



# INDULGE IN STEAK HEAVEN: MANILA'S MUST-TRY GUIDE

## マニラでステーキ三昧:おすすめガイド



### 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.primar.ph](http://www.primar.ph)





sentro  
1771

# 極上のハーモニー、当店オリジナル! 「コーンドビーフシニガン」

「とろける美味しさ、酸味の余韻」をぜひご体験ください!

じっくり煮込んだコーンドビーフのショートリブと骨なし牛スネ肉が、タマリンドの酸味と野菜の旨味が溶け込んだスープの中で、奏でる極上のハーモニー。一度食べたら忘れられない、当店自慢の「コーンドビーフシニガン」です。



Greenbelt 5, Makati - 0917 853 7460  
Capitol Commons, Pasig - 0917 854 4540  
One Boni High Street Mall, Taguig - 0917 814 7794



# ドル口座を開設しませんか？



## お引き出し:



- ① 支店窓口でドル紙幣のお引き出しができます  
※ジャパンヘルプデスク経由で紙幣の事前予約を承ります。
- ② フィリピン国内ATMでドル口座からペソのお引き出しができます ※当日レートが適用されます。
- ③ 日本のATMでドル口座から日本円のお引き出しができます

## オンライン上で:



- ① 海外送金ができます  
※BDO Online Banking (ブラウザ) から、フィリピン国外口座への送金が可能です。
- ② ご自身のドル口座からペソ口座へ両替できます



## ドル建ての投資信託を購入することで資産の分散投資ができます

※資産運用には居住者ビザを維持されているなど諸条件がございます。

オンラインショッピングや旅行先でのドル決済を希望される方、資産を複数通貨に分散することにご興味がある方にも、お勧めです！

口座開設のご依頼やご質問は、ジャパンヘルプデスクへお気軽にお問合せください

### お取り扱い業務

ご預金、ご融資、外国為替、信託、退職金基金、社内ATM設置、投資、株式購入、インターネットバンキング、振込、クレジットカード、オートローン、ホームローン、保険、リース、その他

**BDO Japan Desk**  
お問い合わせ先

**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。



**MUSASHI-TEI JAPANESE RESTAURANT**  
3rd Floor One Ayala Mall, Ayala Avenue  
corner EDSA San Lorenzo Makati City

Great for Sharing

**STORE BUSINESS HOUR**  
Monday-Thursday 10:00AM -9:00PM  
Friday - Sunday 10:00AM-10:00PM



Ebi Fry and Fillet Katsu P620  
Shrimp Fry and Fillet Katsu(Pork Tenderloin)



大判アジフライ P450  
Big Plate Market Fry



海老フライ P490  
Shrimp Fry



ミックスフライ B P600  
Mix Fry B



Ton-Katsu (110g/150g)  
Ton Katsu (110g of Pork Loin)(150g of Pork Loin)  
110g P420  
150g P500



武蔵とんかつスペシャル P1,500  
Musashi Tonkatsu Special  
Musashi Shrimp Fry, Tonkatsu Special, Fillet Katsu (Pork Tenderloin) and Cheese Roll

For inquiries and Reservations:  
Tel No: 84254746  
Mobile No: 09560451678  
Email add:musashi.tei@yahoo.com

**ラーメンは味噌としょうゆから選べます!**  
You can choose Musashi miso / shoyu ramen for any set below.

<b>A.set 餃子セット</b> Ramen and Yaki Gyoza 3pcs Ramen and 3pcs of Gyoza (Grilled Japanese Dumplings) P450	<b>B.set 唐揚げセット</b> Ramen and Tori Karaage Ramen and Japanese Style Fried Chicken P450
<b>C.set スパイス唐揚げセット</b> Ramen and Spicy Karaage Ramen and Spicy Japanese Style Fried Chicken P450	<b>D.set 味噌串かつセット</b> Ramen and Miso Kushi Katsu Ramen and Fillet Katsu with Miso Sauce on Stick P450

**むさし しょうゆラーメン**  
Musashi Shoyu Ramen  
Ramen in Pork Based Soup w/ Soy Sauce Flavor

**むさし 味噌ラーメン**  
Musashi Miso Ramen  
Ramen in Pork Based with Miso Paste Soup

**P290**

Ingredients: 黒こしょう (Black Pepper), とうがらし (Chili Pepper), しょうゆ (Chili Oil), ねぎ (Garlic), ごま (Sesame)

**Sushi**

ひなげし P560  
Hinageshi  
5 Assorted Sashimi and Assorted Tempura and Miso Soup

**Kaisendon**

Salmon Mayo Nigiri P230  
Torch'd Assorted Sashimi (Salmon Sushi with Mayonnaise)

サーモン P200  
Salmon Nigiri

Maguro Nigiri P200  
Tuna Nigiri

Tekka Don w/Tonjiru P450  
Rice Bowl Topped w/Tuna Sashimi and Tonjiru

Negitoro Don w/Tonjiru P450  
Rice Bowl Topped w/Onion, Leek and Raw Tuna Mince with Tonjiru

**Osashimi**

お刺身6種盛り P1,400  
Osashimi 6 Shu Mori  
Assorted Sashimi 6 kinds

Maguro Sashimi P280  
Tuna Sashimi

生ホタテの刺身 P500  
Hokkaido Hotate Sashimi  
Scallops Sashimi

ローズかつ+お刺身定食 P760  
Ton-Katsu and Osashimi  
Ton: Kabay Pork Loin and Sashimi

Tekka Negitoro P300  
Tuna Red Snapper Negitoro on Egg

Ebiten Nigiri P280  
Shrimp, Tuna and Sashimi

Takuan Negitoro P250  
Butter, Cashew Nuts, Pickled Shrimp and Takuan

Maguro & Negitoro Don w/Tonjiru P580  
Rice Bowl Topped w/Onion Leek and Raw Tuna Mince and Tuna Sashimi with Tonjiru

寿司5貫 P350  
5pcs Assorted Sashimi

**Ippinkyouri**

Aburi Shimesaba P430  
Torch'd Pickled Mackerel

Ebi Tempura (Spec) P550  
Shrimp Tempura (Spec) 5pcs P550  
Specs P350  
7pcs P800

Caeser Salad P300  
Caeser Salad

野菜サラダ P250  
Yasai Salad  
Vegetable Salad

Agedashi Tofu P110  
Chili Soup - Dried Soft Tofu - Served in Soybean and Sesame Sauce

Yaki Gyoza P180 / P310  
Grilled Japanese Dumplings (Specs) 10pcs

Maguro-Tatsuta Age P300  
Deep Fried Marinated Tuna

**人気 No.1**

鶏の唐揚げ P280  
Tori Karaage 5pcs  
Fried Chicken with Citrus

Chawanmushi P90  
Steep Steamed Egg Omelet



June/Hunyo  
2024 06  
Contents

## Special Feature

# マニラでステーキ三味： おすすめガイド ..... 04



27 フィリピン料理をご自宅で！美味しく！

43 HOT TOPICS

46 フィリピンビジネス経済ニュース

68 ビジネス烈伝

『自然災害が多いフィリピンでも保険業を通じて安心・安全を支え貢献を』  
マラヤン保険副社長/東京海上日動火災マニラ首席駐在員・マニラ日本人会会長  
岡本 和典氏

ビジネスプライマー（裏面からお読みください）..... 46

〈表紙写真〉  
ライフスタイル: Flame, Caruso, La Cabrera, Cirkulo, Wooden Horse Steakhouse, I'm Angus Steakhouse, Ironman's Steakhouse, Mamou, Ruby Jacks  
ビジネス: フィリピン: マカティ・サルセドの街角にて(プライマー撮影)

### Feature of the Issue

This June, Philippine Primer is all about steakhouses in the Metro: from high-end spots like La Cabrera, I'm Angus, and Flame to budget-friendly ones such as Wooden Horse and Ironman's Steakhouse. Plus, discover top delicatessens and shops where you can buy premium meats to cook at home. So if you're a carnivore, this issue is definitely for you!



### 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/](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 06月号 Vol.194

(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](mailto:information@primer.ph)/[sales@primer.ph](mailto:sales@primer.ph)

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

# マニラでステーキ三昧：おすすめガイド

マニラでの滞在を、美味しいステーキで彩りませんか？この特集では、豪華なディナーからカジュアルなランチまで、さまざまなシーンに合わせたステーキ店を厳選してご紹介します。そして、自宅でのステーキ作りを楽しむための生肉を販売しているショップもピックアップ。さらに、ステーキの部位や理想的な焼き加減についてのティップスもご紹介します。

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



Flame

Caruso

La Cabrera



Cirkulo



Wooden Horse Steakhouse



I'm Angus Steakhouse



Ironman's Steakhouse



Mamou



L'entrecote

## たまには行きたい！高級ステーキ店

特別な日やビジネス接待にぴったりな、贅沢な高級ステーキ店をピックアップ！世界中のグルメが絶賛する、アルゼンチン発祥の名店「La Cabrera」、日本人にも馴染み深い老舗「I'm Angus Steakhouse」、ビジネスの中心地Ayala Avenueに位置する洗練された「Flame at Discovery Primea」、そしてマニラで極上のステーキを堪能できる「Elbert's Steak Room」など、一流と言われるステーキハウスを紹介します。

### La Cabrera

ラ・カブレラ

Mandaluyong

ブエノスアイレスを本拠とするLa Cabreraは、2013年から2016年、そして2021年にラテンアメリカの50ベストレストランリストで17位にランクインした名店。地元シェフの技術と訓練のおかげでここマニラでもブエノスアイレス本店と同じ味を提供。アルゼンチンの伝統的なスタイルでグリルしたステーキには、Cuadril（ランプ）、リブアイ、そしてハウススペシャルティである風味豊かで希少なEntraña（スカートステーキ）など、独特なカットが特徴。各ステーキの注文には、約10種類の無料のサイドディッシュとソースが付いており、肉の風味を完璧に引き立てる。また、ヨーロッパおよびアルゼンチン産の極上ワインとのペアリングは、真の美味しさを楽しむために欠かせない。

Mezzanine Level, Tower Wing, EDSA Shangri-La Hotel, Ortigas  
☎90967-236-7940 🕒11時～22時  
🌐parrillalacabrera.com.ar 📘lacabreramania  
📍lacabrera\_mnl

Photo credit: La Cabrera



Photo credit: Edsa Shangri-La, Manila

客単価：P1コ：P300以下 P2コ：P300～800 P3コ：P800～1,500 P4コ：P1,500～2,000 P5コ：P2,000以上



## I'm Angus Steak House

アイム・アンガス・ステーキハウス



Makati

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。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してくれそう。店名が示す通りアンガ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。450〜590グラム程の一人分ステーキから、850グラム近くあるシェアできるステーキも提供している。ステーキの他にもオーストラリア産ヴィール（子牛）やラム、米産のポーク、チキンに各種シーフードもマストトライ。

