



# PHILIPPINES

# NEW LIFE GUIDE 2025



## フィリピン新生活ガイド2025



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](http://www.primr.ph)





ぼてぢゅう®

AUTHENTIC JAPANESE TRADITIONAL CUISINE

BOTEJYU®

Since 1946



3月 SPECIAL EVENT

元祖・発祥・伝統の味【ぼてぢゅう®】

【日本の洋食】をご紹介します!!

フィリピンの皆様に本物の味をお届けします。

公式Facebookで最新情報をチェック! ▶



匠 吉川 照男  
Teru YOSHIKAWA  
Since 1946  
現代フランス料理の創始者  
「オーギュスト・エスコフィエ」の弟子  
富士屋ホテル / 元総料理長

岩手県産  
ひとめぼれ

店頭販売中



店舗情報

Menu

Store



- |         |          |          |          |        |       |            |
|---------|----------|----------|----------|--------|-------|------------|
| <ルソン>   | ■カバントゥアン | ■メトロマニラ  | ■サンタ・ローザ | ■レガスピ  | <ピサヤ> | <ミンダナオ>    |
| ■トゥゲガラオ | ■バリワグ    | ■マカティ    | ■カランバ    | ■ソーソゴン | ■イロイロ | ■ドゥマゲテ     |
| ■サントシアゴ | ■カローカン   | ■パラニャケ   | ■リパ      |        | ■パコロド | ■ブトゥアン     |
| ■バギオ    | ■ケソンシティ  | ■カピテ     | ■バタンガス   |        | ■セブ   | ■カガヤン・デ・オロ |
| ■ダグバン   | ■アンティポロ  | ■ダスマリニャス | ■ダエト     |        |       | ■ダバオ       |
| ■タルラク   |          |          |          |        |       |            |



## BDO Online アプリ上で フィリピン国内他行への送金額の 上限が引き上げられました

フィリピン国内他行やeウォレット宛ての送金は、PESOnet利用で、  
一日50万ペソまで可能になりました(一回の送金につき手数料50ペソ)  
平日午後3時までのお取引が、当日中に相手先に送金されます

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](mailto: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。



L'Opera & Prego Trattoria – 本場イタリアの味を楽しむ特別な空間  
 L'Opera は、BGC(タギッグ)にある洗練されたイタリアンレストラン。  
 誕生日、結婚式、洗礼式など、大切な瞬間を華やかに演出する特別な  
 場所です。経験豊かなスタッフが、お客様の特別な時間を丁寧にサ  
 ポートし、思い出に残るひとときをお届けします。  
 私たちは多様な文化と伝統を大切に、誰もがくつろげる温かな空  
 間を提供します。格式あるディナーからカジュアルな食事まで、  
 L'Opera ではそのどちらも楽しめる理想的な雰囲気をご用意してい  
 ます。



📍 Ground floor Seven Neo Bldg. 4th Ave. and  
 27th St. BGC, Taguig City 1634  
 ☎ 09178624745 / 88893963 / 88882784



## Prego Trattoria

Prego Trattoria は、気軽に本格イタリアンを楽しめるカジュアル  
 なレストラン。シェフ・パオロが「母が食べないものは出さない」と  
 語るように、健康的で家庭的な味わいにこだわっています。前菜、  
 スープ&サラダ、パスタ、ステーキ、ピザ、デザート、ワインまで、幅  
 広いメニューをリーズナブルな価格でご提供しています。  
 本場イタリアの味と心温まるおもてなしを、ぜひ L'Opera と  
 Prego Trattoria でご体験ください。



📍 5F SM Aura Skypark Dining, McKinley Parkway, BGC Taguig City  
 ☎ 632-77209945 / 09178443645  
 📘 Prego Trattoria SM Aura Premier  
 📷 prego\_smaura

HOME FOR THE BEST  
AND FINEST BEEF IN TOWN

極上のビーフをご堪能ください

I'm  
Angus

STEAK HOUSE



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



CORDON BLEU

A Place for Real Swiss Home Style Cooking

本場スイスの家庭料理を楽しむ特別な場所

Chesa Bianca  
SWISS RESTAURANT



# 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](mailto: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](mailto: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。





March/Marso  
2025 03  
Contents

Special Feature

# フィリピン新生活ガイド2025 ..... 06



15 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

45 HOT TOPICS

48 フィリピンビジネス経済ニュース

73 業界別企業情報 電子電気機器製造・ゴム製造

74 ビジネス烈伝

創立30年、フィリピンで躍進一地域と共に歩む持続可能な成長を！  
Epson Precision Philippines Incorporated (EPPI)  
エプソン・プレジジョン・フィリピンズ President 入江有志 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: マカティ、レガスピビレッジ (プライマー撮影)  
ビジネス: Epson Precision Philippines Incorporated, Lima Technology Center, Lipa City, Batangas (プライマー撮影)

### Feature of the Issue

Stay updated with Philippine Primer's handy tips and tricks for hassle-free living in Metro Manila!  
This March 2025, we are covering essential guides like mobile and Internet contracts, a local banking guide, housing options, and visa applications.  
Be they newcomers starting anew in the Metro or longtime residents already familiar with it, they will discover what modern comforts Manila has to offer to make life easier and much more enjoyable.



### 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  
or 02-8815-3559  
フィリピン日本人商工会議所 ..... 02-8892-3233  
マニラ日本人学校 ..... 2-8840-1424~27  
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 or 0915-328-9257  
東京ヘルスリンク（アラバン） ..... 02-8772-3315 /  
0917-854-6603 / 0999-990-1286  
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  
or 02-772-1855  
メディカル・シティ（パシッグ） ..... 02-8988-1000  
or 02-8988-7000  
アジア・ホスピタル・アンド・メディカルセンター  
（モンテルノバ） ..... 02-8771-9000  
or 02-8876-5755 (Emergency)  
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 ..... 082-222-8000  
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） ..... Trunkline (Terminals  
1, 2, and 4): 02-8877-1109  
Trunkline (Terminal 3): 02-8877-7888

●航空会社  
全日空 ..... 02-8553-8000  
日本航空 ..... 02-8403-2486 (Japanese)  
フィリピン航空 ..... 02-8539-0000 /  
02-8855-8888 / 0919-056-2255

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 03月号 Vol.203

（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

# フィリピン新生活ガイド 2025

2025年度がまもなくスタートします!新たにフィリピンでの暮らしを始める方も、すでにマニラに馴染んでいる方も、最新のマニラの生活情報をチェックして、より快適な毎日を過ごしませんか?

携帯電話やインターネットの契約、銀行口座の開設、住まい探し、ビザ取得など、マニラでの生活には押さえておきたいポイントがたくさんあります。

本特集では、日本人がマニラで快適に暮らすための基本情報に加え、**最新サービスや、生活を便利にするコツ**をご紹介します。日々の生活に役立つ情報をお届けします。

マニラでの生活を、より快適にスムーズに楽しみましょう!



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



## 携帯契約の基本! 料金プランとSIMカード

フィリピンの携帯電話には、プリペイドとポストペイドの2種類があります。プリペイドは、事前に料金をチャージして使う方式で、SIMカードはコンビニなどで手軽に購入できますが、利用する際には登録が義務化されています(詳細は下記を参照)。また、最近ではスマホに内蔵できるeSIMも登場!それぞれのキャリアのウェブサイトから購入できます。ポストペイドは月額制のプラン。契約期間は24か月が基本ですが使用条件によっていくつかのプランがあり、データ使用量の上限を超過すると追加料金が発生してしまいます。フィリピンの主要な通信キャリアはSmartとGlobeですが、後発のDITOもシェアを伸ばしています。詳細はそれぞれのキャリアの公式サイトでご確認ください。

	プリペイド	ポストペイド
特長	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎月の固定支払いがなく、必要なだけ通話・データ通信を購入できる。</li> <li>・1日単位の無制限通話・テキスト・データ通信プランが利用可能。</li> <li>・限定プロモーションやポイントサービスを利用できる(例:Globe Rewards, Smart GigaPoints)。</li> <li>・契約不要でコンビニなどでSIMカードを購入可能(ただし、登録が必須)。</li> <li>・「ロード(チャージ)」はコンビニやオンラインで簡単に補充可能。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・プランの範囲内で通話・テキスト・データ通信が利用可能。</li> <li>・自分の利用スタイルに合ったプランを選ぶ(例:データ重視、通話重視プランなど)。</li> <li>・月1回の自動引き落としで支払いが完了する。</li> <li>・一部のプランでは端末を無料または割引価格で入手可能(ただし、通常は2年契約が必要)。</li> </ul>
注意点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・無制限プランは特定のアプリ限定(例:Facebook、YouTubeのみ)となることが多いので、プラン内容をよく確認する必要がある。</li> <li>・SIMロックが解除された端末を準備する必要がある。</li> <li>・一定期間ロード(チャージ)しないとSIMが無効になるため、長期間使わない場合は注意。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・プランの制限を超えると自動的に追加料金が発生する。</li> <li>・プランの種類が多いため、利用頻度に合ったものを選ぶ必要がある。</li> <li>・各キャリアのショップ等で契約が必要。</li> <li>・解約には手続きが必要で、違約金が発生する可能性がある(契約期間内に解約するとペナルティがある)。</li> </ul>



### SIMカードの登録義務化

詐欺やサイバー犯罪に対抗するため、2022年12月27日からSIMカードを利用する際には、政府発行の身分証明書を用いて登録することが義務付けられた。新規購入時にはIDの提示が必要となり、購入したSIMカードは一定期間内にGlobeやSmartなどの通信事業者が提供する専用サイトから個人情報を登録しなければならない。

登録しなかった場合はSIMカードの無効化、罰金等が科される場合があるので注意!

## 水・電気・ガスの知識

### 水道・飲料水

コンドミニアムでは、水道会社と直接契約する必要はない。フィリピンの水道水は飲用には適さないが、歯磨きやうがい程度なら問題ないとされている。

飲料水はコンビニやスーパーで購入できるほか、6ガロン(約22リットル)のボトル入り飲料水も一般的で、家庭用として広く利用されている。多くのコンドミニアムでは飲料水のデリバリーサービスがあり、電話やMetromartなどのオンラインアプリを使って注文可能だ。

これらのボトルを使用するには専用のディスペンサーが必要となる。冷却・加熱機能付きのタイプもある、部屋に備え付けられていない場合は購入を検討しよう。

### 電気

フィリピンの電圧は220V。日本の家電製品を使用する際は、対応電圧を確認し、必要に応じて変圧器(transformer)を使う。コンセントのプラグ形状は日本と同じAタイプ(2本足の押し込みプラグ)が一般的だが、B3タイプ(3本の丸いピン)やCタイプ(2本の丸いピン)も使われている。変換プラグはホームセンター

#### 【公共料金の支払いについて】

電気代、水道代などの請求書は毎月ほぼ同じ日にポストに届く。また、アカウント登録をすればメールやテキストでも受け取ることができる。SMなどのデパートやBayad Centerなど店頭でも支払いできるが、GCashやBDO Payなどのアプリを使えば、自宅からいつでもインターネットを介して支払いをすることができて非常に便利。

や家電量販店で購入可能。

### ガス

コンドミニアムではガスの使用が禁止されており、調理にはIHクッキングヒーターなどの電磁調理器が必要。一軒家や飲食店ではLPガスの使用が主流となっている。フィリピンには日本のような都市ガスの整備はない。



# 快適なインターネット環境を手に入れよう！

フィリピンの生活において、安定したインターネット接続は欠かせません。自宅やオフィスでの高速回線、外出先でのモバイルデータ、さらにはセキュリティ対策など、用途に応じた最適なサービスを選びましょう。ここでは、フィリピンの主要なインターネットプロバイダーの特徴や、プライバシー保護に役立つVPNの活用法をご紹介します。ストレスのないオンライン環境を整え、充実したマニラライフを送りましょう。

## ●主なインターネットプロバイダー

### InfiniVAN, Inc. INFINIVAN

インフィニバン

日系企業向けに安定した日本クオリティの高品質な高速・大容量インターネットサービスを低価格で提供。日本人スタッフが常駐し、日本語対応が可能で、24時間365日のカスタマーサービスと技術的なオンラインサポートを提供。家庭用プランも開始した。

BGCオフィス：17th floor ORE Central, 31st Street, Bonifacio Global City, Taguig マカティオフィス：26/F NEX Tower, 6786 Ayala Ave, Legazpi Village, Makati City  
 ☎ www.infinivan.com ✉ infinivan\_js@ipsism.co.jp

### PLDT PLDT

ピー・エル・ディー・ティー

フィリピン最大手の通信事業者であり、固定電話やモバイル通信、インターネットサービスを展開。

☎ https://pldthome.com/internet

### Smart Smart

スマート

PLDTの子会社であり、モバイルインターネットを利用したポケットWi-Fiのプランを提供。

☎ https://pldthome.com/internet

### DITO DITO

ディト

2019年に新たに参入し、リーズナブルな料金設定で注目を集める。主にSIMカードを利用したモバイル通信サービスを提供。

☎ https://dito.ph/

### RISE

ライズ



フィリピンの法人向け高速光ファイバーインターネットプロバイダー。高品質な接続とスピーディーなカスタマーサポートが強みだ。エンジニアが設計・構築・管理を一貫して担当し、技術的な課題にはわずか15分以内に対応する。ネットワークの安定性を示すピアリング数は国内トップクラス。自社でネットワークを管理し、信頼性の高い機器を採用することで、常に安定した接続環境を提供している。国内大手企業をはじめ、多くの日系企業も導入している実績がある。

セブ：6/F Crown 7 Business Center, Pope John Paul II Ave., Cebu City 6000  
 マニラ：5/F OPL Building, 100 C. Palanca St., Legazpi Village, Makati City 1229  
 高土聡子 (Sato Kotsuchi) Account Manager  
 携帯・Viber: 0917-865-9960 ✉ sato.kotsuchi@rise.ph

### Globe

グローブ



フィリピンで広く利用されている通信事業者。モバイル通信と固定ブロードバンドサービスを提供し、市場シェアはPLDTとほぼ拮抗。

☎ https://www.globe.com.ph/broadband

### Sky Tru Fiber

スカイ・トゥルー・ファイバー



ケーブルテレビ事業に加え、固定ブロードバンドサービスも展開。2024年にはインターネットプロバイダーのConvergeと提携し、光ファイバーネットワーク提供をスタート。

☎ https://www.mysky.com.ph/skyfiber

## 地域制限回避やプライバシー保護にVPNを利用しよう

VPNとは、「Virtual Private Network (仮想プライベートネットワーク)」の略称で、インターネット上の通信を暗号化し、安全性を高める技術のこと。多くのVPNサービスがあり、月額契約、年間契約で利用できるほか、無料体験版が用意されている場合も多い。国ごとに制限されているサービスを利用できることもある。パソコンやスマホ、タブレットなど、さまざまなデバイスで使え、同時接続も可能。用途やニーズに合わせて、自分に合ったサービスを選び、試してみよう。

