

2月は「チョコレート月間」。

Here Comes the 'Chocolate Month'

フィリピンでは、バレンタインデーがある2月はロマンティックな月とされ、「ラブ・マンス」と呼ばれる。14日のバレンタインデーは結婚式が多く行われる日でもあり、昨年政府機関 Pag-IBIG ファンが主催した合同結婚式には全国で2,000人以上が参加した（2018年2月14日 Pag-IBIG 発表）。そして、バレンタインデーといえば、欠かせないのがチョコレート。フィリピンでは日本のように女性から男性にチョコレートを贈る習慣はないが、男性から女性にチョコレートを贈ると喜ばれる。2月はチョコレートが存在感を増す月。そこで、ナビマニラは今月を「チョコレート月間」と提案したい。

February is called 'Love Month' in the Philippines as Valentine's Day falls on 14 of February and a lot of Filipinos tie the knot at mass wedding ceremonies held nationwide. When it comes to Valentine's Day in Japan, chocolate is essential. There is a tradition that women give chocolate to their husband, boyfriend, male colleagues etc. In the Philippines it's the other way around. Men give a gift such as flowers and chocolate to women. Yes, chocolate has a strong presence for Filipinos and Japanese in February. Navi Manila celebrates February as the 'Chocolate Month'.

フィリピンのカカオ・チョコレート事情

歴史あるカカオ生産国 めざせ「チョコレート大国」

フィリピンでは、チョコレートの原料となるカカオが生産されている。スペインからの修道士によって17世紀にもたらされたのが始まりとされ、フィリピンはカカオ生産の長い歴史を持つ国の一つ。ダバオ市などミンダナオ地方が主要な産地で、年間生産量は約1万1,000トン。

品質はすでにワールドクラス Bean to Bar チョコレート

フィリピンは気候、降雨量、平均気温、土壌などの条件がカカオの生育に適しているとされ、特にミンダナオ地方のダバオはこれらの好条件がそろっているという。なおカカオはミンダナオ地方以外の地域でも収穫され、価格帯が異なる複数の種類のカカオを栽培できるのもフィリピンの強み。政府はカカオ豆とチョコレートの輸出を増やすべく、2020年までにカカオ豆を年11万トン生産することを目指している。

品質の面では、すでにフィリピンのカカオ豆とチョコレートは国際的に高い評価を得ている。2017年10月にパリで行われた品評会で40カ国から集まった166のカカオ豆の中から、ダバオ産の豆が50の優良カカオ豆に選ばれた。また、国際品評会で受賞しているチョコレートブランドもある。

フィリピンには、カカオ豆栽培からチョコレート製造にいたるまで一貫して行われる「Bean to Bar」のチョコレートが生産されている。チョコレートに含まれるポリフェノールにはさまざまな健康効果が期待できると注目されており、チョコレートは体にいい食べ物という認識も高まっている。

フィリピンから日本へ一時帰国の時は、お土産にフィリピン産チョコレートを買いに行こう。フィリピンのチョコレートの知名度が海外で上がれば、将来、フィリピンが世界の「チョコレート大国」となるかもしれない。そんなことを夢見ながら、チョコレートとの甘いひと時を楽しみたい。

A LONG-TERM RELATIONSHIP BETWEEN THE PHILIPPINES AND CACAO

Cacao, the essential ingredient of chocolate, is produced in the Philippines. The main producing areas are in Mindanao. Cacao production in the Philippines dates to the 17th century. The volume of cocoa production in the country was 35,000 tons per year in the 1990s, however it has decreased to about 11,000 tons because of aging trees and climate effects. The global demand for cacao beans has been growing. The Philippine government aims to increase cacao production to 110,000 tons a year by the year 2020 to export overseas. The Philippines has significant advantages in cacao bean production such as geographic conditions, climate, precipitation, average temperature. As for quality, cacao beans and chocolate produced in the Philippines have won numerous awards in international competitions.

It is said that chocolate may have various health benefits including antioxidants, improving blood flow, protecting skins from the sun damage, boost the function of brain etc. Delicious and nutritious. Chocolate is a super food.

Philippine-made genuine 'Bean to Bar' chocolates are perfect for your daily treat, a gift on Valentine's Day and souvenir when visiting family and friends overseas.

フィリピン生まれの「クラフトチョコレート」

フィリピンには生産者のこだわりが込められた、クラフトビールのように「クラフトチョコレート」と呼びたくなる逸品がある。Proudly Filipino なチョコレートを紹介。

世界で数々の賞に輝く「チョコユニバース」比代表 MALAGOS CHOCOLATE



フィリピンを代表すると言っても過言ではないチョコレートメーカー、マラゴス。ダバオ市バギオ地区マラゴス産カカオを使い、チョコレート製造の全工程もマラゴス地域で行う。まさにカカオの木の育成からチョコレート製造までの「Tree to Bar」を実現。同社の農場でつくられるカカオは世界ベスト 50 に選出され、同農場では米農務省と提携してエアルーム (Heirloom) カカオという「カカオのダイヤ」と呼ばれる

Internationally Acclaimed Chocolate Representing PH in 'Choco Universe'

カカオも栽培している。高品質のカカオから生まれるマラゴスのチョコレートは 2013 年からすでに約 30 の国際的な賞を受賞しており、昨年はイタリアでの国際チョコレートアワードで 85% ダークチョコとプラリネが銀賞、ソルトキャラメルと 72% ダークチョコが銅賞を獲得した。現在、シンガポール、ドイツ、日本、英国、米国に輸出されている。マラゴスチョコレートを首都圏で購入できる場所は同社のウェブサイトに記載。



<https://malagoschocolate.com>

注文を受けてからつくる丹精込めた手作りチョコ TRUE CHOCOLATE PH



www.truechocolateph.com/
www.facebook.com/truechocolateph/

Passion Beyond Expectation Bears Made-to-Order Chocolate

2017 年 1 月、トリナ・テクソンさんが家族や友達のためにチョコレートを作ったところ好評を博し、起業を勧められたのをきっかけに同年 10 月に創業。板チョコ、トリュフチョコ、ボンボン注文を受けてからの手作り。原材料には厳選したベルギー産クーベルチュールチョコレートを使用しているが、ビサヤ地方西ネグロス州産カカオ豆を使ったチョコレートの開発にも取り組んでいる。「私の故郷である西ネグロス州産のカカオを使うことで、現地農家の支援をしたいと考えています」。注文・問い合わせは E メール truechocolateph@gmail.com から。

Craft Chocolates: Proudly Born and Raised in the Philippines.

The Philippines produces fine chocolates. They are made with locally produced cacao beans and Filipino craftsmanship. You'll love them at first bite.

定番ダークから創作チョコまで「食べて笑顔」の思いを込めて RISA CHOCOLATES

チョコレート作りの情熱が高じて 2013 年に会社設立に至ったというリサチョコレート。カカオ豆はミンダナオ地方南コタバト州およびルソン地方ラグナ州産を使用。板チョコには定番ダークチョコやミルクチョコレートのほか、ベーコン&チリ (!) や、ブラカン州のミルクソフトキャンデー、パステリヤスがチョコレートになったと説明付きの「Pastillas De Pili」

などユニークなものも。食べて Sonrisa (スペイン語で笑顔) がリサの願いなのだそう。販売場所は下記ウェブサイトに記載。間もなくマカティ市のパワープラントモール新館ロックウェル・アット・ザ・グリッド (Rockwell at The Grid) 2 階にショップもオープン。



<http://risa.ph/> • Facebook /risachocolate • Instagram /risachocolates



世代を超えて受け継がれる農場生まれの自然派チョコ KABLON FARMS



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

ミンダナオ地方南コタバト州トゥピ町カブロンでパントウア家が経営する農場は、1960 年から 4 世代に渡って受け継がれている。その農場で栽培されたカカオだけを使ったのが、カブロンファームのチョコレート。ダークチョコレート、カカオ豆を加熱せずにつくるローチョコレート (Raw Chocolate) とともに有機栽培による自然の原料のみを使用。チョコレートはウェブサイトのオンラインショップで販売 (配送については問い合わせを)。チョコレートのほかにもジャム、調味料、ココナッツオイル、ドレッシング、マンゴスチンの葉の茶なども製造、販売している。

アドボがチョコレートに!! フィリピンらしさ抜群 Unique Filipino Chocolates Made By Chocolate Artisans THEO AND PHILO



www.theoandphilo.com

Theo はカカオの学名の略語で、Philo はギリシャ語で愛の意味。2010 年の創業以来、ミダバオのカカオ豆、パコロドの砂糖を使ったチョコレートにこだわる一方、チリ、カラマンシ、グリーンマンゴ&ソルト味などのダークチョコ、さらにミルクチョコレートアドボという革新的なチョコも開発。食べると中からチキンやポークが出てくるかどうかは、読者の皆さんが確認していただきたい。このアドボチョコはダークチョコとともに昨年の国際チョコレート賞で銅賞に輝いた。同社ウェブサイトまたは Bo's Coffee, Kultura, Gourdo's, ECHO Store, Rustan's の店舗で販売。

チチャロンやエダムチーズ入りもチョコだってスパシーや塩味に Chocolate with Pork Chicharon and Queso De Bola, Too Unique To Miss Out HIRAYA