7431 Yakal, Village, Makati, 1203 Kalakhang Maynila

☎02-8892-5852 / 0956-135-4213

🕒11時〜15時、17時〜22時

🏠 i-am-angus.com.ph 📘 Steakhouse.ImAngus

📍 imangussteakhouse

Photo credit: I'm Angus Steak House



## Flame

フレイム



Makati

マカティのディスカバリープリメアに構えるモダンアジア料理レストラン、Flame。エグゼクティブシェフのLuis J. Chikiamco氏が提供する料理は、季節の食材を活かした洗練されたアジア料理。特に注目すべきは、Jospierオープンで焼き上げるステーキ類。このオープンには炭を使うことで高温で肉に独特の風味を加える。代表的なメニューは、Jospier焼きのTomahawk Steak。家族や友人との食事や、ビジネスシーンにぴったりのレストラン。

16/F Discovery Primea, Makati

☎02-7955-8888 🕒11時〜23時 📅日曜

🏠 www.discoveryprimea.com 📘 DiscoveryPrimeaMakati

📍 discoveryprimea

Photo credit: Flame



## Elbert's Steak Room

エルバーツ・ステーキ・ルーム



Makati

ロコミだけで広まったサルセドの隠れた名店。階段を3階まで上がったところにある赤い扉が目印。USDA認定のプライムやスーパープライムなどの特上ビーフもあるが、マニラでは珍しいダブルゴールドビーフも是非味わってほしい。シェフによると通常より1~2歳高齢の牛のお肉で、肉質が若干硬めである代わり若い牛よりも強い旨みを含んでいるのだとか。とろけるような柔らかさはないものの、噛みしめる度に広がる旨みがこのビーフの醍醐味だ。必ずあるわけではないので、電話で確認&予約するのがベスト。

3A Sagittarius Building III, 111 H.V. Dela Costa Street, Salcedo Village, Makati  
☎0917-529-9392  
🕒11時30分~15時/17時30分~22 ㊟日曜  
🌐www.steakroom.com 📱steakroom 📷steakroom.ph

Photo credit: Elbert's Steak Room



## Ruby Jack's Steakhouse & Bar

ルビー・ジャックス・ステーキハウス・アンド・バー



Makati

六本木に本店を構える正統派ステーキハウス。自家製の乾燥熟成ビーフとフレッシュビーフの2種類を提供。全てオーストラリア、アメリカ、日本から輸入した上質なお肉だ。冷凍はせずに、冷やすだけの保存法が美味しさの秘訣だろう。目玉商品は、穀物を飼料に160日間飼育したオーストラリア産のジョンディーブラックアンガスビーフ。

2/F, The Shops Ayala Triangle Gardens Tower 2, Paseo De Roxas, cor Makati Ave, Makati  
☎02-7118-1025 / 0917-876-2522  
🕒11時~23時  
📱rubyjacksmanila 📷rubyjacksmanilaph

Photo credit: Ruby Jack's Steakhouse & Bar



## Mamou 5

マモウ・5



Makati

旅行好きのオーナーが世界各国の料理からインスピレーションを受けたオリジナルメニューは、上質な食材を使いつつ家庭料理をベースにした気取らない素朴な味が信条。特にステーキの人气が高く、オープン当初は注文があるか不安だったが、今ではMamouの大人気メニューだとオーナーは語る。いちおしは米国産のドライエイジングビーフを使った28 Day Dry Aged USDA Prime Grade Porterhouse Steak。28日間熟成させた肉はジューシーで旨み強いのが特徴。

Ground Floor, Greenbelt 5, Greenbelt Dr, Makati, Metro Manila  
☎0917-526-2668  
🕒日曜~木曜 11時~21時、金曜~土曜 11時~22時  
📱mamouhomekitchen 📷mymamou

Photo credit: Mamou 5





## Sage Grill

セージ・グリル



マカティ・シャングリ・ラの2階に店舗を構えるステーキハウス。全面ガラス張りの窓に映る緑が心地よく、雰囲気とサービスは高級ホテルならではの。ステーキは全て「ジョスパー・グリル」と呼ばれるグリルとオープン合わせた特殊な調理機器で焼いている。熱源は炭火で、扉がついてるため食材の水分を逃さずにグリルできるのが特徴。



Level 2, Ayala Avenue corner Makati Avenue, Makati  
☎02-8813-7428  
🕒火～土曜 11時30分～14時30分、18時～22時30分  
🌐www.shangri-la.com  
📍MakatiShangrila @makatishangrila



Photo credit: Sage Grill

## El Gaucho

エル・ガウチョ



マカティに店舗を構えるアルゼンチン料理レストラン。ビクトリア州、ニューサウスウェールズ州、およびアメリカ合衆国の選ばれた農場から厳選された肉製品を提供。USDA PRIME STEAKSは、認定された有機牛肉で、120～220日間コーンで育てられたホルモン未処理の牛(NHTC)を使用。また、ブラックアンガスはプレミアムなオーストラリア産の草飼育牛から。洗練された雰囲気、家族や友人との食事やビジネスシーンにぴったり。



G/F Trump Tower at Century City, Kalayaan Avenue, Salamanca, Poblacion, Makati  
☎0917-323-8019 🕒11時～24時  
🌐ph.elgaucho.asia  
📍ElGauchoPhilippines  
📱elgauchoglobal



Photo credit: El Gaucho

## 注目!2024年新オープン予定の海外チェーンステーキ店



2024年に海外の人気チェーン店が2店舗新規出店する予定。1店舗目は2024年第3四半期に開店予定のMorton's The Steakhouse。1978年に米シカゴ州で創業され、ステーキとシーフードが看板メニューのハイエンドステーキ店で、BGCのアップタウンにオープンする。続く2店舗目は2024年第4四半期に開店予定のFogo de Chão。1979年に南ブラジルで創業され、伝統的なブラジル式シュラスコが特徴。グロリエッタ4に出店予定。

## 22 Prime

22・プライム



Discovery Suitesの看板レストラン。アジアのレストランガイドブック「ミレガイド」やトリップアドバイザー、ハイエンドライフスタイル誌のPhilippine Tatlerなどのランキングで10位以内を獲得した名誉あるステーキ店。オルティガスのビジネス街という場所柄、周囲のオフィスに勤めるビジネスマンのウォークイン客も多く、接待や打ち合わせの場としての人気も高い。お手頃なランチメニューもおすすめ。



2nd Level Discovery Suites, 25 ADB Avenue, Ortigas Avenue, Ortigas Center, Pasig  
☎02-7719-8888 / 0966-496-2355  
🕒12時～14時、17時～22時  
🌐www.discoverysuites.com  
📍22Prime



Photo credit: 22 Prime

## Dillingers 1903 Steak and Brew

ディリンジャーズ1903・ステーキ・アンド・ブルー



夜に活気づくグリーンベルト3の老舗ステーキ店。19世紀初頭のアメリカの酒場をイメージさせる黒のウッドやレンガのデザインが、目立たず落ち着いた雰囲気を醸し出す。おすすめはベーコンで巻いたUSDAビーフのフィレミニオンやトマホークなど。奥にスピークイージャーのProhibition Liquor Loungeがある。(Dillingersは2024年5月現在リノベーション中のため、メニューはProhibition Liquor Loungeで提供)。



3rd floor Greenbelt 3, Ayala Center, Makati, 1228 Metro Manila  
☎02-8621-6790 / 0927-911-8212  
🕒11時～翌1時  
🌐dillingers1903.com.ph  
📍Dillingers1903SteakandBrew/  
📱dillingers1903



Photo credit: Dillingers 1903 Steak and Brew

## Wolfgang's Steakhouse

ウォルフガングス・ステーキハウス



ニューヨークのステーキの名店。日本でも六本木などに構え、高級ステーキハウスとして名を馳せている。当店は極上のUSDAプライムビーフを使用し、約28日間ドライエイジングを施している。マニラ店でも専用のエイジングルームを設け、アメリカから仕入れたお肉を厳しい温度管理の下でしっかり熟成。お肉は注文を受けてからスライスし、高温で上下から同時に焼く。こうして完成したステーキは、ニューヨークで多くのグルメを唸らせてきた超極上ステーキそのものだ。インテリアはニューヨーク店を見事に再現している。



LG/F One Bonifacio High Street, Taguig  
☎02-7586-4892 🕒11時～24時  
🌐www.wolgangssteakhouse.ph  
📍WolgangsSteakhousePH  
📱wolgangssteakhouseph



Photo credit: Wolfgang's Steakhouse

## L'entrecôte

アントレコット

PP  
PP  
BGC

フランス語でサーロインステーキを意味するl'entrecôte。スイス生まれのオーナーシェフが生み出すステーキやスイス、フランスといった欧州料理に独自のシンプルなアレンジを加えた様々なメニューを楽しめる。おすすめのL'ENTRECÔTE "DOUBLE" STEAK & FRIES (P3,360/340g) は特製ハーブバターソースをたまりかけのUSビーフのサーロインステーキ。添え付けのポテトフライはお替り自由。サラダもついてくる。



Forbestown Rd, Taguig  
☎02-8856-4858 🕒月～木曜 11時～24時/金～日曜 11時～14時  
🌐lenticotemania.com  
📱lenticotebistroMNL  
📷lenticotemnl

Photo credit: L'entrecôte

## Raging Bull Chophouse & Bar

レイジング・ブル・チョップハウス・アンド・バー

PP  
PP  
BGC

BGCのシャングリ・ラ・ホテルの看板ステーキハウス。マカティシャングリ・ラのステーキハウス「セージ」と同様に、ジョスパークリルで作ったステーキが大人気。オーストラリア産の各有名業者のアンガスビーフや和牛を提供している。この豊富な種類のビーフを堪能するには、好きなビーフを3種類選ぶことができるThe Chopping Blockがおすすめ。



30th Street Corner 5th Avenue  
Shangri-La The Fort, Manila, Taguig,  
1634 Metro Manila  
☎02-8820-0888  
🕒11時30分～14時、17時～24時  
🌐www.shangri-la.com  
📱shangrilafort 📷shangrilafort

Photo credit: Raging Bull Chophouse & Bar

## Melo's Steak House

メロス・ステーキハウス

PP  
PP  
BGC

ステーキの老舗で、BGC、アラバン、ケソン市などに店舗を構える。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。和牛は全ての部位でグレード5以上で、肉質が一番柔らかい最上級のグレード12を常時ストック。徹底的に牛肉の品質にこだわっている。ブルーチーズやフォアグラと組み合わせるなど、オーナー自らが考案するバラエティに富んだ印象強いアレンジが自慢。月替わりのシェフスペシャルもあり、ステーキ通を飽きさせない。



Burgos Cir, Taguig, 1631 Metro Manila  
☎02-8403-5968  
🕒11時～24時  
🌐melosteaks.com 📱MelosBGC  
📷meloscarmelosofficial

