITAYA JAPANESE RESTAURANT
日本料理 秋田屋

本格郷土料理はもちろん、
味とコクが自慢のカレーメニューも人気です!

きりたんぼ鍋
秋田名物きりたんぼ
からし菜ちらし巻き

4つの個室はそれぞれ4人、6人、6人、13人収容。つなげると34人収容可能

Akitaya Japanese Restaurant

MAKATI CINEMA SQUARE BRANCH	MILE LONG BLDG. BRANCH	BF HOMES BRANCH
Mezanine 1, Makati Central Square Fernando St. cor. Don Chino Rocas Ave., Pio Del Pilar, Makati	U-148, G/F, Mile Long Bldg., Amorsolo St., Legaspi Village, Makati	343 El Grande Avenue, Phase 3, BF Homes, Parañaque City
02-8247-1591 0926-621-8664	02-8813-7475 0995-534-7757	02-8819-6014

YAKINIKU A5 TOKU

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 Rocas Ave, Pasong Tamo Corner Amorsolo Street, Legazpi Village, Makati
☎0999-438-5943(SMART)
11時半~23時

BGC
The Fort Strip, 7th Ave, Taguig
☎0929-626-2590(SMART)
※BGC店のスマートの番号が変わりました。
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

一本堂 麺屋
MENYA
IPPONDO
一本堂の人気メニュー

ラーメン
ひとすじ
一本堂

豚骨ラーメン VS 坦々麺

NEW OPEN

住所: リトル東京(Little Tokyo)
電話: 0910-939-6492
営業時間(月~金): 03:30pm~04:00am
営業時間(土~日): 11:30am~04:00am

フィリピンで2番目に美味しい唐揚げ

BUTA SHABU
KARAAGE
LEMON SOUR

KENSHIN
0917 185 9271 (MCS)

MAKATI LINEAR | MAKATI BEACON | MAKATI SQUARE | SM LIGHT MALL |
SM SOUTH MALL | LASPINAS VISTA MALL | YAKINIKU MCS | CASH & CARRY MALL

フード・レストラン

流石の味

美容・ファッション・医療

生活・情報

ビジネス

フードコートのB級グルメ!?
安くてウマイよ! ランチはここ!

Cheap, tasty food court magic. Dive in?

**じゅーしー
Chicken Karaage
P180**

**やわらか〜い
Pork Tonkatsu
P200**

Inosuke Foodhub ☎ 09560864680
 @The Enterprise Center 3Fフードコート
 6766 Ayala Avenue 1226 Makati 11am-5pm 土日祝休

Pang Masa Ya Yakiniku & Teppan Yaki

**名古屋の名店
とんちゃん和のやみつきソースで
おいしい焼肉!**

野菜たっぷり、もつ鍋 始めました!

夜8時過ぎには私もお店にいます。ぜひお越しください! (石川)

1198 Pablo Ocampo St., Brgy Santa Cruz Makati
 Pang Masa Ya Yakiniku & Teppanyaki
 ☎ 0995 792 3563
 (営) 11:30~22:30 (LO) 月2回土曜日休

**おでんハウス
へ行こう!**

新店舗 マカティ店でお待ちしています。
 営業時間 11am-2pm, 5pm-10pm

各種銘酒も取り揃え!!

**おでんハウスジャパニーズレストラン
マカティ店 (マカティ・デラロサストリート)**
 Dela Rosa Carpark1, Dela Rosa St. legazpi Village
 ☎ 0918-948-1012 (日本語・タガログ語) /
 (02) 5470-5978
 *カルテマール店も営業しています
 ODEN HOUSE Japanese Restaurant

あーや あらやラーメン

『ボクの好物はピリッと辛い「あらやスペシャル」からみそ!』

ARAYA RAMEN & SUSHI BAR

Dela Rosa Makati 本店 ☎(02)8888-4422

SM Sucat Food Court ☎0922-883-3364

お陰様で創業から**18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

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 (日曜~22:00)
 Little Tokyo, Chino Roces Ave., Makati City 定休: 月曜日 座席数: 160席 個室: あり

フード・レストラン
 流石の味
 食べログ
 予約・情報
 日本食

※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。

LET'S GRILL!

KENJI Japanese BBQ Restaurant

今だけお得! 大人気 Jo Karubi & Yaki Suki! が
15% OFF! 期間 4/25-5/25



Kenji
JAPANESE BBQ RESTAURANT

For reservations: ご予約:

+632 7000 5361

+63917 185 3518

134 Jupiter St, Bel-air 2, Makati

Up to 4 interconnected
VIP rooms for at least 24pax

4つのVIPルームは仕切りをとれば24名様以上でご利用いただけます。



セブ島でNo.1の韓陽苑焼肉のマニラ店

Wagyu Manila

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 Plaza Bldg., 2153
Chino Roces, 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, Philippines

Wagyu Manila

Introducing Makati Branch's New
7 VIP Rooms



A cut above everything else
NOW SERVING

Wagyu Manila

Wagyu A5 Okumori

Wagyu Moriawase

和牛マニラでは高品質な和牛A5ビーフを提供しています。

azuthai

タイ・バンコクの有名シェフ・
KanjanaとPanisaraによる、
本場のタイ料理をご堪能ください。

2016年からタイ政府商務省認定
「Thai Select」の榮譽をいただいています。

02 8817-6252 / 0927 136 1306

MilkyWay Building, 900 Arnaiz Ave., corner Paseo
de Roxas, Makati City
Hours: Mon-Sun 11am-9pm

Email: jgamboa@azuthai.com
Website: www.azuthai.com
Instagram: @azuthai_makati



※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。

IRON MAN'S

STEAK HOUSE

Ayala Malls CIRCUIT

鉄板焼き特選 A5 和牛ステーキが大人気!!



あわびバター焼きが大好評!

お寿司、タラバ蟹、伊勢海老も好評!
30名迄のセミナーやパーティーで貸切可。



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

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

焼肉Hiroのお肉卸します!

産地直送だからこそ出来る、A5和牛の国内最安値の最高級和牛をレストランで提供してみませんか? 試食、メニュー提案も可能ですのでお気軽にお問合せください。

卸に関する問い合わせ先:
samusuda@gmail.com
(SAM SUDA:日本語、英語)

Tatler Dining Guideにマカティ市内での焼肉レストランで唯一選出されました!
日本人シェフがプロデュースする本物の和牛焼肉レストランです。是非ご来店ください。

Japanese Master Chef: Shogo Izawa



FOOD MENU



MORE INFO :
0917 133 2828
(11:30 am to 11:00 pm)



OPL Building Don Carlos Palanca
street cor San Lorenzo Dela rosa Makati

BOOK NOW



フード・レストラン

流石の味

美食・レストラン・世界

宇宙・情報

ビジネス

LA CABRERA
by gastón riveira cocinero

Chuletón con Hueso
Bone in Rib eye 1000g

6750 Bldg. Ayala Business Tower,
Glorietta Complex, Ayala Avenue, Makati City;
+639 05 290 0703 , +632 833 8946
Mezzanine Level, Edsa Shangri-La Hotel, Ortigas Center,
+639 67 236 7940

醸し人九平次

熟した果実味と、
気品・優しさ・懐かしさ。
名古屋の銘酒をフィリピンで。

九
KUHEIJI
1647

CELLAR SOLUTIONS

【醸し人九平次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

■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

UNLI WINE WEDNESDAYS

毎週水曜日はワイン飲み放題の日!

Treat yourself to unli wine every Wednesday

時間は3時間まで

1人あたり1200ペソ

WINEDROP MAKATI
G&A Bldg, Chino Roces Ext. Magallanes, Makati
0905 370 0499

WINEDROP GREENHILLS
2F One Kennedy Place, Greenhills, San Juan
0956 188 7548

母の日に贈る素敵な
ケーキをご用意しました

HAPPY Mother's Day

チョコレートムースケーキ

スフレチーズケーキ

ストロベリーショートケーキ

フラワーブーケクッキー

0917-851-9636 | 02-8833-2826
7602 Sacred Heart St, Corner Metropolitan Ave,
San Antonio Village
9:00-18:00 PatisserieBebeRouge

KAITENYAKI
Japanese Dessert

ORIGINAL FLAVORS

Red Beans Chocolate Cheese Ube

new MATCHA FLAVORS

All ingredients are freshly made daily to make sure that you will get all the nutrients.

All of the above

- ◆ 1 ピース …… 45PHP
- ◆ 6 ピース …… 270PHP
- ◆ 12 ピース …… 540PHP

6ピースと12ピースのデリバリーもできます!