<http://www.hirayachocolates.com>
<https://www.facebook.com/HirayaChocolates/>

2015 年 2 月に設立されたヒラヤ・チョコレート。ヒラヤという名前は昔のフィリピンの言葉で「人の希望と夢の果実」という意味を持つ。ダバオ産カカオを使い、首都圏ケソン市の工場で作られる。ダークチョコレートのほか、豚皮を揚げたフィリピン名物スナック、チチャロンや、クリスマスに食べるボールの形のエダムチーズ、ケソンデボラ入りといったユニークなチョコレートも。どんな食感と味なのか……。首都圏ではエルミタのロビンソンにある Go Lokal! などの店舗、Barapido.com や Foodsource.ph などオンラインショップで販売。

これはチョコレートではない!! 健康効果も期待の「カカオバー」 This is Not Chocolate, But Healthy Cacao Bar CHOCOLIZ



www.saretorganics.com • <https://www.facebook.com/saretorganics>
<https://www.instagram.com/saretorganics/>

ルソン地方ヌエバエシハ州サンタロサやブラカン州ドニャレメディオストリニダッドで農場を運営するサレット・オーガニックファーム (Saret Organic Farmville) が、2018 年に開発した「カカオバー」。アウララ州ディンガラン市とミンダナオ地方ジェネラルサントス市産の有機栽培カカオ豆の成分を引き出すため、原料や加工は最小限にとどめ、砂糖も不使用。カカオを丸ごと食べる感覚の一品は栄養豊富で健康に良い効能も期待できる。マカティの Apotheca Integrative Pharmacy, Echo Store, ocal, Kultura SM Makati などの店舗のほか、有名オンラインショップでも販売中。

チョコレートは
料理になってもすごい！
チョコレート尽くし

MAITRE Chocolatier

チョコレートなしでは生きていけないチョコレート中毒、チョコホリックを自覚するなら忘れてはならない店が、このメートル・ショコラティエ。前菜、サラダ、スープ、ピザ、サンドイッチ、パスタ、ビーフやチキン、ポークを使ったメインディッシュにいたるまで、チョコレートを使ったユニークな創作料理に「こんな料理にまでチョコレートが！」と驚くやら感心するやら。筆者はビーフピザと、ミートソースリングイネパスタを注文。未知の奇抜な味を期待して食べたところ、意外にも普通においしくてまた感心。チョコレートは料理に使われても優秀なのだ改めて



チョコレートを使ったビーフピザとミートソースリングイネ。

チョコにほれ直した。この店ではカクテルにもチョコレートが使われていて、もちろんデザートにはチョコレートケーキが充実。文字通りのチョコレート尽くしを体験できる。セブ、ダバオにも支店があるので、旅行中にチョコレートを食べたい発作が出たら駆け込もう。



店内のイスもチョコレート色。



**MAITRE Chocolatier
Boutique Cafe**
28 Jupiter St., cor. Astra St.,
Brgy. Bel Air, Makati City
Mon. - Sat. 9am- 12am Midnight
Closed on Sundays
<https://m-chocolatier.com/>



(上) チョコレート研究室 (下) 緑豊かな環境にあるチョコレート博物館

チョコレートの奥深い世界へ 「チョコレート博物館」&スパ Malagos Chocolate Museum

2ページに掲載のチョコレートブランドのマラゴスが2017年3月、ダバオ市郊外にフィリピン初というチョコレート博物館をオープン。カカオからチョコレートがどのようにつくられるのか知ることができる展示や、「チョコレート研究室」では自分だけのオリジナルチョコレート作りも体験できる。博物館があるマラゴス・ガーデン・リゾートにはチョコレートスパも。チョコレートを使ったトリートメントは、ココアバターの働きで美肌効果が期待できるそう。チョコレートとマッサージ。これ以上の至福な時間はあるのだろうか？

<https://malagoschocolate.com/malagos-chocolate-museum/>

VALENTINE'S DAY PROMOTION



(左上から時計回りに) サーモングリル Grilled Tasmanian Salmon、炭火焼ステーキ Char-grilled Steak、エビのプロバンス風 Prawns Provencal、チキンシュブレード Chicken Supreme

ロマンティックディナー&ステイ NETWORLD HOTEL カップルで楽しむステイケーション SPA & CASINO

カップルで過ごすバレンタインデーは、やはり特別な日にしたいもの。そんな思いにこたえるのがネットワークホテルSPA&カジノの「Indulge in the Season of Love」プラン。遠くに旅行はできないけれど、普段とは違う時間を過ごしたいカップルに、ステイケーションをおすすめしたい。デラックスまたはエグゼクティブルーム1泊、レストラン「レ・アモレット」でのバレンタインスペシャルコースディナー、さらにルームサービスでのマッサージが付いて4,600ペソ（税込、2人分）とお得。気になるバレンタインスペシャルコースディナーは、まずリッチな風味のエビのビスクスープ、続いてさつ

ぱりとイタリアンサラダ。メインはサーモングリル、チキンシュブレード、エビのプロバンス風、炭火焼ステーキの4品の中から好みのメニューを1品チョイス。デザートはクリームブリュレ、アフガート、セミフレドの3種を2人シェアで楽しめる。ドリンクにキューカンバーアイスティ、グラスワインが含まれる。ディナーのみの場合は1,500ペソ（税込、2人分）。

「Indulge in the Season of Love」プランとバレンタインスペシャルディナーは2019年2月28日まで実施中。

Romantic Dinner and Staycation in the Love Month

Networld Hotel Spa and Casino is having a month-long celebration of St.Valentine's Day with a promo plan best for two. The "indulge in the season of love" Promo package comes with room accommodation in a Deluxe or Executive room, Romantic four-course dinner and an in-room signature massage for the price of Php 4,600.00 nett. And a price of Php 1,500.00 nett for couples who wants to have a dinner only.

Networld Hotel Spa & Casino
Roxas Blvd. cor. Sen. Gil J. Puyat Ave., Pasay City
Tel: (02) 536-7777 / 525-8158
<http://jipang-group.com/>



チョコつと話

家の庭にカカオの木
フルーツ感覚で食べる？

ココアのようにココアじゃない
飲むチョコレート「タブレア」



昨年12月、フィリピン人の友人からカカオの実をもらった。ルソン地方ヌエバビスカヤ州の家の庭から持ってきたという。割って種を覆う白い果肉(?)をしゃぶるというので試してみたら、かすかに甘いような、全く無味のような……。種を割ると中は濃い茶色で、これがチョコの原料になるらしい。もし、バレンタインデーにフィリピンでも日本のように女性が手作りのチョコレートを渡す習慣があったら、大変である。「手作りチョコ」の定義が、カカオの木を植えることからなりそう……。



カカオの種(カカオ豆)が発酵、乾燥、焙煎、粉碎などのプロセスを経てチョコレートになる。

フィリピン名物のタブレア (tablea)。正式にはフィリピン語で tsokolate tablea といい、チョコレート・タブレットの意味。2~3個をカップ1杯の湯に溶かしてホットチョコレートとして飲む。そのままかじってみると、メーカーによって甘くないものもあれば、チョコレートとしてそのままでもいけそうなものもあった。ココアとどこが違うのかというと、タブレアの方がカカオの味が強いとされている。常夏フィリピンとホットチョコレートの組み合わせは妙な感じがするが、冷房がガンガン効いたところで飲むにはちょうどいいかなと納得。



タブレアはチョコレート味のフィリピンの粥、チャンブラドにも使われる。

フィリピンのチョコが勢ぞろい
おみやげ探すなら「KULTURA」



フィリピン産チョコレートをいろいろ見比べて選びたいなら、おみやげ店のクルトゥラ (KULTURA) がおすすめ。このページで紹介しているブランドもある。SM マカティ、モール・オブ・アジア (MOA) などに店舗があり、フィリピン産の民芸品やTシャツ、I ♥ MANILA のロゴ入りグッズなどいろいろ。一時帰国のおみやげに「フィリピンらしいもの」を探すときには、ぜひ立ち寄りた。



クルトゥラ SM マカティ店のフィリピン産チョコレートコーナー。

連載 ナビ流ゴルフ ⑧



ゴルフで国際交流

11月23日、カンルーバンゴルフ&カントリークラブで国際ゴルフコンペ「セントアンドルーズ・ネーションズ・トロフィー (St. Andrews Nations Trophy)」が開催され、ゴルフ好きの在住邦人8名が急きょ「日本代表チーム」を結成して出場した。

Photos: Courtesy of St. Andrews Nations Trophy



国際色豊かなゴルフコンペ。ユニフォームにもお国柄が反映



ゴルフ発祥の地とされるスコットランドのバグパイプ演奏

日本チームのユニフォームはサッカー日本代表のようにブルーにする予定だったが、急に参加が決まったため間に合わず白に



15カ国、230人参加。初陣・日本が健闘

セントアンドルーズ・ネーションズ・トロフィーは、20年以上続いている大会で毎年1回開催されており、今回はフィリピンをはじめ、北米、ヨーロッパ、オセアニア、アフリカ出身のフィリピン在住者からなる15カ国24チーム、約230人が参加。事前に申告するハンディキャップを基に、ホールスコアをポイントに換算して得点合計を競うステイブルフォード方式によって各チーム上位8人のスコアを競った。

