

<http://navimanila.com>

街歩きを楽しくする!

高原の風を感じる街

マニラ発
生活情報ナビ

navi
Manila



特集

バギオ

Vol.10

BAGUIO

Feel the Wind
of the Skyland

Let's Navigate In & Out of Manila!

マニラ生活電話帳別冊

FREE
無料誌!



セブのジンベイザメ

Whale Shark
Watching in Cebu



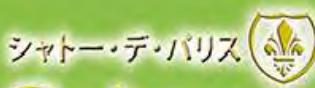
Cartimar
Market
Discovery

市場がおもしろい!!

カルティマール

This Magazine is Accredited by the Philippine Department of Tourism
もっと楽しい
フィリピン
It's more fun in the
Philippines

編集:日刊マニラ新聞広告部 Published by The Daily Manila Shimbun



CHÂTEAUX DE PARIS

やっと、あなたにふさわしい価値ある家が見つかる



Chambord シャンボール



Fontainebleau フォンテンブロー



Chantilly シャンティイリ

South Forbes 最新のいちおし— Chateaux de Paris はフランス首都の美しさと莊厳さがにじみ出る一帯にあります。デザインされたおしゃれな庭園に囲まれた大邸宅も近くにあります。

愛らしく壮大なパリに影響を受けた Chateaux de Paris。4つに区分されて位置し、それぞれが素敵な景観となっています。

この宝石がちりばめられた王冠を見に、いつでも弊社をお尋ね下さい。



CATHAY LAND, INC.

Call: 635 7777 www.southforbes.com

やまがた Yamagata Maiko in Manila

舞子

フィリピンで 踊りを披露



「やまがた舞子」の2人がこのほどフィリピンを訪ね、在留邦人やフィリピン人を前に山形民謡の踊りを披露した。首都圏マカティ市のドゥシットホテルで開催された「ジャパン・ナイト」では、ト部敏直駐日本大使をはじめ、ラモス元大統領、ヒメネス観光長官、ドリロン上院議員らも出席する中、集まった約200人の前で公演した。また、首都圏パサイ市の大型商業施設モール・オブ・アジア内の国際会議場で開かれた「第19回旅行ツアーボ覽会2012」では一般向けにステージに立った。踊りの後で2人は、はじめて舞子

を見たというフィリピン人らに大人気、いっしょに写真撮影を希望する人で引っ張りだこだった。

マニラで大忙しのスケジュールをこなした2人は、赤い着物の紗弥さんと白と青の着物をまとった小はなさん。2人はそれぞれ山形県上山市と山形市の出身で、山形の文化と芸能を引き継ごうと舞踊の道に入った。今回マニラでお披露目された山形民謡の一つ「紅花摘み唄」は、「千歳山からな 紅花の種まいたよ」という旋律から始まる。2人は「さ~さ、摘ましゃれ 摘ましゃれ」とかけ声をかけ合い、紅花を摘むしぐさを舞った。紅

花は山形の県花で、最上川流域は最上紅花で知られる。

小はなさんは「来る前は心配だったけれど、みんな温かく迎えてくれて嬉しい」と笑顔で話す、「フィリピンは果物がとても美味しい」とその印象を語った。日本の舞子を一目見ようと会場に友人と駆けつけたジェイミー・レオナルドさんは、「目付きから手の動かし方まで細やかで美しかった」と満足した様子だった。



<http://navimanila.com>

navi Manila

街歩きを楽しくする

発行日: 2012年3月15日 編集: 日刊マニラ新聞広告部 <http://navimanila.com>
Manila Shinbun Building, 1037 Teresa Street, Rizal Village, Makati City, Philippines
☎(02)890-8480, 895-4245 Fax:(02)895-4245 E-mail: navi@manila-shinbun.com.ph
発行者の許可なく転載・複製することを禁じます。本書をお使いになって、お気付いの点、あるいは
ご意見・ご希望などございましたら、日刊マニラ新聞広告部(ナビ編集係)までお寄せ下さい。

印刷業務から文書管理、 様々なソリューションを提供します。

キヤノンマーケティング(フィリピン)は、皆様に日系企業様をご対応する担当チーム一同をご紹介の機会を頂き誠に光栄に思います。

フィリピンオフィス設立より13年以上にわたり、キヤノンフィリピンは日系のあらゆる産業のお客様に、ベーシックなオフィスプリントティングのご提供から洗練された効率的なドキュメントワークフロー、セキュリティ・コスト管理まで様々なソリューションをご提供してまいりました。

私たち担当チームは、お客様のオフィスを、複合機、レーザービームプリンター、ワイドフォーマットプリンター、プロジェクター、ドキュメントスキャナー、文書管理ソフトウェア等幅広いキヤノン製品群を活かしてよりシンプルで効率的なドキュメントソリューションを実現するお手伝いをさせていただきます。

オフィスでお困りのことがございましたら、お気軽にご相談くださいませ。皆様にお会いできることを心より楽しみにしております。



まずはお気軽に
ご相談下さいませ。

Tel: (02) 812-0045

Email: Asami_kawaharada@canon.com.ph

フィリピン国内でも信頼・実績の ある弊社にお任せ下さい。



こんなことでお悩みではありませんか? ご相談ください。



コスト削減のお手伝いいたします!

企業の印刷コストは最大で売上高の3%にもなることご存知でしょうか?まずは現在の印刷コストを把握、不必要的機器の集約化で印刷費のダイエットをしましょう。またキヤノンのソリューションは印刷作業のモニタリング、予算設定、統計の作成、印刷量の制限も可能。出力管理をすることにより、スタッフのコストに対する意識を向上させましょう!

生産性と効率化アップ

たくさんのFAX機、プリンター、スキャナーなどがごちゃごちゃしていて、作業に時間がかかるいませんか?作業のインプット・アウトプットを集約して作業の効率化を図りましょう!また、今日のオフィス業務に欠かせないPDF変換、PDF圧縮、OCRによるPDFのテキスト検索化等も機器上から簡単操作でできてしまいます。オフィス業務でお困りのことがあればお気軽にご相談下さい。



機密書類の管理、レベルアップ

企業の機密漏れの30%は紙媒体で起こること、ご存知でしょうか?印刷した機密書類の取り忘れ、誰でも機密情報が送信できる状態にありませんか?キヤノンのソリューションは印刷時のパスワード設定やコピーや印刷時のジョブ制限情報や追跡情報を埋め込んで機密文書のコピーや印刷を不可にします。企業の大切な情報、しっかりと守りましょう。



オフィスの中でも環境に対する配慮を

お使いのオフィス機器は環境に配慮されていますか?機器の待機時間に節電は出来ていますか?キヤノン最新ラインナップの機器は睡眠モード時はたった1Wの電力、植物由来の材料「バイオマスプラスチック」を使用しているため、CO₂排出量を従来機に比べて50%削減、また人体に有害な化学物質は含有していません。機器の製造、使用期間から廃棄まで環境に配慮したつくりになっています。環境にやさしいオフィスを維持することは企業の努め、既存機器の見直しをしてみましょう。



Business *can* be simple



Asami Kawahara
Canon Marketing (Philippines), Inc.
7/F, Commerce & Industry Bldg.,
Campus Ave., McKinley Hill,
Fort Bonifacio, Taguig City 1634

Trunkline : (632) 884-9090
Direct Line : (632) 812-0045
Fax Line : (632) 556-1456
asami_kawahara@canon.com.ph
customer_assistance@canon.com.ph
www.canon.com.ph

CANON Customer Service Centers

MAKATI CITY
3rd Floor, Southpark Plaza, Lot 8, Block 4, Phase 1,
Santiago St., Paseo De Magallanes Commercial Center,
Brgy. Magallanes, Makati City
Tel. No.: (632) 884-9000

MANDALUYONG CITY
Liberty Center, Freedom Plaza
Ground Floor Retail Row Unit 1 & 2,
Shaw Boulevard
Tel. No.: (632) 884-9000

VISAYAS REGION OFFICE
Unit 15, The Gallery, Golem Drive,
Juan Luna Avenue, Mabolo, Cebu
Tel. No.: (032) 233-5735 / 231-4165
233-3862 / 231-4165

MINDANAO REGION OFFICE
Units 1A & B Bajada 88 Building,
7P Laurel Avenue, Bajada, Davao
Tel. No.: (082) 226-2050 / 227-3820
227-8929

CENTRAL LUZON REGION OFFICE
G/F Unit 4 Northwalk Complex,
Gapan-Olongapo Road,
San Fernando City, Pampanga
Tel. No.: (045) 961-8734

NORTH LUZON REGION OFFICE
Kenny Plaza Building, Quezon Avenue
Brgy. Cabangalan, San Fernando City,
La Union
Tel. Nos.: (072) 242-4587
(072) 242-4587

SOUTH LUZON REGION OFFICE
Door 7 & 8 CEA Building,
Lapu-Lapu Street, Legazpi City
Tel. No.: (052) 820-2083



東洋と西洋が
「溶け合う」建築の融合。

セミナーやパーティーまで
様々なご要望に対応する
宴会場と各種プランを
ご用意しております。



www.jipang-group.com

ネットワールドホテルマニラ

Networld Hotel Manila は、オリエンタルな日本風ブティックホテルです。フィリピン貿易トレーニングセンターの向かい。比世界貿易センター、比国際会議場 (PICC) や比文化センター (CCP) から歩いてすぐ。またモール・オブ・アジア (MOA)、SMX 会議場から車で 5 分。マニラ空港から 15 分、マカティのビジネス街からは 20 分。頻繁に予約が入る 89 室が当ホテルの自慢です。スパ、カジノ、コーヒーショップ、日本料理店もあり日本人シェフによるアジア・国際料理などをご堪能下さい。また 30 人から 100 人収容可能な多目的室もございます。



NAVIマップで探せる!
MAP8-D2



ご予約、お問い合わせはこちらまで: Tel. 536-7777
住所: Roxas Blvd cor. Gil Puyat Ave., Pasay City.

A Member of:
 Jipang Group of Companies
World Class Japanese Service within Your Reach!



海舟 で日本料理をお楽しみ下さい。場所
はネットワールドホテル1階、570
平米で、畳部屋も 16 室あり、太勢でも少人数で
もご利用できます。営業時間は午前 11 時～午後
2 時 30 分、午後 5 時～午前 0 時まで。

ご予約、お問い合わせはこちらまで **536-777 loc. 4 / 551-1784**
G/F Networld Hotel, Roxas Boulevard
cor. Sen. Gil Puyat Ave. Pasay City

NAVIマップで探せる!
MAP8-D2

A member of: Jipang Group of Companies
World Class Japanese Service within Your Reach!

初めて認証された日本の健康スパ。
あなたとあなたの家族に。



豪華なラウンジでスパロマセラピーをご体験下さい。
世界的に有名なマニラ湾の金色に輝く日没を眺めながら、美味しい食事と飲み物でリフレッシュ。ネット
ワールドホテル 5 階、6 階にあります。

午前 11 時から午前 7 時まで。

お問い合わせと
ご予約はこちらまで
536-7777 loc. 6



住所: 5F Networld Hotel, Roxas Boulevard cor. Gil Puyat Ave., Pasay City

NAIA T1, West Concourse Departure Area, Paranaque City
NAIA T3, Departure Area, Int'l Section, Pasay City
NAIA T3, 4th Level, Food Court Area, Pasay City

NAVIマップで探せる!
MAP8-D2

A member of: Jipang Group of Companies
World Class Japanese Service within Your Reach!

最高に楽しめるセブの
中華料理店

Enjoy the Finest Catch at
Cebu's Best Chinese Restaurant



LOBSTER
SASHIMI

秦 義昭
Mr. Yoshiaki Hata
Counsellor & Consul
Consular Office of Japan in Cebu
Embassy of Japan, Philippines

セブ
Cebu

2012年4月15日から5月15日の間に「活きロブスターの刺身」をご注文の場合、「チョイ・シティ」では、その金額の一部を「秦さん」の助言により「セブ・SOS孤児院」に寄付します。そして貴方の召し上がった「活きロブスター(海老)」のお金が孤児院の子供たちをサポートします。

チョイ・シティ海鮮料理店で、お金を有意義に生かしながら、本物の中華料理をお楽しみください。



CHOI CITY
seafood restaurant

営業時間

11AM-2PM 夕方 5:30-9:30PM

年中無休

NAV1マップで探せる!
MAPC1-F1

G/F South Arcade, Banilad Town Center, Banilad, Cebu City, Philippines
Tel. (032)239-0800 • (032)239-0999

Youtubeで見る! <http://youtu.be/Kgj78f9WWhU20> Facebookページで「いいな!」クリックをして下さい! www.facebook.com/choicityseafood

高原の風を感じる街
バギオ

フィリピンのスカイランド

BAGUIO

Feel the Wind of the
Skyland in the

「バギオ物語」第4回



市内のバナム公園の池

バギオ

サイ市にあるバス会社、ピクトリーライナーのバスターミナルから深夜便でバギオに向かった。このバスは「デラックス」車で、車内にトイレがあるノンストップ便だ。リクライニングシートで、1列に3席と、座席も大きく飛行機のビジネスクラスに近い。午前零時前に出発したバスは早朝の5時前にバギオに到着。車内エアコンがきついためジャケットを厚めに着込んでいたが、車外に出ると冷気でさらに寒氣立つた。中国大陆からの寒い季節風が吹き込む1、2月の朝晩がいちばん冷え込む時期という。ターミナルの出口でコップに入った柔らかそうな豆腐のデザートを買った。サゴと呼ばれる小さくて丸い寒天とバギオ特産のイチゴが入っている「ストロベリー・タホ」だ。ほのかに豆腐の味がして、イチゴの甘さとプリンのような舌触りがおいしい。外はま

だ真っ暗でタクシーが窓をわずかに開けたまま走っている。バギオはタクシーもレストランにもエアコンがない。低地の暑さに慣れている人たちにとってバギオは、この涼気だけでも十分にありがたく感じてしまう。

バギオには近年、韓国人経営の短期留学の英語学校ができ、そこで学ぶ日本人生徒も目立つようになった。また定年後、リタイア生活を送る日本人も増えている。フィリピン退職庁(PRA)バギオ事務所によると、バギオに住む日本人の退職者ビザの取得者数は韓国人に次いで2番目に多いという。2007年8月には、北ルソン在住する邦人の情報交換・相互扶助と、フィリピン人との友好関係を推進などを掲げた邦人組織「北ルソン日本会(JANL)」(小国秀宣代表)が誕生した。以来、比日友好月間の取り組みやバギオ七夕祭り、日比写真・ポスター展など日比

両国の相互交流と理解に向けたイベントに取り組んでいる。在バギオ邦人向けの領事出張サービスも市内の北ルソン比日基金(通称アボン)で実施されるなど、在比日本大使館との連絡も密になってきた。

マカティ市の日系企業で働く佐々木祐司さん(40)は高校時代にバギオに留学、卒業後もバギオに残り、そのままセントルイス大学に進んだ。佐々木さんとバギオとの付き合いはかれこれ24年、バギオは第二の故郷になった。佐々木さんは1990年7月に起きたバギオ大地震を経験した数少ない日本人の一人だ。現在、家族がいるバギオには週末に帰ってくる。「気候がとても過ごしやすいですし、貧富の差があまりなく皆ほぼ平等に暮らしている感じです。外国人が道端で地図を広げていてもみんな親切だし、日本人に対してもやさしいですね」と話す。最近増



Philippines



え続いている英語留学や退職者についても「学園都市」と言われるだけあって平均年齢が若くて英語が浸透しています。街全体もコンパクトなのでピザ等の書類手続きがすべてバギオ市内で完結できるのが、英語留学生や退職者にはもってこいの場所でしょうね。山に1時間、海にも1時間という立地もぱっちりです」と過ごしやすさを強調する。

フィリピン人の夫といっしょに日本食レストランと民宿を手がける田口園子さんは、フィリピンに住んで1年目の時に松の木に囲まれたバギオを初めて訪れた。そして「ここになら住める」と直感し15年前、バギオに移住した。レストランは細かな気配りが定評で、週末になると地元客や欧米人も大勢やってくる。店を開くまでは日本人との付き合いは少なく、夫と共にフィリピン人の中で暮らしてきたといふ田口さんは、バギオの人たち

バギオ・フラワーフェスティバル (Panagbenga)



(上) 市内をボニーに乗って走る少年たち。

(左) バギオ植物園(Baguio Botanical Garden)前で竹製のキセルでタバコを吸うイゴロットのサチューグールさん(95歳)。入口付近にはイゴロットの老人が10人ほど待機している。一緒に写真をとると心づけが10ペソくらい。サチューグールさんが代表格でお金の取りまとめ役。両腕に刺青がある。タガログ語が通じないので、近くの物売りしていた地元の若者が通訳をしてくれた。

の立場もよく理解している。16歳、12歳、8歳、の3人子供をバギオで育ててきた田口さんは、「新鮮で安全な有機野菜や卵が手に入るということはありがたいことです」と話す。「街はコンパクトながら暮らしにさした不便ではなく、エアコンの要らない環境で子供たちは学習でき、寒い時には火をくべた暖炉でマシュマロが焼けるのも楽しみの一つです。治安も良いです、ぜひ一度遊びにいらして下さい」。

セッションロードを挟んでバギオ大聖堂の反対側、バーナム公園を見下ろすことができる小高い場所にある総床面積10万平方メートルのショッピングモール「SMバギオ」は、ファーストフード店やレストランが多数営業し、市民の憩いの場所にもなっている。医学部をもつ名門校、セントルイス大学やフィリピン大学バギオ校、病院、一流ホテルやレストランがひしめくバギオは、単なる地方の観光都市にとどまらず

北ルソン地方の経済や商業的一大中心地である。

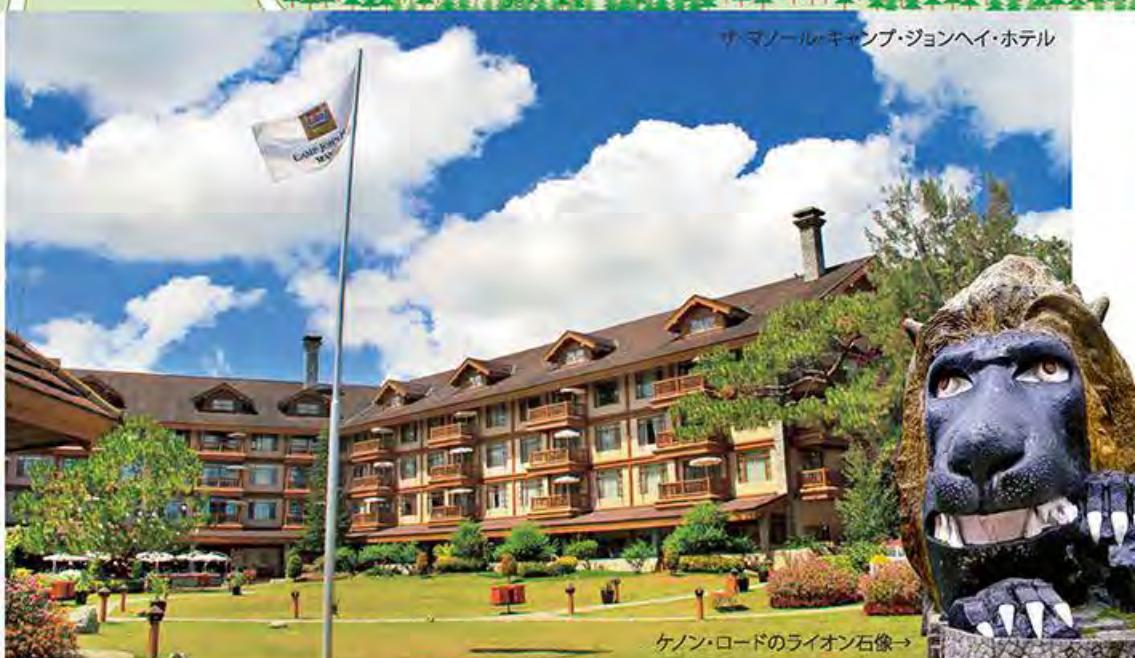
戦前から日本人がたくさん住んでいたバギオ。「内地」の地方都市ではまだ七輪で火を起した時代に、バギオで一旗揚げた邦人の家庭ではすでに冷蔵庫や電気コンロが普及していたという。セッションロードには、日本人経営の「バザー」と呼ばれる雑貨屋、小商社が軒を並べていた。日本の春先のような涼しい気候は、当時から過ごしやすかったに違いない。現在のバギオは車の量が増え排ガスによる大気汚染が深刻となっているが、それでも混雑した市街を少し離れると、濃緑色の松林がうっそうと茂り、ところどころに三角屋根と暖炉の煙突がある美しい風景が広がっている。ティーチャーズ・キャンプやマンションハウスは緑の屋根と白い壁が松林と美しいコントラストを描いている。4月、5月はフィリピンの「サマー・バケーション」真っ盛り。バギオも雨が降らないいいいちばんいい季節だ。(「バギオ物語」おわり)





バギオ観光マップ

The City of *Pines* BAGUIO Map



セッションロード Session Road



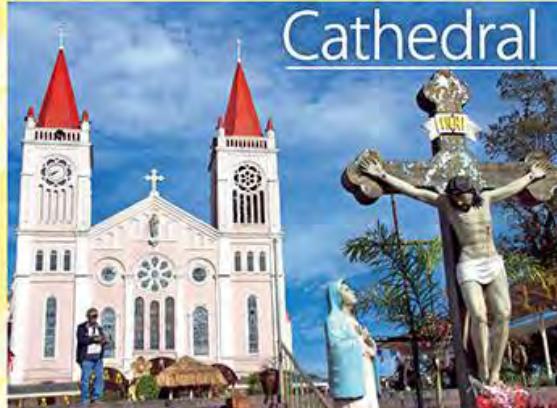
バギオ大聖堂からバーナム公園まで
続く500メートルほどの緩やかな坂道、
セッションロード。2月に開かれる
「バギオ・フラワー・フェスティバル」
では山車やパレードが練り歩く

バギオの早朝市 Market



シティ・マーケットへ向かう坂道には毎朝、野菜や新鮮な
魚介類の露天が並び活気があふれる

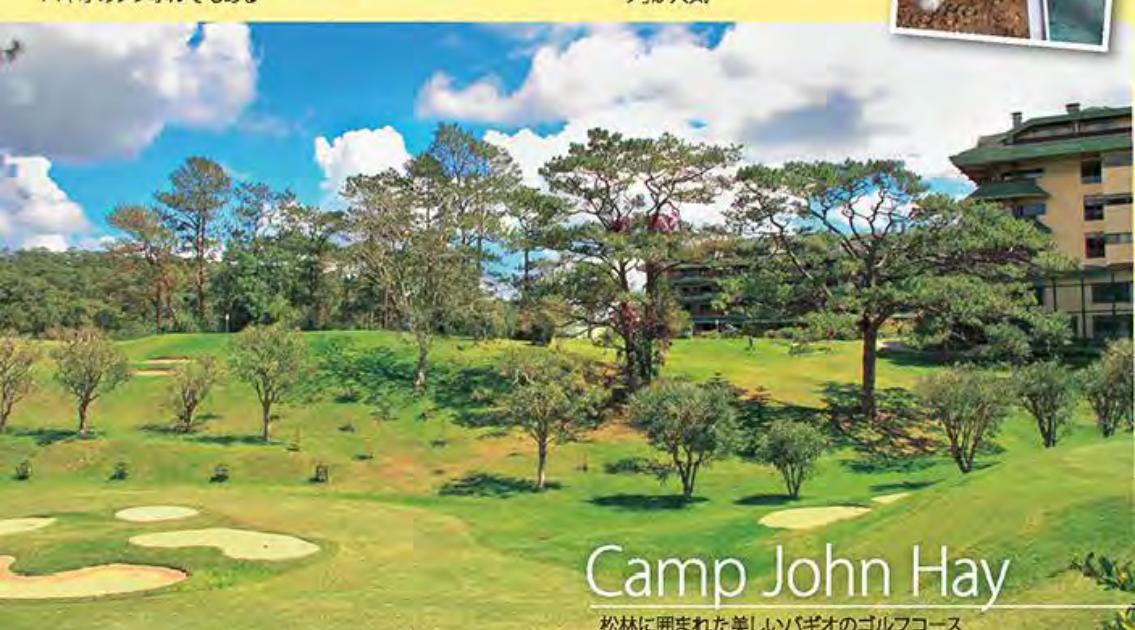
Cathedral



↑バギオ大聖堂 2つの尖塔をもつこの教会は戦前からの建物で
バギオのシンボルでもある



美しい銀細工はお土産にも喜ば
れる。「イバイス・シルバー・ショッ
プ」が人気



Camp John Hay

松林に囲まれた美しいバギオのゴルフコース

朝霧に煙る高原リゾート・バギオ Mines View Park



↑ベル円形シアター 元在比米軍のレクリエーション基地。日本軍は1941年12月8日、真珠湾と同時にここを奇襲し、日米開戦の火ふたを切った。山下大将が降伏文書に正式署名した場所でもある。1991年、在比米軍基地の撤収とともにフィリピン政府に返還され、リゾート・観光施設として再開発されてきた。写真的通称「ベル円形シアター」は特殊な構造でエコーの音響効果がある。足で床を踏むと音がこだまする。戦争中、日本軍将校がこの周りに兵隊を集めて訓示したという。



↑マンションハウス 3月から5月の避暑用に建設されたアメリカ総督用の元別邸。現在は大統領がバギオを訪問した際の執務の場所となっている。



↑ボタニカルガーデン 地蔵の前で手を合わせる女性たち

↓サインをするイゴロットの老女とイノシシ用の槍をもつ老人→



←ティーチャーズ・キャンプ アメリカ時代につくられた教育関係者のための保養・研修施設。アメリカは統治にあたります教育を通じたアメリカ化を重要視。そのための英語教師養成に力を入れた。写真的建物は戦争中、日本軍の兵站(たん)病院として使われたという。



←バギオ名物「ストロベリー・タホ」。柔らかいタホ(豆腐)、サゴ(寒天)といしょに丸ごと煮詰めた甘いイチゴが入っている。1個15ペソ。

シティ・マーケットの一角にあるコーヒー豆専門店。香りのいいアラビカ種の豆(1キロ250ペソから)やジャコウネコの糞から採取される「アラミドコーヒー」が売られている。→



長くスペインの侵入を阻み最後まで抵抗した山岳の先住民「イゴロット」。生活スタイルが大きく変化している山地民イゴロットと、その一方で、次第になくなりつつある彼らの「文化的遺産」を懐かしみ大切にしたいと願うフィリピン人芸術家たち。バギオにはこうしたアーティストたちがアトリエを構えたりギャラリーを開くなど、バギオをベースに先住民の文化的遺産を外に向けて発信する活発な活動を続けている。その代表的な美術館やギャラリーを紹介したい。

が集う 街バギオ 藝術家

タム・アワン芸術村

Tam-Awan Village

バギオ市の中心セッション通りから車で北西に約15分、ケソンヒルと呼ばれる小高い場所に到着する。その斜面に、カリンガ族の言葉で「展望」を意味する「タム・アワン」ビレッジと呼ばれる芸術村がある。この芸術村はもともと、1990年代に結成された「バギオ・アーティスト・ギルド」に属していたバギオ在住の芸術家たちの憩いの場として始まった。その後、ベネディクト・カブレラ（ベンカブ）氏を中心とする若手芸術家らがグループ「タム・アワン・ビレッジ・アーティスト」を結成。各地の山地民が使用していた家を移築して宿泊客用に改築し、アーティストとのワークショップを通じた交流を行う芸術村として、97年に正式に一般開放された。常に数人の若手アーティストが常駐していて、頼めば4、5人が同時に似顔絵を描いてくれる。それぞれのタッチの似顔絵は描く人の個性が出ていて面白い。



アルコ・ニ・アポ

Arko ni Apo Art Gallery

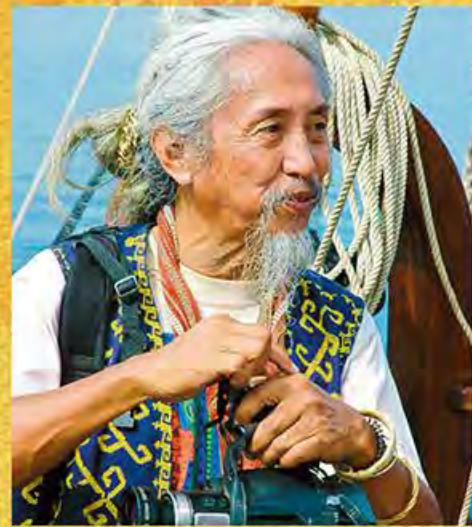
真鍮の彫刻家として有名なベン・フォ・ビリヤヌエバ氏のギャラリー「アルコ・ニ・アポ」は芸術村タム・アワン・ビレッジのすぐ前にある。イロカノ語で「神の箱舟」という意味のこのギャラリーは真赤なゲートがある2階建て。1階部分がギャラリーで2階が工房になっている。2階のベランダにはガスボンベや溶接器が置かれていて、アトリエというより板金加工の作業場のようだ。作品のひとつに、フォートボニファシオ、グローバル・シティの一角にある高さが3メートルもある真鍮製の「アン・スプレーモ（至高）」がある。フィリピン革命のリーダーであるアンドレス・ボニファシオと妻が、スペイン植民者によって民衆に押し付けられていたセドラ（人頭税）の証書を破り捨てている像だ。ビリヤヌエバ氏はアテネオ・デ・マニラ大学で30年間、芸術学の教鞭をとった後、バギオでリタイア生活を送りながら創作活動を続けている。フィリピン彫刻家協会の会長を歴任するなど、フィリピンの彫刻家として最もよく知られている一人だ。ビリヤヌエバ氏はニューヨークや東京でも個展を開いている。