お土産に是非!!

材料は毎日手作り!

GrabFood LAHAT FOOD G Cash 使えます

kaitenyaki

1st Food Cart in Makati Cinema Square L6-311C,
Makati Cinema Square, Pasong Tamo, Makati City TEL 0945-481-4038

NOW OPEN!

- ★ 地上階-K030 ウォルターマートノースエドサ・ケソンシティ
- ★ 2階-K211 ウォルターマートスーカット・パラニャーク
- ★ 地上階-K011 ウォルターマート ビクタン・パラニャーク
- ★ ロビンソン・ラスピニャス (Robinson Las Piasas)
- ★ レベル1-FC010 ロビンソン・ダスマリナス・カピテ

メトロマニラ屈指の
イタリアンレストラン



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。



02.8895.2451
0915.679.4829

210 Nicanor Garcia St. Bel Air Makati City

Business Hours: 11:00 am - 10:00 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。)

☎ Caruso Ristgorante Italiano

✉ ancaffe_caruso@yahoo.com

🌐 www.carusoristoranteitaliano.com



世界的に有名なテノール歌手、アンドレア・ボッチェリ (Andrea Bocelli) 氏は、2016年に一夜限りで行われたコンサート「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 Rocigno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されました。ボッチェリ家のブドウ園で生産されたノッチェリ・ブリッセコのフィリピンでの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、Carusoのオーナー、Emilio Minalは誇りに思っています。

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

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はこちら。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/

📍 Ground floor of Ayala Makati Mall
☎ 0956-674-1978
🕒 Monday - Sunday 8am - 11pm

Steak and Wine Promo - All Items comes with Croquetas Jamon, Bacalao 4 pcs, salmon tartar, 1 bottle of wine. Choices between Viñas del Vero or Rocca Ventosa.



tuna Tartar - Avocado, pomelo & spicy sauce

Paella - Vegetable Paella (Pisto, mushroom, tomato, artichokes).



TORIYA KANBE JAPANESE RESTAURANT BGC

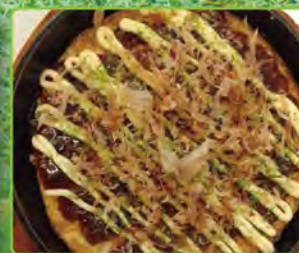
Tel: 0969-096-1577 (Smart)
028-732-8434 (Landline)

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

Open: 11:00 am to 22:00 pm

Regular Holiday

📌 Kanbe Japanese Restaurant



21年12月オープン。美肌効果抜群の博多水炊き、福岡名物博多とり皮、福岡のB級グルメをオリジナルにアレンジした官兵衛焼き等、多彩なニューをご用意しております。

おまかせコースはお一人様3,500ペソ
よりご利用いただけます。仕入れの関係上、
一週間前までのご予約をお願い致します。



Fukudaya Japanese Dining

Retail 7, The Plaza, Arya Residences, Mckinley Parkway
corner 8th Avenue, Bonifacio Global City, Taguig City

Contact number: +63 9272640171 / 02 88003563

Operating hours: Monday to Sunday 11am - 3pm, 5pm to 10pm

Taste Ogawa Taste Japan

OGAWA Traditional Japanese Restaurant

おがわ

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

☎ 02-8886-4994 / 0917-856-4292

Store Hours: *subject to change from time to time

Dine-in / Take-Out / Delivery

Store Hours: Monday to Sunday

12nn to 10pm

📌 OGAWA Traditional Japanese Restaurant

📍 ogawa.manila

📞 ogawa.manila



※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。

A pet friendly place!

ペットカフェ

各種パーティー対応可能

- ※愛犬、愛猫のお誕生日等
- ※愛犬、愛猫同席での各種パーティー (最大50名様まで)
- ※パーティーのご予約はご予算に応じてプランニング致します。(日本人オーナーがご相談に乗ります)

Primer読者特典! ドリンク無料 ※ドリンクはSサイズ限定です。 ※お一人様一杯まで。

+63.967.423.7185 GF Venice Piazza, Venice Grandb Canal Mall, Mckinley Hill, Taguig City

@Paw-Pal Cafe
pawpalcafevenice # pawpalcafe

VENICE GRANDCANAL MALL
47 MCKINLEY HILL

Paw-Pal Cafe
パワパル カフェ

UCC clockwork.

NOW OPEN

UCC Clockwork One Ayala

📍 Ground Floor, One Ayala, East Street, Makati City

STORE NUMBER:
+63976 246 0349

STORE HOURS:
7AM to 11PM Sunday to Thursday
7AM to 12MN Friday to Saturday

UCC EVERY COFFEE EVERY MOMENT

UCC Clockwork (One Ayala)

SM Makati

MUGEN GROUP

Map labels: Ayala ave., Glorietta 3, Glorietta 4, EDISA, One Ayala Terminal

Facebook: @ucccafe

CURRY HOUSE CoCo ICHIBANYA

#1 JAPANESE CURRY HOUSE IN THE WORLD

Available your Mugen Group Card at the nearest participating store to enjoy exclusive perks.

MUGEN GROUP

Facebook: cocoichibanyaph

QR Code

フード・レストラン

旅行・趣味

美容・ファッション・医療

交通・福祉

ビジネス

※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。

est
BAKERY · CAFE

@estbakery
estbakerycafe

**アフターヌーンティーで
優雅なティータイム♥**

おかげさまで
大好評!

日本人に
人気のカフェに
新商品が
いっぱい登場!

SMオーラ
(BGC)で
ステキな
カフェ時間

※火、水、木 全席定
※12時~7時 オーダーは50分まで
※ご予約いただかなくてもご利用いただけますが、
数に限りがありますので、お早めにご利用ください
※ペット小なお子様のご同席は不可です。

メニューはこちら

博多豚骨ラーメン専門店

営業再開!

博多
一幸舎
HAKATA IKKOUSHA
GLOBAL STANDARD
MANILA

プライマーで
紹介されました!

02-8815-7559 Upper Ground Floor, Water Garden,
Festival Mall, Filinvest City, Alabang
10時~21時

ikkousharamenmanila
http://ikkousha.com/

一本槍

IPPONYARI
JAPANESE RESTAURANT

日本食を日常に。
約300種のメニューをお楽しみください

サンタロサ店 | カランパ店 | カビテ店 | リマ店 | アラバン店

ipponyarijapresto ipponyari

My Country House

Discover the newest hidden garden restaurant that's worth the drive.
都会の喧騒を離れて、緑のオアシスで極上のひとときを。

Family-Style "Heritage Classic" Cuisine
Open Daily 7am - 10pm
Fully al Fresco. Pet-Friendly
Book Now 09178751154
raintreehospitality.net/mycountryhouse
@ mycountryhousetagaytay f raintreemycountryhouseph

· TAGAYTAY ·

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

Rib Eye Steak

Vongole Spaghetti

WOODEN HORSE STEAKHOUSE

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-10PM
Saturday * Sunday: 11AM-3PM, 5PM-10PM
DINE-IN & TAKE-OUT

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

※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。




日本人シェフによる、下町マラテで味わえる本物の日本の味

静かで清潔・寛ぎの空間。個室も多数ご用意。
ご家族での会食・ご商談・ランチミーティングなどに是非！
40種類のお得な最強ランチセットもお楽しみください！

桜

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 ご予約は日本語でどうぞ！








元葉

(和食)げんば

MONTHLY TUNA SHOW






元葉は、新鮮で栄養価の高い食文化を推進しています。新鮮な食材を、シェフの匠な包丁技術で調理し、見た目にも楽しむことができる美しい盛り付けでお出ししています。
 元葉は「人々と品質を最優先に」という経営理念に従い、高品質な食事、優れたサービス、快適な環境、上品な日本の雰囲気のおかげで、すべての食通の皆様に思い出深い食事シーンをご提供します。



Operating Hours
11:30 AM - 2:00 PM
5:00 PM - 3:00 AM



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



0919 0000 666



0961 6910 342



ゴルフ帰りやお仕事帰りに！
バタンガス・リパの

日本食居酒屋たご

バタンガス・リパにある日本人シェフが常駐している日本食居酒屋たご。リーズナブルなメニューに加え、寿司、鍋、焼肉、ラーメン、居酒屋メニューを揃えている。弁当も始まり、ランチメニューもこれからより充実していきます。リパ周辺の企業の方やお仕事帰り、ゴルフ帰りの方も、是非お立ち寄りください。

刺身盛り合わせ



のり弁当



田舎ポット



すき焼き



担々麺



- ・Mount Malarayat Golf and Country Clubから車で9分
- ・LIMA Technology Centerから車で10分
- ・SM City Lipaから車で3分




Izakaya Tago Japanese Restaurant

📍 G/F Hooga 2021 Bldg, President Jose P. Laurel Hwy, Lipa, 4217
🕒 11:00 - 22:00
☎️ 0991-575-3803

フード・レストラン

流石の味

美容・ファッション・医療

生活・娯楽

ビジネス

※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。



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、
生鮮食品がおいてあるのも魅力の一つです。

Always Fresh!