今回が初参加となった日本チームの結果は11位。当初10人で出場予定が当日8人となるハプニングもあったが、初出場ながら24チーム中の真ん中より上の成績を残した。優勝はグリーンマシーン (アイルランド)、2位はオールドブライト (イングランド)、3位はアルビアン (イングランド) と続いた。個人戦では、今回日本チームのキャプテンを務めたH選手 (HC: 14) が83で回り、ステイブルフォード式スコアで39ポイントを獲得し

て1位選手と5打差の10位に入る健闘を見せた。

「お国柄」を反映ユニークな対抗戦

この大会では、全体で競う団体戦のほかに、チーム同士の対抗戦も同時に行われた。対抗戦には「お国柄」にちなんだ名前が付けられている。豪州、ニュージーランド、南アフリカはラグビーと同じく「3カ国対抗」、北欧のデンマークとスウェーデンは「バイキング杯」、女優の出身国にちなんでウェールズとドイツが「キャサリン・ゼタ・ジョーンズ・トロフィー」などユニークな名前が付けられている。日本チーム関係者によると、来年はなぜかウェールズと対抗戦を予定しているとのこと。サムライブルーとレッドドラゴンの対抗戦の名称が気になるところである。言語や文化の違いを超え、いっしょにゴルフを楽しめるのも世界で親しまれているスポーツならではの魅力。皆さんもぜひ、ゴルフを通じて国際交流してみたい。



和気あいあいとした雰囲気の中にも国とチームの威信をかけて真剣にプレーする選手たち

〈日本チームインタビュー〉

Hさん: フィリピンを除くアジアの国としては初参加だったため、いろいろと不安はありましたが、快く受け入れて頂いた運営委員および各国キャプテンの皆さんにはとても感謝しています。私はフィリピンに数年いるものの、この大会が20年以上フィリピンで開催されていること知りませんでした。大会後、ゴルフ場で欧米の方と会って話をすると、ほとんどの人がセントアンドルーズ・ネーションズ・トロフィーについて知っておられ、とても知名度があるのだと実感しました。ゴルフを通じた国際交流をめざし、来年以降も継続して参加していきたいと考えています。余談になりますが、欧米の方々が大会当日の朝の受付から夜のパーティまでビールを飲み続けているのにはびっくりしました (笑)。

Yさん: いろいろな国の人達とあんなに楽しく、真剣にゴルフが出来る機会はそうありません。本当に楽しかったです。来年もう一度チャンスを頂き、ぜひ上位入賞を目指したいと思います。

試合結果: 国 (チーム) 別順位

順位	チーム (国)	スコア
1	Green Machine (Ireland)	292
2	Old Blighty (England)	291
3	Albion (England)	286
4	Scottish Bravehearts (Scotland)	284
5	Langer (Germany)	282
6	France	276
7	Ramseiers A (Switzerland)	275
8	USA Stars	271
9	Philippines	262
10	Danish Vikings (Denmark)	257
11	Japan	255
12	Sweden	255
13	South Africa	254
14	Grey Kangaroos (Australia)	253
15	Rampant Lions (Scotland)	251
16	Wales	249
17	USA Stripes	240
18	Irish Rovers	239
19	Red Kangaroos (Australia)	237
20	New Zealand	236
21	Barbarians (Multinational)	234
22	Kaymer (Germany)	232
23	Ramseiers B (Switzerland)	214
24	Mongrels (Multinational)	189



試合後には表彰式レセプションが行われた

ゴルフで国際交流ニャン。



本格「ゴルフシミュレーションバー」マカティにオープン!



- ◎日本製ゴルフシミュレーター3台 ◎正確な弾道、飛距離を測定
- ◎世界の有名コースをラウンド ◎クラブ無料貸出。女性用もあり
- ◎初心者も楽しめる ◎中古ゴルフクラブ委託販売 (購入時試打可能)

2F, LCG Condo Bldg., 5038 P. Burgos St., Poblacion, Makati City

Tel: 0966-552-1122 (Globe), 0918-629-9123 (Smart) 営業時間 1pm - 3am 無休

※詳細は Facebook (1248gc で検索) で随時アップ。



大会スポンサー募集

マニラ在住の各国のゴルファーが集い、交流する「セントアンドルーズ・ネーションズ・トロフィー」2019年大会のスポンサーを募集しています。関心をお持ちの方はEメールにてご連絡ください。大会事務局を紹介いたします。

連絡先: hada@manilashimbun.com (羽田)

みなさんこんにちは! Kumusta kayo? 今回は“naman”(ナマン)をとりあげます。この言葉は会話の中で非常によく使われますが、ニュアンスだけを加える言葉なので、他言語に訳しにくい言葉です。基本的には「～に対して～は～だ」という比較の意味を加えたり、感情を強調する際に使う言葉です。

1. 比較のニュアンス

例えば「私はジョンです。こちらは妻のKarenです。」という自己紹介をする場合、“Ako si John. Siya naman si Karen, ang aking asawa.”のように言います。つまり、「私は～です、それに対して彼女は～」のように並列して紹介しているので naman を使っています。同様に「昨日はおかずが肉だったから(それに対して)今日は魚です」という場合、“Karne kasi ang ulam natin kagabi, kaya isda naman ngayon.”のように言います。

2. 今度は～がする

たとえば、子供達が誕生日パーティーでパラヨック(素焼きの鍋)に入れたキャンディーを棒で割るゲームに参加しているとします。

Filipino World

第27回 naman

比較・感情の強調

「次は自分がやりたい!」と申し出る場合“Ako naman! (私が!)”あるいは“Ako naman ang gagawa! (私がやります)”と言います。この場合上記1と同様に、今まで他の人がやっていた、それに対して今度は自分が、という比較のニュアンスが込められています。

3. ～というわけではない

「～ではない」を表す hindi と組み合わせて“Hindi naman”と言うと、その前に言われたことに対して「～というわけではない」と

いう意味になります。たとえば“Ayaw mong kumain?”(食べたくないの?)と聞かれて“Hindi naman sa ganoon.”または“Hindi naman.”(そういうわけではないよ)のように答えます。

4. 込められた感情を強調する

“Ikaw naman!”と言えは「あなたったら」という意味になりますし、“Tawa ka naman ng tawa.”と言えは「あなたったら笑ってばかりいる」という意味になります。軽い批判が込められた言い方です。もうあきれたという場合“Naman!”のように言うと、日本語で「まったく!」というのと同じで、あきれた内容ははっきり言わなくても、批判を込めていることは伝わります。また、“Ang galing naman kumanta si Sarah!”(サラはなんて上手に歌うんだろ!)のように“Ang(形容詞の語根) naman”という使い方をすると、感嘆表現になります。

5. また・ふたたび～する

「また」とか「再び」という場合は副詞の“na”と組み合わせて“na naman”という使い方

をします。“na”は「すでに」という意味ですから、「すでに～したその上で～する」「すでに～しているのに、また～する」というニュアンスが隠されています。たとえば“Tuyo na naman ang ulam ngayon?”(今日のおかずはまた魚の干物なの?)のように使います。「またあの人そんなこと言ったの?」という場合“Sinabi na naman niya ‘yon?’”のように言います。

いかがでしたか?今回は会話の中ではよく使われる naman についてまとめてみました。会話にかなり慣れ親しんだ方でないと naman に含まれる微妙なニュアンスは把握しにくいと思いますが、こういうちょっとしたニュアンスの違いが理解できると、会話が一段と楽しくなることと思います。

文:デセンブーナ悦子

日英・タガログ語通訳。大阪外大フィリピン語学科卒。在学中にフィリピン大学に交換留学。フィリピン人の夫と1992年に結婚、以後マニラに暮らす。趣味はダンスだが、最近では時間が取れないのが悩み。



忘年会 新年会 プロモーション



Hopes End Red Blend Wine
ホープエンドレッドブレンドワイン
およびいいちコレギュラー
2本まで割引価格で提供いたします。

5,800++ ペン(5~6名様)
すき焼き又はしゃぶしゃぶ
2018年11月20日 - 2019年2月28日
割引は他の特別サービスには利用できません。

Hatsu Hana-Tei Japanese Restaurant
ご予約はお電話で ☎(632) 759-6270 loc 2124
Mobile: (0917) 316-9250 / (0939) 938-3718
2/F Herald Suites, 2168 Don Chino Rocas Ave., Makati City
www.hatsuhanaitei.com





Cafe & Restaurant
Tel: (02) 247-0788 Cel: 0917-4698986
G/F Pan Pacific Hotel Adriatico Square cor. Gen. Malvar Adriatico, St. Malate, Manila



お客様の心もお腹も満たします。



神戶屋 日本食材
豊富な品揃えで お客様の健康的な食生活をサポートいたします。



営業時間: 10:00 ~ 22:00 (月曜日~日曜日)



Hercules St.
Juno St.
Makati Ave.
Jupiter St.
Buendia Ave.

Tel. 807-1107 GF Juno cor. Makati Ave., Bel Air, Makati City Email: kobeyafoodmart@yahoo.com

New Hatchin
Japanese Grocery



一生鮮食品が自慢の
日本食材店!

