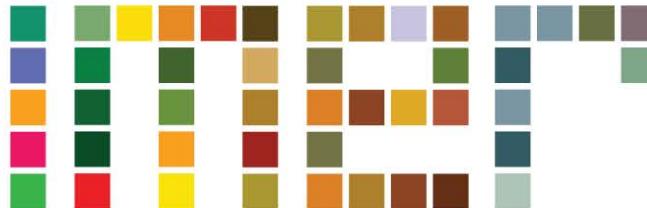


www.primer.ph



2026
JANUARY

01

Vol. 213

毎月25日発行



HOLIDAY REFRESH:

RELAXING SPA SPOTS AROUND MANILA

年末年始はマニラでリフレッシュ!癒しのスパガイド



ビジネスページは裏面から!

レストラン・ビューティなどの生活情報満載

最新情報はWEBで発信中! www.primer.ph



0

無料 / FREE



MITSUKOSHI

2026 NEW YEAR

Shogatsu

正月

December 27 to January 7
Ground Floor | MITSUKOSHI BGC

Supported by: MITSUKOSHI
FRESH

1st Day of 2026
元旦

JANUARY 1

Starting 1pm experience authentic
Japanese tradition and culture

Mochitsuki
もちつき
Rice Cake Pounding



Kagami Biraki
鏡開き
Sake Distribution

Oshiruko
おしるこ
New Year Soup Distribution



Omikuji
おみくじ

JANUARY 1-7

Draw your fortune
for FREE this 2026



Otoshidama
お年玉

JANUARY 3-4

Otoshidama
お年玉
New Year's gift



Get a colorful envelope for every
₱1,500 single-receipt purchase
from any MITSUKOSHI BGC tenant.
Each valid receipt is entitled to
one envelope, with a maximum of
three (3) envelopes per customer
per day



Per DTI_FTEB Permit No. 244403 Series of 2025



<https://www.mitsukoshi.ph/>



[mitsukoshi_bgc](#)



[mitsukoshi.bgc](#)

謹賀新年 2026



旧年中はご支援を賜り、誠にありがとうございました。

2026年は、日比国交正常化70周年の節目の年です。

皆様のビジネスとフィリピンでの生活を
より豊かにするため、全力で取り組んでまいります。
本年もよろしくお願い申し上げます。



BDO Unibankの提携銀行(順不同)

静岡銀行 りそな銀行 埼玉りそな銀行 関西みらい銀行 みなど銀行 八十二銀行 農林中央金庫 信金中央金庫 福岡銀行
常陽銀行 足利銀行 あおぞら銀行 庄内銀行 北都銀行 十六銀行 千葉興業銀行 三十三銀行 阿波銀行 西部信用金庫

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。

I'm
Angus
STEAK HOUSE

HOME OF THE BEST AND FINEST BEEF IN TOWN!

この街で最高級のビーフを味わえる名店!



7431 Yakal St. San Antonio Village, Makati City

Tel No. 8892-5852 | Mobile No. 0956-1354213



Chesa Bianca
SWISS RESTAURANT

A Place for Real Swiss Home Style Cooking



7431 Yakal St. San Antonio Village, Makati City

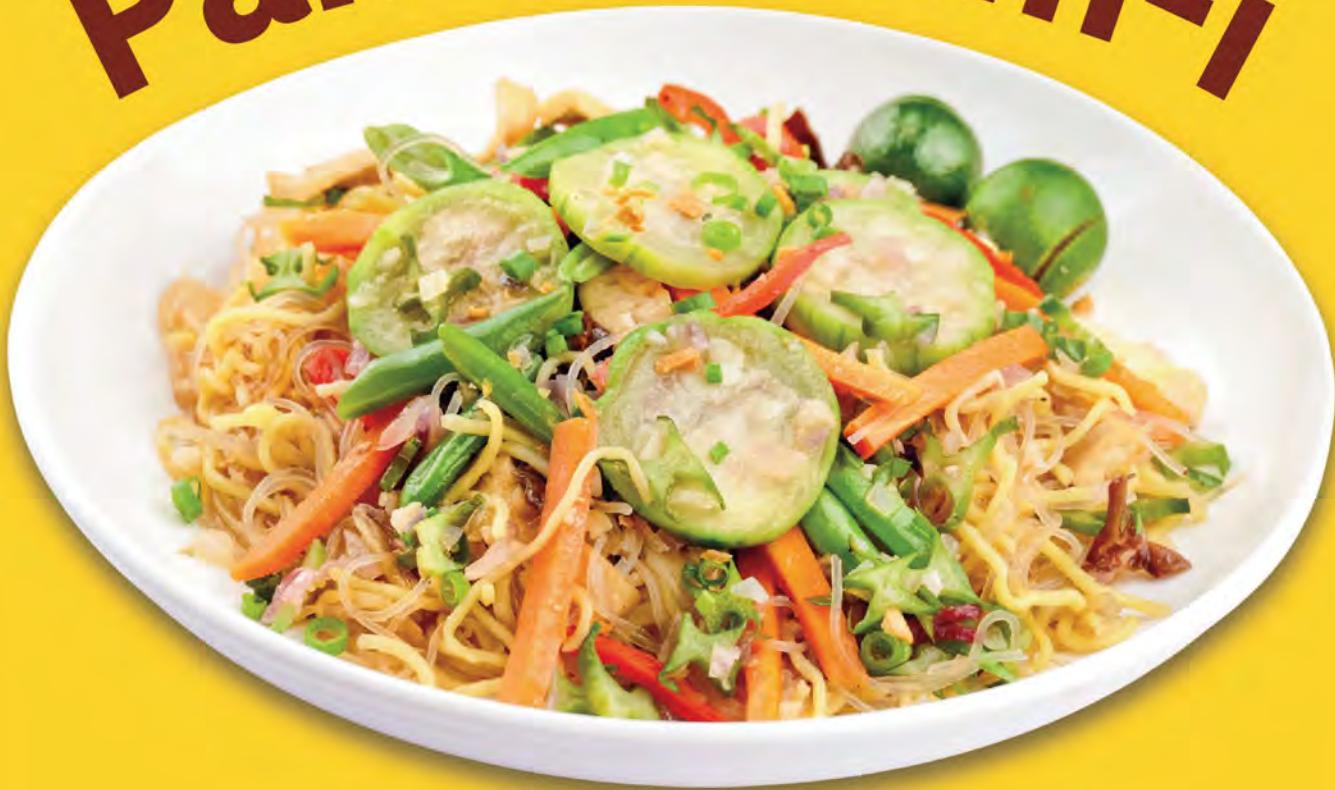
Tel No. 8815-1359 | Mobile No. 0916-2351026

Your Hearty Vegetarian Noodle

あなたの舌も心も満たすベジタリアンヌードル



Pancit Bam-i



Our version has a lot of vegetables!

私たちのPancit Bam-i(パンシット・バムイ)は野菜たっぷりです!

Greenbelt 5, Makati - 0917 853 7460

Capitol Commons, Pasig - 0917 854 4540

One Boni High Street Mall, Taguig - 0917 814 7794



Guidicelli

Welcome to

Guidicelli Ristorante

Italian elegance, Filipino warmth

ようこそ、Guidicelli Ristoranteへ。イタリアの上質さと、フィリピンの温かさをひと皿に。

Visit us at Molito Lifestyle Center, Alabang

アラバンのMolito Lifestyle Centerで、皆さまのお越しをお待ちしています。

Follow us on Facebook & Instagram for more updates!

www.guidicelliristorante.com

guidicelliristorante



Special Feature

年末年始はマニラでリフレッシュ！ 癒しのスパガイド 06



30 第4回マニラ七帝大ゴルフコンペ開催！

42 HOT TOPICS

43 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

47 フィリピンビジネス経済ニュース

72 業界別企業情報 不動産・内装・厨房機器

73 ビジネス烈伝

『日本企業の共通の声を収集、集約し、発信。

提言力を強化する商工会の進化とは?』

フィリピン日本商工会議所会頭 三井物産株式会社 理事
アジア・太平洋三井物産株式会社 マニラ支店長 野村一洋氏

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〉

ライクスタイル: The Spa at Shangri-La, Conrad Spa Manila, Terazi Spa (提供)

ビジネス: フィリピン日本商工会議所が入る、ビル・ヤット通り沿いのビル(プライマー撮影)

Feature of the Issue

This January, explore Manila's diverse spa scene with our special feature on the city's top relaxation spots. From casual neighborhood spas for a quick reset to full-service retreats that offer a touch of luxury, there's a place for every mood. Whether you're unwinding after work or treating yourself on the weekend, soothing escapes await across the metro. We also highlight resident-friendly spas ideal for days when you simply want to unwind, along with convenient home-massage services you can enjoy at home.



フィリピン各種マップ

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



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



国際線 主要航路時刻表

最新の国際線フライト時刻表は下のQRコードからご覧になれます。



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

Contact Us: Primer Media Inc.,

Tel: +63-2-8836-8381

Telefax: +63-2-8808-2163

<http://primer.ph>

Facebook: Philippine Primer

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

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

PRIMER

January/Enero 2026 01
Contents

困った時の連絡先 (フィリピン国内用)

●大使館・邦人閣僚機関

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
フィリピン退職局 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
セントルーカス・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
アジアン・ホスピタル・アンド・メディカルセンター
(モンテルンバ) 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

チャウワホスピタル (セブ) 032-255-8000

ダバオ・ドクターズ・ホスピタル
(ダバオ) 082-221-2101

ジャパン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 02-8271-3217

Japanese support

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

Primer Media社

Unit 705, Greenbelt Mansion Building, 106 Perea St.,

Legaspi Village, Makati City

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

E-mail : 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.213

(掲載内容は取材に基づいたもので予告なく変更になる場合があります)

PRIMER
Your English Guide to the
Philippines

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通達のみを行い、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。

年末年始はマニラでリフレッシュ! 癒しのスパガイド

心をほぐすひとときを マニラのおすすめホテルスパ



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



ホテルのスパで静かに心を整える時間を。マカティやBGCのホテルには、アクセスの良さと上質な癒しを兼ね備えたスパが揃っています。少し足をのばせば、パサイやパラニャーケのリゾートホテルで、マニラ湾を望む贅沢なトリートメント体験も。100年以上の歴史を誇る老舗ホテルでは、伝統と洗練が調和する穏やかなひとときを楽しめます。ちょっとした旅気分を味わいながら、マニラならではのホテルスパで心身をリセットしてみませんか。

Devarana Spa

デワラン・スパ

マカティの5つ星ホテル、Dusit Thani Manila の2階にあるDevarana Spaは、タイをルーツにした落ち着いた空間で、本格的なウェルネスケアを受けられるスパ。看板の「Borehilot Massage (90分 / P5,000)」は、温めたバナナリーフとバージンココナッツオイルで背面をほぐし、バリのBorehハープを使ったケアとロングストロークのマッサージを組み合わせた施術。「Devarana Signature Massage (90分 / P5,200)」は、タイ・アーユルヴェーダ・指圧を軸に、スウェディッシュやアロマを加えた多彩な手技が特徴だ。おすすめは、ハーバルコンプレスとタイマッサージを組み合わせた「The Harmony of Tad Si (2時間 / P5,000)」など。

2nd Floor, Dusit Thani Hotel, Theater Dr, Ayala Center, Makati
☎ 02-7238-8888 ☺ 10時~22時 www.dusithani-manila
[dusithanimanila](https://facebook.com/dusithanimanila) [@dusithani.manila](https://instagram.com/dusithani.manila)

Photo Credit : Devarana Spa



Conrad Spa Manila

コンラッド・スパ・マニラ

パサイ・Sメゾン直結の高級ホテル、コンラッド内にあるConrad Spa Manila。マニラ湾を望む静かな空間で、自然派ブランドISUNを取り入れた新メニューを提供している。鉱物由来のバスソルトを使う「Ormus Bath (30分 / P2,000)」、エネルギーの流れに着目した「Transcend (90分 / P6,700)」、石板でやさしく筋肉や巡りを整えるグアシャ(かっさ)を取り入れた「Elevate Facial (90分 / P5,700)」などが揃う。カップル向けには、マッサージとバス、スクラブ、フェイシャルを組み合わせた「Tranquil Together (P11,000~)」も用意。海を望むロケーションと落ち着いた空間が魅力のスパ。

Conrad Manila, Mall of Asia Complex, Seaside Boulevard, corner Coral Way, Pasay ☎ 02-8683-3920 ☺ 10時~22時
www.hilton.com [ConradManilaPH](https://facebook.com/ConradManilaPH) [@conradmanila](https://instagram.com/conradmanila)

Photo Credit : Conrad Spa Manila



The Peninsula Spa

ザ・ペニンシラ・スパ

ホテル1階に位置するThe Peninsula Spaは、プールを望む落ち着いた空間で、フィリピンの伝統を生かしたケアを受けられるスパ。温めたバナナリーフとココナッツオイルを使う「Hilot with Ventosa (90分 / P5,200)」や、東西の技術を組み合わせた「The Peninsula Signature Massage (90分 / P5,200)」など、ここならではの施術が揃う。肌の輝きを引き出す「Philippine Red Rice & Ginger Body Glow (45分 / P4,500)」、海藻成分を使う仏発ブランドAlgothermの各種プレミアムフェイシャル(60分 / P4,000)も人気。複数施術を組み合わせたパッケージも選べるほか、ギフト券も販売。

The Peninsula Manila 1226 Ayala Ave, Makati
☎ 02-8887-2888 ☺ 10時~22時 www.peninsula.com
[@ThePeninsulaManila](https://facebook.com/ThePeninsulaManila) [@thepeninsulamanila](https://instagram.com/thepeninsulamanila)

Photo Credit : The Peninsula Spa



マニラには、ふらっと立ち寄れる街スパや非日常に浸れる本格派スパなど、気分に合わせて選べる癒しスポットが勢ぞろい。仕事帰りの気分転換にも、週末のごほうび時間にもぴったりです。

「今日はちょっとリフレッシュしたい」そんな日に使える、現地在住者の皆さんにも通いやすいおすすめスパをまとめてご紹介します。

また、自宅でマッサージを受けられるホームマッサージサービスも最後にご紹介しています。サービスの詳細はQRコードからプライマWEBでご覧になれますので、是非チェックしてみてください!