@newhatchin f @newhatchintradingscorp @New Hatchin Productions

- マカティ店/Makati Branch: 02-8897-7207, 0917-560-7298
7602 Sacred Heart Street Corner Metropolitan Avenue,
San Antonio Village, Makati 営8:00~18:00
- マニラ店/Mabini Branch: 02-8708-5026, 0995-419-5607,
Viber#0995-419-5607
2107 A. Mabini Street Brgy. 701 Zone 77, Malate Manila.
(In front of the Echelon Tower) 営9:00~20:00
- カルティマル店/Cartimar Branch: 02-8833-8905,
0968-554-2623
Unit 6 Cartimar Plaza, Leveriza Street, Pasay City
営8:00~17:00
- ケソン店/Katipunan Branch: 0917-628-6014
133 Katipunan Road, Brgy. St., Ignatius, Quezon City
営8:00~18:00



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

MOTHER'S DAY

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!

TF Salamin Building 197 Salcedo st, Legazpi village ● 営業時間 8am-9pm
☎09668420491 f @msuperph

FBIはこちらから↑ Line登録はこちらから↑



フィリピン料理をご自宅で! 美味しく!

Bringing Filipino Cuisine to Your Home: Easy and Delicious!

今回は、フィリピンのマーケットでよく見かけるサヨーテを使った鮮やかなグリーンが
食卓に映える炒め物をご紹介します。(制作協力; Ajinomoto Philippines Corp.)



Sayoteサヨーテ



サヨーテの炒め煮 (Ginisang Sayote)

【メモ】

- サヨーテ (Sayote, ハヤト瓜) は、熱帯アメリカ原産のウリ科の野菜です。フィリピンでは通年安価に手に入り、家庭料理によく使われます。野菜の中でも特に低カロリーで、食物繊維を多く含むため、ダイエットにぴったりの野菜です。
- 今回はサヨーテを使用しましたが、他の野菜や複数の野菜の組み合わせでも、同様に作れます(野菜を合わせて350~500g)。

「フィリピン料理は野菜が少ない」という声を耳にしますが、フィリピンの家庭の食卓では、肉や魚料理に合わせて、シンプルな野菜料理を添えることが多いそうです。タイやベトナムなどは異なり、生野菜の出番は少なく、火を通した野菜料理が一般的です。

フィリピン料理としての野菜料理の特徴は、「ギサ(GISA)」という炒め風味です。本来、この風味は香味野菜をじっくり炒めることで引き出されますが、フィリピンのマーケットでは、GISA風味の粉末調味料がたくさん売られています。野菜と調味料だけで作れるフィリピンの味、低カロリーで作り置きにも向くので、日々の野菜不足の解消にお役立てください。

【材料】(4人分)

- サヨーテ (Sayote、ハヤト瓜)
.....皮をむいて350~500g
(小さめ2個)
- 粉末調味料
(AJI-GINISA® Flavor Seasoning Mix)
.....8g (小袋1パック)
- 油小さじ1
- 水150ml

「AJI-GINISA® Flavor Seasoning Mix」

香味野菜のギサ(GISA)風味と肉のうま味を特徴とした、粉末ミックス調味料です。炒め物の味つけに使うと、フィリピン料理らしい味にまとまります。具材(野菜や肉)350~500gに小袋1袋(8g)を目安にご使用ください。フィリピンのスーパーマーケット、市場、オンライン(Lazada, Shoppie)で購入できます。



【作り方】

* サヨーテは、表面の皮(黄緑色)をむいて種を取り、食べやすい大きさに切る。

- 1 鍋に油を熱し、サヨーテを入れて、表面に油が回るようにさっと炒める。
- 2 水を加え、鍋のふたをして、サヨーテに火が通るまで5分煮る。
- 3 粉末調味料(AJI-GINISA®)を加えてさっと混ぜ、火を止める。

AJINOMOTOレシピサイト
<https://www.cookcommunitybyajinomoto.com/>



AJINOMOTO CUSTOMER CARE
Cookcommunity by Ajinomoto PH
www.ajinomoto.com.ph
mnl_info@asv.ajinomoto.com
(02) 8779-8452
Smart: 0968-852-3723
Globe: 0917-128-5777

Eat Well, Live Well.



リトル東京に移転!
お買い物がいよいよ便利になりました!

Seikyo Japanese Grocery Store

日本食品グロッサリー 生協

フィリピンマカティの人気日本食材店 Seikyo Japanese Grocery Storeが、ジュピターストリーからリトル東京に移転、営業を再開!お買い物がいよいよ便利になりました!

日本ではおなじみの調味料から、カップ麺、菓子パン、おやつ、おつまみ、お酒などの食品だけではなく、洗顔フォームや歯磨き粉などの日用品まで取り扱うバラエティに富んだセレクションが魅力のグロッサリーストア生協。

ぜひお立ち寄りになってみてはいかがでしょうか。

2277 little tokyo building chino roces ave,
Makati, Philippines
☎ 0995-911-3124
月曜～日曜日 9:00～21:00



リトル東京のフレンドリーな
日本食材店

Iseya Japanese Food Store/イセヤ

イセヤ・ジャパニーズフードストアは、マカティのリトルトーキョーに位置する日本食品店です。

カップ麺、飲料、アイスクリーム、スナック、冷凍食品、日常必需品など、さまざまな商品を取り揃え、とてもフレンドリーなお店です。

私たちは常に地元に暮らす皆さまやそのご家族に日本の伝統と味をご紹介したいと考えています。

また、イセヤは、お客様が求めている商品やアイテムを、適正な価格で提供することを目指しています。

ぜひ日本の食材の調達に当店をご利用ください。

- 🕒 9:00am - 9:00pm 無休
- 📍 Iseya food store
- 📍 Little Tokyo 2277 Chino Roces Ave., Brgy Pio Del Pilar, Legazpi Village Makati City



GALILEI 業務用冷凍冷蔵庫から調理機器まで 厨房機器をフルコーディネート

Be cool, Be alive.



日本人技術者2名でメンテナンス対応 日系メーカーである耐久性

スーパーマーケットなどに向けた
冷凍冷蔵ショーケースも対応



FUKUSHIMA GALILEI PHILIPPINE CORPORATION
☎ +63-917-136-2248
✉ zama.yoh@galilei.co.jp <https://www.galilei.co.jp/>

Iwatani レストランやホテル、ご自宅向け! カセットこんろのイワタニが販売開始!

カセットガス スモークレス

焼肉グリル **やきまるII**
煙の発生を少なく抑え、室内で手軽に焼肉が楽しめる!

カセットガス 炬燵焼器 **炙りやII**
気軽に七輪焼きの楽しさを!



Iwatani Trading Philippines Inc.

TEL: 63-917-838-1645

取扱店 Gourdo's <https://www.gourdos.com/store-location.html>
問合せ先: 田原まで 営業時間 8:30AM~5:30PM (平日)

fujimak 信頼の日本品質!