映画監督 キドゥラット・タヒミック氏

Kidlat Tahimik
(Film Director, Writer and Actor)

1942年、バギオ生まれの映画監督であるキドゥラット・タヒミック氏。ドキュメンタリー系の監督として世界的に有名で、脚本と書いたり俳優としても活動している。タヒミック氏はフィリピン大学で学んだ後、米国ペンシルバニア大学で経営学修士(MBA)の学位を取得、経済協力開発機構(OECD)のパリ事務所で数年間、調査研究員をしたという特異な経歴をもっている。本名は「エリック・デ・ギア」だが、「このスペイン語の本名はスペイン植民地支配の名残り。フィリピン人である自



分をより的確に表す名前を使いたい」と、フィリピン語で「静かな稻妻」という意味のベンネーム「キドゥラット・タヒミック」を自身に命名したことでも有名だ。



ベンカブ美術館

BenCab Museum

国際的に有名な芸術家ベネディクト・カブレラ氏(略して「ベンカブ」)が2009年2月に創設した「ベンカブ美術館」は、バギオ市内からアシン温泉へ向うアシン通りを南に約6キロほど行ったトゥバ町にある。途中にはお土産用の木彫り店が道端に並ぶ。館内には多くの現代美術家の作品やイフガオやカリンガ族など山地民の伝統工芸品のコレクションが多数展示されている。美術館の裏は深い谷間になっておりそのまま散策が楽しめる。4ヘクタールの敷地内には川から引き水された池があり、山地民の伝統家屋も数棟建っている。1942年、マニラに生まれたカブレラ氏はフィリピンで最も権威のある「フィリピン芸術賞」を授与された「ナショナル・アーティスト(国民的芸術家)」。マルコス大統領の戒厳令布告時代にロンドンに移住するが1986年のアキノ政変のときに帰国、それ以降もバギオをベースに国内や海外で個展を開いている。<http://bencabmuseum.org/>

イゴロットの伝統料理「ピニクピカン」



市場の一角の屋台で羽根を取った焦げ目のついた鶏が丸ごとで売られていた。この鶏はバギオの先住民イゴロットの人たちが来客をもてなしたりお祝いごとの時に好んで作られる伝統料理「ピニクピカン」で調理されるものだ。その殺し方がすごい。まず二ワトリの足をつかんで逆さ吊りにし、棒でビシビシと叩き体表に充分に内出血を生じさせる。そしてそのまま火であぶって羽根を燃やし、肉に焦げ目を付けるようにするのだ。それから足も頭も骨ごとぶつ切りにし、バギオ特産のキャベツやジャガイモと一緒に塩と生姜だけで煮込んで出来上がり。朝晩が冷え込むバギオ、この料理は身体が温まり強壮作用もあるらしい。「ピニクピカン」は地元のイバロイ語で「やさしく殺して」を意味するという。

Gran Prix

hotels & resorts



CEBU

PASAY

CUBAO

MANILA

BORACAY

naviManila
クーポン券!
Use this ticket by July 15, 2012
2012年7月15日までに使ってください。

naviManila
クーポン券!
Use this ticket by July 15, 2012
2012年7月15日までに使ってください。

naviManila
クーポン券!
Use this ticket by July 15, 2012
2012年7月15日までに使ってください。

naviManila
クーポン券!
Use this ticket by July 15, 2012
2012年7月15日までに使ってください。

naviManila
クーポン券!
Use this ticket by July 15, 2012
2012年7月15日までに使ってください。

naviManila
クーポン券!
Use this ticket by July 15, 2012
2012年7月15日までに使ってください。

naviManila
クーポン券!
Use this ticket by July 15, 2012
2012年7月15日までに使ってください。

naviManila
クーポン券!
Use this ticket by July 15, 2012
2012年7月15日までに使ってください。

Le Clinique

DENTAL & MEDICAL ESTHETICS

歯のお手入れ

- ・歯の黄ばみ、歯石の除去……
色合いを引き立たせ笑顔に磨きを
- ・フッコートニングで虫歯になりにくい歯に
- ・歯肉治療
その他の歯根神経治療、排列矯正、レーザー治療、スポーツ歯科、口腔外科、インプラント治療など
- ・スマイルデザイン(ハイエンドセレクション)
無痛のホワイトニング
- ・古く醜い入れ歯を、自然な見た目の歯に(入れ歯可)
- ・セラックの被せ物、固定式入れ歯、ラミネートベニア、ルミニアーズ



古い角質をはがす(ピーリング)パッケージ:

顔と首 10%オフ 全身(顔と首含む) 15%オフ

MAP-1-83

いぼの除去:

顔 or 首のいぼの除去
(2,000ペソ)を50%オフ…

たったの
1,000ペソに!



背中 or 胸とお腹にあるいぼ除去
(3,500ペソ)を50%オフ…

たったの
1,750ペソに!



ダイヤモンドピーリング

(ダイヤモンドの細かい粒子を利用して角質層を削る)
+日焼け止めクリーム10g 分無料
(2,500ペソ)が50%オフ…

たったの
1,250ペソに!



レイザーホワイトニング30分

(麻酔無し、スクーラーキット付き)
＊本来は2万ペソ
たったの
7,000ペソに!



*妊娠・授乳未満、ブリーチ商品はアレルギーがある方へご利用をお勧めできません。



マニラナビのクーポン券→



DrySauna

New!

そのほか遠赤外線を利用したサ非法で、体内に蓄積された毒素を排出するプログラムもあります!



マニラナビのクーポン券→
をご参考下さい!

Le Clinique Dental & Medical Esthetics
2/F The Sapphire Residence Condominium
corner 2nd Ave & 31st Street, Fort Bonifacio
Global City, Taguig City, Philippines
Tel: (02) 899-9998 英語 / (02) 473-0547 英語
Cel: 0916-2588123 英語 / 0908-8755123 英語
Email: lecliniqueinc2010@yahoo.com

全部のプロモは2013年1月30日まで

*他の治療は5%の割引があります。



SAKURA イングリッシュスクール



- ・主婦のための日常英会話
- ・企業のためのビジネス英語研修
- ・小、中学生、高校生、大学生のための集中強化レッスンフリートライアルレッスンがあります。
- ・TAGALOG CONVERSATION LESSONS

TEL 813-6441 / 0922-4396441 / 0918-9445638
にご連絡下さい私達は効果的で質の高いレッスンをお約束します。

Comm'l / Office For LEASE



Sacred Heart Bldg.

- Makati Location
- Newly Renovated
- Heavy Foot Traffic
- Configurable
- Access: EDSA & Sth. Expressway

140 sqm - 2nd Flr.
140 sqm - 3rd Flr.
140 sqm - 4th Flr.

For Inquires:
Call RESPHIL

996-3277
0917-815-7994

最高級・宅配マンゴー

フィリピンからいちばん 喜ばれる贈り物

甘美味しい!!



お値段は季節や天候により変動します。
マニラ新聞の広告をご確認いただくか、
弊社に直接お問い合わせ下さい。

Diamond Star Agro Products, Inc

マニラ工場:

Multi-Purpose Bldg., FTI Complex,

Taguig City 担当: 渥川

Tel: 02-839-2822/838-4684

Fax: 02-839-2822/838-4621

Cell. 0920-909-1340

E-mail takuhaimango@yahoo.com

便利なクーポン券です。
切り取ってお使い下さい



Special offers available only in shops
carrying the Coupon Logo. Valid for one
person. One coupon per visit. Valid
until July 15, 2012.

広告内にクーポン・マークのあるお店の
みでご使用になれます。クーポン券は

入店時にご提示ください。1回のご来店につ
き、お1人様1枚のご利用となります。原

則として2012年7月15日まで有効ですが、
お店により異なる場合もございます。

広告内に右のマークのある
お店ならクーポンOK!
You can use coupons in
shops with this Logo!



Zara
Spa

気さくなスタッフに癒される

2時間 マッサージお申込みの方

無料アカスリサービス実施中

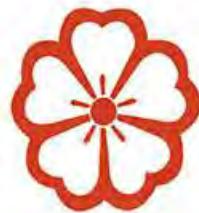
オルティガス近郊にある Zara Spa は、とにかくリーズナブルなお値段でマッサージを利用したい時にお勧めです!トレーニングを受けた気さくなスタッフがおもてなしします。人気メニューは韓国式 VENTOSA P850、ホットストーンマッサージフルコース P999。店舗だけでなく、ホテルや自宅へのデリバリも行っています。

2F Talia Building #509 Boni Ave., Brgy. Plainview, Mandaluyong City
Tel. 710-2296 Cel. 0920-9453650 / 0916-4556702

便利なNAVIマップはP.60-63(セブ)
&P.70-79(マニラ)にあります。

■マカティ市 ロックウェル ⇒ P. 75 ■オルティガス ⇒ P. 76 ■マニラ市
エルミタ ⇒ P. 77 ■マニラ市マラテ ⇒ P. 78 ■マニラ湾沿い ⇒ P. 79

NAVI MANILA



Hatsu Hana-Tei

JAPANESE RESTAURANT

はつはな亭

日本人シェフが腕によりをかけた一皿一皿。



Tel: 759-6388 / 759-6270
Fax: 759-3814 / 759-6282

マカティ市ヘラルドスイーツ内

営業時間 個室7部屋(4名～30名)、全部屋TV設置

月～日：11:30am～2:00pm NAVIマップで探せる!
MAP3-A4

月～金：6:00pm～10:30pm

土／日：5:00pm～10:00pm

2168 Pasong Tamo, MCPO 5006, Makati City
バレー駐車あり



2168 Pasong Tamo St., Makati City
sales@heraldsuites.com
www.heraldsuites.com

7596270～81

皆様のご予約をお待ちしております。

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。
はつはな亭レストラン、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)。

NAVIマップで探せる!
MAP3-A4



Providing the same level of excellent service and the comforts of home



HERALD SUITES *Solana*



www.heraldsuites.com

ヘルルドスイーツ・ソラナ「都会の『隠された宝石』」

ヘルルドスイーツ・ソラナは都会の「隠された宝石」という表現がふさわしい、こじんまりとしたシティホテルです。優美さとモダンさを兼ね備えた当ホテルは、マカティ市チノロセス通り(リトル東京前)にあるヘルルドスイーツの姉妹ホテルです。きめ細かなホスピタリティあふれるおもてなしと「快適さ・気安さ・効率の良さ」は大きなホテルにはない安心感とくつろぎを提供いたします。

部屋はスイートルームを含めて40室ご用意しています。各部屋には紅茶・コーヒーメーカー、ケーブルテレビがあり、無線LANの環境が整っております。共用空間は趣味よく装飾され、室内はニュートラルトーンのシンプルなデザインを基調とした家具で統一され、とても落ち着いた雰囲気です。

またホテル屋上のテラスにはプール、スポーツジム、サウナがございます。リラックスされた後はマニラ湾の夕焼けやマカティ市の全景をお楽しみ下さい。当ホテルは小さいながらアットホームできめの細かいサービスが自慢です。

接客の経験が豊富でフレンドリーなスタッフが皆様をお迎えいたします。

場所はマカティ市フィンランディア通り2914番地、マニラ国際空港から車で20分です。マカティのビジネス地区へは当ホテルのシャトルサービスがございます。

休暇、ビジネスのご滞在はぜひ当ホテルをご利用下さい。

KAY旅館で飲む

MAPメトロマニラ-B4 2914 Finlandia cor. Einstein Sts. Makati City 1234 • Philippines •

Tel.: 336-6151 to 53 / 336-6256 / 336-6259 / 844-7733 • Fax: 844-9724



スペイン人シェフら9人が調理 巨大パエリア作りに挑戦!

Festival de la Paella Gigante

直 径3メートルの特注フライパンにチキン40キロ、イカ40キロなどたっぷりの具をオリーブ油15リットルで炒め、米80キロといっしょに炊き上げる巨大パエリア作りにこのほど、スペイン人シェフ、ミケル・アリアットさんら9人が挑戦した。イベント会場はマニラ市内のセルベパンテス学院(スペイン大使館付属の文化センター)の中庭。パエリアはスペイン郷土料理の一つで、肉や野菜、エビやムール貝など魚介類の具をたくさん入れ、サフランを加えて作る炊き込みご飯で、地方によりバリエーションも豊かという。

午後3時過ぎ、プール横に置かれた平底の大きなフライパンに170リットルのスープといしょ

に米や具が入れられて調理が始まった。フライパンをアルミニウムホイルで覆い焦げ付かないように炭火を加減しながら蒸すように炊き上げていく。時々アルミニウムホイルをめくって炊け具合を見る。調理を始めて約1時間、会場にはエビや貝が煮える美味しい香りが立ち込めてきた。弱火で更に2時間、ゆっくりと炊き上げる。炭火が尽くる頃、やっとアリアットさんたちがアルミニウムホイルを1枚づつとっていく。黄色いご飯と、それにトッピングされたシーフードが見えてきた。それから20分ほど残り炭で炊きながら水分を散らすと、



スペイン人シェフ、ミケル・アリアットさん

ふかふかに仕上がったいい香りの巨大パエリアが出来上がった。パエリアはそのまま小皿に盛って参加者全員に振舞われた。休暇で1週間前にスペインからマニラに来たというブルーノ・ロドリゲスさん(27)は「スペインで食べるパエリアと同じ味、おいしかった」と味に満足した様子。アリアットさんによるとイベリア半島中心部の都市では肉と野菜のパエリアが多いのに対し海岸沿いの町では魚介類が多く、また北部地方ではサフランを使わない調理法もあるらしい。「やはりパエリアの味はスープ(出し汁)で決まる」と話すアリアットさん。フィリピンのパエリアについて聞くと「フィリピンではゆで卵スライスをトッピングしたり、チュリソ(スペイスの効いた腸詰め)を使ったり、時にはトマトソースで味付けしたりでとてもユニークだね」。

ミケル・アリアットさんはスペイン北部サン・セバスティアン市の出身で、地元の料理学校で学んだ後、スペイン国内やフランスで修行を積んだ。フィリピンに来たのは今から7年前。現在はバタンガスのリゾートホテルに勤務している。



時々アルミニウムホイルをめくって炊け具合を見る

ねもと



トラベル&
ツアーズ



フィリピンの
旅行はお任せ!

ねもと厳選おすすめ www.nemototravel.com 「おすすめ情報」いつも更新中!
ホテル&リゾート



ジンベイザメウォッチツアー (レガスピ泊)

P16,800(2名様料金/
飛行機代は別途)

ルソン島の南の端ソルソゴン州のドンソル湾は、他の海では滅多に見ることのできないジンベイザメに会える貴重な海。マニラからレガスピまで空路1時間、レガスピからドンソルまで陸路で約1時間半。マニラから1泊2日のツアーで、ジンベイザメを見に行きませんか。

マニラ市内観光 ツアー

せっかくフィリピンに来られたのでフィリピンの歴史を少しふりてみてはいかがでしょうか。マニラ市内観光で欠かせない「リサール公園」からはじまりサンアグスチン教会見学、マニラ大聖堂、チャイナタウン散策、イントラムロスなど充実の内容。

お一人様 P2,500 他

ボラカイ BORACAY

美しいビーチ世界トップ10に常にランクインしています。全長約4kmのきめ細かい真っ白はホワイトサンドのビーチ、浅瀬にエメラルドグリーンの海が広がっているのでお子様連れのご家族にも最高!

透きとある青い海!バタンガス

セブやボラカイと比較しても遜色の無い海は、外観だけでなく水中も原色の魚達が目を楽しませてくれます。

スリル満点!バグサンハン川下り ツアー & 英雄ホセリサールの生家

この観光スポットは急流下りの名所で映画「地獄の暗示録」のロケ地としても知られています。フィリピン建国の父であり、国民的英雄ホセ・リサールの生家が博物館となっています。リサールさんが処刑された地は、マニラのリサール公園になっていますが、彼は、ここラグナ州カランバで生まれました。

PADI ダイビング講習 パッケージ

日本では高価なダイビングのライセンスも、フィリピンでは安価で取得可能です。バタンガスでの現地1泊2日と、たった2日間の講習で世界最大のダイビング組織PADIのCカード(ライセンス)を取ることができます。

1名様の場合 P19,600

2名様の場合 P18,000(各)



ねもと

トラベル&ツアーズ 平日9am~6pm 土曜9am~12pm

安心の日本語ホットライン: ☎ 497-4461

Tel.525-7824 Fax.525-7501

日本人スタッフ

マニラ在住の日本人スタッフが、皆様の旅のお手伝いをいたしますので安心です。インターネットでホテルの予約から旅のアレンジいたします。足・旅・宿・まるごとお任せください。オリジナルプランもOKです、お気軽にお問い合わせください。 E-mail: info@nemototravel.com E-mail: nemototravel@live.jp



インターネット回線をご用意いたしております。無線LAN(無料)もご利用できます。日本語新聞各紙、まんが本も多数あります。時間を気にせず、ごゆっくりお楽しみください。

ねもと

☎ 497-4461(日本語) ☎ 831-5128 (MAPメトロマニラ-B4)

年中無休 午前10時~深夜2時 No.321 Sen. Gil Puyat Ave., Pasay City



マカティとパサイ、マニラの3市にまたがり「地の利」がいいカルティマール市場。カルティマールの敷地は街の一角を成すくらい広く、ペットショップから苗木屋、金魚店、自転車店まで多種多様の店があります。今回紹介するのはその一部、生鮮食品売り場です。

東の空が少しづつ青みを帯びてきた午前3時ごろ、首都圏パサイ市の公設市場「カルティマール・ショッピング・センター」では、地方から野菜などを運搬するトラックで賑わい始めます。店員さんたちは運ばれてきた野菜や魚を仕分けたり並べたりしながら開店の準備に追われていました。

ジミー・ダンリポンさん(40)が野菜を首都圏に運ぶトラックの運転手として働いて約4年。週3回ベンゲット州ラトリニダップ



50年の歴史、カルティマール

ド町から野菜を運ぶ仕事をしています。4トントラックに、袋詰めにしたニンジンやキャベツやネギ、大根、レタス、トマト、バギオビーンズなどを満載し、夜の9時にラトリニダップ町を出発し、午前3時ごろパサイ市カルティマールに着きます。荷物を降ろし約1時間後、休む暇もなく同州への帰路につくのが日課です。カルティマールの他にも首都圏マニラ市のディビソリア、ケソン市のパリンタワックの市場にも野菜を運んでいるといいます。

カルティマール市場は誕生から50年以上続く、フィリピンでも屈指の古い市場です。フィリピン産の新鮮な食材はもちろん、日本や韓国の食材店も充実している



ため、外国人の利用客の姿もよく見られます。

生鮮食品売り場は「ウェット・マーケット」と「ドライ・マーケット」に分かれます。ウェット・マーケットは鮮魚や肉の売り場で、水を使うためいつも床が濡れているのでこう呼ばれているのです。野菜やフルーツ、その他の日用品売り場の床は乾いているのでドライ・マーケットです。

市場は中央にある駐車場兼



食肉売り場。豚足、豚の耳、牛の尻尾、肋骨がついた肉などがぶら下がる。客はつまんだりひっくり返しながら気に入った肉を選び好みの量をナタでぶつ切ってもらう



Cartimar Market 50 Year History

市場がおもしろい！



用の道路で二分され、生鮮食品売り場の反対側には日本や韓国の食材店が並んでいます。カルティマールの便利さのひとつは、魚や野菜を買ったついでに日本食材店で買い物も済ませることができます。駐車場も店舗のすぐ目の前で、駐車が簡単で荷物運びも楽です。

その生鮮食品売り場に面した道路側にはフルーツやペットフードの店、米屋、ベンゲット

野菜店、ほうきやバスケットを売る雑貨屋などが軒を並べています。時々、大判焼きの店も出ています。そこから市場の中に通じる小さな通路を入るとまず野菜店が左右にあり、その奥がウェットマーケットで蛍光灯に照らされた魚や肉の屋台店舗がずらっと並んでいます。

まず野菜ですが、家庭料理に必要なものはほとんどがそろっています。日本のキュウリや



ニラは韓国人客がキムチ漬けのため大量に買っています。サンチュなど葉物野菜も種類が豊富。



中国野菜のニラの花、ごぼう、からし菜漬け、たけのこの水煮など。

白菜、トマト、長ネギはじめニラ、レタス、高菜、カリフラワー、ブロッコリー、ピーマン、それにゴボウ、アスパラガス、生シイタケなど何でもあります。また、ニラの花やベビーコーン、高菜などの中国野菜も揃います。この野菜はジープニーやトラックで農家から直接運ばれてくるため、スーパーマーケットよりも価格が安く、鮮度も良いのが特徴です。ミョウガや青シソの葉は見かけません。

肉や魚売り場は豪快です。なにしろ、豚の顔や耳、豚足がそのままの形でどさっと置かれているからです（フィリピンの料理では顔や耳の軟骨も使います）。牛の舌と尻尾（フィリピン料理の「カレカレ」用）もぶら下がっています。見るだけでも迫力です。

魚もきれいな色と模様の熱帯魚から日本でおなじみのヤリイカやアオリイカからアジ、イワシ、カレイ、ヒラメ、タコ、シャコまで手に入ります。野菜同様、種類が豊富です。

マカティの日本レストランでシェフをしている岡島登志朗さん（50）もここでよく魚を買って



右上: 中国食材店にある珍しい生レンコン(Lotus root)。丸っこい形をしています。1週間に一度、中国から入荷します。入荷の曜日は決まっていないので店員に携帯電話番号を知らせておくと入荷日時を連絡してくれます。

右: たけのこの水煮とエノキ

いる一人です。19歳のときから東京の築地市場で働くなど、もう魚との付き合いは30年以上になります。今でも刺身用の魚は必ず自分で選んでいます。岡島さんに初心者の新鮮な魚選びのコツは、「聞くと『まず魚に触ってみると、それでも不安なときは恥ずかしがらずに臭いをかいでみると、新らしい魚はピチピチしていて生臭くありません』」さらに「魚を買うときは自分で一匹ずつ確かめるほうが良いでしょう」ということでした。フィリピンでの魚の輸送は日本のように冷凍・冷蔵車がないため、氷水に漬けて運ぶの

で水につからない部分が痛んでいることがあるからです。また貝類は産卵期に食あたりするがあるのでよく火を通してから食べることが大切、とのことでした。

市場の管理事務所に伺ってみました。マネージャーのデニス・デルズリアガさん(45)によると、カルティマールの名前の由来は、元々の土地の所有者だった一家、カルロス(父)、ティモテア(母)、マルガリータ(長女)の名前から取られたといい

ます。現在の店舗数は約1,000店。野菜や肉、米などを扱う生鮮食品市場は午前4時から午後9時まで営

業しています。安全対策として現在、警備員33人が24時間3交代制で警備にあたっています。写真を撮っていると近くの警備員に「事務所で許可を取ったか」と注意されました。(編)



早朝午前6時半、朝礼をする警備員



カルティマール 地図

- ↓ 1. ARISOO 2. Asuka 3. はっちん 4. Daruma
5. Tiong Hwa 豆腐屋さん 6. Masan 韓国食材店

SM Save More Supermarket

雑貨店舗

野菜・魚・肉の名前

日本語・タガログ語
Japanese/Tagalog

野菜 (グライ Gulay)

キャベツ	(レポリヨ Repolyo)
苦瓜	(アンパラヤ Ampalaya)
かぼちゃ	(カラバサ Kalabasa)
ヘチマ	(パトラ Patola)
きゅうり	(ピピーノ Pipino)
はやと瓜	(サヨテ Sayote)
緑豆	(モンゴ Monggo)
十六ささげ	(シタウ Sitaw)
もやし	(トゲ Toge)
トマト	(カマティス Kamatis)
人参	(カラット Karot)
オクラ	(Okra)
ビーマン	(ペルペー Bell Pepper)
唐辛子	(シリ Sili)
なす	(タロン Talong)
里芋	(ガビ Gabi)
さつまいも	(カモテ Kamote)
紫芋	(ウベ Ube)
じゃが芋	(パタタス Patatas)
大根	(ラバノス Labanos)
レンコン	(ロータス・ルーツ Lotus root)
しょうが	(ルエヤ Luya)
にんにく	(バワン Bawang)
サルヨット	(モロヘイヤ Saluyot)
カンコン	(Kangkong)
からし菜	(ムスターーサ Mustasa)
白菜	(バギオ・ベチャイ Petsay/Tsina)
キンチャイ	(Kinsay/Tsina 香菜の一種)
ねぎ	(ダホン・ナン・シブヤス Dahon ng Sibuyas)
玉ねぎ	(シブヤス Sibuyas)
レモングラス	(タンラップ Tanglad)
バナナのつばみ	(ブソ・ナン・サギン Puso ng Saging)
タマリンド	(サンパロック Sampalok)

お肉 (ビガス Bigas)

もち米	(マラグキット Malagkit)
どうもろこし	(マイス Mais)

調味料 (レカード Rekado)

酢	(スカ Suka)
魚醤	(パティス Patis)
塩辛	(バゴオン Bagoong 仔魚・エビの塩辛)
醤油	(トヨ Toyo)
塩	(アシン Asin)
砂糖	(アスカル Asukal)
味の素	(ベッチン Vetsin)

参照:「マニラ生活案内(野菜・魚)」(フィリピカ編、1995年)

肉 (カルネ Karne)

牛肉	(バーカ Baka)
豚肉	(バーボイ Baboy)
鶏肉	(マノック Manok)

魚 (イシダ Isda)

ハタの仲間	(ラブラブ Lapu Lapu)
さわら	(タンギギ Tangig)
まながつお	(パンパン Pampano)
いとより	(ビスゴ Bisugo)
たかさご	(ダラガニ・ブキッド Dalagang Bukid)
あじ	(サライ・サライ Salay/Salay)
ドウロン	(Dulong 透き通った小魚)
かます	(トルシーリョ Torcillo)
きす	(アソホス Asohos)
トウナ	(Tuna まぐろ)
タチウオ	(エスピーダ Espada)
いわし	(タンバン Tamban)
小さいわし	(ディリス Dilis)
セイタカヒイラギ	(サップサップ Sapsap)
シマアジの仲間	(マリブト Maliputo)
サヨリ	(ブグイン Buguing)
ヒラメ	(ダパン・ビロッギ Dapang Bilog)
シタビラメ	(ダパン・シニーラ Dapang Sinila)
フエダイの仲間	(マヤマヤ Maya Maya)
シマアジの仲間	(タラキート Talakitok)
タコ	(ブギータ Pugita)
イカ	(ブシット Pusit)

他の魚介類 (Shellfish & Crabs)

黒かに	(アリマンゴ Alimango)
青かに	(アリマサグ Alimasag)
小がに	(タランカ Talangka)
カキ	(タラバ Talaba)
あさり	(ハラアン Halaan)
しじみ	(トウリヤ Tulya)
ムール貝	(タホン Tahong)
エビ	(ヒーポン Hipon)
くまエビ	(スグボ Sugbo)
しゃこ	(アルビハン・ダガット Alupihang Dagat)

淡水魚 (イスダング・タバン Isdang Tabang)

なます	(ヒート Hito)
いづみたい	(ティラピア Tilapia)
さばひい	(バングース Bangus)
雷魚	(ダラッグ Dalag)



市場内の中国食材店。黒ごま油、日本のわさび、はるさめ、料理酒(米酒)、キッコーマン醤油も売られています。店は市場の内側にある中国食材店で、バギオ野菜売り場の並びです。



ペットフードの店



カルティマール市場のウェットマーケット(生鮮食品売場)と道を隔てたすぐ前には日本、韓国、中国の豆腐店が並んでいます。韓国食材店では手作りのキムチ、ジンロやマッコリなど韓国酒、冷麺、韓国のり、韓国ラーメンのほか、豆腐、コチュジャン(韓国味噌)などいろいろな食材が手に入ります。中国人の経営する豆腐屋さんでは、自社工場で豆腐を作っていて、ここでは揚げ豆腐や豆乳、ちくわ、かまぼこなどを購入できます。また朝の8時頃に行くと「おから」も分けられます。カルティマールに来たついでにのぞいて見るのもおもしろいです。

いつも新鮮と美味しさを



30年間、弊社はフィリピンで育った新鮮な日本のお米を皆様に提供して参りました。弊社コシヒカリはパッケージを新たに変え、富士山と太陽の色をこれまでより鮮やかにしました。新鮮さ、美味しさはこれまで通り高い質で提供いたします。食べてください!