## VPNを導入するメリット

1. オンライン上でのプライバシーが保護され、ネットの利用履歴が第三者に知られることを防げる。
2. マルウェアやスパイウェア、フィッシング詐欺などのオンライン脅威から保護される。
3. 地理的制限によってブロックされたウェブサイトやオンラインサービスにアクセスできる。

## 主なVPNサービス

<b>Nord VPN</b> ノードVPN ☎ nordvpn.com/ja	<b>ExpressVPN</b> エクスプレスVPN ☎ www.expressvpn.com/jp
<b>Surfshark</b> サーフシャーク ☎ surfshark.com/ja	<b>Cyber Ghost</b> サイバーゴースト ☎ www.cyberghostvpn.com

## Private Internet Access

プライベート・インターネット・アクセス  
 ☎ www.privateinternetaccess.com/ja

# フィリピンのビザ取得サポート企業・団体

ビザ取得の代行サービスを提供している代表的な会社や団体をご紹介します。

## ●主なフィリピン査証(ビザ)の種類

### ■就労ビザ (9g)

フィリピンで働くために必要なビザ。

### ■PEZAビザ (47a2) Philippine Economic Zone Authority Visa

フィリピン経済特区 (PEZA) が発行する特別なビザ。主に経済特区 (エコノミックゾーン) で働く外国人を対象としている。

### ■投資家ビザ (9d) Investor Visa

フィリピンで投資を行う外国人向けのビザ。長期滞在やビジネス活動が可能になり、経済活動の自由度が広がる。

### ■フィリピン特別居住退職者ビザ (SRRV) Special Resident Retiree's Visa

50歳以上の人が取得できる、フィリピンでの永住権ビザ (配偶者と21歳未満の未婚の子どもは同行可能)。

### ■学生ビザ (9f) Student Visa

フィリピンで大学や専門学校などの高等教育を受ける際に必要なビザ。対象は18歳以上。

### ■観光ビザ (9a) Tourist Visa

フィリピンに入国すると、自動的に付与される30日間の滞在ビザ。ただし、報酬を伴う活動は認められていない。30日を超えて滞在する場合は、ビザの延長手続きが必要となる。

### ■結婚仮永住ビザ・結婚永住ビザ (13a・13b)

フィリピン人と結婚した際に取得できるビザ。まず1年目は「仮永住ビザ」として発行され、その後、「永住ビザ」への切り替えが可能。

## フィリピンのビザ取得サポート企業

ビザ取得を代行してくれる代表的な企業をいくつかご紹介します。

### Manila Asset Management

マニラ・アセット・マネジメント  
 Unit 502 Cattleya Condominium, 235 Salcedo St., Legazpi Village, Makati  
 ☎09155170504 ☎ manilaassetmanagement.com

### PHILIPPINE RETIREMENT AUTHORITY (PRA)

フィリピン・リタイアメント・オーソリティー  
 29/F, BDO Towers Valero (formerly Citibank Tower), 8741 Paseo de Roxas, Makati  
 ☎02-8848-1412 ☎ www.pra.gov.ph

### Value Asia Philippines Inc.

バリュー・エイジア・フィリピン  
 #unit 502 Cattleya Condominium, 235 Salcedo St., Legazpi Village, Makati City  
 ☎0917-817-6549 (三宅)  
 ✉ visa@valueasia-ph.com

### Offshore CAD & Management Inc

オフショア・キャド・アンド・マネジメント  
 #2112, THE STILES ENTERPRISE PLAZA, Circuit Makati, Brgy. Carmona, Makati  
 ☎ www.offshore-management.com.ph

### Kanejin Corporation

かねじん  
 Unit 323 Legaspi Tower 300, Roxas Blvd. cor. Vito Cruz, Manila 事務所 ☎8521-1151 / 8521-1152、携帯：☎0917-899-0408  
 ☎ www.kanejin.com ✉ info@kanejin.com

### ESNETWORKS PHILIPPINES INC.

エスネットワークス・フィリピン  
 Unit 1501 & 1503 Liberty Center Building, 104 HV Dela Costa St., Salcedo Village, Makati  
 ✉ info@esnet.com.ph ☎ www.esnet.com.ph  
 高田：s-takata@esnet.com.vn  
 後藤：h-goto@esnet.com.ph

### GVA TNY Consulting Philippines, Inc.

GVA TNYコンサルティング・フィリピン  
 Unit 22, 2nd Floor, Legaspi Suites, 178 Salcedo, Legaspi Village, Makati  
 ☎ gvalaw.jp ✉ c.kaneko@gva.ph

### Avenida Law Office

アベニダ・ロー・オフィス  
 ☎ avenidalawoffice.com  
 ✉ info@avenidalawoffice.com

## マニラの住まい選び

マニラでの住まい探しは、日本とは異なるポイントがたくさん。部屋の方角や設備、契約時の注意点を知っておくことで、快適な暮らしが実現します。ここでは住居選びのコツや信頼できる不動産会社をご紹介します。理想の住まいを見つけましょう！

### ●部屋の方角

お部屋探しの際は窓の向きや日当たりを確認するとよいでしょう。フィリピンは気温が高いため、日本とは異なり日差しが強い南向きの部屋はあまり好まれません。また、近くにプールや道路がある場合は、日中や夜間の騒音もチェックしておくことをおすすめします。

### ●虫対策の有無

高層階でも、壁にアリの行列ができていたり、蚊が発生している場合があります。網戸の有無を確認し、設置されていない場合は取り付けを交渉するとよいでしょう。また、クローゼットが水回りの近くにあると、虫が発生しやすくなるため注意が必要です。ベストコントロール(害虫駆除)が適切に行われているかもチェックしておくことをおすすめします。

### ●排水溝・グリーストラップの状態

シンク下のグリーストラップ(油分を分離するタンク)から悪臭がする場合は、パッキンが緩んでいる可能性があります。入居前に清掃を依頼するとよいでしょう。また、水道を実際に流して、水漏れの有無や水はけの状態も確認しておくことが大切です。

### ●壁や天井のシミ

コンドミニアムでは、上層階と下層階で同じ間取りのことが多いため、水回りの天井にシミがある場合は、上階で水漏れが発生している可能性があります。内覧時にしっかり確認することをおすすめします。

### ●物件管理の信頼性

オーナーや管理会社の対応力が重要なポイント。修理の依頼に迅速に対応してもらえない場合もあるため、可能であれば契約前にオーナーと直接会い、信頼できる対応が期待できるかを確認しておくことをおすすめします。

### ●賃貸価格を入念にチェック

2025年2月現在、日本人が多く住むマカティやBGCの小さな部屋(スタジオタイプ、ワンベッドルームなど)は物件によっては賃貸料が下落傾向にあり、引っ越しを検討するには好機といえます。以前より好条件の物件が見つかりやすくなっており、

交渉次第ではさらに有利な契約を結ぶ可能性もあります。慎重に検討しながら、最適な物件を選ぶことをおすすめします。

### ●ゴミ捨て場の管理状況

コンドミニアムには、専用のゴミ捨て場があります。その管理状態を確認することで、建物全体の清潔さを把握できます。また入居前にゴミ捨てのルールを確認しておくことが安心です。

### ●入居後のメンテナンス

信頼できるオーナーや管理会社であれば、トラブルが発生した際に連絡すれば迅速な対応をしてくれます。修理や設備の不具合があった場合、どこに連絡すればよいのか、事前に確認しておきましょう。

### ●給湯器と水圧

お湯が問題なく出るか、温まるまでの時間や水圧を確認しておくこと、入居後の不便を防げます。

### ●携帯電話のシグナル

高層階では携帯の電波が届きにくいことがあります。また、部屋の向きによっても電波が弱い場合があるため、内覧時に通信状況を確認しておきましょう。

### ●不動産詐欺に注意

無免許で活動する不動産ブローカーもいるため、契約書なしでデポジット(敷金)の支払いを求められた場合は要注意です。金銭トラブルを避けるためにも、信頼できる不動産会社を通じて契約を進めることをおすすめします。

### ●アメニティの確認

お風呂場やキッチンに換気扇が設置されているか、また、取り付けが可能かを確認しておくといでしょう。家具や家電の交換ができるか、エアコンの性能や騒音の有無もチェックしておくこと、入居後のトラブルを防げます。クローゼットの収納スペースを増やせるかどうか、契約前に交渉しておくことスムーズです。

### ●ベランダの有無

ベランダの広さや、洗濯物が干せるかどうか重要なポイントです。間取りだけでなく、実際の生活を想定しながら確認することが大切です。

## 日本語対応の不動産で物件選び！

フィリピンで賃貸物件を探している方へ、日本語対応可能な不動産会社をご紹介します。マニラを中心に、コンドミニアムやオフィスの賃貸・売買を手掛ける日系企業が多数あり、契約手続きやトラブル対応もサポートしてくれます。自分に合った不動産会社を見つけてください。

### DMCI HOMES

DMCIホームズ



フィリピン最大の建設会社DMCIグループを母体とするコンドミニアム開発会社。物件はマカティ、オルティガス、ケソン、バラニャーケなどメトロマニラ主要エリアのビジネス・商業センターに近接しており、学校や病院等インフラ設備も充実。

1321 Apolinario St., Brgy. Bangkal, Makati  
☎ www.dmcihomes.jp ☒ info@dmcihomes.jp

### MIRAIE International Inc.

ミライエ



日本人駐在員向けに特化した日系不動産会社。物件の賃貸・売買だけでなく、プロパティマネジメントやリノベーション、清掃・メンテナンスまでワンストップで対応。日本語・英語・タガログ語対応で、快適な住環境づくりをサポート。

Unit 2118, Eton Tower, Dela Rosa St. corner Rufino St., Legaspi Village, Makati  
☎ 0917-113-8022 (日本語、英語、タガログ語可) ☎ miraiie-ph.com

### Kanejin Corporation

かねじん



1988年創業以来、フィリピンに駐在する日本人にコンドミニアムや事務所を紹介。長年にわたる経験をもとに、起こりうるトラブルを事前に説明してくれるのが強み。不動産に限らず、契約中に発生するさまざまなトラブルにも対応可能。

Unit 323 Legaspi Tower 300, Roxas blvd. cor. Vito Cruz, Manila 事務所 ☎ 8521-115 / 8521-1152、携帯：0917-899-0408 ☎ www.kanejin.com ☒ info@kanejin.com

### BEDANDGO INC.

ベッド・アンド・ゴ



日本人対応で安心の不動産会社。マカティ、BGC、オルティガスで多数の賃貸物件をご紹介します。また、物件管理・購入・売却も手厚く対応。

Room 501 VGP Center, 6772 Ayala Ave., Makati ☎ 02-8256-9633 (担当：伊藤) / 0998-867-5887 ☎ www.bedandgoinc.com ☒ info@bedandgoinc.com

### Able Manila

エイブル マニラ



名古屋の不動産会社「リードワン」を母体とする日系不動産会社。マカティを拠点に、コンドミニアムやオフィスの賃貸・売買・管理を手掛ける。日本語対応で、借主が安心して契約・入居できるよう細やかに対応。

8th Fl 111 Paseo de Roxas Bldg. 111 Paseo de Roxas St, Legaspi Village Makati  
☎ 02-8551-1914 (鈴木) ☎ www.able-manila.com ☒ able-manila@kk-lead.co.jp

### DAO REALTY CORPORATION

ダオ不動産



約30年にわたり日本人駐在員向けの住居やオフィス物件を提供している、フィリピン政府から正式に認可を受けた不動産業者。仲介手数料は一切不要で、顧客に負担をかけない透明性の高い運営が特徴。

Valero near Corner of Herrera St, Salcedo Village, Makati  
☎ 0917-812-4471 jfukui@daorealty.net daorealty.net/about 担当者：福井

### 引っ越し業者

#### CROWN LINE Philippines, Inc

クラウンライン フィリピン

1980年創業、クロネコヤマトの海外引越フィリピン代理店。日系企業で唯一の海外引越し専門会社として、一貫したサービスを提供。下見から作業の立会まで日本人スタッフによる対応と長年の経験を生かした的確なアドバイスを行い、安心・安全な引越しをサポートする。

☎ 0999-436-6907 / ☎ 0962-743-3619 (日本語対応) ☒ isa@crowline.jp (日本人担当：伊佐)

#### NX (Nippon Express)

NXフィリピン

海外赴任やフィリピン国内での引っ越し、帰国、そして事務所移転に対応。LINEで友達登録すると、引っ越しの予約やお問い合わせ、必要な情報の入手、日本人担当者への直接連絡など、すべてLINEアプリひとつで完結できるので、便利。



☎ 02-8837-3415 / 02-8403-1106 山崎、庄司 ☎ www.nipponexpress.com

# 万が一に備えて! マニラの医療ガイド

もし病気がケガをしたら? マニラには病院や医療サービスが充実しています。ここでは、マニラの代表的な総合病院や専門クリニック、日本語対応の医療サポートデスクなどを紹介。万が一に備え、頼れる医療機関をチェックしておきましょう!

## ●総合病院

日本人が多く住む3つのエリアの緊急外来付き総合病院をご紹介します。いずれも私立で最新設備を備えています。フィリピンの院内システムは日本と異なり、診察・検査・薬の手続きが別々なので、少しわかりづらい可能性があります。英語対応が基本となります。適用保険を確認し、スムーズに受診するために日本語対応のヘルプデスクを活用すると便利です!