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。

幅広いメニューに対応、効率よく大量調理
ジェットオープン



【ロングセラー商品の紹介】

ジェットオープンは、ソフトな焼き上がりを要求される卵料理から焼き目を強調した魚料理まで、幅広くご利用いただけます。レストラン、居酒屋、ヒザ店などの飲食店や給食施設、食品加工場まで幅広い業種・業態で活躍しています。



幅広い業種での採用実績
2万台の販売実績



- ・肉・海鮮・ヒザの同時調理(多品種メニューのレストランに大活躍)
- ・パートタイムでもプロの味
- ・自動コンベアによる調理時間均一(約4分)
- ・調理オペレーションのマニュアル化

fujimak フジマック
Mobile: +63 917-107-4809

E-mail: a_miura@fujimak.co.jp

厨房機器のメンテナンスはおまかせください!
他社製品でも柔軟に対応しております。お気軽にご相談ください。

詳しくはこちらから



三浦 綾人
Ayato Miura

※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。

Glico **POCKY** Share Happiness

DISCOVER THE TASTE OF HAPPINESS

NEW IMPROVED POCKY

High in Fiber
CRISPER & TASTIER

SCAN & GET EXCLUSIVE DEALS ONLINE

Shopee Mall LazMall VISIT FOR MORE INFORMATION

Shin Mikano
PHILIPPINES INC.
Your No. 1 Trusted Provider of Japanese Food Ingredients

日本食材 JAPANESE GROCERY & FOOD INGREDIENTS

わさび粉 WASABIKO Waseradish Powder (Net Weight: 1kg)

Genki Mayo 元気マヨ (400g)

本みりん HON MIRIN Premium Rice Cooking Wine (1.8L)

料理酒 RYORISHU Premium Cooking Sake (1.8L)

7065 NR Tirona Highway Habay 1, Bacoor City, (Warehouse)
Cartimar Commercial Arcade & Suite 2209 Leveriza St. Pasay City
Farmers Market, Cubao
One Paseo, Maria Luisa Road, Brgy. Banilad Mandaue City

Please Contact us for more info:
Shin Mikano Philippines Inc.
(046) 402-5838 or 0917-709-6824
Main Supplier **JFC JAPAN INC.**

NOW OPEN!

買取専門店
エコリング

日本国内200店舗以上・海外5ヶ国(香港・タイ・シンガポール・マレーシア・フィリピン)に展開中

エコリングは、状態が悪くても買取可能!

- 割れ・傷がある
- 擦り切れ・シミ
- 黒ずみ・サビ...etc

経験豊富な日本人スタッフが常駐し、**スピーディー**に鑑定、査定を行います。

お見積りにご連絡ください

無料査定受付中!
Facebookメッセージからお問い合わせください

担当者 **花井 秀磨**
Shuma Hanai

Facebook WEB

EcoRing
買取専門店 エコリング

営業時間：10:00 ~ 19:00 (予定)
定休日：毎週水曜日 (予定)
25th Streets, BGC, Taguig City RCBC A.T. YUCHENGO CENTRE G/F

日本の商品、サービスそのままに。
様々な種類のメガネとレンズを扱っています。

J!NS

〈モール内店舗ご案内〉
SM MAKATI / SM AURA / SM MEGAMALL / SM Mall Of ASIA /
SM North EDSA / ROBINSONS Manila / AYALA TRINOMA

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/>

ヒップシートキャリアの日本ブランド BABY&Me
フィリピン初上陸！ 限定 100 個限定セール！

51%
OFF

¥22,500 ▶ ¥11,000

真似できない楽しさ

 **BABY & Me**®

日本クチコミ No.1
ヒップシートキャリア



※セカンド抱っこ部門

※セカンド抱っこ部門

商品の詳細や
ご購入はこちら



おでかけを
もっと楽しく♪



フィリピン在住モニター募集！

Facebook アカウントにてモニター活動をしていただける方を募集しています。
育児中の方であれば国籍、性別は問いません。
モニターになっていただける方には無料で商品を提供させていただきます。
※応募多数の場合は選考となる場合があります。

ご応募はこちら ▶





Avail Discount

Promo Code
PRIMERPH

2021年、かつてのヴィスタマービーチリゾートから、新たな楽園が誕生しました。
2ヘクタールの海岸沿いの敷地に、14室の広々としたスイート、開放的なグランドレストラン、2つの
優雅なプール、そして最大200名様まで収容可能な緑豊かなガーデンと多目的エリアを備えています。
まさに楽園のようなリゾートです。



AMOR
LAUT

San Jose, Anilao Batangas

☎ 09171087451 📍 Brgy San Jose Mabini Batangas 🌐 www.amorlaut.com 🕒 6am-10pm



日帰り料金
大人 P1,650
子供 P1,300
3歳以上12歳未満

88 HOT SPRING 温泉

下記を含みます。

- 8つの温泉とプールのご利用 (8:00~22:00)
- 個別ロッカー
- オープンコテージ
- 大人500ペソ、小人400ペソの飲食代とお飲み物

FOR INQUIRIES

GLOBE
0917-839-8508
0905-466-8886
0917-874-7888

SMART
0968-731-2712
0920-857-4888
0949-3247-1717

88spa
Visit Our Website
www.88hotspring.com
Follow Us on Social Media!
88 Hot Spring Resort

📍 #9061 National Highway, Bagong Kalsada,
Calamba City, 4027 Laguna, Philippines



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!



PADIオープンウォーターP16,800(2日間)
講習実績2800名

*チームビルディング*アウトティング *バーベキュー*パーティー
(食材&飲物の持込みは自由です)

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!



オーナー 高橋 豊文(左)

Summer Cruise Diving Resort

✉ maki3677@gmail.com ☎ 0969-241-7880

🌐 Summer Cruise Diving Resort

🌐 www.asiacruise77.net

🐦 Twitter [summercruise88](https://twitter.com/summercruise88)

住所 Brgy. Balite, San Luis, Batangas

日本ではありえない金額で
パーソナルジムに通い放題!?



日本だったら週1回で平均16,000 php だけど...
月4回(週1回)で平均約40,000円

月4回(週1回)なら!

8,200 php
(約21,000円)

1ヶ月通い放題でも!!

13,800 php
(約36,000円)

ORANGE
FITNESS CLUB

無料体験受付中!

体験希望は公式LINEから



グリーンベルトすぐ近く!

日本人のトレーナーだから安心して
運動を続けることができます。

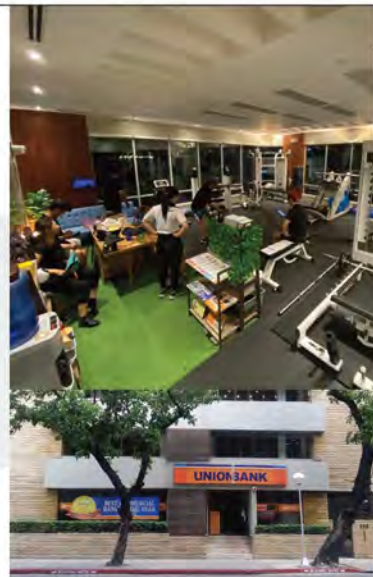


会員同士で他の日本人と
つながれるのは嬉しいです

フィリピンにいと日本人と出会うこと
もあまりないので、トレーニングを通じ
て出会うのは嬉しい。
トレーニングの内容も
個別に相談できるのも、
パーソナルならではの。

無料体験受付中

今すぐ公式LINEから
問い合わせる →→→



住所: 8F/penthouse Twin Cities Condominiums
110 Legazpi Street, Legazpi Village, Makati, 1229 Kalakhang
月~金: 9:00~22:00 土: 8:00~19:00 日: 定休日

BETTER PERFORMANCE
WITH BCAAs

Eat Well, Live Well.

Ajinomoto
AJINOMOTO



SHOP NOW!
EXCLUSIVELY AVAILABLE ON



旅行・趣味

美容・ファッション・医療

学習・資格

ビジネス



加藤レディースクリニック(東京新宿)指導のもと

ケソン市に不妊治療クリニックオープン!

Conceive IVF Manila /Kato Repro

Biotech Centerは、世界的に有名な加藤レディースクリニックの技術指導のもと、自然月経周期を尊重し排卵誘発剤を極力使用しない、患者様に身体に優しい体外受精(IVF:In Vitro Fertilization)を提供する目的で開設された不妊治療クリニックです。

当クリニックの強みとしては、まず専門性の高い医師とスタッフが挙げられます。豊富な経験と知識を持ち、患者様一人ひとりに合わせた個別のアプローチを大切に、心身ともにサポートしており、年中無休で営業しております。

また、不妊治療の専門家として患者様に安心感と希望を提供することを使命としています。常に患者様の立場に立ち、最高水準の医療とサポートを提供することで、多くの方々の夢を実現させるお手伝いをしています。



マカティ市:Kato Repro Biotech center (カトウレプロバイオテックセンター)

☎ 0917 723 9211 ✉ info@krbc.ph
📍 8th Floor Tower 1, The Enterprise Center 6766
Ayala Avenue Makati City
🕒 月曜～日曜 8:30-15:30



ケソン市:Conceive IVF Manila (コンシーブアイブイエフマニラ)

☎ 0917 635 2526 ✉ recep@conceive.ph
担当者:奥村健貴 (電話番号は0939 933 7529)
📍 Unit 02 8th Floor Hexagon Corporate Center
1471 Quezon Ave. Brgy. West Triangle, Quezon City
🕒 月曜～金曜 11:30-18:30 土曜～日曜 9:00-16:00



MITSUKOSHI BGCに日系眼科クリニック JAPAN EYE CENTER



Japan Eye Center Inc.