Chi, The Spa

チー・ザ・スパ

Edsa Shangri-La Manila内に専用棟を構えるChi, The Spaは、落ち着いた色調とアロマが漂う静かな空間で、ホテルスパならではの充実したトリートメントを提供している。巡りを促すロングストロークが特徴の「Swedish Massage (60分 / P3,500~)」、温めたストーンでコリに働きかける「Chi Hot Stone (90分 / P6,500~)」に加え、スクラブメニューも人気。海藻やスピルリナなどのミネラル成分で角質をやさしく落とす「Marine Body Scrub (60分 / P3,500)」は、肌のキメを整えたい日に最適だ。「Chi Body Polish (60分 / P3,000)」は、セルライトや乾燥、デトックスなど肌の悩みに合わせて素材を選ぶカスタマイズ型のボディボリッシュで、全身をすっきり仕上げてくれる。さらに、10回分購入で2回分のチケットが付く「By the Dozen (P35,000)」のeギフトでは、スウェディッシュ、デストレス、ヒットの中から60分マッサージを選択可能。

Edsa Shangri-La, Manila 1 Garden Way, Ortigas Center, Mandaluyong

☎ 02-8633-8888 ☎ 10時~22時

✉ www.shangri-la.com/manila/edsashangrila ✉ chithespamanila

✉ chimanila

オルティガス



Photo Credit : Chi, The Spa

Spa at Raffles Makati

スパ・アット・ラッフルズ・マカティ

Spa at Raffles Makatiは、約1,200m²の広さを持つスパ施設で、館内にはユーカリを使用したスチームルーム、ストレッチや軽い運動に使えるエリア、複数のスパサイト、屋外プールなどが揃う。施術はフィリピン伝統の手技を取り入れたメニューを中心に構成されており、実用的なケアを求める利用者に向いている。代表的なコース「Ultimate Fairmont Spa Experience (150分 / P9,300)」は、複数のフィリピン式マッサージ技法を組み合わせ、全身を丁寧に整える内容。

Raffles Makati, 1, Raffles Drive, Makati Ave, Makati ☎ 02-8633-8888
⌚ 8時~22時 ✉ www.raffles.com/makati/spa

✉ RafflesMakati ✉ rafflesmakatihotel

マカティ



The Spa at Shangri-La

ザ・スパ・アット・シャングリラ

落ち着いた灯りと穏やかな香りに包まれたThe Spa at Shangri-Laは、日常の緊張をそっとほどく癒しの空間。「Traditional Philippine Hiloi (P4,380++)」をはじめ、筋肉のこわばりを和らげる「ESPA Inner Calm Massage (P4,200++)」、全身を整える「ESPA Back, Face & Scalp (P5,200++)」など、上質なトリートメントが揃う。肌をすっきり整える「ESPA Men's Deep Cleansing Facial (P3,200++)」も人気。

Makati Shangri-La Ayala Avenue, Makati Ave, Makati ☎ 02-8813-8888
内線7086 ☎ 11時~23時
✉ www.shangri-la.com
✉ MakatiShangrila ✉ makatishangrila

マカティ



バラニャーケ

The Retreat Spa

ザ・リトリート・スパ

オカダマニラのThe Retreat Spaは、約3,000m²の規模を持つスパ施設で、10室のトリートメントサイトをはじめ、ネイルサロン、理容室、アクアセラピー設備、フィットネスセンター、屋外リラックスプール、ウェーブドリームチェンバーなど多彩な設備を備える。ノータッチセラピーとしては「Reiki (30分P2,800~)」と「Crystal Healing (30分P3,800~)」を提供。

Okada Manila New Seaside Dr, Entertainment City, Parañaque
☎ 02-8555-5775 ☎ 月~木曜 10時~22時 / 金~日曜 10時~24時
✉ okadamanila.com/experience/the-retreat-spa
✉ theretreatspaOkadaManila
✉ theretreatspaokadamanila

バラニャーケ



NÜWA Spa

ヌワ・スパ

City of Dreams内 のNÜWA Manilaに併設されたスパで、フォーブス5つ星を連続受賞する実力派。プライベートジャグジー付きスイートやバイタリティプール、アロマスチームなど設備が充実。「Aromatherapy Massage (60分 / P3,800~)」「Intensive Muscle Release (60分 / P3,800~)」が看板サービスで、「NÜWA Suite Journey (2時間 / P8,999)」などのパッケージも人気。多言語対応セラピストとバトラーサービスが細やかにサポートしてくれる。

City of Dreams Aseana Avenue corner Roxas Boulevard, Entertainment City, Parañaque
☎ 02-8800-8080 (内線2300) ☎ 24時間
✉ www.cityofdreamsmanila.com
✉ nuwaph ✉ nuwahotelmanila

バラニャーケ



Illume Spa

イルーム・スパ

BGCの高級ホテル、Grand Hyatt Manilaのスパ。5部屋のトリートメントルームを持ち、そのうち1部屋はカップルルーム。ゲストは共用のサウナ、スチームルーム、温水プールとシャワーを利用可。おすすめのIllume Journeys (180分 / P6,900) は目元を引き締めるアイリフトトリートメントに加え、マッサージとフェイシャルを含むパッケージ。定番のフィリピン式マッサージHilotは90分 / P4,000。

6th Level, Grand Hyatt Manila Hotel, Taguig
☎ 02-8838-1234 ☺月~木曜 11時~22時 / 金・土曜 11時~23時 / 日曜 11時~22時 ☎ www.hyatt.com/grand-hyatt
fb grandhyattmanilaph
gt grandhyattmanilaph



BGC

Terazi Spa

テラツィ・スパ

大理石で造られたターキッシュバスを備えるDiscovery Primea内のTerazi Spa。スチームで温められた大理石のベッドに横たわり、トルコ製の“kese”手袋スクラブマッサージを行う。花・植物・果実由来の素材を用いたナチュラルなトリートメントも特徴。人気の「Terazi Signature Massage (60分 / P3,500)」は、ロミロミや指圧、スウェディッシュを組み合わせた深いほぐしが魅力。「Hamman (P4,500)」では、伝統的なトルコ式バス体験を満喫できる。

Discovery Primea 3/F 6749 Ayala Ave, Makati
☎ 02-7955-8888 ☺12時30分~21時
☺月曜 ☎ www.discoveryprimea.com
fb DiscoveryPrimeaMakati
gt discoveryprimea

Photo Credit : Terazi Spa



プライマー読者特典

Terazi Spa を初めてご利用の方、またはプライマーを見てご来店された方は、施術料金が15% OFF

利用条件：
 ●本プロモは、初回来店の方、またはプライマー(紙面・デジタルいずれも可)の掲載記事をご提示いただいた方が対象です。
 ●お一人様につき1回のみご利用いただけます。
 ●他の割引、パッケージ、実施中のプロモとの併用はできません。
 ●事前予約を推奨しております。ウォーキンの場合はセラピストの空き状況によりご案内いたします。
 ●本プロモは予告なく終了する場合があります。

The Manila Hotel Spa

ザ・マニラ・ホテル・スパ

マニラ

Photo Credit : The Manila Hotel Spa
開館から100年以上を誇る老舗ホテル内にあるThe Manila Hotel Spaは、伝統に根ざした癒しを提供するスパ。背中の状態を読み取る独自の流れから始まる「Hilot Massage (90分 / P3,000)」は、温めたバナナリーフとココナッツオイルを使うフィリピンならではの施術。香りで深くリラックスへ導く「Aromatherapy Massage (60分 / P2,500~)」、圧で整える「Shiatsu (60分 / P2,000~)」、軽やかなほぐしの「Swedish (60分 / P2,000~)」など。

Manila Hotel 1 Rizal Park, Ermita, Manila ☎ 02-8527-0011 ☺11時~23時 ☎ www.manila-hotel.com.ph
fb TheManilaHotel
gt themanilahotel

Photo Credit : The Manila Hotel Spa



Paradasia Royale Spa

バラダシア・ロイヤル・スパ

マカティ

Photo Credit : Paradasia Royale Spa
マカティのNew World Makati Hotel 3階にあるParadasia Royale Spaでは、指圧で筋肉のこわばりに対応する「Shiatsu」、長いストロークで巡りを整える「Swedish」、両方を組み合わせた「Signature Massage (60分 P3,000 / 90分 P4,200)」を中心に、目的に合わせて選べるメニューを揃える。専門ケアでは、精油を使う「Aromatherapy (60分 P3,400~)」、温めたココナッツオイルを使う「Hilot (90分 P4,000)」などが人気。

New World Makati Hotel Esperanza Street, corner Makati Ave, Ayala Center, Makati ☎ 02-8811-6888 ☺8時~翌1時 ☎ paradasiaroyalespa.com
fb ParadasiaRoyaleSpa
gt nuwahotelmanila



I'M Onsen Spa

アイム・オンセン・スパ

マカティ

Photo Credit : I'M Onsen Spa
日本の温泉文化を取り入れた「ウェルネス総合施設」。お湯は日本式に比べるとややぬるめで、浴槽も浅めの設計。「温泉にじっくり浸かる」というより、マッサージや食事とあわせて楽しむ「くつろぎ体験」として利用するのがおすすめだ。施術は伝統的な「Philippine Hilot」のほか、食事付きのパッケージ（アフタヌーンティー・ディナービュッフェ）まで幅広く揃う。ヘアケアも行う「Satori Head Spa (P4,000~)」も人気メニュー。

I'M Hotel, UG Floor, Makati Avenue Corner, Kalayaan Ave, Makati ☎ 02-7755-7877 ☺12時~翌2時
☺ www.imonsenspa.com
fb imonsenspa
gt imonsenspa



日常をちょっと豊かに! 通いたくなる街のスパ

日々の疲れを癒したいーー。そんなときに頼りになるのが、気軽に通える街のスパ。

マカティやBGCには、仕事帰りでも立ち寄りやすいスパが点在しています。パサイやパラニャーケの人気店もアクセス良好で、週末のリフレッシュにもぴったりです。日本人のリピーターが多い安心の日系スパや韓国スパ、ビュッフェ付きで一日過ごせるスパ、ゲームルームを備えた広々とした中華系スパなど、スタイルもさまざま。肩の力を抜いて通える“マイ定番スパ”、見つけに出かけてみませんか。

SM Kenko Spa

SMケンコー・スパ

パサイ

パサイのネットワールドホテル内にある老舗日本式スパ。2024年の大規模リノベーションで浴場やサウナを刷新し、42度のジャグジー風呂、ドライサウナ、スチームサウナ、コールドブランジを完備している。マッサージはスウェディッシュと指圧を組み合わせたコンビネーションが定番。「Bath & Sauna Package (大人P880~/子どもP680)」では、12時間の入浴利用が可能。施術後は7階ラウンジや館内レストランで休憩しよう。

6/F Jipang Building, Networld Hotel, Roxas Boulevard, corner Sen. Gil J. Puyat Ave, Pasay ☎ 02-8536-7777 (内線 6) / 0919-345-6790 ☺11時~翌2時
fb jipang-group.com/sm-kenko
gt smkenkospa
gt lsm_kenko_spas



Photo Credit : SM Kenko Spa

New Lasema Spa Jjimjilbang

ニュー・ラセマ・スパ・チムジルバン

マカティ

韓国の温浴文化“チムジルバン”を楽しめる本格派スパ。おすすめは12時間滞在できる「Lasema Full Package (P1,750~)」。スチームサウナ、各種キルン（岩盤浴）、ジャグジー、アイスルーム、スリーピングケープに加え、1時間の全身マッサージまで含まれる。短時間で気軽に楽しめる人は、「3時間利用の「Sauna Package (P650~)」や「Massage Package (P1,450~)」、岩盤浴も満喫できる「Jjimjilbang Package (12時間 / P1,050~)」が人気。

8846 Sampaloc St, corner Estrella, Makati ☎ 0995-783-0094 ☺24時間
fb NewLasemaSpa
gt lasemaspaJJIMJILBANG



Photo Credit : New Lasema Spa Jjimjilbang

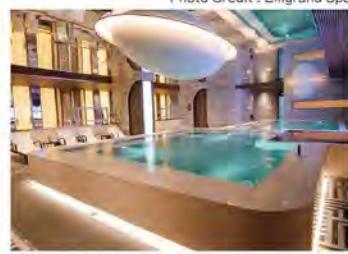
Emgrand Spa

エムグランド・スパ

バラニャーケ市のParqal近くにある多機能型ウェルネス施設。温冷プール、シネマーム、ブックバー付きラウンジなど設備が充実し、子ども向けのプレイグラウンドやゲームセンター、ゴルフームも揃う。利用料金は大人P1,500、子どもP899で、タオルや館内着、温冷浴槽、Wi-Fi、ビュッフェが終日利用可能。マッサージは「Pinch Pinch Therapy」や中医整骨（P1,500）など本格的。客室は畳部屋や麻雀ルームなど多彩で、静かに過ごせる一人用個室も備える。24時間営業。