Photo credit: Melo's Steak House

## Steak & Fricc

ステーキ・アンド・フライス

PP  
PP  
BGC

BGCに店舗を構える、マニラのテイストを取り入れたオーソドックスなステーキハウス。人気イタリアンレストラン「a mano」を経営するAmado Forés氏によって設立。ステーキと共にフライドポテトとライス(フライス)を提供するというコンセプトが特徴。ステーキはUS Ribeye、S&F Striploin、Chateaubriandの3種の上質なカットを使用し、好みに応じて焼き加減を調整可能。ニューヨークのステーキハウス、パリのビストロ、ロンドンを彷彿とさせる雰囲気。



Bonifacio High Street Central, Unit  
NW-LG003A, LGF Central Square,  
30th St, cor 5th Ave, Taguig  
☎0917-125-8188 🕒日～木曜 11時～22時、金・土曜 11時～23時  
📱steakandfricc 📷steakandfricc

Photo credit: Steak & Fricc

## CRU Steakhouse

クルー・ステーキハウス

PP  
PP  
Pasay

リゾートワールドのホテルの一つ、マリオットホテルの看板ステーキハウス。ガラス張りのオープンキッチンではグリルでステーキを焼く様子をショーのように楽しむことができる。ステーキはUSDA認定アンガスビーフの他にオーストラリア産の和牛やフランスのシャロレービーフなどの種類も取り扱っている。ステーキは前述したグリルで500度の火でこんがり焼き、旨みを封じ込めている。看板メニューは900gのプライムリブ。テーブルサイドでスライスしてくれる。



2 Resort Dr, Pasay, 1309 Metro Manila  
☎02-8988-9999  
🕒日曜～木曜 18時～22時30分/金・土曜 18時～23時30分  
🌐www.crusteakhousemanila.com  
📱manilamarriott 📷manilamarriott

Photo credit: CRU Steakhouse

## Finestra Italian Steakhouse

フィネストラ・イタリアン・ステーキハウス

PP  
PP  
Paranaque

クラシカルなイタリア料理とレベルの高いサービスで有名な、ソレア・リゾート内にあるイタリアンレストラン。一番人気は、特製ソースで頂くプレミアムカットステーキ。和牛は、口に入れた瞬間に溶けるような柔らかさで、3人で分けても十分なボリュームだ。おすすめサイドポテトチップスは、アヒルの脂で揚げたポテトチップスの海塩・ハーブ添えや、紫カリフラワーのブタネスカなど。



1 Aseana Ave, Entertainment, Parañaque,  
1701 Metro Manila  
☎02-8888-8888 🕒月～土曜 17時30分～22時30分 / 日曜 11時30分～14時30分、17時30分～22時30分  
🌐sec.solaireresort.com  
📱SolaireResort 📷solaireresort

Photo credit: Finestra Italian Steakhouse

## Highlands Steakhouse

ハイランズ・ステーキハウス



SMモール・オブ・アジアにあるタガイトイの大人気の支店。マニラ湾のビューを眺めながらいただくステーキは格別。

USDA認定アンガスビーフを主に提供し、特にPrime Ribがおすすめ。10から12人用の個室も用意されており、30,000ペソで利用可(コンシューマブル)。

SM Mall of Asia, Seaside Blvd, 123, Pasay  
 ☎0916-468-2077 ☎10時~22時  
 🌐primesteaks.com.ph 📘HighlandsSteak  
 📍highlands\_steakhouse

Photo credit: Highlands Steakhouse

## House of Wagyu Stonegrill

ハウス・オブ・和牛・ストーングリル



パサイのモール・オブ・アジア近くにあるステーキハウス。熱した石の上で焼く和牛ステーキが人気で、

A4/A5佐賀牛も提供している。マニラ湾の景観を望む屋外席も用意されており、カジュアルな食事から特別な日や接待にも利用できる。

4th Level, Two E-Com Center, 1300Ocean Drive, Mall of Asia Complex, Pasay  
 ☎02-8553-8437 / 0917-834-1248  
 ☎日~木曜 11時~15時、18時~22時 / 金・土曜 11時~15時、17時~23時 📘HOUSEOFWAGYU 📍houseofwagyu

Photo credit: House of Wagyu Stonegrill

## Ruth's Chris Steak House

ルース・クリス・ステーキハウス



1965年創業の米国ステーキチェーン店。店内はオリент急行をイメージしたデザインになっていて落ち着いた雰囲気だが、全体的に過度にかしまっているわ

けではなく、節度あるカジュアル感が心地良いお店。バターが塗られた温かい取り皿で食べる珍しいシステムになっている。価格帯は2種のステーキ、アパタイザー3種、ワイン1本、で1人P5,000程。高級店ではあるが家族や友達とちょっとしたお祝いなどに、気軽に楽しめる。

2nd Floor, ORE Central, 31st Street, Taguig, 1630 Metro Manila ☎0995-631-6346 / 02-7943-1939  
 ☎12時~15時、17時~22時  
 🌐ruthschris.com/restaurant-locations/manila  
 📘ruthschrisph 📍ruthschrisph

# 和の空間で楽しむ、極上の和風ステーキ

伝統的な「和」のおもてなしを体感できる「山里」、日本の粋を集めた洗練されたデザインが魅力の「大柁」、そして高級感あふれるが気取らない雰囲気「鉄板大河内」といった選りすぐりの店舗をご紹介します！

## 山里

Yamazato



東京のホテルオークラに本店を持ち、伝統を踏まえた日本料理を提供する山里。鉄板焼きカウンター付きの個室では、シェフが目の前で巧みに調理する鉄板焼きメニューを提供。A4和牛やオーストラリア和牛、国産F1牛などを使った数種類のランチコースがあり、価格はP3,000~P6,600。

Hotel Okura Manila 2 Portwood Street Newport City, Pasay ☎02-5318-2888 / 0917-818-9868  
 ☎月~日曜 11時30分~14時30分、17時30分~21時30分  
 🌐www.hotelokuramanila.com 📘hotelokuramnl  
 📍hotelokuramnl

Photo credit: Hotel Okura Manila

## 大柁

Daimasu



マニラにしながら、まるで日本で食事をしているような雰囲気味わえる、会席コース、おまかせコース、アラカルト料理の純和食レストラン。お寿司カウンターでは日本人板前の清水氏が腕を振るう。おすすめは、和牛ステーキ(P2,700・100g)。

Ground Floor, Unit A-1/2/3 Allegro Center 2264 Pasong Tamo Extension Makati  
 ☎02 - 7121-5200  
 ☎11時30分~14時、17時~23時(LO22時) ☎月曜  
 🌐daimasu.ph 📘DaimasuMakati 📍daimasu\_makati

Photo credit: Daimasu

## 鉄板大河内龍神

Teppan Okochi Ryujin



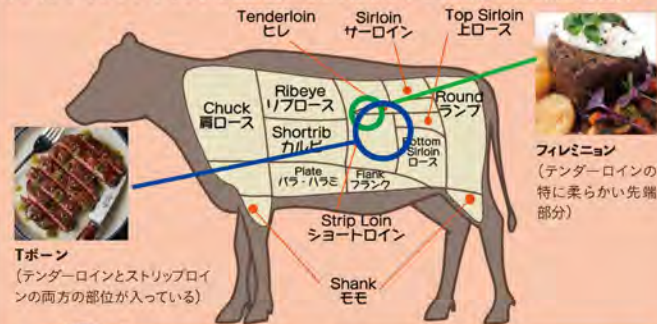
BGCとロックウェルに店舗を構える鉄板焼き店。鉄板焼きカウンターと個室によって構成されたインテリアが魅力的。おすすめはA5和牛ステーキ(P1,680/50g)やUSDAアンガスリブアイステーキ(P980/100g)など。また、スペシャルセレクトステーキ(P780/00g)やみずじステーキ(P680/200g)などのお手頃価格のステーキも。

Unit 7 Ground Floor Ore Square Building, 1634 31st Street, Taguig ☎0906-248-3942  
 ☎水~火曜 11時30分~22時 / 日曜 11時~22時  
 📘teppanokochi 📍teppanokochi

Photo credit: Teppan Okochi Ryujin

## ステーキの部位と特徴

ステーキとして使われる部位は、リブローズ、サーロイン、肩ローズ、ヒレ、ショートロイン、ランプ、フランクなど多数。ここではその中でもよく使われる部位を紹介！



### タシャルのステーキ知識

リブローズ、サーロイン、ショートロイン⇒脂肪を適度に含み、きめ細やかな肉質

タンダーロイン、ランプ、肩ローズ⇒赤身が多く、濃厚な旨味を含む

## 美味しさの秘密は焼き加減にあり！

ステーキの焼き加減について解説！これらの説明はステーキの厚みや種類、個々のグリルやフライパンの特性によって異なることがありますので、目安として参考にしてください。



### ①レア (Rare)

- 断面の色: 中心部が赤く、かなりの部分が生の状態に近い。
- 温度: 中心温度は約50℃前後。
- 特徴: 表面は焼き色がついているが、内部は赤く、肉汁が多い。

- 65℃。
- 特徴: ほとんど焼けており、肉汁は保持しているが、中心の赤みは少ない。

### ②ミディアムレア (Medium Rare)

- 断面の色: 中心部は明るい赤色で、周囲はピンクがかった色になる。
- 温度: 中心温度は約55℃から60℃。
- 特徴: 表面はしっかりと焼けており、中心部に肉汁を保ちつつも、赤みを帯びている。

- ④ミディアムウェル (Medium Well)
- 断面の色: 大部分が茶色く、ピンク色は非常に少ない。
- 温度: 中心温度は約65℃から70℃。
- 特徴: ほとんどが焼けており、少し乾燥してきているが、わずかにジューシーさを保持。

### ③ミディアム (Medium)

- 断面の色: 全体がピンク色で、中心部の赤みは少なくなる。
- 温度: 中心温度は約60℃から

- ⑤ウェルダン (Well Done)
- 断面の色: 全体が茶色で、ピンク色は全く見られない。
- 温度: 中心温度は約75℃以上。
- 特徴: 完全に焼かれており、肉汁はほとんどなく、乾燥して硬い。

Photo credit: Santis Delicatessen

# リーズナブルに美味しく!お手頃ステーキ店

気軽に、かつリーズナブルに本格的なステーキを楽しむなら、地元で愛される「Wooden Horse Steakhouse」や、ゴルフ帰りのお客様に人気の「Ironman Steakhouse」、そしてワインとステーキの最強コンビを楽しめる日本の人気チェーンいきなり!ステーキなどがおすすめ。

## Wooden Horse Steakhouse

ウッデン・ホース・ステーキハウス



アラバンのMolitoに店舗を構える、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  
☎2-8659-7522 / 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

## Ironman's Steak House

アイアンマンズ・ステーキハウス



日本人経営のステーキハウス。近江牛や宮崎牛など銘柄和牛から、米国や豪、NZ産のアンガス牛など、世界の特選牛をご提供。自慢の30mmの鉄板で焼き上げるステーキや伊勢海老は絶品。またカルフォルニアワインや仏ワインはもとより、獺祭などの日本酒、琉球泡盛やオリオンビール、ライスウイスキーで肉料理が楽しめるのはここだけ。日本人シェフによるお寿司や天ぷらなど和食メニューも充実。コースメニューで大事な接待にも最適。30名迄の貸切可。