一部のスーパー・マーケットとアジア食材店で取り扱いあり

Facebookで「いいね!」をクリックしてください! facebook.com/mtfujirice Twitterでフォローをしてください! [@mtfujirice](https://twitter.com/mtfujirice) www.mtfujirice.com

値段 Presyo



Gas ガソリン

グローバルセティのシェルスタンドにて。
青色の数字は 2011 年 11 月 2 日との比較値

Diesel	Unleaded
48.00	58.75
↑1.75	↑6.45
Leaded XCS	Blaze
60.25	62.25
↑10.00	↑8.45

1万円 = P5,300 (2月29日)
(マニラの市中両替商調べ)

値段をチェック!

値段は 1キロ当たり / Per 1 kg
最後の数字は 2011 年 11 月 2 日
との比較値



獣鳥肉

Beef 牛肉	P300 (↓P20)
Pork 豚肉	P170 (↓P10)
Chicken 鶏肉	P125 (↓P15)

野菜

Asparagus アスパラガス	P200 (↓P50)
Cabbage キャベツ	P30 (↓P35)
Carrots ニンジン	P45 (↓P55)
Lettuce レタス	P120 (↓P60)
Cucumber キュウリ	P70 (↑P30)
Big Tomato バギオトマト	P120 (↓P60)
White Onion タマネギ(白)	P45 (↓P10)
Celery セロリ	P90 (↑P20)
Potato ジャガイモ	P40 (↓P25)
Radish 大根	P40 (↓P5)
Green Pepper ピーマン	P80 (↓P100)

魚介類

Talakitok (タラキートツ) しまあじ	P320 (↑P20)
Lapu-Lapu (ラブラブ) ラブラブ	P400 (↓P50)
Salay-Salay (サライサライ) あじ	P180 (±P0)
Dapa [Dapang Salinas] (ダバ) したびらめ	P280 (±P0)
Tilapia (テラピア) いづみだい	P120 (±P0)
Salmon (サーモン) 鮭	P400 (↓P50)
Pampano [White/Black] (パンパノ)	
まながつお(白・黒)	P320 (↑P20)
Tuna (ツナ) まぐろ	P350 (↓P100)
Blue Marlin (ブルーマーリン) ブルーマーリン	P350 (↓P30)
Eel (イール) うなぎ (ビコール産)	P650 (±P0)
Sugpo Large (スグポ) くまえび(大目)	P550 (↓P50)
Cuttlefish (カトルフィッシュ) 甲イカ(大)	P350 (±P0)
Pusit (プシット) イカ(長目)	P250 (±P0)

上記の値段は次の市場で調べました。調査日: 2012 年 3 月 1 日

● 魚 (Fish) Seaside Market in Baclaran ● バギオ野菜 (Baguio Vegetable) Cartimar in Pasay City 注: 野菜や魚介類の値段は季節、天候、購入の量、大きさ、产地、種類によって異なります。上記はあくまで目安として下さい。魚の日本語名は『魚』(フィリピナ語, 1979 年) を参考にしました。



バギオの箒 (ほうき)

バギオのおみやげとして、箒 (ほうき) が有名です。マニラに戻るバス停などで、柔らかそうな箒を大事そうに何本も抱えて人を見かけます。丈夫に作られていて長持ちする、というのが人気の理由です。この箒は「ワリス・タンボ」と呼ばれていて、タイガーグラスというイネ科の植物を束ねて作られています。タイガーグラスは地元では「ブイブイ」と呼ばれていて、バギオの痩せている土地にでもたくさん生息しています。竹も人里近くにたくさん生えていますが、竹箒はこの国では見かけません。



「サイエンスから生まれる真の美しさ。」



NAVIのクーポン券を切り取ってご持参のお客様はお会計から現金の場合10%・クレジットカードの場合5%割引!!

◎サービスメニュー

- ①レーザー脱毛
 - ・両ワキ
 - ・V-ライン／ブラジリアン
 - ・フェイス
 - ・足・脚
- ②アンチ・エイジング
 - ・レーザー治療による
 - ・シミ・シワ・たるみ・
 - ・クモ状静脈のケア
 - ・傷跡修正
- ③ヒアルロン酸注射・注入
- ④ニキビ治療
- ⑤ボトックス注射(BOTOX)
- ⑥部分痩せ
- ⑦下肢静脉瘤のケア

Rm 303-304, Tritan Plaza Magallanes Commercial Center, Paseo de Magallanes, Makati City
Tel. No. +632 853-3024 Mobile: +63 905 225-6131



SE YOUNG Precision Corp. Wire Spring Mfg.



Company Address:
E-mail Address :
Tel :

Unit 3 Orient Goldcrest Bldg. CIP2-SEZ Calamba City, Laguna
sypc@yoursync.com/yacho@yoursync.com
(049) 508-2507 / (049) 508-2539 / 0917-830-8750

Fax: (049) 508-2539

Feel Young Foot Reflexology Center



中国式足つぼマッサージ
痛い! でも気持ちいい!

本格的足つぼマッサージです。
中国式足つぼマッサージで血行を促進し、
1日の疲れをとります。疲労困憊・高血圧の方に最適です。肩こりでお困りの方は肩マッサージをどうぞ。

姉妹店Life Spanもよろしく!



Diamond Hotel内
6F Roxas Blvd, corner
Dr. J. Quintos St., Manila
電話 528-3000 / 305-3000
MAP7-CS



リトル東京から近く!

Little Tokyo

Makati Cinema Square

PASAY ROAD

コチラ!

Feel Young

J. VICTOR

営業時間 午前10時～午後10時

☎ 759-6108/572-2293 (MAP3-A4)

Cel. 0917-202-5342

Unit 106 Santillan Building, J.Victor cor Fernando Sts., Pio Del Pilar, Makati

TONG YANG

焼肉しゃぶしゃぶレストラン
あなたのお好きな食べ物を、好きなだけ。

399
ペソ*

食べ放題!かつ
飲み放題!
しゃぶしゃぶと焼肉

月～金曜 Mon-Fri
ランチ食べ放題

午前11時～午後2時半
(土日祝日は除きます)



585ペソ (しゃぶしゃぶと焼肉)

月～日曜・ディナー 週末・祝日・ランチ 月～日曜・ディナー 週末・祝日・ランチ

515ペソ (しゃぶしゃぶのみ)

*税込み、サービスチャージなし

SM MEGAMALL 631-3637, 470-3638 JUPITER MAKATI 899-3388, 897-4148 SM CITY FAIRVIEW 332-5236, 351-7838
QUEZON AVE 373-3860 to 61 TONG YANG GARDEN M.H. Del Pilar cor. Padre Faura Ermita, Manila

便利なNAVIマップはP.60-63(セブ)
&P.70-79(マニラ)にあります。

KOBAYASHI DENTAL CLINIC & LABORATORY

「健康と美しい笑顔にケアを」

本院のご案内

住所 (バラニャーケ・シティー)
No.2 Nazareth St.Cor.Jerico St.
Multinational Village, Parañaque City
Cell: 0919-430-9932 / 0917-894-7005

診療時間

土曜日、祭日のみ
午前10:00～午後5:00

Website: www.kobayashi-clinic.com.ph
Eメール: alpstech.edu.ph@gmail.com

分院のご案内

住所 (マガセンタービル4階) (マカティ・シティー)
4/F Unit 401,Maga Centre,
Paseo de Magallanes,Magallanes Village, Makati City
Tel: 852-3622 / 854-3800 Tel/Fax: 851-5762
Cell: 0919-430-9932 / 0917-894-7005

診療時間

(月～金) 午前9:00～午後6:00
(日曜日) 午前10:00～午後6:00

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
- 根管治療
- レントゲン
(大・小)
- 小児歯科
- 予防歯科

歯科医師:



Makoto O. Kobayashi D.M.D., RDT



Marjorie G. Kobayashi D.M.D., RDT



Mark Anthony G. Kobayashi D.M.D., RDT



Bernadette C. Kobayashi D.M.D., RDT



Miguel Atom Kobayashi D.M.D.
5th Placer Dental Licensure Examination

インプラント・一般歯科治療・ホワイトニング・歯根神経治療・超音波スケーラーなどによる歯肉縁の歯石除去など

ご予約受付番号:

(632)843-71-25 / 886-6498 / 819-6032
0927-2979612 / 0917-5293203

NAVIマップで探せる!
MAP2-A5

フェースブックにて「filipino
dentist」で探せる!

facebook

www.drrownamarzo.com

Condo for Rent

マカティのコンドミニアム
短期レンタル中!



1ベッドルーム

- 2,000 ペソ/日
(最低1週間の期間)
- 30,000 ペソ/月
(管理費、電気、水道料別)
- ※最高級の家具と
TV(42インチ)付



E-Mail: marissahawkins@yahoo.com
Tel: 501-3985 Cel: 0927-8166080 / 0920-2446229

NAVYマップで探せる!
MAP3-A5



NATURE MASSAGE

ホーム、ホテルでのマッサージ

トレーニングを受けた女性が行います。

- | | | | |
|------------|--------------|------------|--------------------------|
| ● 指圧 | 250 ペソ / 1時間 | ● コンビネーション | 250 ペソ / 1時間 |
| ● スウェディッシュ | 250 ペソ / 1時間 | ● ベントース | 400 ペソ / 1時間
(カップリング) |
| ● タイ | 250 ペソ / 1時間 | | |
| ● フットスクラブ | 250 ペソ / 1時間 | ● ボディースクラブ | 600 ペソ / 1時間 |

アポイントメントはこちらまで

NAVYマップで探せる!
MAP3-A5

Tel.(02)501-3985 Cel.0927-816-6080

UG12 Cityland, Pasong Tamo Tower, Makati

Home and Hotel Massage Services

Petals Massage

Young and well trained therapists

SERVICES OFFERED:

VENTOSA	400/hr
SHIATSU	250/hr
SWEDISH	250/hr
SHIATSU/SWEDISH	250/hr
THAI	250/hr
FOOTSCRUB	300/hr
BODYSCRUB	600/hr

For Appointment Please call:

(02) 307 7875 / 0920 2446229

unit 3530 Cityland Pasong Tamo Tower, Makati City

ペタルス マッサージ

若くて、
トレーニングを
積んだセラピスト
による

Promo of the Month
2 hours for only P475
MAKATI AREA ONLY

NAVYマップで探せる!
MAP3-A5

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 0919-5291111
0916-2228155
電話 531-7489

フィリピン調味料はどう使えばいいの?

ティー京子さんに聞きました。



食 の土台となる調味料。スーパーの調味料コーナーにはいろんな種類のしょうゆやソースが並んでいます。どの調味料が日本食にあうのか、どう使えば味が生きてくるのかなど、「フィリピンに学ぶ会(フィリピカ)」食物サークルのメンバーで、在比36年になるティー京子さんにフィリピン調味料の特徴やおすすめ品などを聞きました。

塩 Asin

Q: パレンケ(公設市場)で売っている塩は安くて自然の海塩ですね。

A: 塩田で天日干しで作っているロックソルトは、にぎり成分も含まれていて甘みも有り美味しいです。ただ、時に薄黒かったり、砂や貝が混ざっていたりする事があるので、きれいなものを選ぶと良いと思います。漬物にはもちろん、普段のお料理にも使えます。

砂糖 Asukal

Q: ネグロス島の「マスコバド」など黒砂糖をよく見かけますが、料理やコーヒー用にはどうですか。

A: マスコバドは精製していないので雑味がありますが、ミネラルが多いとの、漂白をしていないという事で、ファンが多いようです。コーヒー・シュガーとして使うには好みが分かれると思います。この砂糖を卵の殻と一緒に煮溶かし、丁寧にアスクを取りながら煮詰めると溶かすと、美味しい黒蜜ができる。お料理には、ブラウン・シュガー(赤砂糖)かWashed Sugar(三温糖のような感じ)の方がよいかもしれません。



蜜糖を含んだ黒砂糖「マスコバド糖」。サトウキビの搾り汁をゆっくり煮詰め自然乾燥させた黒砂糖でカルシウムなどのミネラル分がそのまま残っている。

みが分かれると思います。この砂糖を卵の殻と一緒に煮溶かし、丁寧にアスクを取りながら煮詰めると溶かすと、美味しい黒蜜ができる。お料理には、ブラウン・シュガー(赤砂糖)かWashed Sugar(三温糖のような感じ)の方がよいかもしれません。

粒こしょう Paminta

Q: 粒こしょうがよく売られていますが、どんな料理に合いますか。

A: スープや煮込み料理で香りを出すには粒ごと使う事が多いです。辛みを出すときは、乳鉢のようなつぶし鉢で叩き潰してします。まな板で叩くときは、キッチンペーパーに挟んで包丁の柄などで叩くと飛び散らずに具合が良いです。

酢(ビネガー) Suka

Q: フィリピンのココナツ酢やサトウキビ酢はどんな料理に使えますか。

A: ビネガーには透明な薄黄色の酢と白い酢があります。白い酢は、ココナツの樹液から作ったものと、サトウキビから作ったものがあり、どちらもマイルドな酸味です。酸味が柔らかいので、ドレッシングや酢の物などにも使えます。地方で売られているココナツ酢の場合は、発酵臭が残っていることもあります。トウガラシを漬け込んだビリ辛白酢もあり、魚の唐揚げなどによく合います。個人的には、生野菜を洗った後白酢を混ぜた水に浸して除菌(?)しています(効果のほどは検証していないので不明です)。

ココナツの樹液から作った白いココナツ酢



しょうゆ Toyo

Q: フィリピンのしょうゆ「トヨ」とキッコマンの違いは。

A: ローカルのしょうゆは醸造しているものは少なく、塩水にカラメルで色をつけたような感じの品で、塩辛いものが多いためですが、逆に甘みがあったりする場合もあります。キッコーマンでの「トヨ」アドボ(フィリピン)

風味の煮込み)を作ると、色目が薄くなりアドボらしく仕上がりません。旨みをつけたい煮物にはキッコーマン、濃い色を付けたいときには「トヨ」と使い分けると良いと思います。

オイスターソース Oyster Sauce

Q: オイスターソースはどんな調味料ですか。

A: カキから作った茶褐色のドロリとした中華調味料です。焼きそば、野菜炒めや、餃子の具などの隠し味に使ってみてください。中華料理の風味とコクが出ます。

パティス Patis

Q: 日本では普段見かけない調味料ですね。

A: パティスはタイの「ナンブラー」、秋田特産の魚醤「しょつづる」と同類で、フィリピンでは欠かせない調味料の一つです。魚に塩を混ぜて発酵させて作ります。鈎色の透明なものがおいしいです。しょうゆよりも塩辛いです。フィリピンレストランのテーブルには必ず置いてあります。



小麦粉 Harina

Q: フィリピン産小麦粉はてんぶらなどの料理に使えますか。どの種類がお勧めですか?

A: All purposeと書かれている小麦粉は中力粉に近いと思います。てんぶらにはCake flour(薄力粉)を選んだ方が良いですが、それでも日本の薄力粉に比べるとグルテンが多いので、サクッとさせたい場合はごめ粉(Rice flour)を少し混ぜると具合が良いようです。

片栗粉 Potato Starch

Q: フィリピン産でも料理にはOK?

A: 日本で片栗粉として売られているものは、ほとんどがポテトスター(馬鈴薯でんぶん)です。フィリピンでもポテトスターを購入できます。フィリピン



では片栗粉の代わりに使えるんでんぶんとして、サツマイモでんぶん、タピオカでんぶん（ガウガウ）、コンスターーチなどが売られています。それぞれトロミ具合が違うので、いろいろと試してみると良いでしょう。

料理酒 Rice Wine

Q: よく中華街に「米酒」が売っていますね。

A: 中華街やカルティマールの中華食材店、スーパーマーケットのワインセラー（酒売り場）で米酒が手に入ります。米酒にもいろいろな種類が有って、どれを選ぶか迷いますが、我が家では料理用に「天保堂」のお酒を使っています。少しみりんのような色が付いていて、甘めのお酒で、味噌の代用として使えますが、照りが出ないので、場合によって日本の味噌と合わせて利用します。その他、中華街でのお勧め素材はいろいろありますが、乾燥湯葉、干しレンコン、きく



「天保堂」の
料理酒

らげ、シナチクなどでしょうか。最後に調味料ではありませんが、パンダンやレモングラスなどのハーブ類も使い慣れると良いと思います。

パンダン Pandan

ショウブのような形の葉をちぎると香ばしい香りがします。

餅菓子、ココナツミルクを使った料理などに、バニラの代わり



に香り付けとして用いられます。ローストチキンやレチョン（豚の丸焼き）の香味にも使われます。フィリピンでは香りをつけるためによくお米と一緒に炊きます。

レモングラス Tanglad

タイ料理でよく使われる香味野

菜です。葉を切るとレモンの香りがします。料理では根に近い白く膨らんだ部分をよく使います。葉の部分はハーブティーとしても使われます。市場で小さな束にして売っています。

卵 Itlog

Q: お勧めの卵はありますか。

A: 新鮮さと味の濃さで選ぶと「midori」ブランドの卵がお勧めです。ローカルでは小粒で赤玉の地卵も美味しいのですが、どうしてもサルモネラ汚染が心配なので必ず火を通して使っています。



↑「食材店「はっちん」で売っています

ティー京子さん 「フィリピンに学ぶ会（フィリピカ）」の食物サークルのメンバー。フィリピンの野菜や果物を代用して日本の伝統和菓子を作るなど、創意工夫の家庭料理が定評。新しく赴任してきた駐在員対象のオリエンテーションでは毎年「フィリピンの食物事情」の講師を努める。在比 36 年。栄養士。

こんなにあるフィリピンのお米 Rice

フィリピンのお米の種類は「インディカ種」で細長く炊き上がりはぱ

さばさしています。市場に並べられているものだけでも 10 種類以上あります。マラグキット (P85/kg) はもち米で粘り気があります。フィリピンのお米に粘り気を出すためにこのお米を混ぜて炊いたりします。マニラで今のように日本米が簡単に手に入らない頃は日本人の家庭でも、こうした炊き方の工夫をしていたそうです。ジャスミン (P55/kg)、ミラグローサ (P55/kg)、ディノラド (P45/kg) などは高級インディカ米と言わせていて、丁寧に精米されたお米です。なかでもミラグローサはミラクル（奇跡）と言う意味のお米で、日本人が品種改良に成功し「奇跡のお米」と言われたことからこの名前がついたとの伝説があります。赤米 (P50/kg) や黒もち米 (P90/kg) もあります。これらはルソン島北部の山岳地帯で栽培されるため「マウンテンライス」とも呼ばれていて、イネの原種とも言われる珍しいお米です。そのまま炊くと赤飯のようになります。どぶろくも作れます。最近ではフィリピンでも健康ブームのためオーガニックライスも人気です。



また輸国食材店でよく見かける「ジャスボニカ (P75/kg) Japonica」というジャスミン米とジャボニカ米をくっつけたような名前のお米は、形は細長いのですが粘りが強く香りもいいことから「寿司も握れる」と言われているフィリピン産のお米です。その他「ジャバニーズ・ライス (P95/kg)」、ジャボニカ種の中国米 (P60/kg) など。このように日本米以外にも市場に行けばたくさん種類のお米に出会えます。もちろん日本食材店に行けばごしひかり、「ささにしき」など好みの日本米が購入できます。



韓国食材店で売られているお米

お米の洗い方 Way of Washing Rice By: ティー京子さん

ディノラドなどローカル米や、現地産のコシヒカリでも、洗い方を丁寧にすると糠（ぬか）臭みが取れて結構おいしくなりますよ。日本のお米と違ってフィリピンのお米には濁らすとべつつくらい糠が多いので、しっかりと洗うことがおいしいご飯を炊くコツです。糠をこすり取るように、ギュッギュッとこすり、糠でねばづいてきたら、新しい水を入れかき混ぜてから捨てます。水を何回か取り替えて、濁りがなくなったらよいでしょう。米は最初の 5 分間に水分を吸い込むので、手早く洗わないと、水分といっしょに糠の臭いも吸ってしまい、炊き上がりが臭くなります。いかに手早く、しっかりと洗うかがポイントです。



イロコス地方の 製塩業

バゴオン好きのイロカーノの

Salt-Making

in Pasuquin, Ilocos Norte

Along the highway a few kilometers north of the town of Pasuquin, there are roadside stalls selling bags of what is arguably the finest salt in the Philippines. It is a common sight to see people on board provincial buses stop at these stalls to purchase salt. Sold by the kilo and packed in plastic bags, the salt is cooked using large vats in huts usually found behind the stalls.



ルソン島最北の西海岸にあるイロコス地方。この地方は土地が痩せていることからイロカーノ（イロコス出身者）は働き者で営農家といわれてきた。フィリピンを代表するタバコの産地としても知られている。

マニラから北イロコス州の州都ラワッグ市までバスで約10時間。ラワッグ市からさらに南シナ海を左手に、右手に田園を見ながら北に約30分行った海沿いに、製塩で有名なバスキン町があった。

町の国道沿いにある地元特産の野菜などを売る小屋賭けの露店には、玉ねぎやニンニクと並んで大きなビニール袋に入った

真っ白い塩が売られていた。露店の横にはニッパヤシで葺（ふ）いた小屋が数棟あり、ヤシの屋根の隙間から煙と蒸気が漏れ出ている。ここが製塩小屋だ。小屋の中に入ってみた。肌がベタつきそうなくらい湿気が多い。小屋には塩水を満たした約3メートル四方のコンクリート製のタンク（釜）が3つあり、釜の中で水が沸き立っていた。海水を長時間じわじわと沸騰させ水分を蒸発させて塩の結晶



をとるのである。釜の燃料は米のもみ殻。火力が安定していることがその理由だ。タンクの前では作業員が上半身汗だくで長い棒を手にもみ殻をかき回しながら火力の調整をしていた。製塩過程のすべてが手作業だ。タンクには2本の竹が渡され、

その上の竹製の籠には結晶化した白い粒のあら塩が山盛りになっていた。この出来たての天然塩が、道路脇の露店で売られているのだ。

New Hatchin
Japanese Grocery



—生鮮食品が自慢の
日本食材店!—

MAKATI店 NAVIマップで探せる!
MAP2-A4

Tel: 897-7207/478-4038
836-7276
Fax: 890-7209
携帯: 0917-560-7298 Globe
0918-965-2178 Smart
0922-899-7280 Sun

MABINI店 NAVIマップで探せる!
MAP7-I4

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

CARTIMAR店 NAVIマップで探せる!
MAP8-E5

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

Eメール:hatchin1@pldtdsl.net



製塩タンクの燃料であるもみ殻をかき混ぜる作業員



フィリピンでは粒子の細かい精製塩も売られているが、この素朴な海塩は「ミネラルがたっぷりで風味も豊か」と、お土産に買って帰る観光客も多いという。日本でもネット販売されているくらいの人気だ。

フィリピンの食卓には、小さな魚介類を塩漬けにした日本の塩辛に似た発酵食品「バゴオン」や、魚醤の「パティス」が欠かせない。特にイロカーノは「バゴオンなしでは生きられない」と言われるくらい他の地域と比べて消費量が多いという。そのバゴオン作りに欠かせないのが良質の塩。パスキン町の製塩業は零細ながら、イロカーノの食生活に欠かせない地場産業としてしっかりと根を下ろしていた。



1974年創業・マニラ随一の信用を誇る!! Website: www.friendshipmanila.com

フレンドシップ・ツアーズ Friendship Tours
永住・退職者ビザ(PRA)取得代行いたします
日本国大使館認定/査証申請代理機関

NAVIマップで見る
MAP3-15



(マニラ)3F Dusit Thani Manila, Makati City
フリピン手作りの旅、
手配致します

[営業時間] 午前8時30分～午後7時
日曜・祭日：休業 土曜午後1時まで
E-mail:info@friendshipmanila.com
(セブ)Tel.(032)345-3459/344-4825
時間外連絡先: 0918-914-5523/0928-506-8162



居酒屋 美鈴

Misuzu Japanese Restuarant

フィリピンの各地から取り寄せた新鮮な食材を使った料理と、こだわりの地酒・焼酎が自慢です。マニラにいながら日本の雰囲気で、楽しい食事のひとときをお過ごし下さい。

「マニラで二番目においしいと」評判の居酒屋です!

一品料理
お好み焼き
ラーメン
うどん
刺身
寿司
天ぷら
焼き鳥



日本酒



NAVIマップで探せる!
MAP7-D4

営業 (年中無休)

夕方 5:30 から
早朝の 5:00 まで

Tel. 353-7376

1717A Mabini Street,
Malate, City of Manila



急 募

職位:日本人力カスタマーサービス
資格:日本語及び英語が堪能な方
勤め先: Libis, Makati, Fort

Bonifacio, Rockwell

給料:8万ペソ以上

勤務時間:午前8時~午後5時

電子メール:dencomphil@gmail.com

通訳者・翻訳者 派遣及び翻訳サービス

○和英及び英和翻訳・通訳

○IT指示書及びプログラムの翻訳または製作
日本人またはフィリピン人の通訳者募集中

電子メール: dencomphil@gmail.com

Dencom Consultancy & Manpower Services
Unit 3009, Cityland Pasong Tamo Tower 2210 Don Chino Roces Ave.
電話: 813-6977 携帯: 0919-6775493(日本語可)

NAVIマップで探せる!
MAP3-A5

정상てっぺん 韓国・日本総合食品
日本食材・韓国食材・品揃え豊富

気さくな日本人が
経営するお店です!

電話 553-7968
携帯 0947-3576936
FAX 553-4673
Eメール:jap.kor.grocery@gmail.com

Marvin Plaza Little Tokyo Makati Cinema Square

NAVYマップで探せる!
MAP3-A2

Unit C, G/F Marvin Plaza Bldg., 2153 Don Chino Roces Ave. cor. Herrera, Makati



88温泉

88 HOT SPRING RESORT

当温泉はマキリン山の地下深くから湧き出る火山性温泉(源泉99度)で、日本人の方々には熟めの温泉をお楽しみいただけます。マキリン山の麓につくられたリゾートは緑に囲まれ、コテージ式の宿泊施設も整い、韓国レストランでは本場の料理をお楽しみいただけます。ご家族、お友だち連での週末をどうぞラグーナの温泉郷でお過ごしください。マカティからの送迎付パッケージツアーも用意しています。タガイタイや川下りで有名なバグサンハンをセットにしたパッケージもございます。



www.88resort.com

Tel: (02)584-4788 / (049)536-1088 or 1388

Cel: 英語: フィリピン語:
0920-418-0888 (Smart) 0920-417-4888 (Smart)
0927-529-8888 (Globe) 0915-523-8878 (Globe)

Lotus Garden Hotel



GRAND DELUXE ROOM



デラックスルームお二人様でご予約の方
ディナーP500無料
チェックイン時にご提示下さい。

0906-3733372に「JGH NAVI Promo」と
メールされた方のみプロモご利用可能

※他のプロモとは併用できません。

無料

- ・朝食バイキング
- ・事前予約で前払いの方空港から送迎
- ・インターネット接続
- ・ジム・ジェットバス

1227 A. Mabini cor Padre Faura Sts., Ermita, Manila

02 522.1515 | www.lotusgardenhotelmanila.com

NAVIマップで探せる!

MAP6-F3



NIHON CONSULTANCY SERVICE, INC.

「日比の架け橋」になることが私達の願いであり喜びです。

サービス

ビジネス

各種イベント (イベント例)

- 結婚手続きのすべて
- お子様のこと(出生、認知、養子、連れ子)
- ビザのこと(親族、観光、研修、労働等)
- 離婚手続き(婚姻無効、取り消し等)
- 調査全般
- 翻訳、通訳
- 会社、仕事の立ち上げ、解散
- フィリピンで仕事を始めたい方
(登記、税金、資格等)
- 航空券、ガイド

- 結婚式、披露宴
- 研修会
- 展示会
- バースデイ
- 成人式
- クリスマス

*右項のGOLDEN PALM
イベント会場を準備して
お待ち致しております。

経験豊かな日本人担当者が、責任を持ってお手伝いさせていただきます。
また、全て無料にて個々にお見積りさせていただきますのでご安心下さい。

*その他

- 日系人、新日系人の方々の国籍や仕事のこと
- 何か問題が起きて困っているらしゃる方など、私達に出来る限りの支援をさせていただきますので、どうぞお気軽にお問い合わせ下さい。



お問い合わせは下記までお願い致します。

日本コンサルタンシーサービス(株)
Nihon Consultancy Service, Inc.