Blk 5 Lot 3 Bradco Ave. Aseana City, Aseana City, Parañaque
☎ 0992-188-8888 ☎ 24時間
✉ emgrandspa88 ✉ emgrandspa

Photo Credit : Emgrand Spa



バラニャーケ

Taipei Spa

タイペイ・スパ

マカティのArnaiz Avenueに店舗を構える24時間営業のスパ。日本人の利用も多く、技術の高さと快適な環境でリピーターが絶えない。メニューはドライの「Body Massage (60分 / P1,000~)」や、肌をなめらかに整える「Body Milk Scrub」など。2時間のマッサージにミルクタブとサウナが付く「VIP Regular Package (4時間 / P10,000~)」、スチーム＆ドライサウナが使える「VIP Full Package (2名・4時間 / P12,000)」といったプライベートプランも揃う。

Photo Credit : Taipei Spa



マカティ

JAPAN SPA LOVE 湯

ジャパン・スパ・ラブ・湯

かつて山忠（Yamachu）として親しまれた、マラテの日本式サウナがリニューアル。24時間営業・年中無休で使い勝手がよく、日本式の入浴文化を楽しめる。館内には温度違いの浴槽、約90度のドライサウナ、スチーム、休憩スペースを完備。利用は「Bath & Sauna (3時間 / P850)」「Bath & Sauna & Massage 60分 (4時間 / P1,300)」などのセットが便利。追加マッサージ（60分 / P500）や延長（1時間 / P200）にも対応。日本語対応可。

1766 A. Mabini St, Malate, Manila
☎ 0966-294-7273 ☎ 24時間
✉ Japan Spa Love Yu

Photo Credit : JAPAN SPA LOVE 湯



マニラ

Wensha Spa

ウェンシャ・スパ

ケソン市とバサイに支店を構える、ビュッフェ付きのお舗スパ。マッサージ利用で最大5時間、ビュッフェ、ジャグジー、サウナ、スチームなど多彩な設備を自由に使える。「Body Massage (60分 / P1,410~)」「Foot Massage (60分 / P1,310)」「Foot & Back (90分 / P1,860)」と定番メニューも幅広い。オートロック式ロッカー完備でセキュリティ面も安心。24時間営業で、仕事帰りや深夜のリラックスにも便利。週末は混雑するため20名以上の団体は事前予約がおすすめ。

Photo Credit : Wensha Spa



バサイ

“定番マッサージ”早わかりガイド

マッサージ店のメニューにずらりと並ぶ「ヒロット」「ペントーサ」「スウェディッシュ」…。よく見る名前だけど、どんな施術なのか意外と知らない人も多いはず。そこで、ほとんどのスパ&マッサージ店で選べる“定番メニュー”をまとめて解説。次に行くとき、迷わず選べるヒントに。



Hilot ヒロット

フィリピンの伝統ヒーリング。ヴァージンココナッツオイルと古くから伝わる手技で体の“ずれ”や“詰まり”を整えるのが特徴。冷えや疲れ、肩こりなど現代的な悩みにも応える、地元でも人気の癒し。



Swedish スウェディッシュ

世界的にポピュラーなオイルマッサージ。ロングストロークとやさしい中圧で筋肉をほどき、血行とリンパの流れを促して、全身をソフトにリラックスさせる施術。



Shiatsu 指圧

日本発の王道ボディケア。オイルを使わず、手指や肘でツボを的確に押し、筋肉や関節の緊張を深くほぐす。短時間で肩や腰など気になる部位にピンポイントで効かせたいときに便利。



Ventosa ペントーサ

ガラスや専用のカップで皮膚を吸着することで、血流促進や滞った老廃物の流れを促すといわれるダイナミックな施術。吸い上げ跡が残る“効いてる感”があり、コリや重だるさに悩む人に好まれる。



Hot Stone ホットストーン

温めた滑らかな玄武岩などの石を使い、体の上を滑らせながらじんわり熱を届けるメニュー。筋肉をゆるめ血流アップ。冷えやむくみのケアに。深くまろやかな温もりに包まれる心地よさ。



Ear Candling イヤーキャンドル

耳に専用キャンドルを立て、燃焼する熱と微振動で耳まわりをケア。耳まわりのスッキリ感やリラックス感が心地良いという人も。ただし、医学的根拠はなく、やけどや耳道・鼓膜の損傷などのリスクもあるため慎重に。

NUtopia Spa

ニュートピア・スパ

サロンとスパを融合したオールインワン型の空間で、外側も内側もリフレッシュできるのが魅力だ。サウナや、熟練セラピストによる施術メニューが揃い、忙しい日のリセットにも最適。看板はフィリピン伝統のヒーリング「Hilot (60分 / P1,100~)」。深部のコリや疲れにしっかり届く「Deep Tissue (60分 / P950~)」、やさしいタッチで巡りを整える「Swedish Massage (60分 / P850~)」など、目的に合わせて選べるメニューが充実している。

G/F Unit 103, Makati Executive Center, Salcedo Village, San Agustin St, Makati
☎ 0939-340-2075 ☎ 24時間
✉ nutopiaspa ✉ nutopia_spa

マカティ



Well Being Nature Spa Massage

ウェル・ビーイング・ネイチャー・スパ・マッサージ

美容サロンとスパを一体化させたトータルケアが魅力。看板メニューは、中国式の手技とストレッチ、温熱パックを組み合わせた「WBNS Signature Massage (90分 / P1,399~)」。ホットストーンを加えるアレンジ版や、コーヒー／シュガー／ソルトから選べる120分の「Classic Body Scrub (P1,599)」など多彩なラインナップが揃う。ギフトパウチャーはP300 / P500 / P899 / P1,000 (無期限) を用意。

131, Finman Building, Salcedo Village, Tordesillas, Makati ☎ 0968-881-1372
⌚ 9時~翌1時 ✉ wellbeingnaturespa.com
✉ inquire.wellbeingnaturespa
✉ wellbeingnaturespaph



K1 WELLNESS AND BEAUTY SPA & SALON MAKATI

K1・ウェルネス・アンド・ビューティー・スパ・アンド・サロン・マカティ

Photo Credit : K1 WELLNESS AND BEAUTY SPA & SALON MAKATI

ペルシャをテーマにしたスパ。看板サービスは、タイ・指圧・スウェディッシュを組み合わせた「K1 Signature Massage (90分 / P1,099)」。炭フットスパ×ディープティシューの「MC3 (135分 / P1,499)」、シグネチャーマッサージ×ペルシャ式バスの「SC3 (150分 / P2,399)」といったパッケージも好評。ギフトパウチャーはP500 / P1,000 / P1,500 (1年間有効) を店頭で販売。贈り物にも、自分へのご褒美にもぴったりだ。

PEAK HUMAN RESOURCES Valero Plaza Condominium, Valero, Makati ☎ 0916-586-8484
⌚ 10時~翌2時 ✉ k1wellnessandbeautyspa
✉ k1wellnessandbeautyspa



マカティ

The Spa Wellness

ザ・スパ・ウェルネス

国際スパ協会 (ISPA) 公認の格式あるスパチェーン。ミネラルの力で回復を促す「Magnesium Massage」や、肌と心を整える「Crystalline Body Treatment」など、身心のバランスを整える施術が揃う。特に人気なのが、3時間15分にわたる贅沢な「Total Indulgence (P6,545~)」パッケージ。シグネチャーボディケアにフェイシャル、フットスパまで組み合わされた内容で、全身を徹底的にケアできる。スイートルームで受ける施術は特別感たっぷり。

Level 4, Greenbelt 5, Legazpi Street, Makati ☎ 0998-847-9453
⌚ 11時~21時 ✉ thespa.com.ph ✉ thespawellness
✉ thespawellness



マカティ

Chungdam Spa BGC

チュンダム・スパ・BGC

BGCに店舗を構える韓国式スパ。足元から背中を丁寧にはぐす「Foot & Back (90分 / P1,388~)」のほか、「Swedish (P1,350~)」「Shiatsu (90分 / P1,450~)」「Stone Massage (80分 / P1,688)」「Ear Candling (セット利用可)」と幅広い施術が揃う。指圧やベントーサとのセットがお得なパッケージも人気。「10+1 Foot & Back (P10,880)」のギフトパウチャーもある。

The Grand Hamptons Tower II 1st Ave, Taguig ☎ 0995-672-0448
⌚ 14時~翌1時 ✉ Chungdam Spa BGC
✉ chungdamspa_bgc



BGC

Prestige Wellness BGC

プレステージ・ウェルネス・BGC

BGCに拠点を置くPrestige Wellnessは、Beyond Massageの姉妹ブランドとして誕生したスパ。タイ・指圧・スウェディッシュを組み合わせた「Signature Massage (P1,800~)」や、むくみやデトックスに働きかける「Lymphatic Massage (P2,100~)」など、専門的なボディケアが揃う。より深いケアを求める人には、両方を組み合わせた「Combination Massage (P2,600~)」も人気。

Panorama Tower 34th Street, corner Lane A, Taguig ☎ 0917-544-0808
⌚ 10時~24時 ✉ Prestige Wellness BGC
✉ prstgwellnessbgc



BGC

Cocoon Spa & Sauna

コクーン・スパ・アンド・サウナ

台湾式推拿 (すいな) と日本式指圧を軸にした施術を提供。おすすめは推拿と日本式指圧を組み合わせた看板サービス「Cocoon Signature (75分 / P2,475)」や温かなオイルで神経をゆるめる「Hot Aromatherapy」、蒸したハーブボールで滞りを流す90分のメニュー (各P2,975) など。さらに、定期的に通いたい人のために、10回でP22,000~、20回でP42,000~、40回でP79,000~ (4回無料) のマッサージパッケージもある。

2nd Floor, Verve Residences, Tower 1, 26th St, Taguig ☎ 0927-068-7856
⌚ 11時~21時 ✉ www.cocoonspa.ph
✉ cocoonspa.ph ✉ cocoonspa.ph



BGC

The Mandara Spa

ザ・マンダラ・スパ

The Mandara Spaは、心地よい施術を組み合わせた充実のメニューが特徴。全身をまとめてケアする「Ultimate Mandara Experience (3時間15分 / P4,800)」をはじめ、人気の「Mandara Signature Massage (2時間15分 / P1,500~)」、肌を整える「Signature Scrub, Wrap, Massage (2時間15分 / P3,200)」などがおすすめ。

One serandra, Palm pool side, 11th Avenue Bonifacio Global City Taguig ☎ 02-8869-8810
⌚ 月~金曜 12時~22時 / 土・日曜 10時30分~22時 ✉ themandaraspaspa.com ✉ themandaraspaspa
✉ themandaraspaspa



BGC

Blue Lotus Spa

ブルー・ロータス・スパ

BGC・F1ホテル1階にあるBlue Lotus Spa。足裏のストロークや指圧で巡りを整える「Foot Massage (60分 / P800)」、スウェディッシュと指圧を組み合わせて筋肉をほぐす「Body Massage (60分 / P800)」、全身をまとめてケアしたい人向けの「Foot & Body Massage (90分 P1,200/120分P1,600)」を用意。いずれもストローク、こねほぐし、指圧を用いたシンプルな技法が中心で、疲労回復やリラクス目的で利用しやすいメニュー構成。

F1 Hotel BGC 1 floor, F1 HOTEL, Taguig
☎ 0917-808-5280 ☎ 11時～24時
✉ bluelotusspabgc ☎ bluelotusspa_bgc

Photo Credit : Blue Lotus Spa



BGC

Salt and Stone Wellness Spa

ソルト・アンド・ストーン・ウェルネス・スパ

スパチェーンのSalt & Stone Spaは、温めたヒマラヤ岩塩で筋肉をじっくりほぐす「Himalayan Hot Stone Massage (60分 / P1,450～)」が看板。スウェディッシュ、指圧、タイ式を融合し、岩塩ストーンを組み合わせた「Salt & Stone Signature Massage (60分 / P1,050～)」も人気だ。手軽に受けられる「Head to Toe Package (P900)」は、フットリフレと頭や肩のケアをまとめたセット。

2F, One Bonifacio High Street Mall, Taguig
☎ 0917-806-8000 ☎ 月～木曜 11時～22時
/ 金・土曜 11時～23時 / 日曜 11時～22時
✉ saltnstonespa ☎ saltnstonespa

Photo Credit : Salt and Stone Wellness Spa



BGC

Esencia Day Spa BGC

エセンシア・デイ・スパ・BGC

元キャビンアテンダントが経営する創業10年以上のスパ。看板サービスは、深層のコリをゆるめる「Esencia Signature Massage (90分 / P2,000)」。フィリピンの伝統療法に根ざした「Traditional Hilot Massage」、全身の巡りを整える「Foot Reflexology with Back Massage」など。ギフトは同一パウチャー5枚購入で1枚無料(1年有効)のお得なプロモを実施。

Second Floor Bellagio Shoppes, Forbestown Rd, Taguig ☎ 0917-514-1411
☎ 11時～23時 ✉ esenciadayspa.com
✉ esenciadayspaphilippines
✉ esenciadayspa