G/F Ayala Malls Circuit, Makati, Hippodromo St., Makati City  
☎0922-856-5835 🕒11時～22時  
📍 IronMansSteakHouse

Photo credit: Ironman's Steak House

## いきなり!ステーキ

Ikinari Steak



コストパフォーマンスを追求したステーキとワインを楽しむ日本のステーキチェーン。前菜無しでいきなりステーキを食べると旨いというのがお店のコンセプトで、アツアツの鉄皿で運ばれてくるステーキにソースをかけ、ビールやワインと共に真っ先に味わう。ワイルドステーキはP599/200g。



One Ayala, Makati ☎0977-797-8962  
🕒月～日曜 10時～21時30分  
📍 ikinariph 📍 ikinariph

Photo credit: Ikinari Steak

## Farmery Deli · Resto

ファーマリー・デリ・レスト



オーガニックミートを販売する精肉店Fameryのレストラン。販売しているのと同じオールナチュラル・オーガニックのお肉を使ったメニューが豊富で、ステーキ、ハンバーガー、ローストビーフなどの肉料理はもちろん、サイドディッシュやデザートも豊富。



Lifestyle Building, Unit 1, Molito, 7 Madrigal Ave, Ayala Alabang, Muntinlupa  
☎0917 - 508-0815 🕒9時～22時  
📍 farmery.ph 📍 farmerydeli 📍 farmerydeli

Photo credit: Farmery Deli · Resto

## Texas Roadhouse

テキサス・ロードハウス



アメリカで450店舗以上展開しているステーキチェーン。USDA認定チョイス級のビーフを使用。機械は使用せず、職人が手で切る「ハンドカット」にこだわる。程よい塩味で整えられたステーキは日本人の口にも合う味付け。お手頃価格でステーキを楽しめる。



Uptown Mall, 36th St, Taguig  
☎02-8776-2654 🕒11時～24時  
📍 www.texasroadhouse.com.ph  
📍 TexasRoadhousePH  
📍 texasroadhouseph

## Wild West Roadhouse Grill

ワイルド・ウエスト・ロードハウス・グリル



BGCに構えるアメリカン料理レストラン。米産のお肉を使ったステーキやテンダーリブ、チョップスなどが楽しめる。毎週水曜日にはライブパフォーマンスもあり。現代的な西部風サロンの雰囲気、家族や友人とのカジュアルな食事に最適。



11th Ave, Taguig, Metro Manila  
☎02-7002-8161 / 0906-244-2996  
🕒11時～23時 📍 wildwestph.com  
📍 WildWestRoadhouseGrill 📍 wildwestph

Photo credit: Wild West Roadhouse Grill

## Tender Bob's

テンダー・ボブス



ショッピングプラザモールにあるカジュアルなステーキ店。メニューは主にアメリカン。おすすめステーキはU.S. Angus Ribeye (450g)。チョイス(P1,145/180g、P1,625/300g)とセレクト(P575/150g、P895/300g)の二つのグレードから選ぶことができる。



6th floor, Main Wing Shangri-La Plaza, EDSA Cor. Shaw Blvd, Ortigas Center, Mandaluyong  
☎02-8638-7161 🕒11時～22時  
📍 TenderBobsShangriLa 📍 tenderbobs

Photo credit: Tender Bob's

## Hai Chix & Steaks

ハイ・チックス・アンド・ステーキス



BGCハイストリートに店舗を構えるアジア西洋フュージョン料理レストラン。オーナーシェフのFerdie Agustin氏が仕上げるシンプルな塩と胡椒のグリルステーキが自慢。注目の料理は、42日間乾燥熟成させたポーターハウス、リブアイステーキフリットなど。



2nd floor, C3, 7th Avenue, Bonifacio High Street, Taguig ☎0967-220-8372  
🕒日～木曜 7時～22時 / 金・土曜 7時～24時  
📍 haichixandsteaks.com  
📍 haichixandsteaks 📍 haichixandsteaks\_

Photo credit: Hai Chix & Steaks

# 専門店じゃないけど、試したいこのステーキ!

ステーキ専門店ではないが、予想を超える美味しいステーキを楽しめるお店をご紹介します。イタリアのタリア・トスカーナ地方の名物ステーキを提供する「Caruso」、スペインのダパスと一緒にステーキを味わえる「Cirkulo」、そしてワインのセレクションが豊富で食事のすべてが際立つ「Txanton」など、ステーキ以外のメニューも楽しめる名店揃いです!

## Caruso

カルーソ



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。間違いない伝統的なイタリアン。高級感があり、落ち着いた雰囲気の内店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。こちらのおすすめはイタリア・トスカーナ地方の名物料理、Bistecca alla Fiorentina。Tボーンのステーキで、焼き加減は基本的にレア。



Photo credit: Caruso

LRI Bldg., 210 Nicanor Garcia St., Poblacion, Makati  
☎02-8895-2451 / 0915-679-4829  
🕒11時~22時  
📍CarusoRistoranteItaliano  
📱carusoristoranteitaliano

## Cirkulo

シルクロ



日本人の間でよく知られたスパニッシュレストラン。その中でもステーキは根強い人気を誇る。おすすめはアンガスビーフ・ポートハウスステーキ(P6,450/1,200g)。3~4人でシェアできる量で、グループでの食事にぜひ注文したい。サイドディッシュにはシーザーサラダやウェポス・ロトス(シューズトリングポテト)などをぜひ。



Photo credit: Cirkulo

GF MilkyWay Building, 900 A. Arnaiz Avenue corner Paseo de Roxas, Makati  
☎0927 136 1305  
🕒月~金曜 11時30分~14時30分 / 17時30分~22時30分 · 土曜 17時30分~22時30分 🕒日曜  
📍www.elcirkulo.com  
📱CirkuloRestaurant  
📱cirkulo\_makati

## Txanton

シャントン



2015年に設立されたTxantonは、お客さんの2割は日本人という人気店。特に高品質のハモン(ハム)に定評のあるお店だが、ステーキも見逃せない。おすすめはアヴィレレーニャブラックイベリアンと呼ばれる牛肉で作ったSpanish Beef Sirloin Bone In 30 Days Dry Aged (P6,300/1Kg)。30日間の熟成により濃厚な旨味を含んだステーキは絶品。ワインのセレクションも充実しているので、ペアリングを楽しんでみて。



Photo credit: Txanton

2294 Chino Roces Ave. Extension, 2nd Floor Smithbell Building, Makati  
☎0917 624 4270 / (02) 8812 2040 (LOC 112) / (02) 8877-6928  
🕒11時~22時30分 📍txanton.com.ph  
📱txantonph 📱txantonph

## Sala Bistro

サラ・ビストロ



マカティに店舗を構えるヨーロッパ料理レストラン。オーナーシェフであるColin Mackay氏は1996年にマニラに移住し、BlackbirdやPeople's Palaceといったレストランも手がける。注目のステーキにはBlack Onyx Angus Ribeye、Mulwarra Grass Fed Beef Tenderloin、Creekside Angus Flat Iron 'Steak Frites'などがある。高い天井の高級ながらも温かみのある空間は、会食や接待などに利用できそう。



Photo credit: Sala Bistro

1/F Greenbelt 3, Ayala Center, Makati  
☎02-7729-4888 / 0917-821-7500  
🕒11時~22時 📍salabistro.com

## Dr. Wine

ドクター・ワイン



ポブラシオンとブルゴスサークルで人気のワインバーで、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だ。2022年にはBGCのブルゴスサークル近くに2号店をオープン。ステーキは4種あり、炭火グリルで焼いている。おすすめはRib Eye Steak (P6,980/800g)はUSDA認定ブラックアンガスビーフを使用。好きなサイドディッシュを二つ選べる。



Photo credit: Dr. Wine

Parklane, Forbestown Rd, Taguig, Metro Manila  
☎0917-715-2807  
🕒7時~翌2時  
📱drwine.bgc 📱drwine.bgc

## Chingolo Deli

チンゴロ・デリ



アルゼンチン産アンガスビーフを取り扱う精肉店兼レストラン。アルゼンチン人起業家のNico Bolzico氏と、YouTuber、シェフ、プロガーと多岐に渡り活躍するフランス・フィリピン人ハーフのErwan Heusaff氏が立ち上げた有名店。アルゼンチンで放牧された上質な牛肉を主に取り扱っており、肉は21日間熟成させてからフィリピンに送られる。人気メニューはリブアイステーキなど。



Photo credit: Chingolo Deli

UPRC III Bldg, 2289 Chino Roces Extension, Makati ☎0917-620-2443  
🕒レストラン 火~土曜 11時~23時 🕒月曜/デリカテッセン 10時~18時  
📍chingolodeli.ph 📱chingolodeli  
📱chingolodeli

## 居酒屋はまち

Izakaya Hamachi

Kite KebabやPersia Grillなどの人気店を経営するKian Kazemi氏による居酒屋。日本人コンサルタントの下で構成されたメニューにはお寿司、お刺身、天ぷらなどの定番の他に、オリジナルメニューも多数。中でも際立つのはココナッツの炭でグリルしたWild Steak Chuck Eye (P668/250g)。お肉はスモークな風味を纏い、アツアツのプレートにハーブバターや玉ねぎと一緒に盛り付けられる。

GF, Finman Centre Bldg, 131 Tordesillas, Makati ☎0917-899-5426  
🕒11時~23時45分 📍izakayahamachi

Photo credit: Izakaya Hamachi



P P P

Makati

## The Peak Grill

ザ・ピーク・グリル

Grand Hyatt Manilaホテル高層フロアのレストラン・バー。ホテルの60~62階を占める大規模な店舗はロビーからは専用エレベーターで行くことができる。練り料理が人気で、認定アンガスビーフを使ったステーキに定評がある。おすすめはCAB Prime Tenderloin (P2,850/200g) や CAB Prime Rib Eye (P3,750/350g)。

60th Floor, Grand Hyatt Manila, 8th Avenue corner, 35th St, Taguig, 1634 Metro Manila  
☎02-8838-1234 🕒17時~23時  
🌐www.hyatt.com 📱grandhyattmanilaph  
📍grandhyattmanilaph

Photo credit: The Peak Grill



P P P

BGC

## Rumba

ルンバ

Las FloresやRamblaなどの系列店であるスパニッシュ・地中海レストラン。70席の店内は、バーとオープンキッチンを備えた高台があり、食事をしながらシェフが調理する様子を眺めることができる。ステーキは和牛 (P1,495/100g) とアンガスビーフリアイ (P2,995/350g、P7,950/P600g)の2品を提供。