### Makati Medical Center

マカティ・メディカル・センター

1969年設立。病床数600床を誇る最大規模の施設。国際的な医療認証機関であるJCIの認定を受け、DOH、国連児童基金 (UNICEF)、世界保健機関 (WHO) から母子に優しい病院としても認定されている。

マカティ 2 Amorsolo Street, Legazpi Village, Makati  
☎02-8888-8999  
🌐 www.makatimed.net.ph 📘 lamMakatiMed

### St. Lukes Medical Center

セント・ルークス・メディカル・センター

国際的な医療認証機関であるJCIやTemosの認定を受けている。ホテルのような施設と質の高い患者ケアが特徴で、フィリピン国内でもトップクラスの病院の一つ。ケソン市にもある。

BGC Rizal Drive cor. 32nd St. and, 5th Ave, Taguig  
☎02-8789-7700  
🌐 www.stlukes.com.ph 📘 ISILukesPH

### Asian Hospital and Medical Center

アジアン・ホスピタル・アンド・メディカルセンター

2002年に設立され、国際的な医療認証機関であるJCIの認定を受けている。病床数は296床で、ホテルのような環境を備える。1,000人以上の専門医、400人以上の看護師、そして1,000人のスタッフが在籍している。

アラバン 2205 Civic Dr, Alabang, Muntinlupa  
☎02-8771-9000 🌐 www.asianhospital.com/  
📘 AsianHospitalPH

## ●日本語対応医療サービス

### Hibari Clinic

ひばりクリニック



BGCにある日系総合診療クリニック。内科・小児科・皮膚科・婦人科などの幅広い疾患の診察が可能で、女性医師が常駐。予防接種や乳幼児健診にも対応。オンライン診察、院内薬局ありで便利。医療保険のキャッシュレスサービス利用可能。

Unit 1201 High Street South Corporate Plaza, Tower 1, 26th Street Corner 9th Avenue, Bonifacio Global City, Taguig  
☎02-7001-2397 ☎9時~13時 (受付終了時間 12時30分) 14時~18時 (受付終了時間 17時30分) 🌐 ph.hibarclinic.com 📧 @hibarclinicph 📧 info@hibarclinic.ph

### Japanese Association Manila, Inc <MEDICAL CLINIC>

マニラ日本人会診療所



マニラ日本人会付属の診療所。昨年から日本人医師による専門外来も開始。慢性疾患の医療相談・健康相談に対応している。各種海外医療損害保険の利用が可能。日本人会の会員でなくても利用できる。

23/F Trident Tower, 312 Sen. Gil Puyat Ave, Makati  
☎02-8815-3559 / 02-8818-0880 診療受付時間: 月~金 曜 8時30分~11時30分, 13時30分~16時 / 土曜 8時30分~11時30分, 13時~14時30分 📅日曜、祝祭日  
🌐 www.jami.ph/clinic

### Japanese Help Desk

ジャパニーズヘルプデスク



日本人向けの医療サポートを提供。主要病院に窓口を設置し、診療予約、院内アテンド、通訳などを有料で提供。英語が苦手、海外の医療システムに不慣れな方の強い味方。

緊急24時間受付: ☎02-8817-1289 (日本語可)  
☎月~土曜 8時~17時 日曜 定休 (マカティメディカル、セントルークス、アジアンホスピタル) ※その他の窓口については公式WEBサイトを📧 www.j-helpdesk.jp/japanesehelpdesk.ph

### Kobe Clinic

神戸クリニック



フィリピン医師免許を持つ山本医師が在籍するクリニック。内科、精神科など幅広く対応し、検査室やX線設備も完備。海外旅行保険があればキャッシュレスで診療可能。モール内にあるのも嬉しいポイント。

2/F, Festival Supermall, Filinvest Alabang Muntinlupa  
☎02-8842-5405 / 02-772-1855 ☎8時~20時 (山本先生の診療時間: 月・水・金曜 16時以降 / 火・木曜 11時以降)  
🌐 kobeclinicalabang

### Tokyo Health Link

東京ヘルスリンク



日本人医師常駐。日本語対応の総合クリニック。健康診断や各種検査、予防接種、往診サービス等も提供。海外傷害保険でのキャッシュレス診療や国保・社保の請求手続きにも対応。日曜・祝日も診療。

Molito lifestyle Center, Alabang, Muntinlupa  
☎02-8822-1465 / 0917-808-8874 (日本人直通)  
☎月~土曜 7時~20時 / 日曜・祝日: 9時~18時  
🌐 www.tokyohealthlink.net 📧 jalabangthi

### Shinagawa Diagnostic & Preventive Care

品川ヘルスケア



日本基準の健診センターとして、MRI・CT・内視鏡などの最新設備を完備。予防医療と画像診断に特化し、人間ドック・健康診断・婦人科検診を提供。再検査・個別検査も実施可能。院内ラボを完備しており、検査結果は即日提供。

8F & 23F Ore Central Tower, 9th avenue corner 31st Street Bonifacio Global City, Taguig ☎月~土曜 7時~17時 📅日曜 ☎ shinagawaph\_japandesk 📧 japanesedesk@shinagawa-healthcare.ph

### Japan Eye Center

ジャパンアイセンター



一般眼科診療をはじめ、白内障や緑内障の治療、視力矯正手術などのほか、目の定期検査も実施。また、2025年1月より白内障などの手術も開始した。

2nd Floor, MITSUKOSHI BGC, 8th Ave. Corner 36th St. Grand Central Park, BGC, Taguig ☎0917-116-5321 / 0917-104-7255, 8567-6170 ☎月~金曜 11時~20時 / 土・日曜 10時~20時30分 📧 customercare@jpec.ph

### Conceive IVF Manila/Kato Repro Biotech Center

コンシーブアイブイエフマニラ



不妊治療クリニック。加藤レディースクリニックの指導のもと、自然月経周期を尊重し、体に優しい体外受精を提供。妊娠が成立した場合のみ全額を支払う成功報酬プラン(38歳以下対象)を導入。

Unit 02 8th Floor Hexagon Corporate Center 1471 Quezon Ave. Brgy. West Triangle, Quezon City  
☎0917-635-2526 ☎月~金曜 11時30分~18時30分, 土~日曜 9時~16時 📧 conceiveivf.ph

### Cotovia Clinic

ことびあクリニック



セブ島のARC病院とUCmed病院内に併設する、数少ない日本人スタッフ常駐のクリニック。LINEを使ったオンライン診療や薬の即日配達を提供し、海外旅行保険にも対応。

UC Med 2nd floor University of Cebu medical center, Suite 6 Ouano Avenue Subangdaku, Mandaue, Cebu 6014 ☎外来診療: 9時~17時 / オンライン診療: 9時~21時 / 救急外来対応: 9時~21時 📧 cotoviaclinic.ph

### Acero Dental Clinic

アセロデンタルクリニック



日本語対応可能、最新デンタル機器が完備された歯科センター。岡山大学大学院歯薬系研究科補綴学専攻科で博士号を取得したDr. Claver O. Acero Jr子息のDr. Joseph Neil Aceroが手掛ける。

Unit 213 Level 2 Assembly Grounds The Rise Makati Shangri-La 7248 Malugay Street Makati  
☎0917-156-1017 / 0917-714-4432  
☎11時~19時 (完全予約制)

### Kobayashi Dental Clinic & Laboratory

小林歯科診療所・技工所



日本語・英語・タガログ語に対応した完全予約制のクリニック。審美歯科や矯正治療、インプラント治療など幅広い歯科サービスを提供。歯科技工所併設。

Maga Centre, Paseo De Magallanes Entrance, Unit 401 4th Floor Left Wing, Village, Makati ☎02-8852-3622 Globe / 0917-894-7005 (日本語可) ☎9時~17時 ☎月・日曜・祝日 ☎月・日曜・祝日 🌐 www.kobayashidentalclinicph.com 📧 kobayashidentalcliniclab@gmail.com (日本語可)

### 市販薬リスト

主な市販薬とその適応症、特徴、性能、副作用、用量・用法をリストにまとめました。市販薬を買う際の参考に。(右のQRコードからブライマーウェブサイトが開きます。)



🌐 primer.ph/guide/health/medicine

# フィリピンの銀行活用ガイド

海外に長期滞在する際、お金の管理は重要なポイント。特に給与の受け取りや送金には、現地銀行の口座開設が欠かせません。ここでは、フィリピンの主要銀行や口座開設の基本、注意点、海外送金の方法について解説します。

## 口座開設

銀行によって手数料や口座開設時の最低入金額が異なるため、事前の確認が必要である。本店や支店の窓口で必要事項を記入し、署名届を提出して口座を開設する。

### 必要な本人確認書類

口座開設には、政府発行の顔写真付き身分証明書が求められる。一般的には以下の書類が該当する（原則としてすべて原本）。

- ・パスポート
- ・国際運転免許証
- ・AEP（外国人雇用許可証）
- ・ACR（外国人登録証）

### 最低入金額と口座開設後の手続き

各銀行が定める最低入金額を入金することで口座が有効となる。BDOの場合、普通預金口座の最低入金額は10,000ペソ（通帳無しの場合は2,000ペソ）。無記名のATMカードや通帳、小切手帳は通常即日発行され、名前入りのATMカードは最長1週間。ATMカードの暗証番号はATMで変更可能。

### 複数人で管理できる共同口座

夫婦、ビジネスパートナー、サークル活動のメンバーなど、複数人で資金を管理できるのが共同口座。例えばBDOでは、最大5人までの名義を登録可能。

開設には全員の本人確認書類と署名が必要で、取引方法（全員の同意が必要か、一部の名義人のみで取引可能か）を指定できる。銀行によっては代表者を定める必要がある場合もある。

## ATM

日本とは異なり、カードを発行した銀行のATMであれば、24時間365日、手数料無料で利用できる。

### トラブル対応

ATMにカードが吸い込まれた際などのトラブルには、本人が直接問い合わせなければ対応してもらえない。家族であっても、カードの共有は避けよう。共同口座の開設がおすすめ。

## 知っく！ フィリピンのATMカード、日本のATMでも使えるって本当？



国際ATMネットワーク「Cirrus」や「Plus」のマークがあるATMカードを使えば、海外のATMで現地通貨を引き出すことができる。

また日本国内のATMでも、フィリピンのATMカードを使って日本円を引き出すことが可能なので利用してみてもいい？

1日の引き出し限度額は5万ペソ（BDOの場合）という制限付きだが、少額の引き出しにはATMの利用が便利だ。

## 海外送金

### ●BDOレミットジャパン

BDOの子会社「BDOレミット」を利用すれば、日本からフィリピンへの送金がスムーズに行える。最大の特徴は、送金依頼から最短2時間以内に現地口座へ入金されるスピードだ。

手数料は送金額に応じて段階的に異なり、最低の1万円までが500円、最高の100万円の場合は1,500円。その日のレートで円からペソへ自動両替される。1回の送金限度額は100万円、年間の上限は個人600万円、法人1,200万円まで設定されている。

BDO口座を持っている人にも、持っていない人にも送金可能。

### ●Wise

アプリやウェブサイトから国際送金ができるオンラインサービス。初回送金時には身分証明書と、現在の住所を証明する書類の提出が必要。送金は通常2営業日以内に完了する。送金人と受取人の双方が銀行口座を持っている必要がある。

📍 wise.com/ph

### ●Western Union

フィリピンから日本への送金によく利用される。ただし、オンライン送金には対応しておらず、最寄りのWestern Union取扱店に現金と身分証明書（パスポート）を持参して手続きを行う必要がある。手数料や両替レートは取扱店によって異なるため、事前に確認が必要。口座を持っている人にも、持っていない人にも送金可能。

📍 www.westernunion.com/ph

## フィリピンの主な銀行



**BDO Unibank, Inc.**

ジャパンデスク：☎月～金曜 8時30分～18時  
📍 www.bdo.com.ph/jp/home  
📧 help-japanese@bdo.com.ph



**Metrobank**

☎02-8870-0700 (domestic toll-free 1-800-1888-5775) ジャパンデスク：☎月～金曜 8時30分～18時 ☎02-8857-5371  
📍 www.metrobank.com.ph  
📧 customercare@metrobank.com.ph



**RCBC**

☎1-800-10000-7222  
ジャパンデスク：☎月～金曜 8時～17時  
☎02-8894-9000 loc 9893 or 3406  
📍 www.rcbc.com/japan-desk



**Security Bank**

☎02-8887-9188 / 1-800-1-888 1250  
☎月～金曜 8時30分～18時  
📍 www.securitybank.com  
📧 customercare@securitybank.com.ph

## キャッシュレスとオンラインバンキング

近年、スマホでQRコードを読み取るだけで決済が完了するキャッシュレス決済や、インターネットを利用した公共料金の支払いが可能なオンラインバンキングが、マニラでも急速に広がっています。ここでは、主要なキャッシュレス決済とオンラインバンキングサービスを紹介합니다。これらのサービスは、日常の支払いをスムーズかつ効率的にする手段として、多くの人々に利用されています。

### GCashとMaya



GCashとMayaは、マニラで主流となっている二大キャッシュレス決済サービス。銀行口座がなくても無料でアカウントを作成でき、専用アプリを利用してキャッシュレス決済や公共料金の支払い、送金などの基本サービスを手軽に利用できる。ただし、政府発行のIDを提示して本人確認を完了しないと、一部のサービスに制限がかかる（本人確認の手続きはアプリ内で可能）。

全国のコンビニやスーパーで現金をチャージでき、銀

行口座やPayPalアカウントと紐づけることで資金の移動も可能。

GCashには7～17歳の未成年者向けの「GCash Jr」が用意されており、保護者のアカウントと紐づけることで、お小遣いの管理などに活用できる。

以前は、各決済サービスが独自のQRコードを使用していたが、国家規格「QR PH」の義務化により、現在はほぼすべての決済サービスが共通のQRコードを読み取れるようになり、利便性が向上している。

### BDO Pay



電話番号を入力するだけで家族や友人の口座へ簡単に送金できる便利なアプリ。公共料金の支払いにも対応している。

BDOの普通預金口座がなくても、BDO Pay専用の口座（ATMカード付き）を開設することで利用できる。既にBDO口座がある場合は紐づけることも可能。

レストランなどでの食事の際に便利な、割り勘機能を搭載。合計金額を自動で計算し、そのまま友人にオンライン送金できる。さらに、店舗ではQRコードをスキャンするだけでキャッシュレス決済が可能。

本アプリは、BDO口座を持ち、オンラインバンキングに登録済みのユーザーが利用できる。無料でダウンロード可能。

# お買い物ガイド ~ 食材・日用品・便利サービス ~

日本の食材や生活雑貨が手に入るお店は？ マニラには輸入食品が豊富なスーパーや日本食材専門店があり、オンラインショッピングやデリバリーも充実しています。ここでは日々の買い物を快適にするおすすめショップやサービスを厳選してご紹介!