<本社>4th Floor Novastar Bldg, #88 Don Benito Hernandez cor. F. B. Harrison St., Pasay City, Philippines

担当:吉田 携帯電話:0915-652-0585

Tel: (02)831-8819 or 804-0387 Fax: (02)833-0277

E-mail: nihon@pldtdsl.net http://www.ncs-inc.jp/

<日本国内・横浜取り次ぎ事務所> 担当:松山

神奈川県横浜市青葉区美しが丘2-25-1 W413

Tel: 045-905-2372 Fax: 045-905-2378

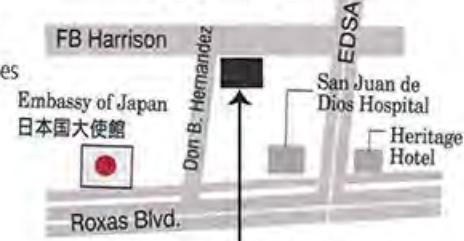
http://www.t-matsuyama.jp

<http://www.ncs-inc.jp>

NAVIマップで探せる!

MAP8-H1

日本大使館より
徒歩5分!



日本コンサルタンシー
本社



Golden Palm

The newest events place, the perfect venue for Weddings, Debuts, Birthdays, Corporate Events, Seminars, Baptisms!



Situated in the business center of Pasay City, Golden Palm is the events place within your reach. Located at the corner of Don Benito Hernandez and F. B. Harrison Streets, just a few minutes away to any part of the metropolis.

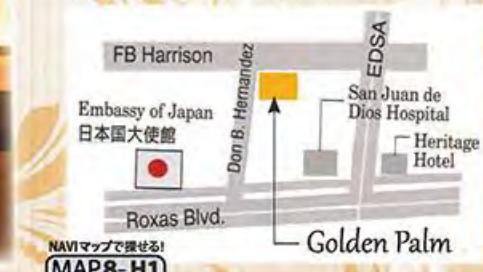
Golden Palm Events Place is equipped with basic lights and sound system, a cocktail bar, lounge area, registration area, dressing room, kitchen pantry and valet parking service.

Anything that you will need for your event, we got it all for you.

Together with our partner caterers and other event suppliers, Golden Palm Events Place assures you of a hassle free, satisfaction guaranteed and most of all, a noble yet affordable event.



4th Floor Novastar Bldg, #88 Don Benito Hernandez cor. F. B. Harrison St., Pasay City
Tel. 832-0704 / 804-0387 Cel. 0922-8360844 (Hope) / 0922-8366045 (Merz)



さい果ての島タウイタウイ



タウイタウイ島ポンガオ町。右の山が「ポンガオ・ピーク」

珊瑚礁と海賊の島

タウイタウイとはマレー語で「遠い」を意味する。日本語の「トーアイ、トーアイ」とどこか似かよった言葉である。タウイタウイはそれほど遠い、さい果ての島である。フィリピンでも南端のサンボアンガ市から海上300キロ、プロペラ機で70分、船で2日のところにあり、その先はマレーシア領ボルネオ島サバ州である。

タウイタウイ州人口20万人、9割はイスラム教徒、大小307の島々がスールー海に浮かんでおり、いちばん大きいタウイタウイ島は直径55キロ、ジャングルで覆われ人は余り住んでいない。この西隣に飛行場のある小島があり、更にその南隣に直径5キロの小島があって、そこに州都ボンガオがある。ボンガオには船が停泊できる水深のある港があり、「中国埠頭」と呼ばれ、昔から中国の貿易船がホロ島とボルネオ島サバ州のサンダ

カンとの間の中継港として利用していた。従つて町には中国商人の居留地があり、今でも賑やかな市場や商館がある。

ほかの島々は珊瑚礁で囲まれているので大きい船は近寄れない。昔から海賊が出没して小舟で航行する人たちや、小島の集落を襲う。彼らはホロ州東部のバラギ島出身のどう猛なタウスグ族で、先祖代々海賊を生業してきた。兵器はフィリピン政府軍からリースで借りていると噂される。1986年にはサバ州の銀行を襲い、警官を殺傷したあと、追跡してきたマレーシアの軍艦と一緒に中海戦をやらかした。フィリピンとマレーシアの海軍が共同でパトロールして海賊の取り締まりをしているが、この海域はいたる



タウイタウイ



ところに珊瑚礁があつて軍艦の航行に適せず、海賊の小さい快速艇に追い付けない。それで、今でも海賊は生き残っている。従つてタウイタウイ州の小さな島々は珊瑚礁と海賊のために孤立しており、1年に数日、大潮があるときだけ、バーター貿易の大きい船がやって来るので、その船に便乗して州都ボンガオへ来て親類縁者に会い、1年分の買い物をする。地方政府の関係者は報告したり、通告を受け取ったりする。大きい船がなぜタウイタウイ州の小島を訪れるかというと、海産物が安く買えるからである。イセエビが200円という信じられない安値で入手出来る。中華料理で珍重さ

中国埠頭。サンダカンガとの中継港でサバ州行きの船が出ている



バジャオ族の杭上家屋(ポンガオ町)

れるフカヒレや、ナマコなどもタダ同然の値段で買える。

このような土地柄なのでハンセン病患者がどのくらいいるか、発見された患者にどうやって薬品を届けたら良いか分からなかった。

単身タウイタウイ空港に降り立つ

1988年4月30日、私は単身、おつかなびっくり、タウイタウイ空港に降り立った。カトリックの病院があると聞いたので、そこに手紙を出して今日のスケジュールを知らせたが、返事は貰ってなかつた。本当は4月28日の飛行機で行くはずだったのが、雨のために欠航となつた。飛行場が舗装されていないため、雨が降ると滑走路がぬかつて離着陸出来ないとのことであった。28日をキャンセルして30日に行くと電報を打つが、それも届いたかどうか、消息がないのでわからない。この地の郵便は何日かかるか分からないというし、政府がやってくる電報局はタウイタウイに届かず、薬屋に併設した民間の電報屋に頼んだら、2日はかかるとの返事だつた。

鬼が出るか蛇が出るかと不安の面持ちで、田舎の駅みたいな空港の建物を出て行くと、中年のインド人女性が立っていて、「病院へ行くのか?」と訊いた。「そうです」。迎えにきた。私はシスター・マタムだ」と名乗る。シスターにしては普通の身なりなのでおかしいと思ったが、他に身寄りがないので、「よろしく」と挨拶して、彼女が指差すジープに乗つた。

空港から州都ボンガオまで車で15分の道のりだったが、

その間は息をのむ景観の連続であった。空港のある小島とポンガオのある小島の間の海峡の色は絵の具を溶かしたような濃い緑色で、白いコンクリートの橋と良いコントラストをなしていた。その先は右側に真っ白い砂浜が続き、左側はヤシの林があり、ヤシの梢(こずえ)越しに草で覆われた山が見られた。「ポンガオ・ピーク」である。スフィンクスに似た山の頂上にはサルの群れが住み、夜にはボルネオの灯火が見えるという。道端のいたるところに真紅のブーゲンビリアと黄色いゴーレデン・トランペット・バインが

と3年間修道院で修行してから、8年前にこの地の唯一の医師として派遣された。以下は彼女の談である。

赴任当時は政府軍とイスラム反乱軍とが激しい戦闘を繰り返していた時代であった。谷間にある病院を挟んで右手の丘に陣取った政府軍と左手の丘にいる反乱軍との間で銃撃戦があつた。戦闘が始まると弾丸が病院の上を交差するので、病院のスタッフは頭を手でおさえて地下室へ避難した。その後、傷ついた兵士たちが担ぎ込まれ、修道尼たちは止血、縫合、体に入つた弾抜きに追わされた。1晩に70名もの怪我人が運び込まれ、徹夜で治療したこともあった。

政府軍が先に来ると、あとから来た反乱軍には先客がいるところを教え、ほかへ行くように勧めた。反乱軍が先になり、政府軍があとの場合でも同じである。病院のなかで敵味方が鉢合わせをしないように苦労した。ときには一緒になってしまい、病院前で撃ち合いになったり、手術が終わった患者を狙撃兵が撃つて絶命させることもあった。

あるとき、漂海民バジャオ族の18才の男の子が右腕をサメに食われてやってきた。すでに受傷してから2日も経つて化膿していた。いのちを助けるためには腕を切断するしかないと告げると、家族が相談して、「バジャオ族の男は右腕がなくなり、櫛(かい)を漕げなくなれば、死んだほうがまし」と答えた。それで、骨が見えるほどの深い傷を毎日治療したら化膿が止まり、治ってきた。その部分だけ細くなつたが、櫛を漕ぐのに支障はなくなった。

1984年には病院のスタッフがみなマラリアに冒され、閉鎖せざるを得なくなつた。わたし(ペラスコ女医)自身も熱のために床に着き、応援に来てくれた看護婦に点滴をして貰つた。看護婦が部屋を出て行こうとしたとき、わたしは突然全身に戦慄が走り、意識を失い、呼吸が停



泣いていた。

町はずれのホーリイ・ファミリー病院に旅装をといた。20年前の設立で木造2階建て15床の小さい病院である。これはマニラに本部のある医療修道会が運営しており、医師、看護婦は修道尼である。修道尼は地域との密着を図るために、フード、ガウンなどのユニホームをつけず、平服である。もちろん、化粧も装身具もない。

イスラム反乱軍とマラリアの島

院長ドルセ・コラソン・ベラスコ女医は30台後半、面長の美人である。医大を卒業したあ



タヴィタウイ島の杭上家屋(ポンガオ町、星野医師撮影)

止した。人工呼吸により助けられたが、これは点滴に入っていたキニーネのアナフィラキシー・ショックであった。

病院には日本人の看護婦もいた。東京本郷出身の平田初枝さん(40才)である。彼女も2年前にマラリアにかかり、教会のミサの途中に失神して倒れた。そのときは心臓マッサージをして貢って助かったが、気がついたとき、いちばん最初に言った言葉が、「シスター、もう大丈夫です」であった。平田さんはそのときの模様を覚えていて、朦朧(もうろう)とした意識で英語でそう言えたこと

を自慢するのである。そのうち州立病院が開設されたので、外来患者だけ取り扱うことになり、スタッフの負担は軽減された。

私がタウイタウイに到着した日の午後、ポンガオ町のマラリ

ア対策委員会があるというので出席した。何と住民の8割がマラリアに冒されていると聞かされて仰天した。2週間に1回、DDT(日本では発ガ

ン性のため使用禁止)を散布したり、住民の集団治療を実施することを話し合った。委員会の後半でハンセン病対策の議論になった。ドルセ院長はすでに週2回のハンセン病クリニックを始めており、74名の患者に多薬剤療法を施していた。それで、彼女を中心にして対策を推進して貢うことになった。

会議の途中、雨が降り出した。「しめた、これで涼しくなるぞ」と内心思ったら、委員の1人が「雨が降ると暑くなつて困る」とぼやいた。雨が止んだあとは湿度が上昇して一層蒸し暑くなる。トコロ変わればシナ変わるとは、このことだと思った。



1985年セブにて

ほしの・くにお 1933年生まれ。千葉大学医学部卒、外科医。プロテстанント。1985年、ロータリークラブの世界社会奉仕委員長として訪比セブのパンタヤン島の医療現場を視察した。その時、島の山中に「食事も薬ももらえないで死んでしまう」とセブ国立「らい」療養所から「集団脱走」して身を隠している多数のハンセン病患者がいるという事実を知られ、衝撃を受ける。以来10年間、毎年財団(現・日本財団)、国際ロータリークラブの協力を得て、自費で生活諸経費を負担しながらの献身的なボランティア活動を行う。フィリピン全国を行脚しながら患者の割り出しと投薬治療に奔走した。1992年~94年までマニラ日本人会診療所に医師として勤務。現在、マカティ市でリタイアメント生活を送る。ボランティア医療の経験を題材にした短編小説に『セブの聖たち』、『魔の島クリオニ島』、『マニラ・いのちの行進』(いずれも未発表)がある。

スキューバダイビングを始めよう!

潜
水

パシフィックブルー アドベンチャー カート

アヒル、バタンガス

二
二
味

- 1 日本人経営、日本人インストラクター常駐。
- 2 マニラから車で2時間30分。日帰りできます。
- 3 ダイビング講習・ファンダイビング常時受付。
- 4 パシフィックブルー直営リゾート (全22室エアコン完備)
- 5 無事故の信頼と実績。全国に8店舗展開。



ホームページ www.pacificblueasia.com

Eメール info@pacificblueasia.com

NAV MAPで探せる!
(MAP3-E2)

日本語ホットライン 0918-929-4070(中野) 0917-577-9270(大沢)

野田庄

Japanese Restaurant Nodasho



日本料理・居酒屋



カウンターで
二人の日本人
板前さんが
一品ずつ気持ちを
込めて仕上げます。

回転ランチ P350

七輪セットも好評中!
テーブルの上に七輪を置き、
備長炭を使ってきのこや干物
を焼きます。日本伝統の七輪
焼きはまた格別の味です。

皆様
お馴染みの
「のだしう」
です。
外れを食べても
いい!!

ランチも大好評!
毎日 11am~2pm



★特!和牛のサイコロステーキ!



★放牧豚のしゃぶしゃぶが人気!

今評判、「ワトン」で ディナータイム: 月~金曜日は 5:00pm~1:00am.
シャブシャブ。「ワトン」(年中無休) 土、日曜日は 5:00pm~12:00am.

リトル東京 Little Tokyo, Makati City

テーブル予約は Tel.404-5875 • Cel.0919-9217364



City Garden
Suites

www.citygardensuites.com



One Bedroom Suite

- ・朝食バイキング
- ・事前予約で前払いの
方空港から送迎
- ・インターネット接続
- ・ジム・ジェットバス

※他のプロモとは併用できません。

NAVY MAPで探せる!
MAP6-E3

無料

スウィートルームお二人様でご予約の方
マッサージ無料
FREE MASSAGE

City Garden
Suites

クーポン券を切り取って
ご利用下さい。

1158 A. Mabini St., Ermita, Manila
Tel: 02 536.1451 • Fax: 02 524.4844
Email: reservations@citygardensuites.com



TeleTech®

MAKING AMBITIOUS GOALS REALITY™

テレテック (TeleTech) は 28 年間にわたりビジネスアウトソーシングのグローバルリーダーとして、世界中の顧客企業に対し、もっとも価値ある財産である「カスタマーリレーションシップ」を育成し、管理・最適化するお手伝いをして参りました。テレテックの全世界 17 の拠点では、北米をはじめ、アジア太平洋、ヨーロッパ、アフリカ、そして中南米の 1,000 社のグローバル企業や政府関係機関に代わって、毎日多くのお客様と接しています。

テレテックは世界にあるもっとも意欲的な企業の最良のパートナーとして、企業のもつ経験と経営実績をこれまでになかったような高い企業価値へ高め、転換することを目指しています。

これまで 28 年間にわたりテレテックは、企業の包括的な顧客獲得と問題解決のサポート業務をリードし、世界中の 1,000 企業に対して、経営戦略を練り、それを実践し、決定的な影響を及ぼす要因を効果的にコントロールする業務の支援に努めて参りました。

テレテックは企業内業務のなめらかな統合、顧客維持を推進する一方で、顧客獲得と保持、顧客層拡大などを支援することで企業経営を全般的に管理するライフサイクル・マネジメントのお手伝いをしています。

テレテックは、自動車産業、財政部門、通信・メディア、健康管理、小売業、旅行業界の各企業、あるいは政府関係機関に代わって、毎日多くのお客様と接しています。万全が期待される業務上の重要な事に関して、企業の要請に応える形で革新的かつ顧客を第一に置いた手法で問題を解決いたします。

テレテックは、企業のビジネスリーダーにとって意欲的な目標を現実のものにするためにもっとも重要なサポートをお届けいたします。

企業ならどこもすべて、新しい顧客の獲得と業務実績を向上させるための方法を模索しています。テレテックが世界の 1,000 企業の最良のパートナーとして存在する理由がそこにあるのです。企業は業務実績の向上、経費の削減、顧客の維持のための手助けをテレテックに期待しています。

さあ、世界企業を相手に可能性にチャレンジ、テレテックでいっしょにお仕事してみませんか。

詳しくはお電話 (02) 552-9730 または
www.teletech.com まで。

NAVIGATOR
MAP メトロマニラ・CS
NAVIGATOR 地図で探せる!





**マニラ首都圏
の中心地
マカティ市で
お仕事してみませんか。
ハイサラリーが
約束されます。**

当社は 28 年の歴史を持つ世界規模
で展開するコールセンターです。

日本語が流ちょうに話せ、かつ英語の日常会話能力をお
もちの方は、ぜひ当社 TeleTech(テレテック) でお仕事を
されませんか。世界でもっとも著名なテクノロジー関連企
業のサポートの仕事にチャレンジしてみてください。

下記までお電話か携帯電話のテキストでお気軽
にお問い合わせ下さい。

詳しくは Valerie Goh (バレリー・ゴウ) まで
電話 : 0917-9432420 または 0917-3038379
E mail: : valeriegoh@teletech.com

お知り合いをご紹介いただけませんか?

Teletech にご紹介いただき採用に至った場合、
20,000* ペソの謝礼をさせていただきます。

* 仮採用に至った段階で 10,000 ペソ、正社員にな
った段階で 10,000 ペソをお支払いいたします。

* 上記には 2% の源泉徴収税が課されます。

ご来社いつでも歓迎いたします。どうぞお気軽にお訪ね下さい。

EcoPlaza Bldg. Chino Roces Ave. Ext.,
Makati City, Philippines

ただ今、急募!
www.HirePoint.com

 **TeleTech.**
MAKING AMBITIOUS GOALS REALITY™

戒厳令体制下の「新社会」にあって：

1970

年代の
フィリピン追想 —Part 2

津田 守

(大阪大学グローバルコラボ
レーションセンター教授)

近くて遠い、遠くても近いフィリピンの日本との関係を、私は1960年代以来、見たり、聞いたり、考えたり、実践したりしてきた。そいつた現代史のひとりの生き証人として、70年代を中心にフィリピンで過ごしたことを追憶したい。

1971年4月から、数少ない日本人留学生のひとりとして、フィリピン大学大学院(UP ディリマン)で学んだ。マニラのトンド地区(当時から社会の最底辺、貧困地域と見なされていた)の住民生活誌に取り組むことを研究テーマとし、在比日本人との接点は日常的にはほとんどなかった。一人っ子の私なのだが結局、最初の3年間を東京に帰ることもなく楽しく過ごした(両親のほうが71年のクリスマスにはマニラを訪ねてくれた)。

1972年9月からの戒厳令体制は、フィリピン現代史の大きな転換点となったが、私の人生にとっても同様であった。なお、本題にある「新社会(ニューソサエティ)」は、戒厳令下のフィリピンを「政治社会不安のない、発展性のある新しい社会に」というスローガンとして当時、広く

使われた表現である。

戒厳令下の UP キャンパスの情況

9月21日に実は戒厳令がすでに施行されていたことは、人々にはしばらく知られず、不安な2夜を過ごした後、23日にテレビとラジオを通して、マルコス大統領から告知されることとなつた。22と23日の両日、新聞は一切発行されなかつた。そういうえば、ガールフレンドとのデートも22日夕方に実現しなかつたので、なぜか閑散としていたキャボ周辺を歩いた記憶が残つてゐる。

数日後、UP キャンパス内からは、多数の教員、学生リーダー、リーダー以外の活動家(アクティビスト)たちが忽然と消えていた。20日あたりから22日にかけて既にフィリピンコンスタビュラリー(陸海空に加えての第4軍としての国家警察軍、通称 PC)などが、かれらを逮捕か拘束していたのだった。それを逃れたものはアンダーグラウンド(地下活動)に入るか、マウンテン(地方に出て「山に登る」つまり共産党新人民軍に参加)しているらしいことが伝わつて

Sunday Express



『Daily Express』日曜版
1972年9月24日付第1面、トップ記事

きた。また、すべての(か、どうかは確証がないが)教室には「スパイ」が潜入するようになり、教員の講義内容と学生の言動を監視している、との情報が広まつた。なるほど、生真面目な態度で受講する「学生」を、教室の後方座席に見かけるようになつたのは目撃した事実である。

国家警察軍の通称は PC であると書いたが、後に私は、別称が「ハポン」であることを知つた。ハポンは、文字どおりは「日本」とか「日本人」を意味する。しかし隠語としての意味は「第2次世界大戦中の日本軍による軍事占領時代、閲歩する将校兵士は日本人であった。その時を思い起しながらマルコス政権下の最前線にいる将校兵士をハポンと呼ぶから」であった。

さて、当時私が、親しくしてアメリカ人留学生は3人いた。と言つても、かれらは元平和部隊(日本の青年海外協力隊はそこにヒントを得て創設され、やはりフィリピンを主な活動拠点としていた)の退役者であつた。フィリピンに興味を持ち、そのまま UP 大学院に入学してゐた。みな、戒厳令前の学外での「反マルコスデモ」やラリー(抗議集会)などでもお互に見かけている「仲間」だった。同時に、我々は「アメリカ帝国主義」や「復活日本軍国主義」と「傀儡(かいらい)」マルコス政権との関係について、アクティビストたちから論戦を挑まれていた同士でもあった。そいつた論戦は戒厳令下でも実は続いていたが、ときにそれぞれのアパートや寄宿先に集まつて鬱憤(うつ

戒厳令下、「山に登る」とは新人民軍ゲリラに合流することを意味した



ぶん)晴らしをしたものだ。

ひとりは女性で、UP医学部を修了後、フィリピン人アクティビスト(現在はUPマニラ校の教授)と結婚して家族をもうけたが、近年はイリノイ州で医師として開業している。ふたりの男性は、それぞれ米国の大学院にも進学し、Ph.D.取得後、今は米国内の大学で政治哲学と国際関係論の教授をしている。ちなみに、日本人留学生はきわめて少数であったが、多かったのがアメリカ人、イラン人、タイ人、インドネシア人など

すらされたが、幸いリリア・アントニオ(当時、専任講師で現在は教授)による「入門」が、初代履修者4、5名で開講される運びとなった。それが縁となり1990年から、彼女を大阪外国语大学フィリピン語專攻の外国人教員として数年間招聘することができた。

「夜間外出禁止令」の取材

1972年11月から12月にかけてだったと思うが、日本テレビが「戒厳令下マニラの市民生活」をニュース取材する、とのことでドキュメンタリー制作会

社から、知人を介して、コオディネーター及び通訳の依頼を受けた。これぞ、アルバイトと考え、直ちに承諾した。ディレクターとの打ち合わせで、戒厳令を絵、つまり映像にするにはどうしたらよいかを議論した。1週間

ほどの滞在であつ

たが、そのハイライトの一つは、布告直後からマニラ市内全域に「夜間外出禁止令(カーフュー)」というものが出ており、その時間帯の深夜軍事作戦をカバーしようということになった。カーフューとは、午前零時から午前4時までは、市民が首都圏マニラ内の公道に出ることを禁止され、巡回中の警察軍に見つかると身柄を拘束される、というものだった。

うっかりだが、繁華街で飲んでいたため帰り道にタイボされたある日本人留学生によると、エドサハイウェー沿いのキャンプクラメ(警察軍本部のある基地)内に連行、収容された。翌朝には、とある場所で草刈り作業をさせられた後、正午前には釈放

され「自由」を回復したそうである。とはいってもさすがに不安で眠れぬ一晩を過ごしたようだ。

警察軍による主要道路等の巡回もそうだが、今一つの作戦は、住宅密集地のアパートなどを深夜1時とかに突然「訪問」し、指名手配のアクティビストや犯罪者を探し出す、というものだ。取材チームは警察軍本部(その総司令官が、後の大統領フィデル・ラモスであったし、彼へのインタビューでも実際私がインタビューを務めた)の許可を得た。深夜零時前には、クラメにディレクター、アシスタントディレクター、カメラさん、照明さん、それに私がいた。

零時を過ぎると軍用トラックに乗せられ、行先も告げられないまま出発した。総勢10台のトラック及びバンに乗った一行が到着したのはマニラ市内の私も知らない高層アパートが7、8棟ある地区の広場だった。

警察軍は照明を放ち、拡声器で、ある特定の棟をターゲットに「16歳以上のすべての男子は即刻、集合するように」と呼びかけた。すると、あまりにも騒々しいので、周りと上の階には数多くの老若男女が何事か、と見物に出てきた。幼児たちの泣き声が嵐のように響いていた。一方、女性や老人たちは硬い表情で押し黙っていた。もちろん、我らがカメラさんは撮影を開始していた。すると、あるオフィサーが直ちにつけてくるようにと合図を送ってきた。小走りで取材チームがその一棟のアパートの階段に向かうと、何人かの重装備の兵士たちが駆け上がりしていくではないか。追いかけるように、階上に登つていった。4階だったか5階だったかに到着すると、一つ一つの玄関ドアを荒々しく叩いて、「男子は直ちに降りて来い」と命令して回った。カメラさんは照明さんと二人三脚のようにして、何度も玄関の中にまで押し入る勢いだった。

当時の撮影は、15、16キロはあると思われる大型カメラを肩に乗せるもので、しかも30



UPキャンパス内で警官とぶつかる学生のデモ隊

であった。その主な理由は、まだほとんどどの講義で英語を教授用語としていたからだろう。

それでも、ふたりの米国男子院生と私は、UPディリマン校のどこにも、フィリピン語・フィリピン文学科にすら全く存在していないかった「外国语としてのフィリピン(タガログ)語」を授業科目に、という要請活動をした。確かに我々は学内アクティビストでもあったのだ。ただ、その本音のひとつは、キャボ教会前のミランダ広場などで開催されるラリーでの演説を少しでも理解できるようになりたいといふ一心であった。

フィリピン人教授たちからは、外国人にフィリピン語を学ばせる必要はあるのか、などと反論



■マカティ市 ロックウェル⇒P.75 ■オルティガス⇒P.76 ■マニラ市 エルミタ⇒P.77 ■マニラ市マラテ⇒P.78 ■マニラ湾沿い⇒P.79

便利なNAVIマップはP.60-63(セブ&P.70-79(マニラ)にあります。

分用のフィルムが回るタイプであった。作戦は30分以上続いたので、時々アシスタントディレクターさんが、あと10分です、あと3分です、とささやいていた。零秒になってフィルムが切れるとき、直ちにその場でカメラに新しいフィルムを装着しなければならない。深夜作戦とはいえ、階段を駆け上ったりもしたカメラさんからは、滝のような汗がほとばしっていたのに驚いたのは私だけだったかもしれない。

広場に男子が勢揃いすると、そのほとんどがパンツにTシャツといった格好だったが、そのTシャツを脱ぐよう指示が出された。一人一人の正面と背中にフラッシュライトをあてた兵士たちが何を探していたかというと、それは刺青(タトゥー)であった。見つかると別の場所に移されていた。それだけでアクティビストか犯罪者か判断するの、とか思ったが、彼らに対して、何か一言二言尋問をすると、結局みな、自宅に戻るように命じられていた。つまり、「戒厳令下では何が起るかわからないぞ」といった恐怖体験を通して市民に何か理解させようとしている感じだった。日本で放送されたときに、どの場面でどのようなナレーションが語られたのか、私に知る由はない。

日本の通信社・新聞社・TV局

戒厳令前のフィリピンには共同通信社が支局を置く以外はほとんど日本人の取材拠点はなかった。ちょうど72年の戒厳令布告直前に、朝日新聞社が初のマニラ支局を開設していた。73年以降には、読売、毎日、日経、時事の各新聞社と通信社、NHKほか民放TV



北イロコス州パタック町のマルコス博物館には現在も観光客の足が絶えない。執務机に座るマルコス像の横で写真を撮るマニラからの旅行者

局も次々と支局を設けたのである。少なくとも朝日、読売、毎日はマカティの高級住宅街に自宅兼支局を構えて活動していた。訪ねれば、日本の新聞を読むことができたり、ご主人手作りの日本食をごちそうになつたりした。

そういう支局長や特派員の、マニラ内外での現地取材に同行させていただくことが多くなった。ナボタス港の大型漁業基地建設で住民が立退きを迫られているコミュニティ、貧困の中でも逞しく暮らす心身障がい児たちとその家族が多く住むトンド地区、マルコス独裁体制

と闘う人々の「隠れ家」、マウンテンプロビンスで先住の諸部族連合が開くボドンと呼ばれる儀式、味の素や東芝など60年代から進出していた古参の日系工場、有償・無償のODA案件のプロジェクトサイトなどの取材のためだった。記者たちには通訳を、映像ニュースやドキュメンタリー撮影の場合にはインタビューをさせていただいた。数多くのマスメディア関係者と親しくなつたり、なかなか訪ねることのできない場所に行ったり、普通なら会うのも難しい人々に出会つたりする機会が与えられた。(続く)



津田 守(つだ・まもる)

1948年東京生まれ。77年、フリーピン大学大学院(社会学)修士号取得。76年には戦後最初の同大日本人専任講師(社会学科)に採用され、同大政治学科講師・法学研究所上級研究員なども歴任。大阪外国语大学教授を経て現在、大阪大学グローバルコラボレーションセンター教授(フリーピン社会研究、日比関係論、司法翻訳翻訳論)。主書に『開発援助の実像—フィリピンから見た賠償とODA』(亜紀書房、1999年、共編著)、『自然災害と国際協力・フィリピン・ビナトゥボ大噴火と日本』(新評論、2001年、共編著)、『現代フィリピンを知るための61章』(第2版、明石書店、2009年、共著)など。パートナーのヨランダさんは神戸女学院大学教授で、子ども4人は全員がフィリピン留学経験者という「フィリピン一家」。

センターステージで
あなたもスターに

CenterStage

FAMILY KTV & RESTO BAR

ファミリーKTVとバー パーティに最適

選曲システムはすべてコンピュータ化

Computerized SONG SERVER

全曲オリジナル・サウンドトラック

all-original SOUND TRACKS

ケーブルテレビ

BEEBEE TV

LCD TV

ハイビジョンの液晶画面 インターネット無料(無線)

歌って踊って
パーティーしよう!