Pâtisserie BÊBÉ ROUGE

MAKATI店

Tel: 897-7207
836-7276
Fax: 890-7209
携帯: 0917-560-7298 Globe
0918-965-2178 Smart

MABINI店

Tel: 400-9478
Fax: 400-9478
営業時間:
月~日 10am~9pm

CARTIMAR店

Tel: 833-8905・834-1384
Fax: 834-1384
営業時間:
月~土 7am~5pm
日 7am~2pm

Eメール: sales@newhatchin.com



日本食レストラン経営者様、必見!
マック・エイシア食品卸売会社



Total Japanese Cooking Solution
弊社はケソン市に事務所を構える食品卸売会社です。フィリピン国内ではビサヤ、ミンダナオ両地方までの配送を受け付けています。調味料各種はケースでの販売はもちろん、全て業務用サイズまで取り揃えています。醤油、サラダ油、薄力粉などの基本的な調味料に加え、生揚げソース、ラーメンスープ、梅ペーストなど日本食レストランには欠かせない商品の在庫が揃っています。長年レストラン経営に携わってきたオーナーだからこそ実現する、細やかなニーズへの対応が強みです。

McASIA Foodtrade Corporation 158 Apo St., corner NS. Amoranto, Brgy. Maharlika, Q.C. TEL: (02) 251-3625/411-2911
FAX: (02) 415-4431 営業時間: 8時~18時 休日: 日曜 E-mail: mca.mcasia@yahoo.com, mcasiafoodtrade@yahoo.com.ph



専門家の撮影によるフレイア・コンドミニアム

360° 度、自然に囲まれた環境

FREIA
AT PICO DE LORO COVE

Junichi Machida
+63 917 8945925

junichimachida@rocketmail.com

ハロハロ・ノート

〜とおきのフィリピン〜

第26回
kape



コーヒー

フィリピン産のコーヒーは、日本ではあまり知られていませんが、実はフィリピン政府が「フィリピン・コーヒー・ロードマップ」を2017年に策定し、コーヒー産出量を5年で7倍に増やす計画を発表するなど、注目される分野の一つです。

フィリピンにコーヒーがもたらされたのは1740年、スペイン人の神父がメキシコからコーヒーを持ち込んだのが最初だと言われます。バタンガス州を中心に栽培が広まり、1860年ごろからは欧米にも輸出されるようになりました。1880年に入ると世界中でコーヒーサビ病が蔓延し、さらにブラジルは霜の被害に遭うなど、世界中で生産が落ち込み、フィリピンは主要産出国となります。しかし1889年にはサビ病がフィリピンにも到達し、生産量は激減。その頃にはブラジルのコーヒー生産は復活しており、フィリピンのコーヒー産業は衰退の一途をたどります。戦後はインスタントコーヒーの需要などにより、コーヒー農家も増加

し、現在では年間産出量が30000トンに至っています。

さて、コーヒーには、大きく分けてアラビカ、カネフォラ（主にロブスタ）、リベリカの3種類があります。そのうちアラビカ、ロブスタが世界のコーヒーの99%を占め、残りの1%がリベリカやその変種エクセルサです。フィリピンはリベリカやエクセルサを産出する数少ない国の一つでもあります。

特にバタンガス州を中心に「バラコ」と呼ばれるコーヒーは、スペイン時代から引き継がれてきたリベリカを主とし、カフェインが強く、苦みも渋みも強い「牡馬」を意味する「バラコ」と呼ばれたようです。ブラックで飲まれることは少なく、練乳や砂糖で甘くして飲むのがフィリピンでの一般的な飲み方です。

高級種とされるアラビカは標高の高い所で作られる品種です。実はアラビカのうち最も古い品種で、流通量が全体の0.01%という希少種ティピカがフィリピン北部のコルディエラ地方では昔から一般の家庭で栽培されていました。商業的に注目を集め始めたのは近年のことですが、北はベンゲット州のアトック、カパンガン、トゥブライなどの町村や、サガダやカリン

ガなどが飲みやすく香りの良いアラビカを産出しています。同様にビサヤ地方ではネグロス島のキタンラッド、ミンダナオ島のブキドノン州、コタバト州のマトゥム山、そしてフィリピン最高峰のアボ山も有名な産地です。

一言でコーヒーと言っても、コーヒーにも様々な種類があり、産地によっても香りや味に特徴があります。皆さんも今年はぜひフィリピン各地のシングル・オリジンのコーヒーを試してみたいかがでしょうか。



フィリピン産の豆が買えるお店

珈琲問屋 (Coffee Tonya)

フィリピン産の豆を含め、世界各地の豆をその場で好みに合わせて焙煎、挽いてくれます。マカティ市役所隣。改装中につき同じ通りのU-Bix Buildingにて仮店舗営業中。

1331 Angono Street, Makati City ☎ (02) 750-6200

☎ www.coffeetonyaph.com/ f coffeetonyaph

Everyday Coffee Roasters

質の高い豆を、インターネットから注文分だけ焙煎し、48時間で宅配するオンライン専門店。

☎ www.everydaycoffee.ph/

f everydaycoffee

フィリピン産のコーヒーが飲めるお店

Habitual Coffee

Chino Roces 店 2135 Chino Roces, Makati City
BGC 店 4/F Uptown Food Hall Uptown Place Mall, BGC

f habitualcoffee

Hineleban Café

ミンダナオ島のブキドノンのコーヒーを提供して

いる。2018年末にパサイロードからカラヤアンに移転。

BBZ@ Backwell, Rockwell Drive corner Kalayaan Avenue, Poblacion, Makati City f hinelebancafe

MAD+ Manila

フィリピン各地のコーヒー農家からフェア・トレードにより直接買い付けたフィリピン・コーヒー専門店。 f themadmanila

Teachers Village 店

118 Matahimik Street, Quezon City

Don Antonio 店

26 Holy Spirit Drive, Quezon City

コーヒー・ツアー

コーヒー植樹ツアー（6月～9月）、コーヒー収穫ツアー（11月～1月）。フェア・トレードのコーヒー農場を見学し、伝統的なコーヒーの製造方法や収穫や植樹を体験できるツアー。

問い合わせ先:

コーディリエラ・グリーン・ネットワーク (CGN)

☎ https://cordgreen.jimdo.com/

f Cordillera-Green-Network-102560756455347

株 フィリピン株の投資、始めませんか？ 狙い目はジョリビー、ウィルコン！

フィリピンに住んでいてよく耳にするのは人口ボーナスという言葉。フィリピンの平均年齢は23.5歳（2017年 the world facebook）と若く、理想的な人口ピラミッドを形成しており今後も豊富な労働力の供給が期待される。1月16日（木）に行われたBDO ジャパンデスクのマンスリーセミナーでもフィリピンの経済についてBDO NOMURAの長島亮氏が人口ボーナスに加えインフレ率の低下による個人消費の伸びやインフラ投資などが下支えとなり、フィリピンのGDB成長率はアジアで最も高い7.1%と予想。

株式市場についても原油価格の調整が輸入額減少、経常収支赤字の縮小、ペソ安压力の後退、インフレ率低下、中央銀行による金融引き締め緩和などのメリットをもたらす、フィリピン株に好影響を及ぼすとし、安定成長が見込める不動産株や銀行株、インフレ懸念の後退による個人消費の伸びが期待される消費関連株を「買い」推奨。売られすぎの感がある一部のコングロメイト銘柄は逆張り狙いもあると解説した。

初心者には敷居が高く思われがちな株式投資だが、フィリピンの場合日本と違い株価に応じて単元株数が決まっており、少額（1000ペソ程度）でも購入できるのが特徴。さらにBDO NOMURAではセクター別の推奨銘柄のアドバイスや主要46銘柄の週刊レポートの提供など初心者でも始

めやすい様々なサービスを行っている。

まだまだ続くと確信されるフィリピンの経済成長。せっかくフィリピンに暮らしているのなら、その波に思い切って乗ってみるのも一興だ。

問い合わせ：BDO ジャパンデスク

(02) 663-4001、help-japanese@bdo.com.ph



2019年のフィリピン経済と株式相場

景気動向：2019年フィリピンのGDP成長率予想7.1%
純輸出のマイナスを個人消費とインフラ投資が下支え

対外収支：貿易赤字拡大も「双子の赤字」リスクの懸念は低い

物価動向：インフレ率低下。2019年3.7%予想

金融政策：政策金利、2019年利上げ休止。4.75%据え置き予想

財政政策：選挙前の税制改革第2弾の成立難し。財政改革に遅れ。

為替：フィリピンペソ上昇2019年1ドル50ペソ、2020年47ペソ予想

株式：2019年末のフィリピン総合指数は現状8,300。上方修正も

銀行、不動産、消費セクター「買い」推奨

祭 パナベンガフェスティバル Panagbenga Festival

夏の首都と呼ばれる高原の避暑地バギオで毎年2月に行われる恒例の祭り。街のあちこちで様々な催しが行われるが、祭りのハイライトはなんといってもフラワーアレンジメントで覆われた巨大な山車のパレード。軽快な音楽にのせてメインストリートで華やかに彩る様子は圧巻だ。乗馬やいちご狩りなど祭り会場の周辺でも様々なアクティビティが楽しめる。特産品や民芸品などのお土産も人気。

Wondering where to go this Love Month? This is a refreshing place where the view speaks to a wonderful site of pine trees, mountains, crops and beautiful flowers in the Summer Capital of the Philippines- Baguio City. This is one of the most awaited festivals in the Philippines, happening on the whole month of February. Cultural activities, competitions, exhibits and performances are going to take place; also, the highlight of the festival is the Grand Float Parade where the floats are designed in extravagant flower arrangements where Filipino personalities are going to join.