## ●食材店

### Minnano Supermarket

みんなのスーパー

レガスピビレッジの、季節感と品揃えにこだわった新タイプの日本食材店。品数の多さが特長で、日本の旬の果物や野菜、食材やお菓子、日用品に加え、ギフトで使える高級菓子、お惣菜なども豊富に取り揃えてある。



1F Salamin Building 197 Salcedo st, Legazpi village  
☎0966-842-0491 ☎8時~21時 f msuperph @msuperph

### ISEYA JAPANESE FOOD STORE

イセヤ

マカティ・リトル東京にある日本食材店。インスタント食品や冷凍食品、お菓子、野菜などの生鮮食品も。家庭向けの様々な商品はもちろん、業務用の大容量サイズの商品も取り扱っている。



Little Tokyo, 2277 Chino Roces Ave., Brgy. Pio del Pilar, Legazpi Village, Makati ☎0995-562-3298/02-8631-6652  
☎9時~21時 f SEYA-FOOD-STORE-119723086543317

### New Hatchin

ニューはっちん

日本からの食品だけでなく、食器、日用品、ペットフードも揃い、冷凍食品やお弁当も充実。マグロやはまちの刺身や、スライス豚バラ肉などの生鮮も販売。S&B、キュービー、ヒノデなどのメーカーの独占販売代理店。



7602 Sacred Heart Street Corner Metropolitan Avenue, San Antonio Village, Makati ☎02-8897-7207/0917-704-0793  
☎8時~18時 newhatchintradingcorp newhatchin

### Shin Mikana

シン・ミカナ

数多くの高品質な日本食材を提供。業務用から家庭用まで幅広い商品を取り揃えるほか、カルティマールでは日本酒を中心とした酒専門店を展開。カビテやケソン、セブにも支店を構え、ケソンではイトインスペースも併設。



Unit-G4 CCAS Building, 2209, Leveriza, Pasay  
☎0908-601-4014 ☎7時~15時 f shinmikanamain

### Kagra Mart

カグラマート

カルティマールの市場前のビル1階に入っている日本食材店。食材から日用品などの食材が所狭しと並び、業務用の食材や商品、POPなどのディスプレイ用品も取り扱う。



G-3 Cartimar Commercial Arcade and Suites, 2209 Leveriza St., Cartimar, Pasay ☎0945-534-7689/0906-278-1197  
☎7時~16時(年中無休) f Kagra-Mart-104723138010349

### Seikyo Japanese Grocery Store

日本食品グロッサリー セイキョー

マカティ・リトル東京にある日本食材店。店内の入口付近では、手頃な価格で日本でおなじみの食品や日用品を幅広く取り揃える。奥の冷凍食品コーナーでは、塩サバや明太子などの海産物が揃っている。



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

### Santis Delicatessen

サンティス・デリカテッセン

駐在員の間で人気のヨーロッパ食材店。日本のデリカテッセンにあるインポートもの高級食材を取りそろえ、調味料や生鮮食品、ハム、チーズ、パスタ、パエリア用のお米、ワイン、チョコレートなど、幅広い品揃えが特徴。複数店舗あり。



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

### Dough & Grocer

ドウ・アンド・グロッサー

インポートもの高級肉や魚介類、キャビア、ワイン、チーズ、チョコレート、クッキー、スコーン、オリジナルブレンドコーヒーなど、贈答にも適した高級輸入食材を取り揃えている。オンラインショップもある。



Estancia Mall South Wing L1, Estancia Capitol Commons Pasig  
☎02-8285-4742/0917-811-8702 ☎月~金曜 11時~21時/土・日曜 10時~22時  
www.doughandgrocer.com doughandgrocer

## ●スーパー

### MITSUKOSHI FRESH

ミツコシ・フレッシュ

MITSUKOSHI BGCの地下1階にあるスーパー。日本の「デバ地下」をイメージし、日本の歳時に合わせた品揃えやイベントに力を入れる。イトインスペースがあり、店頭で手頃な価格でお酒や焼きたての肉、魚を楽しめる。



Basement 1 MITSUKOSHI BGC, 8th Avenue, corner 36th St, Taguig ☎月~金曜 11時~22時/土・日曜・祝日 10時~22時  
mitsukoshi.fresh

### The Landmark

ザ・ランドマーク

6751 Makati Ave, Ayala Center, Makati, Metro Manila その他の支店はWEBサイトをチェック  
landmarkstore.com.ph

### Marketplace

マーケットプレイス

<アヤラセンター店>  
G/F, Rustan's, Courtyard Dr, Makati その他の支店はWEBサイトをチェック  
themarketplace.com.ph  
themarketplacefresh

### SM Supermarket

SMスーパーマーケット

<SMオーラ店>26th St. cor. McKinley Parkway Brgy. Fort, Taguig その他の支店はWEBサイトをチェック  
www.shopsm.com  
SMMarkets

## ●フードデリバリー

一定範囲以内のレストランからデリバリーを注文できるサービス。

### Grab Food

Grabフード

food.grab.com/ph/en  
GrabPH

### Foodpanda

フードパンダ

www.foodpanda.ph  
foodpandaphilippines

## ●ショッピング代行サービス

### Buy&Ship

バイ・アンド・シップ

国際配送に対応していない海外のオンラインショップでの買い物を代行するサービス。  
www.buyandship.ph  
buyandship.ph

### Metromart

メトロマート

スーパーマーケット、コンビニ、薬局、レストラン、ペットショップなどから商品を注文し、最短2時間で配達。  
www.metromart.com  
IMetroMartPH

## ●モール

### Makati

Greenbelt  
Glorietta  
SM Makati  
Power Plant Mall  
One Ayala  
Circuit Makati

### BGC

MITSUKOSHI BGC  
SM Aura Premium  
Uptown Bonifacio  
Metro Market! Market!

### Alabang

Festival Mall  
Alabang Town Center  
Commercenter  
Molito Lifestyle Center

## ●eコマース

LazadaとShopeeは、日本でいうアマゾンや楽天で、専用アプリやWEBサイトで買い物ができるオンラインショッピングの2大プラットフォーム。幅広い商品を取り扱っており、公式ブランドショップに加え、個人や小規模店舗の出品も多い。食材も販売されており、1ケース単位の缶ビールなど重たいものは、ここで購入すると便利。

### Lazada

ラザダ  
www.lazada.com.ph  
LazadaPhilippines

### Shopee

ショップピー  
shopee.p  
ShopeePH

## ●雑貨

### Ikea

イケア

3rd Floor, 8th Ave. Corner 36th St., Grand Central Park, North BGC, Taguig  
www.ikea.com/ph/en  
IKEAPhilippinesOfficial

### Nitori

ニトリ

BGC店: MITSUKOSHI BGC 3rd Floor, 8th Ave. Corner 36th St., Grand Central Park, North BGC, Taguig  
www.nitori.com.ph  
nitoriphilippines  
現在、グロリエッタ(マカティ)、SMモール・オブ・アジア(パサイ)、フェスティバルモール(アラバ)に支店があり。

## 快適なマニラ生活のための交通ガイド

マニラでは、タクシーや電車のほか配車アプリやP2Pバスなど、比較的手軽に利用できる多様な移動手段があります。日本とは異なるシステムに戸惑うこともありますが、事前を知っておけば安心。本特集では、便利な交通手段やレンタカー情報を紹介。マニラでの移動をスムーズにするヒントをチェックしましょう！ちなみにジブニーやトライシクルなど、地元の人が利用している手段は中上級者向け。まずは安全に、確実に移動する手段を選びましょう。

### 配車アプリ



#### Grab, Joyride, inDrive, Lalamove

配車手配アプリは、本人以外にも居場所を追跡してもらえる機能が備わっており、比較的 안전한交通手段として多くの日本人に利用されている。また、一般的なメータータクシーと比べて車内が清潔である点も大きな特徴である。代表的なサービスは「Grab」だが、最近では「Joyride」や「inDrive」なども利用者が増えている。また、2025年からは配車アプリのLalamoveも配車サービスを開始している。

### P2Pバス

一般的な路線バスとは異なり、2か所間だけを往復。車内は快適かつ清潔であり、ほぼスケジュール通りに運行される。バス停は主に大きなモールに隣接しており、メトロマニラからラグナなどの長距離移動手段として便利。料金は距離によって異なりP100~450。



### MRT・LRT

フィリピンには3種類の鉄道（MRT: Metro Rail Transit、LRT: Light Rail Transit、PNR: Philippine National Railways）がある。その中でも、特に利用頻度が高いのはMRT 3、LRT1、LRT2の3路線。大まかに分けると、オルティガスやケソン市方面へはMRT、マニラやチャイナタウン方面へはLRT1、ケソン市やアンティポロ方面にはLRT2が利用できる。タクシーよりも安価で、長距離移動を短時間で済ませられるため、慣れれば便利な交通手段となっている。また、女性や高齢者、障がい者は専用車両を利用できるほか、車内やプラットフォームにはガードマンがおり、比較的 safely 乗車可能。料金は距離によってP15~45。MRTは住友商事が改修および維持プロジェクトを手掛けており、以前よりも快適になったと評判。



※PNRは工事のため、メトロマニラの一部区間で2024年3月から運行停止中。

## レンタカー・リース

最近では、個人でドライバーを雇うよりも、レンタカー会社の派遣サービスを利用する方が主流になっている。1日単位で派遣してくれる会社もあり、ドライバーが病気になった場合でも代わりのドライバーを手配してもらえる。

### A. Watanabe Car Rental (ABLE CAR SERVICES)

エイ・ワタナベ・カー・レンタル

日本語対応のレンタカーサービス。長期の月極レンタルは、運転手付きで月額P52,800~。ナンバーコーディング日には別の車両を用意してもらうことが可能。直行便運航サービスは、お迎え場所から目的地までの片道サービスで、燃料代も料金に含まれている。ドライバー派遣サービスもあり、1日(10時間)の料金はP1,600~、1ヶ月(週5日)の場合はP30,000~。

316 DUHAT ST. COMEMBO Makati ☒ a.watanabecar.ph@gmail.com (日本語対応)  
☎ (英語) 02-8277-1032/0917-311-3027 / (日本語) 0917-311-3027/0917-300-2067 📍 awcr-ph.com



### KINTO One Business

キントワン

トヨタとレクサスの最新モデルを手軽に利用できる、法人向けの月額定額カーリースサービス。車両登録、定期メンテナンス、消耗品交換、自動車保険、車両管理・コネクテッドサービスが含まれるの安心サービス。期間は3年、4年、5年から選択可。契約期間中は正規ディーラーによる整備と包括保険が適用され、リース満了後は、新規契約/契約更新、または車両の返却から選択できる。

☎0920-964-2308 (今城) 📍 www.kinto-ph.com 📘 KINTOPhilippines

KINTO

### NIPPI

ニッピー・レンタカー

日本語対応のレンタカーサービス。マニラ、セブ、ダバオを含むフィリピン全域でサービスを提供しており、フィリピン初心者やビジネス利用、駐在員や家族での長期レンタルにも好評。日本からの出張者や、英語が不安で車の手配に困っている人におすすめ。

27F The Enterprise Center Tower 2, Ayala Avenue, Makati  
☎0120-963-217 (日本) ※フィリピン・海外からお問い合わせの方はLINEまたはメールで  
☒ nippi-rentalcar.jp 📧 MnWgHcB ☒ info@nippi-rentalcar.jp



### Toyota Rent a Car

トヨタ・レンタカー

トヨタ公式レンタカーサービス。半日から3年の間で、フレキシブルなレンタル期間を設定可能。また、セダンからバン、プレミアムカーまで幅広い車種を選択可。車両のみのレンタルの他、安全運転教育を受けた運転手付きのレンタルもご提供。出張者対応、新車納入までの一時的利用、週末のゴルフ、ファミリーカーなど幅広い用途で便利に利用可能。

☎0968-854-6850 (富樫) / カスタマーサポートデスク: ☎0915-592-5202  
問い合わせWEBSITE: 📍 toyotacarrental.com.ph

### Toyota Rent a Car

### BPI Tokyo Century Rental Corporation

BPI東京センチュリー

アヤラグループの中核銀行であるBPIと東京センチュリー株式会社の合併による総合リース・レンタル会社。法人向けにオートリースやレンタカーサービスを提供し、車両の調達・管理・修理まで一括対応。利用期間は1日、1週間、1か月、年単位など柔軟に選べる。車種やブランドを問わず自由に選択でき、ドライバーの手配も可能。

21F, NEX Tower, 6786 Ayala Avenue, Makati, 1229  
☎02-8539-5000 📍 bpitc.com.ph



### PH DOOR

ピー・エイチ・ドア

日本語対応のドライバー付きレンタカーサービス。2013年以降の最新の日本製車両を取り揃え、通訳やボディガードなどのオプションサービスも充実。料金プランは6時間、12時間、24時間から選択可能。また、ビジネス通訳やボディガードの手配も可能で、空港送迎や市内観光、ビジネス視察など、さまざまなシーンで利用できる。

MDI Corporate Center Unit 1502, 15th For. 10th Ave, Cor 39th BGC, Taguig  
☎0917-801-7399 (日本語可) 📍 phdoor.net



# 快適な暮らしを支える便利サービス

フィリピンでは、メイドや家事代行サービスを利用することで、生活がぐっと快適になります。とはいえ、雇用方法や選び方にはポイントがあり、事前の情報収集が大切。本特集では、メイド派遣や掃除サービス、靴や鍵の修理、クリーニングなど、日本人に便利なサービス、付き合い方・選び方のポイントをご紹介します！

## メイド派遣サービス

ここでは、マニラの主なメイド派遣サービスをご紹介します。まずメールや電話で問い合わせ、メイドのプロフィールを送ってもらいましょう。その後、気になる方とのオンライン面接を経て、採用を決定する流れです。ご家庭に最適なメイドさんを見つけてください。

### MaidProvider.ph

メイドプロバイダー

フィリピン国内で唯一、臨床心理士による心理検査を導入し、厳格な採用基準と包括的なトレーニングを提供。

🏠 [www.maidprovider.ph](http://www.maidprovider.ph)

### Wadyong Maids Employment Services

ワディヨン・メイド・エンプロイメント・サービス

5年以上の経験を持つDOLE認定の家事代行サービスで、厳格な面接、背景調査、医療検査を経たヘルパーを提供。

🏠 [maidphilippines.net](http://maidphilippines.net)

### Maidsplus

メイドプラス

厳格なスクリーニングと健康チェックを経たスタッフを派遣し、6か月の契約期間中に不満があれば3回まで代替可能。

🏠 [maidsplus.ph](http://maidsplus.ph)

## メイド・ドライバーの上手な付き合い方・選び方

日本から来たばかりの方はメイドやドライバーさんを初めて使う方も多いと思います。メイドやドライバーに気持ちよく働いてもらうためには、良好な関係づくりが大切。円滑なコミュニケーションのコツや、注意すべきポイントをいくつか紹介します。

### ●メイドの雇用形式

自宅と一緒に住む「住み込み」と、決められた時間に通ってもらう「通い」の2種類の雇用形式がある。多くの住宅にはメイド用の小さな部屋とトイレが備わっているため、住み込みの場合はそこを利用してもらう。

### ●あくまでビジネスライクに接する

雇い主とメイド・ドライバーの関係がフラットになりすぎると、言うことを聞いてくれなくなることもある。親切に接することは大切だが、適度な線引きを保つことも必要。例えば、状況によっては距離感を意識したほうがよい(ドライバーと一緒に食事をとらないなど)。

### ●盗みに注意！

貴重品は、あらかじめ鍵付きの戸棚を用意し、大切なものはしっかり管理しておくのがおすすめ。例えば、住み込みのメイドが休日には故郷へ帰省する際は、持ち物をチェックする習慣をつけると安心。