Photo Credit : Esencia Day Spa BGC



BGC

Cedo Wellness

セド・ウェルネス

サルセドビレッジのCedo Wellnessは、フィンランド式サウナと15°C・10°C・5°Cのコールドブランジを組み合わせた温冷交代浴「コントラストセラピー」が看板サービス。初回向け「THE FIRST DIP (P3,000/3回)」のほか、5回・10回・30回のパッケージ(P6,000～)で継続ケアにも対応。併設カフェではスペシャルティコーヒー・軽食が楽しめ、セッション後のクールダウンにも。

Brgy, Salcedo Village, 101-A Three Salcedo Place, Tordesillas, Makati
☎ 0956-264-4492 ☎ 月～木曜 7時～21時
/ 金・土曜 7時～22時 ☎ 日曜
✉ cedowellness.com ✉ Cedo Wellness
✉ cedowellness



マカティ

Aramesh Wellness

アラメッシュ・ウェルネス

ペルシャの伝統と最新美容を融合したウェルネスを提供するスパ。看板メニューは深層筋に働きかける「Aramesh Signature Massage (90分 / P1,450～)」。ほかにも毒素排出を促す「Ventosa」、竹を使った深部圧の「Japanese Bamboo」など、多彩なメニューが揃う。ギフトも充実しており、店頭では1枚P500(有効期限1年)のギフトカードを販売。オンラインではP500/P1,000/P2,500/P5,000、さらにカスタム金額のe-Giftを購入できる。

Heart Tower 108, Valero, Makati
☎ 02-8478-7738 ☎ 13時～22時
✉ www.arameshwellness.com
✉ ArameshSpaMakati ☎ arameshspa

Photo Credit : Aramesh Wellness



マカティ

88 Hotspring Resort And Hotel

88・ホットスプリング・リゾート・アンド・ホテル

11種類のプールを備えるリゾートで、温水プールの湯温は40～49度と日本人にも十分な熱さ。プール以外にも、マッサージバ、射撃場、カジノ、ポートアクティビティなどが揃い、一日を通して楽しめるのも特徴。レストランでは韓国オーナーによる本格韓国料理を提供。デイトリップは朝7時～深夜24時まで利用可能で、大人P1,650、子どもP1,300(3～12歳)。

#9061 National Highway, Bagong Kalsada St, Calamba, 4030 Laguna
☎ 0928-834-9498 (Smart/Whatsapp/Viber)
✉ www.88hotspring.com/
✉ 88HotSpringOfficial ☎ 88hotspringofficial



パンガス

自宅でリラックス! マニラのおすすめホームマッサージ

■Asian Massage

0917-8827-426 / 02-7001-5761

■14106 Massage

0915-091-7954

■Best Massage

0956-319-0114 (Globe) / 0960-635-7946 (Smart)

■C1 Massage

0966-921-2049 (Globe) / 0929-214-5299 (Smart)

■Euphoric Hands Massage Spa

0968-608-3446

■EVE Massage

0905-529-0135

■Good massage

0947-158-7457

■GW wellness massage

0966-639-5257

■Hiraya Wellness Spa

0917-544-7292

■LB Chan

0927-908-8515 / 0905-284-5267

■Love Massage

0915-462-1511

■Maxims Spa

0931-176-2720

■Miyuki Massage

0928-834-9498 (Smart/Whatsapp/Viber)

■Sakura Eight Massage

0956-275-6538 (Globe)

■Seven Angel Massage

0917-447-6203 / 0908-397-2327 /
02-7219-5770



呼びたいときにすぐ頼れるホームマッサージをピックアップ。肩こりリセットから全身ケアまで、スマホひとつでプロのセラピストが家に到着。気になるサービスはQRコードからチェック!

下記のQRコードをスキャンするとプライマーWEBのホームマッサージの詳細をご覧になれます。





L'Opera Ristorante Italiano

本物のイタリアン・ファインダイニングを楽しむ、マニラの名店
1994年の創業以来、L'Opera Ristorante Italianoは、クラシックなイタリア料理と洗練されたダイニング体験を提供する、マニラ屈指の名店として広く知られてきました。
手打ちパスタ、上質な肉料理、新鮮なシーフード、厳選されたワインのセレクション——その一皿一皿に、伝統と真のイタリアの味わいが息づいています。
温かみのある上品な空間と、細やかなサービスも魅力のひとつ。プライベートなディナーやビジネス会食、記念日のお祝いの場として、長年にわたり多くの人々に愛されてきました。
30年にわたる歴史を誇るL'Operaは、**本物のイタリア料理の“基準”**をフィリピンに築いた存在。
その一皿に込められているのは、品質へのこだわりと、料理への情熱です。



📍 Ground floor Seven Neo Bldg. 4th Ave. and 27th St. BGC, Taguig City 1634
📞 09178624745 / 88893963 / 88882784
✉️ info@opera.com
🌐 L'Opera Ristorante
📷 lopera_ristorante



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

身体に優しい手作り家庭料理で、ほっとするひと時を!

皆様のご来店、ご予約をお待ちしております。

新メニュー

1日8食限定

冷やしラーメン 明太子スパゲティ 無水バターチキンカレー

タイのムニエル 宮崎牛A5ステーキ ミスジ牛炙り寿司

完全個室2部屋ございます。

VIP 1 20名様まで対応 VIP 2 10名様まで対応

貸切対応最大80名様

30名様から貸切可。お電話にてお問合せ下さい。

従業員一同、元気にお迎え致します♪

オフィシャルライン

**0995-406-8678(日本語)
02-8659-6120(英語)**

焼肉 和食
瀬里奈
SERYNA
Yakiniku & Washoku Restaurant

SERYNA Yakiniku & Washoku Restaurant
Basement G&A Bldg, 2303, Don Chino Roces Avenue Extension, Makati City
Tel: 02-8252-9075
Email: serynayakinikuph@gmail.com
Lunch 11:00am - 2:00pm (LO 1:45pm)
Dinner 5:30pm - 10:30pm (LO 10:00pm) 年中無休

**パソコンタモエクステンションの
瀬里奈焼肉和食店で、至福の味わいを！**

季節の果物、お土産もお取り扱いしています。

**お陰様で創業から20年。お客様の90%以上が日本人。日本人好みがここにある!
元力士が造る本格ちゃんこ鍋と食いしん坊厳選一品料理**

**旨さの決め手はスープにあり
月替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)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



YOTTEBA Lemon Day
1月12日、19日、26日の
月曜日は生絞りレモンサワー
が30PHP

おいしい生絞り
レモンサワー!!

30 PHP

Izakaya Revolution 酔手羽 YOTTEBA

新しいスペースがオ
ープンしました



焼肉 HIRO
JAPANESE YAKINIKU RESTAURANT

**メルティーロース
(近江牛サーロイン)
50% OFF**

謹賀新年今年もよろしくおねがいします。人と語らう時間に和牛を囲んで。
今年もHIROのお年玉がございます。メルティーロースを半額でご提供いたします(上)
2026年もお客様の笑顔の為に、スタッフ一同頑張ってまいります。

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

BOOK NOW

FOOD MENU

QR Codes: [Website](#) | [Instagram](#) | [Line](#)



HIRO Premier
JAPANESE YAKINIKU

BGCでもアナタに和牛というシアワセを
May Wagyu bring happiness to your life in BGC.

Happy new year Premier限定人気の源コースでスタートを!
大切なご家族と・楽しいご友人とHIROプレミアでお過ごしください。
個室も充実の7部屋をご用意いたしております。

10:00 AM-10:00 PM.
5th floor SM Aura, Sky Park.,
BGC Taguig City

+63917-120-0282
(02) 8-243-3166

居酒屋星まつり HOSHIMATSURI Japanese Restaurant



もつ鍋 P1,300



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



AKITAYA JAPANESE RESTAURANT

日本料理 秋田屋

本格郷土料理はもちろん、味とコクが自慢のカレーメニューも人気です



MAKATI CINEMA SQUARE BRANCH
Mezzanine 1, Makati Cinema Square Fernando St.
cor. Don Chino Roces Ave., Pio Del Pilar, Makati
02-8247-1591
0926-621-8664

MILE LONG BLDG. BRANCH
U-148, G/F, Mile Long Bldg.,
Amorsolo St., Legaspi Village, Makati
02-8813-7475
0995-534-7757

BF HOMES BRANCH
343 El Grande Avenue, Phase 3,
BF Homes, Parañaque City
02-8819-6014

Akitaya Japanese Restaurant

4つの個室はそれぞれ4人、6人、6人、
13人収容。つなげると34人収容可能

UNAKICHI



個室もあります(最大18名)

鳗重

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

フード・レストラン

旅行・歓迎

美術・アート・文化・医療

学習・教養

上場・投資



合鴨つけそば

鴨料理・和食

琴乃

お問合せ・ご予約は

02-8255-1071

0917-170-7790 / 0918-9456-246

マカティ・クリークサイド
中2階

2025年12月20日より、年末年始の長期休暇をいただきます。

新年は2026年1月5日より営業再開いたします。

どうぞよろしくお願ひいたします。



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 11時半~翌2時

PASAY

G08, Solemare Parksuites, Braddo Ave, Paranaque
(0960) 528 0840(smart)
(0916) 730 1763(globe)
月一 11時半~翌2時



A5ランク黒毛和牛を扱う銀座の焼肉店
パサイに新店舗オープン!



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): 16:00pm~05:00am

営業時間(土~日): 11:30am~05:00am

GRAND OPENING

焼肉
幕府

YAKINIKU BAKUFU

0927-895-8923 5pm-11pm
5712 Pagulayan, Makati

料理はすべてコースでのご提供となります。

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 ☎ wagyurenmakati

GRAND OPENING

焼肉会席
極上のひとときを

焼肉

幕府

YAKINIKU BAKUFU

0927-895-8923 5pm-11pm
5712 Pagulayan, Makati

料理はすべてコースでのご提供となります。

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 ☎ wagyurenmakati

認定焼師が炭火で焼き上げます!
厳選串セット

銀座で人気の焼鳥居酒屋『福みみ』のフィリピン一号店がオープン! 活気ある店内で美味しい焼鳥をお楽しみください!

まるごとオニオンフライ
スタッフ一同 楽顕でお待ちしております!!

5:00 PM - 3:00 AM
月曜定休

福みみ
FUKUMiMi

2F Kajia Building Makati Ave
cor Valdez St Poblacion Makati
☎ 0915-507-4420
アクセス

福みみ
FUKUMiMi

2F Kajia Building Makati Ave
cor Valdez St Poblacion Makati
☎ 0915-507-4420
アクセス

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 ☎ wagyurenmakati

富士山55ラーメン
名古屋まぜそば

フジヤマゴーヤ
FUJIYAMA GOYAGO

1F, McKinley Exchange
Corporate Center,
EDSA corner McKinley Road,
Makati City*

1F, McKinley Exchange
Corporate Center,
EDSA corner McKinley Road,
Makati City*

1F, McKinley Exchange
Corporate Center,
EDSA corner McKinley Road,
Makati City*

地下に駐車場があります。

富士山55ラーメン

名古屋まぜそば

フジヤマゴーヤ
FUJIYAMA GOYAGO

1F, McKinley Exchange
Corporate Center,
EDSA corner McKinley Road,
Makati City*

地下に駐車場があります。

SAPPORO PREMIUM BEER

サッポロ生
¥129
330 ML

唐揚げ
ソロ
¥199

MCS店 火曜日から日曜日 朝5時まで営業中

09171859271 (KENSHIN MCS) | 09692953776 (日本語対応可)

Makati Central Square | Makati Linear | Makati Beacon | Cash & Carry Food Circle
SM Light Mall (Temporarily Closed) | SM South Mall | Las Pinas Vista Mall

焼き鳥
¥49
から

居酒屋 剣心

MCS店 火曜日から日曜日 朝5時まで営業中

09171859271 (KENSHIN MCS) | 09692953776 (日本語対応可)

Makati Central Square | Makati Linear | Makati Beacon | Cash & Carry Food Circle
SM Light Mall (Temporarily Closed) | SM South Mall | Las Pinas Vista Mall

焼き鳥
¥49
から

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。

IRON MAN'S

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

IKOMAI LUNCH BOOST

Just Add Php100 for a Fresh Lemonade or Iced Tea

AVAILABLE EVERY LUNCH TIME

Refreshing drink with your lunch!

Perk Up Your Lunch Plate!

Choose Any IKOMAI's Lunch Plate

串ざる本舗 Kushizaru Honpo

■宴会受付中!■
「金宮」または「黒霧島」(900ml)を1本プレゼント!
6名様以上での事前予約が必須。
飲みきれなかった焼酎は店内キープ可能。

Kushizaru Honpo Restaurant
 Unit 1B Ground Floor Multinational Bancorporation Center
 6805 Ayala Ave., Bel-Air 1209 City of Makati, NCR Fourth District Philippines
 ☎ 0966-993-0623 | Monday - Saturday
 • Lunch 11am-3pm (L.O. 2:00 PM)
 • Dinner: 5pm-10:00 pm (Food L.O. 9:00 PM, Drink L.O. 9:30 PM)

おでんハウス へ行こう!

マカティ店で夜のプロモ、始めました!
★事前にお電話でご予約ください

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
 ☎ 0921-423-1104 / 02-8470-5978
 営業時間 11am-10pm
 *カルテマール店も営業しています
 ODEN HOUSE Japanese Restaurant

RAMU ジンギスカン

Sapporo-Style Lamb Chops on a Jingisukan Grill. Smoky. Juicy. Charcoal-Kissed.

