

MANILA'S UPDATED CAFÉ GUIDE: FROM ICONIC CAFÉS TO FRESH FINDS



マニラのカフェ情報アップデート:定番から新店まで



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





ほてじゅう®

AUTHENTIC JAPANESE TRADITIONAL CUISINE

BOTEJYU®

Since 1946



SPECIAL EVENT

1月

【焼鳥 / 串焼】新メニュー登場!!
Let's Salo-Salo 「KUSHIYAKI」



公式Facebookで最新情報をチェック! ▶



匠 Akira MUTO
武藤 彰
Since 1971
TOKYO -Roppongi-
NANBANTEI founder
SAMURAI IRON CHEF®

岩手県産
ひとめぼれ

店頭販売中



店舗情報

Menu

Store



- | | | | | | | |
|---|---|--|--|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <ルソン> ■トゥゲガラオ ■サンティアゴ ■バギオ ■ダグバン ■タルラク | <ul style="list-style-type: none"> ■カバントゥアン ■バリワグ ■カローカン ■ケソンシティ ■アンティポロ | <ul style="list-style-type: none"> ■メトロマニラ ■マカティ ■パラニャケ ■カピテ ■ダスマリニャス | <ul style="list-style-type: none"> ■サンタ・ローザ ■カランバ ■リパ ■バタンガス ■ダエト | <ul style="list-style-type: none"> ■レガスピ ■ソーソゴン | <ul style="list-style-type: none"> <ピサヤ> ■イロイロ ■パコロド ■セブ | <ul style="list-style-type: none"> <ミンダナオ> ■ドゥマゲテ ■ブトゥアン ■カガヤン・デ・オロ ■ダバオ |
|---|---|--|--|---|--|---|

謹賀新年 2025

Happy New Year!

旧年中は大変お世話になりました。
2025年も、
皆様のビジネスの発展やフィリピン生活の
お役に立てるよう、
精一杯務めさせていただきます。
よろしく願いいたします。

ジャパンドesk一同



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

JAPAN TECHNOLOGY

EXPERIENCE COMFORT WITH OUR AIR DRYNESS SOLUTION

AIR PURIFIER WITH HUMIDIFIER

空気清浄機と加湿器のダブル効果で、快適な空間を。



HIGH-DENSITY 7000

J-TECH INVERTER



KI-L60P-W 50 sqm.

Plasmacluster Ion Air Purifier

プラズマクラスターイオン空気清浄機

空気中のウイルスや細菌を最大99.9%不活性化



空気中のウイルス、細菌、アレルゲン、微生物から99%保護



最適な温度を提供



臭いやカビの分子を減少



ホコリの蓄積を減少



空気清浄機



病院/クリニックに推奨
FP-S40P-T/W 30 sq.m HIGH-DENSITY 7000

プラズマクラスター搭載車



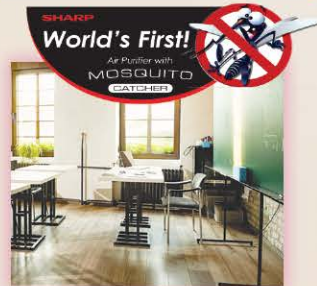
個人用車両に推奨

IG-NX2E-B/A/W 3.6 sq.m HIGH-DENSITY NEXT



ヘルメットの消毒にも使用可能

蚊取り機能付き空気清浄機



教室に推奨
FP-JM40P-B 30 sq.m HIGH-DENSITY 7000

除湿機能付き空気清浄機



バスルームやランドリールームに推奨
DW-J27FP-S 32 sq.m HIGH-DENSITY 7000



HOW DOES PLASMACLUSTER ION TECHNOLOGY WORKS?

プラズマクラスターイオン技術については下記のサイトをご覧ください。
<https://ph.sharp/plasmacluster-technology>

*空気中の新型コロナウイルス疾患を最大91.3%減少させる効果が証明されています

国立感染症研究所による研究結果

IOT機能付き空気清浄機



家庭用/寝室に推奨

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



SHARP (PHILS.) CORPORATION

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

Tel. Nos.: (+632) 8842-0525 to 29

Fax No.: (+632) 8842-0530

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



www.facebook.com/SharpPhilippines



@sharp.ph

ph.sharp

Limited Edition



CHATEAU TANUNDA
ESTD 1890



BAROSSA · AUSTRALIA

ICON OF THE BAROSSA

GRAND BAROSSA YEAR OF THE SNAKE 2025



1.5L

750ML

The Limited Reserve Grand Barossa Shiraz celebrates the lunar calendar of The Year of the Snake, symbolising intelligence, wisdom, intuition and creativity.

限定品「Grand Barossa Shiraz」は、旧暦の「巳年」を象徴するワインです。知性、直観力、創造性といった蛇が持つとされる特徴を表現しています。

TASTING NOTES

This Grand Barossa Limited Reserve displays classic Barossa Shiraz characters of dark berry fruits, plum, black forest cake and sweet spice.

このGrand Barossa Limited Reserveは、ダークベリー、プラム、ブラックフォレストケーキ、甘いスパイスといった、クラシックなバロッサ・シラーズの特徴を表現しています。

WINETASTING

Handcrafted in small open fermenters and basket pressed before 15 months maturation in French and American oak barrels. By combining both traditional and modern winemaking techniques, Château Tanunda are able to produce wines of complexity, depth and intensity.

このワインは、小さなオープン・ファーマンターで手作業で醸造され、フレンチオークとアメリカンオークの樽で15ヶ月間熟成されます。伝統的なワイン造りと現代的な技術を組み合わせることで、複雑で深みのある濃厚なワインが誕生します。

**LIMITED
STOCKS**

数量限定

AVAILABLE AT
ALL BRANCHES OF

すべての店舗で購入可能



SANTIS
Delicatessen



December/Desyembre 2025 01
Contents

Special Feature

マニラのカフェ情報アップデート：
定番から新店まで、アフタヌーンティーも... 06



- 28 サルセドママのおつまみレシピ
- 44 HOT TOPICS
- 45 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
- 49 フィリピンビジネス経済ニュース
- 74 ビジネス烈伝
『フィリピン最大手財閥SMグループと提携し、
未来に向けて幸せな環境の創造を推進』
株式会社グーン専務取締役兼フィリピン支店長
SM GUUN Environmental Company, Inc. (SGECI)
小西 武史氏

ビジネスプライマー（裏面からお読みください）.....47

〈表紙写真〉
ライフスタイル: MOD Coffee, Spotted Pig, Wildflour (提供写真) Tattooed Baker (プライマー撮影)
ビジネス: 株式会社グーンとSM Prime の調印式が行われたSMモールオーブアジア付近(プライマー撮影)

■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 01月号 Vol.201

(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。

Feature of the Issue

Kickstart 2025 with a delightful cafe-hopping adventure around Metro Manila. This January, we are bringing you to the best in the city—cherished all-time favorites like Wildflour and %Arabica, recently opened ones such as Catalogue Manila, and exquisite afternoon tea spots including EST Cafe for every budget and taste. From SNS-worthy spaces to savor lattes to cozy nooks serving indulgent pastries and light snacks, there's something for everyone to enjoy in this issue!



フィリピン各種マップ

特集で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

マニラのカフェ情報アップデート：アフタヌーンティーも定番から新店まで

今回の特集では、カフェ・コーヒー好きの間で評判の定番カフェに加え、2023年以降にオープンした注目の最新カフェをピックアップ。さらに、優雅なひとときを楽しみたい人にぴったりのアフタヌーンティーが楽しめるカフェやレストランもご紹介！

アフタヌーンティーも

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



- 電 電源あり
- Wi-Fi Wi-Fiあり
- ペット可
- テ デカフェメニューあり
- ヴ ヴィーガンメニューあり
- ベ ペジタリアンメニューあり
- 焙 店内で焙煎

カフェ好きなら一度は訪れたい!マニラ王道カフェ

マニラのカフェシーンで、ここは外せない名店をいくつかピックアップ。サードウェーブコーヒーの先駆けとして知られる「Yardstick」、複数の支店を展開し安定したクオリティで人気の「Wildflour」、そして一度撤退したものの待望の復帰を果たし再び注目を集める「%Arabica」。それぞれが持つ魅力とこだわりをぜひ体験してください！

Yardstick Coffee

ヤードスティック・コーヒー



Photo credit: Yardstick Coffee



明るいウッド調がおしゃれなカフェ。マニラのサードウェーブコーヒーを牽引してきた老舗のひとつでもあり、カフェ好きの間で広く知られている。おすすめメニューはMakati's Best Waffles (P380)、Salmon Eggs Benedict (P490) など。ドリンクでは、ダブルショットエスプレッソを使用したCortado (P170) や、キャラメルを加えたCaramel Cortado (P210) がおすすめ。また、コーヒー愛好家にぜひ体験してほしいのはThe Flavor Bar。45分間のセッションとなっており、コーヒーの3コーステイastingメニュー、フィリピンのチョコレートブランド「Auro」とのコラボによるフラットホワイトのパー、そして同セッションでしか味わえない限定ドリンクやドリップコーヒーなど、盛りだくさん。予約必須で、一人P880。

Universal LMS Building, 106 Esteban, Makati
☎02-8372-3891 📅月～木曜・月曜 7時～20時/金～日曜 7時～22時
🌐store.yardstickcoffee.com 📱yardstickcoffee 📷yardstickcoffee

harlan + holden coffee

ハラン・アンド・ホールデン・コーヒー

BGC



Photo credit: harlan + holden coffee



ローカルアパレルブランドharlan + holdenから派生したカフェで、BGCの2か所に店舗を構える。専用のアプリを使って事前に注文しピックアップすることで待ち時間の短縮ができるようになっている。アプリはApp StoreやGoogle Playから無料でダウンロード可。お支払いはキャッシュレスのみで現金は利用できないので注意。店舗はこじんまりとしているが、窓からの緑がよく見える開放的な造りで、休憩中にくつろぐのにぴったりだ。

28th St, 3rd Ave, Taguig ☎0966-669-6579 📅9時～24時
🌐harlanholden.ph 📱harlanholden.coffee 📷harlanholden.coffee

%Arabica

アラビカ

日本人オーナー東海林克範氏とラテアート世界選手権チャンピオン山口淳一氏が手掛ける京都でも話題のカフェ。MITSUKOSHI BGCにつづき、Shangri-La the Fortに2号店をオープン。印象的な%のロゴマークとこだわりのコーヒーが人気のお店だ。100%アラビカ産のコーヒー豆を使用し、日本製の熱風式高速焙煎機を使い店内で焙煎。また、カフェラテやアメリカノ、スパニッシュラテなどの定番ドリンクに加え、日本ならではの抹茶ラテも提供している。

GF, Shangri-La at The Fort, 5th Ave, Taguig
☎0917-109-1053 ☎7時~22時
🌐arabica.coffee/en 📺arabica.philippines
📍arabica.ph



BGC
電 断 ペ テ
Photo credit: %Arabica

Cartel Coffee Deli

カーテル コーヒー デリ

サルセドビレッジに店舗を構えるカフェ・デリ・バー。2016年にオープンし、スペイン料理を中心とした多彩なメニューを提供している。特にサンドイッチが人気で、Smoked Wagyu Brisket SandwichやWagyu Burger Steakなどが好評。また、Yardstick Coffeeとのコラボレーションにより、高品質なコーヒーも楽しめる。家族や友人とのカジュアルな食事に最適な場所だ。

※アルフレスコエリアのみペット同伴可能

The Picasso Boutique Serviced Residences
119 L.P. Levisite Street, Makati
☎02-8772-8270/0917-153-4805/
0917-625-2249 ☎7時~22時
🌐www.carteldeli.com 📺cartel.deli
📍cartel.deli



マカティ
ペ テ ペ 焙
Photo credit: Cartel Coffee Deli

Wildflour Cafe + Bakery

ワイルドフラワー・カフェ・アンド・ベーカリー

BGCをはじめ、数か所に支店を構えるフレンチアメリカンカフェ&ベーカリー。2012年の創業以来、多くの人に親しまれる定番カフェ。カウンターには店内で焼き上げたパンやペストリーがずらりと並び、人気メニューは、キムチとビーフが香ばしい「Kimchi Fried Rice」や、キャラメルシュガーで仕上げたクリーミーなパイ「Cremadette」など。また、シグネチャーコーヒーの「Iced Cubano」や、濃厚なピスタチオ風味が楽しめる「Pistachio Au Lait」も外せない。

Ground Floor Six/NEO 4th Avenue, Corner
26th St, Taguig ☎02-8856-7600
☎月~木曜 7時~22時 / 金曜 6時~翌2時 / 土曜 6時~23時 / 日曜 6時~22時
🌐wildflour.com.ph 📺wildflourmanila
📍wildflourmanila



BGC
電 断 テ ヴ ペ
Photo credit: Wildflour Cafe + Bakery

Angkan Coffee Company

アンカン・コーヒー・カンパニー

BGCなど数か所に店舗を構えるカフェチェーン。広々としたレイアウトにはミニマルな家具やラタン椅子が配置され、清潔感のある空間を演出。おすすめメニューはスパニッシュラテ（ホット：スモールP180、トールP190 / アイス：スモールP200、トールP210）。マンゴーチョコレート、スパークリングハニーアメリカノ、パンダンラテ、チョコナットラテなどのオリジナルドリンクも多数あり、簡単なペストリーも提供。静かなひとときを過ごすのに最適なカフェだ。

257 McKinley 7th Ave, corner 25th St,
Taguig ☎0945-770-9011
☎金曜・土曜・日曜 7時~22時 / 月曜・火曜 7時~20時 / 水曜・木曜 7時~21時
📺angkancoffee 📍angkancoffee



BGC
電 断 ペ 焙
Photo credit: Angkan Coffee Company

最新カフェ情報! 最近オープンした注目スポット(2年以内)

マカティ

マカティでは主にポブラシオン、レガスピ、サルセドなどを中心に、アットホームな雰囲気と洗練されたスタイルが魅力のカフェが数多く集まる。おしゃれな空間で、コーヒー片手にゆったりと過ごしてみては?