### ●メイドとドライバーの上下関係

ほとんどの場合、ドライバーはメイドよりも給料が高いため、どうしても上下関係が生まれやすい。この状況を放置すると、ドライバーがメイドに身の回りの世話を押しついたり、いじめに近い行動をとることもある。対処法としては、メイドをドライバーよりも信頼の置ける存在として扱うことが有効だ。メイドが「信頼されている」「自分が家族を守らなければ」と感じることで、ドライバーの行動を自然と監視してくれるようになる。また、ドライバーはあくまで「外部の人間」という位置づけにしておく。

### ●帰国する日本人からメイドさんを譲り受ける

コミュニティ掲示板で募集すると、日本人が以前雇っていたメイドがそのまま来てくれることもある。料金が割高になる場合もあるが、日本語を少し話せたり、日本食が作れたりするなどのメリットがある。

## 忙しい時や掃除が大変な時に便利なお掃除サービス！

### EZY Lifestyle

イージーライフスタイル



☎0945-520-4211  
🏠 [www.ezy-lifestyle.com](http://www.ezy-lifestyle.com)  
✉ [jpdesk@ezy-lifestyle.com](mailto:jpdesk@ezy-lifestyle.com)

日本人も安心して利用できるお掃除サービス「EZY Lifestyle」。週1回の通常清掃や、3ヶ月に一度の徹底的な掃除など、定期清掃プランが充実している。水回りの掃除はもちろん、自分では洗えないソファやマットレスのクリーニングまでしっかり対応してくれるのが嬉しいポイント。オフィス、コンドミニアム、一軒家など、どん

な場所でも対応可能。清掃スタッフは研修専門施設で技術やマナーの指導を受けており、日本品質のサービスを期待できる。さらに、このクオリティーでローカル価格というのも魅力的だ。ランドリーサービスも実施している。時間がない時や、もっと徹底的に掃除したい時に気軽に利用できるサービスとして、ぜひ活用してみよう。

## 靴磨き・修理、鍵の複製、ベルトやサンダルのストラップの穴あけ、ドライクリーニングサービス

靴のメンテナンスや修理などができる専門店は、知っておくと便利。靴以外にも鞆などの修理を扱う店舗やドライクリーニング店も大きなモールにはたいてい入っている。近くのモールにあるか確認してみよう。

### Mr. Quickie

ミスター・クイッキー

■主なサービス

- ・靴磨き
- ・靴の修理
- ・靴の修理・ヒール交換
- ・ベルトやサンダルのストラップの穴あけ

●詳細はこちら: 🏠 [mrquickie.com](http://mrquickie.com)

### Alteration Plus

アルテレーション・プラス

■主なサービス

- ・靴磨き
- ・靴の修理、染め替え、サイズ調整
- ・靴の修理
- ・衣類のリフォーム
- ・ドライクリーニング
- ・ホームサービス

●詳細はこちら: 🏠 [alterations-plus.ph](http://alterations-plus.ph)

### Royal Clean

ロイヤル・クリーン

■主なサービス

- ・ドライクリーニング
- ・カーテンやカーベットの掃除
- ・ウェディングドレスやパロンのクリーニング
- ・アイロンがけ
- ・洗濯

●詳細はこちら: 🏠 [www.royalclean.ph/makati](http://www.royalclean.ph/makati)



## どうする!?コンドミニアムの鍵をなくした時の対処法

鍵をなくしたり、部屋に置いたまま外出してしまった場合、まずはコンドミニアムの管理者に連絡するか、レセプションに相談してみよう。予備の鍵を貸してもらえ、鍵開けサービス(Locksmith)を手配して部屋を開けてもらえることが多い。その際、本人確認のためにIDの提示が求められるので注意!

# 生活のTIPS集 ～知っておきたいマナー&習慣～

フィリピンでの生活は、陽気でフレンドリーな地元の人々との交流が魅力のひとつ。しかし、日本とは異なる習慣やマナーも多く存在します。知っておけば、役立つTIPSをまとめてご紹介します。

## ドレスコードの基準とシーン別の装い

パーティーやイベントに参加する機会が多いフィリピンでは、適切な服装選びが求められます。ドレスコードには大きく4つの分類があります。シーンに応じたスタイルを心がけましょう。

●**ビジネスカジュアル**⇒カジュアルな職場や、ややフォーマルな会食などで適用される服装。

ブレザーを羽織る場合は、カジュアルなシャツやジーンズ、ローファーと合わせてもOK。ブレザーなしでも、襟付きのシャツであれば問題ありません。派手なプリントは避けるのが無難です。

●**ビジネスアタイア**⇒オフィスや商談、公式なビジネスの場で求められる服装。

モノトーンを基調としたスーツスタイルが基本。落ち着いた色合いで統一すると、より洗練された印象になります。

●**セミフォーマル**⇒披露宴やビジネスパーティー、高級レストランでの会食などに適した服装。

ワンピースやネクタイ着用のスーツ、革靴などが適した装い。社交イベントや格式のあるディナーにふさわしいスタイルとされています。

●**フォーマル**⇒結婚式や公式なパーティー、格式の高いイベントで求められる服装。

男性はタキシードやスーツ、女性はカクテルドレスやイブニングドレスが望ましい服装です。政府関係の式典や国際的なイベントなど、格式の高い場に適しています。女性の場合ドレスは長袖かノースリーブが正式。フィリピンの伝統衣装であるBarong Tagalog（男性用）やFilipiniana（女性用）もフォーマルに分類されます。ただし、素材によって適した場面が異なり、特にパインアップルの葉を使ったPina（ピーニャ）は正式な場にふさわしいとされています。TPOに合わせた装いを意識しましょう。

## 食事

フィリピンの食文化では、大皿で料理が提供され、各自が取り分けて食べるスタイルが一般的。食事の際は、右手にスプーン、左手にフォークを持ち、スプーンをナイフ代わりに使います。また、フィリピンでは日本よりも人とのつながりを重視したウェットなコミュニケーションが大切にされています。食事会に遅れて到着した際は、すぐに席につくのではなく、一人ひとりに声をかけるのがマナーです。会場を出るときも、同様に。

## 会計とチップ

レストランではテーブル会計が主流で、チップの習慣もあります。特にレストランやホテルではチップを渡すのが一般的です。相場は請求金額の約10%ですが、請求書にサービス料が含まれている場合は、別途渡す必要はありません。ただし、よく利用する店ではチップを渡すことで顔を覚えてもらいやすく、より良いサービスを受けられることもあります。スムーズなコミュニケーションの一環として、上手に活用するのがおすすめです。

## 「クヤ」と「アテ」の使い方

「クヤ」と「アテ」はタガログ語で「お兄さん」「お姉さん」を意味し、親しみを込めて知らない人に呼びかける際にも使われます。ただし、相手によっては馴れ馴れしく感じることもあるため、状況に応じた使い方が大切。特にレストランのウェイター・ウェイトレスに対しては適切ではないため、注意が必要です。

## 冠婚葬祭

フィリピンでは、結婚式や葬儀のしきたりが日本とは異なります。事前に基本的なマ

ナーを押さえておきましょう。

### ●**結婚式**

#### <ドレスコード>

男性はスーツやバロンタガログ。女性はワンピースやドレスを着用するのが一般的で、半袖はルール違反ではないものの、カジュアルな印象を与える可能性があります（フィリピンナーの場合は半袖でも問題なし）。正式なドレスコードとして、女性は夜の式ではノースリーブ、昼間の式では長袖が推奨されます。

また、テーマカラーが指定されることも多いため、事前に主催者に確認しましょう。式には案内された時間通りに到着するのが望ましいですが、披露宴は移動などの影響で開始が遅れることもしばしばあります。

#### <結婚祝い>

ご祝儀を持参するのが一般的。相場は3,000～10,000ペソです。

ニノン・ニナン（後見人／God Parents）の場合は、10,000～30,000ペソ前後が妥当とされています。家柄や会場によって相場が異なるため、周囲の人に確認しておくとう安心です。ご祝儀袋（Money Envelope）は、ナショナルブックストアなどで購入可能です。

また、贈り物のリクエストリストが送られてくる場合は、それに従うのが基本です。リクエストがない場合は、現金を包むか、自由に選んだプレゼントを当日持参するとよいでしょう。

### ●**お通夜と葬儀**

#### <ドレスコード>

お通夜は通常4日から1週間にわたって行われますが、親族や親しい友人でない限り、お通夜のみでの参列で問題ありません。多くの人が仕事帰りに立ち寄るため、服装のルールは厳しくなく、派手すぎなければカジュアルな服装でも差し支えありません。日本と同様に喪服の着用は、違和感を与えるため避けましょう。会場に着いたら、ご遺族に挨拶をした後、故人に別れを告げ、30分ほど滞在するのが一般的です。

最終日には告別式が執り行われ、ミサや火葬などの儀式が行われます。参列できるのは、親族や招待された友人などに限られています。

#### <供物>

会社で花輪を贈る場合は、お通夜の初日までに届くよう手配しましょう。相場は3,000ペソ以上です（個人で送ることはあまりありません）。

香典の相場は3,000～5,000ペソですが、関係性によって異なります。カトリックの習慣として、「Mass Card（マスカード）」と呼ばれるカードを贈ることもあります。これは故人の名前が記載されたもので、教会で購入可能です。友人同士で1枚を贈るのが一般的とされています。

#### <オンラインフラワーショップ>

FLOWERSTORE.PH: flowerstore.ph

## 誕生日

フィリピンでは、日本とは逆に、誕生日を迎えた人が周囲にごちそうする習慣があります。特に職場や学校では、誕生日の本人が同僚や友人に食事を振る舞うのが一般的です。オフィスでは、ピザやジョリビーの子キンなどが振る舞われることが多く、友人との外食では誕生日の人が会計を持つのが一般的なようです。

## メリエンダ

メリエンダ（Merienda）とは、フィリピンで親しまれている軽食（スナック）を楽しむ習慣。スペイン語由来の言葉で、午前10時頃（朝食と昼食の間）や午後3時～5時頃（昼食と夕食の間）に軽食を取ることを指します。フィリピンでは、友人や同僚と会話を楽しみながら食べるのが一般的。カフェやストリートフードの屋台でも気軽に楽しめる、フィリピンの食文化の一つです。

## 2025年の祝日一覧



フィリピンの祝日は直前の公式発表によって変更される場合があります。変更情報は、フィリピン共和国官報（Official Gazette of the Republic of the Philippines）の公式Facebookページで随時更新されています。

1月1日(水)	New Year's Day	8月25日(月)	National Heroes Day
1月29日(水)	Chinese New Year	10月31日(金)	All Saints' Day Eve
3月31日(月)	Eid al-Fitr	11月1日(土)	All Saints' Day
4月9日(水)	Araw ng Kagitingan	11月30日(日)	Bonifacio Day
4月17日(木)	Maundy Thursday	12月8日(月)	Feast of the Immaculate Conception of Mary
4月19日(土)	Black Saturday	12月24日(水)	Christmas Eve
5月1日(木)	Labor Day	12月25日(木)	Christmas Day
6月6日(金)	Eid al-Adha	12月30日(火)	Rizal Day
6月12日(木)	Independence Day	12月31日(水)	Last Day of the Year
8月21日(木)	Ninoy Aquino Day		



# 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**  
☎0917-816-5128(新田) ✉ [yasujiyonitta@gmail.com](mailto:yasujiyonitta@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**  
✉ [aogakumnl@gmail.com](mailto:aogakumnl@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** ✉ [SUGAWARA-MYUKI@marubenicom](mailto:SUGAWARA-MYUKI@marubenicom) (菅原)
- ▶ **フィリピン赤門会 東京大学** ✉ [thoshino@adb.org](mailto:thoshino@adb.org) (星野)
- ▶ **マニラエルム会 北海道大学** ☎0916-373-4427(事務局)

## 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.tsurikichiclub@gmail.com](mailto:lapulapu.tsurikichiclub@gmail.com) (渡辺)

プライマー食探訪——気になるあのお店にインタビューしてお伝えします!

# 嘉

ハンバーグ  
嘉

## あの、原宿と表参道の行列ができる人気店「ハンバーグ嘉」がBGCに初出店!

東京・表参道のグルメシーンで、ひと際注目を集める炭火焼ハンバーグ専門店「嘉(よし)」が、ついにフィリピン・BGCに上陸します! 台湾、韓国でも成功を収めたこの名店が、次の舞台としてフィリピンを選んだ理由は? そしてどの国でも日本と変わらぬ味を届ける”というお店の信念とは?

日本のハンバーグ嘉(Hamburg Yoshi)のオーナー・Yoshiさん(安川 嘉紀氏)に単独インタビューしました。

ハンバーグ嘉のハンバーグの特徴は、焼き上がる香ばしい香り、口に入れた瞬間に広がる肉汁、そして炊きたてのふっくらご飯。——その究極の組み合わせが、多くの食通を虜にし、連日行列を生んでいます。

### 焼肉店からハンバーグへ。新たな挑戦!

——ハンバーグ嘉(よし)をどうして作ろうと思ったのですか。

**Yoshiさん** 私はもともと北海道・札幌市内で焼肉店を24年間、経営していました。牛を一頭買いし、すべての部位を使い切るというスタイルのお店です。ですから肉に関する知識は豊富でしたし、いろんな部位が美味しく食べられるとあって、焼肉店は常に満席の状態が続いていたんです。

しかし、2020年にコロナ禍の直撃を受けました。特に札幌は厳しい状況で、街から人通りが消え、お店も予約が次々にキャンセル。私の焼肉店は団体利用が多かったため、感染対策の規制で客足がぶつくり途絶えてしまったのです。

そこで何か新しいことを始めよう! 個人客をターゲットにした新しい業態はどうだろうか? 経験を活かして何ができるだろう? と考えたすえ、ランチ営業が主体のハンバーグ専門店を思いつきました。いろいろと試行錯誤を重ねたのですが、結果、「これは専門店としてやる価値がある」と確信し、焼肉とは別にハンバーグ店を立ち上げることにしたのです。

### 表参道への出店。そしてフィリピンへ

——札幌ではなく、東京を選ばれたのはなぜでしょうか?

**Yoshiさん** コロナ禍は数年で落ち着くだろう、そして、新しい挑戦をするなら東京が良いと考えました。特に表参道は、東京のなかでもファッ



ハンバーグ嘉  
オーナーのYoshiさん  
(安川 嘉紀氏)

ョンやグルメの最先端のショップが集まり、アンテナの高い人が集まるエリアです。私は女性客にも来てもらいたいと思いました。一人でも入りやすい雰囲気を作るために、カウンターのみで温かみのある木目調の内装にこだわりました。

おかげさまでオープン直後から行列ができ、大変ありがたいことに、多くのお客様にご支持をいただいています。

——海外展開として、台湾・韓国に続きフィリピンにも出店されるわけですが、フィリピン市場についてどのように考えていますか?