開院しました!!



眼鏡店のParis Mikiも併設



日本人スタッフが在籍しており(要予約)、医師とのコミュニケーションや治療計画がスムーズに。安心して診察を受けていただけます。



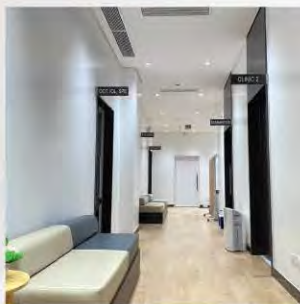
【診療科目】

- 一般眼科診療
- 白内障
- 緑内障
- 網膜剥離
- 近視抑制
- 神経眼科
- 眼形成再建手術
- 小児眼科

※ 定期健康診断も行っています

※ 各種保険完備

※ コンタクトレンズのご相談もお受けいたします



目の健康のことなら、お気軽にご相談ください

📍 2nd Floor, MITSUKOSHI BGC, 8th Ave. Corner 36 th St. Grand Central Park, BGC, Taguig

✉ customercare@jepc.ph

☎ 0917-116-5321 (青柳) ☎ 0917-104-7255, 8567-6170



HIBARI CLINIC
ひばりクリニック

日本人スタッフ
常駐

年中無休

オンライン診療

海外旅行傷害保険利用可

診療 09:00~13:00
時間 14:00~18:00

LINE

総合診療科
予約優先制

※ウォークインの場合は待ち時間が長くなります

マニラ本院 ☎ (02) 7001 2397 - 年中無休 -
Unit 1201, 12th floor, High Street South Corporate Plaza Tower 1
26th Street, Corner 9th Ave, Taguig, 1634 Metro Manila

日本人医師が診察し
日本の薬を処方します

株式会社 Mexpo/メクスポ

【診療科目】

- 内科
- 皮膚科
- 美容皮膚科
- アレルギー科
- 心療内科
- 感染症科

【お問い合わせ】

01 日本人医師による診察

02 日本承認薬の処方

03 最短3日で薬のお届け
※受診日時や居住地によります

急なお身体の不調、お子様の様子がおかしい、些細なことでもお気軽にご相談ください。

院長 田村崇行
クリニックヴィア東京/東京大学医学部卒

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

歯は口を変え
口は顔を変え
顔は表情を変え
表情は人生を創る!

日本語・英語・タガログ語対応
/当院は完全予約制です。

Orthero Clear Aligner

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・祝日休診)

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

利用可能な保険会社: PRESTIGE INTERNATIONAL 国民健康保険・社会保険 WellBe

●日本語対応可能 ●最新デジタル機器完備

Acero Dental Center・Acero Dental Clinic
アセロデンタルセンター (マカティRiceタワー2階) アセロデンタルクリニック (マカティ)

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、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、マニティ歯科、デンチャー、顎関節症の治療など

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

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

最先端のCAD/CAMを完備

Acero先生のインタビューはこちらから

まずご予約を! ☎ 0917-156-1017 ☎ 0917-714-4432 ✉ acero2@yahoo.com ●まずはE-mail、お電話にてお問合せください。

ドクター紹介

皮膚は全身を映し出す鏡といわれるほど内臓病や体調に影響を受けます。特に最近では異国で暮らすストレスにより皮膚の異常を訴える方も多く見受けられます。

当院の皮膚科ではあらゆる皮膚病、皮膚異常に対応しており、他にもシミやしわ、抜け毛など美容皮膚に関するご相談も可能です。

小さなお子様からご年配の方まで、皮膚に関することなら経験豊富なDr. Laurelにお気軽にご相談ください。

日本語でアシスト致します!

皮膚科
Dr. ローレル

東京ヘルスリンク

ご予約・お問合せ: 0917-808-8874
アラバンモリライフスタイルセンター内

健康診断

診療科目

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

内視鏡検査・超音波・レントゲン・臨床検査・リハビリテーション



ReFirme™ Skin Tightening

ReFirme ST:ハリのある、若々しいお肌へ

ReFirme STは、コラーゲン生成を長期的に促し、既存のコラーゲン繊維を引き締めることで、ハリのある見た目をすばやく実現する施術です。優しいパルス状の赤外線（波長700-2000nm）とバイポーララジオ波（RF）を組み合わせることで、最大1~3mmの深さまで真皮を加熱します。メスを使わない安全な施術で、フェイスラインのたるみ、ほうれい線、目元のクマ、眉間のシワなど、気になるエイジングサインに効果を発揮します。



Visit us at the following:

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

+63917.4338172
8856.6960

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

+63917.5980599
8556.7272

BGC MITSUKOSHI (三越) 2Fに完全日本スタイルのヘアサロンOPEN.

トップスタイリストによる
日本の技術

細かいニュアンスが伝わる
日本語対応

内装・美容機材など全て
日本の器材

シャンプー、カラーなど全部
日本の薬剤

MIRAI BEAUTY SALON

2F Mitsukoshi Mall, 8th ave, cor 36th st, Taguig

☎ 0977-122-7464

営業時間 11:00~22:00 年内無休

<https://www.miraisalon.yodelle.us>

事前のご予約が便利です。ご予約は右のQRコードから。

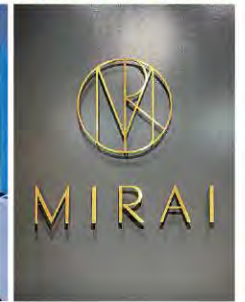
私たちに、なんでもご相談ください。



ディレクター
森川純平



CEO
フランセスリン小島



フィリピンでの生活を快適に!



日本人の利用率
No.1

【サービス内容】

- コンド/オフィス/店舗清掃
- エアコン清掃 **おすすめの**
- ソファ/マットレス清掃
- キッチン徹底清掃
- グリーストラップ清掃
- ペストコントロール
- シャワー室の水アカ取り **おすすめの**

New

- メイド派遣サービス **おすすめの**
(ご希望の日に合わせてあります)
1回(3時間~延長可)
お部屋のお掃除
ベッドメイキング
洗濯/アイロンかけ
その他ご要望に応じてご相談ください



ご予約はアプリから
ご質問はこちらから



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!!

- 各種専門医の診察
- 医療英語通訳
- 健康診断
- 予防接種
- キャッシュレス受診
- 受診アテンド



スタッフが院内JHDオフィスに常駐し、ワンステップでしっかりサポート!!



《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 0917-716-9007
マニラ日本人会診療所/マカティ 0917-592-5738
セントルークス/グローバルシティ 0917-592-5732
エイジアンホスピタル/アラバン 0917-819-5461 (英)

緊急24時間受付 02-8817-1289/日本語可

心絆鍼灸整骨院
鍼灸師31年。美容と健康を提供いたします。



Harmonizing Tradition and
Modernity for Your Wellness

- Face Acupuncture
P5000~
- Body Acupuncture
P3000~
- High-Frequency Therapy
P2000~
- Massage
P1000~



CENTURIA MEDICAL MAKATI UNIT 1405 COCONA101
TEL. 02 5304 7939 / 09285590511

SEARCH IN GOOGLE MAPS OR WAZE "CENTURIA MEDICAL MAKATI"

COCONA 101
Dr. COCO
(COCORO NAKAHARA)
"Japan's Renowned Acupuncturist!"

BODY
DRY OIL

FOOT

- 1 時間
... 500PHP
- 1.5 時間
... 740PHP
- 2 時間
... 980PHP



GRIT SPA
CORPORATION
Japanese Style
1時間 500ペソ

Globe 0945 176 0664
Smart 0960 366 2576
02 8708 2802

UNIT G4-B MAKATI CINEMA SQUARE
PASONG TAMO, MAKATI CITY
営業時間 10:00AM-4:00AM(受付終了)

クーポン発売中! <https://grit-spa.com>



安心・きれい・優れた技術!
日本人経営のマッサージ店

LE PARADIS SPA

マッサージで心と身体をリラックス!

- Swedish Massage
- Combination Massage
- Siatsu Massage
- Body Scrub Massage



Home and
Hotel Massage

Call us Now!