Spotted Pig Cafe

スポットピグ・ビッグ・カフェ

シアルガオ島発祥のスペシャルティコーヒーショップで、マカティのレガスピビレッジに支店を構える。店内はミニマルなインテリアと緑豊かな装飾が施され、心地よい空間が広がる。自家製のパンやペストリー、スイーツ、そしてボリューム満点のランチメニューが揃い、サンドイッチには自家製パンを使用。アボカドトースト (P420) や、タバコウル (P480) などが人気メニュー。ドリンクメニューでは、モンブラン (P200) や、スパニッシュラテ (P190) がおすすめ。すべてのミルクベースのドリンクは、非乳製品の代替品での提供も可能。

109 Esteban St, Makati
☎0917 882 2208 ☎7時~21時
📺spottedpigmanila 📍spottedpigmanila



電 断 ペ テ ヴ ペ
Photo credit: Spotted Pig Cafe

Kazu Cafe

和カフェ

マカティのアヤラトライアングルガーデン内に構えるKazu Caféは、「和徳」や「優勝軒」などのレストランで知られるNippon Hasha, Inc.が手掛けるカジュアルな日本風カフェレストラン。エグゼクティブシェフの倉持和徳氏によるユニークな料理が魅力で、10種の手まり (P880)、鯉節丼セット (P650)、ストロベリーバナナミルクシェイク (P190)、ゆずスプリッツ (P250) などがお店のおすすめ。アート性と快適さを兼ね備えた店内デザインは、家族や友人とのカジュアルな食事やビジネスランチにも最適で、全68席。

Unit 05-06, Ground Level, Restaurant at
Ayala Triangle Gardens, Makati
☎0917 502 0320 ☎8時~22時
📺kazunorijapaneserestaurant
📍kazucafehp



電 断 ペ
Photo credit: Kazu Cafe

KOH Cafe + Roasters

コー・カフェ・アンド・ロースターズ

店名の「KOH」はタイ語で「島」を意味し、オーナーがタイでのダイビングを愛することから名付けられた。店内はタイのヴィラを思わせる内装で、リラックスした雰囲気がある。ペット同伴可能で、友人との集まりや仕事の合間の休憩にも最適な空間だ。おすすめコーヒーには「Spanish Latte (P195)」や「Latte (P165)」, おすすめメニューにはGrilled Cheese with Tomato Soup (P320) やPuttanesca (P350) などの軽食メニューがある。また、カクテル (各種 P455) もあり、屋下がりのコーヒータイムから夜の一杯まで楽しめる。

Ground Floor, HRC Center, 104 Rada, Legazpi Village, Makati
 ☎0917-809-3354
 ☎金・土曜 10時~24時 / 日曜 9時~17時 / 火~木曜 10時~22時 ☎月曜
 f kohcaferoasters @ kohcaferoasters



電 ペ テ 焙

Moment Coffee

モーメント・コーヒー

マカティのアヤラアベニューに構える。工業的なデザインを取り入れた内装が特徴で、コンクリート打ちっぱなしの壁や控えめな照明、ミニマリストな家具がリラックスできる空間を作り出している。無料Wi-Fiと多数の電源コンセントを備え、リモートワークにも最適な場所だ。Jasmine Latte、Osmanthus Latte、Gardenia Latte、Camellia Latte (各P180~200) などのフローラルドリンクがユニーク。さらに、アルコールメニューも提供。店内で焼き上げるパンやサンドイッチ、ペストリー、ケーキも人気が高く、特にクロワッサンサンドイッチが人気。

Ayala Avenue, Makati
 ☎0967-388-1344
 ☎月~金曜 6時~20時30分 / 土曜 8時~19時 / 日曜 6時~19時
 f Moment Coffee @ iam_momentcoffee



Photo credit: Moment Coffee

MOD Coffee

モッド・コーヒー

マカティのOne Centralに店舗を構えるおしゃれなカフェ。洗練されつつも親しみやすい空間となっており、仕事や勉強、のんびりくつろぐのにぴったり。高品質なスペシャルティコーヒーとともに軽食も提供しており、おすすめメニューは、MOD Slice (P280) やSalami Spiced Honey Bagel (P330)。ドリンクは、Iced MOD Latte (P210) やOrange Hibiscus Iced Tea (P150) が人気。ベジタリアンやヴィーガン向けメニューはないが、植物性ミルクに変えてもらうことは可能。

GF, One Central, Salcedo Village, Sen. Gil J. Puyat Ave, Makati
 ☎6時30分~20時 ☎日曜
 modcoffee.ph modcoffeeph
 @ modcoffee.ph



Photo credit: MOD Coffee

電 Wfi ペ

NATSU

ナツ

レガスピビレッジに店舗を構えるカフェ。グレーやウッドの配色が落ち着いた空間を演出し、友人のおしゃべりはもちろん、一人で作業をするのにもぴったり。オーナーが日本好きで、日本食にインスパイアされた創作メニューを中心に、朝食やランチにぴったりの軽食メニューを揃える。おすすめはRomesco Pasta (P250) やWagyu Bowl (P395) など。ドリンクはCheesecake Latte (P210) やSummer Salt Latte (ホット P185・アイスP195) がおすすめ。※アルフレスコエリアのみペット同伴可能

G/F, Maripola Building, 109 Perea, Legazpi Village, Makati
 ☎金曜・土曜 8時~21時 / 日曜 7時~21時 / 月~木曜 8時~20時
 f NATSU @ our.natsu



電 Wfi ペ

The Tattooed Baker

ザ・タトゥード・ベイカー

「タトゥードベイカー」の愛称で知られるシェフJohn氏が設立したおしゃれなベーカリー。モダンでミニマルなインテリアが特徴で、ガラスケースに並ぶ美しいペストリーが目を引く。看板メニューは、サクサクのクロワッサンやマカロ、フレンチトーストなどのペストリーのほか、English Breakfast (P580) やRoast Chicken Rice Bowl (Php 330) などのメニューが人気。ドリンクには、スパイスとヘーゼルナッツの香りが楽しめるHazelnut Chai (Php 280/12 oz) などがペストリーとの相性抜群。

164 Kalayaan Building, Dela Rosa street, Legazpi Village, Makati
 ☎0917-809-3354
 ☎月~土曜 7時~20時 / 日曜 7時~17時
 f thetattooedbakerph
 @ thetattooedbakerph



電 Wfi ペ テ 焙

Catalogue MNL

カタログ・マニラ

マカティのレガスピビレッジに位置するカフェレストラン。2023年にオープンし、フィリピン系スイス人シェフ、カトリーナ・クーン・アルカンタラ氏が手掛ける。朝は特製コーヒー、夜は手作りカクテルを提供し、一日を通じて多彩な体験が可能。メニューには、塩と酢で味付けしたクリスピーな「Salted Vinegar Chicken Skin (P250)」や、自家製サワードウピザなど、アジアとヨーロッパの風味を融合させた料理が揃う。家族や友人とのカジュアルな食事、または静かなひとときを過ごすのに最適な場所だ。

110 Benavidez Street Legaspi Village, Makati
 ☎0917-165-7404 ☎6時~22時
 f cataloguemnl.ph @ cataloguemnl.ph



Photo credit: Catalogue MNL

電 Wfi ペ

Satori Specialty Coffee

サトリ・スペシャルティ・コーヒー

焙テペ

マカティのベルエアに店舗を構える。店名は日本語の「悟り」に由来し、ミニマリズムを追求した日本風のデザインで、明るい白壁と温かみのある木製家具が特徴。おすすめの「Satori 4」(P465)は、Tokyo Drip、Cold Brew、Tokyo Drip Tonicの3種を楽しめるセットで、「Rosquillos」と呼ばれるクッキーが添えられる。また、Matcha Cheesecake (P250) はコーヒーとの相性が抜群。スペシャルティコーヒーを堪能したい人にぴったりのカフェだ。

Photo credit: Satori Specialty Coffee



Ground Floor - CEO Flats, 27 Canopus Street Corner Jupiter Street, Makati
☎0926-626-3723 ☎月～水曜 9時～20時
木～日曜 9時～21時
f satorispecialtycoffee @satori.mnl

Drop the Bean

ドロップ・ザ・ビーン

焙テペ WiFi

レガスピレッジにある韓国人経営のカフェ。店内は黒と白を基調とした暗めの雰囲気、来店者がドリンクに集中できる空間を演出。特に、スペシャルティグレードの豆と高品質な水を使用したハンドドリップコーヒーが自慢で、毎日店内で焙煎を行い、韓国人好みのダークアーシーなブレンドを提供。おすすめドリンクはButter Cream Latte (P250)やMatcha Cloudなど。スイーツは、「Gucci Tiramisu」や、韓国の伝統的なクッキー「菓菓」、フランスのミニアーモンドケーキ「フィナンシェ」などが揃う。

Photo credit: Drop the Bean



VA Rufino Cor . Salcedo St, Legaspi Village, Makati
☎02-8556-6148 ☎10時～22時
f dropthebean @drop.the.bean

Ashen Berry Cafe

アシェン・ベリー・カフェ

焙テペ 電

サルセドに構えるモダンでミニマルなデザインのカフェ。照明を抑えた居心地の良いコーナー席があり、仕事や勉強にぴったり。スペシャルティコーヒーをPour Over (P170～)やCortado (P180)で楽しめる。ノンカフェインドリンクも豊富。Miso SalmonやChicken Karaageといった簡単なフードメニューも用意されている。人気のTiramisu Latteは、マスカルポーネクリーム、エスプレッソ、ココアパウダーを使用した一品で、Medium (P220)、Large (P250) から選べる。

Photo credit: Ashen Berry Cafe



Valero Carpark, 2 Valero, Makati
☎ 金曜 7時～22時 / 土・日曜 9時～18時 / 月～木曜 7時～22時
f Ashen Berry Cafe - Coffee Roastery
@ashenberrycafe

Aniporium Cafe

アニポリウム・カフェ

電 焙

日本のアニメ好きが集まるアニメテーマのカフェ。カラフルな店内はアニメグッズやポスターで彩られる。日本製の上質な豆を使ったコーヒーや、お茶、フラッペ、綿菓子をトッピングしたドリンクが揃う。甘くクリーミーなKyun Kyun Strawberry (P110) や、爽やかなMoe Moe Blue Lemonade (P100) など、日本のオタク文化を意識した楽しいドリンクが揃う。お店のいちおしは、近いうちに追加予定のGyudon (価格未定)。デザートはCheesecake (P250/スライス) が人気。カフェにはショップが併設され、フィギュアなどたくさんの種類のグッズを販売している。

Photo credit: Aniporium Cafe



2F The Mini Suites Eton Tower Makati, 128 Dela Rosa Street, Legaspi Village, Makati
☎0945-183-6648
☎10時～20時 ☎月曜
f aniporium.ph @aniporiumcafe

H Proper Coffee Roasters

エイチ・プロパー・コーヒー・ロースターズ

電 焙

おしゃれなレストランカフェ。軽食メニューが豊富で、気軽に食事がしたい時に便利。また、豊富な種類のペストリーが店頭並び、どれもボリュームがあるのでシェアするのがおすすめ。コーヒーに牛乳を入れるのが好きな人におすすめしたいのは真っ白なホワイトブリュー。透明な缶に入れており、テイクアウトをすると氷が入った透明なタンブラーとともに渡される。軽食メニューも豊富で、おすすめはTruffle Rigatoni & Cheese (P425)やShakshouka (P425) など。