Ground Floor The Shops at Ayala Triangle Gardens, Makati ☎0915-856-4264  
🕒金曜・土曜 11時~23時/日曜~木曜 11時~22時  
🌐www.bistro.com.ph 📱rumbaphilippines  
📍rumba\_ph

Photo credit: Rumba



P P P

Makati

## Bondi&amp;Bourke

ボンダイ・アンド・バーク

フィリピンでは数少ないオーストラリア料理レストラン。オーストラリア出身のシェフWade氏による本場の料理はエキスパート層に人気で、日本人客もよく訪れる。おすすめステーキはU.S. Prime Rib Eye。他にもハンバーガー、ステーキ、パスタ、サラダ、ミートパイなど、幅広い種類の料理が楽しめる。

Cattleya Condominium, 235 Salcedo, Legazpi Village, Makati, 1229 Metro Manila  
☎0998-840-6268  
🕒11時~22時  
📱bondibourkeph 📍bondibourkeph

Photo credit: Bondi&amp;Bourke



P P P

Makati

## Ember by Josh Boutwood

エンバー・バイ・ジョシュ・バウトウッド

グリーンベルト3、マカティにあるヨーロッパ料理レストラン。英国とフィリピンの血を引くシェフ、Josh Boutwood氏が運営。注目の料理にはBlack Onyx Ribeye、Rangers Valley WX Wagyu Striploin、Black Market Bone-in Ribeyeなどがある。モダンで洗練されたインテリアは会食や接待などに利用できる。個室もある。

Greenbelt 3, Makati  
☎0916-420-1600  
🕒日~木曜 11時~21時/金・土曜 11時~22時  
🌐www.joshboutwood.net 📱ember.manila  
📍ember.manila

Photo credit: Ember by Josh Boutwood



P P P

Makati

## Maria Luisa's Garden Room

マリア・ルイザ・ガーデン・ルーム

マカティ・ガーデン・クラブ内のフランス料理レストラン。庭園で育てた野菜やハーブを使用したフレンチやForth & Tayによるワインの豊富な品揃えが魅力的で、通常はホテルや特別なレストランでしか手に入らないラベルのワインが良心的な価格で提供される。おすすめのメニューはBistro Steak、Entrecote Steak de Maison、Chateaubriand House Specialなど。

Makati Garden Club 237 Recoletos Street, Corner Ayala Ave, Makati ☎02-7116-4278  
🕒日・火~土曜 11時~15時、17時~21時 📱月曜  
📱marialuisasgardenroom 📍maria.luisas

Photo credit: Maria Luisa's Garden Room



P P P

Makati

## Bom Gosto

ボン・ゴスト

人気のビュッフェチェーンを手掛けるVikings Groupと、BGCのハイエンドレストランGallery by Cheleを手掛けるシェフChele Gonzalez氏ら、ソムリエのCyril Adison氏の提携によって生まれたサウスヨーロッパアンレストラン。主にポルトガル、スペイン、イタリア、南フランスの料理を提供。ステーキはRib Eye (P3,070/450g、P5,340/900g)を提供。

The Podium, Ortigas Center, Mandaluyong  
☎0917-576-0888 / 02-8845-4647  
🕒10時~22時 🌐www.vikings.ph/bom-gosto  
📱bomgostoph 📍bomgostoph

Photo credit: Bom Gosto



P P P

Mandaluyong

## El Born

エル・ボーン

スペイン人シェフのデイビッド氏が手掛けるMITSUKOSHI BGC店の2階のスパニッシュ。ステーキのCARNE DE RES AL CAFE PARISはジョスパーグリルで焼き、バターベースの「カフェドパリソース」で仕上げた人気メニュー。選りすぐりのワインセレクションやカタルーニャ地中海メニューもぜひオーダーしてみてください。

2/F Mitsukoshi Mall, 8th Avenue corner 36th Street, Grand Central Park, North BGC, Taguig City  
☎0917-316-9129 🕒11時~22時  
📱elbornbgc 📍elborn.ph

Photo credit: El Born



P P P

BGC

# お家でステーキ! 上質のお肉が買えるおすすめ店

お家でステーキを楽しみたい、自分で焼いてみたい! そんな方に高級肉から手ごろな価格のものまで、幅広く取り扱うお店をご紹介します。

## ヒロ・ジャパニーズ・ヤキニク・レストラン

Makati

Hiro Japanese Yakinku restaurant

レガスピビレッジの人気焼肉店。産地直送のお肉をレストランへの卸もしている他、一般のお客さんも直接購入することが可能。近江牛、宮崎牛サーロイン及びリブアイA4を取り扱っており、いずれもP1,590/100gで購入可能。



Photo credit: Hiro Japanese Yakinku restaurant

1D PALANCA ST. cor. Dela Rosa Street, Legaspi Village, Makati  
☎0917-133-2828 🕒11時30分~23時  
📍HIRO Japanese Yakinku Restaurant 📱hirojapaneseyakinku

## Santis Delicatessen

Makati

サンティス・デリカテッセン

マニラに13店舗展開し、ヨーロッパの選りすぐりの高級食品を販売する老舗デリカテッセン。系列店であるI'm Angus Steakhouseで提供しているものと同じUSDA認定のアンガスビーフを販売しており、ステーキ用のお肉だけでも50種類以上と、部位の種類が豊富。



Photo credit: Santis Delicatessen

WIC Bldg., 7431 Yakal Street, San Antonio Village, Makati  
☎02-8844-1154 🕒8時~20時  
📍www.santis-deli.com 📱SantisDelicatessen 📱santisdelicatessen

## New Hatchin

Makati

ニューはっちん

日本人の間でよく知られた日本食材店。但馬牛とブラックアンガスを掛け合わせた「和州牛」のリブアイはP4,800/1Kg、USDAチョイス肉はP1400/1Kg。いずれも約100~200gほどのカットを販売。



Photo credit: New Hatchin

7602 Sacred Heart Street Corner Metropolitan Avenue, San Antonio Village, Makati  
☎02-8897-7207 / 0917-560-7298 🕒8時~18時  
📍newhatchin.com 📱newhatchinmakati 📱newhatchin

## Minna no Supermarket

Makati

みんなのスーパー

季節感と品揃えにこだわり、シンプルで上品なインテリアが印象的な日本食材店。A3-A5ランクの飛騨牛、鹿児島牛、近江牛、神戸牛を販売しており、部位はサーロイン、テンダーロイン、リブロース、もも、肩ロース、ミスジを用意。必要な部位やブランドがあればお問い合わせを。



Photo credit: Minna no Supermarket

1F Salamin Building 197 Salcedo st, Legaspi village  
☎0966-842-0491 🕒月曜~金曜 10時~20時 / 土・日曜8時~20時  
📍minnanosuper.com 📱msuperph 📱msuperph

## 和牛マニラ

Makati

Wagyu Manila

日本産の高品質なプレミアムビーフを提供するセブの大人気焼肉店「韓陽苑焼肉」のマニラ店では、レギュラー和牛のサーロインステーキ肉をP880~/100g(包装代金別)で販売。和牛焼肉や和牛すき焼き、和牛しゃぶしゃぶも、お客様のご要望に応じて提供可能。



Photo credit: Wagyu Manila

Unit G-A Marvin building plaza, 2153 Chino Roces, Makati  
☎02-8516-0305 / 0939-888-3412 / 0945-551-0601 🕒11時~15時、17時~22時  
📍wagyumanila.com 📱WagyuManila 📱wagyu\_manila

## Dough & Grocer

Pasig

ドウ・アンド・グロセー

ケソン市、バシッグ、アラバンに店舗を構える高級食材店。熊本黒毛和牛(P3,622.97/403g、P4,899.55/P545g)など、最高級のステーキ肉を販売。オンラインショップもあり、メトロマニラとその付近の地域ヘデリバリー可。



Photo credit: Dough & Grocer

South Wing L1, Estancia Capitol Commons, Pasig  
☎0917-811-8702 🕒月~木曜 10時~21時 / 金~日曜 10時~22時  
📍www.doughandgrocer.com 📱doughandgrocer 📱doughandgrocer

## Kitayama Meat Shop

Makati

マカティシネマの向かいに構えるミートショップ。主に和牛の交配種を扱っており、店名の「キタヤマ」は自社牧場を持つミンダナオ島のキタンラド山に由来。サーロインはBMS(脂肪交雑基準)6がP2,050/1kg、BMS 4がP1,550/1Kg、BMS 6がP4,860/1Kg、BMS 4がP3,400/1Kgとリーズナブル。他にも多数の部位を揃える。



Photo credit: Kitayama Meat Shop

2292 Chino Roces Avenue, Makati ☎0917-889-9635 🕒9時~17時  
📍KitayamaMeatShp 📱kitayamameatshop



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

最高の料理とダイニング体験を提供するマカティ・ヤカルのレストラン

**Chesa Bianca**  
SWISS RESTAURANT



**I'm Angus**

STEAK HOUSE



7431 Yakal St. San Antonio Village, Makati City • Tel. 8815-1359 • Mobile No. 0916-235-1026



**SANTIS**  
**Deli-Café**  
**SILANG**

*Serves The Best Quality  
That You Can Taste!*

最上級のクオリティの味覚をぜひお試しください。

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





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・ブリッセコのフリ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。

## 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。



もつ鍋 P1,300



鶏皮 P950/10本



ちゃんぽん P330

☎ 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

営業時間 月-土 16:30~22:00

鴨料理・和食  
お問合せ・ご予約は  
琴乃

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

マカティ・クリークサイド  
中2階

## 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
Mezzanine 1, Makati Central Square Fernando St. cor. Don Chino Rocas Ave., Pio Del Pilar, Makati ☎ 02-8247-1591 0926-621-8664	U-148, G/F, Mile Long Bldg., Amorsolo St., Legaspi Village, Makati ☎ 02-8813-7475 0995-534-7757	343 El Grande Avenue, Phase 3, BF Homes, Paranaque City ☎ 02-8819-6014

## UNAKICHI



予約用電話番号が変わりました!