It will be colorful, loud and will boast the aesthetics of various flowers. There are also lots of exciting activities that you will enjoy

such as horseback riding, visiting strawberry farms and have the chance to pick fresh strawberries and a lot more around the vicinity.

Souvenirs like scarves, shirts, key chain; also, foods like strawberry jam, peanut brittle, coconut candy and many more that you can carry home. And do not forget to try "strawberry taho" or strawberry flavored soya snack.



西洋占星術師 2/1～2/28 シャクティー琴絵の 今月の星占い



★占星術・タロット・ヒーリング・風水★

「ナビ・マニラ」持参で、
鑑定料4000ペソが
2000ペソに☆

★予約はこちらへQR→
Text→09086098602
shaktibless@gmail.com



おひつじ座

[3月21日から4月20日]

前半は、話が合う人との時間が楽しめそう。後半は、アイデアを形にするべくじっくり考える新たな才能が開いてきそう。



しし座

[7月23日から8月22日]

対人面に幸運がある時期です。積極的に人と関わっていくことで、アイデアや気付きを得られそう。体調管理は温度差に注意を。



いて座

[11月23日から12月22日]

SNSやメールを使った、合理的でスピーディーなやり取りに幸運がある時期です。最新機器の購入やスキルアップもおすすすめ。



おうし座

[4月21日から5月21日]

面白そうな案件が入ってきそうな時期です。吉と出るか凶と出るかは、面倒がらずに、前向きに波に乗る意識を持つことがポイント。



おとめ座

[8月23日から9月22日]

細かい仕事にも精が出る時期です。スケジュール管理を楽しみながら時間を有効活用して。後半は、丁寧な人間関係作りが吉あり。



やぎ座

[12月23日から1月20日]

じっくりと取り組める事柄に幸運がある時期です。時間がかかっても、将来的に大きく育つ技術や投資をセレクトしてみは？



ふたご座

[5月22日から6月21日]

やる気が高まってくる時期です。集中力がアップし、挑戦にも立ち向かえるでしょう。ただしゴールを明確化してから動くのが鍵。



てんびん座

[9月23日から10月23日]

刺激的な人との時間を楽しめる時期です。頭で考えるよりも、交わることで生まれる新たなアイデアや楽しみを実践すると開運へ。



みずがめ座

[1月21日から2月19日]

前半は、求めている情報が入りやすい時期です。考えるよりも、素早く対応することで扉が開けそう。友人の協力にも吉あり。



かに座

[6月22日から7月22日]

後半から人との時間を楽しめる時期。前半は仕事やすべき事柄に集中して吉。自分に向き合う時間や、夢の中にヒントが出るはず。



さそり座

[10月24日から11月22日]

身近な人やライフスタイルについての変化に留意したい時期です。工夫次第で好ましい形へのバージョンアップが可能。焦らないで。



うお座

[2月20日から3月20日]

気分が動いたり返事をすると、失敗しやすい時期です。特に経済面や責任を負う場合は、展開やリスクを考え準備してからが無難。

北の町 バギオ から

秘境中の秘境、アブラ州トゥボ町は、 エコ・パラダイス

Tubo in Province Abra in deep mountain is Eco Paradise.

ルソン島北部のコルディレラ山岳地方6州のひとつであるアブラ州は、山岳地方の中でもかなりの奥地にあります。バギオからは西側に山を降りてラ・ウニオン州を海沿いに北上し、世界文化遺産に指定されているヴィガンの手前から再び東に入って山を登ります。とてもアクセスが悪く、これといった観光名所がないため、ほとんど観光客が訪れることはありません。

今回、私はラッキーにも、そんなアブラ州の中でもかなり奥まったところにあるトゥボ町で行われた「BEGNAS FESTIVAL」に参加する機会を得ました。

誰も知らない山岳地方の村の訪問です。

「BEGNAS (ベグナス)」というのは、現地の言葉で「神様への感謝」という意味で、収穫に感謝し、翌年の豊作を願うための感謝祭です。トゥボ町に10あるバランガイ(村)でもそれぞれ古

来の方法でベグナスの儀礼は行われているのですが、今回参加させてもらったのはトゥボ町役場が催しているフェスティバル。10のバランガイが一堂に会し、3日間にわたって、ミス・コンテスト、バランガイ対抗の伝統舞踊のコンペ、綱引きや腕相撲などの伝統ゲーム大会、バレーボールやバスケットボールなどのスポーツ対抗戦などが行われます。伝統的な文化を次世代に継承する貴重な機会でもあり、町内のすべての小学校と高校の生徒たちも伝統舞踊を披露します。それぞれのバランガイの特産品を販売するブースのほか日用雑貨の店も出だし、とても賑やかなお祭りです。

コルディレラ山岳地方の民族衣装は男性はふんどし、女性はタビスと呼ばれる腰巻です。民族ごとに微妙に手織りの布に織り込まれる柄が違います。トゥボ町に暮らす先住民はマエン



サトウキビをメインテーマに構成された伝統舞踊のパフォーマンス Performance of traditional dance composed of sugarcane as the main theme

族という民族だそう。民族舞踊のコンペでは、それぞれのバランガイが独特のカラフルな手織りの衣装を身に着け、趣向を凝らした見事な身のこなしの迫力満点の踊りを披露しました。すっかり都会と化したバギオ市のパレードで見る先住民の踊りとは一味も二味も違います。

それもそのはず。トゥボ町への道のりは、想像を絶するほどスリリングなものでした。アブラ州の州都であるバングェッドからは、川を3本越えなければ行けないのですが、一本目はコンクリートのちゃんとした橋、2本目はいまでも壊れそうな細い橋、そして最後の川には橋がなく、なんと人の手で漕ぐ筏に車ごと乗って渡らなければならないのです。台風シーズンや雨季に川の水が増量したら、あっという間に陸の孤島と化します。

宿泊させてもらったティエンボ村には小さなサリサリストアはありましたが、みな自給自足に近い暮らしを営んでいます。庭先には廃品で手作りした植木鉢に野菜が植えられ、鶏は放し飼い、集落の周りには豚小屋があります。病院はありませんが代わりにヒーラーがいて、たいていの病は治してくれるそうです。

なんと、お隣のスポ村には川に沸く温泉もあると聞いて、足を延ばしました。棚田を歩くこと数十分。目の前にいきなり夢のように澄んだ川と滝が現れました。川遊びのために、竹で作った筏が浮かんでいて、対岸に渡れます。そして岩をよじ登って川を上がっていくと、洞窟が現れその中に嘘のようにあつ〜いお湯が沸く温泉があるので。まさにパラダイス!

あまりに交通の便の悪い場所だからこそ残っているディープな伝統文化と手つかずの荒っぽい自然。そして、そこに調和して暮らす人々。まさに理想のエコビレッジを見たような気がしました。(文&写真:シェア&ゲストハウスTALA、コディリエラ・グリーン・ネットワーク インターン古城日向子)



筏で人も車も運搬しなければならない川 People and cars must be transported by raft



楽園のような川や温泉に繋がる棚田の畦道 Road of rice paddies leading to rivers and hot springs



竹で作られた筏は子供たちの大好きなアトラクション Children's attractions are bamboo rafts



360度見渡す限り楽園が広がる There is paradise spread out as far as you can see

CEBU

セブ日本人会からの

セブ通信

セブでビオトープ

自然の営みに和む by: 蝶谷 正明 (セブ日本人会)

2、30年前から日本では自然に対する関心が高まっていますが、その表われの一つにビオトープがあります。人工の池の中で大自然の営みが繰り返されます。植物性プランクトンを動物性プランクトンが食べ、それを魚やエビ、水生昆虫が捕食する。その排泄物が植物やプランクトンの養分になり、酸素を空中に放出します。この空間内で食物連鎖が行われています。企業がビルの屋上や水田を利用して造ったり、学校の池を改造したもの、家庭でスイレン鉢を利用したりと規模もレベルも様々です。我が家はセブの山の中腹にあります。あたり一面ジャングルのような環境ですが、テラスや庭にビオトープもどきを10個以上作りました。99ペソのプラスチックのたらいや植木鉢、土鍋を使ったものもあります。プラスチックでは如何にも情弱がありませんから、植物や石で素材が見えないようにし、水棲植物を植えた植木鉢や石、砂、土を配置します。グッピーとサクラエビよりも小さな淡水エビを放しておきます。空中を舞っているプランクトンの胞子や卵、植物の根や土に含まれる目には見えない微生物が繁殖しているようです。顕微鏡で覗くと彼らの姿が見えると思います。グッピーはプランクトンやエビの幼生(これもプランクトンですね)を食べて繁殖し、また水草などに隠れて命をながらえたエ

ビの子も数を増していきます。このビオトープの食物連鎖の頂点はグッピーとエビ、水草についていた稚貝から発生したタニシのような貝ですが、野鳥やヒキガエルが闖入してくる場合もあります。水中の植物が水を浄化しますから、飲みたくなるようなキラキラした水質です。フィルターもエアレーションありません。蒸発したりして減った分の水を足すだけです。基本的には不要なのですが、たまに熱帯魚の餌を与えています。これがビオトープもどきと称する理由です。本来はあくまで小さな自然の中で動植物がその命を循環していくのです。死んだ魚はエビや動物性プランクトンが食べ、植物の養分にもなっています。周囲の環境のお陰で野鳥が集まり、餌をとり、水を飲み、水浴びもしています。サンバードがホバリングして花の蜜を吸いにきます。以前に比べて鳥の数は確実に増えています。魚やエビが卵や子を抱いている様子を観察し、数を数えるというのも楽しいものです。



銀行取引はBDOにお任せください。

法人・個人のお客さまともにジャパンデスクが
日本語でサポート致します。



取扱業務

口座開設、ペソ預金、外貨預金、融資(運転資金、設備資金、住宅ローン、自動車ローン等)、国内為替、外国為替、オンラインバンキング、給与振込、信託、退職金基金、クレジットカード、店舗向けクレジットカード決済端末、社内ATM、資産運用(株式・債券・投資信託等)、ビジネスマッチング、プライベートバンキング、保険、リース、その他。

毎月第3水曜日

無料セミナー
開催中!