ジンギスカンで味わう札幌風ラムチョップ スモーキー、ジューシー、炭火の香り!

本格的な日本式ラムチョップの濃厚で香ばしい風味を、伝統的なジンギスカンドームで目の前で焼き上げてお召し上がりください。
 日本の居酒屋メニューとドリンクと一緒に楽しめば、マカティで最高の夜のひと時をお過ごしいただけます。

Open Daily | 11:30 AM to 3:30 AM | 3F Kaija Building, 7836 Makati Ave corner Valdez St., Poblacion, Makati City | Instagram: @eatscape86

「伝統と革新が織りなす、至福の味わい」

ロックウェルのザ・プロセニアルに併む 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 STEAKHOUSE
Proscenium Retail Row, 2nd Floor,
Estrella St, Rockwell, Makati City
IG: @carmelossteakhouse / Hours: 11:30am til 11pm

Argentinian Specials

MOLLEJAS
Argentinian Sweetbreads

LA CABRERA

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

五感で感じる、本場スペインの情熱を!

Vamos・バモス

マカティ中心部に併む、ファインダイニングとエンターテインメントの楽園、VAMOSへようこそ!ここは、情熱あふれる料理と洗練された空間が出会う、唯一無二の場所。ひと口ごとに、本場スペインの温もりと力強さが広がります。

名物の Paella Negra (パエリア・ネグラ) は、新鮮なイカ墨とシーフードの旨みを閉じ込めた自慢の一皿。厳選チーズを集めた Tabla de Quesos (タブラ・デ・ケソス)、スペイン産ソーセージを贅沢に盛り合わせた Tabla de Embutidos (タブラ・デ・エンブティドス)、薄くスライスされた高級生ハム Plato de Jamón (プラト・デ・ハモン) もおすすめです。さらに、ガリシア産の極上牛肉 Vaca Rubia Gallega (バカ・ルビア・ガジェガ) は、豊かな旨みと柔らかさで、多くのゲストを魅了します。

ハッピーアワー:月~金 曜午後3~7時、土 午後1~6時

お集まりに:上品なVIPルームと最大120名まで対応可能なラウンジをご用意しています。

美食と音楽、そして人が織りなすスペインの情熱を、VAMOSで心ゆくまでご堪能ください。

☎ G/F Paseo Center Mall, Salcedo Village, Makati City
☎ 09526176542
✉ vamosalataquecorporation@gmail.com
✉ @vamos.makati.ph
⌚ Monday to Saturday, 11:30 AM to 2:00 AM



azuthai

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

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

02 8817-6252 / 0927 136 1306

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

Hours: Open: Monday-Sunday

Lunch 11:30 am - 2:30 pm

Dinner 5:00 pm - 10:00 pm

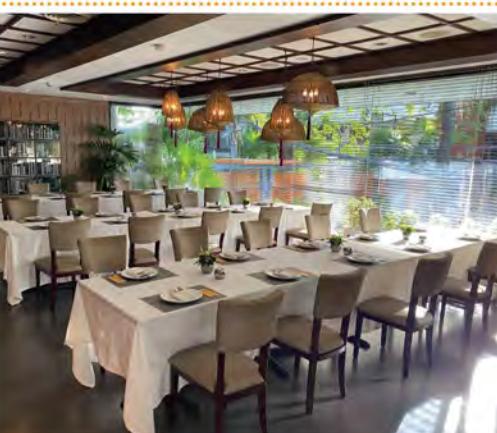
✉ jgamboa@azuthai.com

🌐 www.azuthai.com

FACEBOOK @azuthai_makati



RESERVATIONS



メティスでは、フィリピンに昔から伝わる調理・保存の技法を取り入れながら、今の時代に合った新しい料理をつくりています。発酵(buro)、乾燥(tuyo)、酢絞み(kinilaw)、炭焼き・燻製(inihaw)など伝統的な方法をベースに素材の味わいを丁寧に引き出し、ひと工夫を加えて仕上げています。懐かしさと新鮮さが同時に味わうことができる、ここだけの食体験をお楽しみください。

metiz

For Reservations, contact:
 ☎ @metizresto
 ☎ 63 917 700 4109 (Viber/WhatsApp)
 ☺ G/F Bldg A, Karuina Plaza, Chino Roces Ext., Makati, Philippines

GRUPO PiNTXOS



BAR PINTXOS

明るく楽しいタパス、大胆なピントコス、みんなでシェアするスペインの定番料理



TXOKO ASADOR

洗練されたスペインの味わいを楽しめる、上質なバスク風アサドールレストラン



GOZO

バスクの技法に世界のエッセンスを融合させた、ミシュラン掲載のレストラン

FOR RESERVATIONS
GRUOPINTXOS.COM

TERRY'S

A Fresh Start, Rich Flavors

新しい年の始まりは、豊かな味わいとともに。

新年を迎えるための、華やかで心満たされるごちそうを——
TERRY'Sがお届けします。



dr.wine
POBLACION

Step into Rustic Elegance **LE JARDIN**

——ここは、インダストリアルな趣と豊かなグリーンが調和する洗練の空間。レンガの壁、天井まで届く大きな窓、そして柔らかな灯りが描き出すのは、あたたかくもロマンティックなひととき。ウェディングや親しい人のディナー、スタイリッシュな集まりにも最適な場所。そのすべてのディテールに、時を超える上質さとぬくもりが息づいています。

BOOK YOUR TABLE NOW: 0917 563 8811
FOLLOW US ON: DRWINE.POBLACION DR.WINEPOBLACION
5921 ALGIER STREET, POBLACION, MAKATI



+81

EXPERIENCE NEON TOKYO 80'S NIGHTS IN MAKATI

+81 - ネオン煌めく東京80年代をマカティで体験
マカティの中心にひっそりと佇む隠れ家バー。入り口はなんとおもちゃ屋さん。秘密の幕を開けると、そこには1980年代の東京の夜が広がります。

バーテンダー歴20年の日本人スタッフが腕を振るうこだわりのカクテル、個室2部屋完備でのプライベートなひととき、喫煙所も完備。

ネオンの光とレトロな雰囲気の中で、特別な体験をお楽ししください。

speakingof81
speakingof81
Plus 81 Bar

LOCATION

MAKATI CINEMA SQUARE,
Unit UG-1 Don Chino Roces
Ave, Makati, Metro Manila

WHATSAPP | VIBER

+63 962 969 2794

SCAN QR FOR MENU



新年明けましておめでとうございます
2026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。

BÉBÉ ROUGE
Patisserie

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



お店の詳細はこちらから

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ボロー
ロブソン・ラスピニヤス(Robinson Las Piñas)
SMスーカット / SMパクア
ウォルターマート・アラヤット soon open(2025年5月16日)

今年度オープン ウォルターマートダウ
MacArthur Highway, Brgy. Iba, 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



材料は毎日手作り!お土産にも是非!

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!

Red Beans



Chocolate



Cheese



Ube



Peanut Butter



We accept large orders.

大量オーダー受付します。

BUY 3-5
GET 1 FREE

BUY 6-11
GET 2 FREE

BUY 12 UP
GET 3 FREE

3~5個で1個無料

6~11個で2個無料

12個以上で3個無料

Every Tuesday
Weekly Promo

KOKURYU

SAKE HANBAI PHILIPPINES

【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

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

Ramen Dashi
The Essence of Japan. The Pinnacle of Dashi.

Retail 4, Uptown Parade, 9th Avenue Bonifacio Global City, Taguig City 1630

VIKINGS GROUP

アフタ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

ただいまリノベーション進行中。
2026年1月ソフトオープン!

メニュはこちら

l'entrecôte

CERTIFIED ANGUS BEEF® BRAND SINCE 1978

Recommended Restaurant by Tatler Philippines for 2025
Forbes Town, Bonifacio Global City, Taguig City
+63 (02) 8856 4858 | +63 915 885 7622
Instagram: @lentrecotemnl | Facebook: @lentrecotebistroMNL
8:30 a.m. - 12:00 a.m. | Monday to Sunday

Manduca マンドゥカ

BGCで注目の新しいスペ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ペニッシュワイン。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だ。

■ 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.



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



HAMBURG YOSHI

OPEN SUNDAY TO THURSDAY
FROM 11 AM TO 10 PM.

FRIDAY AND SATURDAY
FROM 11 AM TO 11 PM.



HAMBURGYOSHI.PH

FOR RESERVATIONS
M: +63 917 1492750

BONIFACIO HIGH STREET SOUTH, GROUND FLOOR, VERVE 1 26HT STREET CORNER 8TH AVENUE, TAGUIG, METRO MANILA



BGCの焼き鳥、SHIRAIshi of Tokyo

Website: <https://www.shiraishi-of.tokyo> Email: info@shiraishi-of.tokyo
Address: Level 1, Brittany Hotel BGC Opening Hours: 5:00pm-11:00pm
Tel: (+63 2) 8714 4786

各種クレジットカードをご利用いただけます。個室およびVIP席もご用意しております。
メニューにつきましては、公式ウェブサイトまたは直接店舗までお問い合わせください。

一本槍 IPPONYARI
JAPANESE RESTAURANT

日本食を日常に。
約300種のメニューをお楽しみください

サンタロサ店 | カランバ店 | カビテ店 | リマ店 | アラバン店

[ipponyarijapresto](#) [ipponyari](#)

Celebrate the Small Wins

小さな“おめでとう”も、大切にお祝いしましょう。

お祝いに、派手な演出はいりません。ときには、とびきりの一皿があれば、それで充分。

Da Gianniは、人生の小さな喜びこそ、おいしい料理と心地よい時間でお祝いしたいと考えています。

大きな節目も、ふとした幸せも。あなたの“おめでとう”に、いつでも寄り添います。



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

@dagiannimanila www.dagiannimanila.com

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。



① 8659-7522 / 0927-460-2495

② Monday-Friday: 11AM-2PM, 5PM-10PM
Saturday * Sunday: 11AM-3PM, 5PM-10PM
DINE-IN & TAKE-OUT

③ Molito Commercial Complex Madrigal Business park,
Ayala Alabang, Muntinlupa City
✉ wh_stekhouse@yahoo.com
☎ woodenhorsebeststeakintown

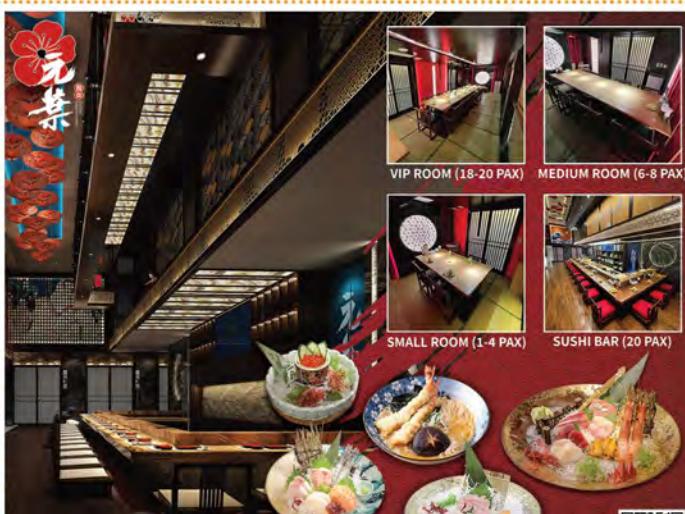


GARYU
Japanese Restaurant

「本格京風おばんざいを、マラテで」
風味豊かな出汁が織りなす、心温まる京風
おばんざい。こだわりの素材で仕上げた、優
しく上品な和の味を、良心的な価格でお楽
しみください。

(02) 8364 8545

609 Julio Nakpil, Malate, Manila
④ (營)12:00PM-4:00PM /
5:00PM-翌3:00AM
✉ IG@garyu_washoku



VIP ROOM (18-20 PAX)

MEDIUM ROOM (6-8 PAX)

SMALL ROOM (1-4 PAX)

SUSHI BAR (20 PAX)

元氣は、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。
元氣は「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なかで、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。

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

0919 0000 666



NIKU NIKU OH!! KOME 肉肉大米

**FRESHLY MADE, FRESHLY GRILLED.
JAPANESE HAMBURG STEAK.**

できたて、焼きたて!日本のハンバーグステーキ!

Level 1, North Main Mall, SM Mall of Asia | U/G Floor, Main Mall, SM North EDSA
[@NikuNikuOhKomePH](https://www.facebook.com/NikuNikuOhKomePH)

肉 Yakiniku King

JAPAN'S NO. 1 BBQ RESTAURANT
NOW OPEN

Level 1, North Entertainment Mall,
SM Mall of Asia, Pasay City
Open daily from 10AM - 10PM

@Yakiniku_King_PH [@YakinikuKingPH](https://www.facebook.com/YakinikuKingPH)

MALL OF ASIA

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

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/>

SUGURETA

Japanese Gourmet Market

Savor authentic Japanese cuisine.

本格的な日本料理をご堪能ください。

お好きな日本の商品をお求めいたさるほか、店内でお食事もお楽しみいただけます。
かつてジビエーストリートにあった名店・萬月で腕を振った石川シェフが手がける本格的な日本料理をご提供します。
厳選されたこだわりの食材やグレメ商品も多数ご用意して、皆様のお越しをお待ちしております。

NOW OPEN

Visit us at Bel-Air, Near Dominion Cellar, 38 Jupiter, Makati City
Store Hours:
8:00 AM - 8:00 PM
MONDAY - SUNDAY

CollegePrep PH by Ideawell Corp

For inquiries: Contact No. 09176329089
Email: millaflorlabao@hightower.com.ph

日本の老舗製麺所のノウハウをそのままでお届けします



ラーメン店の材料なら TAKARAへ



- 美味しい本格麺!
- スープ・カエシ・餃子等
- フリーデリバリー（メトロマニラ）



Takarafoods Philippines INC.