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

☎ 0961 321 5680

🕒 11:30~翌4:00(通し営業) 📍 UNAKICHIMAKATI



## セブ島でNo.1の韓陽苑焼肉のマニラ店

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 Rocas, 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

Introducing Makati Branch's New 7 VIP Rooms

A cut above everything else  
NOW SERVING



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。



※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。

**ごはん処 ひだまり "Hidamari" Japanese Restaurant**

自家製ジューマイ  
めんたいでクリームパスタ  
温野菜サラダ  
オクラのお漬物  
煮込みハンバーグ

- 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(LO 23時) (無休)  
土日は11:30~23:00 ランチから通し営業!  
詳しい道案内は  
こちらから

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

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**  
☎ 11:30~22:30 (LO) 月2回土曜日休

**一本堂 麺屋 IPPONDO**

ラーメン  
ひとすじ  
一本堂

一本堂の人気メニュー

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

**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 Roces 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

お陰様で創業から**20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)をご用意しています。

**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

マカティ・マカティ・マカティ

マカティ・マカティ

マカティ・マカティ



**あらや あらやラーメン**

『ボクの好物はピリッと辛い「あらやスペシャルからみそ!」』

**ARAYA RAMEN & SUSHI BAR**

**Dela Rosa**  
Makati 本店  
☎(02)8888-4422

**SM Sucat**  
Food Court  
☎0922-883-3364



**NOW OPEN**

大阪とんかつ  
**河内**  
OSAKA TONKATSU  
KAWACHI

営業時間 LUNCH 11AM-3PM (LO 2:30PM) / DINNER 5PM-10PM (LO 9:30PM)  
6780 AYALA AVE, LEGAZPI VILLAGE, MAKATI, 1226



**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-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  
f ODEN HOUSE Japanese Restaurant

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



**BUTA SHABU**      **KARAAGE**      **LEMON SOUR**

**フィリピンで2番目に美味しい唐揚げ**

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

**KENSHIN**  
0917 185 9271 (MCS)

※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。

**KAZUWA - MAKATI**  
Marvin Plaza Building, 2153  
Don Chino Roces Ave. Brgy. Pio del Pilar, Makati.

**LUXURY PERKS OF KAZUWA MEMBERSHIP CARD**



TRIP TO CEBU



OVERNIGHT STAY  
AT FILI HOTEL



DINNER AT  
KAZUWA PRIME



**KAZUWA MARVIN LUNCH PROMO**

Enjoy a 20% DISCOUNT during midday at Kazuwa Marvin's Lunch Promo! From 11 am to 2 pm,



**CashBack**

100% cashback on the total bill amount of the Clients

**“最高の日本料理を身近に”**  
“本格的な日本料理を本格日本料理”

**KAZUWA - PARQAL**  
Unit 101 GF Parqal Building 5 Aseana, Parañaque City

**THE TUNA**  
1833 Splendor Place Jorge Bocobo Nakpil St. Malate, Manila

**KAZUWA PRIME**  
LEVEL 1, The Strip, NUSTAR Resort and Casino, Cebu City,

# 焼肉Hiroのお肉。 大変ご好評頂いて おります!

多くのお問合せありがとうございます。毎月日本から入荷しております。お気軽に在庫もお問合せください!



焼肉

JAPANESE YAKINIKU RESTAURANT

**HIRO**

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

**日本からホルモンが入荷します!この暑いマニラの2024・夏をホルモンでパワーチャージして乗り切りましょう!** ※6月を予定しておりますが詳細は店舗にご確認ください。

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、美味

美容・ファッション・世界

生活・健康

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。

# 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

## 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



# CIRKULO

R E S T A U R A N T

日本語メニューもご用意しております。

1995年の創業以来、cirkuloは、パエリア、タパス、サングリアなどの定番スペイン料理メニューの他、数々の看板メニューを、オーナーシェフ・J Gamboaがお届けし、多くの日本人の皆様にご利用いただいております。ぜひご会食に、ご接待に、当店でフィリピンに根づくスペインの味をご堪能ください。個室もご用意しております。

02 8810 8735 • 02 8810 2763  
0927 136 1305

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

✉ [chefjgamboa@elcirkulo.com](mailto:chefjgamboa@elcirkulo.com) 🌐 [www.elcirkulo.com](http://www.elcirkulo.com) 📱 @cirkulo\_makati



# LET'S GRILL!

## KENJI Japanese BBQ Restaurant

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。



**Kenji**  
JAPANESE BBQ RESTAURANT

For reservations: ご予約:

+632 7000 5361

+63917 185 3518

134 Jupiter St, Bel-air 2, Makati



# PREMIUM CUTS, PREMIUM FLAVORS

プレミアムカット、  
プレミアムな味わいの最高級ステーキです。

余韻を残す、極上の味わい。炭火焼の  
特製料理を、ぜひご堪能ください。

**flame**  
RESTAURANT

16th Floor, Discovery Primea  
6749 Ayala Avenue, Makati City, 1226 Philippines

For inquiries and reservations, call +63 2 7955 8888.

DiscoveryPrimeaMakati discoveryprimea [www.discoveryprimea.com](http://www.discoveryprimea.com)



## 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。



**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

## WINE AND DINE

テーブルまたはプライベートイベントのご予約はこちらから

@winedrop.life

PRESENT THIS AT ANY WINEDROP BRANCH AND  
GET A FREE KOUIGN AMANN\*

ワインドロップ各店でご提示いただくと、KOUIGN AMANNをプレゼントいたします。

**WINEDROP MAKATI**  
G&A BUILDING, GROUND FLR, CHINO ROCES, MAKATI  
+63 905 370 0499

**WINEDROP GREENHILLS**  
ONE KENNEDY PLACE, UNIT 5, 2/F, SAN JUAN  
+63 956 188 7548

\*must purchase to avail

## 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ベイスリーやケーキをご用意しています。



父の日のケーキも  
ご用意しています。

日本人パティシエ  
が監製しています

店内でお食事できます

0917-851-9636 | 02-8833-2826

7602 Sacred Heart St, Corner Metropolitan Ave,  
San Antonio Village 三越BGC店のMITSUKOSHI FRESHでも販売中!

9:00 - 18:00 PatisserieBebeRouge



**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♥

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



おかげさまで  
大好評!

※火・水・金限定  
※12時~7時 オーダーは30分まで  
※ご予約いただかなくてもご利用いただけますが、  
数に限りがございますので、お早めにご利用ください。  
※ベイト小さなお子様のご同席も大歓迎です。



メニューはこちら

※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。



## 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!





G Cash  
使えます


**kaitenyaki** 🔍

1st Food Cart in Makati Cinema Square LG-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
- ★ 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

材料は  
毎日手作り!



### 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。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

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

# A pet friendly place!

## ペットカフェ



**Paw-Pal Cafe**  
パワパル 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

fb @Paw-Pal Cafe  
# pawpalcafevenice # pawpalcafe

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





※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。



*l'entrecôte*

The Best Certified Angus Beef in the City  
 Unit A Bellagio II, Forbes Town, Bonifacio Global City, Taguig  
 +63 (02) 8856 4858 | +63 915 885 7622  
 info@lentrecotemanila.com  
 8:30 a.m. - 12:00 a.m. Monday to Sunday

**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/](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).



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



**TORIYA KANBE**  
**JAPANESE RESTAURANT**  
**BGC**

Tel: 0969-096-1577 (Smart)  
 028-732-8434 (Landline)  
 Address: The Fort Strip, 7th Ave. BGC, Taguig City

**NEW HOURS OPEN DAILY**  
 EFFECTIVE DATE: MAY 20, 2024  
 OPEN 11:00 am ~ 2:00 pm  
 CLOSE 2:00 pm ~ 4:00 pm  
 OPEN 4:00 pm ~ 10:00 pm  
 LAST ORDER ~9:00pm

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、多彩なニューをご用意しております。

※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。



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！

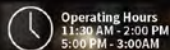


MONTHLY  
TUNA  
SHOW



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などが、すべての食通の皆様にも思い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

## WOODEN HORSE STEAKHOUSE

ウッドシ・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-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。



**七五三**  
フィリピンで、本物の  
お好み焼き、もんじゃ焼き  
鉄板焼きが味わえます。  
是非お試しください。

営業時間 LUNCH 11:00 ~ 3:00  
DINNER 5:00 ~ 10:00  
土日 11:00 ~ 10:00  
(休憩時間なし/NO BREAK)  
月 5:00 ~ 10:00

**SHICHIGOSAN 753 CAVITE**  
Doña Juana Building  
Blk. 1 Lot 4 Daang Hari Road  
Verdana Village Center  
Molino IV, Bacoor Cavite  
Exit MCX Daang Hari Road  
from MAKATI/ BGC it takes 20  
minutes. Landmark: EVIA LIFE  
STYLE MALL You can search via  
GOOGLE or WAZE  
FB/instagram: shichigosan753

0928 522 1313 / 0917 169 7250



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 | カランバ店 | 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](http://raintreehospitality.net/mycountryhouse)  
[mycountryhousetagaytay](http://mycountryhousetagaytay) f raintreemycountryhouseph

・TAGAYTAY・



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 f ikkousharamenmanila  
<http://ikkousha.com/>



**IZAKAYA TAGO**  
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 田舎ポーク 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

運命のランチタイム・区別

宇宙・食糧

アジアン

※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。

# 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!

網焼き 串焼き

**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)

# GALILEI

Be cool, Be alive.

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

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](mailto:zama.yoh@galilei.co.jp) <https://www.galilei.co.jp/>

## 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ご紹介】  
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、幅広くご活用いただけます。  
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(多品目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](mailto: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



季節感と品揃えにこだわる**新タイプ**の日本食材店

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

北の国の味覚、いっぱいです♥

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 • 営業時間 8am-9pm  
☎09668420491 [msUPERPH](https://www.msUPERPH.com)

FBIはこちらから 1 Line登録はこちらから 1

Spring '19 Best  
**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!

[@newhatchin](https://www.instagram.com/newhatchin) [@newhatchintradingcorp](https://www.facebook.com/newhatchintradingcorp) [@New Hatchin Productions](https://www.youtube.com/channel/UC...)

- 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  
[f @newhatchinmakati](https://www.facebook.com/newhatchinmakati)
- マビニ店/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
- ケンズン店/Katipunan Branch: 0917-628-6014  
133 Katipunan Road, Brgy. St., Ignatius, Quezon City  
営8:00~18:00  
[f newhatchin.jg](https://www.facebook.com/newhatchin.jg)



# 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、身体にやさしい味のスープ・ポークニラガをご紹介します。このフィリピンで人気のスープはフィリピンマンゴーとの相性もぴったり!ぜひお試しください。(制作協力:Ajinomoto Philippines Corp.)