詳細はジャパンデスクにお問合せください

BDO
We find ways®



BDO ジャパンデスク連絡先
BDO Japan Desk Contact Details

住 所	6th Floor, South Tower, BDO Corporate Center, 7899 Makati Avenue, Makati City 0726, Philippines
営業時間	月曜日～金曜日(フィリピンの祝日を除く) 08:30～18:00(フィリピン時間)
日本語 ウェブサイト	https://www.bdo.com.ph/jp/home
メールアドレス (日本語対応)	help-japanese@bdo.com.ph(カスタマーサポート)
電話番号 (日本語対応)	+63 (2) 663-4001

エルミタ&マラテ ERMITA & MALATE MAP

**Robinson's Place Manila
ロビンソンズ・プレース・マニラ**
マラテ・エルミタ地区最大のショッピングセンター。ショッピング、食事、映画鑑賞など様々な目的で連日多くの人々で賑わう。館内は清潔で快適な温度管理がなされているので、街歩きで汗をかいたらクールダウンにふっと立ち寄ってみるのもよいかも。

TONG YANG (GF)

JINS

**Robinson's Place Manila
ロビンソンズ・プレース・マニラ**

マニラ湾 Manila Bay

世界三大夕陽とされるサンセットが有名なマニラ湾。ロハス・ブルバード沿いのベイ・ウォークは散歩が楽しめるスポットなのだが、現在(2019年8月)、マニラ湾の浄化作業のためベイ・ウォークは立ち入りができなくなっている。



マニラオーシャンパーク Manila Ocean Park

フィリピン初の世界トップクラスの海洋テーマパーク。多彩な海洋生物の展示やアトラクションがあり、さらに海と水をテーマにしたホテルを併設した海洋都市マニラならではの都市型リゾート。観光客はもちろん地元の人も楽しめ、雨期があるフィリピンでも通年で利用できる全天候型の施設。大型のテーマパークや水族館が日本のように多くないフィリピンでは、祝祭日ともなると多くの家族連れやカップル、団体客など多くの来場者でにぎわう人気スポットになっている。



神秘さを漂わせるライトアップされたクラゲの展示

リサール公園 Rizal Park
フィリピンの独立運動に身を投じた国民的英雄の名を冠した広大な公園。マニラ市民の憩いの場であり、多くの観光客が訪れる観光名所。公園の北西隣接する城塞都市イントラムロスはスペイン統治時代の面影を残す街並みを楽しみながらの散策がおすすめ。



**マニラオーシャンパーク
Manila Ocean Park**

GHIJKL

12345678910

マラテ教会 Malate Church

最近修復を終え、再びその荘厳な全容が見られるようになった。イスラム様式とバロック様式の要素を併せ持つデザインは創建時から変わらない。中央の祭壇に母子像が祀られ多くの母親たちが祈りを捧げに訪れる。

マニラ動物園 Manila Zoological & Botanical Garden

マニラ市営の動物園。規模は大きくはないが子供たちを楽しませるには十分。動物展示の他はポートに乘れる池や乗馬体験、遊具が揃ったプレイゾーンなど。入園料大人100ペソ(マニラ市民は割引あり)。

ロビンソンス・ブレース・マニラ Robinson's Place Manila

GF Auntie Anne's Bad Bird Big Chill Bread Talk Burger King Cabalen Cafe Breton Cara Mia Cakes & Gelato Churreria La Lola Classic Savory Coco Ichibanya Congo Grille Costa Coffee Dairy Queen Dakasi Figaro Fiorgelato Goldilocks Gong Cha Greenwich Hainanese Delights Ippudo Italianni's Jamba Juice Kenny Rogers Roasters Krispy Kreme Kumori Kyochon Lugang Cafe Mai Wei Fang Mangan McDonald's Mr. Choi Kitchen Mr. Pizza Pablo Cheese Tarts Pepper Lunch	2F Almon Marina Arya Bacolod Chicken Inasal Cafe Mary Grace Chatime Coffee Bean & Tea Leaf Conti's Crepes & Cream Cyma Hokkaido Ramen Bangaichi	3F Adobo Connection Ajsen Ramen Arroz Ecija Brooklyn's New York Pizza Brownies Unlimited Coconut Republic Gerry's Grill Grind and Tattle Gumbo Happy Lemon Healthy Shabu-Shabu House of Lasgna Jamaican Pattie Kim n' Chi Lydia's Lechon Paper Moon Cafe Pepi Cubano Pho Bac Plato Wraps Quickly Sbarro Teriyaki Boy The Old Spaghetti House The Shrimp Shack Yellow Cab Pizza Co.	3F - FoodCourt Bagnet Boy Davao Tuna Grill Hen Lin	Jack's Loft Pho Hoa Recipes Shakey's	Idang's Grille Kamay Kainan Mr. Pares Pita Stop Shawarma Potato Corner Steak Escape
--	--	--	--	--	---

エリアマップ Area Map

地図記号

レストラン	食料品店	薬局
喫茶店	本屋	ペット・クリニック
ケーキ・パン屋	モール	病院
アイスクリーム店	バー	歯科医院
ドリンクショップ	カラオケ	公園
スパ	旅行代理店	バス・ジープ停
ジム	ホテル	警察所
サロン	学校	観光スポット
銀行	庁舎	ジャニーズヘルプデスク

Ramon Magsaysay Center

「アジアのノーベル賞」とも呼ばれるラモン・マグサイサイ賞を授与する、ラモン・マグサイサイ賞財団が入居する。ラモン・マグサイサイはフィリピン共和国第7代大統領で、政治における清廉潔白さ、国民への勇気ある奉仕などを称えて、賞にその名を冠された。毎年アジア地域で、人種・信条・性別・国籍を問わず、傑出した業績を達成したり、賞賛のためではなく寛大に人々を助けたりした個人や組織に対し賞を授与している。受賞者の中には多くの日本人や、組織も含まれている。

EOS

Delighting You Always

READY TO

REIMAGINE PHOTOGRAPHY

EOS R

IT'S READY. R YOU?

Get rewards with every purchase through the Canon Red app

30.3MEGA PIXELS CMOS DIGIC 8 4K 4K Frame Grab

Dual Pixel CMOS AF Eye Detection AF Made in JAPAN

Canon Marketing (Philippines), Inc. 7/F Commerce and Industry Plaza, Campus Ave. corner Park Ave. McKinley Hill, Fort Bonifacio, Taguig City, Metro Manila, Philippines, 1634

Call: (632) 884-9090 Customer Care Hotline: Manila (632) 884-9000 | Provincial (1-800-10) 884-9000 Email: customer_care@canon.ph Visit: https://ph.canon

canonphils



エリアマップ Area Map



**グリーンベルト・パーク
Greenbelt Park**
その名の通り豊かな緑を配し、都会のオアシスとして人気。周囲の5棟に分かれたファッションモールには数多くの有名ブランドや有名レストランなどがあり、フィリピンの流行発信地でもある。

**アヤラ・ショッピングセンター
Ayala Shopping Center**
GreenbeltからLandmark, Glorietta, SM Makatiまではモール内、デパート内を通して MRT Ayala 駅まで行ける。涼しく、雨にも濡れず快適。

**アヤラ駅
Ayala Station**
マカティの中心駅。ここを経由する MRT (メトロマニラ高架鉄道) は、旧都ケン、マカティに次ぐ経済都市オルティガス、交通拠点エドサを結ぶ。駅からグリーンベルトまでの間は SM、グロリエッタ、ランドマークとショッピングモールで繋がっている。BGCに向かう場合はエドサ通り側に BGC バス (片道 13 ペソ / 2019 年 5 月現在) のターミナルがある。

**アヤラ・トライアングル
Ayala Triangle**
毎年クリスマスシーズンになると開催される光と音楽のイルミネーション・ショーには大勢の人が集まる。

**サルセド・サタデー・マーケット
Salcedo Saturday Market**
毎週土曜日、オーガニック野菜や花や特産品、フード類も並ぶマーケットが開催される。他では入手できない一品が見つかるかも。

パタ・ティム (豚足の甘辛煮) 中華包子付き
海鮮定食
海鮮麺

梅 MEYLIN Chinese Specialties Since 1985

Mey Lin Bistro JUPITER MAKATI
G/F Jupiter Place Bldg.
136-138 Jupiter St., Makati
Tel. 8899-6688, 8899-8999

Pot & Noodle SM MALL OF ASIA
G/F North Parking beside Hypermart.
Tel. 8556-0818, 8556-0828

Pot & Noodle SM MEGAMALL
Level 4 MEGA ATRIUM
EDSA, Mandaluyong City
Tel. 8634-1261, 8634-1281

Pot & Noodle SM JAZZ MALL
G/F Nicanor Garcia corner Jupiter Street,
Bel-Air, Makati City
Mobile No. 0956-871-3366

早いもの勝ち!!
今年のホーリーウィークは、
フィリピン国内旅行で
限定: 4月18日(木)~4月21日(日)
(3泊4日)

Discovery Tour, Inc.