**Yoshiさん** 今回、フィリピンのBGC(ボニファシオ・グローバルシティ)の6ストリート附近に出店します。BGCの中でも、日本で言うと表参道のようなエリアです。高級感がありながら、多くのハイエンドの人が集まるエリアです。

フィリピンでの展開は、パートナーとのご縁が

大きいですね。彼女はビジネスに対する情熱があり、経営者としてもしっかりされています。そして実際に日本の店舗でハンバーグを食べて、「絶対にフィリピンでやりたい!」と情熱的にオファーしてくれたんですよ。それが決め手になりました。

### 「嘉」のこだわりハンバーグの秘密は?

——「嘉」のハンバーグは、どのようなこだわりがあるのでしょうか?

**Yoshiさん** 最大のこだわりは、「毎朝店内で挽きたての肉を使うこと」です。

一般的なハンバーグ店では、あらかじめ挽かれた肉を仕入れて調理していますが、「嘉」では塊の肉を仕入れ、毎朝店内で挽いてハンバーグを作っています。そうすることで、肉本来の旨味を最大限に引き出すことができるんですよ。





# ハンバーグ嘉

# BGCに近日オープン

## Hamburg Yoshi – Coming Soon to BGC!

また、炭火で焼き上げることで、肉の余分な脂を落としながら香ばしさが引き立ちます。

普通の鉄板で焼くハンバーグとは異なり、あっさりとお食べられるのが特長です。女性のお客様でも270g(90g×3個)のハンバーグをべろりと完食される方が多いですね。

もう一つのコダわりは、ご飯です。常に炊きたての状態でご提供し、お米は日本産を中心に、その時々で最適な品種をブレンド、3台の炊飯釜をフル稼働させてお出ししています。

——フィリピンの店舗では、日本と同じ味で提供するのですか？

**Yoshiさん** はい、基本的に味の変更は一切しません。どの国でも「嘉」の味を求めて来てくださるお客様がいる以上、日本と同じクオリティを維持してご提供したいと考えています。

台湾や韓国でも、味を変えずに展開しており、

非常に好評をいただいています。

フィリピンでは甘めのグレイビーソースが人気ですが、あえて「嘉」独自のデミグラスソースをそのまま提供する予定です。

### フィリピンのスタッフとの連携も万全!

——フィリピンの店舗ではどのように日本のサービスをスタッフに教育をされていくのですか。

**Yoshiさん** 今回、フィリピンのスタッフ5名が日本で研修を受けました。彼らはとても勤勉で、接客のホスピタリティも高く、素晴らしいチームになると確信しています。

オープン時には、私と日本のスタッフも現地に行き、直接指導を行います。また日々のオペレーションは、日本とオンラインで繋ぎながらフォローし、日本のクオリティでそのままご提供できるように努めています。

### 今後の展開と皆様へのメッセージ

——フィリピン初出店となりますが、今後の展開についてお聞かせください。

**Yoshiさん** フィリピンのBGC店を成功させ、その後も東南アジアを中心に拡大していきたいと考えています。すでにタイへの出店が決まっており、欧米からのオファーもあります。

しかし、どの国でも「嘉」の味を忠実に再現することを最優先にしています。現地の味に寄せることはしません。なぜなら、その国の味に寄せたところで、現地の料理には絶対に敵わないからです。「嘉」らしさを守ることが、結果として世界中

のお客様に愛される秘訣だと思うんです。

——最後に、フィリピンの皆様へメッセージをお願いします。

**Yoshiさん** フィリピンでも、本当に日本と変わらない最高のハンバーグをご提供します。

すでに多くのフィリピンの方が日本の店舗を訪れてくださっていますが、「日本に行かずとも、日本と同じ味が楽しめる」というお店にしたいと思っています。

ぜひ、BGCのハンバーグ「嘉」に足をはこんでいただき、お肉の味を最大限に引き出した当店自慢のハンバーグをご体験ください!



**The Verve Tower 1,**  
26th Street corner 7th  
Avenue, Bonifacio Global  
City (BGC), Taguig City

**営業時間**  
11時~20時

**0917-149-2750**



*Banana Turon*



*Ginataang  
Halo-Halo*



**sentro**  
1771

The First In Modern  
Filipino Cuisine

# TREAT YOURSELF TO A TASTE OF CLASSIC PINOY MERIENDA OR DESSERTS!

本場のピノイ・メリエンダ&デザートで、贅沢なひとときを。

*Maja  
Blanca*



*Puto Bumbong*



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

# meiji

## Experience the Sweet News

Meiji's Official Shops Now on Shopee and Lazada

SHOP NOW



Lazada



# Meltykiss

Savor the premium seasonal chocolate as it melts like snow!

Scan now to shop Meiji chocolates!

Now offering Japan's highly popular winter-limited chocolate, **Meltykiss**



**SPECIAL TREAT ALERT**

Get a limited-edition Meiji bag when you shop at our official stores



Don't miss out on exclusive deals

Follow us on social media for the latest updates!



Meiji Philippines Powered by Grand Dragon



@meiji.ph





# UNAKICHI

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  
 ①11:30~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げれ!

## 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




## 串ざる本舗 Kushizaru Honpo

串ざる本舗

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



## 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

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  
 ④ ODEN HOUSE Japanese Restaurant



## 一本堂 麺屋 IPPONDO

MENYA

JIRO KEI RAMEN

住所: リトル東京(Little Tokyo Makati)  
 電話: 0910-939-6492  
 営業時間(月~金):16:00pm~05:00am  
 営業時間(土~日):11:30am~05:00am



## 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  
 ☎0916-439-2714(GLOBE)  
 月一日 11時半~翌5時

BGC  
 移転準備中  
 (詳細が決まり次第お伝えします)

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

※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。



Koki Oda  
EXECUTIVE CHEF

**WAGYU REN**

GF-B. 4347 SIX AXIS CENTER, B. VALDEZ ST., POBLACION,  
MAKATI CITY, PHILIPPINES, 1210

**FOR RESERVATION**

**PLEASE CONTACT US AT 09171255127**

✉ [wagyurenmakati@gmail.com](mailto:wagyurenmakati@gmail.com) [wagyu ren](https://www.facebook.com/wagyu-ren) [wagyurenph](https://www.instagram.com/wagyurenph)



WAGYURENPH

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

生ハムイニオンサラダ

五目あんかけラーメン

自家製 つくね

富崎牛A5ステーキ

塩辛じゃがバター

- 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 65名様まで、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

☎ **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)

平日ランチ営業&お弁当  
テイクアウト始めました!

We are Musashi Group!!  
since 1967

Address: 3rd Floor Al Fresco One Ayala Mall, Ayala Ave Makati City Philippines

**むさしとんかつ**  
MUSASHI TORIKATSU

むさし しゃぶしゃぶ / しゃぶしゃぶ / しゃぶしゃぶ / しゃぶしゃぶ

**¥290**

ラーメン 和食 MUSASHI-TEI  
One ayala mall  
3rd Floor Al Fresco One Ayala Mall  
Ayala Ave Makati City Philippines

江戸の華 ざるそば 梅 ¥1,080 竹 ¥1,240  
Edo no Hana Zaru Soba 桜松 Matsu ¥1,550  
Una-Ju (Rice Box Topped w/Grilled Eel) with Zaru Soba

海老フライ  
Ebi Fry ¥480  
Shrimp Fry

お刺身6種盛 ¥1,400  
Osashimi 6 Shu Mori Assorted Sashimi 6 kinds

TEL: 84254746 CP+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!!

Facebook

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**  
ゴルフ後の仕上げに最適(駐車場完備)

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

お陰様で創業から**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

旨味の決め手は**スープ**にあり  
月替りのお勧め品で日本の旬をお届け

喫煙席・禁煙席、テーブル席・座敷席・個室(22名迄対応可)をご用意してます。

**相撲茶や関取** Japanese Restaurant SEKITORI <http://www.sekitori.asia>  
☎ 02-8802-3573 / 0917-509-7612 営業時間: 11:00 - 14:30 / 17:00 - 23:00 (日曜~22:00)  
Little Tokyo, Chino Roces Ave., Makati City 定休日: 無 座席数: 160席 個室: あり

フード・レストラン

外食・飲食

お祝い・パーティー

お祝い・パーティー

お祝い・パーティー

※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。











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



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



FOOD MENU





近江和牛の特徴でもある口の中で「とろけてしまう」食感や近江和牛ならではの肉の「甘さ」を最大限に引き出している日本人シェフ井澤。皆様のご来店を心よりお待ちしております。

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



リニューアルオープン!!!

**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)








**“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





**九** KUHEIJI 1647  
**黒龍** KOKURYU  
**七賢** SHICHIKEN

【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

## 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ペイストリーやケーキをご用意しています。



店内でお食事もできます 日本人パティシエが監督しています

**BEBE ROUGE**  
 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 f PatisserieBebeRouge

材料は毎日手作り!

**KAITENYAKI** Japanese Dessert

お土産に是非!!

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



**ORIGINAL FLAVOR**  
 Red Beans | Chocolate | Cheese | NEW Ube

**MATCHA FLAVOR**

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・ケンシディ  
 地上階-K011 ウォルターマートアンティポーロ 11月15日オープン  
 ウォルターマートピクータン  
 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・カビテ  
 プレミアプラザ / SMスーカット

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

TEL 0945-481-4038

## 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。自家製パスタ、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  
 ② Mangiamo Ristorante Makati



フード・レストラン

旅行・観光

美容・ファッション・医療

学習・教育

ビジネス

# Good Morning Wines

日本ワイン



Location



Instagram



Reservation

Unit M1, Prince Tower, 14 Tordesillas St.  
Salcedo Village, Brgy. Bel-Air, Makati City  
Metro Manila, Philippines

✉ info@goodmorningwines.com

G — M — W

## 「伝統と革新が織りなす、至福の味わい」

ロックウェルのザ・プロセニウムに佇む Carmelo's Steak House は、時代を超えた料理芸術と家族の伝統を今に伝える場所。創業者 Carmelo Santiago (カルメロ・サンチャゴ) の vision に触発されたこのレストランは、瞬く間に伝統と革新の完璧な融合を求める美食家たちの灯台となりました。

今日、その灯は娘 Cristina (クリスティーナ) へと受け継がれています。家族のキッチンで豊かな香りに包まれて育った彼女は、父の vision を尊重しつつ、すべての料理に現代的な創造性を吹き込んでいます。



Carmelo's では、一食一食が単なる食事体験を超えた、遺産、情熱、そして卓越した料理の祭典です。ぜひ一度お越しください。一口ごとに物語が紡がれる、至福のひとつときをお約束いたします。

# HAPPY HOUR!

20% OFF  
ALL ITEMS

MON-FRI  
2-6 PM

BAR  
PinXos  
TAPAS Y MÁS

+63 917 329 2332

@barpinxos

\*terms & conditions apply

# CASA DE CARNES

THE HOUSE OF BEEF



LA CABRERA

6750, MAKATI  
+63 905 290 0703

EDSA SHANGRI-LA  
+63 967 236 7940

dr.wine  
POBLACION

# Oyster PLATTER

フランス・マレンヌ＝オレロンに、1939年創業の家族経営の牡蠣養殖場があります。伝統的な低密度養殖と、開放的な海域やクレールでの長期熟成を守りながら、高品質な牡蠣を育て続けています。なかでも「フィヌ・ド・クレール」は、海の恵みをたっぷりと受けたクラシックな品種。繊細な味わいと豊かなヨード香が特徴で、素材本来の美味しさを堪能するのに最適です。この極上の牡蠣を、毎週空輸で直送。レストランでは最高の鮮度を保ちながらご提供しています。ぜひ、一口で広がる本場の味をお楽しみください。

BOOK YOUR TABLE NOW: 0917 563 8811

FOLLOW US ON: DRWINE.POBLACION DR.WINEPOBLACION  
5921 ALGIER STREET, POBLACION, 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

2025年、特別なひとときを。シグネチャー インダルジェント デザート

スペインの心を込めて、伝統と大胆な味わいを詰め込んだスペインデザートをお届けします。

**ぜひご来店ください**

VISIT US HERE



#HAVEATERRYSMOMENT

# azuthai

タイ人シェフ・Kanjana氏とPanisara氏による、本場のタイ料理の数々をお楽しみください。

私たちは、2016年からタイ商務省から「Thai Select Seal of Approval」を授与されております。品質と伝統が保証された本格的なタイ料理の魅力を、ぜひご堪能ください。



☎ 02 8817 6252 | 02 8813 0671

📞 0927 136 1306

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

✉ [jgamboa@azuthai.com](mailto:jgamboa@azuthai.com) 🌐 [www.azuthai.com](http://www.azuthai.com) 📷 @azuthai\_makati



# El Auténtico Asador

THE ORIGINAL BASQUE ASADOR

PRIVATE SPACES AVAILABLE



**Txak**  
asador | restaurante

ESTEBAN STREET, LEGAZPI VILLAGE, MAKATI CITY

+63 956 047 3224 | +63 28556 7683

メニューが新しくなりました。  
皆様のご来店をお待ちしております。



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

## Manduca マンドウカ

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

- 📍 1/F Commerce Center Bldg, Bgc 31St cor.4th Ave., 1634 Fort Bonifacio
- ☎ 0917-146-4852
- 🕒 8時~24時
- 🌐 <https://www.facebook.com/manducamnl>
- 🌐 [https://www.instagram.com/manduca\\_mnl/](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).



### the cedar room

WHISKY & CIGAR LOUNGE

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あるタバコサロンです。芳醇なシガール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



# 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

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

**est**  
BAKERY · CAFE

@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!  
SMオーラ (BGC) で  
ステキなカフェ時間

おかげさまで大好評!

※毎日提供  
※12時~4時オーダーは90分まで  
※ご予約がまかなくても利用いただけますが、  
数に限りがありますので、お早めにご利用ください  
※ベント小さなお子様のご利用も大歓迎です。





メニューはこちら

**Da Gianni Cucina Italiana**  
ダ・ジャンニクチャー・イタリアーナ

何世代にもわたるイタリアの味を、  
愛と情熱をこめてお届けします。  
ようこそ! アラバンの  
ダ・ジャンニへ。



持参するとビール1本無料。  
あなたの手元にあるPrimer Magazineの広告付きのコピー  
または 最近の日本からの到着時の搭乗券!