カラバオマンゴー



豚肉と野菜のスープ: ポークニラガ (Pork Nilaga)

【メモ】

この料理の唯一のコツは、豚肉をよく水で洗って、水気を拭いてから煮ることです。フィリピンの肉は日本のものより臭いを感じることがありますが、一般的に肉は水洗いしてから使用するそうです。  
フィリピンのマンゴーは、「カラバオマンゴー (Carabao Mango)」として知られ、そのおいしさは世界的にも高く評価されています。旬は3月~6月で、今の時期は1年の中で最も甘くておいしいマンゴーが市場に並びます。フィリピン人お薦めのおいしいマンゴーの見分け方は、黄色い色に惑わされず、店頭で香りを嗅いで甘い香りがするものを選ぶことだそうです。

「Pork Nilaga」は、伝統的なフィリピンの家庭料理で、フィリピン料理にはめずらしく、油を使用しない料理です。材料を切って、水に入れて煮るだけの手間のかからない料理で、レストランではあまりみかけませんが、日常的に食卓に登場するそうです。栄養バランスがよく、澄んだスープがお腹にやさしいので、胃が疲れたり、体調を崩したときにも食べやすい料理です。白飯とともに、今の時期に旬を迎えるマンゴーを添えると、見た目も栄養も充実したフィリピンならではの食卓が完成します。

【材料】(4人分)

- 豚肩肉 ..... 500g
- 紫玉ねぎ ..... 1個 (50g)
- ジャガイモ ..... 1個 (150g)
- チンゲン菜 ..... 3株 (300g)
- 長ねぎ ..... 1本 (70g)
- 粒こしょう (黒) ..... 小さじ1
- 水 ..... 750ml
- 醤油 (あれば魚醤) ..... 大さじ3
- 粉末調味料「PORKSAVOR®」\* ..... 8g (小袋1パック)

\*鶏ガラスープ大さじ1.5杯で代用可

【作り方】

- ① 豚肉を水でよく洗い、水気を拭く。一口大に切る。
- ② 野菜はすべて食べやすい大きさに切る。
- ③ 水に豚肉を入れ、煮立ったらアクをとって、紫たまねぎを加えて肉がやわらかくなるまで煮る。
- ④ 肉がやわらかくなったら、粉末調味料、醤油、粒こしょうを加えて味を調える。
- ⑤ ジャガイモを加えて火を通し、最後にチンゲン菜とねぎを加えて1~2分煮る。

「PORKSAVOR® All-In-One Seasoning Mix」

豚肉をじっくり煮込んで抽出した本物の豚肉エキスを使った粉末ミックス調味料です。スープや炒め物など、フィリピン料理全般の味つけに使用できます。



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

AJINOMOTO CUSTOMER CARE

- Facebook: Cookcommunity by Ajinomoto PH
- Website: [www.ajinomoto.com.ph](http://www.ajinomoto.com.ph)
- Email: [mni\\_info@asv.ajinomoto.com](mailto:mni_info@asv.ajinomoto.com)
- Phone: (02) 8779-8452
- Smart: 0968-852-3723
- Globe: 0977-128-5777

Eat Well, Live Well.



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

Please Contact us for more info:  
**Shin Mikana Philippines Inc.**  
(046) 402-5838 or 0917-709-6824

**日本食材**

EDAMAME  
Frozen Sorted Sliced Soybeans in Shell

Genki Mayo  
元氣マヨ  
グルテンフリー

本みりん  
HON MIRIN  
PREMIUM  
Sweet Cooking Sake  
1.8L

料理酒  
RYORISHU  
PREMIUM  
Cooking Sake  
1.8L

\*7065 N.R. Tirona Highway Habay 1, Bacoor City, Cavite (Warehouse)  
\*Cartimar Commercial Arcade & Suite 2209 Leveriza St. Pasay City Main Supplier **JFC JAPAN INC.**  
\*Farmers Market, Cubao

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、ジュビ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。私たちは常に地元暮らし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活用ください。

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



Glico Pocky

DISCOVER THE TASTE OF HAPPINESS

NEW IMPROVED POCKY

High in Fiber CRISPIER & TASTIER

SCAN & GET EXCLUSIVE DEALS ONLINE

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

! 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。

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

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

Facebook WEB

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! 1ヶ月通い放題でも!!

8,200 php (約21,000円) 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!

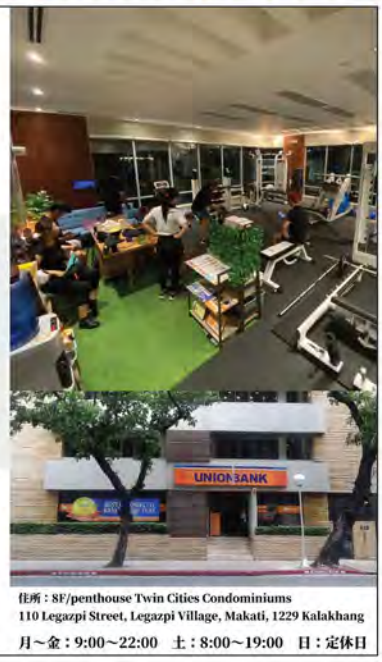
日本人のトレーナーだから安心して運動を続けることができます。



会員同士で他の日本人とつながれるのは嬉しいですよ

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魅力です。

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



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



# 88 HOT SPRING 温泉

- 11の屋外プールと温泉
- 韓国料理レストラン
- イハフングリルレストラン
- 60の居心地の良い客室
- マッサージ店
- あらゆる用途に対応するグラウンドホール

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
- 3 big parking area

FOR INQUARIES

0905-466-8886 • 0961-476-3163

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

🛀 88spa Visit Our Website 🌐 www.88hotspring.com

Follow Us on Social Media! 88 Hot Spring Resort 📱 📺 📷 📺



# 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

住所 Brgy. Balite, San Luis, Batangas

旅行・趣味

美容・ファッション・医療

学習・資格

ビジネス

# SHARP

## PRO-FLEX

### Front Load Washing Machine

## LIFESTYLE AWAKENED

洗練されたデザインと革新的な技術を融合、洗濯はさらに上のレベルへ!



**J-TECH** INVERTER

ES-FLC15BV-DS  
WASHER / DRYER  
10.5 KG / 7.0 KG

**JAPAN TECHNOLOGY**





# EASY WASHING, EFFICIENT CLEANING

FULLY AUTOMATIC WASHING MACHINES

簡単洗濯、効率洗浄 全自動洗濯機で思いのままに楽々洗濯



ALL NEW!

## PRO-FLEX

PROFESSIONAL AND FLEXIBLE  
FRONT LOAD WASHING MACHINE

プロ仕様の柔軟性:  
PRO-FLEX フロントロード洗濯機



**NEW!**  
**DRY AIRWASH**  
新登場!

WITH PLASMA CLUSTER  
ION TECHNOLOGY (PCI)  
水を使わずに、清潔な洗濯を実現

PCI技術とは?

PCI技術は、大気中に存在するプラズマとイオンを発生させ、空気中の菌やカビを抑制する技術です。医療機関や公共施設でも広く使用されており、その効果は科学的に証明されています。



**18° 傾斜ガラス**

コントロールパネルは18°傾斜しており、立った姿勢のままでも見やすくボタン操作が楽に行えます。



**アレルゲンとバクテリアを  
99.9%除去**

PRO-FLEX フロントロード洗濯機のスチームケア機能は、高温のスチームで洗濯物を洗浄することで、アレルゲンとバクテリアを99.9%除去します。



**スタイリッシュで軽い投入口**

PRO-FLEX フロントロード洗濯機は、鏡面仕上げの軽量の投入口を採用しています

- **ES-FLC15BV-DS**  
Washer : 10.5 kg  
Dryer : 7.0 kg
- **ES-FLW15BV-GY**  
Washer : 10.5 kg
- **ES-FLW85BV-GY**  
Washer : 8.5 kg

**NO-HOLES TUB**

saves up to 30% of water for every wash



**ULTRAwash**  
smart washing machine



**ES-S115HP-SL**  
11.5 kg



**ES-S95HP-GY**  
9.5 kg



**ES-U75GP-BL**  
7.5 kg



**ES-JN105A9 (GY)**  
10.5 kg  
also available 9.0,  
8.0, 7.0 and 6.0 kg



**ES-PG750P**  
7.5 kg



**ES-JX105A9 (BK)**  
10.5 kg



**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](http://www.facebook.com/SharpPhilippines)



@sharp.ph

ph.sharp

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! 100 個限定セール!

¥22,500 ▶ ¥11,000

51%  
OFF

真似できない楽しさ

**BABY&Me**

商品の詳細や  
ご購入はこちら



日本クチコミ No.1 ヒップシートキャリア



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



Kakao VX  
FRIENDS SCREEN GOLF ALABANG

**NOW OPEN!**

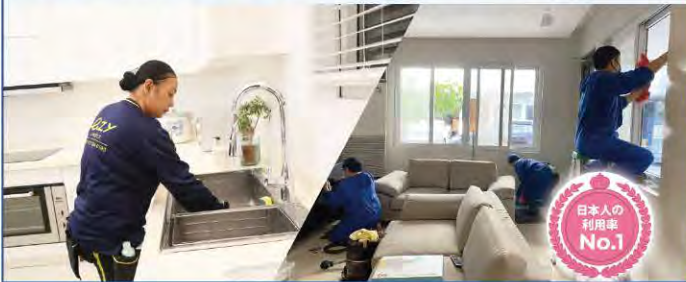


Second Floor  
Commercenter,  
Alabang

+63 967 498 4745



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 **おすすり**
- ソファ/マットレス清掃
- キッチン徹底清掃
- クリーントラップ清掃
- ペストコントロール
- シャワー室の水アカ取り **おすすり**

New

- メイド派遣サービス **おすすり**  
(ご希望の時間帯にございます)  
1回(3時間~延長可)  
お部屋のお掃除  
ヘッドメイキング  
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

ドクター紹介

皮膚は全身を映しだ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、皮膚に関わる  
ことなら経験豊富なDr. Laurellにお気軽に  
ご相談ください。



皮膚科

Dr. ローレル

日本語でアシスト  
致します!



東京ヘルスリンク

ご予約・お問合せ: 0917-808-8874  
アラバンモリタ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 ○内科
- 産婦人科 ○整形外科
- 耳鼻科 ○循環器科
- 呼吸器科 ○糖尿病科
- 外科 ○皮膚科
- 眼科 ○小児科
- 心療内科 ○泌尿器科
- 内分秘科 ○リハビリ科



東京ヘルスリンク

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

MEDICAL and DIAGNOSTIC CENTER

**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

診療時間 09:00~13:00  
14:00~18:00

総合診療科  
予約優先制

※ワ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 日本薬を処方します**

株式会社 Mexpo/メクスボ

【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

●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Rise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 月一土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

最先端のCAD/CAMを完備

まずご予約を! ☎ 0917-156-1017 ☎ 0917-714-4432  
✉ acero2@yahoo.com

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

歯は口を変え  
口は顔を変え  
顔は表情を変え  
表情は人生を創る!

日本語・英語・タガログ語対応 / 当院は完全予約制です。

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 (月曜日曜・祝日休診)

www.kobayasiclinicph.com  
kobayashclinic.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

**加藤レディスクリニック(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!**

KATO REPRO BIOTECH CENTER CONCEIVE IVF MANILA INC.

Conceive IVF Manila / Kato Repro Biotech Centerは、世界的に有名な加藤レディ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。

ケソン・コンシーブIVFマニラで、診療サポートを日本で行っています。

担当: 奥村

マカティ市: Kato Repro Biotech center (カト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: 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

旅行・趣味  
美容・ファッション・医療  
学習資格  
ビジネス

# 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。



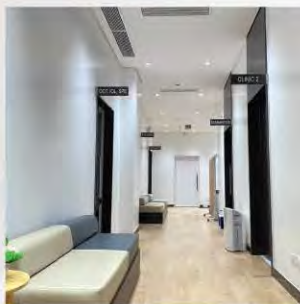
## 【診療科目】

- 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





時間を戻せるなら、シワもたるみもなかったあの頃に戻りたい...そんな願いを叶えてくれるのが、最先端のニードリング治療「Morpheus8」です。  
 「Morpheus8」は、非外科的な高度針治療です。高周波を使用した「Morpheus8」の治療により、コラーゲンの生成を促し、顔や体のしわを引き締め、滑らかにする効果が期待できます。  
 さらに「Morpheus8」にトリートメント「AnteAGE Exosome」を組み合わせることで、アンチエイジング効果をより早く、ピンポイントで実感していただけます。  
 エクソソームは細胞同士のコミュニケーションを活性化して、健康で若々しいお肌へ!