ウルトラワイドな店内には
120人まで入れます!

www.centerstage.com.ph

NAVI マップで探せる!
MAP2-C3

PETRON
T. MORATO
CenterStage
TIMOG
GMA

to ABS CBN

2/F CTTM Square, Timog Ave. corner
Tomas Morato, Quezon City
Tel Nos. 926-8365, 920-7754, 926 6440

TIMOG 支店

JUPITER 支店

5/F Jupiter Place 136-138 Jupiter
Bel-Air, Makati City
Tel Nos. 895-0005, 896-0006

Garcia
YAMAHA

MAKATI AVE
Sen. Gil Puyat Ave

リトル東京から徒歩1分
快適なNTT Hotelで
どうぞおくつろぎ下さい。

お手頃料金
P1,830

2名様まで同一料金
サービス料、VAT込み
朝食込み

WELCOME TO
NTT HOTEL



リトル東京から見える
グリーンの階のビルです。
14

*一階道路側テナント募集
(元美容室41.43m²)

ご予約、お問い合わせは
TEL: 840-5210 FAX: 840-5205
千野、ジョイス、ハイジ まで

NAVIマップで探せる!
MAP3-A4

日本人専用 **NTT HOTEL**

当ホテルは飲食店が多数軒を並べるマカティの『リトル東京』から徒歩1分。

中・長期滞在のビジネスのご宿泊はもちろん、ファミリーでのお泊まりにもおトクな宿泊プランをご用意しております。

各部屋にはバスタブ、小さなキッチン、冷蔵庫も付いており、こじんまりしたホテルだからこそできる家庭的なくつろぎを提供しています。

また各部屋ではインターネット利用も可能です。設備も充実しさうに快適なNTT Hotelでどうぞおくつろぎ下さい。

スタジオタイプ
(1-2ベッドルームもございます)

日本語対応可能

日本語NHK,

JET TV視聴可能、

旅行会社ビジネストラベル

お客様のパソコンで

全室インターネット

ADSL接続可能

24時間ガードマン常駐
セキュリティー万全





FAMILY KTV ROOMS

ミュージック MUSIC 21 プラザ

www.music21plaza.com.ph

カラオケボックスのパイオニア、ミュージック21プラザがマニラに第1号店マカティ店を開店しましたのは1995年です。操業17年になります。日本でいうカラオケボックスです。ご家族でお越しください。



ミュージック21プラザの特徴

各部屋のデザインがすべて違うこと。

部屋の大きさも3名様用から30名様用までさまざま。4店舗合計93部屋すべてデザインが違います。ロビーには各部屋の写真パネルが設置されていますので、お好きな部屋を選べます。だから毎回のご来店で、違う雰囲気が味わえるのです。

日本の
新曲続々
入荷!

営業時間

(年中無休)

マカティ店

24時営業

パサイ店・ケソン店・マラテ店
午後3~午前5

料金

1人/1時間/84ペソです。

(※部屋代、税金・サービスチャージ込み)

お得なパーティパッケージもあります。

(※例: 10人/3時間/3,500ペソ/部屋代・

飲食含む/税金・サービスチャージ込み)

支店地図

106 Jupiter St., Bel-Air 2, Makati City
Tel: 890-5230 / 896-4261

Music 21 Mcdo マカティ
ジュピター通り Petron 通り
ブエンディア通り EDSA →
NAVYマップで見る! MAP2-D3 マカティ市

27 Timog Ave. cor. Scout Tobias St., Quezon City. Tel: 371-6531/371-7856

ケソン通り Music 21 スカウト・トビアス
ティモグ トマスモラト EDSA
NAVYマップで見る! MAP7-D4 ケソン市

66 EDSA, near corner F.B. Harrison St., Pasay City. Tel: 853-3625 / 852-1524

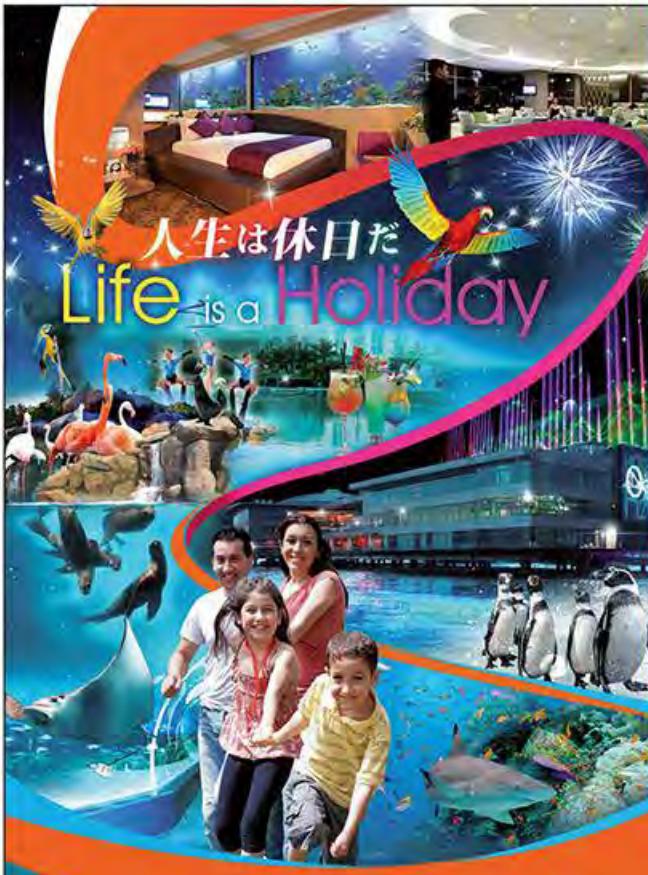
Toyota 口バス通り
Heritage Hotel - EDSA
Music 21 エフ・ビ・ハリソン通り
NAVYマップで見る! MAP8-H1 パサイ市

Mabini St. cor Gen. Malvar St., Malate, Manila. Tel: 522-5941 / 522-6935

←テル・ビラール通り マルブ
マビニ通り→ Mabini St.
Music 21 Pan Pacific Hotel
←アドリアティコ通り Adriatico St.
NAVYマップで見る! MAP7-D4 マラテ(マニラ市)

14ページ!
ここで
navi
coupon
使えます!
クーポン券を切り取ってご持参の方には「10%ディスカウント」いたします。ただし、「ディスカウントカード」など、その他のプロモとの併用はできません。

クーポン券を切り取ってご持参の方には「10%ディスカウント」いたします。ただし、「ディスカウントカード」など、その他のプロモとの併用はできません。



マニラ・オーシャン・パーク



休日の目的地に
Luneta, Manila
(632) 567-7777
manila ocean park.com

最新プロモと
イベントの情報を
携帯でゲット！

最新プロモとイベント
はこちらのQRコードを
スマートフォンでスキャンして下さい。スキャン後、登録画面で登録。



facebook.com/manila ocean park



twitter.com/manila ocean park

WAKO

Family KTV & Restaurant

音には感動がある、歌うたびにこの感動はあなたのものに！

お一人様P85(60分)

(個室、カラオケ使用金料込み)

全室サイバーダム(7万曲)

童謡から最新ポップスまで何でも選べ
音響効果抜群の日本式カラオケボックス

毎月新曲
どんどん
追加！



826 Pasay Road, San
Lorenzo Village, Makati City



クーポン券を切り取ってご持参の
お客様はお会計から5%割引!!
Present NAVI coupon to avail of 5%
discount.

WAKO

Family KTV & Restaurant

水谷竹秀著

『日本を捨てた男たち』 フィリピンからの逆照射

『ホームレス歌人のいた冬』と併読して

佐藤輝男

本 書によれば 2010 年に全世界で困窮邦人となっている 768 人。うち、実に 43%、332 人がフィリピンにいるのだそうです。驚くべき人数です。本書はその中の 5 人ほどを丹念に取材したドキュメンタリーです。著者は日刊マニラ新聞記者水谷竹秀氏。すでに多くの新聞・雑誌に取り上げられ、インターネットで検索すれば相当数ヒットします。注目度、反響の大きさを窺わせます。

しかし、登場する「5人の主人公」は世間の感覚からすれば自業自得に見えます。フィリピン滞在組の一人として、私はセンセーショナルな表題に些かの疑問を持ちながら読み進めました。彼らが「日本から捨てられた」のであります。

らが「日本を捨てた」のでは決して無いと思つたからです。

海外生活をするための基本的知識も意識も人づても持ち合わせず、フィリピーナを追いかけてフィリピンに来て、案の定、行き詰まり居場所を失い、挙句はフィリピン人の情に救われて生きている男達。自己責任の意識も、生き抜く知恵も十分に持ち合せていません。著者が辟易するほど身勝手でもあります。彼らを記述している部

分は読んでいて不愉快になるほどで、私の一回目の読後感想はいささか感情的ですつきりしないものでした。

著者は本書を書くに至った動機を「当初は彼らが逃げ出した日本社会を見つめ直すことで、その灘のような何かが見えてくると思い込んでいた。日本は生きづらいと語ってもらい、その理由を具体化することで現代日本社会を告発したかった。」との意図、構想があつたと告白しています。しかし、取材を重ねるうちに、ことは簡単ではなく複雑になった感があるとも述べています。その要因は皮肉な事に著者が困窮邦人をリアルに描けば描くほど現代日本の持つ問題と言うよりも個人の問題として捉えてしまうからだと思います。けれども困窮邦人を生み出す背景、現代日本の抱える問題が無くなつたわけではありません。

私は『日本を捨てた男たち』に次いで『ホームレス歌人のいた冬』



(1,575円、集英社刊、2011年11月25日)



水谷 竹秀 (みずたに たけひで)

1975年三重県桑名市生まれ。上智大学外国語学部英語学科卒業、2001年から一年間ウエディング写真専門のカメラマンを皮切りに02年～03年にはオーストラリア、03年～04年名古屋でウエディングのカメラマンとして働く。04年10月から現在まで、日刊マニラ新聞社勤務。記者として、取材と記事執筆、写真を担当。主に殺人事件や逃亡犯逮捕などの邦人事件、そのほか邦人社会に関する問題などの社会部ネタを担当している。(マニラ新聞社屋前)

『いた冬』(三山喬著、東海大学出版会刊)を読みました。朝日歌壇に突如として現れ、一年もたたずに、やはり突如として消息を絶った「投稿歌人・公田耕一」を追跡した、奇しくも日本三大ドヤ街の一つ横浜、寿町で生きる人々の厳しい現実を描いたドキュメンタリーです。そこで私は図らずも日比のホームレスを対比することが出来たのです。

『ホームレス歌人のいた冬』を読み進めるうちに、私は『日本を捨てた男たち』を再読したいと思ったのでした。水谷氏が描いているのは困窮邦人達ではなく、彼らを受け入れているフィリピン社会なのだと至ったからです。

困窮邦人になつてもフィリピンに留まりたい、そのフィリピンとは何で、こんなになつても帰りたくない日本とは何なのだ、と。それこそが本当のテーマと気づきました。

著者が日本にいる彼らの親

や元奥さん、知人を訪ねてインタビューすることにより日本との差が明らかになっていきます。須藤と言う人の親を除いて(この方には胸が詰まりました)、著者が連絡を取り訪問した日本の「身内」の方々は、そんな奴、もうかかわりはない……という反応でした。ここに、フィリピンと日本との大きな違いがあります。日本の人々の心は「何かに壊されてしまった」のではないか……そう思えるほど身内との関係が破たんしています。また、経済大国であるはずなのに現実として手を差し伸べられるほど経済的に「豊かでもない」ようです。同様に『ホームレス歌人のいた冬』の日本人社会はとても寒く見えます。

一方、フィリピン人社会にいる困窮邦人の方が生きているように見えます。何故か。人との関係の中に身を置いているからです。ホームレス同士「身を明かすことなく」「他者を受け入れない」荒涼とした日本での生と、フィリピンで困窮邦人となりながらも、どこかノーランダに生きている生との違い。

相手にも気にもされず、半年も一年も、隣人が消息を絶つても我関せずの日本と、「タボスカナ・バ・クマイン(もうご飯食べたの?)」と貧困にいながら自分の食事を分けようと気にするフィリピン人の中にいるのと「どちらが幸せ」なのか。

しかし、フィリピンが幸せな国かと言えばそうではありません。

ルポライター・鎌田慧氏が『アジア絶望工場』に記したように「涙と悲しみの国・フィリピン」です。臓器売買、海外稼ぎ、人身売買。最大の輸出産業は労働力と揶揄されます。劣悪な住宅環境、スカンジナー、悪い面を書いたらキリがありません。性格もフレンドリーでラブリーです

が狡猾さも持ち合わせています。

それなのに……と言えば良いのでしょうか。困っている人には手を差し伸べます。再び、寿町。皆、人とかかわりを持たないように暮らしています。社会から身を隠すように生きています。

「ホームレスになつた自分の状況を知られたくない。彼にはそんな屈託があつたんだと思いますよ。」とは支援団体職員の言葉です。

日本社会の尺度に合わないだけなのに人間としての全存在を否定されたかのように孤独な生活を送っています。フィリピンの困窮邦人のようにもっと厚かましくなれば良いのにと、切なくなるほどです。

公田耕一氏の短歌、

胸を病み医療保護受けドヤ街の桺のよう一室にいる

本書に登場する困窮邦人にこのような「絶望」はありません。彼らはフィリピン人に混ぜてもらって生きています。

本書の中の山本雅子さんの言葉が印象的でした。「フィリピン人は経済的に困っていて貧しいけど、明るくて温かい感じがするんですよね。みんなで一緒に住んでいるから。日本とは幸せの基準が違うんですよ。……物がすべてじゃないから。フィリピンは家族が一番大事です。」

山本さんをはじめ、ムイコさん、何人ものフィリピンの方々には頭が下がります。「慈愛」が根底にあるのだと思います。

私自身、フィリピンについて「恢復」した何かがあると自覚した時、何故、フィリピンに自分が惹かれているのかを理解しました。フィリピンで師匠と呼べる方にお会いできただことも大きな要素でしたが、大雑把で抽象的な

言い方ですが「空気」でしょうか。フィリピンの気候と人々の体温に包まれているうちに日本で痛めた身心が「自然治癒」し、解放されて来た気がしたのです。

水谷氏の『日本を捨てた男たち』を2度読み、題名の深さを私はようやく理解できました。困窮邦人は「日本に捨てられる寸前に、自ら日本を捨てたのです。」切羽詰まった自己救済、逃亡には違いありませんが、最後に選んだのが日本ではなかった。日本では生きたくなかった。彼らが直感的にではあれ、フィリピンに日本とは違う価値観があると感じたからだと思います。彼らにフィリピン人は手を差し伸べ、声をかけてくれています。願わくはフィリピンがその良さを壊されない民族であることを祈ります。東日本大震災を契機に日本人が久しくおろそかにしてきた、人との絆を回復しようとしていることと著者がこの本を上梓された意義が重なります。

佐野真一氏が「特筆すべきは、これが巧まずして、3.11以降の日本を鮮やかに照らし出すノンフィクションになっていることである。」と述べています。本書に対する最も確かな評だと私は思いました。

『開高健ノンフィクション賞』受賞は著者の本質を見る視線と確かな表現への評価だと思います。



のほりのいた冬

三
山
喬

あの冬、注目を集めた
「ホームレス歌人」は、
いま、どうしているのだろう?

著の投稿本人の正体と、その後の消息を追う
感動のノンフィクション!

さとう・てるお 1951年岩手県生まれ。業界新聞、文学団体事務局員を経て26歳で鞆職人を志す。以降、鞆製メーカーで試作、生産、海外技術指導を歩む。1999年、有限会社鬼燈屋(ほおづきや)を創立、「職商人」を目指す。2006年、トライオン株式会社バッグ部門技術顧問として来日し、現在に至る。2009年ラグーナ州サンペドロ市に自社工場創立。読書、映画鑑賞を趣味とし、読後感想、世相等、フィリピンにて節と盃を傾けての歓談を無類の喜びとしている。有限会社鬼燈屋、代表取締役会長。



フィリピン
植物誌
Flora de Filipinas

写真はセブ島マンダウエ市内のA.S. フォルトゥナ通り沿いのパラワン・チェリーの大木



ケ ソン市エドサ、
ケソン通り交差点にある「マニ
ラ・シードリング・バンク・
エンバイロメント・セン
ター (Manila Seedling
Bank Environmental

Center)」で日本の桜に似た「パ
ラワン・チェリー」が咲いてい
る。今が見ごろというから開花
時期は桜に近い。見た感じは
桜よりも白っぽく、花びらは5
弁だがふた周りほど大きい。木

「パラヨン・フェスティバル」



は全部で10本近く、高さはい
ずれも約15メートルで幹の太
さは直径50センチほど。下か
ら見上げると、花の色と空の色
がいっしょになって見えにく
いが、離れて見るとなるほど、葉つ
ぱが多めの桜に見えなく
もない。ジャワ島あたり
が原産というが学名は
はつきりせず、植物の
分類上も桜とは無関係。
材質は堅く、家屋の床
材や高級家具の材料に
もなっている。ルソン
島ではほとんど見ない
が、パラワン島にはた
くさん生えていることか
ら、いつの間にこの名

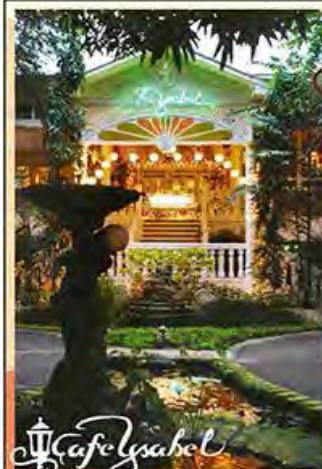
前がついた。地元では「パラヨ
ン (Balayong)」と呼ばれていて、
同島プエルトプリンセサ市では
2005年から毎年3月4日に「パ
ラヨン・フェスティバル」が開
かれ、チェリーに似せてピンク
色で飾り立てられた山車(だし)
が市内を回る。この日は、スペ
イン人の侵略軍、「パラワン探
検隊」がこの地にはじめて辿り
着いたという記念日。探検隊は
海岸線に沿って地形を探索、海
面から比較的高いこの場所が気
に入り、パラワン統治の根拠地
とした。

マラカニアン宮殿の庭園にも
パラワン・チェリーの木があり、
バシッゲ川から見えるらしい。

究極のパラワン・ アドベンチャーパッケージ!

Coron Gateway
Hotels & Suites

887-7107/887-2420 (英語) corongateway@gmail.com • www.facebook.com/corongatewayhotel •
www.twitter.com/corongateway www.corongateway.com



Cafe Isabelle
カフェ・イサベル

粹でおしゃれな街サンファンに残る、
1927年建築の洋風邸宅。その建物は今、
カフェ・イサベルとしてよみがえりました。



455 P. Guevarra St. cor. C.M. Recto St. San Juan, Metro Manila
Tel. Nos. 726-9326 / 725-5089
www.cafeysabelle.com

日~木 : 午前7:30 - 深夜12時
金/土 : 午前7:30 - 深夜2時

City Garden Hotel
Makati



贅沢を手ごろに。 **P1,450+より**

料金には以下のものが含まれます：

- ◎宿泊代金
- ◎Le Jardin での朝食ビュッフェ
- ◎最上階で絶景を眺められるプール、
バーとグリルあり

- ◎ジム / スパ
- ◎Faxなどが利用できるビジネスセンター
- ◎インターネット使いたい放題 DSL/WiFi

飲食店街やショッピングセンターも近くにあり便利です。

NAVIマップで見る!
MAP2-D2

*パーティーパッケージ P36,000+より *ミーティングお1人様 P450+

Makati corner Kalayaan Avenues, Makati City • Tel. No.: **(632) 899-1111**
SMART: 0918-84HOTEL (0918-8446835) • GLOBE: 0917-84HOTEL (0917-8446835)
Fascimile: (632) 899-1415 • E-mail: makati@citygardenhotels.com
For best deals go to ctgardenhotels.com

CARLINES

Transportation & RENT A CAR SERVICES INC.

レンタカー

一般車 Honda Civic, Toyota Innova, Altis, Vios, Nissan TEANA, Cefiro Classic, Sentra, Exalta, Mitsubishi Lancer, FORD Focus, Lynx & Mazda 3

バン FORD E-150, Toyota Hi-Ace Commuter, GRANDIA, N.Urvan, & H-STAREX

SUV FORD EXPEDITION, Everest, Escape, N. XTrail & N. Safari, TOURIST BUS, T. COASTER & M. ROSA

- ◎レンタカー(運転手付/車のみ)
- ◎シャトルサービス
- ◎空港送迎 ◎四輪駆動車
- ◎コースター ◎会議の会場とホテル送迎 ◎旅行バス
- ◎特別イベントの送迎

車種も
豊富です!

1日レンタル
から月極・
年契約まで
各種車両が
ございます。

Over
25 years
of Service...



NAVIマップで見る!
MAP3-H1

G/F The Makati Tuscany Condominium 6751 Ayala Ave. cor Fonda St., Makati City
TEL. 813-1975, 813-1976 TELEFAX: 810-3466 PLDT/W: 994-0865-66
www.carlinesrentacar.com carlinesrentacar@yahoo.com

熱気球が青空に舞い上がった

2012 Hot Air Balloon Festival
In Clark Field, Pampanga

クラークで熱気球フェスティバルが開催!



気球が離陸すると見物客らはいつせいにシャッターをきつた

赤

青黄色など色鮮やかな熱気球28機がふわっと地面から離れゆっくりと青空に舞い上がった。ルソン地方パンパンガ州アンヘルス市クラーク空軍基地で2月9日から4日間、第17回フィリピン国際熱気球フェスティバルが開かれ、日本を含む世界28カ国からチームが参加し、年に一度のイベントを楽しんだ。

午前5時半、広さ60万平米の芝生の広がる平野で、参加の各チームは持参した自慢の熱気球に、バーナーで暖めた空気を送る作業を始めた。熱風で得た浮力で、気球は次々膨らんで立ち上がる。ひとつ、ふたつと朝焼けの空に舞い上ると観客からオーラという歓声が上がった。中にはケーキの形やアイスクリーム、ひまわり、オレンジを半分にカットしたユニークなものも。熱気球は上空高く舞い上がり、約30分にわたる「空中散歩」を続け、ボラック川の河川敷に着陸した。関係者によると、熱気球の飛行に適るのは、風速4.5メートル未満の穏やかな風と、地上から少なくとも600メートル上空に雲がない状態という。このため風が比較的穏かな日の出前に飛行する。

「無線を使いながら、どこに着陸するか分からない熱気球を追うのが楽しい」と話すのは、参加2回目というマーティン・トレントイーさん(21)=パンパンガ州出身。チエイスクルーとして、飛んだ熱気球を車で追う役だ。今回はオーストラリアチームに所属した。同チームが使用した

熱気球の球皮(風船部分)はナイロン素材で、体積は約2千立方メートル。機体下部に取り付けられたバスケット(ゴンドラ)にはパイロットを含め6人まで搭乗できる。渋滞に巻き込まれて機体を見失うことはないのかと聞くと「緊急の際はサイレンを鳴らして追跡することが許されているため大丈夫」。トレントイーさんはこれまで熱気球に2回乗った経験をもつ。熱気球のパイロットは、髪の毛やほおなどを含む上半身全部で目に見えない風を読むという。「いつか自分の熱気球を持ってパイロットになりたい」と夢を語る。会場で初めて熱気球を間近で見たというフィリピン人女性は「楽しか

った。今度は私も乗ってみたい」と話していた。

熱気球のほか、スカイダイビング、パラグライダー、凧あげ、曲芸飛行など催し物もあり、大型ラジコンの曲芸披露では、今回で10回目の参加となる野口英樹さん(53)=東京都出身=が、ラジコン歴43年の腕前を披露し観客らを喜ばせた。

このイベントはクラークにあるホテル、リゾートなどの活性化のために1994年から始まった。フィリピン国際熱気球協会、クラーク開発公社(CDC)などによる共催で毎年2月、第2週目の木曜日から日曜日にかけて開かれる。入場料は200ペソ。2歳以下の入場は無料。



行き方 How to Get There



首都圏からパンパンガ州マバラカット町ダウ行きの長距離バスに乗り、その後ジブニーを2回乗り継ぎ会場へ。ジブニーはまずSMサンフェルナンド行きに乗リクラークで降り、エアフォース・クラーク行きに乗り換える。所要時間は首都圏パサイ市から約3時間。パサイ市から「ピクトリーライナー」がダウ行きの早朝バスを運行している。



Nova Beach Resort in Bohol ノバビーチリゾート

フィリピンの有数のダイビングポイントである、パリカサグ島に近い日本人専用のダイビングリゾートです。ギンガメアジの群れやバラクーダの群れとダイビングしましょう。リゾートの前はマクロ充実のハウヌークでノンビリダイブが出来ます。複数の日本人インストラ常駐。www.bohol.jp



☎ (038)502-8298 Cell. (0920)804-9088 (河村)
E-mail: nova.beach@hotmail.co.jp
akisanakawamura@yahoo.co.jp

Nova Jinbei Club

in Southern Leyte

サウスレイテ州パードレバーゴス
Padre Burgos, Southern Leyte



ジンベエザメの宝庫、サウスレイテに 日本人経営のダイビングリゾート!

ダイビングポイントが多く、近辺に 20箇所以上。珍しい、ミミックオクトパスやトウアカクマノミがゴロゴロいます。透明度の良い海にサンゴが元気で癒されます。ダイビングリゾート前はサンクチャリで 1 級のダイビングポイントがハウヌークです。



- マニラからタクロバン市へ (PAL 等で 1 時間)、其処から専用車で 3 時間
- セブ市からオルモックへ (高速船で 2 時間)、其処から専用車で約 2 時間半
- 有料送迎サービスがあります (要予約)
- 宿泊 (全 9 室)、全室エアコン、ホットシャワー完備!

◎インストラクター若林(わかばやし)
携帯: 0926-710-3056 E-mail: take13golgo31@yahoo.co.jp
フィリピン在住者に格安プラン、HPを見てください

leyte.novajinbeiclub.com

PUERTO GALERA OCEAN CLUB

海と太陽と笑顔の島

プエルトガレラの島
なら何でもお気軽に
お問い合わせ下さい。



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

総合マリーンスポーツ 「こんな大物も釣れます」

Summer Connection Beach Resort

WHITE BEACH, PUERTO GALERA, O. R. MINDORO

電話: 0929-451-5555 / 0939-550-0007 (白石)

E-mail: pg_ocean_club@yahoo.co.jp



BEST TRAVEL

INBOUND, OUTBOUND, TICKETING & OTHER SERVICES



航空券

ハッケージ

ホテル予約

イミグレーション

カー
レンタル

ゴルフ

空港送迎

ピザ

創業21年!!

どんなご相談にも親切に対応させて頂きます。
E-mail: bestmnl@besttravel.com.ph

www.besttravel.com.ph

電話

FAX

マニラ: 818-4030・810-3895

セブ: 032-345-2901

日本番号: (03)6888-4427

Unit 317 K & M The CK Business Center 3/F Mile long Bldg., Amorsolo cor. Herrera St., Legaspi Village, Makati City

古賀, 鈴木, レネ, ダニー

Rm.212 KRC Bldg., Subangdaku Mandaue City, Cebu

Fax. 032-345-2890 カズ子, ロペリン

NAVYマップで探せる!
MAP3-A2

Kashmir

INDIAN · MALAYSIAN · MIDDLE EASTERN CUISINE

インド料理・マレーシア・中東料理

ケバブ/シーグカバブ/ダンドゥリチキン/サモサ/エビカレーなど



マカティ店 NAVIマップで探せる!
MAP3-D4

Festejo Bldg.,
816 Pasay Road, Makati City
Tel.: 844-4924
Telefax: 844-4927

マニラ店 NAVIマップで探せる!
MAP6-F2

Merchant Center Bldg.,
Padre Faura cor. Adriatico St.
Ermita, Manila
Tel.: 524-6851 Telefax: 523-1521

For catering inquiries, call RUDY: 844-4924

Website: www.kashmirmanila.com

わぜん 和膳

日本料理 & バー
Wazen
Japanese Restaurant & Bar
2F Ginbo Bldg., Arnaiz Ave., Makati City

For Reservations

ご予約、お問い合わせは

電話 893-7425

0917-2575420 (ママ・ビルマ)

6:00pm-5:00am

月曜日から日曜日まで

新ひのメニュー!