0951-054-3360
0921-918-2531
Le Paradis Spa

Sandys Massage

便利な出張マッサージ

- Swedish.....500/1hr
- Shiatsu.....500/1hr
- Foot Reflex.....600/1hr
- Thai Massage
- Combination.....700/1hr
- Massage.....700/1hr
- Ventosa.....700/1hr
- Body Scrub.....700/1hr
- Mani-Pedi.....700
- Footspa.....1000
- Hotstone.....1000

2時間のご利用から承ります。

年中無休/24時間営業

#SMART: 0967-8989780
#GLOBE: 0927-6800119 / 0995-0991345



Sweet Massage

- オイル&ドライマッサージ - Php 1000
- ペントサ+マッサージ - Php 1200
- 白髪除去+マッサージ - Php 1200

ホーム&ホテルマッサージ
— 24時間営業 —

BGC | Makati | Ortigas
Pasay | Malate | 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





みゆきマッサージスパ MIYUKI MASSAGE SPA

素晴らしいマッサージで心と体を癒しましょう

24/7
OPEN

FOR ONLY
950.00
1時間30分
1 HOUR AND 30 MINS



You can also contact us @

Globe 0967-193-0373

Smart 0928-834-9498

mayumi101024

Telegram @mayumi101024

Email mayumiangels10@gmail.com

facebook Mayumi Angels

サービスエリア

Manila, Makati, Pasay, BGC, Ortigas, Mandaluyong,
Las Pinas, Malate and nearby areas

その他エリアもご相談ください。

自宅やホテルに出張します。



Angelworld Massage NO.1 MASSAGE IN METRO MANILA!



24 HOURS OPEN!

- ◆ スウェディッシュ(オイル)マッサージ 1,000 Php / 120 mins
- ◆ 指圧(ドライ)マッサージ 1,000 Php / 120 mins
- ◆ ツインマッサージ 1,800 Php / 120 mins

0977-277-5623

対応可能エリア: Pasay, Malate, Makati, BGC,
Ortigas, Alabang, and nearby places.. およびその近郊。



LINE

WHATSAPP



Ayumi
Massaji and Spa
09276900008
09083570460



ホテル、ご自宅出張マッサージを!

- パッケージ A: マッサージ + 白髪除去 + 耳掃除
- パッケージ B: マッサージ + 白髪除去 + 耳キャンドル
- パッケージ C: マッサージ + ボディスクラブ + 耳キャンドル
- パッケージ D: マッサージ + フェイシャルマッサージ + 耳掃除
- パッケージ E: マッサージ + フットスクラブ + 耳キャンドル
- パッケージ F: マッサージ + ペンタカップ + 耳掃除
(※ペンタカップとは、吸い玉マッサージのことです)

サービス内容: ホテルマッサージ・自宅マッサージ

対応エリア: パサイ市・アラバン・マニラ市・ボニファシオ・グローバルシティ (BGC)

● オルティガス・センター ● マンダロン市

特典: ロイヤルティカード (8回目のご利用は無料)

Blue Orchids Spa

Convenience, Comfort, Care

“今日は至極のマッサージで気分爽快!”
Makati, Manila, BGC, Pasay, Pasig, Ortigas, Mandaluyong



サービスメニュー:

- Massage · Aromatherapy · Foot Reflex
 - Body Scrub · Hot Stone · Ventosa
- ご滞在先で施術をうけることができます。
Home, Hotel, Condo, Party & Events

INTRODUCTORY
OFFER

P500/1時間~

CONTACT US:

Globe: 0926-632-3637 0968-608-3446

Smart: 0968-608-3446 0995-716-0244



HOME & HOTEL SERVICE

ホーム&ホテルサービス

OPEN 24/7 EVEN HOLIDAYS

24時間営業。休日も営業しています。



2018 Best Quality
Spa Service Provider

2018 スパ・サービス・プロバイダー
受賞 スパサービスプロバイダー
ベストクオリティ賞受賞

By: Golden Globe Award for Business Excellence



2018 Top Choice
Award For Excellence

2018 エクセレンス部門トップ・
チョイス賞受賞

By: Philippine Top Choice Awards

施術経験豊富な女性ブ
ロによる高品質のマッ
サージサービスです。

サービスエリア

マカティ、パサイ、タギッグ、
マラテ、オルティガス、パシッグ、
パラニャケ、アラバン、
メトロマニラ

サービス内容

スウェーデン式マッサージ	- 400	フットマッサージ	- 400
指圧マッサージ	- 400	出産前マッサージ	- 400
コンビネーションマッサージ	- 500	キディマッサージ(30分)	- 200
ディープティッシュマッサージ	- 400	ペントーサ(マッサージ付き)	- 1200
タイマッサージ	- 500	ボディスクラブ(マッサージ付き)	- 1000
ツインマッサージ	- 800	ホットストーンとマッサージ	- 1200

マカティエリア外は2時間から承ります。エリアにより料金が異なります。

お問い合わせ・ご予約

09279088515

09052845267



LINE

WECHAT

VIBER

WHATSAPP

TELEGRAM

<http://www.facebook.com/lbchanmassageservice>

www.lbchanmassage.com

フィリピンで親睦を深めよう! 日本人コミュニティーリスト



他にも、日本人コミュニティー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。

右のQRコードをスマホで
スキャンすると、プライ
マーウェブのコミュニ
ティーリストが開きます。



primer.ph/guide/culture/nihonjin_communitylist/

同窓会

- ▶ **マニラ開成会 開成高校**
◎<https://www.facebook.com/tomohisa> (加藤智久)
- ▶ **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**
☎0919-079-0260(森) ✉yasuhiro.mori@jfe-shoji.com.ph
- ▶ **マニラ関大会 関西大学**
✉ manila.kandaikai@gmail.com (山本)
- ▶ **法政大学フィリピン交友会 法政大学**
✉ hoseiph.2020@gmail.com (宮脇)
- ▶ **拓殖大学学友会フィリピン支部 拓殖大学**
☎0917-856-1705(峠崎)
- ▶ **東京外語会マニラ支部 東京外国語大学**
☎0917-373-2243(中原)
- ▶ **フィリピン不老会 名古屋大学**
✉ 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**
☎0917-179-0206(中島) ✉ chi.023026@gmail.com
- ▶ **マニラ紫紺会 明治大学**
☎0918-811-5555(屋良) 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** ☎0999-475-2454(賀来)
- ▶ **マニラ白門会 中央大学** ☎0917-123-3561
(真橋 哲大 マバシ テツヒロ)
- ▶ **マニラ九大OB会 九州大学**
✉ nishimoto-k@intl.taisei.co.jp (西本)
- ▶ **青山学院校友会マニラ支部 青山学院大学**
✉ aogakumnl@gmail.com (鈴木)
- ▶ **神戸大学同窓会 神戸大学** ☎0917-307-3391
✉ masaki.suwa@toyotasantarosa.com.ph (諏訪)
- ▶ **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** ☎0956-457-8410
✉ tmautmau@gmail.com (松原)
- ▶ **マニラ立教会 立教大学** ☎0917-174-4361(浅羽)
- ▶ **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)
- ▶ **如水会 マニラ支部 一橋大学**
✉ zorigt.b.khongor@mitsubishicorp.com (ゾリグト)
- ▶ **マニラ青葉会 東北大学** ☎0999-220-88(石井)
- ▶ **フィリピン赤門会 東京大学** ✉ thoshino@adb.org (星野)

日本人の会リスト

- ▶ **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** ☎0917-180-0027(岩崎孝志)
- ▶ **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
- ▶ **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)
- ▶ **栃木県人会** ☎0998-841-6475(幹事:東浦裕康)
☎0998-556-5887(副幹事:石橋)
- ▶ **フィリピン沖縄県人会連合(PUOA)** ☎0918-811-5555 (YARA)
- ▶ **マニラ滋賀県人会(青海会)** ✉ yayuhata77042@gmail.com (森)

その他

- ▶ **77年会** (1977年生まれの集まりです)
✉ Yagifx77@yahoo.co.jp (八木)
- ▶ **マニラ猛虎会** ☎0917-180-0027
✉ siriwasaki@gmail.com (岩崎)
- ▶ **マニラ昇竜会 中日ドラゴンズ**
✉ daisuke_ishii@cotton-diaz.net (石井)
- ▶ **マニラ日本人バレーボールサークル Ace Strikers**
☎0931-880-0602(坂口)
- ▶ **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>
- ▶ **沖縄県フィリピン委託駐在員事務所**
Okinawa Prefecture Philippine Representative Office
☎02 8811 5555 Cell.0918-811-5555(屋良朝彦)
- ▶ **Manila Hapons Rugby Team**
✉ sachiko.morimoto@discovery.com.ph (森本)
- ▶ **日本人バスケサークル マニラブレッツ** ☎0917-808-1785
✉ yoshihito_watanabe@hotmail.com (渡邊)
- ▶ **マニラグリークラブ** (男声合唱) ☎0939 726 3959(担当:出嶋)
✉ hajime.whitecat0214@gmail.com
- ▶ **ラブラブ釣りキチ倶楽部**
✉ lapulapu.tsurikichi.club@gmail.com (渡辺)

Your child's first supportive community.
フィリピンでの子どもの国際感覚と才能を育成!
 Spark Child Centerは、お子さまの多様な能力開発を目指すプレスクールです。講師はインターナショナルスクールで日本人のお子さまを数多く指導した経験を持ち、日本語可能な講師も在任。安心してお子さまを預けていただけます。MITSUKOSHI BGCから車で10分以内!