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



日本で人気のドクターウェルネスで  
フィリピンの皆様の健康と美容をサポートします!

DR. WELLNESS  
ドクターウェルネス

5カ国で  
国際特許取得

リピート率  
85%

累計販売本数  
2500万本

Widely used and loved in  
**JAPAN!!**



プロモーション等お得な情報はこちら



**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

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!"



## 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プ  
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	キティマッサージ(30分)	- 200
ディープティッシュマッサージ	- 400	ベントサ(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**



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

[www.lbchanmassage.com](http://www.lbchanmassage.com)

## 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
- ベントサ+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



**BODY**  
DRY OIL

**FOOT**

1時間  
...500PHP

1.5時間  
...740PHP

2時間  
...980PHP

**GRIT SPA**  
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>

誕生日に是非!

GRIT SPA Special Coupon  
1 HOUR FREE

安心・きれい・優れた技術!  
日本人経営のマッサージ店

**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**  
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 + ベンタカップ + 耳掃除

(※ベンタカップとは、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・マンダルヨン市  
特典: ロイヤルティカード(8回目のご利用は無料)

**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。

**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! 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!

旅行・趣味  
美容・ファッション・医療  
学習資格  
ビジネス

# 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](mailto: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/](http://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](mailto: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](mailto:yasuhiro.mori@jfe-shoji.com.ph)
- ▶ **マニラ関大会 関西大学**  
✉ [manila.kandaikai@gmail.com](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto:nishimoto-k@intl.taisei.co.jp) (西本)
- ▶ **青山学院校友会マニラ支部 青山学院大学**  
✉ [aogakumni@gmail.com](mailto:aogakumni@gmail.com) (鈴木)
- ▶ **神戸大学同窓会 神戸大学** ☎0917-307-3391  
✉ [masaki.suwa@toyotasantarosa.com.ph](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto:nakahara1117@gmail.com) (中原)
- ▶ **大阪府民会** ✉ [osakafumin.ph@gmail.com](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto:Yagifx77@yahoo.co.jp) (八木)
- ▶ **マニラ猛虎会** ☎0917-180-0027  
✉ [siriwasaki@gmail.com](mailto:siriwasaki@gmail.com) (岩崎)
- ▶ **マニラ昇竜会 中日ドラゴンズ**  
✉ [daisuke\\_ishii@cotton-diaz.net](mailto: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/](http://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](mailto: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](mailto: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](mailto:hajime.whitecat0214@gmail.com)
- ▶ **ラブラブ釣りキチ倶楽部**  
✉ [lapulapu.tsurikichi.club@gmail.com](mailto:lapulapu.tsurikichi.club@gmail.com) (渡辺)



参加無料

# フィリピン在住の方向け教育セミナーのご案内



海外在住のご家族向け教育セミナー

## 学習歴・在外歴にあわせた 学びと援助

～海外在住時に身につけるべき学力～

参加  
無料

6月8日(土) 11:00～

日本時間

### 参加対象者

将来的に日本での受験を検討、または海外現地の学習に不安を感じている在外家庭の保護者

### セミナー内容

① 多様な帰国生・海外生の学び ② ひとり一人に寄り添う学習援助 ③ Kyoshin@Homeご紹介 ④ 質疑応答

### 【セミナー紹介】

「現地の学習を大切にしながら入試に挑戦したい」「帰国子女の相談はどこにしたらいいのか」など、海外生活において学習の悩みは尽きることがありません。そんな皆さまは、ぜひセミナーにご参加ください。※参加は無料です(要登録)

帰国生には必要な学びは何か、受験から在外生の日常の学習まで、具体的にお話します。セミナー後には質疑応答も行います。

### 【オンライン個別指導について】

kyoshin@Homeでは、オーダーメイドの学びによって帰国生を支えています。生徒はあなた1人だから、「わかる」まで教えてもらおう! 「できる」まで考えよう! アットホームな雰囲気です。そして帰国子女専門の担当に相談ができます。保護者にも寄り添い、相談しやすい環境をつくりまします。まずは教育相談からいかがですか?



講師:(株)会社京進  
海外ブロック専門職  
田中博之

【Kyoshin@Home教育セミナー at フィリピン 申込はこちら】

申込後、Kyoshin@Homeより、ZOOM IDをメールアドレス宛に送信します。



海外に教室を構えて35年になります。欧州(デュッセルドルフ/ドイツ)・北米(NY/アメリカ)・アジア(広州/中国)では、通塾する生徒とともにオンラインで教室授業に参加する生徒もいます。また、Kyoshin@Homeオンライン校には、アジア・オセアニアの児童や生徒が学ぶ“マンツーマン個別指導”を提供しています。



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。

お子様が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](http://www.naismanila.edu.ph)

Email: [admissions@naismanila.edu.ph](mailto:admissions@naismanila.edu.ph)

SCAN  
ME



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](mailto:info@whizkids.jp) <https://whizkids.jp/> [f @whizjapan](https://www.facebook.com/whizjapan)

Your child's first supportive community.

SPARK  
CHILD CENTER  
Manila, Philippines

フィリピンでお子様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](http://www.sparkchildcenter.com)  
SPARK CHILD CENTER @sparkchildcenter  
#8 Sta. Elvira St., Kapitolyo Pasig City Metro Manila



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 いいね!  
最新情報はこちらから!

twitter

ビジネス情報は  
こちらをSCAN!



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

Instagram

YouTube  
フィリピンプライマーで検索!

TikTok  
はじめました

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

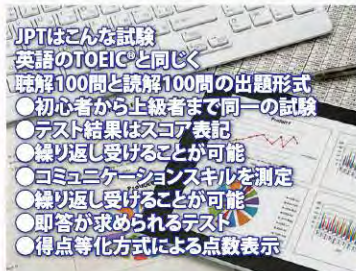
無料体験レッスン  
EmailまたはLINEから  
お問合せできます。



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の企業内導入事例

- 日系企業の人事考課として導入  
→ 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、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

4F Ricogen Building, 112 Aguirre St., Legazpi Village, Makati City  
02-8832-5735 / 0917-813-0693

http://pjlink-manila.com

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

pjlinkinc



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 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

**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 フィリピンプライマー 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

**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利用  
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! ぜひご利用ください!

@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

ご飯とポテトが好きなおすすめのステーキ店、BGCにオープン!

## Steak & Fricé

ステーキ・アンド・フライス

「ラーメンロン」や「Amano」などの人気店を手掛けるAmado Fores氏から新コンセプトが登場! BGCのハイストリートにあるSteak & Fricéはステーキとともにライスとフライドポテト(=フライス)を気軽に楽しめる場所として誕生しました。看板メニューのステーキとフライスはUSリブアイ(P3,650/400g)やストリップロイン(P3,550/350g)、シャトーブリアン(P3,950/200g)などの3つのバリエーション。アドオンとしてフォアグラ(P850)、ロブスターテール(P900)を注文すれば、さらに豪華に。お肉だけでなく、ご飯やポテトが好きならぜひ訪れてみてください!

Bonifacio High Street Central, Unit NW-LG003A, LGF Central Square, 30th St, cor 5th Ave, Taguig  
☎ 0917-125-8188  
日~木曜 11時~22時、金・土曜 11時~23時  
📍 https://www.facebook.com/steakandfrice  
📷 https://www.instagram.com/steakandfrice/



ステーキ、フライドポテト、ライスのコンビを楽しもう!



カジュアルながらも洗練された店内はおしゃれ

目指すはその先の英語!  
目的別にカスタマイズできる  
英会話学校オープン

## Circuo シルクオ

マカティの英会話学校Circuo(シルクオ)が日本人向けにサービス開始! レッソンは生徒の能力に合わせてくれ、ベーシックな基本英語やビジネス英語も学ぶことができる。ビジネス英語での会議や商談などを重視されたご自身だけのコースにカスタマイズも可能。英語講師は、日本の認定機関で10年以上の経験を持ち、日本語の能力にも長けています。無料体験レッスンも可能。新規お申し込みの方は特別価格キャンペーン実施中! 法人向け特別料金もご用意。場所はCash & Carryモール近く。詳しくはこちらへご連絡ください。

Ground Floor Pac-Atlantic Centre, 2917 Finlandia St. San Isidro, Makati City, Philippines 1234  
☎ (+63) 917 886 6402  
(営) 月曜日~金曜日 7 AM to 4 PM (受付時間)



フィリピンはじめての方やビジネス利用にも快適!  
日本のレンタカーサービス

## ニッピレンタカー

日本からの出張者対応や、英語が不安で車の手配が心配など、レンタカーを探される時に困ったりしていませんか? 日系のニッピレンタカーは、日本語対応で、はじめてフィリピンに来られる方にも安心できるよう、空港送迎サービスを提供。空港からマニラ市内の宿泊先への移動はもちろんのこと、バギオなど遠く離れたマニラ郊外へのご移動もサポートしています。また、ビジネスで来られる方にとっても、スムーズで快適な移動手段として選ばれており、ゴルフ、企業の商談・視察、政府・国際機関の訪問、駐在員の長期利用などにも最適です。

27F The Enterprise Center Tower 2, Ayala Avenue, Makati City  
☎ info@nippi-rentalcar.jp  
📍 https://nippi-rentalcar.jp/



カピテにきたら、七五三で  
本格的なお好み焼き、もんじゃを楽しもう!

## Shichigosan 753 七五三

お好み焼きやもんじゃといったら、まさに日本人にとってソールフード! 懐かしの味覚の方も多いのでは? 実は、フィリピンでもここ七五三で本格的なお好み焼き、もんじゃ、そして鉄板焼きを楽しむことができます!

同店は浅草の七五三からのれん分けでフィリピンで営業開始、もとサンタロサにあったのですが、現在はカピテに移動、ゴルフやショートトリップのお客様に人気のお店です。

お店の場所はEVIA LIFE STYLE MALL Villar Cityをマカティ方面、またはBGCスカイウェイからMCX出口を出た後のダン・ハリ・ロードです。アラバンとラスピニャスの境界線です。ぜひお近くにお立ち寄りの際に利用したいですね。

Doña Juana Bldg. Verdana Village Center Daang Hari Road, Molino IV, Bacoor, Philippines  
☎ 11:00-22:00  
☎ 0928 522 1313 (Smart) 09171697250 (Globe)  
📍 Shichigosan 753



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

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 📷 @shokos444

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