和風ハンバーグステーキ
Japanese Hamburger Steak



キムチ鍋
Kimchi Nabe



神戸ビーフ
Kobe Beef



和豚生姜焼き
Waton Pork Ginger



豚生姜焼きとオムレツ
Pork Ginger & Omelette



海老フライ定食
Fried Shrimp Teishoku

- 牛薄切りステーキ定食
- ビーフカツ定食
- カルビ定食
- 薄切り豚ロースの鉄板焼
- 車海老の黄金焼
- 海の幸ピラフ
- 特製アワビライス
- ほうれん草とベーコンのスペゲティーなど

～朝まで飲もう! 5時まで営業!～

和膳
スペシャル
メニュー

APPETIZER 前菜

Sizzling Abalone あわびの鉄板焼き
Shrimp Cocktail 芝海老のカクテル
Grilled Ox Tongue 牛舌の塩焼き

SOUP スープ

Vichyssois (Potato Soup) 冷製ポテトスープ
Gazpacho (Tomato Soup) 冷製トマトスープ

CHICKEN 鶏

Deep Fried Crispy Chicken 若鶏のフライ

PORK 豚

Porkloin w/ Soy & Ginger Sauce
豚ロースのしょうが焼き

SEAFOOD 魚介類

Prawns w/ Chili Sauce
車海老のチリソース煮

BEEF 牛肉

Beef Fillet 牛ヒレ肉のカツレツ
Rolled Cabbage ロールキャベツ

DESSERT デザート

Orange Bavarian オレンジババロア
Strawberry Bavarian (In season)
苺のババロア(季節物)
Green Tea Bavarian 抹茶のババロア

NAVIマップで探せる!
MAP3-D4



フィリピンでの結婚 手続きアシスト



日本への渡航
親族訪問



フィリピン滞在の
ためのビザ



子供の認知、胎児認知



各種書類の
取得及び翻訳

離婚手続き

どんなことでも



ご相談ください。

..*.*.

気軽に連絡
してみてね!



フィリピンと日本の法律に準拠した、正規で合法的な手続きをすすめます。

KSP INTERTRADE CORPORATION SINCE 1993

Jalandoni Compd., #65 Don Benito Hernandez Ave., Pasay City, Metro Manila, Philippines

TEL : (02) 833-0538

(02) 833-0568

FAX : (02) 832-1838

★日本人が常駐しています。

東京事務所

東京都大田区大森本町 1-8-12
大森海岸パークハウス S-107号

TEL : (03) 3765-3115

FAX : (03) 3765-3116

●E-mail
kspto@mtd.biglobe.ne.jp

●ホームページ：
<http://www.ksp-jp.com/>

KSP *

日本
大使館
Japan
Embassy

病院
San Juan
de Dios
Hospital

ドン
・
ベ
ニ
ス
ト
通
Don
Benito
Hernandez
Ave.

学校
San Juan
de Dios
College

to Makati
至
マカティ

E.D.S.A.
エドサ
大道

コバコバナ
ホテル
Copacabana
Hotel

ヘルテージ
ホテル
Heritage
Hotel

to Manila
至
マニラ

Roxas Blvd.
ロハス通

to Baclaran /Airport
至
バクラン/空港



キリンが歩く島、カラウイット島

By Kurosawa Naomi

Calauit Island Palawan

手付かずの自然が残るパラワン州は近年、観光地として注目され、国内外を問わず多くの観光客が足を運んでいます。その北部に位置するブスアンガ島も、数年前に空港が開港したことによって急激に観光客数が伸びています。過去5年間を見てもその数は20倍！

前々号ではブスアンガ島の観光の拠点となるコロン町、前号ではコロン湾に沈む日本沈没船へのダイビングをご紹介させていただきました。でも、まだまだあります魅力的な観光スポット！今回は、ブスアンガ島の北側のスポットをご紹介いたします。

カラウイット島

ブスアンガ島の西北に運河で隔てられた島がカラウイット。マルコス大統領時代1976年にアフリカのケニアから連れて来られた野生生物が放し飼いにされています。キリン、シマウマ、鹿、ガゼル等、100種類以上の野生動物、200種類以上の野鳥が生息しています。コロン町からボートで5時間、パンで3時間かかります。入場料は1人400ペソ。

さあ一緒に行ってみましょう！

今回は、北のちいさな村に一軒だけひっそりと建つゲストハウス、ヴィックキーズハウスに宿泊しました。もちろんコロン町から日帰りでも行くことが出来ます。動物は日差しが強くなると木の下に隠れてしまう為、午前中に向かうのがベストです。朝早く起きてパンで3時間かけ、ボートで10分運河を渡ると到着です。ジャングルや小



(写真：佐保好儀)

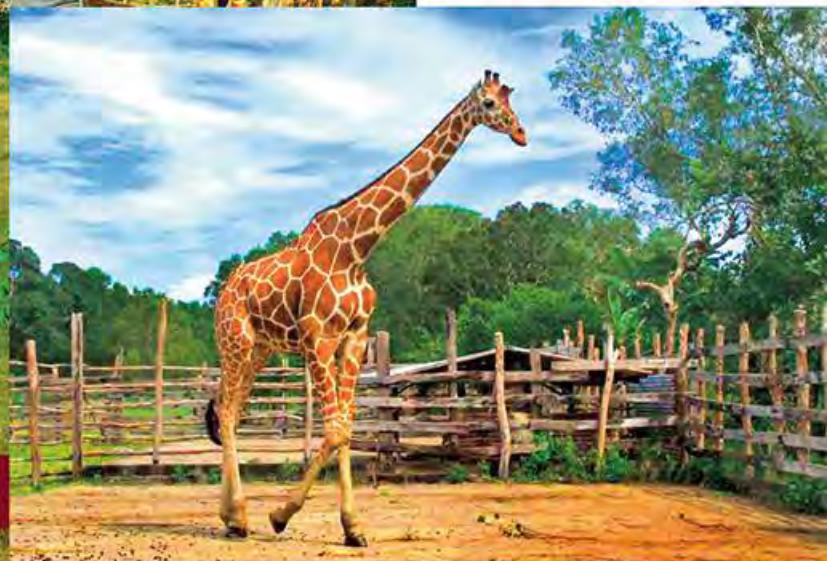
さな村をいくつも抜けていくので、意外にも移動は早く感じるかもしれません。

動物達に関する簡単な説明を受けたあと、小さいジープに乗り動物を探します。どこにいるのかなーとワクワクしている

と、5分もたたない内にシマウマがいました！ジープを降り、歩いて近付くことができます。動物園のように柵が無いのでとても近くまで近付け大迫力の動物を味えます。その傍には鹿やガゼルもいます。

次はキリンです

このキリンは敵である肉食動物がいないため首が短いと言われています。係員さんに葉の沢山ついた木を渡され、餌をあげます。キリンの顔がすぐそこまで近付いて来て、葉をむしり取ります。すごい迫力です!!



(写真:佐保好臣)

その他にもワニ、サル、イノシシ、ヤマアラシ、ワシなどたくさんのおもしろい動物達がいます。

どの動物も近い距離で接することができました。広い草原をシマウマが歩く様は、ここは

アフリカなのか、フィリピンなのかという不思議な錯覚に陥ります。



黒澤 奈緒美(写真中央)
コロン町役場観光課のメンバーです。2011年5月より2年間、
パラワン州ブスアンガ島、コロン町役場観光課に配属中。立
教大学観光学部卒業。拓殖大学国際協力学修士課程取得。2
年間の広告代理店勤務を経て元気に活動中。

Naomi2828@hotmail.com
ご質問はこちらにお送りください。

セブへようこそ! Maayong Pag-abot sa Cebu!

セブ編



タガログ語族と ビサヤ語族

Ang Tagalog at
Bisayang Linguahen

岡 昭 (SNN 代表、セブ在住)



19 57年、初めてフィリピンの地を踏んでいちばん驚いたことは、この国は7000余の島々と70余の言語からなる多言語多民族国家だと知った時でした。特に多数の人々が話す有力言語だけでも「イロカノ」、「タガログ」、「ビコラーノ」、それに「セブアノ」、「イロンゴ」、「ワライ」などビサヤ語、さらにはスペイン語との混成語「チャバカノ」とたくさんありますから、共通言語として「英語」が必要不可欠になるわけです。これらの中でもタガログ語はマニラ首都圏を中心としてカビテ、バタンガス、リサール、ラカン、ミンドロ、パラワンの各州だけで使われた地方言語でしたが、戦後、フィリピンの国語に指定されてからは学校教科書で、またテレビの全国放映用語ともなって、全国的に聞く方では理解されるようになってきています。だから、マニラにはタガログ語と英語しかしゃべらない人が大多数です。彼らはビサヤ諸語などの地方言語は全く知らないし、覚え

ようともしません。

反面ビサヤ諸島、ミンダナオ島にいる人々はタガログ語は聞いて理解はできますが、自ら進んで話しません。私もマニラに来るまではフィリピンは単一言語のマレー系単一民族が住む国だと思っていました。そして、マニラだけにいた間はそういう解釈に違和感を持ったことはありません。今でもマニラ以外に行かないほとんどの日本人はそう思っているでしょう。そして、フィリピン人が分かれて争っているのはミンダナオ南西部に住むイスラム教徒と共産党新人民軍だけだろうと思っています。ところが、全フィリピン人の7割がしゃべるというビサヤ語の人々は、セブ島を中心とするビサヤ諸島とミンダナオ島に住んでいます。そして彼らビサヤ語族とタガログ語族の間にはぬぐい難い対立感情が根深く存在しています。そして、こういう事実は、見下される側のビサヤ語族の人々は皆が意識し、承知していますが、強者の立場にあるタガログ語族の人々からは感じられません。こういう対立し

た人間感情をほとんどの外国人は知らず、フィリピン人相互間でも正面切っては口にしない、ぬぐい難い感情を形成しています。分かりやすく言えば、ビサヤから見れば「タガログは偉そぶって、見下しやがる」ということです。

こういう感情的な対立は理屈の外のこと、フランスでの「英語は知ってるけれど、しゃべらない」という民族対抗意識のように、長い歴史的な背景があり双方でぬぐい難い感情があるのです。1986年のエドサ革命でマルコスが追放された事件の中でも、セブの人々は「またタガログ連中がやってるよ」という、何か外国の事件を聞くようないしゃべり方でした。

CITI PARK HOTEL
シティパーク・ホテル

ビジネスのご宿泊にも、旅行でのご滞在にも

お手ごろ料金で快適な滞在をお約束いたします!

F.Cabahug St. (Old Panagdait Rd.), Mabolo, Cebu City
Tel. 422-8833・238-8833・238-3388 Fax. 422-3388

NAVIマップで探せる
MAPC1-DS www.citiparkhotel.com.ph
reservations@citiparkhotel.com.ph

今が旬!

日本へ宅配マンゴー

旬の味を日本へお届けします



ご進物/お中元/お歳暮にもぴったり

2.5kg (M-Lサイズ8-12個)
2,400ペソ

ご自宅用、親しい方へお得なサイズ

5kg (M-Lサイズ16-24個)
3,400ペソ

ご注文は、TEL:032-406-8487 (平日9時から18時まで)

メール: omiyage@cebupot.com

ウェブサイト: www.cebupot.com/mango

フィリピン産フレッシュマンゴー

【容量】5 Kg(M-LLサイズ16個-24個) / 2.5kg(M-Lサイズ8個-12個)

クロネコヤマトクール宅急便にてお届けいたします

ご注文より10日前後でお届けいたします。出荷元:株式会社ワタリ

NAVIマップで探せる!
MAPC1-G1

PARK HILL HOTEL

MACTAN



ご宿泊料金 P950! 無料Wi-Fi WiFi

- 21インチ・ケーブルテレビ
- 電話
- ホットシャワー
- エアコン完備
- クリーニングサービス
- 毎日お部屋の掃除
- ルームサービス
- ビジネスセンター

Park Hill Hotel Mactan
Matumbo Pusok, Lapu-Lapu City
電話: (63-32) 494-0749
Eメール: info@hotelparkhill.com
www.hotelparkhill.com



NAVIマップで探せる!
MAPC1-G1



HAP-JAP カレー・レストラン CURRY RESTAURANT



ひと味違うよ、
「ハップジャップ」
のカレー!

カツカレー・やーフカレーは
もちろん、当店オススメのフライドチキン
カレーなど、おいしいと評判のオリジナル
カレーを揃えています。

Imez Building, Mepz 2, Basak, Lapu-Lapu City, Cebu

(月~木) 10am-2pm/5pm-9pm (金~土) 10am-2pm/5pm-2am 電話: (032) 494-2337

NAVIマップで探せる!
MAPC3-A2

AquaWorld Dive Center

アクアワールド・ダイブセンター
MAP C-84

ライセンスが
なくてもOK!!

マクタン島の
タイフショップ!!

日本語でOK!!

料金の一例 (税込み・各お一人様に付き・2009年6月現在)

体験ダイビング ●機材レンタル込み ●ランチのハンバーガー＆ソフトドリンクを含む	5,700円	2,850 ペソ
日帰りファンダイブ マクタン島周辺(2ポートダイブ) ●ランチのハンバーガー＆ソフトドリンクを含む	4,400円	2,200 ペソ
ライセンス取得 PADI オープンウォーターコース ●2~3日間 ●機材レンタル、教材費、ランチ、申請料込み	28,000円	14,000 ペソ

マクタン島内・セブシティ内・無料送迎
ショップの電話 (032) 495-65-07 ダイブマスターの携帯: (0919) 474-5466
住所: Mactan Don Mactan Is., Cebu, Philippines

セブのJモールに開店!
日本から持ち込んだ春やオリジナルスープで、日本伝統の本場の味にこだわりました。どうぞよろしく。

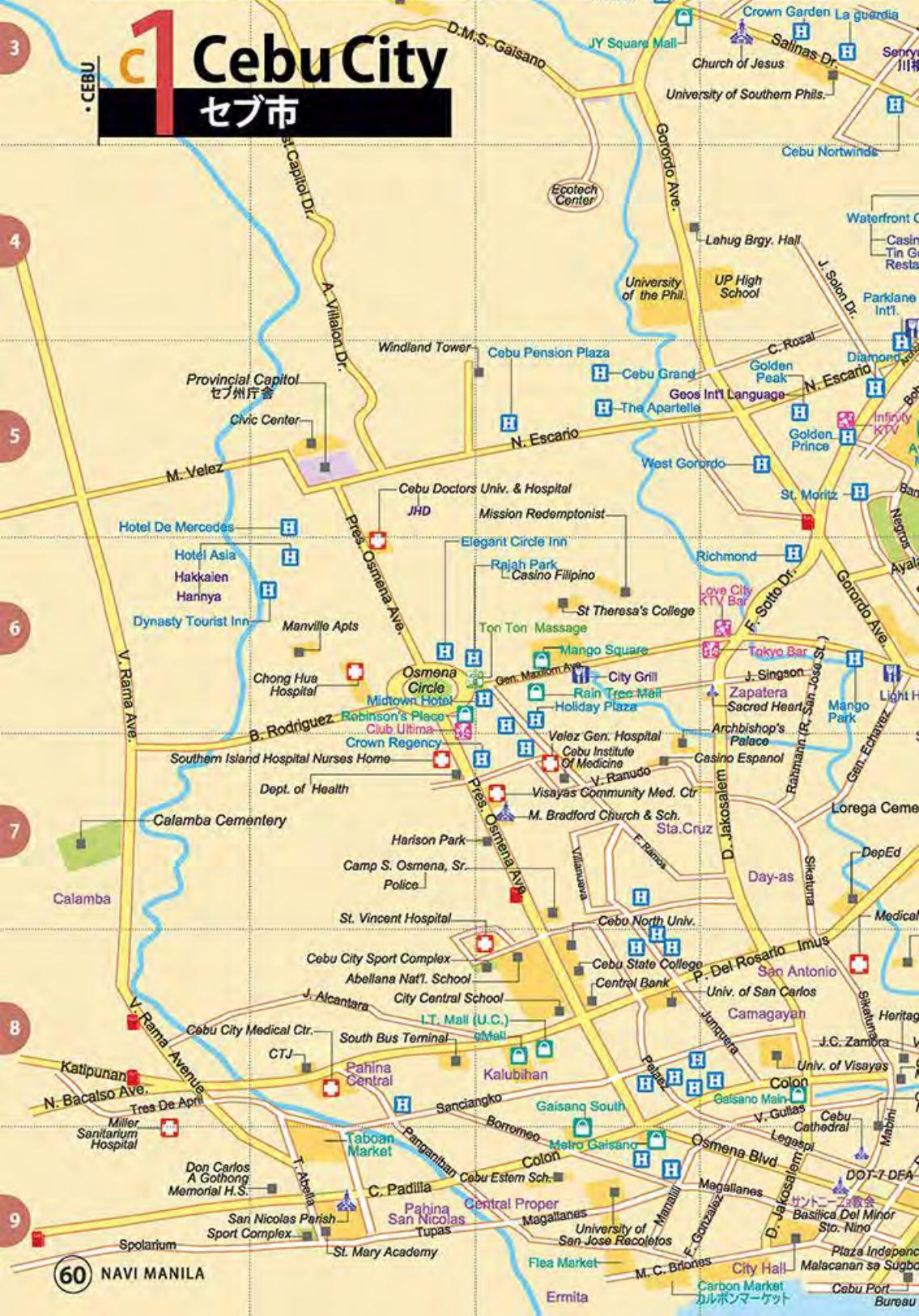
YONHAKU 春や

料理人店主「職人のこだわり」
●スープとタレは、全て日本から持参しております。
●糸(めん)は超こだわり「自家製麺」。もちもち感とコシが違います。
●麺には保存料は使わず、良質の小麦粉、食塩、かん水のみ使用。
賞味期限を4日に限定してます。
●焼き餃子も「皮」から「具」まで、すべて自家製手作りです。

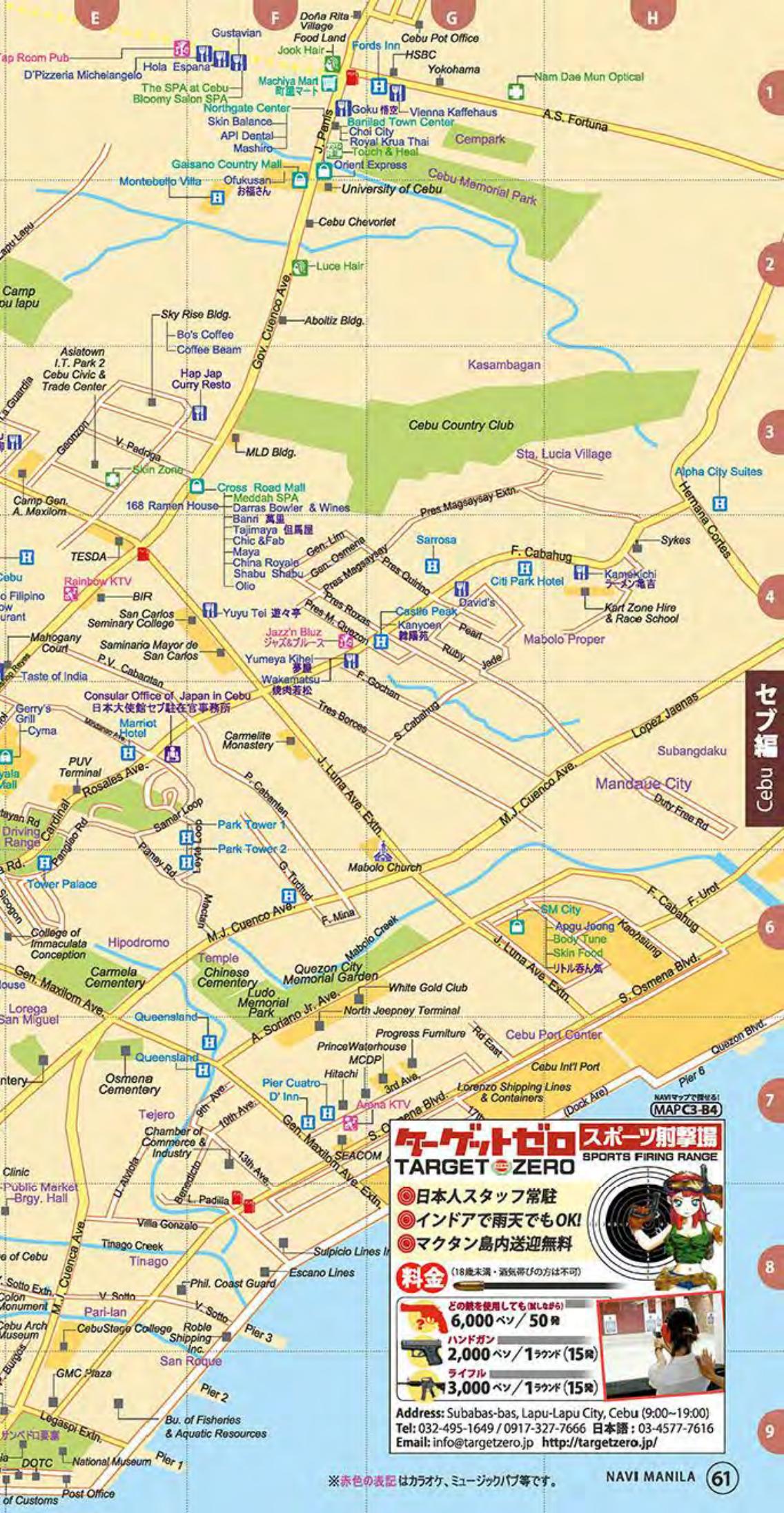
MAP C-83

営業時間 10:00 ~ 21:00 ☎ (032)354-9630 / (032)520-2913
住所 J-Center Mall (UG Floor) AS Fortuna St., Bakid Mandaue, Cebu

C1 Cebu City セブ市



セブ Cebu



ターゲットゼロ スポーツ射撃場
TARGET ZERO SPORTS FIRING RANGE

- ◎日本人スタッフ常駐
- ◎インドアで雨天でもOK!
- ◎マクタン島内送迎無料

料金
(18歳未満・酒気帯びの方は不可)

どの銃を使用しても(ミシガル)	6,000ペソ / 50発
ハンドガン	2,000ペソ / 1ラウンド(15発)
ライフル	3,000ペソ / 1ラウンド(15発)

Address: Subabas-bas, Lapu-Lapu City, Cebu (9:00~19:00)
Tel: 032-495-1649 / 0917-327-7666 **日本語:** 03-4577-7616
Email: info@targetzero.jp <http://targetzero.jp/>

※赤色の表記はカラオケ、ミュージックバー等です。

NAVI MANILA

61



Cebu Restaurants セブ飲食店

早見帳
Directory

旅先で便利な電話番号!!

日本料理 Japanese Cuisine

168 Ramen House Japanese Noodle

⇒ Map C1 (F-3)

☎ (032) 505-0168

八階園焼肉 Hakkalen

⇒ Map C1 (B-6)

☎ (032) 255-8536

ホテルアジア内

韓陽苑焼肉 Kanyoen

⇒ Map C1 (G-4)

☎ (032) 232-2989

Telefax.(032)233-2928

萬里 Banri Noodle House

⇒ Map C3 (B-1)

☎ (032) 341-3720 Fax.(032)345-5668

だるま Daruma

⇒ Map C3 (B-1)

☎ (032) 341-2755 Fax.(032)341-1150

悟空 Goku

⇒ Map C1 (F-1)

☎ (032) 236-4676

はんにゃ Hannya

⇒ Map C1 (B-6)

☎ (032) 255-8536

ホテルアジア内

Hap Jap Asian Curry Restaurant

⇒ Map C3 (B-2)

☎ (032) 494-2337 , 412-2411

一力茶屋 Ichiriki Chaya

⇒ Map C2 (A-3)

☎ (032) 345-1300

Japengo Japanese Restaurant

⇒ Map C2 (B-4)

☎ (032) 505-4580

神楽 Kagura

⇒ Map C2 (A-3)

☎ (032) 346-0088

海舟 Kai Shu

⇒ Map C3 (D-1)

☎ (032) 495-2888

Kotobukiya

⇒ Map C2 (B-3)

☎ (032) 354-9630, 520-2913

Koichi Yakiniku

⇒ Map C3 (A-3)

☎ (032) 238-9843

リトル呑ん気 Little Nonki

⇒ Map C1 (G-6)

☎ (032) 232-7712

呑ん気 Nonki

⇒ Map C2 (B-3)

☎ (032) 422-3159

マクタン店 : Map C3 (B-1)

☎ (032) 236-7958

亀吉ラーメン Kamekichi

⇒ Map C1 (H-4)

☎ (032) 267-1462

お福さん Ofukusan

⇒ Map C1 (F-1)

☎ (032) 232-5036

但馬屋炭火焼肉

⇒ Map C1 (F-3)

Sumibi Yakiniku Tajimaya



☎ (032)232-0533
焼肉若松 Wakamatsu Yakiniku
 ↪ Map C1 (F-4)
 ☎ (032)232-5897
遊々亭 Yu-yu Tei
 ↪ Map C1 (F-4)
 ☎ (032)233-3093
夢屋 Yumeaya-Kihei
 ↪ Map C1 (F-4)
 ☎ (032)234-2551, 234-2388

その他 Other Cuisines

A & R's Seafood Haus
 ↪ Map C3 (A-1)
 ☎ (032)341-2232
Agus Coconut Garden
 ↪ Map C3 (C-3)
 ☎ (032) 505-4404
Anton's Restaurant
 ↪ Map C3 (B-1)
 ☎ (032)340-0468
Anzani / Bellini アンザニ
 ↪ Map C1 (C-2)
 ☎ (032)232-7375 /
 (032)236-0097
China Royale Shabu-shabu
 ↪ Map C1 (F-3)
 ☎ (032)422-6396
 台湾火鍋レストラン
Choi City ↪ Map C1 (F-1)
 ☎ (032)239-0800 / 239-0999
Choga 草原 ↪ Map C3 (B-1)
 ☎ (032)341-4762

David's Restaurant

↪ Map C1 (G-4)
 (032)231-0157
Guztavian グズタビアン
 ↪ Map C1 (F-1)
 ☎ (032)514-197, 344-6179,
 344-7653

Hola España オーラ・エスパニャ

↪ Map C1 (F-1)
 ☎ (032)344-6493/6149

Jungle Restaurant & Entertainment

↪ Map C3 (C-3)
 ☎ (032)580-1904

ジャズ・エンド・ブルース Jazz'n Bluz ↪ Map C1 (F-4)
 ☎ (032)232-6298

Kaoshiung Shabu-Shabu

↪ Map C3 (B-1)
 ☎ (032) 505-3765

Maya マヤ

↪ Map C1 (F-3)
 ☎ (032)238-9552/238-9618

Olio

↪ Map C1 (F-3)
 ☎ (032)232-3589

Orient Express

↪ Map C1 (F-1)

☎ (032)233-6323

Oyster Bay Seafood Restaurant

↪ Map C2 (C-3)

☎ (032)344-7038

Pizzeria Michelangelo

↪ Map C1 (F-1)

☎ (032)236-4297

Red House

↪ Map C2 (B-3)
 ☎ (032)346-2938

Royal Krua Thai

↪ Map C1 (F-1)
 Tel.(032)346-3588

Telefax.(032)344-2800

Rosewil's BBQ & Seafood

↪ Map C3 (D-2)

☎ (032) 505-2109

Taproom Pub

↪ Map C1 (E-1)

☎ (032)344-7653

Cinfandel Suites シンファンデル・スイート

シングル(1名様)

P 1,050.00/1日

ダブル(2名様)

P 1,250.00/1日

ペントハウス

P 2,750.00/1日

M.L. Quezon St., Cabancalan, Mandaue City, Cebu
 Tel No. (032) 505-8306 / 268-5897
 website: www.cinfandsuites.com
 email ad: info@cinfandsuites.com

NAVYマップで探せる!