ご入学受付中



- 読解力育成クラス
- 読み書きの基礎
- ダンスクラス
- キッズヨガクラス
- 料理クラス
- アートクラス
- 個別指導 など

言語、コミュニケーション、リテラシー
 Language, Communication, and Literacy

言語能力
 Motor Skills

創造性
 Creativity

アカデミック・ロジカル
 Academic/Cognitive Skills

社会性、感情的スキル
 Social-Emotional Skills

価値観の形成
 Values Formation

※お子様の年齢別に4つのレベルがあります。1~2歳児 2~3歳児 3~4歳児 4~5歳児
まず、お気軽にお問合せください。

Spark Child Center (スパークチャイルドセンター)
 0917.111.1010
 www.sparkchildcenter.com
 SPARK CHILD CENTER @sparkchildcenter
 #8 Sta. Elvira St., Kapitolyo Pasig City Metro Manila



マニラにある日系幼児教育施設
ウィズこども園



ウィズこども園は、日本語による保育で心の成長をサポートし、英語と運動に重点を置いたプログラムを毎日行っています。卒園生は、主に日本の小学校やマニラ日本人学校へ就学しています。インターナショナルスクールへの進学も問題ございません。

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

NORD ANGLIA INTERNATIONAL SCHOOL MANILA

CREATE YOUR FUTURE
 未来を創造しよう



Nord Anglia International School Manilaでは、世界トップ100大学への入学を果たした生徒が多くいます。
 Nord Anglia 独自の学習アプローチにより、生徒たちは卓越した学力、回復力、そしてグローバルな資質を育むことができます。
 お子様を持つ可能性を最大限に引き出し、真の自分自身を見つけられるよう、私たちがお手伝いします。

www.naismanila.edu.ph
 Email: admissions@naismanila.edu.ph

SCAN ME



フィリピンのビジネス情報をお届けします。

- 連載コラム
- 業界別ビジネス特集
- 企業検索

など、役立つビジネス情報を発信中!
 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 最新情報はこちらから!

twitter

Instagram

YouTube フィリピンプライマーで検索!

TikTok はじめました

ビジネス情報はこちらをSCAN!



https://primer.ph/business/

流行 趣味
 美容・ファッション・医療
 学習・資格
 ビジネス

スマイル部

筑波研究学園都市の
進学塾が運営
オンライン個別指導

小中学生 / マンツーマン指導

全国学力テスト 申込受付中!

塾 フィリピンブライマー 検索




LIV DANCE ACADEMY

BGCで日系初のダンススタジオ!!

リブダンスならダンス初心者でも大丈夫!
Danceが好きなお子さんはもちろん、大人だからできないと思っている方、一緒に身体を動かしてみませんか?



住所 UNIT208, PARK WEST VERITOWN,
7TH AVE, CORNER 36TH ST. BGC, FORT
BONIFACIO, TAGUIG CITY
(Childcare Center Whiz Inc 施設内)
お問い合わせ0961-116-7000
日時 毎週月一金(午後3時~午後9時) /
土(午前10時~午後9時)

ヘッドコーチ【Asami】



保育士資格、幼稚園二種
免許保持。ダンスインス
トラクター歴15年以上。



詳細はWebサイトから

BRANDLINE × RareJob

再開 約15年の実績を誇る
ビジネス英会話最大手

オンライン
受講可能

グランドライン
GRANDLINE

年間受講者数約1,000人!多くの
駐在員とその家族の皆様に通っていただいています。

さらに便利になりました!詳しくはジャパンデスクまで!

マカティで
学べる
英会話学校

BGC, ロックウェルからアクセスよいアヤラアベニューすぐ近く
ビジネスの本拠地マカティで本格的な英会話が学べます! グランドラインの最も大きな特徴は、
講師の質の高さです。どのレベルの英会話をご希望でも対応出来るシステムがとても評判。

無料
体験
実施中

Grandline の強み

- 大手企業への指導実績多数
- 安心の日本人経営
- カリキュラムは要望にあわせカスタマイズ
- 講師派遣も在宅オンラインも可能

料金: 1レッスン **600**ペソ~(税別)

急募 正社員及びパートタイム募集 ご連絡はジャパンデスクまで

代表電話 日本橋も可 **02-8564-8826** WEB <https://grandline.asia/>
Grandline

◎SSP認定 ◎TESDA認定 ✉ japandesk@grandline.asia
Calcan Building, 1195, Don Chino Roces Avenue, corner Yakal Street,
1203 Makati, Philippines Makati City

土日も開講しております! 営業: 平日 9:30 ~ 21:00 土日 9:00 ~ 17:00 お問合せ ジャパンデスク・金光



対面レッスン&オンラインの英会話・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
 - 日系企業中心に赴任前・後学習で多数実績あり
 - 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

英会話レッスン
(マンツーマン) P600/50分
+12% VAT

- 日常英会話
- トラベル英会話
- トピックベースコース
- ビジネス英語

現地スタッフの日本語教育に最適！
日本語レッスン

- JLPT/JFT-Basic他テスト対策
- コミュニケーション
- 社内研修
- カリキュラムオーダー可

*キッズクラスあり *詳細はお問い合わせください



読者特典

無料体験レッスン
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

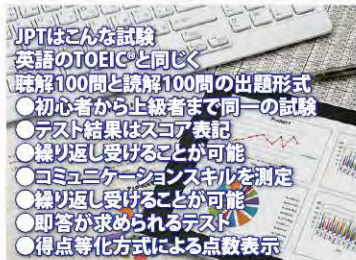
02-8832-5735 / 0917-813-0693



フィリピンでも
JPTの受験が可能に
なりました



JPT(日本語能力試験)はビジネスを含む日常的な場面、状況において、高度で機能的なコミュニケーション能力を客観的に測定、評価することを目的とした法務省認定の試験です。



- JPTはこんな試験
英語のTOEICと同じく
聴解100問と読解100問の出題形式
- 初心者から上級者まで同一の試験
 - テスト結果はスコア表記
 - 繰り返し受けることが可能
 - コミュニケーションスキルを測定
 - 繰り返し受けることが可能
 - 即答が求められるテスト
 - 得点等化方式による点数表示

JPTの企業内導入事例

- 日系企業の人事課として導入
→従業員の能力を明確に差別化する方法として採用。なんとなく日本語が上達したからなどの理由で昇給などを判断せず、各従業員の日本語能力をスコアで管理し、進捗などもモニタリング。JLPTの場合はN1、N2などほぼ同じ指標でしか判断できないが、JPTの場合N1でも990点～660点のように5点刻みで幅があるので可視化できる。
- 従業員の教育の一環として採用
→従業員の能力開発の一貫として採用
フィリピン人や外国人従業員は明確な目標ができて、日本語学習の意欲が向上した

PJLinkはフィリピンで唯一のJPT実施機関に選ばれました。詳しくはお問い合わせください

http://pjlink-manila.com

pjlink.language.center@gmail.com (日本語対応)

pjlinkinc



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、真の国際人に!



【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

無料体験レッスン
実施中

(0917) 373 2243 (中原)

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

当校独自のオリジナル・フィリピン語 検定試験始めました!

この度、本校では、フィリピン語の勉強の励みになり会話能力を向上させたいという生徒さんからの要望に応じて当校独自の検定試験を開始することにしました。フィリピンの皆さんとよりよいコミュニケーションを構築するためにぜひご活用ください。

- 試験は1級～6級まで6段階
- 難易度は英検(実用英語技能検定)の各級と同程度
- 試験内容は筆記試験
- 60点で合格!当センターから合格証をお出します。



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!

いいね!

LINE 友だち追加

facebook

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!