※アルフレスコエリアのみペット同伴可能



Restaurant Arcade, Ayala Triangle Walkways, Makati, Metro Manila
☎0917-192-0873 ☎6時30分～22時30分
f HProperCoffeeRoasters
@hpropercoffeeoasters

Pao Cafe

パオ・カフェ

電 焙 WiFi

マカティのサンアントニオビレッジに店舗を構える24時間営業のベトナムカフェ。ベトナム産の高品質な豆で淹れたコーヒーが自慢で、Bac Siu (P198)、Pao Milk Coffee (P229) などが人気。店内はアートなイラストが描かれた壁とシンプルで温かみのあるインテリアが特徴で、くつろぎの空間を演出している。また、奥の席では一人で仕事や勉強に集中しているお客さんの姿も見られる。メニューは多彩で、Traditional Banh Mi (P225) やBeef Pho (P335～P420)、などのベトナム料理の他、フィリピン料理のPork SisigやChicharon Bulaklakも提供。中でもおすすめは、Stir Fried Noodle with Beef (P310)。家族や友人とのカジュアルな食事にぴったりだ。



174 Yakal, AGS Building, Makati
☎0963-216-9999 ☎24時間営業
f paocafe.ph @paocafe.174

Common Man Coffee Roasters

焙

コモン・マン・コーヒー・ロースターズ

2013年にシンガポールで創業し、2024年1月にフィリピン初上陸。アヤラトライアグルの庭園を最大限に楽しむため、屋外の座席が多めに用意されている。メニューは、終日楽しめるランチ、サンドイッチ、バーガー、デザートなど多彩なラインナップ。「Common Man Full Breakfast」(P750)や「Beef Brisket Benedict」(P650)、「Nitro Honey Oat Latte」(P250)などが人気。BonsoyやOutsideミルクなどの植物性ミルクへの変更もリクエスト可能。

Ayala Triangle Walkways, Makati, Metro Manila
☎0927-139-5304 🕒7時~22時
f commonmancoffee
@ commonmancoffee

Photo credit: Common Man Coffee Roasters



Uniqlo Coffee

電 焙

ユニクロ・コーヒー

グロリエッタ5のユニクロの2階にあるカフェ。フィリピン・ミンダナオ島のマウント・アポで栽培されたコーヒー豆を使用したコーヒーを提供。また、Iced Matcha Latte (P160) などコーヒー以外のドリンクも揃い、Chocolate Chip Cookie (P90) や Melon Bun などちょっとしたベストリーに、Hojicha Gelato (P160) などのジェラートもある。買い物中の休憩などにぴったりの場所だ。

2F, Glorietta 5, Ayala Ave, Makati,
🕒月~木曜 10時~21時 / 金~日曜 10時~22時
🌐 www.uniqlo.com f UNIQLO.PH
@ uniqlophofficial

Photo credit: Uniqlo Coffee



Primal Brew Coffee + Roastery

焙

プライマル・ブリュー・コーヒー・アンド・ロースターリー

マカティのレガスピビレッジに位置するスペシャルティコーヒーショップ。店内で焙煎された新鮮なコーヒー豆を使用したコーヒーメニューを軽食とともに提供。こぢんまりとした店内は一人での作業やちょっとした食事などにぴったり。おすすめドリンクは Maple Oat Latte (Regular P200 / Large P250)。また、Creamy Chorizo Mushroom Pasta (320)。ベジタリアン向けの Salted Choco Caramel Oat Bars (P50) もコーヒーとの相性が抜群だ。

Unit G9, BSA Mansion, Jimenez, Legazpi Village
☎0906-275-5541
🕒月~金曜 7時~19時 / 土・日曜 8時~18時
🌐 primalbrewcoffee.com f primalbrewcoffee
@ primalbrewcoffee

Photo credit: Primal Brew Coffee +



Alto Grounds

アルト・グラウンス

マカティのレガスピビレッジに店舗を構える。洗練されたモダンインダストリアルなインテリアが特徴で、シングルオリジンの豆を使ったコーヒーやパスタやサンドイッチなどの軽食も揃える。おすすめは、柔らかくマリネしたビーフを2つの卵とご飯とともに楽しめる In-house Beef Tapa (P270) や、ガーリックとオリーブオイルで風味豊かに仕上げた Aglio Olio Gamberi (P330)。ドリンクメニューでは、スパイスが効いた甘い Biscoff の風味とクリーミーな仕上がりが特徴の Biscoff Crème Latte (P240) は、ホットとアイスの両方で提供される。

Unit 1, Dela Rosa Carpark, 1 Dela Rosa Street, Legazpi Village, Makati
🕒月~金曜 7時~24時 / 土・日曜 9時~18時
f altogrounds @ altogrounds.coffee

Photo credit: Alto Grounds



BGC

BGCには、都会的でスタイリッシュな雰囲気が漂うハイレベルなカフェが多数集結。洗練された空間とこだわりのコーヒーを楽しめるスポットが満載だ。

Key Coffee Kissaten

焙

キー・コーヒー喫茶店

日本のコーヒーブランド「Key Coffee」のマニラフラッグシップ店。MITSUKOSHI BGCの1階に構え、開放的で明るい空間は居心地がよく、友人や家族との食事にぴったり。自社ブランドのコーヒーを使ったドリンクはもちろん、日本の食材を使った軽食メニューも美味しい。青のりを散らした Garlic Nori Three Cheese Pizza (Php 540) は3種のチーズとガーリックの香りが食欲をそそる。店頭には焼きたてのパンもあり、手土産などにおすすめ。

※アルフレスコエリアのみペット同伴可能

G/F MITSUKOSHI BGC, 8th Ave, Corner 36th St, Taguig
☎0947-739-4347 🕒火曜~木曜 7時~22時 / 金・土曜 7時~23時 / 日曜 7時~22時
🌐 www.keycoffee.jp
f keycoffeekissaten @ keycoffeekissaten



Baristart Coffee

電 焙

バリスタート・コーヒー

BGCに店舗を構える日本発のスペシャルティコーヒーショップ。北海道産のプレミアムミルクを使用したドリンクや料理が特徴で、メニューはドリンクも食事も豊富や種類が揃い、カクテルも提供。おすすめは Big Breakfast (P550) や Salmon Don (P680)、US Ribeye Steak (P1,150 / 250g) など。また、Iced Sea Salt Latte (P245) は北海道美瑛ジャージーミルクを使用したクリーミーな味わいで、ほんのり塩味がアクセントになっている。家族や友人とのカジュアルな食事などにぴったり。

Unit 5 ground floor Meridien Tower Two, 1201, 26th St, Taguig
☎0921-843-2015 🕒月~木曜・日曜 7時~23時 / 金・土曜 7時~24時
🌐 www.baristartcoffee.com f baristartph
@ baristartcoffee_ph



Del Unión Coffee & Civics

テル・ウニオン・コーヒー・アンド・シビックス

La Unionの人気カフェ、El Union Coffeeの初のメトロマニラ進出店で、BGCのFully Booked 3階に店舗を構える。店内はレトロなデザインで、温かみのある照明や木製のアクセントが特徴。メニューには、El Unionで人気の「Dirty Orxata (P200 HOT/P210 COLD)」や「White (P180 HOT/P190 COLD)」などのドリンクが揃う。また、シェフEJ Lagman氏が手掛ける「Bacon, Lettuce, Tomato (P250)」などのサンドイッチも提供しており、北部の食材を活かした一品となっている。作業をするのにぴったりの、仕切りのある一人用の席も用意されている。

3rd Floor, Fully Booked, B6, Bonifacio High Street, Taguig ☎8時~22時
 elunioncoffee.com delunioncoffee
 del.union



Photo credit: Del Unión Coffee & Civics



Good Neighbor

グッド・ネイバー

BGCに店舗を構えるカフェレストラン。地域コミュニティの一部として、お客さんが歓迎される温かい空間を目指し、美味しい料理を楽しめるアットホームな雰囲気が魅力だ。朝食からディナーまで幅広いメニューを揃え、Salmon Miso Glaze (P870) やFrench Toast with Berries & Jam (P450) といった人気の料理が楽しめる。ドリンクもコーヒーや抹茶、カクテルまで多彩で、特にBasil Lemon Cold Brew (P240) は爽やかな味わいが好評だ。※アルフレスコエリアのみペット同伴可能

Unit 9, Ground Floor, Verve One, 26th Street, corner 7th Ave, Taguig
 ☎0956-725-8040 / 02-8816-1347
 ☎月~木曜 7時~22時 / 金・土曜 7時~23時 / 日曜 7時~22時
 goodneighborph goodneighborph



Photo credit: Good Neighbor



Otaku room

オタク・ルーム

BGCに店舗を構える日本のスニーカーやアパレルの販売店「atmos」の2階に位置するカフェ。日本の喫茶店をイメージした落ち着いた空間となっており、アニメやフィギュアなどのポップカルチャー要素が散りばめられている。日中はYardstick Coffeeとのコラボレーションによる特製コーヒーを提供し、夜間はカクテルバーとして営業。簡単なスイーツもあり、おすすめはCoffee Jelly (P150) や Matcha White Chocolate Cookie (P170) など。ドリンクでは、日本製のドリップコーヒーをP300~800ほどで提供。

3rd Avenue, One Bonifacio High Street, Bonifacio Global City, Taguig
 ☎日~木曜 11時~22時 / 金・土曜 11時~23時
 atmos.philippines atmos.philippines



Photo credit: Otaku Room & Yardstick



Sawada Ichigo Cafe

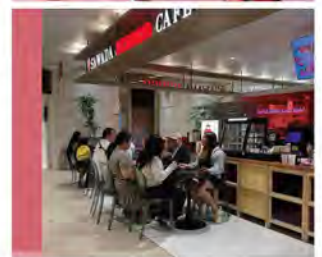
サワダ・イチゴ・カフェ

BGCのMitsukoshi Mallに店舗を構える日本発のカフェ。2023年12月にオープンし、千葉県産の紅ほっぺいちごを使用したデザートやドリンクを提供している。看板メニューのKezuri Ichigo (P380) は、凍らせた紅ほっぺいちごを削り、北海道産のクリームを合わせた一品。他にも、いちごのコンフィチュールを使ったIchigo Milk (P350) や、Ichigo White Chocolate Pie (P250) など、いちご好きにはたまらないメニューが揃う。家族や友人とのカジュアルな食事やデザートタイムに最適なカフェだ。

B1 Mitsukoshi, 8th Ave. cor. 36th St. Grand Central Park, BGC ☎11時~22時
 sawadaichigocafe sawadaichigocafe



Photo credit: Sawada Ichigo Cafe



その他エリア

今回は、ケソン市の高級モール「Opus Mall」に上陸したメルボルン発の有名店「ST. ALI」と、グリーンヒルズに店を構える日本発祥の人気店「星乃珈琲店」をご紹介します！それぞれのこだわりが詰まったメニューと雰囲気をぜひご体験ください。

ST. ALI

セント・アリ

日本でもよく知られたメルボルンの有名店ST. ALIが、フィリピンに初上陸。ケソン市の高級モール「OPUS Mall」内に店舗を構え、メルボルンから空輸された新鮮なコーヒー豆を使用したコーヒーやメルボルンの本店でのシグネチャーメニューを提供。「Barista Breakfast」「Coco Mingle」のほか、マニラ限定のメニューも用意されており、コーヒーはもちろんのこと、食事も充実。洗練されたモダンな店内は広々とした1階と、あまり広くないが、喧騒から少し離れた2階に分かれる。カフェ好きなら一度は訪れたい、メルボルンのカフェ文化を味わえる一軒だ。

Ground Floor, OPUS Mall, Bridgetowne Destination Estate, Quezon City
 ☎8時~22時
 stali.com.au st.ali.manila



Photo credit: ST. ALI



Hoshino Coffee

星乃珈琲店

グリーンヒルズに店舗を構える日本発祥のカフェ。フィリピン初上陸となるこの店舗では、専属のコーヒーブレンドスペシャリストである菅野眞博氏が厳選したプレミアムアラビカ豆を使用し、ハンドドリップで丁寧に淹れたコーヒーを提供している。看板メニューのスフレパンケーキや、オムライス、和風スパゲッティなどの日本風の料理も満載。家族や友人とのカジュアルな食事や、静かなひとときを過ごすのに最適なカフェだ。2024年10月にはケソン市のOpusモールに2号店をオープンした。

GH Mall, G/F Ortigas Ave, San Juan
 ☎0998-868-0694 ☎月~木曜 11時~21時 / 金・土曜 11時~22時 / 日曜 10時~22時
 hoshinocoffee.com.ph
 hoshinocoffeeph hoshinocoffeeph