当社ホテル確保済み——!!

セブ宿泊プラン

(空港送迎!!)

① クリムソンセブホテル (デラックス部屋) 残5部屋

* ホリーウオーク宿泊: P16,100 <朝食2名付> (税込)
/1泊1部屋あたり エキストラベッド (ベッド + 朝食付)
P2,600 /1泊1台あたり ※3泊以上の宿泊が条件

② プランテーションホテル (デラックス部屋) 残5部屋

* ホリーウオーク宿泊: P12,500 <朝食2名付> (税込)
/1泊1部屋あたり エキストラベッド (ベッド + 朝食付)
P1,500 /1泊1台あたり ※2泊以上の宿泊が条件

ボラカイ宿泊プラン

(空港送迎!!)

③ クリムソンボラカイ (デラックス部屋) 残5部屋

ステーション0

* ホリーウオーク宿泊: P20,800 <朝食2名付 /
カディラン空港送迎> (税込) /1泊1部屋あたり
エキストラベッド (ベッド + 朝食付) P2,600 /1泊1台あたり ※3泊以上の宿泊が条件

※国内航空券の予約も当社で承っております ※お早目のご予約を。

在フィリピン日本国大使館代行申請機関

日本査証

セブ・ダバオ支店でも申請受付中!!

・セブ支店
Door No 203-A 2nd Flr Northgate Center, Don
Manuel Gotianuy Complex Gov Cuenco Ave.,
Banilad, Cebu-City
TEL : (032)-340-1919 to 25
info@discoverytour.ph

・ダバオ支店
Door 109 G. Flr Count View inn Bldg. Quimpo
Blvd. Cor. Sandawa Road. Davao City
TEL : (082)-285-7188
japandvo1@discoverytour.ph



安心の海外旅行!!

世界ネットの日通ペリカン
トラベルネット

お気軽にお問い合わせください

企画販売会社: ディスカバリーーツ株式会社 301 G/Floor Sagittarius Bldg., H.V. Dela Costa St., Salcedo Village Makati

営業時間: 平日 (月~金) 9時~18時、土曜日 9時~12時、日・祝日はお休み

電話: 812-3328 FAX: 817-4617 Home Page: www.discoverytour.ph

担当者: 早川 hayakawa@discoverytour.ph 内線 107 / 山口 yamaguchi@discoverytour.ph 内線 203

高橋 k.takahashi@discoverytour.ph 内線 108 詳細・ご不明な点は上記当社担当者まで。

旅行、出張、長期滞在に
「マイスペース」は
BGCにある「あなたの家」



MySpace HOTEL

SMART: +63 918 827 7070
GLOBE: +63 977 828 7070
Telephone Nos.: +63 2 801 7373

Email: myspacedormitelbgc@gmail.com
21 Saddle St., Cavalry Hill, East Rembo,
Makati City (located within Bonifacio Global City)
*Across The Manila Japanese School

深夜にしっかりとした
ものを食べたい時に
有り難い店

ラーメンもおすすめ!



Japanese Bar & Restaurant

ティー セブン

和風ハンバーグ、ふわふわ卵のオムライス...
つまみは本場仕込みの串揚げが人気。
朝6時まで営業! 夜の遅い時間でも日本食の
ごはん・おつまみをお召し上がりいただけます。
23時より入口近くのお席はファミリーカラオケが利用
できるようになっていますが、
奥のお席・個室は通常営業しております。
夜6時~朝6時まで営業!

2F Ginbo Bldg. 824 Arnaiz
Ave (Pasay Road), Makati
Tel. 893-7425



新しいマニラが見つかる本 ついに発刊! 『マニラブ』

マニラを愛する「まにら部」が制作、出版記念イベント開催予定

1月31日、マニラを愛する現地在住者コミュニティ「まにら部」が制作する初のマニラ特化型ガイドブック『マニラブ』がついに完成。気になるエリア、流行、飲食、アート&カルチャー、マニラから気軽に行ける週末旅行など、旅行者も在住者も楽しめて役に立つ情報が盛りだくさんの1冊。写真も豊富に掲載されて読みやすく、持ち運びに便利なハンディサイズというのも◎。

「制作にあたりご支援・ご協力いただいた250名以上の皆さまに感謝申し上げます。このガイドブックによりマニラのイメージが良くなり、興味を持っていた人が増えるきっかけになれば幸いです。マニラでの初回配布は、近日開催予定の出版記念イベントにて! 1人でも多くの方に手渡しさせていただきたいと思っています。」(まにら部一同)

出版記念イベントの詳細、『マニラブ』の配布場所については、公式サイト(<http://maniloveclub.com/>)・公式Facebook/Twitter(@maniloveclub)に掲載予定。

The First-Ever "MANILOVE" Guidebook Launched!

Manila-based Japanese community MANILOVE Club has launched the guidebook to Metro Manila 'MANILOVE' on January 31. This guidebook features a variety of information on attractions, dining, week-end getaways, and etc. The members of MANILOVE Club are very delighted to say thank you to its supporters. "We greatly appreciate the support and cooperation of our more than 250 people. We are planning to have a book launch event soon." For more information on the event and distribution, visit website (<http://maniloveclub.com/>) and Facebook/Twitter (@maniloveclub).

(まにら部メンバー)







感動のそばに、いつも。

出張時の航空券・宿泊手配、
販売促進（展示会・報酬旅行等）
記念行事イベント、会議運営の
お手伝いどんなことでもお気軽にお問い合わせください。



お問い合わせ

J T B フィリピン マニラ支店

TEL：（02）894-5528（日本語、英語、タガログ語可）

Manila Head Office / Cebu Branch / Cebu City Branch /
Travel Saloon SM Mall of Asia / Travel Saloon Vertis North / Glorietta 3



萬里 BANRI NOODLE HOUSE

sushi bar and japanese restaurant

地元の人に絶大な人気を誇る
 老舗の日本食レストラン。たくさんのファンがいます。新鮮なネタを厳選したお寿司や、丼物、麺類など、和食から中華まで品揃え豊富で常連の舌も飽きさせません。日替わりランチメニューも豊富で常時10種類ほどあります。毎日少しずつ入れ替わるランチを楽しむのも好いですね。

ラブラブお店 Tel. (032)341-3720

Hiway Pusok, Lapu-Lapu City

月・土: 11:00am - 2:00pm / 5:30pm - 10:00pm

日: 11:00am - 10:00pm



バナリッドお店 Tel. (032)234-0788

Crossroads Mall, Banilad, Cebu City





PUERTO GALERA OCEAN CLUB

海と太陽と笑顔の島

ダイビング

フィッシング

ジェットスキー

バナナボート

スノーケリング

ビーチホッピング

総合マリンスポーツ



水深200mでの釣果

プエルトガレラの事
 なら何でもお気軽に
 お問い合わせ下さい!

Summer Connection Beach Resort

WHITE BEACH, PUERTO GALERA, O. R. MINDORO

電話: 0939-550-0007 / 0917-981-0077 (白石)

E-mail: pg_ocean_club@yahoo.co.jp



各種プリント サービス

e.g.yolk
PRINT STUDIO

その他各種 Tarpaulin Print・Photo Print・Photo Magnet・
Layouts・Lamination・Bag Tags・Sticker・PVC ID





2nd Level, Makati Square, Pasong Tamo, Makati City

0945-329-1877

Glamorous Massage

ホテル＆ホームサービス

スウェディッシュ、 タイ、指圧マッサージ

トレーニングを受けた
素敵な女性セラピスト!