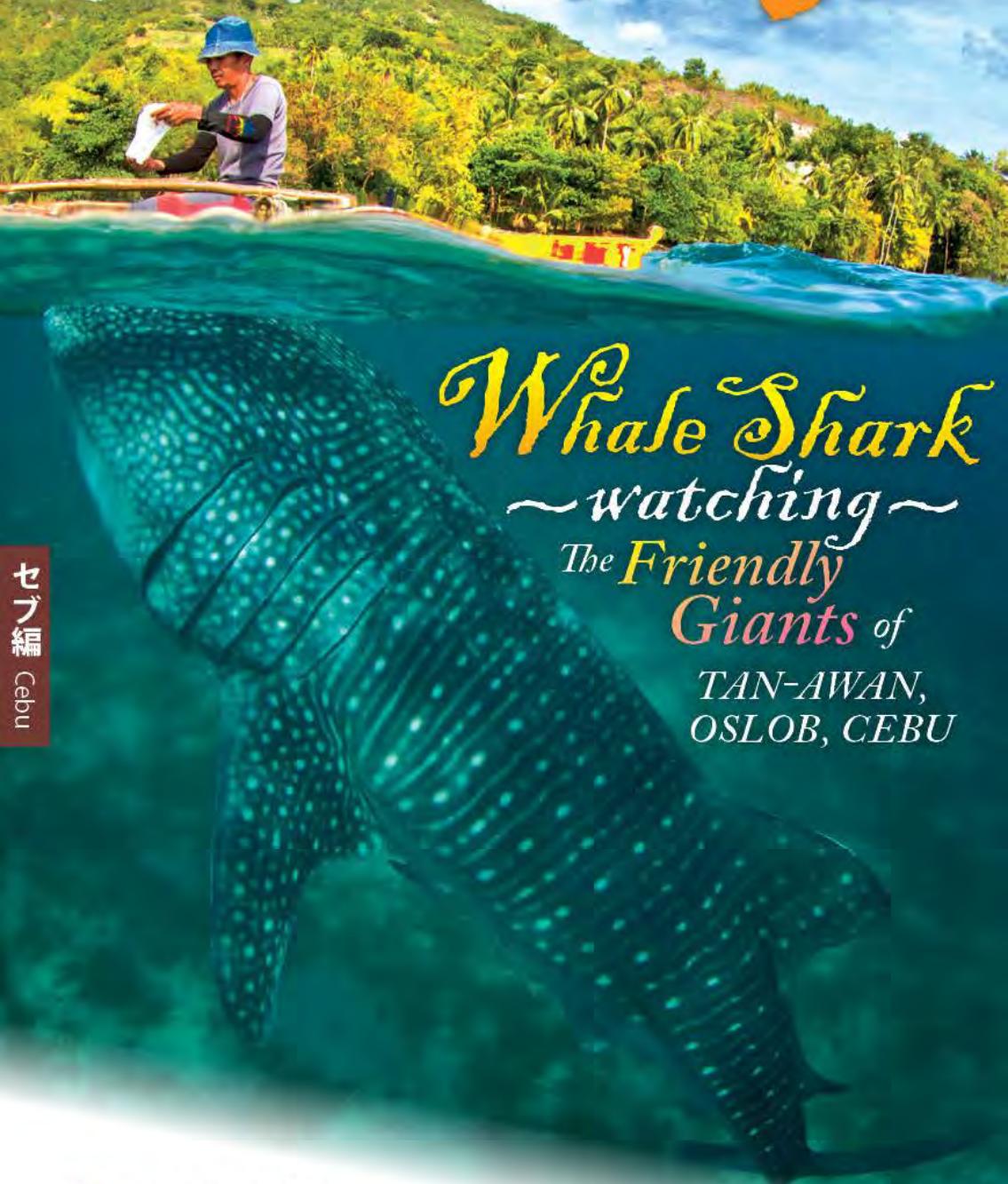
MAPC2-A1



セブ島
Mactan
マクトン島

在フィリピン日本国大使館
セブ駐在官事務所 ↪ Map C1 (E-5)
 ☎ (032)231-7321~22
Shin-Nikkien Network Assn., Inc.(SNN)
 新日系人ネットワーク ↪ MAP C2 (B-2)
 ☎ (032)343-3418 岡昭(理事長),
 川平健一(常務理事)
www.shinnikkei.net

セブのジンベイザメ



Whale Shark ～watching～ The Friendly Giants of TAN-AWAN, OSLOB, CEBU

セブ
編
Cebu

セブ島南端に近いオスロ
ブ町タンアワン村はセ
ブ市内からバスで約3
時間、東海岸に面した小さな漁
村だ。これといった観光名所も
産業もなく、外来客もほとんど
なかつた浜辺の村が今、巨大魚
「ジンベエザメ」の見学客でに
ぎわっている。

ジンベエザメは体長が10メー
トル以上にもなる大きな魚で、
サメとは名ばかりで性格はおと
なしく、ダイバーに人気がある

ことで知られている。この始
まりは昨年10月頃、韓国人ダ
イバーらがネットで流した数枚
の写真だった。ダイバーらは沖
合いで泳いでいるジンベエザメ
を見つけ、さっそくフェイスブッ
クで写真をアップロードしたと
ころ、またたく間に世界中のファ
ンにその存在が知れ渡つたらし
い。その後、うわさを聞きつけ

鉤を持つジンベエザメ

Photograph © Steve De Neef

た国内外のツアー客が「ジンベ
エザメ・ウォッチング」に次々と
訪れ始めたのだという。

砂浜で3人乗りの手漕ぎバン
カ(小舟)に乗り込みさっそく
ウォッチングに出発した。バン
カの客はほとんどは船上見学の
みの非ダイバーたち。100メー
トルも沖に出ると、もうジンベ
エザメの大きな背びれや尾びれ



口から大量の海水といっしょに小エビを吸い込んでいく

が海面から見え隠れしている。ジンベエザメは時々、餌をねだつてか、パンカの底に体をこすり付けてくる。尾びれでバシャッと海水をはじき上げそうになり思わずカメラを手で隠す。海面から青黒い色をしたジンベエザメの頭の一部が見える。白い斑点が細かく並んだ頭の幅は1メートル近くあり、平たく角ばっている。小さな目が頭の脇にちらりと見えた。「ウヤップ」と呼ばれる餌の小エビを、漁師がパンカから手づかみで海面に近づけると、餌付けされたジンベエザメが大きな口をパックリあけたまま、ゆっくりと海面すれすれに並んで泳ぐ。口から大量の海水といっしょに小エビを吸い込んでいく。体内のエラを使って餌だけをろ過する仕組み

らしい。口は頭と同じほどの大きさでサメのような歯はない。ジンベエザメは漁師によくなつき、「ティコイ(オスの子ども)」、「フェルミン(メス)」などの名前をもらって、友だちのようにかわいがられていた。水中眼鏡をかけた若いフィリピン人女性が水に飛び込み、ジンベエザメの背中をまたぐようにすればこれまで近づいて大はしゃぎしていた。

ジンベエザメが話題になった当初、昔から海でよく見かけていたこの巨大な魚の人気に地元の人たちは首をかしげた。バスで市内から次々にやってくる欧米人のバックパッカーや車で乗り付ける観光客。浜辺には公営の駐車場はないしトイレもシャワーもなかった。降って湧いたようなうれしい景気に町のバラングガイ(以下「自治会」)は対応に追われた。自治会のスタッフは急きよ、浜辺に臨時のテントを張り、仕事そっちのけで交代で受付を始めた。漁師は魚

を獲るのをやめて海のガイドになった。

「漁師やつても儲からないが、ジンベエザメのおかげで今では1日500ペソはかたい」と話すのは、漁師のセリスティーノ・ドゥレンスさん(53歳)。ドゥレンスさんは地元漁師で、ジンベエザメは子どものころから知っていたという。撒き餌欲しさに誤つて網に引っかかったこともあるらしい。自治会スタッフの一人で観光客にウォッチングの心がけをレクチャーしているリンダ・ラビステさん(57歳)も、「4歳の頃、祖母と浜を歩いているときにジンベエザメを見かけたことがある」と話す。オスロブ町から東に15キロほど行けば美しい海で知られるボホール島のバリカサグ島がある。この島はバラクーダやギンガメアジなどの大群が遊泳する国内有数のダイビングスポットだ。セブアノ語で「トウキ」、タガログ語で「フタンディン」との固有の呼び名があることから、ジンベエザメは、



浜辺で「ジンベイザメ見学10力条の掻(おきて)」レクチャーを受ける欧米の見学者

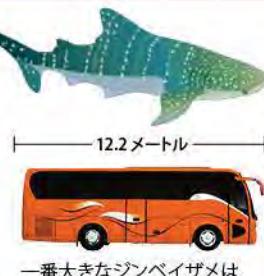


Photograph © Steve De Neef

何十年も前からこの海域を回遊してきたのであろうか。自治会によるとオスロブ町近海には現在、7、8頭のジンベエザメが確認されているという。

今年1月7日から、浜辺への

入場料が一律300ペソと決められた。自治会によると、収入はオスロブ・リゾート・レーション委員会が管理、その60%が自分のバンカで見学者を案内する漁師に支払われ、残りがトイレ・シャワー室など、会場施設の維持管理費に充てられる。また、「ジンベエザメの都」と呼ばれているビコール地方ソルソゴン州ドンソル町の保護規則にならって、「ジンベエザメ見学10力条の掲(おきて)」を作成、見学者には約10分間のレクチャーを義務



12.2メートル
一番大きなジンベイザメは
体長12.2メートル

付けている。「10力条」には「触ってはだめ、乗ってはだめ。漁師の指示は尊重し従うこと。ジンベイザメが餌を食べているときは口から2メートル以内に近寄らない」などの

ほか、「ときどき漁師と勘違いし餌をねだって近寄るかもしれないが、怖がらないこと」な

ど楽しそうな内容もある。

魚用の撒き餌でいつの間にか餌付けされたジンベイザメと、地元漁民が共存共栄する漁村オスロブ。「この村からジンベイザメがいなくなったらどうするの」とにわかガイドで漁師のドゥレンスさんに聞いてみたら、「そんなことはあり得ないよ、昔からいたんだから。でももしそうなったらまた海に出て魚を獲ればいい、なんとかやっていけるよ」。(編)

行き方 How to Get There

オスロブ町タン・アワン村(Barangay Tan-awan, Oslob)への行き方(バスの場合):セブ市内の「サウスバスターミナル(South Bus Terminal)」からオスロブへ行きバスに乗る。セブ市からオスロブまで117キロ、バスで約3時間。料金は1人150ペソ。乗務員に「Whale Shark Watching」あるいは「ブタンディン」と言えば降車場所を教えてくれる。

詳しい情報は、「Whale Shark Watcher's Organization」まで

E-mail: whalesharkwatchers@gmail.com

リゾート入場料:1人300ペソ、救命胴衣利用料:30ペソ、荷物預かり料(1個):10ペソ、サンダルレンタル:10ペソなど。(漁師さんへのチップは各自)

*料金は2012年1月現在のもの

ゲスト一人一人に心のこもったケアと 安全第一のダイビングがモットー!

NAVYマップで探せる!
MAPC3-D3



日本人インストラクターが6人常駐!! ダイビングが初めての方や
お一人で参加される方に安心。少人数、安全そしてきめ細かなサービスで快適
なダイビングを約束♪またセブ島の南サンサンダーとモアルボアルにも支店
(もちろん日本人インストラクター常駐)がありますので、マクタン以外の海
を潜りたいダイバーの方は、ぜひこちらも潜ってみてください。

Mactan店には
日本人経営の
Anemone Resort

Buoyong Maribago,
Lapu-Lapu City, CEBU
Tel. (032)495-8372
Cell. (0917)321-6349
Fax. (032)495-7728



Moal Boal店

Panagsama Beach
Moal Boal, CEBU
Tel. (0917)631-3346

Santander店

c/o Lubi Resort Santander
Poblacion, Santander, CEBU
Tel. (032)480-9038
Fax. (032)480-9025



日本人経営のAnemone Resort

Navi Manilaを見て事前に
ダイビングを予約された方

オリジナルTシャツ

+ランチ無料!



Dulcinea

Suites Hotel

ぜいたくな一時を

最高の生活、心地よさを



設備

- ・全室、ロビーにエアコン
- ・インターネット無料(無線)
- ・液晶テレビ設備、CATV
- ・ミニカウンター／冷蔵庫
- ・電話
- ・洗濯・アイロンがけサービス
- ・バスタブあり、温水利用可
- ・24時間ルームサービス利用可
- ・海、街並みを一望できます
- ・ペットには形状記憶マットレストッパー

プロモパッケージ 2,500ペソ

これも含める:

- ・Café Dulceにて2人分の朝食付
- ・Café Dulceにて飲み物のクーポンあり
- ・24時間、空港への無料送迎

3rd Floor Shangs Mactan Town Center
M.L. Quezon National Highway,
Lapu-Lapu City, Cebu, Philippines 6015

Trunkline Nos.: (+6332) 495.2741 / (+6332) 494.1585
E-mail Address: info@dulcineahotel.com
Website: www.dulcineahotel.com

MAPC3-B1

セブ編
Cebu

神楽 KAGURA

居酒屋・健康ランド温泉

金★土の
夜はライブ
バンド演奏
あり!!



メニュー例

ねぎま	P40
ぎょうざ	P100
刺身盛り合わせ	P350
ラーメン	P200

ほか250種類以上のメニュー!

●24時間営業●

午前11時から午後12時までは通常営業、午後11時から翌朝11時までは深夜、早朝メニューにて営業。

当店は、お風呂＆マッサージを併設する居酒屋です。セブご在住の日本人はもちろん、ツーリストや地元セブの方々にもご好評を頂いております。無線LAN設置ですので、店内ならどこでもインターネットに接続できるなど、嬉しいサービスもございます。豊富なメニューは250種類ございます！

マッサージ＆お風呂

お仕事やゴルフ、ダイビング後のリラックスなどに最適です。一日の疲れた身体を当店自慢のお風呂でゆっくりとほぐし、マッサージサービスもあわせてご利用くださいませ。サウナ、ジャグジーも整っています。全身マッサージ、足マッサージ、オイルマッサージ、リラクゼーションなど女性の方も快適にご利用になります。ご利用のエリアは男女に分かれており、ご家族、カップルでのご利用にも対応することができます。皆様のお越しを心よりお待ちしております。



Tel. No. (032) 346-0088 A.S. Fortuna Street, Mandaue, CEBU

フィリピンビジネスの虎の巻

フィリピン 英文財務会計 虎の巻

HANDBOOK ON
FINANCE AND ACCOUNTING PRACTICES
IN THE PHILIPPINES

八重樫 俊行 著

We credited Php5,000.00
to your account.

この意味が分かりますか??
解答は本書にて!

会計の経験があまりない日本人の経営者や
マネージャがフィリピンにおける
英文財務会計を理解するのに役立ちます。

フィリピン 虎の巻

検索



好評発売中

価格(フィリピン国内送料・税込)

3,800ペソ

セブ編
Cebu

2010版

フィリピン労働法に基づく

フィリピン 賃金・手当 虎の巻

HANDBOOK ON
WORKERS' STATUTORY
MONETARY BENEFITS

BUREAU OF WORKING CONDITIONS
DEPARTMENT OF LABOR AND EMPLOYMENT
2010

対訳

フィリピンでビジネスする上で必読です。
(電子部品製造 著者)

単純な翻訳に終わらない、
エッセンスが詰まつた一冊です。
(大手食品メーカー 人事部)

フィリピンでの事業展開の際の
準備するものリストに追加しました。
(ソフトウェア開発会社 社長)

業務中に何度も開きます。
(製造業 営業部)



好評発売中

価格(フィリピン国内送料・税込)

8,800ペソ

労働雇用省が2010年に発行した
Philippine Monetary Benefit Handbookの対訳版で、
賃金・諸手当に関する労働法が簡潔にまとめられています。

出版・販売



YAEGASHI
INTERNATIONAL ENTERPRISE

YAEGASHI INTERNATIONAL ENTERPRISE

B1/L43 VILLA DEL RIO-MACTAN, BABAG, LAPU-LAPU CITY 6015

Tel/FAX: +63(32)496-7627 Mobile: 0915-437-8286

URL: <http://www.yaegashi-int.biz/> Email: cristi@yaegashi-int.biz

NAVIMAPPAで探せる!

MAPC3-A4

Green One Hotel & Homes

グリーン ワン ホテル アンド ホームズ

セブ初!

セブ島に初めて!!

日本人経営の日本人のための

2泊3日の観光から短期、中・長期滞在に最適な
ホテル型滞在施設

- 冬の寒い時期だけ暖かいセブ島で過ごす...渡り鳥型滞在
- 将来の移住のためのお試し滞在...ブチ移住滞在
- あなたの大切な人のための...介護*介助型滞在

マリンスポーツ、ゴルフは1年を通して楽しむことが出来ます。
セブ島の暖かさは病中、病後のリハビリに最適な気候です。

Green One Hotel & Homes

SIKUL CEBU - D. CORP.

618 Lawis Suba Bas-bas, Lapu-Lapu City Cebu.

TEL : 32-514-4070-73 日本語対応可能

MOBILE : 0915-583-6126

WEB : <http://green-one-hotel.com>



Green One Hotel & Homes

Philippines Cebu

NAVIマップで探せる!
MAPC3-B4



その他の施設:

- 野外ガーデンレストラン
- 野外遊泳プール
- 歩行リハビリプール
- マッサージルーム

2012年3月現在建設中

宿泊・滞在料金

1泊朝食付き (スタンダード) 3,000ペソより
1ヶ月3食付き (スタンダード) 55,000ペソより

全室共通事項

バスタブ、簡易キッチン、
壁掛け式エアコン、大型冷蔵庫、大型テレビ、(各パナソニック社製)

Finest & First
Established
Spa in Mactan.

cebu prana spa

SPA PACKAGE (料金には12%の付加価値税が加算されます。)

プラナ・ブリス 3時間 P4,500

フットセラピー、ボディースクラップ
フルーツラップ、フルボディーマッサージ
フェシャル・トリートメント、フラワーパス

オリエンタル・タッチ 2時間10分 P2,700

フットセラピー、ストーンマッサージ、
フェシャル・トリートメント

ソウル・トリートメント 2時間30分 P3,700

フットセラピー、ボディー・スクラブ
フルーツラップ、フルボディーマッサージ
フェシャル・トリートメント、ミルクバス

アイランド・シェスタ 1時間45分 P1,800

フットセラピー、アロマセラピーマッサージ
フェシャル・トリートメント

MASSAGE

アロマセラピー・マッサージ 1時間 P1,200

指圧マッサージ 1時間 P900

ストーンマッサージ 1時間10分 P1,300

ヒロットマッサージ 1時間10分 P1,500

Tel/Fax: (032) 505-0729
Mobile No: 0917-320-0409
0915-891-3775(日本語対応)

営業時間: 10:00 - 23:00

(予約は午前7時30分までにお願いします。)

※マクタン内送迎無料

E-mail: cebuprana@gmail.com

住所: Datag Maribago, Lapu-lapu City, Cebu
www.cebuprana.com



1 Fort Bonifacio • Global City

保存版 フォートボニファシオ・グローバルシティ





マカティとボニファシオで コンドミニアムをお探しですか?

レンタルと売ユニットの両方ございます。

(大手デベロッパーの物件のみ)

スタジオタイプ、1・2・3ベッドルーム

お部屋やモデルユニット見学など

ご案内いたします。

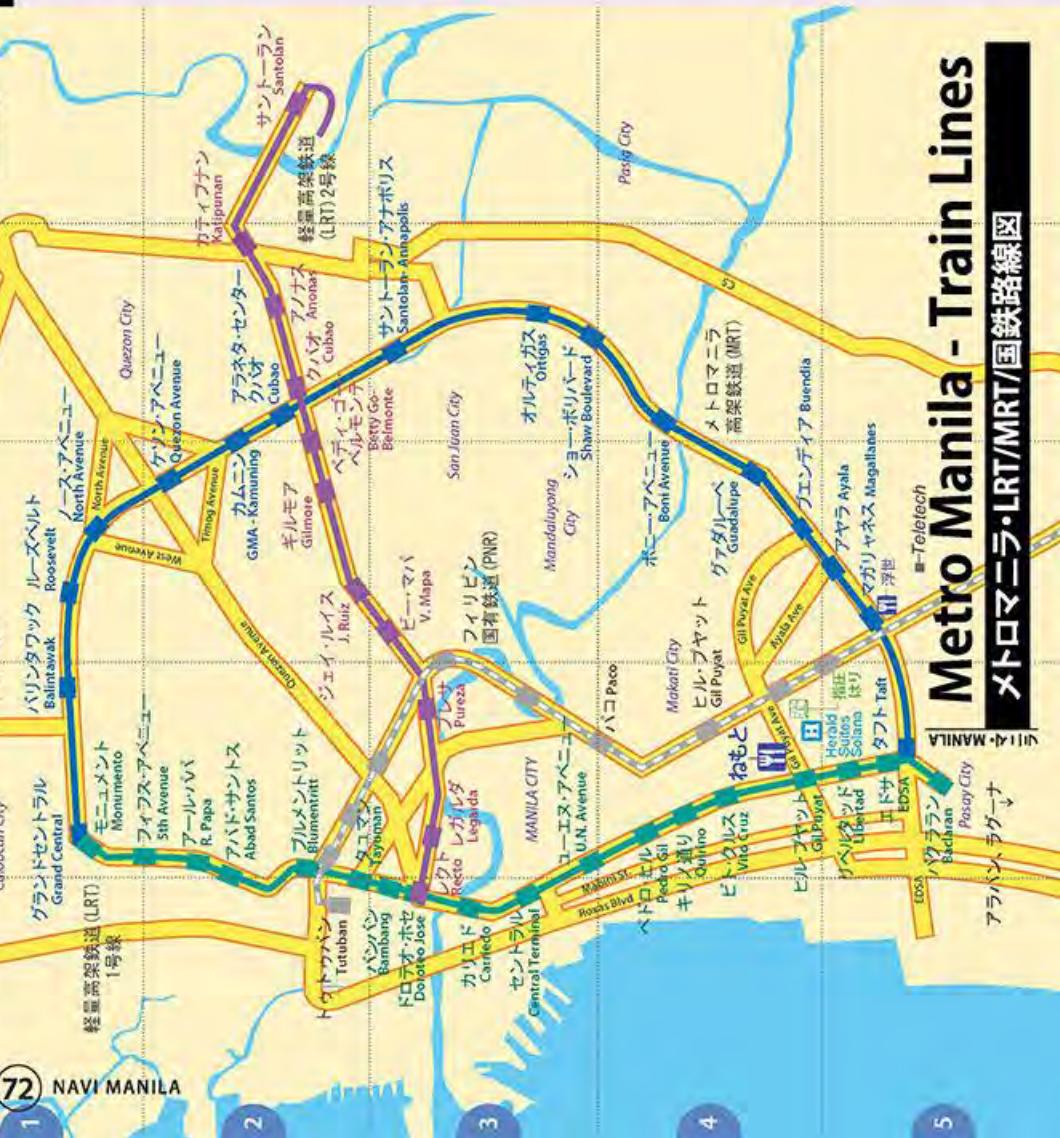
詳しく述べ Ms. Geraldine Rabara まで

携帯 : (0917)529-8885

電話 : (02)216-3630

Email: g_rabara@yahoo.com





(クローバル・シティ)
Map 5-1
☎ 789-7700, Loc. 5088
来田(きただ)



旅行代理店

アティックツアーズ
Map 8-1(G-2)
☎ 526-6301 to 08

BCT Batanes Travel
Map 4-0, 6604, 6354819

ベストラベル
Map 3-1(A-2)

☎ 810-3895, 893-4313

ディスカバリーツアー
Map 2-1(D-3)

フレンドシップツアーズ
Map 3-1(5)

エイチ・アイ・エス(H.I.S.)
Map 1-(G-6)

915-0351 ~ 53

ジユネムトラベル&ツアーアー
Map 8-1(1)

マカティメイカルセンター
Map 2-1(A-5)

神戸クリニック(アラバン)
Map 1-(5)

東京ヘルスリンク
Map 3-1(5)

メイカルセンター
(アラバン)
Map 772-2678/2679

ナモトトラベル&ツアーズ
Map Metro Manila-1(B-4)

リツアーズ&トラベル
Map 3-1(5)

mall of Asia:
Map 8-1(-4)

JHD ジャパンヘルプデスク
Map 5-1(C-2)

セントラル・メティカル
センターネット
Map 3-1(5)

24時間ホットライン
Map 3-1(5)

アラヤカス Megalithates
Map 3-1(5)

マガリヤカス 浮世
Map 3-1(5)

ヒルサイド
Map 3-1(5)

マリンド
Map 3-1(5)

タフトタクシー
Map 3-1(5)

エドサ
Map 3-1(5)

アラバ、ラグーナ
Map 3-1(5)

Manila: Map 8-1(G-2)
☎ 525-0606, 522-9074



航空会社
(国際線)

全日空 ANA
Map 2-1(A-5)

マカティ: ☎ 553-8000

キャセイパシフィック航空
Map 2-1(B-5)

予約: ☎ 757-0888
マカティ: ☎ 757-1313/2436-37

中華航空
Map 2-1-24

マカティ: ☎ 521-5287

日本航空 JAL
Map 2-1(B-5)

予約: ☎ 523-8001-24
マカティ: ☎ 521-5287

ジャパンツーリズム
Map 2-1(B-5)

ショーパンデスク ☎ 886-6868/6999
空港事務所: ☎ 832-2781

デルタ航空
Map 2-1(B-5)

予約: ☎ 841-8800
マカティ: ☎ 841-8800

バキスタン航空
Map 2-1(B-5)

予約: ☎ 818-3711

フィリピン航空
Map 2-1(B-5)

予約: ☎ 855-8888, 855-9999
国際空港: ☎ 819-5683

タイ航空
Map 2-1(B-5)

予約 Reservation:
☎ 812-4744/4812
マカティ: ☎ 812-4812

空港
Map 2-1(B-5)

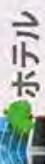
マカティ: ☎ 834-0366/68, 831-5987



航空会社
(国内線)

エア・フィリピン
Map 3-1(5)

予約 Reservation ☎ 855-9000
マカティ: ☎ 892-1459



ホテル

Dusit Thani Manila
Map 3 - (I-5)

238-8888
国内空港: ☎ 851-2180

Makati Shangri-La Hotel
Map 3 - (G-1)
813-8888

Mandarin Oriental Manila
Map 2 - (D-4)
750-8888

New World Hotel
Map 3 - (F-4)
811-6888

Heritage Hotel
Map 8 - (H-1)
854-8888

Diamond Hotel Philippines
Map 7 - (C-5)
528-3000

Hyatt Hotel & Casino Manila
Map 7 - (B-5)
245-1234

City Garden
Map 6 - (E-3)
536-1451

City Garden Makati
Map 2 - (D-2)
899-1111

Herald Suites
Map 3 - (A-4)
759-6270-81

Herald Solana
Map メトロマニラ - (B-4)
844-7733

Lotus Garden
Map 6 - (F-3)
522-1515

Network Hotel
Map 8 - (D-2)
536-7777

NTT Hotel
Map 3 - (A-4)
840-5210

Vivere
Map 7 - (C-4)
711-7777

The Daily Manila Shimbum
PRA 日本人俱楽部
新日本人俱楽部ワーキング
JP Rizal

UCPB
Map 1 - (J-1)
840-1424 ~ 27, 840-1596

PRA 日本人俱楽部(会長: 家田昌彦)
Map 2 - (B-1)
897-5660

フィリピン通航厅 (PRA)
Map 2 - (D-4)
848-1412 Fax 848-1411

北レゾン日本人会 (JANL)
(代表: 小国秀宣)
Telefax: (074) 442-4708
http://janl.exblog.jp/10/

マニラ日本人学校
Map 2 - (A-5)
892-3233, 816-6877

マニラ日本人学校
Map 1 - (J-1)
840-1424 ~ 27, 840-1596

PRA 日本人俱楽部(会長: 家田昌彦)
Map 2 - (B-1)
897-5660

フィリピン通航厅 (PRA)
Map 2 - (D-4)
848-1412 Fax 848-1411

北レゾン日本人会 (JANL)
(代表: 小国秀宣)
Telefax: (074) 442-4708
http://janl.exblog.jp/10/

JAI 日本航空
Map 3 - (A-4)
840-5210

Vivere
Map 7 - (C-4)
711-7777

国内空港: ☎ 851-2180
ゼスト・エアー-
予約: ☎ 855-3333
Makati: ☎ 888-2003-04
国内空港: ☎ 851-8888, 853-1975