0287-316-061 / 0917-850-0673 (宮田) 水・日休



アジアンフードが食べたいときは

McAsiaまで!



[f](#) [o](#) [d](#) [in](#) Mcasia Foodtrade Corporation

www.mcasiago.com
158 Apo St. Brgy. Maharlika, Quezon City

みんな

季節感と品揃えにこだわる新タイプの日本食材店

みんなのスーパー

Minnano Supermarket -Japanese Grocery

Serving You Best.

New Hatchin

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

@newhatchintradingscorp

@New Hatchin Productions

マカティ店/Makati Branch: 02-8897-7207, 0917-560-7298
7602 Sacred Heart Street, Corner Metropolitan Avenue,
San Antonio Village, Makati 営8:00~18:00
[f](#) @newhatchinmakati

マニラ店/Mabini Branch: 02-8708-5026, 0995-419-5607
2107 A. Mabini Street Brgy. 701 Zone 77, Malate Manila.
(In front of the Echelon Tower) 営9:00~20:00
[f](#) @newhatchinmabini

カレティマール店/Cartimar Branch: 02-8833-8905,
0968-554-2623
Unit 6 Cartimar Plaza, Leveriza Street, Pasay City
営8:00~17:00
[f](#) @newhatchincartimar

ケソン店/Katipunan Branch: 0917-628-6014
133 Katipunan Road, Brgy. St. Ignatius, Quezon City
営8:00~18:00
[f](#) @newhatchinkatipunan

New Hatchin Japanese Grocery

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 [f](#) [o](#) [d](#) [in](#) msuperph



FBIはどちらから↑ Line登録はどちらから↑

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る。

効率よく大量調理
ジェットオーブン



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
- ・自動コントロール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 廉房機器のメンテナンスはおまかせください!



三浦総人
Ayato Miura

GALILEI

Be cool, Be alive.

業務用冷凍冷蔵庫から調理機器まで
厨房機器をフルコーディネート



日本人技術者2名でメンテナンス対応 日系メーカーである耐久性

スーパー・マーケットなどに向けた
冷凍冷蔵ショーケースも対応



FUKUSHIMA GALILEI PHILIPPINE CORPORATION

+63-917-136-2248

zama.yoh@galilei.co.jp <https://www.galilei.co.jp/>

A New Year. A New Story.
Taste the Moment

2026

Get exclusive deals!

www.manilacookiestory.com
 manilacookiestory
 +(02) 8731-3039 / +(63) 917-132-1873
 info.manilacookie.com
 kier.manilaguit@manilacookie.com

scan to shop

Shin Mikana® PHILIPPINES INC.

mikana asia
House of Sake

酒 専門店 at Cartimar
—ウイスキー・焼酎も—
お取扱ございます

7065 NR Tirona Highway Habay 1, Bacoor City, (Warehouse)
 Cartimar Commercial Arcade & Suite 2209 Leveriza St. Pasay City
 Farmers Market, Cubao
 On 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.**

Aj AJINOMOTO.

OHAYO FILIPINAS!

Make Good Mornings Brighter

Aj AJINOMOTO
 SINGLE-SERVE **Soup & Go**®
 INSTANT SOUP

CREAMY CORN

Aj AJINOMOTO
 SINGLE-SERVE **Soup & Go**®
 INSTANT SOUP

CREAMY POTATO

Aj AJINOMOTO
 SINGLE-SERVE **Soup & Go**®
 INSTANT SOUP

CREAMY PUMPKIN

3 X 18.1G PACKS (NET WT 54.3 G)

VISIT OUR WEBSITE

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!
今日の食事に迷つたらぜひチェック!!

プライマー 食べる

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

アース製薬

日本国内シェア No.1
ついにフィリピンに上陸!
乞うご期待下さい!

EARTH
Act For Life

Earth Homecare Products (Philippines), Inc.

SHOP HERE!

<https://earth-phl.com> customercare@earth-phl.com
Unit 2105 Atlanta Centre, 31 Annapolis St., Greenhills, San Juan City

好評につき、引き続きキャンペーン実施！

ジェネラルクリーニング20%OFF割引きキャンペーン

住宅・オフィス・飲食店 サウス・ノース・マニラエリア幅広く対応可能
完全日本人対応・お客様にあったプランをお届けします

サービス内容

- お部屋の全体清掃
普段のお掃除では落とせない頑固な汚れ、水垢など丸ごとプロにお任せください
- 定期清掃 (2h or 3h)
部分ごとにお掃除OK! 週1回などで生活スタイルに合わせてお選びできます
- シャンプークリーニング
マットレスやソファーの汗・皮脂・飲み物の染み・ペットの汚れもスッキリ!
- エアコンクリーニング
- グリースストラップクリーニング

USAPIKAHONPO 0927-393-9941
usapikahonpo@gmail.com

Panasonic

LIFE UPGRADED

Bring convenience and comfort to your home

Flexing Cleaning Modes

Self-Cleaning Nozzle

Cleaner toilets & better hygiene

Panasonic Philippines

For inquiries, contact :

pmpc_csdic@ph.panasonic.com

For product details, please visit:

panasonic.com/ph

You may buy at:

Shopee, Lazada, & TikTok

Electric Bidet DL-EH10

*Toilet not included

SHARP



PLASMACLUSTER ION AIR PURIFIER

Deactivates Airborne Viruses and Bacteria by up to 99.9%

空気中のウイルスや菌を最大99.9%無力化

PUREFIT PURE AIR, PURE LIFESTYLE

澄んだ空気で、上質な暮らしを



空気中のウイルス・菌・
アレル物質・微生物を99%カット



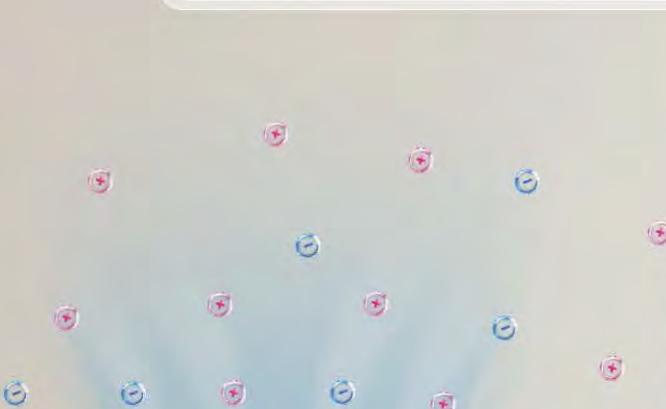
空間に最適なうるおいをプラス



ニオイやカビの原因物質を軽減



ホコリの蓄積を抑制



FP-S40P-T

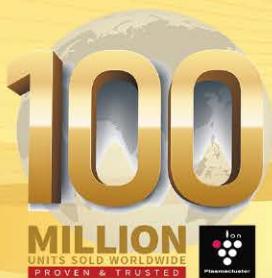
30 sqm.

HIGH-DENSITY 7000

J-TECH INVERTER



**DESIGN
AWARD
2024**



加湿機能付き 空気清浄機



ご家庭や寝室におすすめ
KI-L80P-T 62 sq.m HIGH-DENSITY 25000



除湿機能付き 空気清浄機

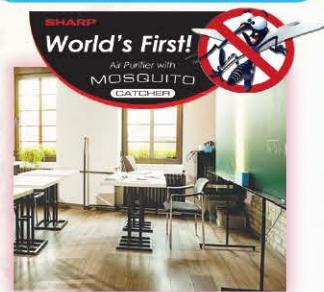


浴室やランドリールームに最適
DW-J27FP-S 32 sq.m 67 sq.m
(Air Purifier) (Dehumidifier)

HIGH-DENSITY 7000



蚊取り機能付き 空気清浄機



教室での使用におすすめ
FP-GM50E-B 40 sq.m HIGH-DENSITY 7000



車載用イオン発生機



個人用の車におすすめ
IG-NX2E-B/A 3.6 sq.m HIGH-DENSITY NEXT



ヘルメットの除菌にも使用可能



HOW DOES PLASMACLUSTER ION TECHNOLOGY WORKS?

プラスマクラスターイオン技術は、どのように働くのか？

詳細はこちらの公式サイトへ：

<https://ph.sharp/plasmacluster-technology>

※空気中の新型コロナウイルスをわずか30秒で最大91.3%抑制

(感染症制御予防国家研究センターによる研究に基づく)



日本
品質

JAPAN
QUALITY

SHARP



SHARP (PHLS.) CORPORATION

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

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



www.facebook.com/SharpPhilippines



@sharp.ph

ph.sharp



フィリピンでゴルフを楽しむための様々な情報を伝えします。今回は特別編！

第4回マニラ七帝大ゴルフコンペ開催！

■期：2025年11月23日（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。今回は去る11月23日開催の第4回マニラ七帝大ゴルフコンペの模様を北海道大学OB・マニラエルム会の東畠永人さんにレポートしていただきます。

大阪大学が初優勝！

11月23日（日）、Canlubang Golf&Country Clubにて第4回七帝大ゴルフコンペが開催されました。コンペ開始前には雨が降っていたものの、スタート後には雨が上がり、好天のもとでプレイすることができました。

今回も旧帝大7大学（北海道大学、東北大大学、東京大学、名古屋大学、大阪大学、京都大学、九州大学）より、若手や女性、70歳以上の方を含む49名が参加しました。各大学間のOB・OGの懇親を目的としたゴルフコンペで、ルールは隠し

ホール12個のダブルペリア方式。技術やスコアを競う個人戦の部に加えて、参加者が多い大学ほど有利となる運要素を含む団体戦の部もあり、それぞれの点を総合得点として最終順位を決定しました。

今回の優勝校は、大阪大学でした。次回幹事校は、持ち回り制で東京大学が務め、半年後の開催を予定しております。七大学のOB・OGは各大学の代表者へ詳細をご確認ください。たくさんのご参加をお待ちしております！



■第5回七帝戦の連絡先
東京大学 星野拓哉 e-mail: thoshino@adb.org

Golf Circles

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」をモットーに活動を続けています。

⑩0917-899-0408 ☐ yasuma@kanejin.com (安間)
会員数：35名程（女性メンバー不在）
主なゴルフ場：Riviera Golf Club
入会条件：他のメンバーの突っ込みや厳しい指摘に対応できる方。主な活動状況：毎週末、祝日祭日、年4回のリビエラ会トーナメント。

■鷺遊会（しゅううゆうかい）

1998年にカビテのロサリオ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。
⑩0917-507-8215 ☐ nota@darumacorp.com (太田)
会員数：14名（45歳～77歳、男性13名・女性1名）
主なゴルフ場：Eagle Ridge Golf and Country Club
入会条件：ゴルフを楽しむ方なら何方でも入会可能です。ゲスト参加も歓迎。主な活動状況：毎週土曜日、日曜日及び全ての祝日に活動、新年会（元旦）。

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ご活用ください！

■マニラ濃青会

京都大学のOB/OG会です。3か月に1回程度のゴルフや懇親会もしております。お気軽にご連絡ください。
⑩0905-999-2389 ☐ yuta.kuribara25@gmail.com (栗原)
会員数：約25名、年齢は20代から70代、ほぼ男性
主なゴルフ場：Canlubang, Sta. Elena, Ayala Greenfield
入会条件：京都大学/大学院のOB/OG
主な活動状況：関西大学対抗戦、旧帝大対抗戦に参加しています。

■だいやめ会

鹿児島もしくはその近辺のご出身の方に鹿児島に何か所縁のある方、鹿児島が好きな方など。
⑩0917-816-9136 ☐ s_tange@surtecphils.com (丹下)
会員数：20名ほど。男女比率は19:1
主なゴルフ場：主にCanlubang Golf & Country Club
入会条件：鹿児島が好き、（鹿児島産でなくても）焼酎が好き、人と話すのが好きなど何方でもwelcomeです。
主な活動状況：年1回のゴルフコンペと忘年会が新年会。

■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、左利きであればだれでも参加いただけます。
⑩0995-363-8823
✉ sppisales5@shinsei-printing.com.ph (梶原)
会員数：2025年4月時点で、男性13名・女性0名。20代～70代
主なゴルフ場：パブリックコースを中心と検討しています。入会条件：ドライバーからバタ一まで左利きであること
主な活動状況：2か月に1回程度の割合でコンペを開催。



ゴルフ場・練習場、
ゴルフショップなどの情報はこちちらから

Summer Cruise & Diving Resort

Gcash - Bank deposit - Credit CARD SAN LUIS BATANGAS

Tel 0969-241-7880 maki3677@gmail.com (高柿)

PADI講習 P16,800
累計講習2800名

フリーダイブ・海水浴・BBQ・スノーケリング
飲食物の持込自由

TEAM SINGLE PLAY

Golf Avenue Bonifacio

TEAM SINGLE PLAY

今までにないゴルフ体験を！ Team Single Playでは、チームでのワクワク感と最先端のインドアシミュレーションを組み合わせ、BGC（ボニファシオ・グローバル・シティ）支店で提供しています。

Team Single Play 2nd Floor, Bonifacio Stopover 31st Street, cor Rizal Dr, Taguig, Philippines

JoyRide SuperTaxi AIRPORT EDITION

AIRPORT TRANSFER

- ✓ 広々として快適な乗り心地 (Toyota Veloz)
- ✓ 最大4名まで乗車可能
- ✓ 荷物は最大6個まで搭載可能 (大型4小型2)
- ✓ 24時間稼働の専用 Super Taxi ドライバーと車両

SUPER TAXI AIRPORT TRANSFER LOUNGE
※ 空港送迎ラウンジ

NAIAターミナル3 到着エリアのラウンジですぐに乗車！その場で料金を確認し、すぐに目的地までのSuper Taxiをご案内します。

アプリ不要、待ち時間なし。ドライバーと車両は現地で待機中。

- NAIAターミナル3到着エリア (ゲート7付近)
- 月曜日 - 日曜日・24時間営業

HATID-SUNDO AIRPORT RIDES
※ スケジュール制の空港送迎サービス

NAIA第1・2・第3ターミナルへの送迎は、便利で信頼できるSuper Taxiにおまかせ！

JoyRide Superapp (「Airport Transfer」アイコン) またはKlookアプリから、事前にご予約ください。

お問い合わせ：
WhatsApp / Viber / 携帯：+63 920 948 6550
LINE / Kakao: joyridesupertaxi
E: supertaxi-airportedition@joyride.com.ph

WWW.JOYRIDE.COM.PH • AVAILABLE ON

JoyRide Superapp

SCAN TO DOWNLOAD

klook

ジョイカルフィリピンは、
更なるクルマの乗り方の
提案を行ってまいります。

1. 日本で**20年548店**
(2024年7月1日現在) の実績
2. 日本語対応いたします
3. 現金・各社ローンでのお支払い対応
(日本円可)

日本で20年間培った中古車販売ノウハウで
フィリピンで中古車販売中!