Photo credit: Hoshino Coffee



予算に合わせて選べる! 高級からカジュアルまでのアフタヌーンティー特集

Yawaragi - Hotel Okura Manila

和らぎ・ホテル・オークラ・マニラ

ホテルオークラマニラ内の日本食レストラン「和らぎ」では、2024年12月1日から2025年2月28日までの期間限定で「FUYU」アフタヌーンティーセットを提供。和の風味を取り入れたセイボリーとスイーツが楽しめる内容で、価格はP2,100++で2名様限定。大根と湯葉巻き七味風や蓮根挟み揚げバーガー、蟹爪コロッケのサンドウィッチに加え、キウイ大福餅や苺とチョコレートブラウネ、焦がしバタースコーンと抹茶スコーンなどのメニューが含まれる。日本風カクテルを1杯P350++で追加可能。

5th floor, Hotel Okura Manila, 2 Portwood St, Newport City, Pasay ☎0917-842-9067
 6時30分~18時~22時 (LO 21時) / アフタヌーンティー 14時30分~17時30分
 www.hotelokuramania.com
 hotelokuramnl hotelokuramnl

Photo credit: Yawaragi - Hotel Okura Manila



High Street Lounge - Shangri-La The Fort

ハイ・ストリート・ラウンジ・シャングリラ・ザ・フォート

BGCのシャングリラ・アット・ザ・フォート内のラウンジ。アフタヌーンティーセットのシグネチャーセット (P3,200/2名) は毎日14時~17時に提供。メニューには、Pumpkin AranciniやRoasted Duck Empanadaといったセイボリー、Mini Scones with Truffle Butter、Manggo't Saging (バナナラカタンムースとマンゴージェリー) などのスイーツが含まれる。また、2025年1月1日までは季節限定のフェスティブセット (P3,000/2名) も提供。予約は不要。

Lobby Level, 30th Street corner 5th Avenue, Bonifacio Global City, Taguig ☎02-8820-0888
 日~木曜 7時~24時 / 金・土曜 7時~翌1時

Photo credit: High Street Lounge - Shangri-La The Fort



Lobby Lounge - Makati Shangri-La, Manila

ロビー・ラウンジ・マカティ・シャングリラ・マニラ

マカティシャングリラのロビーラウンジで2025年1月5日まで提供される「A Very Merry Afternoon Tea」は、2名分のセットでP2,850++。コーヒーか紅茶を選べ、P500の追加料金でスパークリングワイン2杯も追加可能。セイボリーでは、パルメザンとキヌアのクリスパルトターキーやクランベリーコンポートのクルスタード ビーツ添え、日替わりサンドイッチを楽しめる。USビーフウェリントンやフィレミニヨンを使用した贅沢なメニューもある。

Lobby Level, Ayala Avenue corner Makati Avenue, Makati ☎02-8813-8888
 7時~24時 / アフタヌーンティー 14時~17時
 www.shangri-la.com Shangri-La shangrilahotels

Photo credit: Lobby Lounge - Makati Shangri-La, Manila



The Lobby - Peninsula Manila

ザ・ロビー・ペニンシュラ・マニラ

ペニンシュラホテルを代表する優雅な雰囲気「The Lobby」。アフタヌーンティーは三段のシルバートースタンドに盛り付けられたスコーン、フレンチペストリー、セイボリーが並び、上質なポーセリン食器とシルバースセットで提供される。2名様限定で、P2,550、またはシャンパン2杯付きでP4,550。セット内容には、レモンカードやクロテッドクリーム、など、他にも数種類のペストリーが含まれる。セイボリーはゴートチーズとローストベッパーのチャバタ、ターキーブリープリオッシュロールなど。

Corner Ayala and Makati Avenues, Ground Floor Lobby Makati ☎02-8887-2888
 7時~23時 / アフタヌーンティー 14時30分~17時
 www.peninsula.com ThePeninsulaManila thepeninsulamania

Photo credit: The Lobby - Peninsula Manila



C Lounge - Conrad Manila

シー・ラウンジ・コンラッド・マニラ

マニラ湾を望むコンラッドマニラ内の「C Lounge」。「Festive Afternoon Tea Set」(2名用でP2,888++)はライ麦パンズのローズサーモンや、マンゴーマカロンなど季節感あふれるセイボリーとスイーツが楽しめる。「Splendor Afternoon Tea Set」(2名用P3,288++)はツナシグコーンやビーフカルデレータコーン、各種スコーンなどが味わえる。どちらのセットも2025年1月1日までの期間限定。予約推奨(スプレnderセットは3日前までの予約が必要)。

Level 3, Seaside Boulevard, Coral Way, Pasay ☎02-8833-9999 / 0917-650-3747
 11時~24時 / アフタヌーンティー 14時~18時
 eatdrinkhilton.com
 @ConradManilaPH conradmanila

Photo credit: C Lounge - Conrad Manila



The Lounge - Grand Hyatt Manila

ザ・ラウンジ・グランド・ハイアット・マニラ

BGCに位置するグランドハイアット内のラウンジでは、特別な「Festive Afternoon Tea」を提供。セイボリーには、トリュフエンバナダやタイガーブローンカクテルなどが並び、自家製スコーンは、イチゴジャムとマスカルポーネクリームでいただく贅沢な味わい。ティーケーキでは伝統的なフィリピンの焼き菓子ビピンカも楽しめる。スイーツは、多数のケーキから一つを選択可能。また、フルーツやベリーソースを添えたワッフルも選べる。ドリンクはコーヒーと紅茶から選択可能。価格は2名でP2,200。

2nd Floor, Grand Hyatt Manila, 8th Avenue corner, 36th St, Taguig ☎02-8838-1234
 日~水曜 9時~24時 / 木~土曜 9時~翌1時 / アフタヌーンティー 14時30分~17時30分
 www.hyatt.com grandhyattmanilaph grandhyattmanilaph

Photo credit: The Lounge - Grand Hyatt Manila



高級ホテルの贅沢なアフタヌーンティーから、気軽に楽しめるカフェでのP1,000以下のプランまで、予算に合わせて選べるアフタヌーンティー特集をピックアップ!特別な日にも、日常のひと息にもぴったりのスポットを厳選してご紹介。

EST Bakery Cafe

エスト・ベーカリー・カフェ

BGC

電 ペ

SMオーラのスカイパークにある、日本人女性経営者と日本人シェフが手掛けるカフェ。日本のクオリティにこだわり、パンやソース、ケーキなどをすべて店内で手作りしている。木のぬくもりを感じる明るいウッドと白を基調にしたインテリアは、居心地がよく、会食や女子会、一人でのんびり過ごしたい時にもぴったり。毎日12時~19時(LO:17時)の間に提供されるアフタヌーンティーセットは、P800とP950の2種類(土日は各コース+200ペソ)。主な内容として、P950コースの場合、ウェルカムスパークリングドリンク、9種類のデザートにスコーン、3~4種類のセイボリー、そして紅茶・コーヒー・モクテルから選べるドリンク1杯が含まれる。内容は2~3か月ごとに入れ替わるため、何度訪れても新しい楽しみがある。セットは3名でシェアすることも可能。ただし、その場合は3人目の方に別途フードまたはドリンクの注文が必要となる。ウォークインも歓迎しているが、売り切れになることもあるため、事前予約がおすすめ。

5th Floor, SM Aura Premier Sky Park, McKinley Pkwy, Taguig
 ☎月・水・金曜 10時~21時/火・木曜 11時~21時/土・日曜 10時~22時 /
 アフタヌーンティー 12時~19時(LO17時)
 f estcafe.ph @estcafe.ph



Photo credit: EST Bakery Cafe

Writers Bar - Raffles

ライタース・バー・ラッフルス

マカティ

電 ペ

マカティのラッフルズホテル内にある Writers Barは、カクテルや贅沢なスイーツとともに、都会の喧騒を忘れさせる優雅なひとときを楽しめるラウンジ。11月21日~12月31日限定で「Tinsel & Tea Afternoon Tea」を開催。14時~17時30分に提供され、価格はP3,800(2名分、コーヒーまたは紅茶付き)。追加料金で、カクテル(P650/1杯、P1,200/2杯)やモクテル「Lychee Fields」(P360/1杯、P550/2杯)へのアップグレードも可能。予約推奨。

1 Raffles Drive, Makati Avenue, 1224 Makati
 ☎02-7795-0777/02-8555-9777
 ☎アフタヌーンティー 14時~17時30分/ディナー 18時~23時
 www.raffles.com f RafflesMakati
 @rafflesmakatihotel



Photo credit: Writers Bar - Raffles

Lusso by Margarita Forés

ルッソ・バイ・マルガリータ・フォーレス

マカティ

電 ペ

マカティのグリーンベルトに店舗を構えるイタリアン・フレンチ料理レストラン。2016年の「アジアのベスト女性シェフ」に輝いたMargarita Forés氏が手掛けるこのお店は、イタリアのハリーズバーからインスパイアされた。アフタヌーンティーセットは、SconesやPain de Mie Sandwichesなどのセイボリー、Trio TartやPerocino Cheesecakeなどのスイーツが楽しめる。価格はシングル(P1,550+)、ダブル(P2,950+)、シャンパン付き(P4,850+)と選べる。※アルフレスコエリアのみペット同伴可

G/F, Greenbelt Dr, Greenbelt 5, San Lorenzo, Makati ☎02-7756-5893/0917-700-5893 ☎11時~22時
 f lussomanila @lusso_manila



Photo credit: Lusso by Margarita Forés

Bizu Patisserie and Bistro

ビズ・パティスリー・アンド・ビストロ

BGC

電 ペ

BGCなど数か所に店舗を構えるフレンチパティスリー。同店のアフタヌーンティーセットは、スモークサーモンクルートやキャラメルアップルをのせたブリーチーズのクルートなどのカナッペ、クロックムッシュティーサンドイッチやハーブチキンフェタティーサンドイッチなどのプチサンドイッチが含まれる。日替わりプチケーキ、看板スイーツのマカロン・ド・パリなどの贅沢なデザートも楽しめる。ドリンクは、Compagnie Colonialeの紅茶またはLavazzaのコーヒーから選択可能。2名様限定で、価格はP1,355。終日提供。

Mitsukoshi Mall, 8th Ave. Corner 36th St., Grand Central Park, North, Taguig
 ☎02-7000-9859/0945-115-7441
 ☎11時~22時
 bizu.ph f @ilovebizu @bizuph



Photo credit: Bizu Patisserie and Bistro

Cafe France

カフェ・フランス

マカティ

電 ペ

マカティとメガモール支店限定で、CLASSIC HIGH TEA SET (P795、写真左)とPREMIUM HIGH TEA SET (P995、写真右)を提供。いずれのセットもセイボリーとスイーツを9~11種、コーヒーか紅茶が含まれ、2~3名でシェア可能。予約必須。

GF, RCBC Plaza, Ayala Ave., Makati ☎0919-060-7680/02-8885-7204 ☎月~金曜 6時~17時30分 ☎土・日曜 f CafeFrance @cafeFrance_ph



Photo credit: Cafe France

Aperitif

アペリティフ

バサイ

P1,250で12種類のセイボリーとスイーツを含むChristmas High Teaセットを期間限定で提供。Aperitif全支店で注文できるほか、ギフトセットボックスとして、公式ホームページからも購入可能(P1,350、1日前までに注文)。

3rd floor, Sky Garden, SM Mall of Asia, 1 J.W. Diokno Blvd, Pasay
 ☎10時~22時 aperitif.ph.myshopify.com f aperitif.ph @aperitif_ph



Photo credit: Aperitif



BANANA TURON



sentro
1771

The First in Modern
Filipino Cuisine

DELECTABLE PINOY MERIENDA CHOICES



SALABAT



HOT CHOCOLATE



PUTO BUMBONG

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

※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。

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**おいしいん坊厳選一品料理**



旨さの決め手は**スープ**にあり
月替わ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



“最高にお手頃価格のA5和牛焼肉”
“The best and affordable A5 Wagyu Yakiniku”

VIP ROOMS WITH CONSUMABLES INCLUDED



Premium Wagyu



Fresh Sashimi



Air-Flown from Japan



WAGYU MANILA BRANCHES

Unit GF Marvin Plaza Bldg., 2153 Chino Roces St., Makati City
☎ +63 9398883412

Bellagio Square Jorge Bocobo St. Malate, Manila
☎ +63 9815904061

P 199



特製ダレ漬け込み
唐揚げ

P 699



野菜たっぷり
しゃぶしゃぶ

P 119



サッポロ生ビール



MCS店

近日公開!