マニラへようこそ! ダ・ジャンニでごゆっくりお過ごしください。

0917 167 8350 or 0908 815 3856 02 8839 0176 Inquiries@daggiannimanila.com dagiannimanila.com @daggiannimanila

**一本槍**  
IPPONYARI  
JAPANESE RESTAURANT

日本食を日常に。  
約300種のメニューをお楽しみください

サンタロサ店 | カランパ店 | カビテ店 | リマ店 | アラバン店

ipponyarijapresto ipponyari



**KUROFUNE 黒船**

二ホンウナギ使用  
秋田こまち・特製タレ

鰻屋黒船がマラテで営業中

この広告写真を提示で、お会計から**10%割引** (食事のみ適用)

G-H1 Malate Bayview Mansion,  
1781 M. Adriatico St., Brgy. Malate,  
Manila City, Metro Manila  
1004 Philippines

営業時間  
11:00AM - 翌1:00AM  
TEL 0954 315 6796





お店は建物1階右奥にあります。

**WOODEN HORSE STEAKHOUSE**  
ウッド・ホース・ステーキハウス

**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






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

※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



## 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

# 山里

YAMAZATO  
JAPANESE FINE DINING

日本の伝統を季節の味わいとともに  
山里の懐石、おまかせ料理で季節を感じてみませんか

2 Portwood Street, Newport World Resorts, Newport City, Pasay City 1309.  
+63 2 5318 2888 • [hotelokuramanila.com](http://hotelokuramanila.com)



# 博多のもつ鍋 専門店

博多もつ鍋専門店  
鼻の姉妹店がマニラに上陸。

鮮度◎旨◎食感◎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。  
ゆず胡椒をお好みで。



**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**  
福岡博多のソウルフード!毎日、行列で賑わう王道の1品がマニラに初上陸!自慢の特製辛味噌を絡めて食べるのがオススメ。

みなさまのお越しをお待ちしております。

博多鍋いちばん Hakatanabe Ichiban

**(0952) 520 1808**

@ICHIBAN-HAKATA  
ichiban\_hakata  
Ichiban Hakata Nabe Restaurant Philippines

1767 A. Mabini St., Malate, Manila 1004  
(営) 16時～翌深夜0時迄(L.O.23:30)

Hakatanabe Ichiban

A Mabini St. Remedios St. Padre Ignacia St. Arifino St. Remedio's Corner. Japin Bacolod St.



LINE



お店外観



Mabini St.沿いのホテルロビー



店内

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



# OHAYO

## FILIPINAS!

Make Good Mornings Brighter



**CREAMY CORN**

**Soup & Go**

INSTANT SOUP



**CREAMY POTATO**

**Soup & Go**

INSTANT SOUP



**CREAMY PUMPKIN**

**Soup & Go**

INSTANT SOUP





VISIT OUR WEBSITE

**MONTHLY TUNA SHOW**

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

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

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

0919 0000 666

0961 6910 342

### 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

## KAGRA

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

バサイ市カルティマールの  
G-3 Commercial Arcade and Suites  
2209 Laveriza St. Cartimar  
1階中ほど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ールの  
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階中ほど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。

当社のソーシャルメディアアカウント  
(LINE, FB, Messenger, Viber)  
をスキャンしていただく、迅速かつ確実な問い合わせが可能です。

**KAGRA MART**  
CARTIMAR RD.  
LAVERIZA ST.

☎ +63945 534 7689  
☎ 02 8660 1988  
☎ +63945 534 7689  
✉ fuku.kakra08@gmail.com

## 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

詳しくはこちらから

**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!

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/>





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

Glico Pocky Share Happiness

DISCOVER THE TASTE OF HAPPINESS

NEW IMPROVED POCKY

High in Fiber CRISPIER & FASTER

SCAN & GET EXCLUSIVE DEALS ONLINE

Shopee Mall LazMall VISIT FOR MORE INFORMATION

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 秀彦 Shuma Hanai

**EcoRing**

買取専門店 エコリング

営業時間：10:00 ~ 19:00 (予定)  
定休日：毎週水曜日 (予定)

25th Streets, BGC, Taguig City RCBC A.T. YUCHENGO CENTRE G/F

Facebook WEB

# J!NS

快適でストレスフリーなかけ心地と日常を自分らしく楽しめる  
デザイン性を兼ね備えた「おうち時間に替えるメガネ」

Just Roll with It.

J!NS HOME

SM Megamall | SM Aura | SM Makati | SM MOA |  
Robinsons Manila | Ayala Trinoma | Greenhills | OPUS

※25年2月に OPUS 店がオープンしました

# BUY & SHIP

西松屋 高屋書店 Creema Rakuten FEERICHELU 成島屋

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!

日本のオンラインショップでのお買い物を、Buy&Shipがあなたのために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

Buyandship Philippines buyandship\_ph buyandship.ph www.buyandship.ph

日系テナント  
国内最多数レベル  
フィリピン

NITORI THE MATCHA TOKYO FULLY BOOKED Kinokuniya %ARABICA Wacoal SHISEIDO HOPE KANEBO CITIZEN PARIS MIKI ONDAYS GS Grand Seiko ORIENTSTAR MASTER DICKY Tokyo 丸久 千寿 丸久 SNIDEL FRAY I.D. DAISO ダイソー MITSUKOSHI BGC MITSUKOSHI Beauty MITSUKOSHI FRESH KEYCOFFEE 丸久 SHABURI Saboten 丸久 MITSUYADO SEI-MEN 丸久 kidzooona cuddle KATSUDONYA SAIKO 丸久

フィリピン初の日系ショッピングモール

8th Ave. Corner 36th St. Grand Central Park, North BGC, Taguig, Mitsukoshi BGC  
Instagram @MITSUKOSHI\_BGC

営業時間 月曜から金曜 11時から22時  
土・日・祝日 10時から22時

※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。

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](http://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

## 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/>

旅行・趣味

美容・ファッション・医療

生活・娯楽

ビジネス

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!!

SUBSCRIBE

会員様のリアルな声を  
Youtubeから覗いてください

Orange Fitness Club

## 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)

オーナー高橋皇文(左)



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 | Summer Cruise Diving Resort | Twitter summercruise88  
maki3677@gmail.com | 0969-241-7880 | www.asiacruise77.net | 住所 Brgy. Balite, San Luis, Batangas

## 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
- イハワ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



## 88 HOT SPRING 温泉



**GIRAFFE BOUTIQUE HOTEL**  
PET FRIENDLY HOTEL

**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



**HIBARI CLINIC**  
ひばりクリニック

日本人スタッフ  
常駐

年中無休

オンライン診療

海外旅行傷害保険利用可

診療 09:00~13:00  
時間 14:00~18:00

総合診療科  
予約優先制

※ウォークインの場合は待ち時間が長くなります

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



●日本語対応可能  
●最新デンタル機器完備

**Acero Dental Center・Acero Dental Clinic**  
アセロデンタルセンター (マカティR&E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

最先端のCAD/CAMを完備

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。

Orthero Clear Aligner

医療サービス

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

Tel: 02-8852-3622  
Mobile: 0917-894-7005 (日本語可)

営業時間: 9時~17時 (月曜日・祝日休診)

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

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



**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。

【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 36th St. Grand Central Park, BGC, Taguig customercare@jepc.ph  
0917-116-5321 (青柳) 0917-104-7255, 8567-6170

# SHARP

## JAPAN TECHNOLOGY



**AH-XP25YHF**

**2.5HP**

Also available in  
1.0 HP, 1.5 HP  
and 2.0 HP



## BEAT THE HEAT WITH MAXIMUM COOLING COMFORT

暑さを吹き飛ばす、極上の涼しさを！



with  
**BABY MODE**  
ベビーモード搭載

**J-TECH INVERTER**



# MAXIMIZE YOUR COMFORT AND SAVINGS THIS SUMMER SEASON WITH LOWEST TEMPERATURE



\*Based on previous models

この夏、もっと快適に、もっとお得に。過去モデルと比べて最も低い温度設定で、涼しさを最大限に!!

## STANDARD SPLIT-TYPE 標準型スプリットタイプ



**プラズマクラスターイオン技術**  
空気中のウイルスや細菌を最大99.9%抑制!

### AH-XP25BMF 2.5 HP

(Also available in 1.0 HP, 1.5 HP and 2.0 HP)

- 14° C Temperature Setting
- J-Tech Inverter Operation
- Plasmacluster Ion Technology
- Eco Mode



HIGH-DENSITY 7000

**J-TECH INVERTER**

## ENTRY SPLIT-TYPE エントリーモデルスプリットタイプ



### AH-X25BEF 2.5 HP

(Also available in 1.0 HP, 1.5 HP and 2.0 HP)

- 14° C Temperature Setting
- J-Tech Inverter Operation
- Coanda Airflow
- Eco Mode



**J-TECH INVERTER**

## WINDOW TYPE (REMOTE CONTROL)

### INVERTER

### AF-XG20ZCF 2.0 HP

(Also available in 1.0 HP and 1.5 HP)

- Inverter Operation
- Time and Sleep Function
- Self-Diagnosis



## WINDOW TYPE (MANUAL CONTROL)

### AF-T1522CM 1.5 HP

(Also available in 0.5 HP and 1.0 HP)

- Mechanical Control
- Auto-Restart
- R32 Refrigerant



also available with remote control unit



**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

**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**

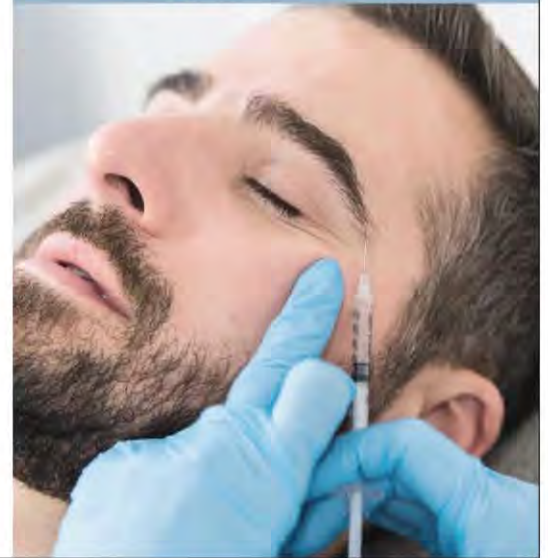
年齢を感じさせない美しさを手に入れませんか?

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



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

医師が開発したメダカ由来プラセンタ  
**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



**FORTUNE ESTHE**  
**BEAUTY CLINIC SALON**  
美肌脱毛・フェイシャル・IV DRIP

**OPEN** 営業時間  
月・水木土日  
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!

**BGC (NEW OPEN!)**  
TEL: 0962-910-7644  
Unit 506, 5th floor C2 Building,  
Bonifacio High Street, BGC Taguig

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

**PARANAQUE**  
TEL: 0960-466-8759  
Unit H, VCD Bldg. 9/ Dona Soledad,  
Ave. Don Bosco, Paranaque

脱毛両ワキ  
5セッション  
999 ペソ

ヴィーナスフリース  
お腹・ウエスト  
1,999 ペソ

グルタチオンDRIP  
1 セッション  
1,499 ペソ

ピコレーザー  
顔 1 セッション  
1,499 ペソ

**ASIAN MASSAGE**  
HOTEL & HOME SERVICE  
아시안 마사지

PREMIUM  
SINCE 2005

ED A

**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年以上にわたり、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!

**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 \* (02) 700-15761  
マラテ: 0917-8172748 \* (02) 700-57317

**厳格にマッサージのみのサービスです**

f ASIAN MASSAGE @ asianmassageph 📞 Asianmassageph



サービス内容



フランチャイズ情報



支店情報



# EVIE&CO. MANILA

## アートメイク

繊細で美しいアートメイクを、  
今すぐマカティで手に入れましょう。

QRコード

韓国の専門家が直接施術する、自然で精巧なアートメイク。✓  
あなただけのオーダーメイドデザインで、特別な美しさを引き出します。

アートメイクの専門家養成講座もご提供しています。

EYEBROWS SCALP LIPS TRAINING

EVIEADNCO\_MANILA 02 8890 0538 | 0917 170 7504  
2704, Centuria Medical Makati, Makati evieandco\_manila@icloud.com

# KIYOSA Japanese Total Beauty

2014年開業の老舗日系サロン

QRコード

Nails Eyelash Hair

高材・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。

QRコード

- BGC本店  
- Makati店  
- 三越BGC店

Jun スタイリスト歴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 スタイリスト歴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

Eye Refresh Salon ORIGAMI

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

目元パッチリ  
目元しわスッキリ

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	20min	30min
PHP	PHP	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

# Hiraya Massage

メトロマニラNo.1のマッサージ!  
疲れを癒し、心もリフレッシュ!

マッサージメニュー:

- スウェディッシュマッサージ(2時間) P1000ペソ
- 指圧マッサージ(2時間) P1000ペソ
- コンビネーションマッサージ P1100ペソ
- ツインマッサージ(2名同時施術) P1800ペソ

対応エリア:  
パサイ、マラテ、マカティ、  
パラニャケ、アラバン、  
オルティガス、ケソンシティ

0915-091-7954

24時間営業!

ご自宅・ホテルへのお出張  
サービス対応いたします!

QRコード

# 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。 自宅やホテルへ出張します。

QRコード

# いつでも好きな時に過去の コラムをご覧ください

気になるコラムを見逃した方は、  
プライマーWEBサイトまで

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

WEBでしか読めない特別な記事バージョン  
もあるので要見です!!