安心安全の日本メーカーの高品質車両をご用意しております。
ご購入後のメンテナンスや保険のご相談も当店ワンストップで完結します。

Joycal Philippines

⑨ D. Macapagal Blvd, Corner J.W. Diokno Blvd, Pasay City

■ (0917) 321-8102 (山中)

✉ yamanaka@joycal.jp

ジョイカルジャパンは、
内村航平さんを応援しています。



ビジネスにもレジャーにも、
アストリアプラザでは、
旅慣れたあなたに
ラグジュアリーなひとときを
ご提供いたします。

ご予約はrsvn@astoriaplaza.comまでメールでご連絡
いたただくか、お電話にてお問い合わせください。
(+63) 917-889-8277 または(+63 2) 8687-1111 内線8002.

ASTORIA PLAZA

日本ではありえない金額で
パーソナルジムに通い放題！？

SENA
Yamashita Sena
マブーティ 育太
Iwai Shota

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

日本人向けのジム「Orange Fitness Club」は
パーソナルトレーニングが受け放題なので…

痩せる！ 強くなる！ 仲間もできる！

会員様のリアルな声を
Youtubeから覗いてください



Orange Fitness Club

2GO
TRAVEL

MAS BIYAHENG
PINASAYA!

Fiesta Season is here!

EXPERIENCE FIESTA IN THE PHILIPPINES
シーズン到来！ フィリピンのフィエスタを体感しよう！
お問い合わせは 2GO グループ・セールスまでご連絡ください。

Contact No: 8528-7171 Email: tours_groups@2go.com.ph

詳しくはこちらをスキャン

特集

アート・リストア

旅行・趣味

美容・ファッション・医療

学習・資格

ビジネス

G STUDIOS

2026年のスタートを、“記憶に残るイベント”で。

企業のキックオフからブランドローンチ、セミナーや戦略会議まで——
G Studios は、大胆なアイデアを形にし、心に残る瞬間を生み出すための多目的スペースです。

0920 952 0139 | inquiries@gstudios.ph | [@thegstudiosph](https://www.gstudios.ph) | www.gstudios.ph

総合診療科

休診日なし
毎日 18 時まで

フィリピン・マニラの総合診療科 HIBARI CLINIC ヒバリクリニック

あんしんの 日本語 対応
各種 医療保険 利用できます
便利な 院内 薬局

BGC院 毎日診療 ☎ (02) 7001 2397
診療時間 9:00~13:00, 14:00~18:00
Unit 1201, 12th Floor, High Street South Corporate Plaza Tower 1, 26th Street, Corner 9th Ave, Taguig, 1634 Metro Manila

マカティ院 新規開院 ☎ (02) 8370 3605
診療時間 月・火・水・金 10:00~14:00, 15:00~19:00
土曜 9:00~13:00, 14:00~18:00
Unit 10-A, Salcedo One Center, 170 Salcedo St., Legaspi Village, Makati City, 1229, Metro Manila, Philippines

公式LINEで カンタン予約
お問い合わせは 日本語でどうぞ

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

歯は口を変え
口は顔を変え
顔は表情を変え
表情は人生を創る!
日本語・英語・タガログ語対応
/当院は完全予約制です。

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

Tel: 02-8852-3622
Mobile: 0917-894-7005(日本語可)
営業時間: 9時~17時 (月曜日曜・祝日休診)

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

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

●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、頸関節症の治療など

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

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

最先端のCAD/CAMを完備

ますご予約を! ☎ 0917-806-5615 / 0917-714-4432 / 0917-156-1017
✉ acero2@yahoo.com ●まずはE-mail、お電話にてお問合せください。

日本で話題!マウスピースによる 歯科矯正をフィリピンで! おトクに輝く笑顔を!

✿ フィリピン名はArraSmile(アラスマイル)です。

まず、ご連絡ください!

2017年から日本で実績のあるキレイライン矯正
を導入!信頼のマウスピース矯正をフィリピン滞
在中に体験しませんか?

0917 114 4306

arrasmile.ph@smiledesign.net

担当:今西・石本



矯正と同時に、白く美しい歯へ。
ジルコニアやセラミックなど、メタル
フリーの被せ物治療も矯正と同時
に対応可能。被せ物のみの治療も、
日本品質でご提供します。



HAIR SERVICES/ヘアサービス

Dao Salonでは、トレンドを押さえた最新のテクニックとスタイルを取り入れ、高品質かつ繊細な技術でヘアサービスをご提供しています。韓国スタイルに特化した当サロンは、ヘアカラー、バーマ、スタイリングにおいて高い評価を誇ります。



SMP & BEAUTY TATTOO+頭皮用の医療タトゥー&ビューティータトゥー

SMP(頭皮マイクロピグマーテーション)やビューティータトゥーは、韓国サロンをはじめとする美容サロンで人気の高い美容施術。Daoでもご利用いただけます。



HEAD SPA/ヘッドスパ

Daoのヘッドスパは、髪と頭皮の健康を重視した特別なケア。韓国やアジア各国で人気の高いヘッドスパは、リラクゼーションと頭皮ケアを融合させ、髪と肌の美しさを引き出します。



DAOL SALON BGC

3rd floor, Unit 309 stopover, 31st Street, BGC, Taguig City
09176800123

DAOL SALON MALATE

3rd Floor, 1774 Adriatico St. Malate, Manila
09950716137

DAOL SALON ASEANA

2nd Floor, 8912 ASEANA AVENUE, BUILDING ASEANA CITY, Parañaque
09544650051

Just visit whenever you want change

変わりたくなったらいつでもお立ち寄りください。



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、
フィリピン人施術者でも高品質なサービスをお約束します。



- 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



- BGC本店
- Makati店

電話番号
0939-915-8888



ONE LUKE

MEZZANINE-A
STRATOSPHERE BLDG.
136 VALERO ST, MAKATI
CITY, METRO MANILA

TEL: 0961-420-3984

9:00 AM - 8:00 PM
(DAILY)



INSTAGRAM



SERVICES

SCS

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

このクリスマス、自分に“自信”という贈り物を。ホリデーシーズンは、専門のライセンスを持つプロによる自然で上品な仕上がりのボトックス施術で、表情ジワをなめらかに整え、フレッシュで輝く印象へ。クリスマスの写真映えにも、新しい年を気持ちよく迎えるためにも、あなた本来の美しさを引き出します。この季節を、自信と笑顔で。あなたはその価値があります。ご予約はお早めに。



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。

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。



EVIEANDCO_MANILA 02 8890 0538 | 0917 170 7504
2704, Centuria Medical Makati, Makati evieandco_manila@icloud.com

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

毎月、お得なキャンペーン実施中! 詳しくはお店で!

BGC
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 506, VCD Bldg. 91 Dona Soledad Ave. Don Bosco, Paranaque

CEBU
TEL: 0916-764-5359
2F Chatswood Center, Hernan Cortes St., Banilad Mandaue Cebu

GREENHILLS
TEL: 0919-344-5258
21 Tiffany Mansion Condominium G3 Eisenhower st Greenhills San Juan city

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
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 1,999 ペソ

EUPHORIC HANDS MASSAGE SPA

OPEN 24 HOURS

Refresh & Rejuvinate

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 ☎️

f Euphoric Hands
d Euphoric Hands
e <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:
ケソン市、マンダルヨン、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

お問い合わせ: 0931-176-2720
Viber/KakaoTalk/Telegram/WhatsApp

24 HOURS OPEN

ホテルやコンドミニアムへの出張サービス

コースA ベーシックマッサージ(オイル/ドライ) ₱950(2時間)
コースB 全身スクラブマッサージ ₱1600(2時間)
コースC 全身&フットマッサージ(コンビネーション) ₱1100(2時間)
コースD 耳キャンドル+ボディマッサージ ₱1200(2時間)
コースE ベントーサまたはホットストーン ₱1500(2時間)

サービスエリア: メトロマニラ全域

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(もぐざ)を使用したセオミョンマッサージ。アーモンド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

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) 856-7416
マカティ: 0917-8827426 * (02) 700-15761
マラテ: 0917-8172748 * (02) 700-57317
厳密にマッサージのみのサービスです

QRコード
サービス内容
フランチャイズ情報
支店情報

ASIAN MASSAGE **asianmassageph** **Asianmassageph**

SAKURA

Sakura Eight Massage

Try Our Premium Relaxing Massage

サービス内容:

- ・スウェディッシュマッサージ
- ・指圧マッサージ
- ・コンビネーションマッサージ
- ・ディープティッシュマッサージ (強めのマッサージ)

2時間 1,000ペソ

対応エリア: マニラ、マカティ、パサイ、BGC、オルティガス、マンダルヨン、アラバン、ケソン市

24 HOURS OPEN

Globe number: 09562756538

Telegram: @SakuraEight

QRコード

主要マッサージメニュー

- Swedish Massage
- Deep Tissue Massage
- Prenatal Massage (妊娠さん向け)
- Reflexology (足裏)
- Shiatsu Massage
- Thai Massage
- Couple Massage (お二人で)
- Kids Massage (お子さま向け)

※女性セラピスト在籍

その他のサービス

- Combination Massage
- Ventosa Massage
- Bodyscrub Massage
- Earcandling

対応エリア
Makati, Pasay, BGC, Mandaluyong, Paranaque, Ortigas Center, Pasig City, Malate Manila, San Juan City

2時間以上の施術より承ります。
massage 1時間P500

Available 24/7 24時間対応、年中無休

Home and Hotel Massage Service
ご自宅・ホテル出張マッサージサービス

QRコード

14106 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、パラニャーケ、アラバン、オルティガス、ケソンシティ

ご自宅・ホテルへの出張サービス対応いたします!

24時間営業!

0915-091-7954

20% DISCOUNT!

QRコード

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

お客様のニーズにあったマッサージをお届けします!

09055290135

**Passy~Makati
BGC~Alabang
Ortigas**

24時間対応します!!

QRコード

Best Massage

P950 (2時間)
オイルマッサージ
ドライマッサージ
コンビネーション(オイル+ドライ)
P1800 - ツインマッサージ(セラピスト2名)
P200 - イヤーキャンドル

パサイ、マカティ、マンダルヨン、タギグ、
BGC、オルティガス、マラテ、バラニャーク
GLOBE 09563190114
SMART 09606357946

メトロマニラ/クラーク *Clean, refreshing Massage
0947.158.7457

GOOD Massage
800P

2時間: マッサージ (オイル/ドライ) - 800ペソ
2時間: ツインマッサージ - 1,600ペソ
2時間: ボディスクラブマッサージ - 1,500ペソ

- 追加オプション -
• 耳掃除 - 200ペソ
• 白毛除去 - 200ペソ

ホテルや自宅で快適にマッサージをお楽しみください

SCAN goodmassage2026 SCAN goodmassage2025

Metro Manila CLARK 24hr OPEN

※距離に応じて交通費が加算されます

7 Seven Angels Massage

24時間対応 自宅、コンドミニアム、ホテルなど、ご連絡いただいたメトロマニラ内の場所で施術が受けられます。

"RELAXATION AND PLEASURE WITHIN HEAVEN'S TOUCH"
天国にいるようなリラックス感と喜び

sevenangels003 7angelsmassage

OUR SERVICES:

P1000 2時間フルボディーマッサージ
スウェディッシュ、指圧、タイまたはコンビネーションマッサージ技術

CONTACT US:
0917-447-6203 / 0908-397-2327 / 02-7219-5770
www.sevenangelsmassage.com
24-7_on-call@sevenangelsmassage.com

Love Massage

(ラブ・マッサージ)

24/7

ご自宅・ホテルへ
24時間出張サービス

【メニュー(各120分)】
• スウェディッシュ P1,000
• 指圧 (Shiatsu) P1,000
• コンビネーション P1,000
• ツインマッサージ(2名様同時施術) P1,800

※全コースに無料で「耳掃除」または「イヤーキャンドル」サービス付き

《対応エリア》マラテ/マカティ/パサイ/BGC/オルティガス/ケソン市/アラバン
ご予約・お問合せ: 0915-462-1511

SCAN LoveMassage

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

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

24/7 OPEN

You can also contact us @

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。

SCAN

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

PRIMER

● 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
もあるので要必見です!!