The Stories

受賞者の挑戦とその成果

Volume

03

吉武 ロドラさん
第58回（2022年度）受賞者
大分県フィリピン友好協会



会長 吉武 ロドラさん

「足踏みミシンを通じて貧困世帯の基本的な生活改善を」

この度は大変栄誉ある賞を賜りまして、心からお礼申し上げます。外国人の私たち「大分県フィリピン友好協会」を選定してくださったこと、また授賞式でのスピーチをお任せいただいたこと、そして帝国ホテルで母とともにステキな時間をすごさせていただき、私にとって生涯の大切な思い出になりました。

大分県フィリピン友好協会設立のきっかけは阪神淡路大震災です。大震災では大きな被害が発生し、在日フィリピン人の皆さんも多くの方が罹災しました。同胞の気持ちを思い食料支援などを思い立ったものの、自分の力だけでは出来ることが限られてしまいジレンマを感じていたのですが、幸い、被災地の同胞を助けたいと考える多くのフィリピンの方がおり、力を合わせた結果、想定より多くの物資を支援することができました。一人で出来る事は小さくても集まれば大きな力になる。その考えのもと、10名で活動を開始し、今年で設立から27年目を迎えました。所属メンバーも500名を数える協会になり、県内のフィリピンの方はもちろん、日本人の皆様や大使館・領事館の方々のお力をお借りして、日本・フィリピンの両方で互助活動のみならず災害支援・貧困家庭の自立支援など、様々な活動を行えるようになりました。

フィリピンでの活動としては主に、食糧・物資支援や医療支援、そして貧困世帯の生活改善に取り組んでいます。特に印象深い活動の一つが「大分工業高等専門学校 足踏みミシンボランティア部」の皆様と取り組んでいる“足踏みミシン”の寄付活動です。電気代が生活水準と比較して高く、停電が頻繁なフィ

リピンでは、電気を使わない、電気代が掛からない足踏みミシンは、非常にありがたい存在です。そして、貧困世帯に必要なのは、一度で終わる寄付ではない、根本的な生活改善です。

私たちはまず子どもを学校に通わせることができない貧困地域を選んで足を運び、ミシンと布、糸を寄付するとともに、使い方と修理の方法、製品の作り方、販売方法を教えていきました。また売上の半分は生地や糸などの購入に充てるよう指導し、販路開拓もサポート。地域の顔役の方や神父様の協力のもと、きちんとした生活改善に漕ぎ着けることができました。

「子どもを学校に通わせることができるようになりました」と報告してくれたお母さんの笑顔、そしてコロナ禍でマスクを製造して、乗り切ることができたという報告を受けた時には、活動を続けてよかったと心から感じました。

また日本では、毎月のタガログ語無料相談会や出張パスポート更新、交流イベントの開催などを行って来ました。

立場や人種を超えて手を携える事で恵まれない人々はもちろん、私たち自身もより良い未来を拓けるという信念のもと走ってきた27年間で、この度の受賞で報われたような思いがしています。やる気が4倍、5倍にもなりました。これからも、10年、20年と、日本とフィリピンの架け橋となるべく邁進して参ります。（談）

INFORMATION

大分県フィリピン友好協会

✉ admin@opfamanila.com

☎ +81 70 2811 7805

PROFILE

1995年にフィリピンの互助団体として設立。

2011年より大分工業高等専門学校と共同で行っているミシンの寄贈や研修などの取り組みを通じて、持続可能な生活のためのスキルを伝え、自給自足を育み、経済的自立を推進することで、現在に至るまでフィリピン人の支援を行っております。



社会貢献者表彰

自薦・他薦を問いません/
推薦募集中

2024年
10月31日まで

誰かのために頑張っている人、教えてください

公益財団法人
社会貢献
支援財団

公益財団法人社会貢献支援財団

105-0003 東京都港区西新橋1-18-6 クロスオフィス内幸町801
Tel: +81-(3) 3502-0910 E-mail: fesco@fesco.or.jp
Web: <https://www.fesco.or.jp/>



募集内容について

社会貢献支援財団



Supported by
日本
財団
THE NIPPON
FOUNDATION

HOT TOPICS in Manila

上カルビと焼すきが1か月間15%OFF!

KENJI Japanese BBQ Restaurant

ケンジ・ジャパニーズ・バーベキュー・レストラン

ジュピターストリートの人気焼肉店「KENJI Japanese BBQ Restaurant」で4月25日～5月25日の1か月間に15%OFFプロモを実施します!割引の対象は、人気メニューの上カルビと焼すきの2品です。

KENJIではA5の上質な和牛を使用しています。個室が4つあり、つなげて24名用の大きな個室にすることも可能。友人や家族とのランチに、飲み会に、接待に、幅広くご利用できます。ぜひ、下記電話番号から予約を!

134 Jupiter St, Bel-air 2, Makati
 ☎ 02-7000-5361 / 0917-185-3518
 11時30分～14時30分、17時～23時
 🌐 <https://www.facebook.com/kenjijbbq>
 📸 <https://www.instagram.com/kenjijbbq/>



今回15%OFFになるメニューのひとつ、焼すき



4つの個室をつなげて24名用の個室に

ニトリが4月18日、フィリピン1号店をMITSUKOSHI BGC 3階にオープン!

NITORI ニトリ

ニトリが2024年4月18日(木)、フィリピン1号店をMITSUKOSHI BGC 3階にグランドオープン! 1,100平方メートルの店舗面積を誇り、家具や生活雑貨など多種多様な商品を揃えている。

ニトリは、モダンでミニマルな家具から重厚感のある家具まで、さまざまなインテリアスタイルや好みに対応し、「お、ねだん以上。」のリーズナブルな価格で高品質な商品を提供している。また、コーディネートされたコレクションもあるため、個々のアイテムを揃える手間もなく、簡単に統一感のある家具を揃えることができるのも魅力だ。

ニトリは、2032年までにフィリピン全土に50店舗をオープンする予定。また、フィリピンのほか、インドとインドネシアへの新店舗オープンを控えている。日本初の家具・生活雑貨の躍進が期待されている。

MITSUKOSHI BGC 3F
 HP:NITORI Philippines | Home Decor & Furniture
 📍@nitoriphilippines



4月13日に行われたプレオープンにも予想を超えるお客様にぎわった

One Ayalaモールにオープン!

むさし亭

とんかつの武蔵グループは日本で「とんかつ和食武蔵」やラーメンの「まるとん本舗」、回転すしの「武蔵丸」などのブランドを運営しているレストラングループ。グローエッタ店では数多くの和食メニューを揃え、とんかつ、ラーメン、寿司、一品物も多数揃えており、日本人にもフィリピン人にも人気店。

そして、4月22日にOne Ayala Mallにお店をオープン!おすめは日本国内で展開する「まるとん本舗」で提供するラーメンにとんかつメニューなど多数揃えています

3rd Floor, One Ayala Mall, Ayala Avenue, Corner EDSA, Ayala center, Makati.
 ☎ 02-8425-4746
 📞 0956-045-1678
 📧 musashi.tei@yahoo.com



JINS グリーンヒルズ店オープン!

JINS

日本で一番多くメガネを販売しているJINS。日本の商品、サービスそのままに、メトロマニラ内のモールに店舗を構え、様々な種類のメガネとレンズを扱っています。

4月にはグリーンヒルズ店がオープンとなり、8店舗目となりました。

JINSは2001年の日本での開業後、現在の日本の店舗数は450を超え、日本で一番多くのメガネを販売しています。そのJINSがフィリピンに進出し、現在、「SM MAKATI店」、「SM AURA店」、「SM MEGAMALL店」など計8つのモールに店舗を構え、「日本と同じコンセプト」「日本と同じ商品」、「日本と同じ品質」でサービスを提供しています。

グリーンヒルズ モール2階
 ☎ 0967 085 1209
 責任者: 前田 博之
 📞 +63917 164 1015
 📧 hiryuki-maezono@jins.com



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

「無料体験レッスン」受付中!



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!

短くは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

オンラインレッスン可

Zoomを利用したオンラインレッスンもできます。

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
 【通学】 平日 8:00~20:50 土曜 8:00~16:50
 【オンライン】 平日 6:00~22:50 土日 8:00~16:50

無料体験レッスン
 受付中!

詳しくは下記までお問い合わせください
 📧 info@stepforward-inc.com 📞 096353444

Unit 1602 One Park Drive, 11th Drive,
 Cor 9th Ave, BGC, Taguig
 ☎ 708-99953