検索 プライマー コラム



**EUPHORIC HANDS**  
MASSAGE SPA

**OPEN 24 HOURS**

## Refresh & Rejuvenate

**サービス内容**

- 指圧マッサージ
- リラックス・スウェディッシュマッサージ
- コンビネーションマッサージ
- ホットストーンマッサージ
- 伝統的なフィリピン・ヒロットマッサージ
- 産前・産後マッサージ
- ツインマッサージ

**+63968 608 3446**

Facebook: Euphoric Hands  
Instagram: Euphoric Hands  
Website: <https://euphorichandspa.com/>

**対応エリア**  
当店は以下の地域でサービスを提供しております:  
ケン市、マンダロン、パシッグ、オルティガス、グリーンヒルズ、マカティ、バサイ、マニラ

# 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**

Pasay~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

Facebook: Le Paradis Spa




**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 + 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: バサイ市・アラバン・マニラ市・ポニファシオ・グローバル・シティ (BGC)  
●オルティガス・センター・マンダロン市  
特典: ロイヤルティカード (8回目のご利用は無料)



**BEST 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。

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	キディマッサージ(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

マカティエリア以外は2時間から起ります。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

**サービスエリア**  
マカティ、バサイ、タギッグ、マラテ、オルティガス、パシッグ、パラニャーク、アラバン、メトロマニラ

LINE WECHAT VIBER WHATSAPP TELEGRAM

<http://www.facebook.com/lbchanmassageservice> [www.lbchanmassage.com](http://www.lbchanmassage.com)



# プライマースタッフブログ

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

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

**PRIMER**

プライマー ブログ 検索



# すべてのウィズキッズへ! フィリピンの日系幼稚園から

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こ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

## フィリピンで子育てをするうえで、気を付けることは何ですか?

フィリピンでお子さまを育てるにあたり、安全・衛生管理の重要性を意識することは不可欠です。「フィリピン人は子どもに対して寛容で、妊婦や高齢者を大切にしている」と私だけでなく多くの日本人が抱く印象でしょう。しかし、一方で強盗や誘拐事件が発生しているのも事実です。フィリピンでの子育ては、日本とは異なる環境であることを理解し、日々の安全対策をしっかり行うことが求められます。

また、多くのご家庭が駐在員の帯同家族であるため、お勤め先への影響も考慮した安全・衛生管理が必要です。重度の怪我や感染症にかかることは、ご家庭だけでなく、勤務先にも影響を及ぼす可能性があります。企業の総務・人事担当者が駐在員の安全確保に多大なコストを費やしている現状を踏まえ、不要なリスクを避け、安全管理を徹底することは大切な責任の一つと言えるでしょう。

そこで、以下のポイントをまとめました。

### 1. 安全面への配慮

#### 遊び場の選定

フィリピンには安全な地域もありますが、子どもだけで公園で遊ばせることは避けましょう。必ず保護者の目が届く場所で遊ばせることが大切です。また、公園を選ぶ際は、警官の巡回があるか、どのような保護者や子どもたちが利用しているかを事前に観察することをおすすめします。

### 2. アレルギー・感染症対策

食物アレルギーをお持ちのお子さまは、食べ慣れたものを選ぶことをおすすめします。万が一、アナフィラキシーショックなどの緊急事態が発生した場合、日本のように10分前後で救急車が到着することは期待できません。適切な対応ができる環境を整えることが重要です。

また、お子さまがよく過ごす施設が、消毒や換気対策を徹底しているか事前に確認しましょう。施設で流行している感染症や感染者数の情報を把握し、必要に応じて行動を制限することも大切です。感染症はお子さまだけでなく、ご家族にもリスクをもたらす。保護者の勤務状況にも影響を及ぼす可能性があります。仕事や日常生活に支障をきたさないよう、事前に対策を講じましょう。

### 3. プライバシー保護

不要な写真撮影には、応じないようにしましょう。近年、AIによる写真の悪用が問題視されており、フィリピンでもそのリスクが指摘さ

れています。撮影した本人に悪意がなくても、SNSにアップロードされた写真が思わぬ形で拡散する可能性があります。もしカメラを向けられた場合、笑顔で“Sorry, No Photo.”というフィリピン人も快く理解してくれることが多いです。

### 4. 怪我や事故

どんなに気を付けていても、子どもが怪我や事故に巻き込まれてしまうことを完全に回避することはできません。万一の場合に備えて、総合病院の場所の確認やお勤め先担当者の連絡先の把握をしておきましょう。また、病院到着後、海外では医療費のデポジットを要求されることが多くあるため、海外旅行保険のコピーやパスポートをすぐに持ち出せるようにしておくことをお勧めします。

フィリピンでの子育ては、日本とは異なる環境だからこそ、日々の安全管理が重要です。ご家族とお勤め先の両方にとって安心できる環境を整えるために、必要な準備を整えましょう。異国でのお子さまの健やかな成長のために、ご参考いただければ幸いです。

ウィズこども園では、日本の保育環境を重視し、衛生管理と安全管理の徹底に日々努めています。私たちが大切にしていることは、『お子さまとご家族が、ご赴任からご帰国まで健康で安全に過ごせること』です。保護者様アンケートでは、毎年『園の衛生管理・安全管理に関する満足度調査』で、100%の方が「満足」または「どちらかという満足」と回答されています。

お子さまが毎日楽しく、有意義に過ごせるために!



## 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(2022.4.2生~2023.4.1生)

※2025年5月より開設

※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。

3月9日(日)  
13:00~  
入園説明会

お気軽に  
お問い合わせください。

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](mailto:info@whizkids.jp) までご連絡ください。

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学ぼう  
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



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】



オンライン限定  
無料学習相談は

5th  
KYOSHIN group

Kyoshin@Home



資料請求・体験  
授業はMPから



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

f SoroTouch Philippines @ sorotouch\_bgc

住所 Unit 5-509, Avida Cityflex Soho Tower, Taguig

そろタッチフィリピン



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  
PHP 3,000  
PHP 2,650

- 1ヶ月のプログラム
- 週1回、25分
- 4レッスン

ミディアム・コース  
PHP 8,650  
PHP 7,500

- 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  
PHP 46,000  
PHP 12,000

- 1ヶ月のプログラム
- 週1回、2時間
- 4レッスン

ミディアム・コース  
PHP 36,000  
PHP 30,000

- 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。



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"



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

Email: admissions@naismanila.edu.ph

SCAN  
ME



## 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らない、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) へ

【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 @stepfwd314g

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。



# 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



君のミライを、  
切りひらく。  
自宅にしながら、  
わからないことが  
解決できる！

教材無料送付 2025年2月未まで  
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。

お問合せはラインかE-mailをお送りください  
ミライ塾予約LINE<https://lin.ee/hdfnfpd>  
Email: [nfo@miraijuku.info](mailto:nfo@miraijuku.info)



## LIV Dance Academy & Entertainment リブダンスアカデミー&エンターテインメント

### 主催ダンスイベント **PASSIONISM** 3/1(土)開催決定!!!!

PASSIONISM"パッションイズム"には、PASSION(パッション)+RHYTHM(リズム)と、ISMイズム(信念)の意味が込められており、総勢110名のダンサーによる情熱あふれるスペシャルダンスパフォーマンスを披露します。野外にLIV Dance academy特設ステージを設置し、どなたでも自由に観覧いただける入場無料のイベントですので、音楽が好き!!ダンスが好き!!イベントが好き!!テンション上げたい!!皆さま、ご家族やご友人さま、お仕事仲間と一緒にPASSIONISMへお越しください!

3月1日(土曜日)  
場所: BGC ARTS CENTER  
SUN LIFE AMPHITHEATER  
(野外ステージ)  
入場無料  
17:00スタート、19:00終了予定  
※雨天中止の場合あり

LIV Dance academy公式LINE



イベントに関する  
お問い合わせ  
LIVダンスアカデミー  
[life4dance@lib-n-c.com](mailto:life4dance@lib-n-c.com)  
+63-961-116-7000

LIV DANCE ACADEMY&ENTERTAINMENT PRESENTS

**PASSIONISM  
DANCE  
RECITAL**

Hiphop Breakin' K-pop Cheerleading  
And More Special Performance

— SATURDAY/MARCH 1 —  
START 5PM / FREE ENTRY

BGC ARTS CENTER  
SUN LIFE AMPHITHEATER

FOR INQUIRY: LIV Dance academy&Entertainment  
+63 961 116 7000  
[life4dance@lib-n-c.com](mailto:life4dance@lib-n-c.com)

## 在外選挙の制度と 手続について

令和7年の夏には、第27回参議院議員通常選挙が予定されています。

在留届の提出も忘れずに!



### 在外選挙登録資格

- 1 満18歳以上
- 2 日本国籍保有者
- 3 海外に3か月以上居住 (出国時登録申請者を除く)

同居家族による代理申請もできます。

申請者の上記書類と署名入り在外選挙人名簿登録申請書と申出書<sup>1</sup>、代理の方の旅券を御用意ください。  
※申請書と申出書は領事窓口または総務省のホームページから入手できます。

詳しくは、

在フィリピン日本国大使館  
TEL: 02-8834-7508/7514  
Mail: [ryoji@ma.mofa.go.jp](mailto:ryoji@ma.mofa.go.jp)

在セブ日本国総領事館  
TEL: 032-231-7321/7322  
Mail: [cebucoj@ce.mofa.go.jp](mailto:cebucoj@ce.mofa.go.jp)

在ダバオ日本国総領事館  
TEL: 082-221-3100/3200  
Mail: [cojd2@dv.mofa.go.jp](mailto:cojd2@dv.mofa.go.jp)



## 在外投票のためには在外選挙人証の取得が必要です

必要書類を準備し  
申請書に記入、大使館、  
総領事館窓口で登録申請

3か月の居住期間経過後に  
大使館などから住所確認の  
連絡を受ける

選挙人証の受取

### 用意する物

- ・旅券
- ・申請書
- ・居住している事を証明できる書類 (在留届を提出済の方は不要)



### 選挙人証



※選挙人証は郵送又は窓口での受取が選べます

在外投票は次の3つの方法から選択できます

### 在外公館投票



直接日本大使館・総領事館・領事事務所等に向いて投票する方法。

### 郵便等投票



投票用紙等を事前に請求して、記載の上、登録先の選挙管理委員会へ郵送する方法。

### 日本国内で投票



一時帰国した方や、帰国直後で入国届を提出して3か月未満の方は、日本国内でも投票できます。

- 1 平成22年5月に憲法改正国民投票法が施行されました。在外選挙人証をお持ちの方は国民投票にも投票できます。
- 2 平成30年6月から出国時登録申請が始まりました。国外転出する際に市区町村の窓口で申請できます。
- 3 令和5年2月に最高裁判所裁判官国民審査法の一部を改正する法律が施行されました。在外選挙人証をお持ちの方は、国民審査にも投票できます。

# HOT TOPICS in Manila

ゴルフ保険で安心・安全!

**Malayan Insurance Company Inc.**  
(東京海上日動火災保険(株) フィリピン現地法人)

フィリピンのゴルフ愛好家の皆様、ゴルフをより楽しくプレーいただく為にゴルフに関連する各種リスクを保険でカバーしませんか?

昨年、提携60周年を迎えた東京海上×Malayan Insurance Companyは、火災保険や物流保険、自動車保険、賠償責任保険等の様々な損害保険をご用意していますが、今回はゴルフ保険をご案内します。クラブやバッグなどの破損補償に加え、ホールインワン達成時のお祝い金、さらにはプレー中のケガや第三者に対する賠償責任補償までカバーする充実の内容になっています。

フィリピンで安心してゴルフを楽しむために、ご検討されてはいかがでしょうか?

詳しくは、お気軽に担当者までお問い合わせください。



## ゴルフ保険

ゴルファーの皆様向けの専用保険もご用意しています

ゴルフクラブの破損    ホールインワンの際のお祝い金  
第三者をケガさせたり物品を破損した際の賠償責任保険



小菅光浩 / 02-8628-8438 / mkosuge@malayan.com  
林大夢 / 02-8628-8415 / thayashi@malayan.com

京都の昆布やかつお節など  
風味豊かな出汁を使った和食店  
がオープン!

**京都 我流【和食・天ぷら・うどん】**  
Garyu Japanese Restaurant

マラテに、京都風の出汁をベースにした和食店が2月7日にオープンしました。市場で仕入れた新鮮な食材を使用し、名物の天ぷらをはじめ、刺身、だし巻き卵、肉じゃがなどの一品料理に加え、うどんや丼物など多彩な京風のメニューを提供しています。

ランチタイムには、3種類のおばんざいが楽しめる日替わりセット(350ペソ)が特に人気!日本語対応のスタッフも在籍しており、スタッフ同士も仲が良く、温かみのあるアットホームな雰囲気の中で、本格的な日本食を楽しむことができます。ぜひ一度足を運んでみては?

☎ (02) 8364 8545  
Garyu 609 Julio Nakpil, Malate, Manila,  
1004 Metro Manila, Philippines  
(営) 12:00PM - 4:00PM / 5:00PM - 翌3:00AM  
📍 @garyu\_washoku



アラバんに  
毎日24時間営業の日本食料店 新誕生!

**Coop Japan Grocery**  
コープ・ジャパニーズ・グロッサリー

アラバんに、日本製品を専門に取り扱うショップ「Coop Japan Grocery」がオープンしました! 店内には、麺類、スナック、調味料などの食品から、サプリメントや医薬品、衣料品まで、多彩な日本製品が揃っています。

「Coop Japan Grocery」の強みは、24時間営業とデリバリーサービスを導入しているところ。いつでもお買い物ができるのはうれしいですね。

ぜひ一度「Coop Japan Grocery」に足を運んでみてはいかがでしょうか。



Southkey Hub, Northgate Cyberzone Fillinvest 2  
indo china dr, Metro Manila  
☎ 0954 238 8921  
📍 Coop Japan Grocery  
営 24時間営業

個人向けホームインターネット回線開始!

**InfiniVAN**  
インフィニバン

これまで企業向けに光ファイバー回線を提供してきた日系の通信企業・InfiniVANが、新たに個人向けのホームインターネットサービスであるInfiniVAN Home Premiumを開始しました。これにより、フィリピン在住の方々も、高品質な通信環境を自宅に利用できるようになりました。基本プランは1,499ペソから利用可能で、最大250Mbps、最低保証速度75Mbpsを提供。現在、Quezon City, Pasig, Makati, San Juan, Mandaluyong, Pasayなど、メトロマニラの特定の Condominium で利用可能で、今後はボンファシオ グローバルシティ (BGC) にも拡大される予定です。法人向けサービスで培った高速・低遅延の安定した接続と、24時間365日のサポートで、個人ユーザーのあらゆるニーズに対応する信頼性の高いインターネット環境を提供します。詳細は以下からご覧ください。

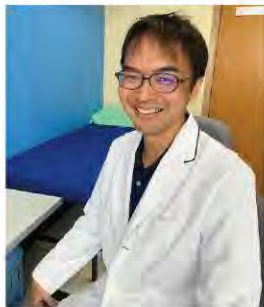
☎ (+632) 7-368-5233, 0919 059 9603  
info.residential@infinivan.com  
https://www.infinivan.com/residences/guaranteed-plans/  
https://homepremium.infinivan.com/



## マニラ日本人会 診療所

The Japanese Association, Manila, Inc.

### 待望の日本人医師による専門外来を開始!



青木孝文 医師

総合内科専門医  
腎臓内科専門医

- 慢性疾患と医療相談・健康相談にて利用できます
- 各種保険にて対応しております。詳細はお問い合わせください
- 日本人会の会員でなくても受診できます
- 慢性疾患と相談業務に関しては、診療科の垣根を越えて柔軟に対応したいと思っています。これまでに、精神科、小児科、耳鼻科、産婦人科、皮膚科の疾患に悩まれている患者さん方の対応をしました

毎週水・金曜日 午前8:30~11:30 午後13:30~16:00

※発熱、下痢などの急性疾患は従来通りフィリピン人医師の診療となります

お問い合わせ

jami-clinic@jami.ph

0915-328-9257 (担当:井上)

診療内容の詳細は  
下記QRコードより確認ください