検索

C1C1 Massage

SERVICES

- ・オイルマッサージ／ドライマッサージ 90分 P 800
- ・ツインマッサージ 90分 P 1600

イヤーキャンドルとボディウォッシュのサービスはリクエストに応じてご利用いただけます。

ケソンシティ、パシッグ、アラバン、その他の地域への出張には、追加の交通費 P 500を承ります。

Contact no.:

Globe: 09669212049
Smart: 09292145299
Line ID: c1siwonmassage19

Telegram ID: @C1siwon
KakaoTalk ID: c1c1massage19
WeChat ID: c1siwon19



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
コンピネーションマッサージ	- 600	キティマッサージ(30分)	- 250
ティーブティシユーマッサージ	- 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

マカティエリア外は2時間から承ります。
エリアにより料金が異なります。

お問い合わせ・ご予約
09279088515
09052845267

サービスエリア
マカティ、パサイ、タギグ、マラテ、オルティガス、パシッグ、パニャーケ、アラバン、メトロマニラ

LINE **WECHAT** **VIBER** **WHATSAPP** **TELEGRAM**

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

Part 1
フィリピン税務調査
初回限定公開

調査の流れと注意すべきポイント

ES NETWORKS PHILIPPINES INC.
Director
寺田 未来 氏

Part 1
フィリピン在住29年の石橋さんに聞く!
来比当时と今はどう違う?
初回限定公開

フィリピン不動産の最新動向

BEDOGO INC.
Director of operation
石橋 正義 氏

フィリピンの会計・税務

フィリピンの不動産

Part 1
日本とフィリピンを結ぶ
リーガルパートナーに聞く! 日本と違う!?
初回限定公開

フィリピン法務の実情

社員 - 松尾、辻渡法律事務所 弁護士
Quiana Law ジャパンデスク
上村 真一郎 氏

2025年5月、
資本市場効率化促進法案に
大統領が署名!

最新のフィリピン 金融・証券関連 トピックス解説

WCL SOLUTIONS (PHL) CORP.
CEO 伊佐治 稔 氏

フィリピンの法務

フィリピン株

Part 3
フィリピン人顧客を取り込む!
一本槍の転換点

ターゲティング / 従業員マネジメント / 制度化



Barong Clubで
限定配信中

フィリピン飲食ビジネス

従業員マネジメントのコツや、現地で直面したリアルな失敗談まで、ここでしか聞けない貴重なエピソードが満載!
フィリピンで働く皆さんの実生活にすぐ役立つヒントがきっと見つかるはず。バロンクラブに入会すると、過去のアーカイブ動画もすべて視聴できます。

学べる動画が続々登場!



Barong Clubを初月無料で体験! <https://barongclub.com/> 「バロンクラブ フィリピン」で検索



NORD ANGLIA
INTERNATIONAL SCHOOL
MANILA

A BRITISH CURRICULUM THAT OPENS DOORS WORLDWIDE

世界の扉を開く、英国式カリキュラム。

At Nord Anglia International School Manila, we offer a world-class international education for students aged 2-18, designed to spark ambition, curiosity, and global opportunities.

ノード・アングリア・インターナショナルスクール・マニラでは、2歳から18歳までのお子さまを対象に、夢や好奇心、そして国際的な未来を育む世界基準の教育を提供しています。

www.naismanila.edu.ph

Email: admissions@naismanila.edu.ph



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。

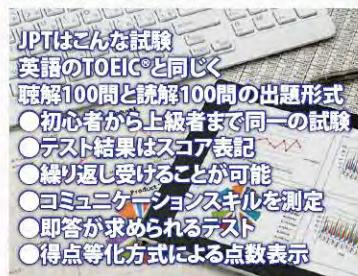


JPT
Japanese Proficiency Test
日本語能力試験
にほんごのうりょくしきん

フィリピンでも
JPTの受験が可能に
なりました



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



JPTの企業内導入事例

- 日系企業の人事考課として導入
⇒従業員の能力を明確に差別化する方法として採用。なんとなく日本語が上達したからなどの理由で昇給などを判断せず、各従業員の日本語能力をスコアで管理し、進歩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
- 従業員人や外国人従業員は明確な目標ができ、日本語学習の意欲が向上した

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

<http://pjlink-manila.com>

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

[pjlinkinc](https://pjlinkinc.com)



4F Ricogen Building, 112 Aguirre St., Legazpi Village, Makati City

02-8832-5735 / 0917-813-0693

駐在員・
日本人学校からの
人気 No.1

英語初心者も安心! BGCのマンツーマン英会話スクール

無料体験レッスン受付中!



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。

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。多くの受講者の皆様にご好評を頂いております。

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。



▼ 詳しくは下記までお問い合わせください! ▼

StepForward
ステップフォワードBGC校

Unit 1810 One Park Drive, 11th Drive,
Cor 9th Ave, BGC, Taguig

TEL +63 961 523 2978

LINE @dkp1344g

WEB <https://service.stepforward-learning.com/>

料金
営業日

1レッスンあたり
850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

タガログ語コース開講!

言葉を学んで、
フィリピン生活を
もっと楽しく!





SHINANO International Language Centre, Inc.

企業内の日本語、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、
オリジナル
フィリピン語試験
実施中です！



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

入塾金0円 1コマ2,800円(税込3,080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（2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】
- 【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】

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LINEhttps://lin.ee/hdfnpd
Email:nfo@miraijuku.info



YAMAHA
Make Waves

HS Series

FORMED STUDIO MONITOR

HS5 HS7 HS8 HS8S



SCAN QR



「すべての音を見るために」
色付けることなく再生し、ミックスにおける音色や音像定位の微細な変化を
厳密に再現できること—今までヤマハがこだわり続けた
スタジオモニターの設計理念です。



BGCで日系初のダンススタジオ!! LIV Dance Academy

新スタジオOPEN！体操教室&フィットネスもスタート！
Danceが好きなお子さんはもちろん、新しい挑戦をしたいと思っている大人の皆さん、一緒に身体を動かしてみませんか？



住所 UNIT204 1/F PARKWEST, 7TH AVE, COR 36TH ST, BGC, FORT BONIFACIO, TAGUIG CITY

お問い合わせ 0975-667-9697(EN)

(Viber OK) 0916-116-7000(JP)

レッスンスケジュールは公式LINEにてご確認いただけます！



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



詳細はこちらから！

～海外から日本に、
あなたの一票を～

在外選挙の 制度と手続きについて



在留届の
提出も
忘れずに！



在外選挙人名簿への登録資格

- 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※をした方を除く。)

*国外転出をする際に市区町村の窓口で行う申請

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・日本大使館・総領事館等の領事窓口で登録申請

用意するもの

- ・パスポート
- ・登録申請書
- ・居住していることを証明できる書類
(在留届を提出済みの方は不要です。)

3か月の居住期間経過後に日本大使館・総領事館等から住所確認の連絡を受ける

在外選挙人証の受取
(郵送又は領事窓口)



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

在セブ日本国総領事館
TEL: 032-231-7321/7322
Mail: 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

又は

外務省 在外選挙 検索
まで

同居家族による代理申請もできます

申請者の署名入り登録申請書及び申出書*、申請者及び代理の方のパスポート等をご用意ください。

*登録申請書及び申出書は、領事窓口又は総領事のホームページから入手できます。

在外投票は次の3つの方法で行なうことができます

在外公館等投票



直接日本大使館・総領事館等に
向いて投票する方法

郵便等投票



投票用紙第を事前に請求して記載の上、登録先の選舉管理委員会へ郵送する方法

日本国内における投票



一時帰国した方や、帰國直後で
転居を提出して3か月未満の方が、
日本国内で投票する方法



HOT TOPICS in Manila

落ち着いた空間で楽しむ
ボラシオンの焼肉会席店オープン!

YAKINIKU BAKUFU 焼肉幕府

マカティのボラシオンに店舗を構える焼肉幕府は、落ち着いた雰囲気の中で焼肉会席を楽しめる隠れ家的な日本式の焼肉店です。メニューはすべてコース料理で提供、スタンダード(P3,000)・プレミアム(P5,000)・エクスクルーシブ(P8,000)の3つのコースから選択できます。

各コースには前菜、ナムル、サラダをはじめ、厳選された牛肉の焼き物、すき焼き、にぎり、〆の麺、甘味までがバランスよく組み込まれています。このお店の特徴はスタッフが焼き上げてくれるところ。焼き過ぎに気を取られることなく料理本来の味をゆっくりと楽しめます。落ち着いた空間で、上質な焼肉をじっくり味わいたい方におすすめのお店です。

住所: 5712 Pagulayan, Makati, 1209 Metro Manila, Philippines
電話番号: 0927-895-8923
営業時間: 5pm - 11pm



プライムリブセットをお得に楽しもう!
『プライムリブ・ナイト』毎週水・
土曜に開催!

I'm Angus Steakhouse アイム・アンガス・ステーキハウス

マカティの人気デリカテッセン「Santis」と同じWerdenbergグループが運営するステーキハウス「I'm Angus Steakhouse」で、毎週水曜と土曜の夜に開催されている「Prime Rib Night」。アメリカ産認定アンガスビーフ(Certified US Angus Beef)のプライムリブをじっくりローストし、サラダ、ベイクドポテト、選べるソース、さらには赤ワイン1杯がセットになつた豪華な内容です。

一人当たりの価格はP2,580+(※2026年1月7日からの価格)。特別価格での提供のため、シニア割引は適用外となります。上質なビーフを中心まで堪能したい夜に、ぜひ訪れてみてはいかがでしょうか?

所在地: 431 Yakal St, San Antonio Village, Makati
電話番号: 02-889-5852 | 営業時間: 11:00~15:00 / 18:00~23:00
定休日: 日曜 | <https://www.i-am-angus.com.ph/>
<https://www.facebook.com/Steakhouse.ImAngus>



日本への手土産に
「Manila Cookie Story」はいかが?

Manila Cookie Story マニラクッキー

年末に日本へ帰国する方にとって、悩みどころのが「お土産選び」。そんな時におすすめなのが、マニラ発の焼き菓子ブランド「Manila Cookie Story」です。「Manila Cookie Story」ショートブレッドクッキーは、保存料無添加のたつ5つの素材で作られ、ほろとほどける繊細な食感が魅力。カフェ・バラコやケソン・デ・ボラといったフィリピンならではのフレーバーは、「ローカルらしさ」と「上品な味わい」のバランスで、やさしい甘さ。日本人の口にもよく合います。かわいらしい缶やパッケージも、ギフトにぴったりで、持ち帰りやすさも魅力です。

賞味期限は約9ヶ月と長く、FDA承認済み。この季節のお土産リストに加えてみてはいかがでしょうか?

Manila Cookie Storyはこちらでお求めください。
Kultura • Travel Free Shop (NAIA1+2・Clark) •
Frankie & Friendsほか



オンラインでも購入可能!
Website・Shopee・Lazadaなどで展開しています。

[@manilacookiestory
@manilacookiestory
@manilacookiestory
@manilacookiestory](http://manilacookiestory.com)

ヤマハのデジタルキーボード45周年

ヤマハミュージックフィリピン Yamaha Music Philippines



ヤマハミュージックはデジタルキーボード誕生から2025年で45周年。1980年に登場した初代PSシリーズから現在まで、約500機種・6,000万台以上を世界に送り出していました。同社特設サイトでは、年代ごとの代表モデルやデザインの変遷、技術革新の背景などをまとめており、長く家庭用鍵盤楽器の普及を支えてきたヤマハミュージックが築いてきたキーボードの進化を体系的に知ることができます。

ヤマハストアはSM North EDSA店、UPTOWN MALL BGC店、GARDEN TOWERS MAKATI店に続き、グリーンヒルズ店もオープンしました。45周年を機に、店舗に訪れてチェックしてみてはいかがでしょうか。



<https://ph.yamaha.com/en/musical-instruments/keyboards/explore/pk-45th/>
YamahaMusicPhilippines
yamahamusicphilippines

RISE DEDICATED INTERNET

妥協なき品質のインターネットを、すべての企業へ



PH初Google認定
プロバイダー

業界最高クラスの
低遅延

日本へ最速
ダイレクト回線接続

日本人スタッフ
による安心サポート



日本チームのご紹介



Two experts, one unstoppable team in Japan.

FEATURES

サービスレベル保証(SLA)

スピード保証(100%CIR)

最短ルートで接続・ルートの最適化も対応

社内専門エンジニアによる迅速なサポート

PLATINUM

99.9%



1ヶ月無料トライアル実施中!

トライアル期間中はいつでもキャンセル可能
対象となるビルに限り提供

詳細につきましては
お気軽にお問い合わせください

CONTACT US 日本人スタッフによる専任サポート

高土聰子 (Sato Kotsuchi)
白戸健司 (Kenji Shirato)

sato.kotsuchi@rise.ph
kenji.shirato@rise.ph

+63 917 865 9960
+63 939 903 1710