セ・ブ・パシフィック
予約: ☎ 702-0888
Makati: ☎ 893-9607-~08/9614/9621
国内空港: ☎ 852-2328/1223

フィリピン航空
予約: ☎ 855-8888
Makati: ☎ 892-7339
国内空港: ☎ 877-1109

シーエーアー-
Makati: ☎ 843-7308
国内空港: ☎ 851-5555

マカティ市・サルセドビレッジ



大使館。
在フィリピン日本国大使館

邦人関係機関
在フィリピン日本国大使館
《領事部直通》 ☎ 834-7508
邦人団體ホットライン
☎ 551-5786

マニラ日本人会
Map 2 - (A-4) (G-2)
810-7909, 815-3559
フィリピン日本人商工会場所
Map 2 - (A-4) (A-5)
892-3233, 816-6877

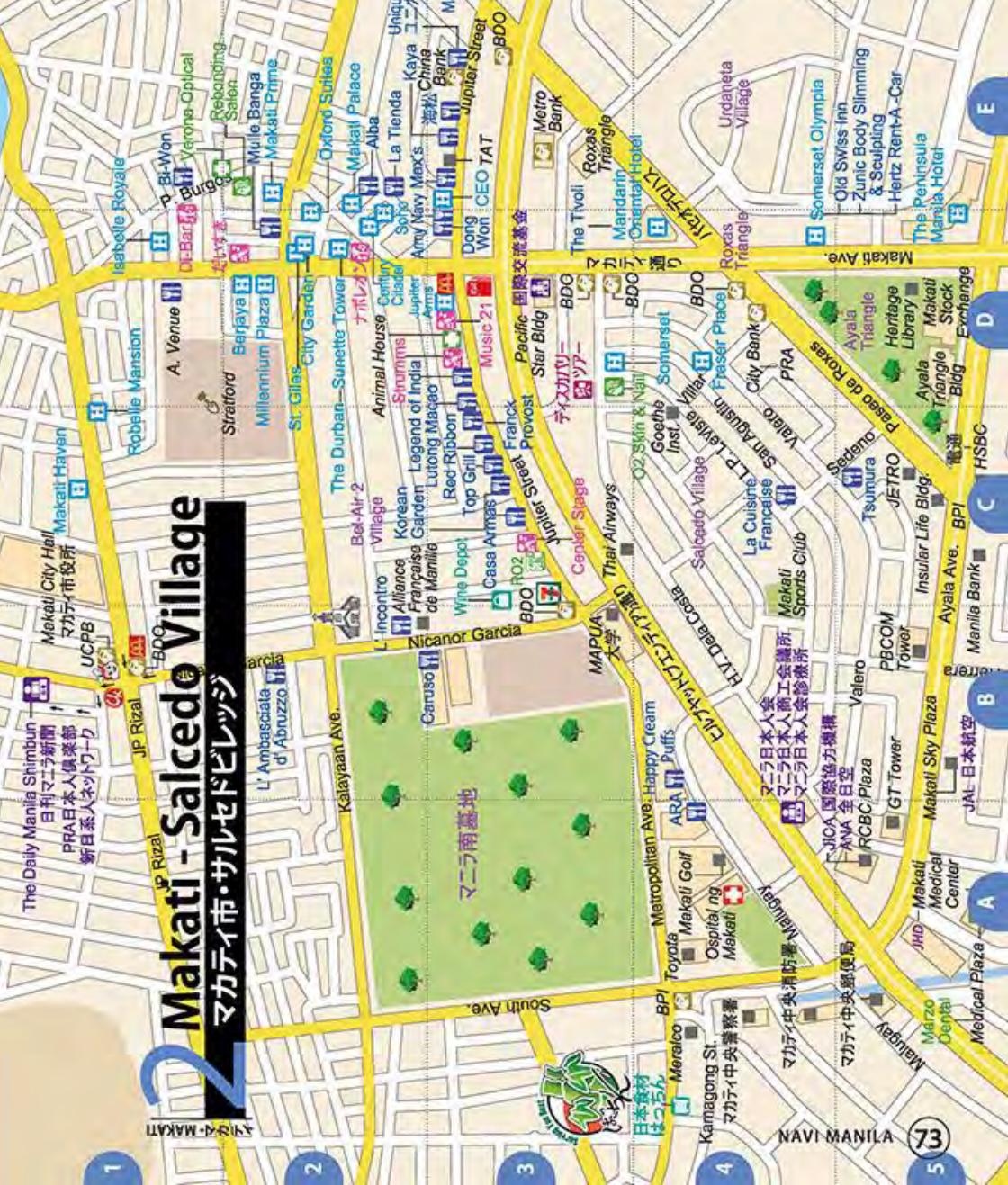
マニラ日本人学校
Map 2 - (A-4) (G-2)
840-1424 ~ 27, 840-1596
PRA 日本人俱楽部(会長: 家田昌彦)
Map 2 - (B-1) ☎ 897-5660

フィリピン通航厅 (PRA)
Map 2 - (D-4)
848-1412 Fax 848-1411
北レゾン日本人会 (JANL)
(代表: 小国秀宣)
Telefax: (074) 442-4708
http://janl.exblog.jp/10/

マニラ日本人会
Map 2 - (A-5)
892-3233, 816-6877

マニラ日本人学校
Map 1 - (J-1)
840-1424 ~ 27, 840-1596
PRA 日本人俱楽部(会長: 家田昌彦)
Map 2 - (B-1) ☎ 897-5660

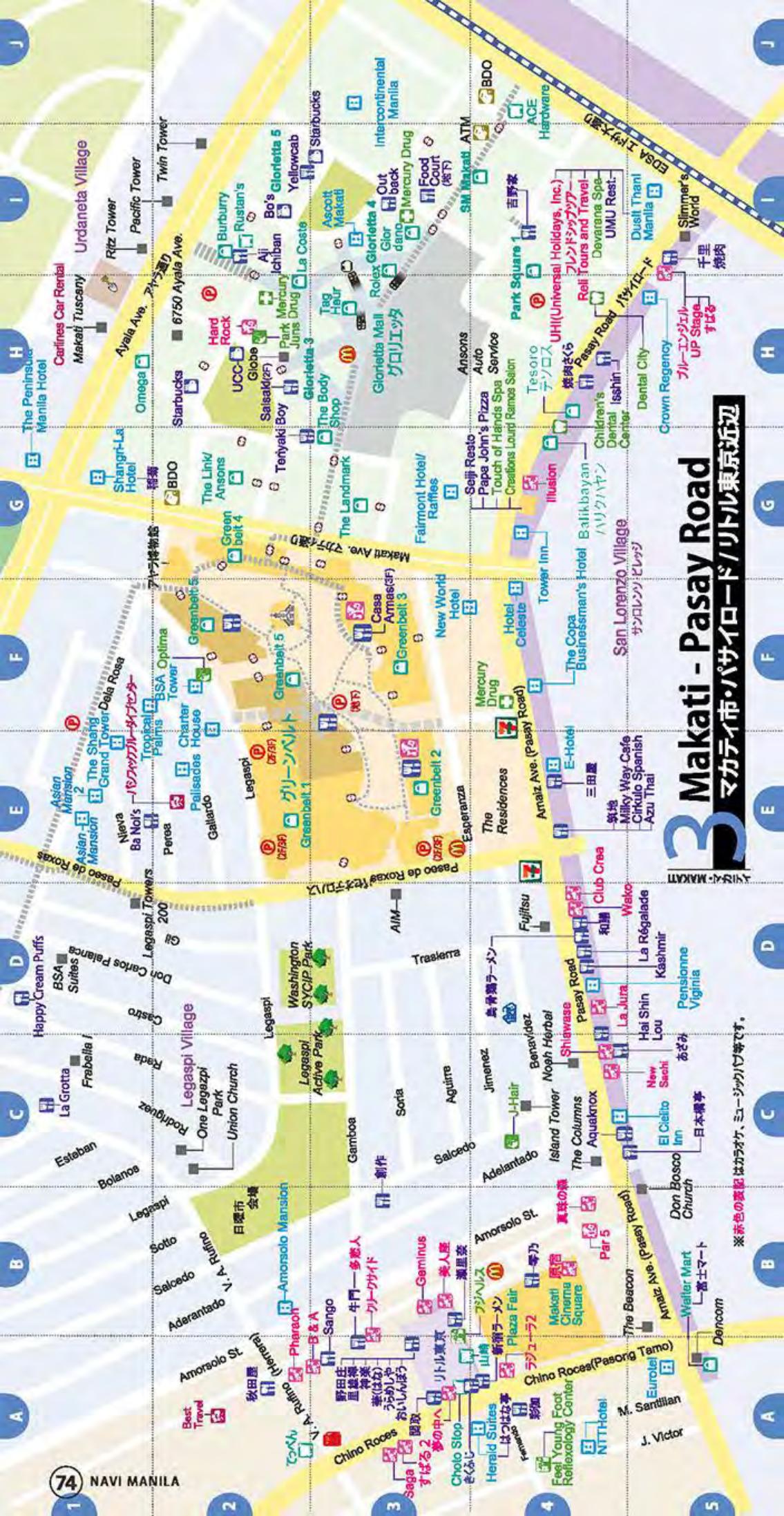
フィリピン通航厅 (PRA)
Map 2 - (D-4)
848-1412 Fax 848-1411
北レゾン日本人会 (JANL)
(代表: 小国秀宣)
Telefax: (074) 442-4708
http://janl.exblog.jp/10/



マカティ市・パサイロード/リトル東京近辺

3

*赤色の表記はカラオケ、ミュージックバー等です。



日本料理

マカティ市 Makati City

山崎 Yamazaki
⇒ Map 3 - (A-3)
☎ 894-3876, 816-7608

彩香 Saika
⇒ Map 3 - (A-4)
☎ 893-2163 Fax 893-2162

マニラ市 City of Manila
吉祥 Kitcho
⇒ Map 8 - (C-3)
☎ 523-7011 loc. 2312/2313

絆やし Matsuriibayashi!
⇒ Map 3 - (A-4)
☎ 568-4440

源義 Sanya
⇒ Map 1 - (B-3)
☎ 894-3855 Fax 894-3741

杉 Sugi
⇒ Map 3 - (B-4)
☎ 559-9871

源義 Sanya
⇒ Map 1 - (B-3)
☎ 894-3855 Fax 894-3741

源義 Sanya
⇒ Map 1 - (B-3)
☎ 867-0306 Fax 812-0314

UMU
⇒ Map 3 - (I-5)
☎ 813-475 Fax 812-6228

あさみ Azami
⇒ Map 3 - (C-4)
☎ 812-0306 Fax 812-0314

はづな亭 Hana-Tel
⇒ Map 3 - (I-5)
☎ 759-6388, 759-6270

仲樂(お好み焼き) Kagura
⇒ Map 3 - (A-3)
☎ 893-7319

寿司 Tsurumi Sushi
⇒ Map 3 - (E-4)
☎ 843-4285, 812-2913

寿司 Tsurumi Sushi
⇒ Map 3 - (E-4)
☎ 887-4848/4849/4850

浮世 Ukiyo
⇒ Map 3 - (A-3)
☎ 893-0509 Telefax 898-0718

月月 Mangetsu
⇒ Map 2 - (B-4)
☎ 407-9387 Fax 555-1083

くつ竹 Kuretake
⇒ Map 4 - (D-4)
☎ 893-0509 Telefax 898-0718

月月 Mangetsu
⇒ Map 2 - (C-3)
☎ 478-3392

日本橋亭 Nihonbashi Tei
⇒ Map 3 - (C-5)
☎ 818-8893/818-8894

野庄亭 Noda Sho
⇒ Map 3 - (A-3)
☎ 840-2741

Riozen 里膳
⇒ Map 3 - (A-3)
☎ 894-3915/22

さくら焼肉 Sakura Yakiniku
⇒ Map 3 - (H-4)
☎ 844-4489/4427

三田 Sandaya
⇒ Map 3 - (E-4)
☎ 893-2039 Telefax 819-2672

岡原 Sekitori
⇒ Map 3 - (A-3)
☎ 813-2210

銀城流 Jojoen
⇒ Map 7 - (D-3)
☎ 536-0618, 559-9804

吉祥 Kitcho
⇒ Map 8 - (C-3)
☎ 523-7011 loc. 2312/2313

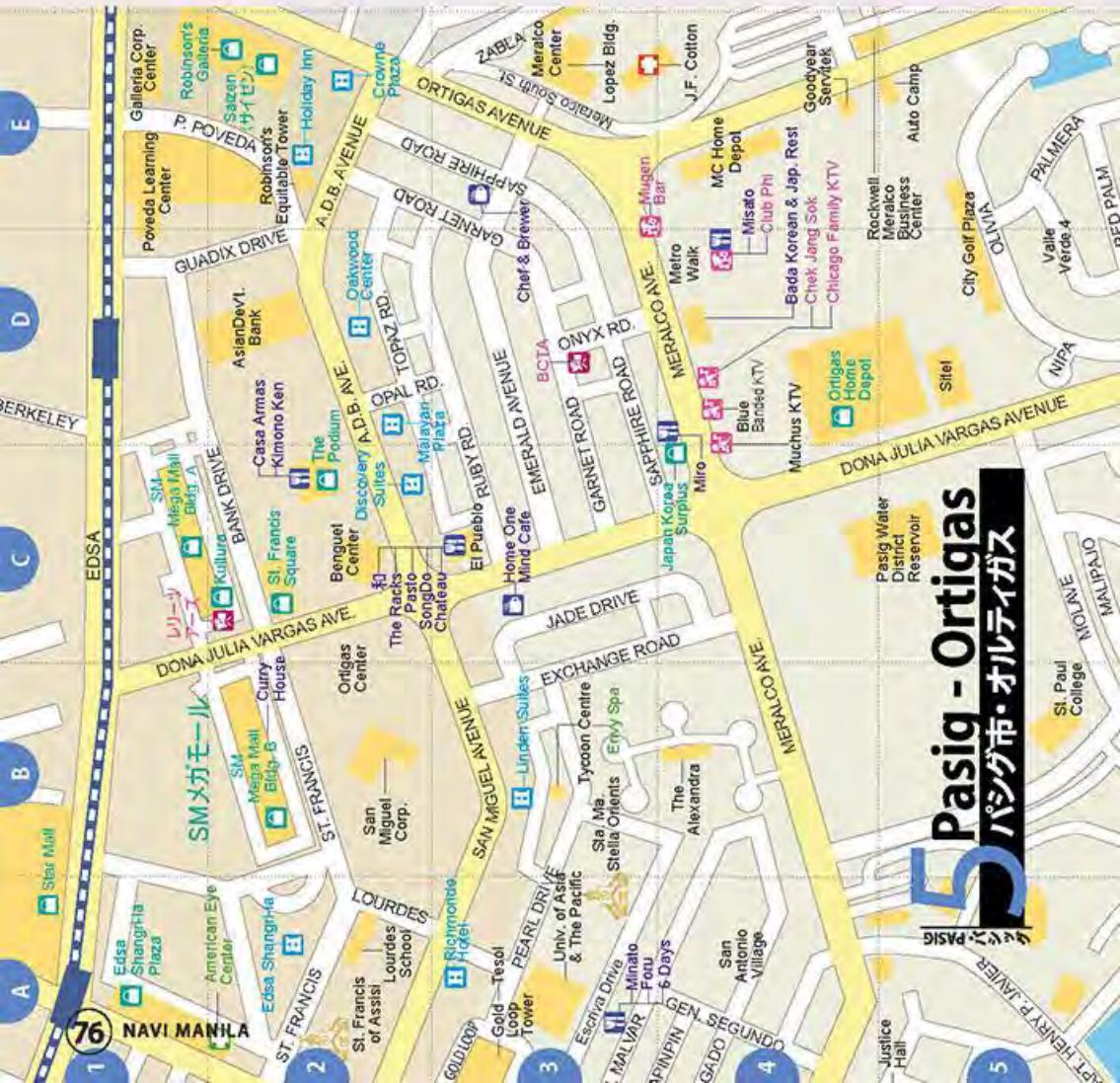
Makati - Rockwell

マカティ市・ロックウェル

マカティ市・ロックウェル



アラバランガ	899-0638~39, 899-0635
La Grotta	Map 3 (C-1) 817-3306, 894-1320
フランス料理	La Regaleade French Bistro Map 3 (D-4) 750-2104/750-2105
インド料理	カシミール Kashmirl Makati: Map 3 (D-4) 844-4924 Fax 844-4927 Manila: Map 6 (F-2) 524-0851 Fax 523-1521
アジア料理	Chesa Blanca Swiss 815-1359, 840-3771 Fax 817-1217
アクアノックス Aquaknox	Cave Wardenberg Wine Bar 892-0128 Fax 817-1217
スペイン料理	I'm Angus Steak House 892-6206
日本食材店	日本食材店
カシミール Kashmirl	富士マート Fuji Mart 本店: Map 7 - (D-3) 525-4270, 522-0303 マカティ店: Map 3 - (A-5) 894-3812
マカティ店	はつちん Hatchin マカティ店: 890-1649, 890-5038, 897-2707
アラバランガ	カナディーマーク店: 833-8905 Telefax 834-1384
アラバランガ	マビニ店: 890-4123 Telefax 895-1651
アラバランガ	アヤラ Center: Map 3 (B-2), (C-5) 757-2710/2711
アラバランガ	Global City: Map 1 - (H-6) 833-4546 Telefax 632-1736
アラバランガ	La Tienda Map 2 - (E-2)
アラバランガ	和 (なごみ) Nagomi Map 5 - (C-3) グローバル・シティ Global City
アラバランガ	東 Izumi Sake Bar Map 1 - (B-4) 856-4090
アラバランガ	ミヅキ Mizuki Bada Korean & Jap. Rest Chek Jang Sot Chicago Family KTV
アラバランガ	モグ Mogu Map 1 - (G-5) 856-0718, 856-0597
アラバランガ	トキ Toki Map 1 - (D-3) 856-7295
アラバランガ	カルピコ Ristorante 843-7286 Fax 817-1217
アラバランガ	L'Incontro Map 2 (B-2)



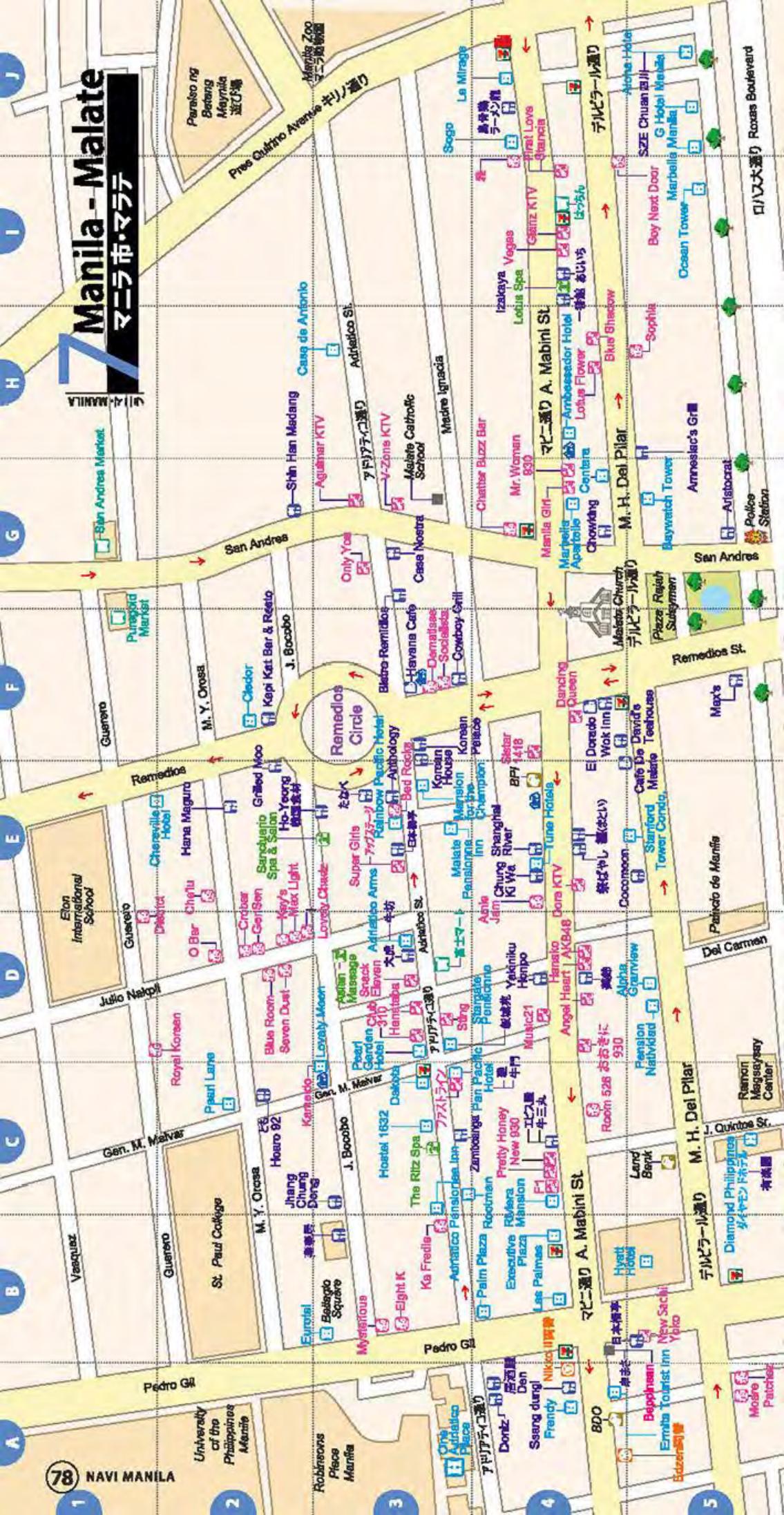
6 Manila - Ermita



※赤色の記号はカラオケ、ミュージックバー等です。

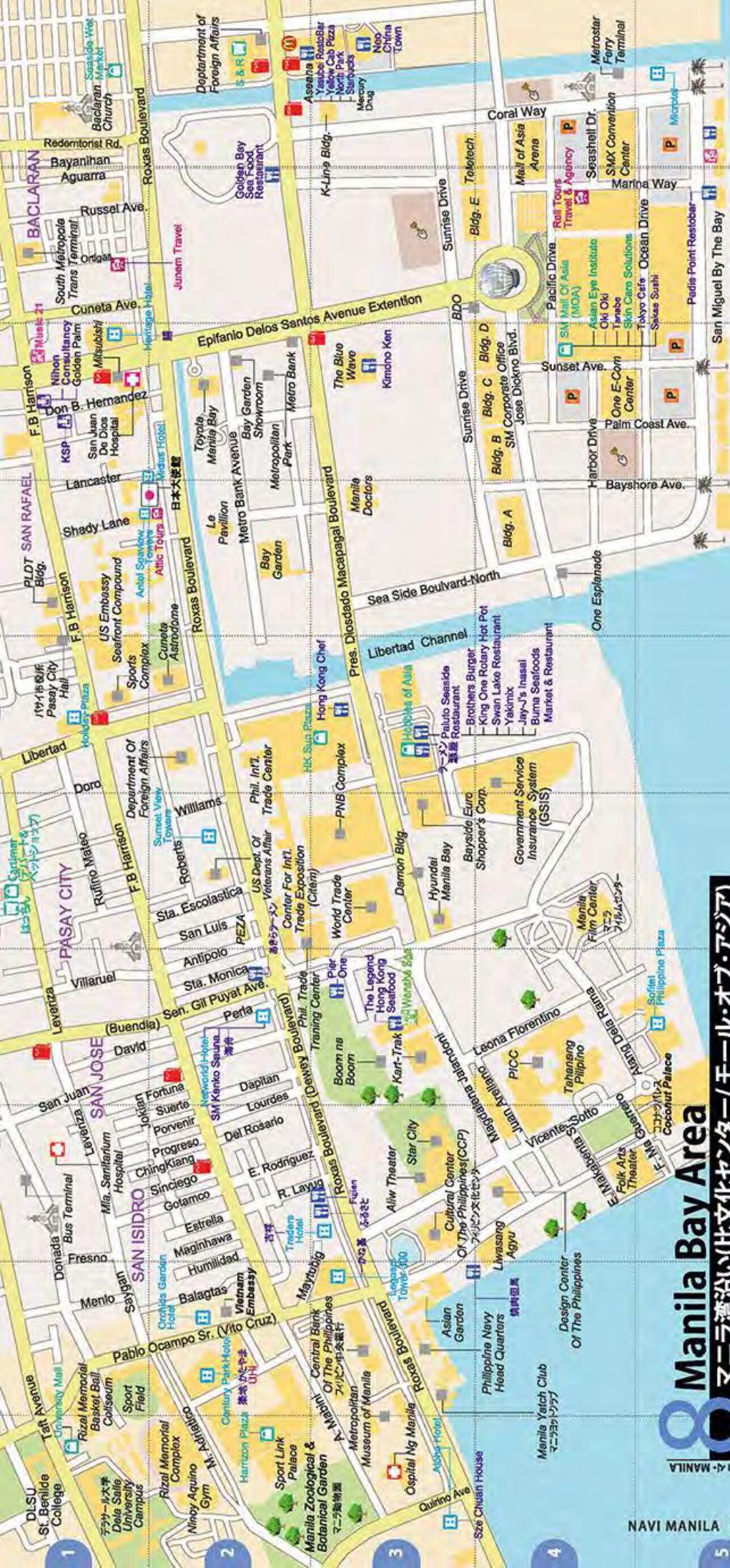
7 Manila - Malate

マニラ市・マラテ



マニラ湾沿い(北文化センター/モール・オブ・アジア)

MANILA



首都圏から南の郊外にある5つ星の豪華ホテル、*Vivere*。
卓越したきめ細かなサービスに支えられた*Vivere*は、
美しい芸術作品であり、優雅な織物であり、
そしてモダニズムの代表です。



バタンガス州アニラオにある
トロピカル世界の玄関口リゾートまで、



ぜひお越しいただき、最高の
ライフスタイルをご体験ください。



5102 BRIDGEWAY AVE. FILINVEST CORPORATE CITY,
ALABANG, MUNTINLUPA, PHILIPPINES

VIVERE
AZURE

SITIO AGUADA, SAN TEODORO, ANILAO,
MABINI, BATANGAS, PHILIPPINES

TEL NO (632) 771 7777 FAX NO (632) 771 0158
www.viverehotel.com.ph www.vivereazure.com info@viveresuites.com



Personal Banking

貴方も私もBDO。ようこそBDOへ!

- 何時でも何処でも貴方の口座(全国750店のネットワーク)
- 何処でも便利なATM(全国1500台以上設置)
- BDO クレジットカードで楽しめるポイントサービス



BDOをお気軽にご利用ください。

We find ways®

お客様の課題を理解すること。

- 業種に応じた広い知識があり、お客様の事業の本質を理解します。

お客様に現実的かつシンプルなソリューションをご提供すること。

- ご要望に合わせカスタマイズされたソリューション、そして合理的なソリューションをご提供します。

これはわたくしたちキヤノンスタッフがいつも心がけている大事なこと。

**お客様のちょっと気軽に
頼れるパートナーに。**

キャノンBIS(Business Image Solution)とのパートナーシップ
そしてビジネスソリューションについてご興味のある方は
(632)812-0045までお気軽にお電話を
ください。お待ちしております。

Business Can be simple

Asami Kawahara
Canon Marketing (Philippines), Inc.
7/F, Commerce & Industry Bldg.,
Campus Ave., McKinley Hill,
Fort Bonifacio, Taguig City 1634

Trunkline : (632) 884-9090
Direct Line : (632) 812-0045
Fax Line : (632) 556-1456
asami_kawahara@canon.com.ph
customer_assistance@canon.com.ph
www.canon.com.ph

CANON Customer Service Centers

MAKATI CITY
3rd Floor, Southpark Plaza, Lot B, Block 4, Phase 1,
Santiago St., Paseo De Magallanes Commercial Center,
Brgy. Magallanes, Makati City
Tel. No.: (63 2) 884-9000

MANDALUYONG CITY
Liberty Center, Freedom Plaza
Ground Floor Retail Row Unit 1 & 2,
Shaw Boulevard
Tel. No.: (63 2) 884-9000

VISAYAS REGION OFFICE
Unit 15, The Gallery, Golem Drive,
Juan Luna Avenue, Mabolo, Cebu
Tel. Nos.: (032) 233-5735 / 231-4165
233-3862 / 233-4165

MINDANAO REGION OFFICE
Units 1, 2 & 3 Bajada BB Building,
JP Laurel Avenue, Bajada, Davao
Tel. Nos.: (082) 226-2050 / 227-3820
227-8929

CENTRAL LUZON REGION OFFICE
G/F Unit 4 Northwalk Complex,
Gapan-Olongapo Road,
San Fernando City, Pampanga
Tel. No.: (045) 961-8734

NORTH LUZON REGION OFFICE
Kerry Plaza Building, Quezon Avenue,
La Union
Tel. Nos.: (072) 242-4587
(072) 242-4587

SOUTH LUZON REGION OFFICE
Door 7 & 8 CEA Building,
Lapu-Lapu Street, Legazpi City
Tel. No.: (052) 820-2083