月曜日から土曜日まで朝5時まで営業中

MAKATI LINEAR | MAKATI BEACON | MAKATI CINEMA SQUARE | SM LIGHTMALL
SM SOUTHMALL | LAS PINAS VISTAMALL | CASH & CARRY FOOD CIRCLE

☎ 09171859271 (Kenshin MCS)



フード・レストラン

旅行・観光

美容・ファッション・医療

宇宙・情報

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。

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

- 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

平日ランチ営業 & お弁当
テイクアウト始めました!

リトル東京、マカティすぐ! クリークサイド4階です。
☎ **09954068678 (日本語対応)**
☑ ■平日 Lunch: 12時~14時 (LO13時30分) Dinner: 17時~24時 (LO23時)
■土日・祝日 12時~24時 通し営業 (LO 23時)
■お弁当オーダー 10時~13時30分 (Pick up 11時30分~14時)

お酒のメに
焼酎20種類以上
取り揃えています

合鴨つけそば

営業時間 月-土 16:30~22:00
お問合せ・ご予約は
鴨料理・和食
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

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

一本堂 麺屋
MENYA
IPPONDO
JIRO KEI RAMEN

住所: リトル東京 (Little Tokyo Makati)
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

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

UNAKICHI
JAPANESE UNAJI RESTAURANT

個室もあります(最大18名) 鰻重

コース料理1,780P~(要予約) すき焼き 醤油ラーメン

☎ **0961 321 5680 / 02 7007 7137**
🕒 **11:30~翌4:00 (通し営業)**

Grab Food

居心地の良いリラックス空間で
最高級の焼肉を召し上がれ!

Kenji Japanese BBQ Restaurant

マカティのジュピターストリートにある Kenji BBQで、本格的な焼肉をお楽しみください。世界中から厳選した最高の味は、グルメの皆様にもきっとご満足いただけることでしょう。

Kenji BBQではまた、毎月、新鮮で高品質な肉やシーフードを使ったオリジナル料理もご提供しています。マカティのビジネス街の喧騒を離れて、Kenji BBQのモダンで居心地の良いダイニングエリアやVIPルームで、特別な食事体験をお楽しみください。

誕生日には、ワインの持ち込み無料 & ホールケーキプレゼント!

☎ +632 7000 5361 / +63917 185 3518
134 Jupiter St, Bel-air 2, Makati



海鮮特別盛り合わせ ~ (2,220ペソ) エビ焼き (2尾)、メインロブスター (1尾)、タラバガニ焼き (4個)



クリスマス特別盛り合わせ ~ (2,220ペソ) 極上タン (80g)、サーロイン (50g)、イベリコトロ (80g)



ひなげし Hinageshi P560
5 kinds of Sushi with Assorted Tempura and Miso Udon



ローズかつ・お刺身定食 Ton-katsu and Osashimi P760
Pork loin cutlet and sashimi set meal



唐揚げセット Ramen and tori Karaage P450
Ramen and Japanese Style Fried Chicken



海老天丼・ざるそばセット Ebitendon Zaru Soba Set P600 P660
2pcs 3pcs

MUSASHI-TEI

Located at 3rd Floor Al-Fresco One Ayala Mall Ayala Center Makati Philippines

For inquiries and reservations ☎ : 84254746 ■ +639560451678

Store Business Hours
Monday-Thursday 10:00AM-9:00PM
Friday-Sunday 10:00AM-10:00PM

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

おでんハウス へ行こう!

新店舗 マカティ店で
お待ちしております。
営業時間 11am-10pm



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



アヤラアベニューで
美味しい日本食を!

営業時間 LUNCH 11AM-3PM (LO 2:30PM)
DINNER 5PM-10PM (LO 9:30PM)

6780 AYALA AVE, LEGAZPI VILLAGE, MAKATI, 1226



We're now soft opening!

Lunchも始めました!

Kushizaru Honpo Restaurant

Unit 1B, Ground Floor
Multinational Bancorporation Center
6805 Ayala Ave, Bel-Air 1209 City of Makati,
NCR Fourth District Philippines
Cell : 0955-201-3631
Open : Monday - Saturday
Business hour : 11am - 2pm, 5pm - 10pm



20名様用の個室も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。



**TORIYA KANBE
JAPANESE RESTAURANT**

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

Address:
2nd Floor, Arkipelago
Building, 7481 Bagtikan St.,
San Antonio, Makati City

Opening Time: 12:00 PM
Closing Time: 11:00 PM

Regular Holiday

f Kanbe Japanese Restaurant



**Kanbe Japanese Restaurantは移転、
マカティに再オープンしました!**



年末年始の営業時間はお気軽にHIROスタッフまでお問い合わせください。

2025年Happy new year 新しい年を迎えたHIROが生まれ変わります。
これまで暑さでご迷惑をおかけしましたが、エアコン増設&ロースター全取り替えて快適な
空間になりました!



FOOD MENU



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

BOOK NOW



OPL Bldg. C. Palanca St., cor. Dela Rosa St.,
Brgy. San Lorenzo, Makati City

材料は
毎日手作り!



お土産に
是非!!

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!



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 ウォルターマートアンティポロ 11月15日オープン
ウォルターマート ビックータン
ロビンソン・ラスピニャス (Robinsons Las Piñas)
レベル1-FC010 ロビンソン・ダスマリナス・カピテ
プレミアムプラザ / SMスーパーカット

4月30日オープン予定

ウォルターマートアラヤット
180 Jose Abad Santos Ave, Arayat.

今年度オープン

ウォルターマートダウ
MacArthur Highway, Brgy.
Dau, Mabalacat, Pampanga



GrabFood LAHAT FOOD G Cash 使えます

1st Food Cart in Makati Cinema Square LG-311C,
Makati Cinema Square, Pasong Tamo, Makati City



kaitenyaki

TEL 0945-481-4038



Caruso Ristorante Italiano カルーソ

フィリピンマカティを代表する創業20年の老舗イタリアン。世界的な著名人・有名人やイタリアをはじめ各国大使なども訪れる名店だ。モダンでエレガントなこのレストランでは、伝統的イタリアン料理を楽しむことができる。高級感があり、落ち着いた雰囲気の店内は、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にも最適だ。オーナーのEmilioさんは親日家でフレンドリーに、丁寧にお客様をもてなす。時にはEmilioさんの美声を聞くこともできる。マニラで知っておくべき名店の1つ。

📍 210 Nicanor Garcia St. Bel Air Makati City
☎ 8895-2451/8895-8790
🕒 11:00 AM - 10:00 PM
🌐 <https://caruso.ph/>



CASA DE CARNES THE HOUSE OF BEEF



LA CABRERA

6750, MAKATI | EDSA SHANGRI-LA
+63 905 290 0703 | +63 967 236 7940



【酒造正規販売代理店】
SAKE HANBAI PHILIPPINES
■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
☎ 02-8893-3270 +63 917 573-2934
✉ info@cellarsolutions.com.ph

新年明けましておめでとうございます
2025年もどうぞよろしくお願ひいたします。



年末年始の和菓子も
取り揃えております。



お店の詳細はこちらから

BÉBÉ ROUGE
PÂTISSERIE

0917-851-9636/02-8833-2826
7602 Sacred Heart St.
Corner Metropolitan Ave. San Antonio Village
9:00-18:00 [f PatisserieBebeRouge](#)

wine drop

CUSTOMIZE YOUR GIFT SET

- Wine
- Spirits
- Cold Cuts
- Sweets

Visit our stores

Winedrop Greenhills
2F One Kennedy Place,
Greenhills, San Juan
0967 311 4355

Winedrop Makati
G & A Building, Chino Roces Ext.,
Magallanes, Makati
0905 370 0499

Cenas Privadas

PRIVATE SPACES



Txoko

asador | restaurante

ESTEBAN STREET, LEGAZPI VILLAGE, MAKATI CITY
+63 956 047 3224 | +63 28556 7683

NUEVOS PINTXOS!

ALL-NEW DISHES!

BAR PINTXOS
TAPAS Y MÁS



+63 917 329 2332

f @ barpintxos

dr.wine
POBLACION

Weekend BRUNCH

毎週土曜日と日曜日、12:00 PM から 3:00 PM、
無料ドリンク付きで新鮮な海の幸を楽しめるシーフードタワーをご堪能ください。

BOOK YOUR TABLE NOW: 0917 563 8811
FOLLOW US ON: [@DRWINE.POBLACION](#) [DR.WINEPOBLACION](#)
5921 ALGIER STREET, POBLACION, MAKATI



マカティの中心部で 本格的なイタリア料理をご堪能ください。 「Mangiamo Ristorante & Pizzeria」

「Mangiamo Ristorante & Pizzeria」では、北イタリアから南イタリアの本格的で多彩なイタリア料理をご提供しています。自家製バスタ、クラシックなピザ、ボリューム満点のステーキ、そして贅沢なデザートをご堪能ください。広々としたダイニングエリア、スタイリッシュなバー、そして7つの個室を備え、会議や家族の集まりにも最適な空間をご用意しております。皆様のお越しを心よりお待ちしております。



☎ 02.8735.7930 / 0927.308.0826
📍 2/F, 88 Corporate Center, 141 Valero
cor. Sedeno, Salcedo Village, Makati
🌐 www.mangiamomakati.com
📍 Mangiamo Ristorante 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。

Make special moments this 2025 at

TERRY'S

Signature Indulgent Desserts

Our Spanish desserts bring the heart of Spain straight to your plate, celebrating rich traditions and bold flavors.

VISIT US HERE



#HAVEATERRYSMOMENT

Rediscovering and finding a deeper understanding of Filipino culture through food.

食を通じてフィリピン文化を再発見し、理解を深めます。



The Alley at Karrivin, Karrivin Plaza,
2316 Chino Roces Ave Ext, Makati, Metro Manila, Philippines 1231

@toyoeatery toyoeatery.com reservations@toyoeatery.com



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パニッシュメニューの他、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 🌐 www.elcirkulo.com 📱 @cirkulo_makati



フード・レストラン

旅行・趣味

美容・ファッション・医療

生活・情報

ビジネス

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。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



est
BAKERY · CAFE

@estcafe.ph
estcafe.ph

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!

おかげさまで
大好評!

※毎日提供
※12時~2時オーダーは実売のみです
※ご予約は必ずお電話かメールにてお願い致しますが、
電話が繋がらぬ場合は、お早めにご利用ください
※ベトナム小笠原子校にて開催も大歓迎です。

SMオーラ
(BGC)で
ステキな
カフェ時間



メニューはこちら

プライマーRestaurant

お腹も心も満たす
幸せなお食事のひとときをあなたに



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

プライマー 食べる

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

the cedar room

The Cedar Roomは、BGCの喧騒を
忘れさせてくれる、落ち着いた雰囲気
のタバコサロンです。芳醇なシガ
ーの香りが漂う店内には、世界各地
から集められた上質なシガーがず
らりと並びます。特に、オープンボ
ックスで自由に選べるシガーは、ま
るで宝探しをしているようなワクワク
感を味わえます。特製のスピリッツ
とともに、ゆったりとした時間を過
ごしたい方におすすめです。

info@thecedarroom.ph
The Cedar Room
thecedarroomph
G/F, BGC Corporate Center Two,
5th Avenue, BGC, Taguig City
+63 939 902 3327





cork

WINE BAR & SHOP

CORK WINE BAR AND SHOP BGC

G/F W 5th Bldg., 5th Avenue,
BGC, Taguig City
+63 996 945 8888

CORK ELITE

R/D W 5th Bldg., 5th Avenue,
BGC, Taguig City
+63 996 896 8888

CORK LOUNGE

G/F Wack Wack Golf & Country Club,
Wack Wack Road, Shaw Boulevard
Mandaluyong City
(02) 8723 0665 Local 223

CORK WINE BAR AND SHOP ORTIGAS

G/F The Residences at The Westin Manila,
San Miguel Ave., Ortigas Center, Pasig City
+63 954 238 6488

✉ info@corkwineshop.com.ph  [corkwinesph](https://www.facebook.com/corkwinesph)  [corkwinesph](https://www.instagram.com/corkwinesph)

最高品質のワインを通じて、フィリピンのワイン文化を新たな高みへ。私たちと一緒にワインの世界を探索しましょう。



G/F, BGC Corporate
Center Two, 30th St, BGC, Taguig City
+63 939 908 5452

te'kila

✉ info@tekila.com.ph  [tekilaph](https://www.facebook.com/tekilaph)  [tekilaph](https://www.instagram.com/tekilaph)

フィリピン最大級のテキーラを取り揃えたテキーラライブラリーと、多様なメキシコ料理が楽しめるレストランです。



※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。



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@lentrecotemania.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/

- 📍 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).



WOODEN HORSE STEAKHOUSE

ウッデン・ホース・ステーキハウス



Rib Eye Steak



Vongole Spaghetti



BEST STEAK IN TOWN!