マニラ支店
担当者: Jen
携帯電話
Smart 0919-529-1111
Globe 0927-823-3918

マニラ湾沿い(比文化センター・MOA) MANILA BAY AREA CCP/ MOA MAP

シーサイド・ダンパ



新鮮な魚介類を味わえる市場とレストランの複合施設。中央の市場で新鮮な魚介を選び購入し、数あるレストランの中から好みの店を選び調理を依頼。調理方法はローカルの定番すっぱさが特徴のシニガンや揚げ物、バター焼きなどなんでもOK。日本料理も可能。

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**
マニラベイクルーズの乗船場所。生演奏を聴きながら、ディナーを頂きながらのサンセットクルーズ。海から見るMOAの眺めも新鮮。

**モール オブ アジア
Mall of Asia**
国内最大級、世界屈指の規模を誇るショッピングモール。パサイの湾岸エリアのランドマークでもあり、交通拠点にもなっている。西側の海岸線はサンセットの鑑賞スポットとしても人気で、遊歩道に沿って軒を連ねるテラスレストランも日暮れと共に連日多くの人々で賑わっている。

**デザートミュージアム
The Dessert Museum**
テーマごとの8つのデザートの部屋からなるミュージアム。見るだけでなくマシュマロが飛び交う部屋でマシュマロをキャッチしてみたり、アクティブに楽しめるミュージアムになるようだ。チョコレート・ファウンテンの部屋やドーナツの部屋等々、スイーツ好きには夢のような場所かも？インスタ映えしそうなスポットもあちこちに。



バレンタインデーはバラの花束とともに

ローマ帝国時代に起源をなすといわれるバレンタインデー。キリスト教司祭のバレンタインが婚姻を禁止されていた兵士のために内密で結婚式を執り行ったことが皇帝の知るところとなり処刑された日とされるが、これには諸説あり現在のカトリック協会では祝日とはされていない。国民の9割がカトリック教徒といわれるフィリピンにおいても同じだが、そこは陽気な国民性のフィリピン。クリスマスほどのロングランではないが2月になれば街はバレンタインムード一色だ。

今回の特集のように日本ではバレンタインデーといえば年間消費量の2割程度も消費されるというほどプレゼントとして定着しているチョコレート。女性が意中の男性に贈るとというのが本来だが、いつのころからか義理チョコというのが蔓延し始めた。この義理チョコなるもののおかげで、バレンタインデーに振り回された思い出を持つ男性も多いのではないかと?もや本命チョコでは、と思いを巡らしたことがあるのでは?

ところで、そもそも本命チョコをもらった経験がある男性はどのぐらいいるのだろうか?中学生であれ、高校生であれ、もちろん大学生、社会人でもバレンタインデーで本命チョコをもらった男性は、その後どうしたのだろうか?野球部やサッカー部などのスター選手やアイドルタレントに本命チョコを贈る女性は、宝くじでも買うような気持かもしれないが、ごく身近なクラスメートや同僚に本命チョコを贈るとなるとそれはまさに本気だろう。これは、重い。まして、日本ではバレンタインデーが定着するまで、女性が男性に告白するなどということはまずありえなかった。そんな重い想いが成就した女性はどのぐらいいるのだろうか?はてさて、日本のバレンタインデーはどこか罪作りの儀式のようなのだ。

一方、フィリピンのバレンタインデーは老若男女を問わずに愛する人に色々なプレゼントを贈るのが一般的。中でも男性が意中の女性に贈るバラの花束はいかにもうテン的でフィリピン人らしい。花の色や本数に秘められた花言葉を頼りに花束を仕上げるという。やはり男性が女性に愛を告白する方がしっくりとくる。もちろん、陽気なフィリピンの男性は様々なサプライズや派手な演出を施すのも当たり前。この時期になると街中でも手に余るほどの花束を抱え足早に街行く男性や花束を抱えたカップルの姿を見かける機会も増えてくるが、決して若者だけでないのがやはりフィリピン。長年連れ添ってきたであろうご夫妻や3世代の家族が揃って花束やプレゼントを抱えていたりする様は、日本と違って単に一方的な告白ではなく、互いの愛情を確認しあう日として定着しているのがわかる。

誰彼かまわずばらまかれる義理チョコが大量に消費される日本のバレンタインデーとは異なり、愛する異性や家族に心を込めたプレゼントを贈り、ともにその日を過ごすことがフィリピンのバレンタインデー。皆さんも今年のバレンタインデーは奥さまやご主人あるいは恋人、家族に心を込めたチョコレートやバラの花束を贈ってみてはいかが?

※ In Japan, we have our own Valentine's Day when women give chocolates to their lovers or men around them.

A chocolate you give to someone you love is called "honmei choco", or a heartfelt chocolate, while a chocolate you give to other men around you is called "giri choco", or an obligatory chocolate, because you do it through obligation since it's customary in Japan.

Valentine's Day originated from the Roman Empire. The day the Emperor knew that the Christian priest, Valentine, went on a secret wedding for a soldier who was forbidden to be married, he was executed. However, there are still various opinions with regard to this. In the current Catholic society, they don't celebrate it as a holiday; this applies in the Philippines where 90% of the people are said to be Catholics, but there are also cheerful nationalities there. The event is not as long as Christmas, but at the beginning of February, the country's mood automatically sets on one color.

As in this feature featured in Japan, Valentine's Day is a day where chocolate is established as a gift resulting with over 20% of the annual consumption being consumed. Originally, a woman gives intentionally to a man, but as the time pass, "giri choco" began to spread. Thanks to this "giri choco", now there a lot of men who have memories to sway every Valentine's Day. But what about in "honmei choco", have you thought of it?

By the way, how many men have experience of receiving "honmei choco" in the first place?

Whether it's a junior high school student, a high school student, or a college student, of course a socially men can get a "honmei choco," on Valentine's Day. But what has been done afterwards? A woman who gives a favorite star or a favorite to an idol talent such as a baseball club or a soccer club may feel like buying a lottery, but it would be truly serious if it comes to providing familiar classmates and colleagues with "honmei choco"; It is heavy. Well in Japan, it is unlikely that women would confess to men until Valentine's Day. How many women have felt such a heavy feeling? Well Okay, Valentine's Day in Japan seems to be a sinister ritual somewhere.

Meanwhile, Valentine's Day in the Philippines generally gives various gifts to loved ones regardless of age and sex. Among them, the bouquet of roses to be given to women who are intentional is mostly Latin and Filipino. It is said to finish a bouquet with colorful touches together with sweet and lovely words hidden in the number. It is better for men to confess their love to women. Of course, it is natural that men like cheerful Filipinos are giving various surprises and flashy directing. At this time, the opportunity to see couples holding men and flowers brought in town quickly with a bouquet of flowers far enough in the streets will quickly increase. But in the Philippines, nevertheless, it is not only young people. Mrs. and Mrs. Three generation who have been together for many years do not usually celebrate Valentines like the usual

bouquet and gifts, unlike in Japan it is not simply a unilateral confession, but as a day to confirm each other's affection as far as I know.

Unlike Japan's Valentine's Day, which consumes a lot of "giri choco" that is scattered around with anyone. Giving gifts for your opposite sex and family and spending the day together is the Valentine's Day in the Philippines. Let's also present this year's Valentine's Day with a bouquet of chocolates and roses that are hearty for your wife, your husband, your lover and your family.




HERALD
SUITES

ヘラルドスイートはマカティ・シネマ・スクエアの前にあります。
日本人の方々にご満足いただけるよう完備されたホテルです。
はつはなレストラン、喫茶室、禁煙ラウンジもご利用いただけます。
*朝食付です(日本食、アメリカン、フィリピン)。
皆様のご予約をお待ちしております。

Tel. 759-6270 to 81 | Address: 2168 Pasong Tamo St., Makati City
E-mail: reserve@heraldsuites.com | Website: www.heraldsuites.com



Celebrate Love

ふたりの愛を祝福。

ルームパッケージ

2人1泊、朝食ビュッフェ、ロマンティックディナー(グラスワイン付)含む
バレンタインギフト(バラ3本、箱入りブラリネチョコレート)

宿泊期間: 2019年2月10日~19日

For inquiries, speak with us at +63 2 526 0 888 / 559 9890
Email reservation@armadamanila.com

フィリピン在住者の方へ

**在住者だから
できる**

資産運用セミナー

- フィリピン株ってどうやって始めるの
- 比銀行定期にお金を預けて大丈夫
- 日本の国債とフィリピンの国債の違いは
こんな疑問に丁寧にお答えします!

セミナー内容

- ①フィリピン株の概要とおすすめ株
- ②絶対知るべきフィリピンの銀行口座解説情報
- ③利回り12%以上?! フィリピンならではの金融商品3種

講師紹介

STEP PHILIPPINE INC. COO
町田 健登 (Kento Machida)

1988年栃木県生まれ。筑波大学卒業。
フィリピン在住5年目。

外資系企業での企画営業業務にて、1年目よりトップセールスとして活躍。結婚を機に更なるキャリア向上を求め、2014年よりフィリピンに転居。フィリピン最大手人材会社の駐在員として勤務。

その後、フィリピン株、フィリピン不動産、その他の投資を行い資産形成。ファイナンシャルプランナーとして独立起業。

フィリピン不動産にも精通し、自身でも5室保有。今までに培ってきた不動産や金融の知識を買われ、現職にて資産運用の助言・サポートに努める。



ファイナンシャルプランナー2級・AFP。
フィリピン株に2015年から投資。
保有銘柄の最大値上がり率は160%。
フィリピンの金融商品全般の知識を持つ。

開催日時

2月24日(日)15時~17時@BGC

3月 2日(土)18時~20時@BGC

※両日とも懇親会あり

※同業者の方の参加はお断りさせていただきます



STEP PHILIPPINE INC.

お申し込みはこちら! ➡

担当: 三橋 0917-170-6676

e-mail: hiroyuki-mitsubishi@division-holdings.com