ウェスタンをテーマにしたステーキハウス。サイパンで長年ステーキハウスを営んできた日本人オーナーシェフの田部井氏の料理が日本人、フィリピン人問わず大人気。看板料理のリブアイステーキはUSDA認定グレードAのアンガスビーフを使用。リーズナブルかつ美味しいステーキを食べたい人におすすめ。



☎ 8659-7522 / 0927-460-2495

🕒 Monday-Friday: 11AM-2PM, 5PM-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。



DA GIANNI
CUCINA ITALIANA

Contact us for private events and catering services!

Ristorante e Pizzeria Italiana
to work well, one must eat well



0917 167 8350 or 0908 815 3856 | 02 8839 0176 | inquiries@dagiannimanila.com

Westgate Hub, Alabang, Muntinlupa City, Metro Manila



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](https://www.facebook.com/ipponyarijapresto) | [ipponyari](https://www.instagram.com/ipponyari)

山里

YAMAZATO
JAPANESE FINE DINING

山里の寿司カウンターで本格的な日本の海の幸をご堪能ください

寿司スペシャリティシェフ 佐藤 郁午



2nd floor of Hotel Okura Manila
2 Portwood Street, Newport World Resorts,
Newport City, Pasay City 1309,
Metro Manila, Philippines
+63 2 5318 2888 • hotelokuramanila.com

フード・レストラン

旅行・趣味

美容・フテツシヨン・医療

生活・情報

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。




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
旬の旨さ

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」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も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

博多のもつ鍋 専門店



博多のもつ鍋専門店
梟の姉妹店がマラテに上陸。
鮮度と旨さ、食感にこだわった
厳選小腸。本場博多のもつ鍋を
最後まで堪能ください！



石焼バーグ P.530
お子様にも人気の熱々ハンバーグ。ハンバーグソースも絶品です。



いちばん餃子 P.480
一口食べると豚の肉汁が溢れ出します。ゆず胡椒をお好みて。



石焼タコライス P.530
野菜・チーズのたっぷり入ったもつ入りタコライスです。石焼鍋で焼きながらお召し上がりいただけます。



豚キャベツ P.500
福岡博多のソルフード！毎日、行列で繰り出す王道の1品がマラテに初上陸！自慢の特製辛味噌を絡めて食べるのがオススメ。

雪見鍋 P.850 (1人前)

みなさまのお越しをお待ちしております。

(0952) 520 1808

@ICHIBANHAKATA Ichiban_hakata
Ichiban Hakata Nabe Restaurant Philippines

博多 博多 博多

博多 博多 博多

博多 博多 博多

博多 博多 博多



LINE



お店外観
お店はMabini St沿いの、Ariang Hotelロビーを抜けたところになります。



Mabini St沿いのホテルロビー
店内



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



ゴルフ帰りやお仕事帰りに!

日本食居酒屋たご

バタンガス・リバ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。リバ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。



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



OHAYO FILIPINAS!

Make Good Mornings Brighter



Ajinomoto
SINGLE-SERVE
Soup & Go
INSTANT SOUP

CREAMY CORN
CREAMY POTATO
CREAMY PUMPKIN

3 PACKETS
3 x 16.1 g PACKS (NET WT. 54.3 g)



VISIT OUR WEBSITE

フード・レストラン

旅行・趣味

美容・ファッション・医療

交通・情報

ビジネス

リトル東京のフレンドリーな
日本食料店

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ますと考えています。

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



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

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

Main Supplier JFC JAPAN INC.



サルセドママの おつまみレシピ

画像をみただけでサクッとできる簡単&美味しいおつまみメニューを教えちゃいます



■今月のメニュー:もう一品欲しい時に!簡単エノキのしょう油バター炒め



エノキのしょう油バター炒め

フィリピンでもどこでも手に入るエノキを使った、簡単で美味しい一品をご紹介します!シャキシャキした食感がクセになるシンプルレシピですが、バターとしょう油の最強コンビが食欲を一気に引き立てます。そして何より、これがとってもヘルシー!フィリピンで不足しがちな繊維質をたっぷり補えるので、健康志向の方にもぴったりの一皿です。

材料

- エノキだけ 2袋(200g)
- しょう油 小さじ1杯程度
- 粗挽きの黒こしょう 適量
- バター (有塩) 2cm角 1切

コツ! 無塩バターを使う場合は、最後に塩を加えて味を調整しましょう。エノキはできるだけ触らず、両面にしっかりと焼き色をつけるのがコツ!香ばしい焼き目が食欲をそそりますき立てます

Two Step料理

①エノキを炒める:エノキは石づきを切り落とし、食べやすい束に割きます。フライパンに半量のバターを引いて中火で熱し、エノキを並べて焼き色がついたら裏返します。



②仕上げ:両面焼き色がついたら、適量のしょう油、黒こしょうを加え、混ぜ合わせて完成です。



豆知識



【エノキまめ知識】

エノキは、白くハリがあり、根元がまとまって香りが良いものが新鮮。豊富な食物繊維で腸内環境を整え、低カロリーでダイエットにもぴったりです。さらに、ビタミンB群で疲労回復、βグルカンで免疫力アップも!いろいろな料理でぜひ試してみてください。



今回使ったのはこれ!

※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。

季節感と品揃えにこだわる**新タイプ**の日本食料店

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

HAPPY NEW YEAR! 2025

お節、パーティーオードブルのご予約も承っております。

最新の情報をお知らせします

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

FBIはこちらから ↑ Line登録はこちらから ↑

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 ● @newhatchintradingcorp ● @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

● ケンポン店/Katipunan Branch: 0917-628-6014
133 Katipunan Road, Brgy. St., Ignatius, Quezon City
営8:00-18:00

KAGRA

バサイ市カルティマルの
G-3 Commercial Arcade and Suites
2209 Leveriza St. Cartimar
1階中層と2階に店舗がございます。
仕入れの相談は何でも下記にご連絡ください。
バサイ市の
→ バサイ市カルティマルの
に店舗がございます。
詳細は下記をご覧ください。ご来店をお待ちしております
→ 1階中層と2階に店舗がございます。
仕入れの相談は何でも下記にご連絡ください。

WHOLESALE / RETAIL・卸売・小売
BULK ORDERS・大量注文
DRY AND FROZEN FOOD 常温・日用品・冷凍食品

当社のLINEメルマガアカウント
(LINE: FBメッセージ: Viber)
をスキャンしていただくと、迅速かつ無料でお届けいたします。

CARTIMAR RD.
LEVERIZA ST.
CARTIMAR AVE.

☎ +63945 534 7689
☎ 02 8660 1388
☎ +63945 534 7689
✉ fuku_kagra08@gmail.com

Glico **Pocky**

DISCOVER THE TASTE OF HAPPINESS
NEW IMPROVED POCKY

High in Fiber
CRISP & TASTY

SCAN & GET EXCLUSIVE DEALS ONLINE

Shopee Mall LazMall VISIT FOR MORE INFORMATION

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。

効率よく大量調理
ジェットオープン

幅広い業種での採用実績
2万台の販売実績

肉・海鮮・ピザの同時調理・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!

詳しくはこちらから

三浦 綾人 Ayato Miura

GALILEI 業務用冷凍冷蔵庫から調理機器まで
Be cool, Be alive. 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 <https://www.galilei.co.jp/>

フード・レストラン
売場・店舗
運営・管理
メンテナンス

meiji



2025




Never Tasted This Sweet!

Here's to sweeter beginnings with Meiji

Follow Meiji for the sweetest updates of 2025!

FIND MORE DELICIOUSNESS HERE

 Meiji Philippines Powered by Grand Dragon

 @meiji.ph



※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。

BUY & SHIP
日本のオンラインショップでのお買い物を、Buy&Shipがあなたのフィリピンのご自宅までお届けします！

新規ユーザー割引コード: BNSPRIMER

手数料0%
今ならショッピング代行手数料が無料！

日本からフィリピンまでお届け！お気に入りの日本サイトで、お買い物しよう！

海外にいるからと諦めていた日本ショップのお買い物をBuy&Shipがサポートします！

西松屋 オンラインストア Rakuten
葛屋書店 FURUTA BOOKS ポケマル
Creema REERICHU

Buyandship Philippines buyandship_ph buyandship.ph www.buyandship.ph

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！

51% OFF

¥22,500 ▶ ¥11,000

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

GOOD DESIGN
KID DESIGN AWARD
No.1
No.1
No.1

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。
※応募多数の場合は抽籤となる場合があります。

ご応募はこちら

! 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。

お気軽にご連絡ください

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. VUCHENGCO 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 / ROBINSONS Manila / AYALA TRINOMA / GREENHILLS

最新のフィリピン関連ニュースを配信!

プライマーのSNSで最新情報をゲット!

YouTube
フィリピンプライマーで検索!

比政府
リフレッシュ!

LINE 友だち追加
facebook いいね!
twitter

@philippineprimerで検索! SNSでプライマーをチェック!

旅行・趣味

美容・ファッション・医療

生活・情報

エンタメ



年末年始の営業時間

12月20日から23日	11時 - 23時
12月24日	10時 - 20時
12月25日、27日	11時 - 23時
12月26日、28日、29日	10時 - 23時
12月30日	10時 - 22時
12月31日	10時 - 20時
1月1日	11時 - 22時
1月2日以降	は通常営業

8TH AVE. CORNER 36TH ST. GRAND CENTRAL PARK,
NORTH BGC, TAGUIG, MITSUKOSHI BGC
INSTAGRAM @MITSUKOSHI_BGC

2024年
ご愛護いただき
ありがとうございました。

来年もどうぞ
よろしくお祈りします

AMOR
LAUT
San Jose, Anilao Batangas

マニラ首都圏からわずか2時間! ご家族、お仲間全員で楽しめる最高のダイビングスポット!

かつてのビスタマービーチリゾート跡地に誕生したAmor Laut Resortは、2ヘクタールの広大な敷地を持つ海辺の楽園です。14室のスイート、地元と世界の美味しい料理が楽しめるレストランバー、2つのエレガントなプール、緑豊かなガーデン、そして最大100名様まで収容できる多目的ホールなど、充実のアメニティをご用意しています。

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



広々とした完全家具付きの客室



屋外にある大プール



あらゆるニーズに応える多目的ホール



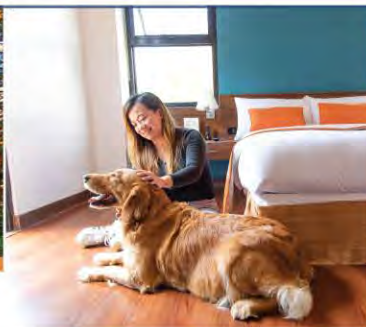
美しい緑と海に囲まれたAmor Lautでは
ゆったりとした、最高のひと時をお過ごしいただけます。



食欲をそそられるお食事とドリンク



アイランドホッピングなど、マリンスポーツアクティビティも可能



A PLACE TO CALL HOME IN BAGUIO

まるで「我が家」のようなバギオのホテル
 Giraffe Boutique Hotelは、杉の街といわれる自然豊かなバギオで、ペットと一緒に宿泊できるホテルです。ぜひ都会の喧騒を離れて素敵なひと時をお過ごしください。

BOOK NOW

- 📍 Visit us at: #5 Arellano St., Gibraltar, Baguio City
- ✉ Email us at: inquire@giraffehotelbaguio.com
- ☎ Contact us at: 09164977869



88温泉리조트 88HOTSPRING RESORT

- 11の屋外プールと温泉 ● 韓国料理レストラン
- イハファ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!



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!?



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

2025年...今年こそ! カラダを変えるチャンス!!

オレンジ本音インタビュー

入会してから身体も
マインドも
変わりましたね笑

フィリピン×筋トレ
=最強です!!

ORANGE FITNESS CLUB
SUBSCRIBE

会員様のリアルな声を
Youtubeから覗いてください



Orange Fitness Club

イージーライフスタイルがご提供する安心!安全なプロのお掃除サービス

新年は綺麗な
我が家でスタート!

コンドのマットレスや、水回り、
キッチンなどのディープクレンジング受付中!

ご予約は
お早めに!

メイド派遣サービス

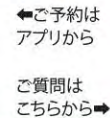


ハウスクリーニング



●そのほかのプロ
のお掃除サービス
はアプリから!

ezy
イージーライフスタイル
LIFESTYLE



←ご予約は
アプリから

ご質問は
こちらから→

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!
最新情報はここから!

twitter

YouTube
フィリピンプライマーで検索!



フィリピンで Enjoy! Golf

フィリピンでゴルフを楽しむための様々な情報をお伝えします。今回は特別編！

第2回マニラ七帝大ゴルフコンペ開催！

■期 2024年11月10日 ■於Canlubang Golf & Country Club

フィリピンでは、スポーツを通して様々な活動が行われていますが、特にゴルフは人気！いろんなグループの対抗戦も行われています。今回は11月10日開催の第2回マニラ七帝大ゴルフコンペの様を京都大学OB・マニラ濃青会の小林望さんにレポートしていただきます。

接戦の末の優勝チームは？

本大会は、フィリピンに駐在している旧帝大7大学(北海道大学、東北大学、東京大学、名古屋大学、京都大学、大阪大学、九州大学)のOB・OGを中心に開催されるゴルフコンペです。

第1回大会は2019年9月に開催されましたが、その後のコロナ禍により多くの参加者が帰国するなど、一時は大会の継続が危ぶまれる状況となりました。しかし、パンデミックが収束し、わずかに残っていた前回参加者の呼びかけによって、5年ぶりに第2回大会を実現することができました。

今回は、急な開催にもかかわらず、若手や女性、70歳以上の方を含む約60名の多様な参加者にお集まりいただき、親睦を深める素晴らしい機会となりました。今回の優勝校は京都大学でしたが、大会は「対抗戦」としての要素以上に「懇親」を目的としており、初心者の方も気軽にご参加いただけるコンペです。

次回大会は半年後を予定しております。さらに多くの方々にご参加いただけることを心よりお待ちしておりますので、ご興味のある方はぜひお気軽にお問い合わせください！



各大学オリジナルユニフォームを着用して参加



優勝チームの京都大学チーム！



今回の参加者の皆さん

■七帝大ゴルフコンペのお問合せ先■

九州大学 矢野雅之(やの まさゆき)メール:masayuki.yano@mpst.com.ph 電話:0917-856-9542

Golf information

フィリピンでもっとゴルフを楽しむために！
プライマーの情報を活用ください！

ゴルフサークル紹介

■リビエラ会

1992年に発足、29年の歴史を誇るリビエラ会。"フィリピンでゴルフを楽しもう、上手くなろう"をモットーに活動。

☎0917-899-0408

✉yasuma@kanejin.com

担当: 安間

■鷺遊会(しゅうゆうかい)

1998年にカピテのロサリオEPZAに進出している、日系企業に勤める方々が中心になって発足。

☎0917-507-8215

✉nota@darumacorp.com

担当: 太田

■マニラ濃青会

京都大学のOB/OG会です。月一回程度のゴルフや懇親会も実施。

☎0905-999-2389

✉kuribara@smp.com.ph

担当: 栗原

■だいやめ会

主に鹿児島出身の方を中心にした会。鹿児島に関係のある方(例えば奥さんが鹿児島出身、鹿児島での勤務経験がある)なども。

☎0917-816-9136

✉tange@surtecphilis.com

担当: 丹下

■まにらレフティー会

フィリピン駐在員で左利きでゴルフをする人の集まり2017年9月発足、2か月に1回程度の割合でコンペを開催。左利きであればだれでも参加可能。

☎0908-895-2113

✉tadashi-yokotani@next.takatsuki.co.jp

担当: 横谷



ゴルフ場・練習場、
ゴルフショップなど
の情報はこちらから

HIBARI CLINIC
ひばりクリニック



メイ先生



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

※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

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



MITSUKOSHI BGCに日系眼科クリニック
JAPAN EYE CENTER
開院しました!!



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。



眼鏡店のParis Mikiも併設

- 【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きます
※ 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
0917-116-5321 (青柳) 0917-104-7255, 8567-6170
customer@jepc.ph



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。



ケソン・コンセーブIVFマニラで、診療サポートを日本語で行っています。

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 (コンセ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

●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~土11:00~19:00 完全予約制
●診療項目: 一般歯科、予防歯科、小児歯科、歯科矯正、歯周病治療、口腔外科(親知らず)、根管治療、口臭治療、ホワイトニング、審美歯科、インプラント治療、咬合改善、マタニティ歯科、デンチャー、顎関節症の治療など





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

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

最先端のCAD/CAMを完備



Acero歯生のインスタビ
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。

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。



Ortho 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
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



Eye Refresh Salon ORIGAMI

Quickly Relieves Tired Eyes
初回来店の方半額!!
—50%OFF—

目元パッチリ
目尻しわスッキリ



made in JAPAN

日本製の機器を利用して手技では届かない
目のまわりの深層筋を刺激します

Normal Course	Special Course	Premium Course
500	1000	1500
10min PHP	20min PHP	30min PHP
Eye & Head or Neck	Eye & Head or Neck	Eye & Head or Neck & Face

ACCESS
Ground Floor, The Gallery, Building Amorsolo Street, Legazpi Village,
Makati(Between BIJINZA & 828 cafe, under GORAKU)
0954-311-0489 OPEN: 11:00am CLOSE: 8:00pm

KIYOSA

KIYOSA Japanese Total Beauty

2014年開業の老舗日系サロン



Nails Eyelash Hair

商材・技術・サービス等、日本クオリティにこだわっています。
また、長年の研修ノウハウによって、
フィリピン施術者でも高品質なサービスをお約束します。



- BGC本店
- Makati店
- 三越BGC店

- Jun スタリスト歴20年トップスタイリスト
- Ayaka 渋谷人気サロン元店長トップネイリスト
- Kaori スタリスト歴20年トップスタイリスト
- Dina アイリスト歴9年日本人公認アイリスト

電話番号
0939-915-8888

FORTUNE ESTHE BEAUTY CLINIC SALON

美肌脱毛・フェイシャル・アートメイク

OPEN 営業時間
月・水木金土日
11:00-20:00

毎月、お得なキャンペーン
実施中! 詳しくはお店で!

MAKATI
TEL: 0954-150-3061
Unit 2120 Centuria Medical Makati
Salamanca St. Poblacion, Makati

脱毛両ワキ 5セッション 999 ペソ	ヴィーナスフリーズ お腹・ウエスト 1,999 ペソ
フォトフェイシャル シミ治療 2,999 ペソ	ピコレーサー 顔 1 セッション 1,499 ペソ

いつでも好きな時に過去の
コラムをご覧ください

気になるコラムを見逃した方は、
プライマーWEBサイトまで



- 今晚のおかず
- ビジネス烈伝
- フィリピンで働く人図鑑 And more!

WEBでしか読めない特別な記事バージョン
もある所以要見です!!

プライマー コラム 検索

旅行・趣味

美容・ファッション・医療

学習資格

ビジネス

CS
skin care solutions

Visit us at the following:

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

+63917.4338172
8856.6960

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

+63917.5980599
8556.7272

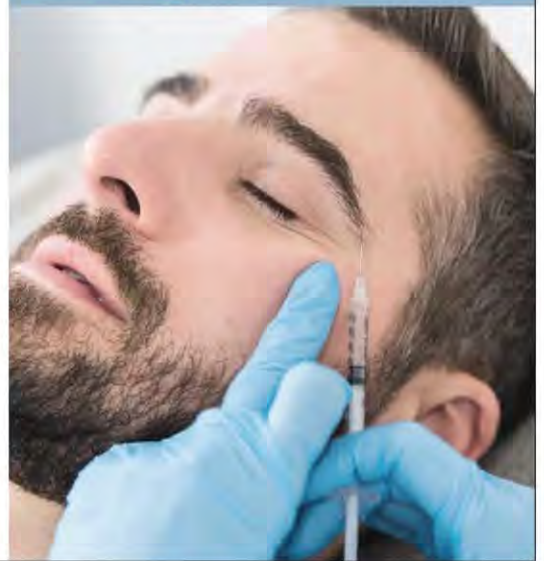
年齢を感じさせない美しさを手に入れませんか?

ボトックス・コスメティック注射で、顔に現れる加齢のサインをケアしましょう。眉間やおでこ、鼻、目元(カラスの足跡)、唇、あご、フェイスライン、さらには首元まで、気になるシワや細かいラインを滑らかに整えます。

今やボトックスは女性だけのものではありません。男性にも注目されており、従来の性別に対する固定概念を打ち破る新しい選択肢として広がりを見せています。

美しさに性別の壁はありません。あなたもボトックスで自信と輝きを手入れませんか?

Men get BOTOX too



OUR LATEST SERVICES/最新サービス

FACE SCULPTING LYMPHATIC MASSAGE

Guashaを使ったマッサージです。たるんだ肌、目の下のクマ、シワにお悩みの方へ。数分で顔を引き上げ、違いを実感できます。P3,000 60分

SEOMYEONG MASSAGE

日本のMoguza(もぐさ)を使用したセオミョンマッサージ。アジアンマッサージが提供する特別なマッサージ体験です。P1,695 120分

PHILIPPINE HILOT MASSAGE

フィリピンの伝統文化に受け継がれる古代の診断法に基づいた、本格的なマッサージです。温めたココナッツオイルとバナナの葉を体にのせ、ヒロット(伝統的なセラピスト)があなたの体のエネルギーのバランスや滞りを感じ取り、癒しを施します。P1,200 60分

支店情報

オルティガス: 0917-8075836 * (02) 856-74164
マカティ: 0917-8827426 * 794-37208
マラテ: 0917-8172748 * 700-57317
厳格にマッサージのみのサービスです

ASIAN MESSAGE @asianmassageph Asianmassageph



サービス内容



フランチャイズ情報



支店情報



フランチャイズ募集中

信頼できるマッサージ&スパ会社でビジネスを始めましょう! 私たちは18年以上にわたって、マッサージやスパ業界で実績を積んできました。そのため、高い品質基準と効率的なシステムを備えています。Asian Massage & Spaでは、マッサージやスパ、スキンケア、サロンのサービスから利益を得られるだけでなく、販売可能なブランド製品も提供しています。これらの製品を活用して、さらに収益を増やすことができます!



Harmonizing Tradition and Modernity for Your Wellness

伝統の知恵と現代の技術で、心身ともに健やかに。

- Face Acupuncture(美顔針) P6000~
- Daiamond Peeling (ダイヤモンドピーリング) P3000~
- Body Acupuncture (ボディ鍼) P3000~
- BBGLOW (BBグロー) P3000~
- High-Frequency Therapy (高周波治療) P3000~
- Radio Frequency (RF 温熱美容) P2000~
- Massage (マッサージ) P1000~
- CAVITATION (キャビテーション 脂肪破壊) P2000~
- Slimming (瘦身) P2000~
- Capping therapy (カッピング、吸い玉) P1000~

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



COCONA 101

Dr. COCO
(COCORO NAKAHARA)

院長:中原心
(国家資格)鍼灸師、按摩マッサージ
指圧師、柔道整復師、診療放射線技師

SCAN ME





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	- 500	フットマッサージ	- 500
指圧マッサージ	- 500	出産前マッサージ	- 500
コンビネーションマッサージ	- 600	キティマッサージ(30分)	- 250
ディープティッシュマッサージ	- 500	ペントーサ(マッサージ付き)	- 1500
タイマッサージ	- 600	ボディスクラブ(マッサージ付き)	- 1500
ツインマッサージ	- 1000	ホットストーンとマッサージ	- 1200

お問い合わせ・ご予約

09279088515
09052845267
02 8241 7706



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。

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

www.lbchanmassage.com




**Ayumi
Massaji and Spa**
09276900008
09083570460

ホテル、ご自宅で出張マッサージを!

- 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)

EVE massage



メトロマニラで最高のマッサージ

- ☀ スウェディッシュ[オイル] 120分 1000ペソ
- ☀ 指圧[ドライ] 120分 1000ペソ
- ☀ ツインマッサージ 120分 1900ペソ

**24時間対応
します!!**

お客様のニーズにあったマッサージをお届けします!

09055290135

**Psasay~Makati
BGC~Alabang
Ortigas**



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



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。

医師の開発した高品質プラセンタコラーゲンゼリー

初回限定30日分

下記のQRコードより
注文可能です

Php 5,490 ▶

Php 3,840

30%
OFF

プラセンタとコラーゲンの
アンチエイジング効果

美肌効果UP
不眠症の改善
慢性疲労の改善
生理不順、更年期障害の改善等

医師が開発した高品質コラーゲンサプリメント
DR.WELLNESS
ドクターウェルネス

フィリピン在住モニター募集中

商品をお試し頂き、試用感をモニターして下さる方を募集しております。
ご協力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。

詳細はこちらの
公式LINEより
お問い合わせ
ください



BGCで日系初のダンススタジオ!!
LIV DANCE ACADEMY

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

再開

約15年の実績を誇る ビジネス英会話最大手

グランドライン
GRANDLINE



オンライン
受講可能

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

日本語も可

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。



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
- 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

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](#)



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) 〜

【通学】 平日 8:00~17:50 土曜 8:00~16:50

【オンライン】 平日 7:00~22:50 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 [49593449](tel:+63249593449)

Unit 1810 One Park Drive, 11th Drive,
Cor 9th Ave, BGC, Taguig
+63 961 523 2978



SHINANO International Language Centre, Inc.

企業内での日本語、英語、フィリピン語の学習に
講師の派遣、オンラインでの授業を提供しています。



【当センターの強み】

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

オンライン対応

個人・グループレッスン

(0917) 373 2243 (中原)

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

無料体験レッスン
実施中

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。



すべてのウィズキッズへ！ フィリピンの日系幼児教育施設から

様々な能力がはぐくまれる大切な幼少時代、フィリピンで暮らす子どもたちの未来のために何が大切で、何を今すべきなのか！！ 会社員から保育士に転職、BGCでウィズこども園を運営されている小野さんに聞きました。

ウィズこども園・保育士 小野誠さん



幼児期の運動、未来への投資

幼児期における運動は、子どもの発達にとって非常に重要です。運動を通じて、ドーパミンやセロトニンといった神経物質の分泌が促され、やる気や幸福感が高まります。また、免疫力や骨密度の向上、脳から体への指令をスムーズに伝える神経回路の発達にも寄与します。実際、多くの先進国では、幼児が1日に少なくとも60分運動することを推奨しています。※プライマー2024年12月号をご参考ください。

では、どのような運動が子どもにとって最適なのでしょうか？文科省の幼児期運動指針によると「多様な運動刺激を与えて、体内に様々な神経回路を複雑に張り巡らせていくことが大切」と記載されており、つまり、四肢、指先、視覚、聴覚、身体全体に及ぶ脳から体への神経回路を巻き込んだ運動が効果的であるということです。

具体的には、コーディネーショントレーニングと呼ばれる運動が効果的と言われています。コーディネーショントレーニングとは、もともとドイツのトップアスリート向けに考案され、バランス能力やリズム感、視覚と手足の動きを連携する識別能力などの神経系に重点を置いたトレーニング方法です。身近な遊びでいうと、“おにごっこ”や“ケンケンパ”も立派なコーディネーショントレーニングになります。幼児期には、さまざまなコーディネーショントレーニングを体系的に組み合わせ、楽しく全身を動かすことが大切です。

しかしながら、現実には幼児期の運動を継続的に行うことは困難な状況があります。気候変動による外遊びの制限、公園でのボール遊びの規制、特にマニラでは安全上の懸念から安易に外遊びはできません。また、ご家庭で様々なコーディネーショントレーニングを考え、毎日60分間実践することは難しいでしょう。その結果、身体を動かすことができる環境に育つ子どもとそうでない子どもとの間に、運動における格差が広がっています。この二極化は、運動環境に恵まれる子どもが健康で学業成績も優れ、幸福感に満ちた生活を送る一方で、運動機会が限られる子ども



はそれらの恩恵を受けにくいという問題を生んでいます。

現代社会では、幼児期に運動の機会を与えることは、子どもの未来を形作るための重要な投資と言えます。それは、子どもたち一人一人の能力を最大限に引き出し、豊かな人生を送るための基盤を築くことにつながります。

ウィズこども園では、専門の職員が日々工夫を凝らして多種多様なコーディネーショントレーニングを行っています。子どもたちが楽しんで取り組めるようなトレーニングメニューづくりを心掛けています。今回は、ご家庭でもできる簡単なトレーニングの一例をご紹介します。

風船トレーニング

上に投げた風船を、キャッチするまでに何度も拍手するトレーニング。誰かと競うのではなく、何回拍手できるかがんばってみよう！と声掛けをすると、子どもたちは、楽しみながら何度もチャレンジします。このトレーニングでは、風船を上げてから拍手するという連結した異なる動作の変換能力に加えて、風船の位置を確認しながら、壁やお友達にぶつからないようにするという位置関係を認識する定位能力を育みます。これらの能力は、スポーツの場面ではもちろん、日常生活で障害物にぶつかったり転んだりしないためにも、非常に重要です。

関連した記事のサイト

※小学館HugKum2024年11月27日「子どもの運動が足りない！幼児・小学生は毎日合計60分以上運動が理想！」
※岐阜新聞デジタル2024年7月25日 「教えてホームドクター」
※文春オンライン2024年8月30日「子どものたちの運動能力の「二極化」が進んだ理由」

園児募集中！

■2025年度募集園児■

3歳児（2021.4.2生～2022.4.1生） 4歳児（2020.4.2生～2021.4.1生）
5歳児（2019.4.2生～2020.4.1生） 2歳児 ※2025年6月頃より開設

※年度の途中入園も可能です。

クラスによっては、定員に達している場合がございます。お気軽にお問い合わせください。

2025年度
入園申込
受付中

楽
Experience

園内見学可
お問い合わせください。



お問い合わせは info@whizkids.jp までご連絡ください。

circuo

新年に向けて、新しいスキルを学んでみませんか?一緒に英語スキルを向上させましょう!

Circuoでは、完全にカスタマイズ可能なレッスンを提供しています。ご希望のレッスンの種類やスケジュールを教えてください、あなたのニーズに合わせたカリキュラムを作成いたします。
ぜひお気軽にお問い合わせください。

オンラインレッスン

ベーシック・コース	ミディアム・コース
PHP 2,650	PHP 7,500
1ヶ月のプログラム 週1回、25分 4レッスン	3ヶ月のプログラム 週1回、25分 12レッスン

対面レッスン

ベーシック・コース	ミディアム・コース
PHP 12,000	PHP 30,000
1ヶ月のプログラム 週1回、2時間 4レッスン	3ヶ月のプログラム 週1回、2時間 12レッスン

無料体験レッスン

詳細はウェブサイトをご覧ください: circuo.cs-pac.com

お問い合わせ: +63 917 886 6402 | eslcspace@gmail.com

Start Learning JAPANESE Today!

日本語学習に最適な日本語スクールです。

UNIVERSITY OF THE PHILIPPINES

対面授業 / オンライン授業
学生ビザサポート
企業向けトレーニング
通訳
翻訳

09214838791
09342448762

The No. 1 Japanese Language Center in the Philippines

QRコード

Best Quality Award, Best Service Award, Best Value Award, Best Location Award, Best Teacher Award, Best Student Award, Best Overall Award

生徒はあなた1人 **オンライン個別指導** でオーダーメイド学習

「帰任・入試直前バック」申込受付中! 日本にいる間も学びを続けよう!

教科指導・検定取得援助、入試対策を君に届けます

週1回・1教科から個別指導でぼぼう対話しながら学ぶ「参加する」授業!

Net学習センターから学習指導します

そろタッチ SoroTouch

タブレットで「そろばん式暗算」

5~9歳のお子さまの理数系の習い事にぴったり!

算数がもっと好きになる! 得意になる!

日本でいま超話題

見学・体験のお申込はこちら↓

●BGC中心部に教室あり!週に一回、通いやすいロケーションです
●ご参加にはiPadかAndroidタブレットをご用意ください

Tel/Viber: +63 953 556 0237
SoroTouch Philippines | [sorotouch_bgc](https://www.sorotouch_bgc.com)
住所 Unit 5-509, Avida Cityflex Soho Tower, Taguig

そろタッチフィリピン

世界中の帰国子女を笑顔に!
短期受講・通常コース入会受付中【小1~高3】

5th KYOSHIN group

Kyoshin@Home

資料請求・体験授業はMPから

ミライ塾 は、小学生・中学生・高校生のための「楽しく学べるオンライン個別指導塾」です

教材無料送付 2025年1月まで

入塾金0円 1コマ2,500円(税込2,750円) ~※小学生の場合
マンツーマン授業50分×2回を無料で体験できます。

- レギュラー受講プラン(4コマ無料体験付き)
- 【小学算数】基礎定着コース
- 小学生【中学受験コース】
- 全学年対象【得点UPコース】
- 【中学数学】苦手な数学を得意にするコース
- 【中学英語】クラスで1番になろう! 英語コース
- 中学生【高校受験合格コース】
- 全学年対象【得点UPコース】
- 【高校数学】数学が面白くなるコース
- 高校英語【英語を基礎から得意科目にするコース】

講師は家庭教師や塾講師経験者を中心に指導研修を受けた講師が指導します。

お問い合わせはLINEかE-mailをお送りください
ミライ塾予約LINE<https://lin.ee/hdlnfpd>
Email: nfo@miraijuku.info

君のミライを、切りひらく。自宅にいながら、わからないことが解決できる!

旅行・趣味
美容・ファッション・医療
学習・資格
ビジネス

HOT TOPICS in Manila

マラテに日本のうなぎ専門店
オープン!

UNAGI RESTAURANT KUROFUNE 黒船

大阪・心斎橋発の本格鰻料理店「鰻屋 黒船」が、2024年のセブ進出に続き、マニラ・マラテにも新店舗をオープンしました。黒船では、ニホンウナギを使用し、そのサイズは他店の約1.5~2倍。それでいて価格は驚きの半額程度です。鰻重以外にもひつまぶしや鳥重、天重などのメニューも味わえ、こだわり抜いた仕入れと効率的なおペレーションで、美味しい鰻を手頃に楽しめます。

看板メニューの鰻重は、ブランド米「秋田こまち」と特製タレが絶妙な組み合わせ。マニラで本格的な日本の味を堪能できる黒船、ぜひ訪れてみてください!

☎ 0954 315 6796
G-H1 Malate Bayview Mansion, 1781 M. Adriatico St., Brgy. Malate, Manila City, Metro Manila 1004 Philippines
@kurofunemalateph



MITSUKOSHI BGCに新キャラクター
「ミツコ」登場!

MITSUKOSHI BGC

フィリピン初の日系商業施設 MITSUKOSHI BGC に新キャラクター「ミツコ」が登場!2024年11月20日にはお披露目イベントが行われ、多くの来場者がこけし形のかわいい「ミツコ」に歓声を送りました。ミツコは MITSUKOSHI BGCのマーケティングマネージャーで ショッピング、カラオケ、美味しい食べ物が好き!で、日本のおもてなしの心を象徴。これを記念して、12月1日~31日まで、豪華賞品が当たるダイニン抽選プロモーション会や、ギフトラッピングサービス、家族向けホリデーイベントなどが開催されます。このホリデーシーズン、日本とフィリピンの文化が融合した特別な体験を、MITSUKOSHI BGCで楽しみましょう!

所在地: 8th Ave. Corner 36th St. Grand Central Park, North BGC, Taguig
📱 <https://web.facebook.com/mitsukoshi.bgc/>
📱 https://www.instagram.com/mitsukoshi_bgc/



MITSUKOSHI BGCに新キャラクター「ミツコ」が登場!



期間中は三越ライオン像もクリスマスの特別仕様!

リーズナブルな個別指導のミライ塾が
教科書送付無料キャンペーン実施中!

ミライ塾

自宅で気軽に勉強できる「ミライ塾」は、小学生から高校生までを対象にしたオンライン個別指導塾です。楽しく学べることをモットーに、一人ひとりに合わせた授業をマンツーマンで提供します。

入塾金は0円、授業料は1コマ2,500円(税込2,750円)~(小学生の場合)とリーズナブル。初めての方には、50分のマンツーマン授業を2回分、無料で体験することも可能です。さらに、1月末までは教科書無料送付のキャンペーンも実施中!

フィリピンでもオンライン学習で効率よく勉強を進めたい方、ぜひ「ミライ塾」の無料体験とキャンペーンを活用してみてください!詳細は公式サイトをご覧ください。

お問合せはラインかE-mailをお送りください
ミライ塾予約 Email: info@miraijuku.info



君の部屋が
個別指導塾
になる



韓国人オーナーによるアートメイクサロン!
韓国式の美しさを提供

EVIE&CO.MANILA

EVIE&CO.は、マカティに位置する韓国人オーナーが運営するアートメイクサロンです。美容への関心が急上昇するマニラで、10年以上にわたり、自然で洗練された韓国式の美しさを提供し、多くの顧客に支持されています。幅広い世代のお客様が訪れ、その施術のクオリティに魅了されています。

サロンでは、アートストロークやリップブラッシュといった繊細で自然な仕上がりが求められる施術が高く評価されています。一人ひとりの顔立ちや希望に寄り添ったパーソナライズされたアプローチで、顧客の美しさを最大限に引き出します。

EVIE&CO.では、施術だけでなく、プロフェッショナルなトレーニングプログラムも提供しています。

丁寧なカウンセリングと高品質・安全な製品の使用にこだわり、安心して施術を受けていただけます。まだ体験したことがない方にぜひおすすめしたい、マニラの美容業界をけん引するこのサロンで、韓国式の美しさを体感してみてください。

27F, Centuria Medical Makati, Century City, Makati
☎ 0917 170 7504 (営) 10時~19時(火曜定休日)



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れられるよう、私たちがお手伝いします。

www.naismanila.edu.ph

Email: admissions@naismanila.edu.ph

SCAN ME

